

**ASUINYMPÄRISTÖN YHTEYS KOETTUIHIN LIIKUNNAN MERKITYKSIIN 5.-,  
7.- JA 9.-LUOKKALAISILLA LAPSILLA JA NUORILLA  
Vuoden 2022 LIITU-tutkimuksen tuloksia**

Kaisa Pukkinen ja Sanni Säntti

Liikuntapedagogiikan pro gradu -tutkielma

Liikuntatieteellinen tiedekunta

Jyväskylän yliopisto

Kevät 2024

## TIIVISTELMÄ

Pukkinen, K. & Sääntti, S. 2024. Asuin ympäristön yhteys koettuihin liikunnan merkityksiin 5.-, 7.- ja 9.-luokkalaisilla lapsilla ja nuorilla. Liikuntatieteellinen tiedekunta, Jyväskylän yliopisto, liikuntapedagogiikan pro gradu –tutkielma 63 s., 1 liite

Tutkimuksemme tarkoituksena oli selvittää, miten asuin ympäristö on yhteydessä liikunnan merkitysten kokemiseen 5.-, 7.- ja 9.-luokkalaisilla lapsilla ja nuorilla. Tarkastelimme eroja asuin ympäristöjen välillä merkitysten lukumäärässä sekä sitä, mitä merkityksiä pidetään tärkeinä. Tarkastelimme liikunnan merkitysten eroja asuin ympäristöissä sukupuolittain, iän mukaan sekä Suomen eri alueiden välillä. Lisäksi tutkimme liikunnan merkityksissä tapahtuneita muutoksia asuin ympäristön mukaan vuosien 2014 ja 2022 välillä. Liikunnan merkityksiä ei aiemmin ole tarkasteltu suhteessa asuin ympäristöön, joten tutkimuksemme antaa uutta tietoa aiheesta.

Aineistona tutkimuksemme käytimme Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa 2022 (LIITU) -tutkimusta, josta hyödynsimme asuin ympäristöön ja merkityksiin liittyviä kysymyksiä. (n=2299) Lisäksi yhden tutkimuskysymyksen kohdalla hyödynsimme Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa 2014 (LIITU) -tutkimusta. (n=2773). Asuin ympäristöllä tässä tutkimuksessa tarkoitetaan kaupunkia ja maaseutua. Aineiston analysointiin hyödynsimme IBM SPSS statistics –ohjelmaa. Analyysimenetelminä käytimme Mann-Whitney u-testiä, ristiintaulukointia sekä Khiin neliö -testiä ja yksisuuntaista varianssianalyysiä.

Tutkimuksemme asuin ympäristö oli yhteydessä koettuihin liikunnan merkityksiin. Kaupungissa asuvat lapset ja nuoret pitivät liikunnan merkityksiä keskimäärin tärkeämpinä kuin maaseudulla asuvat. Tulosten mukaan pojilla asuin ympäristö näytti vaikuttavan enemmän liikunnan merkitysten kokemiseen kuin tytöillä. Pojilla kaupungin ja maaseudun välillä tilastollisesti merkitseviä eroja esiintyi 15 merkityksen kohdalla, kun tytöillä vastaava luku oli kolme. Lisäksi asuin ympäristö vaikutti enemmän nuorempien liikunnan merkityksiin, sillä 5.-luokkalaisilla eroja ilmeni 10 merkityksen kohdalla, kun taas 9.-luokkalaisilla ainoastaan kahdessa merkityksessä.

Liikunnan merkitykset ovat osa liikuntasuhdetta ja niiden on todettu olevan yhteydessä fyysiseen aktiivisuuteen. Eroja merkityksien arvostamisessa löytyi asuin ympäristöjen välillä, joten tämä saattaisi mahdollisesti näkyä myös lasten ja nuorten liikuntasuhteessa ja fyysisen aktiivisuuden määrässä eri asuin ympäristöissä. Tilannetta olisi hyvä pitää silmällä, jotta tiedetään liikunnan merkitysten erojen kehityssuunta.

Asiasanat: liikunnan merkitykset, asuin ympäristö, lapset, nuoret, kaupunki, maaseutu

## ABSTRACT

Pukkinen, K. & Säntti, S. 2024. The relationship between residential environment and perceived meanings of physical activity in 5th, 7th and 9th grade children and adolescents. Faculty of Sport and Health Sciences, University of Jyväskylä, Sport Pedagogy, Master's thesis, 63 p., 1 appendix.

Our study aimed to investigate how the residential environment is related to the perceived meanings of physical activity in 5th, 7th and 9th grade children and adolescents. We examined differences between residential environments in the number of meanings attributed to physical activity and identified which meanings were considered most important. Additionally, we explored variations in the perceived meanings of physical activity in residential environments based on gender, age, and different regions of Finland. Furthermore, we analyzed changes in these meanings over the years 2014 to 2022, considering the influence of the residential environment. To our knowledge, the relationship between residential environment and perceived meanings of physical activity hasn't been studied before.

We utilized data from "Physical activity behavior of children and adolescents in Finland 2022" (LIITU), focusing on questions related to residential environment and meanings (n=2299). Additionally, for one research question, we referred to the "Physical activity behavior of children and adolescents in Finland 2014" (LIITU) study (n=2773). In this study, the term "residential environment" refers to both urban and rural areas. We conducted statistical analyses using IBM SPSS Statistics, employing methods such as Mann-Whitney U test, cross-tabulation, Chi-square test, and one-way analysis of variance.

Our study revealed that the residential environment is associated with perceived meanings of physical activity. Children and adolescents living in urban areas generally considered the meanings of physical activity more important than those living in rural areas. Specifically, for boys, the residential environment seemed to have a greater impact on their perceived meanings of physical activity compared to girls. Statistically significant differences between urban and rural contexts were observed for 15 meanings among boys, while girls showed differences in only three meanings. Additionally, the residential environment had a stronger influence on the perceived meanings of physical activity among younger participants. For fifth graders, differences were evident in 10 meanings, whereas ninth graders exhibited differences in only two meanings.

The meanings attributed to physical activity are part of physical activity relationship and have been linked to physical activity levels. The differences in how these meanings are valued across residential environments could potentially affect children's and adolescents' engagement in physical activity. Monitoring these trends is essential to understand the development of differences in perceived meanings of physical activity.

Keywords: meanings of physical activity, residential environment, children, adolescents, urban, rural

# SISÄLLYS

## TIIVISTELMÄ

## ABSTRACT

1	JOHDANTO.....	1
2	LIKUNNAN MERKITYKSET OSANA LIKUNTASUHDETTA.....	3
2.1	Liikuntasuhde .....	3
2.2	Liikuntasuhteen muodostuminen.....	5
2.3	Liikunnan merkitykset.....	8
2.3.1	Merkitysten yhteys fyysiseen aktiivisuuteen.....	9
2.3.2	Lasten ja nuorten kokemia liikunnan merkityksiä.....	10
2.3.3	Eroja liikunnan merkityksissä iän, sukupuolen ja fyysisen aktiivisuuden määrän mukaan .....	14
3	ASUINYMPÄRISTÖ.....	19
3.1	Määritelmä ja yleisiä eroja .....	19
3.2	Fyysinen aktiivisuus asuin ympäristön mukaan lapsilla ja nuorilla .....	20
3.3	Osallistuminen seuratoimintaan sekä liikuntaan osallistumisen mahdollisuudet..	23
4	TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET .....	25
5	TUTKIMUSMENETELMÄT .....	26
5.1	Tutkimusaineisto ja mittarit.....	26
5.2	Analysointimenetelmät.....	28
5.3	Validiteetti, reliabiliteetti sekä eettiset näkökohdat.....	29
6	TULOKSET .....	31
6.1	Liikunnan tärkeimmät merkitykset ja niiden määrä asuinpaikan mukaan .....	31
6.2	Liikunnan merkitykset sukupuolittain asuin ympäristöjen välillä.....	35
6.3	Liikunnan merkitykset luokittain asuin ympäristön mukaan .....	39
6.4	Liikunnan merkitysten muutokset vuodesta 2014 vuoteen 2022 asuin ympäristön mukaan.....	43

6.5 Erot liikunnan merkityksissä eri puolella Suomea asuvilla.....	45
7 POHDINTA.....	48
7.1 Liikunnan yleisemmin tärkeiden merkitysten yhteys asuin ympäristöön sekä erot sukupuolittain ja luokittain .....	48
7.2 Muutokset liikunnan merkityksissä asuin ympäristöjen mukaan sekä erot liikunnan merkityksissä eri puolella Suomea asuvilla.....	51
7.3 Pohdintaa tuloksista suhteessa liikuntasuhteeseen ja fyysiseen aktiivisuuteen.....	53
7.4 Jatkotutkimusehdotukset ja luotettavuus .....	53
LÄHTEET .....	56
LIITTEET	
Liite 1: LIITU-kyselylomakkeesta valitut kysymykset	

# 1 JOHDANTO

Ihmiset toimivat useissa sosiaalisissa maailmoissa ja kohtaavat jatkuvasti merkityksiä esimerkiksi urheilun ja liikunnan kautta (Koski 2008, 160). Liikuntasuhde kuvaa asennoitumista liikunnan sosiaaliseen maailmaan (Koski 2004, 190) ja merkityksiä tästä maailmasta reflektoidaan jatkuvasti, jonka seurauksena liikuntasuhde muovautuu (Koski 2008 160–161). Nämä erilaiset merkitykset heijastuvat oman identiteetin muodostumiseen (Koski 2008, 160) ja näkyvät myös ihmisten käsityksissä liikunnasta (Grénman ym. 2018, 94). Liikuntasuhdetta voidaan vahvistaa avaamalla ja syventämällä merkityksiä (Koski ym. 2022, 1).

Liikunnan merkitysten lukumäärän ja niiden tärkeyden on todettu olevan positiivisesti yhteydessä fyysiseen aktiivisuuteen (Grénman ym. 2018, 94, 100; Koski ym. 2022, 2, 7). Lasten ja nuorten tärkeäksi kokemat liikunnan merkitykset vaihtelevat osittain tutkimusten välillä, mutta usein mainittuja merkityksiä ovat esimerkiksi ilo, hyvinolon tunne, terveys, parhaansa tekeminen ja yhdessäolo (Koski & Hirvensalo 2021, 50–51; Koski & Hirvensalo 2023, 49; Koski ym. 2022, 6). Merkitysten arvostamisen välillä on havaittavissa kuitenkin myös eroavaisuuksia riippuen esimerkiksi sukupuolesta (Koski ym. 2022, 6; Vanttaja ym. 2017, 73), iästä (Lehmuskallio 2007, 88; Koski & Hirvensalo 2021, 55) ja liikunnan harrastamisen määrästä (Koski & Hirvensalo 2021, 54).

Asuinympäristöllä tässä tutkimuksessa tarkoitetaan kaupunkia ja maaseutua. Liikunnan merkityksiä ei aiemmin ole tutkittu suhteessa asuinympäristöön, mutta muiden liikuntaan liittyvien teemojen kohdalla eroja maaseudun ja kaupungin välillä on havaittu. Eroja on havaittu fyysisen aktiivisuuden, seuratoimintaan osallistumisen sekä liikuntaan liittyvien mahdollisuuksien kohdalla. Fyysisen aktiivisuuden on useissa tutkimuksissa todettu olevan suurempaa kaupungissa kuin maaseudulla (Corder ym. 2015, 2–3; Macharo-Rodrigues ym. 2012, 118; Moore ym. 2012, 147), vaikka ristiriitatuloksiakin löytyy (McCrorie ym. 2020 5–6; Andrade Neto ym. 2014, 4; McCormack & Meendring 2016, 471–475). Urheiluseuratoimintaan osallistumisen on sen sijaan havaittu olevan aktiivisempaa kaupungissa kuin maaseudulla (Hakanen ym. 2019, 27–28; Martin ym. 2023, 27) Lisäksi harrastusmahdollisuudet saattavat lähtökohtaisesti olla eriarvoiset eri alueiden välillä (Armila 2020, 142).

Tarkastelemme tässä tutkielmassa asuin ympäristön yhteyttä liikunnan merkitysten kokemiseen. Liikunnan merkitysten kokemista ei aiemmin ole tutkittu suhteessa asuin ympäristöön, joten tutkimuksellamme voidaan katsoa olevan uutuusarvoa. Edellisessä kappaleissa mainitut erot maaseudun ja kaupungin välillä lasten ja nuorten erilaisessa liikuntakäyttäytymisessä sekä erot merkityksissä esimerkiksi sukupuolen ja iän mukaan toimivat pohjana gradumme aiheelle ja kiinnostukselle siitä, näkyisikö merkitysten kohdalla eroja myös asuin ympäristöjen suhteen.

## 2 LIIKUNNAN MERKITYKSET OSANA LIIKUNTASUHDETTA

### 2.1 Liikuntasuhde

Liikuntasuhteeksi voidaan kutsua sitä, miten asennoituu liikunnan sosiaaliseen maailmaan (Koski 2004, 190). Käsite on melko laaja, sillä se on kokonaisuus siitä, miten ihminen osallistuu ja liittyy merkityksiä liikunnan sosiaaliseen maailmaan ja kulttuuriin merkityksiin (Koski 2008, 157). Sosiaalisella maailmalla tarkoitetaan epämääräistä kokonaisuutta tekijöistä, organisaatioista, tapahtumista ja harjoituksista, joita yhdistävät ihmisten kiinnostus ja osallisuus (Unruh 1980, 277). Kohtaamme siis liikunnan sosiaalisen maailman ja sen kulttuuriin liittyvät merkitykset liikuntasuhteemme kautta (Koski 2004, 190).

Liikuntasuhteessa kysymys on siitä, kuinka aktiivisesti ja syvästi ihminen on kiinnittynyt liikunnan sosiaalisen maailman merkityksiin (Koski 2004, 190; Koski 2008, 157). Mitä paremmin merkitykset omaksutaan, sitä perusteellisemmin ymmärtää liikunnan maailmaa ja sitä tärkeämpiä näistä eri merkityksistä voi muodostua (Koski 2004, 190–191; Koski 2008, 157). Käytännössä liikuntasuhde näkyy ihmisen tiedoissa ja käsityksissä, liikuntasuorituksina, tapana suhtautua sekä asennoitua liikuntakulttuuriin ja sen osa-alueisiin sekä yksittäisiin liikuntaan liittyviin merkityksiin (Koski 2004, 190). Liikunnan onnistunut yhdistäminen osaksi terveellistä ja aktiivista elämää vaatii liikunnan merkitysten vahvistamiseksi toiminnallisia, kognitiivisia sekä emotionaalisia siteitä (Koski 2008, 161).

Liikuntasuhde voidaan käsittää neljän keskeisen osa-alueen avulla, joita ovat omakohtainen liikunta, penkkiurheilu, liikunnan tuottaminen sekä sportisointi (Koski 2004, 191–192). Omakohtaisella liikunnalla tarkoitetaan henkilön liikunta-aktiivisuutta, joka sisältää vapaa-ajan liikuntaharrastukset ja arkiliikunnan (Koski 2004, 192). Toisella osa-alueella eli penkkiurheilulla tarkoitetaan yleisimmin urheilun seuraamista esimerkiksi paikan päällä, mediasta tai lukemalla siitä (Koski 2008, 158). Liikunnan tuottamisella tarkoitetaan tekijöitä, jotka järjestävät liikuntaa (Koski 2004, 193). Liikunnan tuottajia ovat esimerkiksi vanhemmat tai muut aktiiviset ihmiset, jotka järjestävät liikuntaa muille, aktiivisesti seuratoiminnassa mukana olevat sekä lisäksi ammattimaisemmin urheilun ja liikunnan parissa työskentelevät (Koski 2008, 159). Sportisoinnilla tarkoitetaan prosessia, jossa urheilu ja sen merkitykset ovat soluttautuneet elämään (Koski 2008, 159). Se on nähtävissä esimerkiksi asiayhteyksissä ja



elämänaloilla, joihin liikunta tai urheilu ei suoranaisesti liity (Koski 2004, 193). Urheilun ja liikunnan merkitykset voivat näkyä myös yhteiskunnassa sekä kulttuurissa ja ne voivat muokata ajatteluamme sekä perusolettamuksiamme (Koski 2004, 194). Sportisointi voi ilmetä esimerkiksi erilaisten toimintojen urheilullistamisena ja kilpailullistamisena (Koski 2004, 194). Lisäksi se voi näkyä myös kielessä sekä esimerkiksi liikemaailmassa ja tavaraestetiikassa, kuten vaikkapa vaate- tai autoteollisuudessa (Koski 2004, 194; Koski 2008, 160).

Osallistuminen sosiaalisiin maailmoihin on vaihtelevaa yksilöittäin, mutta toisaalta osallistuminen vaihtelee samallakin henkilöllä (Koski 2004, 191). Unruh (1980, 280) tuo esille neljä sosiaalista tyyppiä, jotka auttavat ymmärtämään paremmin osallistumista sosiaaliseen maailmaan. Siinä osallistujia jaotellaan sen perusteella, kuinka läheinen on kyseisen maailman toiminnan kanssa ja paljonko tietää siitä (Unruh 1980, 280). Koski (2004, 191) on suomentanut nämä erilaiset tyypit, joita hyödynnämme myös tässä kappaleessa.

Ensimmäinen näistä osallistujista on muukalainen, jonka osallistumista voidaan luonnehtia rajalliseksi, irralliseksi ja pinnalliseksi (Unruh 1980, 280–281). Heidän sitoutumisensa sosiaaliseen maailmaan ja sen toimintaan on pientä, mutta heidät nähdään kuitenkin osallisina (Unruh 1980, 280–281). Muukalaiset voivat tunnistaa urheilulajin ulkoisen muodon, mutta eivät käsitä sen sisäistä olemusta (Koski 2008, 159). Toisena tyyppinä on turisti, joka osallistuu yksinkertaisesti uteliaisuudesta ja ilman suurempaa aikomusta sitoutua sosiaalisen maailman toimintaan. Turistit pysyvät sosiaalisen maailman toiminnassa sen aikaa, kun se koetaan viihdyttäväksi ja kannattavaksi. (Unruh 1980, 281)

Seuraavaksi Unruh (1980, 281) esittää vakio-osallistuja tyyppin, joka osallistuu jatkuvasti ja on integroitunut jonkin sosiaalisen maailman toimintaan. Nämä vakio-osallistujat sitoutuvat toimintaan hyvistä ja huonoista hetkistä huolimatta. Viimeisenä tyyppinä on sisäpiiriläinen, jonka elämä on sosiaalisen maailman ympäröimä (Unruh 1980, 282). Nämä ihmiset esimerkiksi luovat ja ylläpitävät aktiviteetteja muille osallistujille sekä värväävät uusia toimijoita (Unruh 1980, 282). Sisäpiiriläiset saavat paljon irti sosiaalisesta maailmasta, mutta toisaalta heillä on myös eniten menetettävää siihen liittyen (Unruh 1980, 282).

On tärkeää ymmärtää, että voimme samanaikaisesti olla jollakin osa-alueella päteviä sisäpiiriläisiä, kun taas toisella osa-alueella tietämättömiä muukalaisia (Koski 2004, 191; Koski 2008, 158). Tapa, millä osallistuu liikuntaan, vaihtelee sen mukaan, mikä sosiaalinen tyyppi

osallistumiseen liittyen on sekä liikunnan luonteen mukaan (Koski 2004, 192; Koski 2008, 158). Esimerkiksi aktiivisen urheilijan ja liikuntaan vaisummin suhtautuvan henkilön liikuntasuhteet ovat erilaiset (Koski 2004, 192; Koski 2008, 158).

## **2.2 Liikuntasuhteen muodostuminen**

Kuten aiemmin tuotu esille, kuvaa liikuntasuhde asennoitumista liikunnan sosiaaliseen maailmaan (Koski 2004, 190) ja se näkyy esimerkiksi osallistumisena siihen (Koski 2008, 157). Merkityksiä reflektoidaan jatkuvasti sosiaalisesta maailmasta ja liikuntasuhde muovautuu sen seurauksena (Koski 2008, 161). Kaikenlaiset kokemukset muovaavat liikuntaan suhtautumista ja liikunnallista identiteettiä sekä merkityksiä, jotka ovat yhteydessä siihen, miten asiat käsitetään (Vanttaja ym. 2017, 140). Positiivisten kokemusten ja merkitysten voidaan olettaa lisäävän yhteyttä liikunnan maailmaan, kun taas kielteisten kokemusten ja merkitysten ajatellaan oletettavasti vähentävän sitä (Koski 2004, 196). Liikunnallisen ja terveellisen elämäntavan sisäistäminen vaatii sen, että kokee liikunnan sisältävän itselleen olennaisia ja positiivisia merkityksiä (Grénman ym. 2018, 100). Liikunnassa on mahdollista kokea samankaltaisetkin tapahtumat eri tavoin, mikä muoavaa liikuntaan suhtautumista ja liikunnallista identiteettiä erilaiseksi (Vanttaja ym. 2017, 140). Esimerkiksi kokemuksen muodostumiseen urheilussa vaikuttaa paljon lajin luonne, kuten onko se joukkue- tai yksilöurheilua ja kuinka kilpailullista se on (Seippel 2006, 65). Lisäksi esimerkiksi ryhmäjäsenyydet ja sosiaaliset suhteet, yksilö sekä hänen mielensä, instituutiot ja fyysinen ympäristö arjessa, kulttuuri ja normatiiviset käytännöt sekä arjen ja elämäntavan valinnat saattaisivat mahdollisesti vaikuttaa kokemuksen muodostumiseen, sillä Rovion ym. (2014, 21–22) mukaan ne voivat olla esteenä liikunta-aktiivisuuden lisääntymiselle.

Kuitenkin merkitysten kohtaaminen ja niiden liittäminen asioihin ei johda toimintaan yhtä suoraviivaisesti kuin motiivit ja motivaation syntyminen (Lehmuskallion 2007, 83). Lehmuskallion (2007, 83) mukaan, kun omia kokemuksia reflektoidaan ja liitetään kulttuurisia merkityksiä niihin, voivat merkitykset tällä tavalla toimia pontimina niin tarpeiden kuin myös motiivien synnylle. Merkitykset eivät kuitenkaan aina synnytä mitään motiiveja tai tarpeita (Lehmuskallio 2007, 83).

Lapsen sosialisoituminen liikuntakulttuuriin alkaa varhaisessa vaiheessa. Se tapahtuu lapsen saadessa paljon positiivista palautetta ympäristöltään hänen ensimmäisistä liikkeistään ja kohdatessaan ensimmäistä kertaa esineitä liittyen liikuntaan, kuten palloja ja mailloja. (Koski 2008, 160) Näyttäisi myös siltä, että annetut merkitysten painotukset sekä niiden keskinäiset suhteet kehittyvät jo hyvin aikaisessa elämänvaiheessa (Vanttaja ym. 2017, 61). Lisäksi lapsuudessa ja nuoruudessa liikuntaan liittyvien merkitysten kohtaamisella voi olla pitkäkestoisia ja kauaskantoisia seurauksia liikuntasuhteelle myös tulevaisuudessa (Koski 2004, 197). Liikunnan sosiaalinen maailma ja sen merkitykset kohdataan omien kokemusten lisäksi myös esimerkiksi televisiosta tai kirjoista (Koski 2004, 195). Nykyään nuoret saavat vaikutteita sosiaalisesta mediasta. Esimerkiksi 8661 tutkitusta suomalaisnuoresta lähes kaikki (90 %) käyttivät päivittäin sosiaaliseen verkostoitumiseen tarkoitettuja palveluita, kuten Instagramia ja Facebookia (Kaarakainen & Saikkonen 2019, 26). Vaterlauksen ym. (2015, 154) tutkimuksen mukaan sosiaalinen media voi toimia niin motivoivana tekijänä kuin esteenä liikkumiselle, kun esimerkiksi sosiaalisessa mediassa julkaistut kuvat voidaan kokea eri tavoin (Vaterlaus ym. 2015, 154–155).

Vertaisryhmät ja niihin hakeutuminen kuuluvat nuoruuteen ja tällöin joukkueessa tai ryhmässä liikkuminen antavat liikuntaidentiteetin kehittymiselle hyvän mahdollisuuden (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2021, 15). Esimerkiksi liikuntakokemukset urheiluseurassa ja koulussa varhaislapsuuden jälkeen ovatkin merkityksellisiä liikunnallisen identiteetin kehittyessä (Vanttaja ym. 2017, 137). Myös Lehmuskallion (2007, 99) mukaan erilaisten liikuntapalvelujen käyttäminen on isossa roolissa liikuntasuhteen rakentumisessa kouluikäisellä. Liikuntapalveluilla tarkoitettiin tässä yhteydessä koulujen, liikuntaseurojen, yhdistysten, kunnan sekä liikuntayritysten tarjoamaa organisoitua liikuntaa sekä liikuntapaikkoja ja -tiloja (Lehmuskallio 2007, 99). Liikunnallisen identiteetin kehittymiseen voisi mahdollisesti vaikuttaa myös vapaa-ajalla liikkumiseen käytetty aika, sillä Nupponen ym. (2014, 61) ovat todenneet sen olevan positiivisesti yhteydessä liikuntaan suhtautumisen kanssa.

Toisaalta siirtyminen koulun ja seuran ympäristöön muiden lasten joukkoon tutusta ja turvalliseksi koetusta ympäristöstä ovat tilanteita, joissa lasten osaamista ja taitoja vertaillaan muiden kanssa (Vanttaja ym. 2017, 137). Liikuntatunneilla tämä vertailuasema korostuu, sillä kilpailu ja suoritusten arviointi nähdään osana urheilua. Mahdolliset negatiiviset kokemukset liikunnasta voivat vaikuttaa siihen, miten lapsi mieltää esimerkiksi urheilijat, liikuntaa harrastavat tai liikunnan maailman. (Vanttaja ym. 2017, 137–140) Negatiivisia kokemuksia

koululiikunnasta voi syntyä esimerkiksi opettajan käyttäytymisen ja luokan ilmapiirin seurauksena. Oppilaiden mukaan koululiikunnan tulisi olla mielekästä ja motivoivaa kilpailullisen ja pakottavan sijaan. (Lauritsalo 2014, 69–70) Epämiellyttävillä liikuntakokemuksilla on suuri merkitys niistä jäävien voimakkaiden muistijälkien takia (Vanttaja ym. 2017, 146). Esimerkiksi ristiriitaisesti liikuntaan suhtautuvilla nuorilla on liikunnasta sekä positiivisia että negatiivisia kokemuksia (Vanttaja ym. 2017, 137–140).

Omaa liikuntasuhdetta määritetään toistuvasti ja yleensä tiedostamatta (Koski 2004, 190). Liikunnan harrastaminen vaihtelee elämänkulun aikana ja erilaisissa elämäntilanteissa (Vanttaja ym. 2017, 141). Esimerkiksi päivittäisen liikunnan todettiin vähenevän iän myötä sekä usean liikkumisen syyn menettävän merkityksensä nuoren vanhetessa 11-, 13- ja 15-vuotiaiden fyysistä aktiivisuutta selvittävän tutkimuksen mukaan (Aira ym. 2013, 15–21). Merkitysten painotuksille on ominaista hiipua siirryttäessä kohti aikuisuutta (Koski & Hirvensalo 2021, 55). Ihmisen suhtautuminen ja asettuminen liikunnan sosiaaliseen maailmaan onkin muuttuvaa elämänkaaren aikana (Koski 2004, 190). Myös Vanttajan ym. (2017, 142) tutkimuksen tulosten perusteella lasten ja nuorten liikuntasuhteelle ja fyysiselle aktiivisuudelle onkin ominaista muutos ennemmin kuin vakaus. Liikunnan määrä saattaa esimerkiksi hiipua aikaisemmin aktiivisesti liikkuneilla tai toisaalta lisääntyä aiemmin vähän liikkuneilla nuorilla (Vanttaja ym. 2017, 141).

Benin ja kollegoiden (2017, 291–297) kirjallisuuskatsauksessa havaittiin, että merkityksen muodostumiseen vaikuttavia asioita olivat sukupuoli, luokka, sosioekonominen asema, perheen rakenne sekä yhteisön ja koulun sijainti. Lisäksi Iannotti (2012, 111) tutki motiiveja fyysiselle aktiivisuudelle ja sai selville niiden vaihtelevan alueiden, iän ja sukupuolen mukaan. Myös Seippelin (2006, 64) mukaan keskeisimpiä liikunnan harrastamiseen yhteydessä olevia tekijöitä olivat ikä, sukupuoli, harrastuksen kilpailullisuus ja se, onko harrastus yksilö- vai joukkuelaji.

Kuitenkin Kosken (2008, 161) mukaan liikunnan merkityksiä on mahdollista oppia ja sisäistää ja muuttaa sitä kautta itselleen merkitseviksi. Tämän ajattelutavan perusteella fyysisesti aktiivinen elämäntapa riippuu positiivisesta liikuntasuhteesta (Koski 2008, 161).

## 2.3 Liikunnan merkitykset

Ydinkäsitteenä liikuntasuhteessa ovat merkitykset, joita voidaan luokitella liikunnan tarjoamien erilaisten merkityssisältöjen avulla (Koski 2017, 91–95). Aarresola ja Konttinen (2012, 32) kuvaavat tutkimuksessaan urheilun merkitysten olevan urheilussa tärkeinä pidettyjä asioita. Liikunnan merkityksiä on kuitenkin tutkittu eri tutkimuksissa hieman eri termeillä ja esimerkiksi Aarresolan ja Konttisen (2012, 32) mukaan ei ole aina niin selkeää, koska tulisi puhua merkityksistä ja koska motiiveista. Esimerkiksi Kosken ym. (2022, 1), Vanttajan ym. (2017) sekä Brooks ja Magnussonin (2007, 15) tutkimuksessa käytetään merkitys -termiä. Toisaalta liikkumisen syistä puhutaan esimerkiksi Airan ym. (2013, 21), Myllymäen ja Bergin (2013, 72), Hakasen ym. (2019, 42) sekä Woldin ym. (2016, 951) tutkimuksissa ja motiiveista esimerkiksi Zacheuksen ja Saarisen (2019, 97) sekä Iannottin ym. (2012, 111) tutkimuksissa.

LIITU-tutkimuksessa Koski ja Hirvensalo (2023, 49–50) ovat jaotelleet merkityksiä seuraavien alaotsikoiden alle: suorittaminen ja kilpailu, terveys ja kunto, ilmaisu ja esittäminen, ilo ja leikki, yhdessäolo ja sosiaalisuus, itsensä tunteminen ja tutkiminen, kasvu ja kehittyminen sekä lajimerkitykset. Yksittäisiä merkityksiä näiden alaotsikoiden alla ovat esimerkiksi parhaansa yrittäminen, hyvän olon saaminen, taidokas temppuilu, ilo; se, että liikunta on kivaa, yhdessäolo, yhteistoiminta kavereiden kanssa, opin tuntemaan paremmin itseäni, uusien taitojen oppiminen ja kehittäminen sekä vauhdikkuus (Koski & Hirvensalo 2023, 49–50). Samankaltaisia merkityssisältöjä sisälsi myös Airan ym. (2013, 22) tutkimus, jossa tutkittiin millaisia syitä nuoret pitävät tärkeinä liikkumisessa. Kyseisessä tutkimuksessa liikuntasyt jaoteltiin hauskanpitämiseen, hyvän kunnan saavuttamiseen, kavereiden tapaamiseen, liikunnan jännittävyteen ja innostavuuteen, terveyden parantamiseen, haluun olla hyvä liikunnassa, liikunnan aikaansaamien tunteiden ja tunteiden nauttimiseen, painonhallintaan, uusien kavereiden saamiseen, vanhempien miellyttämiseen, haluun olla ”cool”, haluun voittaa sekä näyttää hyvältä.

Merkityksiä on myös tutkittu siten, että tutkittavat nimeävät itse tärkeäksi koettuja merkityksiä, kuten Ristimäen ym. (2019, 102) ja Hakasen ym. (2019, 42) tutkimuksissa. Ristimäen ym. (2019, 103) tutkimuksessa nimetyt merkityksiä olivat esimerkiksi kunnossa pysyminen ja ulkonäkö, ystävät ja yhdessäolo, mieliala ja tunteiden purkaminen, liikunnan ilo ja hauskanpitiäminen sekä terveys ja terveelliset elämäntavat (Ristimäki ym. 2019, 103).

Liikuntaan liittyviä merkityksiä on kuitenkin niin paljon, ettei niitä ole mahdollista sanoittaa kaikenkattavasti (Koski & Hirvensalo 2023, 48).

### **2.3.1 Merkitysten yhteys fyysiseen aktiivisuuteen**

Liikunnan määrän ja liikuntaan liitettyjen merkitysolottuvuuksien välillä on todettu positiivinen yhteys (Grénman ym. 2018, 94). Mitä enemmän tärkeitä merkityksiä löytää liikunnasta ja mitä vähemmän esteitä tunnistaa liikuntaan liittyen, sitä vahvempi on yksilön liikuntasuhde (Koski & Hirvensalo 2021, 54). Lisäksi tällöin käyttää myös todennäköisemmin energiaa ja aikaa liikuntaan (Koski & Hirvensalo 2021, 54). Myös Kosken ym. (2022, 7) ja Vanttajan ym. (2017, 71) mukaan merkitysten suurempi lukumäärä on positiivisesti yhteydessä fyysiseen aktiivisuuteen. Esimerkiksi Kosken ym. (2022, 1) tutkimuksessa ne 11–15-vuotiaat nuoret, jotka olivat liikkuneet korkeintaan yhtenä päivänä viikossa vähintään 60:tä minuuttia kestävää, sydämen sykettä nostattavaa sekä hengästyttävää liikuntaa, löysivät alle kymmenen tärkeää merkitystä liikunnalle. Sen sijaan viikon jokaisena päivänä liikkuneet löysivät niitä keskimäärin yli 20 (Koski ym. 2022, 3).

Myös merkitysten tärkeydellä näyttäisi olevan merkitystä, sillä Kosken ym. (2022, 1) mukaan, mitä tärkeämmäksi liikuntaan liittyvät merkitykset koetaan, sitä todennäköisempää on myös fyysinen aktiivisuus. Myös Sukys ym. (2019, 1084) tutkimustulos on samansuuntainen, sillä tutkimuksessa tärkeimmiksi koetut motiivit korreloivat positiivisesti heidän vapaa-ajan liikuntansa kanssa. Lisäksi Grénmanin ym. (2018, 100) tutkimuksen mukaan mikä tahansa tärkeäksi koettu merkitys liikuntaharrastuksessa näyttäisi olevan yhteydessä oman hyvinvoinnin paremmaksi kokemisen kanssa. Kyseisessä tutkimuksessa ne korkeakouluopiskelijat, joiden liikuntaharrastus sisälsi mitä tahansa tärkeitä merkityksiä, kokivat oman hyvinvoinnin paremmaksi useammin hyvinvoinnin kaikilla osa-alueilla, toisin kuin sellaiset opiskelijat, joiden liikuntaharrastus ei sisältänyt vahvoja merkityksiä (Grénman ym. 2018, 100). Myös Wold ym. (2016, 957) totesivat tutkimuksessaan, että mikä tahansa syy tykätä liikunnasta, on yhteydessä vapaa-ajan liikunnan kanssa. Kuitenkin tutkimuksessa ne, jotka arvioivat saavuttamiseen ja terveyteen liittyvät merkitykset tärkeiksi, liikkui enemmän vapaa-ajallaan (Wold ym. 2016, 955). Lisäksi pojilla saavuttamiseen ja terveyteen liittyvien merkitysten lukumäärä oli yhteydessä heidän vapaa-ajan liikunnan kanssa. Tyttöjen osalta yhteyttä löytyi saavuttamiseen liittyvien merkitysten ja liikunnan määrän laskemisen välillä,

mutta toisaalta terveys –merkitysten arvostaminen oli yhteydessä suurempaan liikunnan määrään (Wold ym. 2016, 955).

### **2.3.2 Lasten ja nuorten kokemia liikunnan merkityksiä**

Vuoden 2022 LIITU-tutkimuksessa (Koski & Hirvensalo 2023, 49) 11–15-vuotiaat pitivät tärkeinä merkityksinä liikunnassa parhaansa yrittämistä, iloa, yhdessäoloa, hyvän olon saamista, onnistumisen elämyksiä, terveellisyttä ja uusien taitojen oppimista ja niissä kehittymistä. Ikäryhmien välisestä vertailusta saatiin selville, että nuoremmille merkitysten vähintään tärkeänä pitäminen oli yleisempää verrattuna vanhempiin ikäryhmiin. Ainoa selkeästi yleisempi merkitys vanhemmilla ryhmillä oli hyvän ulkonäön saaminen sekä lievästi samansuuntainen ero lihasvoiman kasvattamisen suhteen. (Koski & Hirvensalo 2023, 49)

LIITU-tutkimuksessa 2022 (Koski & Hirvensalo 2023, 49) suurin ero sukupuolien välillä oli miehekkyydessä, joka oli yleisemmin pojille tärkeä. Merkitykset, joita pojat arvostivat selkeästi yleisemmin kuin tytöt, olivat vauhdikkuus, oveluus ja järjen käyttö, kamppailu toisten kanssa, ronskit otteet, lihasvoiman kasvattaminen, menestys ja voittaminen, kilpaileminen sekä taidokas temppuilu (Koski & Hirvensalo 2023, 49). Tytöt puolestaan arvostivat yleisemmin hyvän olon saamista, parhaansa yrittämistä, murheiden unohtamista, yhdessäoloa, hyvän ulkonäön saamista ja onnistumisen elämyksiä. Merkitysten arvostusten laskevan trendin todettiin jatkuneen ja verrattaessa kahdeksan vuoden takaiseen tilanteeseen on muutos dramaattinen. (Koski & Hirvensalo 2023, 52) Tytöillä tämä muutos kahdeksassa vuodessa on erityisen suuri (Koski & Hirvensalo 2023, 54).

Merkityksellisyyden muodostumiseen koululiikunnassa ja nuorisourheilussa alle 18-vuotiailla Benin ym. (2017, 300–304) tutkimuksessa todettiin vaikuttavan esimerkiksi hauskuus, sopiva haastavuus, vuorovaikutus, henkilökohtainen oppiminen ja motorinen osaaminen. Kosken ym. (2022, 6) tutkimuksessa 11–15-vuotiailla sekä Kosken ja Hirvensalon (2021, 50–51) tutkimuksessa 16–20-vuotiailla yleisimmin lueteltuja merkityksiä liikunnassa olivat parhaansa tekeminen, hyvänolon tunne, ilo ja terveys. Melkein yhtä tärkeinä mainittiin myös yhdessäolo ja lihasvoiman lisääntyminen (Koski ym. 2022, 8; Koski & Hirvensalo 2021, 50–51). Kosken ja Hirvensalon (2021, 50–51) tutkimuksessa tärkeänä pidettiin lisäksi kunnon parantamista sekä vähintään puolet tutkittavista pitivät tärkeänä onnistumisen elämyksiä, rentoutumista ja

virkestymistä sekä murheiden unohtamista. Terveys, ilo, itsensä kehittäminen ja halu pysyä kunnossa nousivat esille myös Zacheuksen ja Saarisen (2018, 97–98) tutkimuksessa kaikilla. Näiden lisäksi tutkimuksessa 10–14-vuotiailla tärkeimpiä liikuntaan motivoivia syitä olivat ystävät ja onnistumisen elämykset, 20–24-vuotiailla painonhallinta ja 25–29-vuotiailla onnistumisen elämykset, painonhallinta sekä yksinolo (Zacheus & Saarinen 2019, 97–98).

Lehmuskallion (2007, 86) tulokset olivat samansuuntaisia, sillä viides- ja yhdeksäsluokkalaisilla hyvä olo ja mieli -merkityskokonaisuus ilmeni kaikkein tärkeimmäksi liikunnassa, josta yksittäisinä merkityksinä nousivat *liikkumisen hauskuus ja ilo* sekä *terveyden säilyttäminen/parantaminen*. Hieman nuoremmilla (7–9-vuotiailla) nousi Hakasen ym. (2019, 42) tutkimuksessa kahdeksi keskeisimmäksi liikuntasyiksi “se on kivaa” sekä kavereiden tapaaminen ja ajanvietto heidän kanssaan. Lisäksi kyseisistä 7–9-vuotiaista noin joka kymmenes kokee liikunnan vahvistavan lihaksia ja kuntoa sekä saavan aikaan hyvän mielen ja lisäävän energiaa sekä liikkuminen itsessään liikunnan takia. Tulos vahvistaa käsitystä, että yhdessäolo kavereiden kanssa vapaa-ajalla on tavoitteellisuutta ja suorittamista tärkeämpää lapsilla. (Hakanen ym. 2019, 42)

Vanttajan ym. (2017, 59) tutkimuksessa teini-ikäiset ja nuoret aikuiset painottivat eniten kunnan ja terveyden merkitysulottuvuutta. Lähes yhtä tärkeänä pidettiin kuitenkin myös rentoutumista ja nautintoa liikunnassa, jonka jälkeen tärkeimpänä pidettiin liikunnan sosiaalista merkitystä sekä itseilmaisuun ja itsensä toteuttamiseen liittyviä merkityksiä (Vanttaja ym. 2017, 59). Korkeakouluopiskelijoiden tärkeimmäksi koettuja liikunnan merkityksiä olivat Grénmanin ym. (2018, 94) mukaan hyvänolon tunne, terveyden ylläpito ja tavoittelu, kunnan kohottaminen sekä ilo. Lisäksi välittyi selkeästi positiivisen mielen, kehon yhteyden ja hyväkuntoisuuden sekä elämyksellisyyden ja kokemuksellisuuden merkitykset. Vähäisempi rooli kyseisessä tutkimuksessa tunnistettiin kaupallisen liikuntakulttuurien merkityksillä. (Grénman ym. 2018, 94) Myös Sukys ym. (2019, 1084, 1090) tulos on osittain samansuuntainen yliopisto-opiskelijoista, sillä tutkimuksessa heidän tärkeimpiin liikunnan motiiveihinsa lukeutuivat kunto ja terveys, jonka jälkeen sijoittuivat stressi ja mieliala, nautinto ja sosiaalisuus sekä vähiten tärkeänä paino ja ulkonäkö.

Nuorten urheilijoiden antamia merkityksiä liikunnalle ovat tutkineet esimerkiksi Ristimäki ym. (2019, 100) sekä Aarresola ja Konttinen (2012, 32). Tutkimuksista nuorilta nousi esille monia samansuuntaisia merkityksiä kuin aikaisemmin on tuotu esille. Eniten mainintoja Ristimäen



ym. (2019, 103) tutkimuksessa 13–15-vuotiaat urheilijat antoivat terveyteen ja fyysiseen hyvinvointiin liittyvistä merkityksistä. Näistä yksittäisenä merkityksenä *“kunnossa pysyminen ja ulkonäkö”* nousivat esille vahvimmin (Ristimäki ym. 2019, 103). Toisaalta Aarresolan ja Konttisen (2012, 32) mukaan *“muodikkuus ja ulkonäkö”* -merkitys oli heidän tutkimuksessaan lähes vähiten tärkeä 14–15-vuotiaille.

Muita tärkeitä merkityksiä, joita nuoret urheilijat antoivat liikunnalle, olivat ystävät ja yhdessäolo, ilo ja hauskanpito, terveys, fyysisen suorituskyvyn kehittyminen ja kiinnostus omaan lajiin (Aarresola & Konttinen 2012, 32; Ristimäki ym. 2019, 103, 105). Lisäksi esimerkiksi mieliala ja tunteiden purkaminen sekä itsetuntemus ja itsetunto saivat mainintoja tutkittavilta (Ristimäki ym. 2019, 103). Ilo ja nauttiminen, kunnossa pysyminen, mielen virkistyminen ja sosiaalisuus mainittiin tärkeimpinä syinä harrastaa urheilua yli 12-vuotiaista tutkittavista Seippelin (2006, 64) tutkimuksessa. Vähiten tärkeimpinä syinä urheiluun nähtiin keho ja ulkonäkö, ilmaisu ja kilpailu (Seippel 2006, 64). Myös Ristimäen ym. (2019, 104) mukaan kilpailuun ja lisäksi menestymiseen liittyvien merkitysten määrä ei ollut huomattava, vaikka tutkimusjoukkona olivat nuoret urheilijat. Aarresolan ja Konttisenkin (2012, 32) tutkimuksessa urheilijoista vain 60 % piti kilpailemista ja voittamista tärkeänä.

Brooks ja Magnusson (2007, 17) ovat tutkineet 13–16-vuotiaita fyysisesti aktiivisia naisia, jotka eivät kuitenkaan olleet urheilijoita. He olivat kiinnostuneita liikunnasta, jonka koettiin parantavan mielen hyvinvointia, olevan haastavaa, seikkailullista ja joissain tapauksissa aggressiivista kuten esimerkiksi karatessa tai rugbyssä (Brooks & Magnusson 2007, 17). Lisäksi liikunnan koettiin tarjoavan mahdollisuus omaan tilaan ja sen olevan keino päästä pois muista vaatimuksista. Tutkittavat myös liikkui yksin parantaakseen psyykkistä terveyttään, mutta toisaalta liikunnassa nähtiin myös mahdollisuus sosialisoitumiselle. (Brooks & Magnusson 2007, 20–21) Tutkittavat kuitenkin suhtautuivat usein vastahakoisesti joukkueurheilun kilpailullisuuteen (Brooks & Magnusson 2007, 16).

Myös vammaisten ja pitkäaikaissairaiden seitsemäs- ja yhdeksäsluokkalaisten liikuntasyitä on tutkittu ja tuloksissa sukupuolesta ja luokasta riippumatta halu päästä hyvään kuntoon oli yksi tärkeimmistä liikuntasyistä (Rintala ym. 2013, 60, 63). Halu parantaa terveyttä oli tärkeä liikuntasy kaikilla ryhmillä, paitsi seitsemännen luokan pojilla, ja halu pitää hauskaa kaikilla, paitsi yhdeksännen luokan tytöillä. Lisäksi halu tavata kavereita oli tärkeä liikuntasy

seitsemännen luokan pojille, ja halu näyttää hyvältä yhdeksännen luokan tytöille. (Rintala ym. 2013, 63)

Benin ym. (2017, 301) tutkimuksesta ilmeni, kilpailemisen vaikuttavan merkityksellisyyden kokemiseen sekä positiivisesti että negatiivisesti. Suhtautuminen liikuntasuoritusten vertailemiseen ja kilpailemiseen vaihtelee erilaisen liikuntasuhteen, liikuntakokemusten sekä liikunnallisen identiteetin myötä (Vanttaja ym. 2017, 137). Usean tutkimuksen mukaan kilpaileminen ei olekaan erityisen vahva motiivi liikunnassa (Vanttaja ym. 2017, 60; Zacheus & Saarinen 2019, 97–98). Myös Lehmuskallion (2007, 64, 99) tutkimuksessa kaupungin 11–12- ja 15–16-vuotiaille kilpaileminen ja lisäksi voittaminen ja saavuttaminen sijoittuivat merkitysten rankingissa toiseksi viimeiselle sijalle. Kyseisessä tutkimuksessa myös extreme-merkityksiä painotettiin melko vaisusti ja pinnallisuuden merkityskokonaisuus jäi viimeiseksi viides- ja yhdeksäsluokkalaisilla (Lehmuskallio 2007, 99). Myös Zacheuksen ja Saarisen (2018, 97–98) tutkimuksessa mainittiin voittamisen ja huipulle tähtäämisen olevan tärkeää ainoastaan pienelle osalle 10–24-vuotiaista. Airan ym. (2013, 21) tutkimuksessa erittäin merkittävänä syinä liikkumiseensa selkeästi harvempi osa 11-, 13- ja 15-vuotiaista nuorista piti myös voittamisen halua, mutta lisäksi “coolilta” näyttämistä ja omien vanhempien miellyttämistä.

Lasten ja nuorten kokemissa merkityksissä esiintyy tutkimuksissa paljon samansuuntaisuutta, mutta myös eroja tutkimusten välillä ilmenee. Kuitenkin keskeisimmiksi tärkeiksi merkityksiksi nousivat yhdessäolo/sosiaalisuus, terveys, ilo/hauskan pitäminen, kunto (Koski & Hirvensalo 2021, 50–51; Rintala ym. 2013, 63; Ristimäki ym. 2019, 103; Zacheus & Saarinen 2019, 97–98), hyvän olon saaminen (Grénman ym. 2018, 94; Koski & Hirvensalo 2021, 50–51; Koski ym. 2022, 6; Koski & Hirvensalo 2023, 49; Lehmuskallio 2007, 86) ja positiivinen mieli/mieliala (Brooks & Magnusson 2007, 17; Grénman ym. 2018, 94; Ristimäki ym. 2019, 103; Seippel 2006, 64; Sukys ym. 2019, 1084, 1090). Yhteneväisyyttä löytyi myös kilpailemisen (Lehmuskallio 2007, 64, 99; Vanttaja ym. 2017, 60; Zacheus & Saarinen 2019, 97–98) ja voittamisen (Aira ym. 2013, 21; Lehmuskallio 2007, 64, 99; Zacheus & Saarinen 2019, 97–98) merkitysten kohdalla, joita selkeästi harvempi osa lapsista ja nuorista piti tärkeänä.

### **2.3.3 Eroja liikunnan merkityksissä iän, sukupuolen ja fyysisen aktiivisuuden määrän mukaan**

Liikunnan merkitykset näyttävät olevan nuoremmille tärkeämpiä, sillä Lehmuskallion (2007, 88) tutkimuksessa kaikkien muiden merkityskokonaisuuksien osalta, paitsi fyysisyyden, pitivät viidesluokkalaiset keskimäärin tärkeämpänä kuin yhdeksäsluokkalaiset. Lisäksi Koski ja Hirvensalo (2021, 55) saivat selville, että toisen asteen opiskelijoilla merkitysten kirjo liikunnassa on selvästi suppeampi kuin peruskouluikäisillä. Toisen asteen opiskelijoilla kuitenkin vahvistuvat perusasteen opiskelijoita enemmän terveyteen liittyvät merkitykset, virkistyminen liikunnan avulla, kunnon ylläpito ja kohottaminen, hyvän ulkonäön saaminen sekä rentoutuminen (Koski & Hirvensalo 2021, 55). Toisaalta Zacheuksen ja Saarisen (2018, 97) tutkimuksessa halu pysyä terveenä oli yleisemmin tärkeää 10–14-vuotiaille kuin 15–19-vuotiaille.

Takalo (2016, 173, 175) kertoo elämän vakiintumisen ja varhaisaikuisuuden seurauksena merkitysten painottuvan terveyteen liittyviin arvoihin, jotka näkyvät ainakin osalle nuorista. Kunto ja terveys –ulottuvuus painottui Vanttajan ym. (2017, 59–60) tutkimuksessa eniten niin teini-ikäisillä kuin myös nuorilla aikuisilla. Eniten teini-ikäisten ja nuorten aikuisten välillä eroja esiintyi itseilmaisussa sekä itsensä toteuttamisessa ja kilpailu-ulottuvuudessa. Teineille nämä merkitysulottuvuudet olivat selvästi tärkeämpiä kuin nuorille aikuisille. Myös Seippelin (2006, 62–63) tutkimuksessa itsensä ilmaisu oli nuoremmille tutkittaville tärkeämpää, mutta myös kunnossa pysyminen.

Tiirikainen ja Konu (2013, 36, 41) tutkivat 11–17-vuotiaita urheiluseurassa urheilevia nuoria ja saivat selville, että liikunnassa sosiaalinen merkitys painottuu usein lapsuudessa, kilpailemiseen liittyvät tavoitteet nuoruudessa ja myöhemmässä ikävaiheessa tavoitteet liittyen hyvinvointiin, terveyteen ja toimintakykyyn. Myös Airan ym. (2013, 21), Zacheuksen ja Saarisen (2018, 98) sekä Seippelin (2006, 62) tutkimusten mukaan sosiaalisen merkityksen todettiin vähenevän iän kasvaessa. Lisäksi hauskanpidon (Aira ym. 2013, 21) ja ilon (Seippel 2006, 61) merkitykset vähentyivät iän kasvaessa. Rintala ym. (2013, 60–63) saivat samansuuntaisen tuloksen, jossa vammaiset ja pitkäaikaissairaat seitsemäsluokkalaiset pojat pitivät tärkeämpinä liikuntasyinä halua tavata ja saada kavereita kuin yhdeksäsluokkalaiset. Lisäksi kyseisessä tutkimuksessa seitsemäsluokkalaiset tytöt pitivät tärkeämpänä halua olla hyvä urheilussa kuin yhdeksäsluokkalaiset tytöt. Kuitenkin suurempi osa yhdeksännellä luokalla olevista tytöistä piti

erittäin tärkeänä liikuntasyynä halua laihtua kuin seitsemäsluokkalaisista. (Rintala ym. 2013, 63)

Haanpää ym. (2012, 13, 47) tutkimuksen mukaan 6.-luokkalaiset pitivät voittamista ja kilpailua merkittävämpinä motivaattoreina kuin 9.-luokkalaiset. Myös Seippelin (2006, 63) tutkimuksessa kilpailu ja saavuttaminen olivat nuoremmille tutkittaville tärkeämpiä. Toisaalta Airan ym. (2013, 21) 11-, 13- ja 15-vuotiaiden liikuntaa kuvaavassa tutkimuksessa iän kasvaessa voittamisen ja lisäksi hyvältä näyttämisen merkitykset lisääntyivät, vaikka halu voittaa tosin oli tärkeää vain pienelle osalle (pojista 24 % ja tytöistä 9 %). Myös Zacheuksen ja Saarisen (2018, 98) tutkimuksessa halu näyttää hyvältä oli yleisemmin tärkeä motiivi vanhemmilla tutkittavilla. Yli 20-vuotiailla tärkeämpää verrattuna nuorempiin tutkimusryhmiin, oli mahdollisuus yksinoloon ja rauhaan (Zacheus & Saarinen 2019, 98). Sen sijaan "*vanhempien halu*" ei enää 25–29-vuotiailla juurikaan motivoi liikuntaan, toisin kuin 10–14-vuotiailla (Zacheus & Saarinen 2019, 98). Mielen virkistymisen merkitys näyttäisi lisääntyvän iän myötä (Seippel 2006, 62).

Myös sukupuolten välillä on nuorten joukossa nähtävissä eroja merkitysten liittämässä liikuntaan. Tyttöjen ja poikien välillä oli joitakin eroja siinä, miten tärkeäksi liikunnan erilaisia merkityksiä arvioidaan (Koski ym. 2022, 6). Tytöt löytävät liikunnasta enemmän merkityksiä kuin pojat (Koski ym. 2022, 6; Vanttaja ym. 2017, 73). Kuitenkin tytöillä merkitysten arvostus on viimevuosina laskenut huomattavasti enemmän kuin pojilla (Koski & Hirvensalo 2023, 54).

Tytöt pitivät terveystieteiden näkökulmia tärkeinä ja mainitsivat useammin leikin ja pelin merkityksen, sosiaalisen näkökulman sekä lisääntyvän lihasvoiman kuin pojat (Koski ym. 2022, 6). Toisaalta Haanpään ym. (2012, 47) tutkimuksessa 6.- ja 9.-luokkalaisilla pojilla voiman saaminen ja lihasten kasvattaminen korostuivat tyttöjä enemmän. Myös Rintalan ym. (2013, 63) tutkimuksessa pitkäaikaissairaat ja vammaiset yläkouluikäiset pojat pitivät tyttöjä tärkeämpänä liikuntasyynä halun saada lisää lihasmassaa. Lisäksi Iannotti ym. (2012, 111) saivat selville tyttöjen pitävän poikiin verrattuna terveyttä enemmän motivoivana liikuntaan.

Airan ym. (2013, 21) mukaan 15- vuotiaista tytöistä yli puolet piti erittäin merkittävänä liikkumisen syynä hauskanpitoa, hyvään kuntoon pääsemistä, terveyden kohentamista, painonhallintaa, nauttimista liikunnan mukana tulleista tunteista sekä halun näyttää hyvältä. Ilo oli 25–29-vuotiaille naisille tärkeämpi motiivi kuin miehille Zacheuksen ja Saarisen (2018, 98)

tutkimuksessa. Haanpään (2012, 47) tutkimuksessa 6.- ja 9.-luokkalaisilla tytöillä taitojen oppimisen merkitys painottui enemmän kuin pojilla. Tytöt pitivät Lehmuskallion (2007, 88) tutkimuksessa keskimäärin tärkeämpänä hyvän olon ja mielen merkitystä. Hyvä olo, korostuu myös Kosken ja Hirvensalon (2021, 51) tutkimuksessa naisilla miehiä enemmän sekä lisäksi murheiden unohtaminen ja painonhallinta. Naisille tärkeämpää kuin miehille, on myös Seippelin (2006, 62–63) tutkimuksen mukaan mielen virkistyminen ja ilmaisu, ja toisaalta myös kunnossa pysyminen sekä keho ja ulkonäkö, joiden kohdalla erot lisääntyvät sukupuolten välillä iän myötä.

Sukys ym. (2019, 1091) tutkimuksessa 18–25-vuotiaista yliopisto-opiskelijoista löydettiin merkittävä ero miesten ja naisten välillä paino- ja ulkonäkömotiivin kohdalla, joka oli selvästi tärkeämpi naisille. Haanpään ym. (2012, 47) mukaan painomotiivi liikuntaan korostui myös 6.- ja 9.-luokkalaisilla tytöillä enemmän kuin pojilla. Aira ym. (2013, 21) toteavat myös tutkimuksessaan, että tyttöjen kohdalla iän lisääntyessä painonhallinnasta muodostui tärkeämpi syy liikkua 15-vuotiaille, kuin 11- ja 13-vuotiaille. Tätä tulosta tukee Rintalan ym. (2013, 63) tutkimus pitkäaikaissairaista ja vammaisista yläkouluikäisistä, missä tytöille keskimäärin tärkeämpää kuin pojille oli halu hallita painoa, laihtua ja näyttää hyvältä. Kuitenkin Zacheuksen ja Saarisen (2018, 98) tutkimuksessa ulkonäköön liittyvissä motiiveissa liikkumiseen ei havaittu eroja sukupuolten välillä.

Airan ym. (2013, 21) tutkimuksessa 15-vuotiaista pojista puolet arvioivat erittäin merkittäviksi liikkumisen syiksi hyvän kunnon saavuttamisen ja hauskanpidon. Kosken ym. (2022, 6) mukaan pojat pitivät menestystä, voittamista, kilpailua ja haastamista tai muiden voittamista tärkeinä merkityksinä (Koski ym. 2022, 6). Myös Haanpään ym. (2012, 47), Kosken ja Hirvensalon (2021, 50–51) ja Seippelin (2006, 63) mukaan pojilla korostuvat tyttöjä enemmän voittamisen ja kilpailullisuuden merkitykset. Voittaminen nousi tärkeämmäksi liikuntamotiiviksi pojille kuin tytöille 10–24-vuotiaista myös Zacheuksen ja Saarisen (2018, 98) tutkimuksessa. Näin oli myös huipulle tähtäämisessä 15–19-vuotiailla ja ystävien, kilpailunhalun, vanhempien halun ja esikuvien osalta 20–24-vuotiailla (Zacheus & Saarinen 2019, 98). Kosken ja Hirvensalon (2021, 50–51) tutkimuksessa 16–20-vuotiailla miehillä painottui naisia enemmän myös taidokas temppuilu, miehekkyyys, oveluus, järjen käyttö, kamppailu, vauhdikkuus ja ronskit otteet.

Korkeakouluopiskelijoista fyysisyyden ja haasteellisuuden sekä tavoitteellisuuden ja kilpailun merkitysulottuvuuksien todettiin olevan yhteydessä harrastetun liikunnan määrään selkeämmin miehillä kuin naisilla (Grénman ym. 2018, 100). Lisäksi Lehmuskallion (2007, 88, 92) tutkimuksessa pojat pitivät keskimäärin tärkeämpänä pinnallisuus-, extreme- ja menestysshalumerkityksiä kuin tytöt. Sekä Iannotin ym. (2012, 111), Seippelin (2006, 63) että Woldin ym. (2016, 954) tutkimuksissa pojat pitivät saavuttamista yleisemmin motivoivana liikuntasyynä kuin tytöt ja lisäksi vielä sosiaalisuutta Iannotin ym. (2012, 111) tutkimuksessa.

Erot vähän ja paljon liikkuvien merkitysten välillä todettiin suuriksi (Koski & Hirvensalo 2021, 54). Vähän ja paljon liikkuvilla molemmilla kaksi yleisintä merkitystä olivat hyvä olo ja parhaansa yrittäminen. Seuraavaksi mainituissa merkityksissä löydettiin kuitenkin eroja, joissa vähän liikkuvat mainitsivat kunnon kohottamisen ja terveellisuuden, kun taas paljon liikkuvat mainitsivat onnistumisen elämykset ja ilon. Suurin ero löydettiin näiden kahden ryhmän väliltä taitojen oppimisessa ja niiden kehittämisessä, jota paljon liikkuvat pitivät useammin tärkeämpänä kuin vähän liikkuvat. Työnteon ja ahkeruuden merkityksissä ero oli samaa luokkaa. (Koski & Hirvensalo 2021, 54) Erityisen tärkeää vähän liikkuville ovat nuoruudessa vahvistuvat ystävien ja kavereiden merkitykset (Takalo 2016, 172).

Eri tekijät voivat vaikuttaa liikunnan merkitysten tärkeäksi kokemiseen. Tutkimusten mukaan näyttäisi siltä, että nuoremmat pitävät liikunnan merkityksiä keskimäärin tärkeämpinä (Koski & Hirvensalo 2021, 55; Lehmuskallio 2007, 88). Myös merkitysten eroissa iän mukaan ilmeni erilaisia ja osittain eriäviä tuloksia, mutta myös yhteneväisyyksiä. Esimerkiksi nuoremmille painottui vanhempia tutkittavia enemmän liikunnan sosiaalinen merkitys (Aira ym. 2013, 21; Rintala ym. 2013, 60–63; Seippel 2006, 62; Tiirikainen & Konu 2013, 36, 41; Zacheus & Saarinen 2019, 98) ja kilpailu (Haanpää ym. 2012, 13, 47; Seippel 2006, 63; Vanttaja ym. 2017, 59–60). Vanhemmille tutkittaville tärkeämpiä olivat sen sijaan terveys (Koski & Hirvensalo 2021, 55; Takalo 2016, 173, 175; Tiirikainen & Konu 2013, 36, 41) ja ulkonäkö (Aira ym. 2013, 21; Koski & Hirvensalo 2021, 55; Zacheus & Saarinen 2019, 98).

Sukupuolittain tarkastelussa näyttäisi siltä, että tytöt löytävät enemmän merkityksiä liikunnasta kuin pojat (Koski ym. 2022, 6; Vanttaja ym. 2017, 73). Sukupuolien välisistä merkityseroista on myös erilaisia tuloksia antavia tutkimuksia. Kuitenkin tytöille erityisesti painonhallinta – merkitys näyttäisi olevan tärkeämpi kuin pojille (Aira 2013, 21; Haanpää ym. 2012, 47; Koski & Hirvensalo 2021, 51; Rintala ym. 2013, 63; Sukys ym. 2019, 1091). Toisaalta pojilla korostui

selkeästi tyttöjä enemmän kilpailun ja voittamisen –merkitykset (Haanpää ym. 2012, 47; Koski & Hirvensalo 2021, 50–51; Koski ym. 2022, 6; Seippel 2006, 63; Zacheus & Saarinen 2019, 98).

### 3 ASUINYMPÄRISTÖ

#### 3.1 Määritelmä ja yleisiä eroja

Suomessa alueiden jako maaseutuun ja kaupunkiin perustuu viimeisimpään kaupunki-maaseutu –alueluokitukseen, joka on julkaistu vuonna 2020 (Helminen ym. 2020). Se on päivitys aiempaan kaupunki-maaseutu –luokitukseen, joka on tehty edellisessä luokittelussa määritellyillä menetelmillä, ja alueluokat ovat pysyneet samana vuoden 2013 luokituksesta (Helminen ym. 2020, 3). Alueluokitus ei perustu kuntien rajoihin, vaan alueluokkien kriteereihin, jotka on kuvattu tarkemmin vuonna 2014 ilmestyneessä Suomen ympäristökeskuksen raportissa (Helminen ym. 2014). Alueluokittelu koostuu seitsemästä alueesta, joissa kaupunki jakautuu sisempään ja ulompaan kaupunkialueeseen sekä kaupungin kehysalueeseen. Maaseutu taas on jaettu maaseudun paikalliskeskuksiin, kaupungin läheiseen maaseutuun, ydinmaaseutuun sekä harvaan asuttuun maaseutuun. Yli 15 000 asukkaan taajamat muodostavat kaupunkeja, mutta kaupungin ja maaseudun raja ei ole yksiselitteinen, joten luokituksessa on pyritty huomioimaan näiden kahden alueen välivyöhykkeet. (Helminen ym. 2020, 12–13; Helminen ym. 2014, 9–12)

Alueluokittelun sijaan voidaan kuntia luokitella myös paikkatietopohjaisesti, mutta tällainen luokittelu ei ota huomioon kuntien sisäistä vaihtelua (Helminen ym. 2020, 27). Kuntien luokittelu paikkatietopohjaisesti perustuu maaseudun kolmijaon luokkiin. Tässä luokittelussa kaupungin kehysaluetta tai maaseudun paikalliskeskuksia ei oteta huomioon. Kaupungeiksi määritellyt kunnat määräytyvät väestön perusteella. Kuntien luokittelu maaseudun alaluokkiin taas perustuu väestöosuuksiin sekä maa-alaosuuksiin. (Helminen ym. 2020, 27; Helminen ym. 2014, 51)

Koska asuin ympäristön ja liikunnan merkitysten välistä yhteyttä ei olla tutkittu, tarkastelemme seuraavaksi yleisiä eroja alueiden välillä. Suomessa elinoloissa on havaittu jonkin verran alueellisia eroja (Fina ym. 2021, 13-14). Taantuvat alueet, joilla esimerkiksi työllisyysaste ja huoltosuhde ovat heikompia, painottuvat harvaan asutuille alueille Itä- ja Pohjois-Suomeen. Menestyvät alueet ja kaupunkien vaikutusalueet taas sijoittuvat Suomen kartalla pääkaupunkiseudulle ja isojen kaupunkien, kuten Tampereen läheisyyteen. Näillä alueilla on korkeimmat työllisyysasteet, tulot sekä väestönkasvu. (Fina ym. 2021, 13–14) Vaikka Suomi



on maa, jolla menee keskimääräisesti hyvin verrattuna muihin valtioihin, on myös meillä jonkin verran alueellista eriarvoisuutta elinoloissa (Fina ym. 2021, 6–9). Esimerkiksi kuntien välillä Suomen sisällä on sosioekonomisia eroja, vaikka tuloerot Suomessa yleisesti ovat pieniä kansainvälisessä vertailussa. Kunnilla, joissa on matala työllisyysaste, on vaikeaa tuottaa palveluita liian pienten verotulojen takia. Usein näissä kunnissa on myös ikääntyvää väestöä, mikä lisää tarvetta terveydenhuoltopalveluille ja poismuuton takia tilanne entisestään huononee. Itä-Suomen rajaseudun kunnat sekä harvaan asuttujen alueiden kunnat usein kärsivät näistä ongelmista. (Fina ym. 2021, 8, 10)

Myös terveyden mittareissa on FinTerveys 2017 –tutkimuksessa havaittu alueiden välisiä eroja, jotka eivät toki ole yhtä johdonmukaisia kuin esimerkiksi erot koulutusryhmien mukaan. Maakuntien välillä havaittiin selviä eroja esimerkiksi terveyden ja toimintakyvyn mittareissa, kun THL:n sairastavuusindeksin mukaan Pohjois-Savossa sairastavuus oli suunnilleen kaksinkertaista terveimpään Ahvenanmaan maakuntaan verrattuna. (Koskinen ym. 2018, 185) THL:n (2022, 1–2) sairastavuusindeksistä on edelleen havaittavissa jakautuneisuus Itä- ja Länsi-Suomen välillä, missä Länsi-Suomessa ollaan terveempiä kuin Itä-Suomessa.

Saarsalmi ym. (2017, 190) tarkastelivat kaupunki-maaseutuluokituksen mukaisesti hyvinvointi- ja terveyseroja Suomen eri osissa. He huomasivat selkeitä eroja kaupunki- ja maaseutumaisten alueiden välillä hyvinvointiin ja terveyteen liittyen (Saarsalmi ym. 2014, 1). Heidän mukaansa koettu terveys oli huonompaa maaseudulla kuin kaupungeissa. Suurin ero koetussa terveydessä kaupungin ja maaseudun välillä oli Helsingin yliopistosairaalan alueella ja pienin ero Oulun yliopistosairaalan alueella. (Saarsalmi 2017, 193) Myös työkyvyssä erot olivat selkeitä maaseudun ja kaupungin välillä. Maaseudulla oli suurempi osuus ihmisiä, jotka kokivat työkykynsä heikentyneeksi. (Saarsalmi ym. 2014, 1) Onnellisuudessa taas ei havaittu yhtä selkeitä eroja maaseudun ja kaupungin välillä, mutta harvaanasutun maaseudun väestö koki itsensä kaikkein onnellisimmaksi (Saarsalmi ym. 2014, 2).

### **3.2 Fyysinen aktiivisuus asuin ympäristön mukaan lapsilla ja nuorilla**

Fyysisen aktiivisuuden on todettu olevan yhteydessä merkitysten lukumäärään (Grénman 2018, 99; Vanttaja ym. 2017, 71) ja tärkeyteen (Koski ym. 2022, 7). Asuin ympäristön suhteen liikunnan merkityksiä ei aiemmin Suomessa ole tarkasteltu, joten aikaisempien

tutkimustulosten läpikäyntiä ei pysty sen osalta tehdä. Seuraavissa kappaleissa tarkastellaan sen sijaan fyysisen aktiivisuuden eroja asuinympäristön suhteen, sillä merkityksillä on todettu olevan yhteys fyysiseen aktiivisuuteen (Grénman ym. 2018, 99; Vanttaja 2017, 71).

Asuinpaikan yhteyttä fyysiseen aktiivisuuteen on tarkasteltu useissa tutkimuksissa eri maissa. Tulokset ovat kuitenkin osin ristiriitaisia. Fyysisen aktiivisuuden on todettu olevan suurempaa kaupunkilaislapsilla eri tutkimuksissa eri maissa (Corder ym. 2015; 471–475; Macharo-Rodrigues ym. 2012, 118; Moore ym. 2012, 147; Martin ym. 2022, 26). Yhdysvalloissa toteutetun tutkimuksen mukaan kaupungissa asuvat lapset ja nuoret viettävät maaseutulapsia keskimäärin suuremman ajan fyysisesti kohtalaisen tai raskaan aktiivisuuden parissa (Moore ym. 2012, 147). Portugalilaistutkimuksen mukaan 13–16 –vuotiaiden kaupungissa asuvien todettiin viettävän vähemmän aikaa paikallaan kuin maaseudulla asuvien (Macharo-Rodrigues ym. 2012, 118).

Suomessa toteutettujen LIITU-tutkimuksen sekä Move! -testien tulokset antavat viitteitä kaupunkilaislasten suuremmasta fyysisestä aktiivisuudesta. Vuoden 2018 LIITU-tutkimuksessa 11–15 –vuotiaat kaupunkilaislapset saavuttivat fyysisen aktiivisuuden suositukset paremmin kuin maaseudun lapset koko vastaajajoukossa (Martin ym. 2022, 26). Vuoden 2022 LIITU-tutkimuksessa kaikki poikien ikäluokat sekä kummankin sukupuolen 15-vuotiaat saavuttivat liikkumissuosituksen paremmin kaupungissa kuin maaseudulla. Muissa ikäryhmissä tai tytöillä eroja ei havaittu. (Martin ym. 2022, 26) Lisäksi lasten fyysistä toimintakykyä mittaavassa Move! -testissä alueiden välillä on havaittu merkittävää vaihtelua. Maaseutukunnissa on enemmän oppilaita, joilla fyysisen toimintakyky on tasolla, joka saattaa vaikeuttaa arjessa jaksamista. (Valtioneuvosto 2022)

Sandercockin ym. (2010, 196) kirjallisuuskatsauksen mukaan maaseudulla tai kaupungissa asuminen ei merkittävästi vaikuttanut fyysiseen aktiivisuuteen. Kolmestatoista tarkastellusta tutkimuksesta ainoastaan yksi löysi merkittävän eron kaupungin ja maaseudun välillä. Myös Ferreiran ym. (2006, 142) kirjallisuuskatsaus tuki tätä tulosta. He tarkastelivat laajasti ympäristötekijöitä, jotka vaikuttivat lasten ja nuorten fyysiseen aktiivisuuteen. Muutama tutkimus tarkasteli asuinympäristön yhteyttä, ja tutkimusten mukaan kaupungissa tai maaseudulla asuminen ei ollut yhteydessä eroihin fyysisessä aktiivisuudessa.

Tutkimustuloksia löytyi kuitenkin myös sen puolesta, että maaseudulla asuvat lapset olisivat fyysisesti aktiivisempia. McCormackin ja Meenderingin (2016, 471–475) kirjallisuuskatsauksessa tarkastellusta 16 tutkimuksesta yhdeksän tulosten mukaan fyysinen aktiivisuus oli suurempaa maaseudulla. Viidessä tutkimuksessa eroja ei löytynyt ja vain yhden tutkimuksen mukaan kaupunkilapset olivat fyysisesti aktiivisempia. (McCormack & Meendering 2016, 471–475) Myös Skotlannissa toteutetun tutkimuksen tulokset antoivat samansuuntaisia viitteitä. Heidän tutkimuksensa mukaan 10–11 –vuotiaat maaseudun lapset viettivät vähemmän aikaa paikallaan kuin kaupunkilapset ja viettivät enemmän aikaa kevyen fyysisen aktiivisuuden parissa. Kohtalaisen-rasittavan fyysisen aktiivisuuden kohdalla tosin ei eroa kaupungin ja maaseudun välillä havaittu. (McCrorie ym. 2020, 5) Lisäksi Brasiliassa toteutetussa tutkimuksessa maaseudun lapset saavuttivat paremmin liikuntasuosituksia kuin kaupungissa asuvat lapset (Andrade Neto ym. 2014, 4). Tämän tutkimuksen tutkimusjoukko koostui toki hieman nuoremmista, 7–10 –vuotiaista lapsista.

Niggs ym. (2022, 792–793) ovat kuitenkin huomanneet, että fyysisen aktiivisuuden muutoksissa vuosien varrella on eroja maaseudun ja kaupungin välillä. Tutkimuksessa tarkasteltiin kolmea poikkileikkaustutkimusta vuosien 2003–2017 ajalta. Tarkastelussa oli yli 12 000 4–17-vuotiaasta lasta ja nuorta. Tuloksista ilmeni, että maaseudulla asuvilla lapsilla ja nuorilla oli laskeva trendi kokonaisfyysisen aktiivisuuden määrässä. Maaseudulla väheni vuosien varrella eniten myös ulkoleikkien määrä sekä vapaa-ajan liikunta. Lisäksi ruutuajan lisääntyminen oli suurinta maaseudulla asuvilla lapsilla ja nuorilla. (Niggs ym. 2022, 792–793) Myös Corderin ym. (2015, 2–3) pitkittäistutkimuksesta saatiin samansuuntaisia tuloksia. Maaseudun lasten kohtalaisen-raskaan fyysisen aktiivisuuden määrä väheni eniten tutkimuksen aikana ja heillä oli alhaisempi kohtalaisen-raskaan fyysisen aktiivisuuden määrä koko tutkimuksen ajan kaupunkilaislapsiin verrattuna (Corder ym. 2015, 3).

Maaseudun ja kaupungin fyysisessä aktiivisuudessa on lisäksi joissain tutkimuksissa havaittu olevan kausittaista vaihtelua. Loucaides ym. (2004, 142) huomasivat, että talvisin kaupunkilaislapset ovat maaseutulapsia aktiivisempia ja kesäisin taas maaseutulasten aktiivisuus oli kaupunkilaislapsia suurempaa. Myös McCrorie ym. (2020, 6) huomasivat, että vuodenaika oli yhteydessä fyysiseen aktiivisuuteen. Heidän mukaansa kaupunkilapset liikkuvat maaseudun lapsia enemmän keväällä, mutta Loucaidesin ym. (2004, 142) huomioiden tapaan talvella taas maaseudun lapset olivat aktiivisempia. (Loucaides ym. 2004, 142; McCrorie ym. 2020, 6)

Tulokset fyysisen aktiivisuuden osalta asuinympäristöjen suhteen ovat siis hieman ristiriitaisia. Osa tutkimuksista osoitti, että kaupungissa asuvat lapset olivat fyysisesti aktiivisempia kuin maaseudun lapset (Corder ym. 2015, 2–3; Macharo-Rodrigues ym. 2012, 118; Moore ym. 2012, 147). Joissain tutkimuksissa eroja ei löytynyt (Ferreira ym. 2006, 142; Sandercock ym. 2010, 196) ja osassa tutkimuksissa maaseudun lasten todettiin olevan fyysisesti aktiivisempia kuin kaupunkilaislasten (McCrorie ym. 2020 5–6; Andrade Neto ym. 2014, 4; McCormack & Meendrerling 2016, 471–475). Tutkimuksissa on kuitenkin havaittu, että maaseudun lapsilla on viime vuosina tapahtunut suurempaa laskua fyysisen aktiivisuuden määrässä (Corder ym. 2015, 2–3; Niggs ym. 2022).

### **3.3 Osallistuminen seuratoimintaan sekä liikuntaan osallistumisen mahdollisuudet**

Lasten ja nuorten osallistumisessa organisoituun urheiluseuratoimintaan on havaittu olevan eroja kaupungin ja maaseudun välillä (Martin ym. 2019, 45; Martin ym. 2023, 27; Suomi ym. 2017, 25). Martin ym. (2023, 27) totesivat tuoreimmassa LIITU-tutkimuksessaan, että Suomessa kaupungeissa asuvat lapset osallistuvat yleisemmin urheiluseuratoimintaan kuin maaseudulla asuvat lapset. Ero oli nähtävissä myös sukupuolen mukaan, sillä kaupunkilaispojat osallistuivat maaseudun poikia yleisemmin seuratoimintaan, kuten myös kaupunkilaistytöt maaseudun tyttöjä yleisemmin. Hakasen ym. (2019, 27–28) tarkastelusta ilmeni yhtä lailla, että kaupunkilaislapset harrastavat maaseudun lapsia useammin urheiluseurassa.

Lisäksi asuinympäristön on havaittu vaikuttavan siihen, missä lapset ja nuoret liikkuvat. Suomessa toteutetun tutkimuksen mukaan maaseudulla asuvat 11–15-vuotiaat liikkuvat kaupunkilaisia yleisemmin luonnossa ja omalla tai kaverin pihalla, kun taas kaupungissa asuvat käyttivät liikkumiseen maaseudulla asuvia yleisemmin sisäsälejä, ulkokenttiä, kevyenliikenteenväyliä sekä kaupunkitilaa. (Martin ym. 2023, 27) Masoumin (2017, 4) kirjallisuuskatsauksen mukaan kaupunkilaislapset liikkuvat yleisemmin kaduilla ja puistoissa, kun taas maaseudun lapset leikkivät todennäköisemmin niityillä. Samassa tutkimuksessa todettiin yleisesti rakennetun ympäristön, katujen, kenttien ja jalkakäytävien olevan yhteydessä lasten fyysiseen aktiivisuuteen (Masoumi 2017, 4).

Lähtökohdat liikuntaharrastamiselle saattavat erota kaupungin ja maaseudun välillä (Armila 2020, 142; Edwards 2014, 380). Suomessa harvaanasutuilla syrjäseuduilla mahdollisuudet osallistua mielekkääseen liikuntaharrastamiseen ovat rajalliset (Armila 2020, 142). Eriarvoisuutta tuottavat esimerkiksi omanikäisen liikuntaharrastusseuran puute ja nuorten vähyys. Kavereiden tuen on havaittu edistävän fyysistä aktiivisuutta koulupäivän jälkeen ja omanikäisten nuorten vähyys saattaa estää joukkuelajien harrastamisen. (Armila 2020, 149; Hohepa ym. 2007, 3–6) Syrjäseuduilla pitkät välimatkat vaikeuttavat osallistumista liikuntaharrastuksiin ja julkisen liikenteen puute entisestään korostaa tätä ongelmaa (Armila 2020, 151; Edwards ym. 2014, 383). Lisäksi yhteisiin liikuntaharrastuksiin osallistumista voi estää harrastamista tukevien aikuisten puute, jos osaavaa valmentajaa tai ohjaajaa ei syrjäkyliltä löydy (Armila 2020, 154).

Liikunta- ja urheiluseuraharrastamiseen tarvittavien tilojen, kuten kenttien, salien ja varusteiden puute maaseudun syrjäkylillä voi myös osaltaan hankaloittaa liikunnan harrastamista (Armila 2020, 152). Taajamissa voi toki olla koulujen liikuntasaleja ja urheilukenttiä, joita voi hyödyntää, mutta niidenkin käyttöä saattaa hankaloittaa koulupäivään rajoitetut ajat (Armila 2020, 152). Lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden on todettu olevan positiivisesti yhteydessä rakennettuun ympäristöön, kuten pääsyyn tiloihin sekä liikenteen infrastruktuuriin (Davison & Lawson 2006, 1). Kävelyteiden vähyys ja pitkät etäisyydet voivat esimerkiksi olla yhteydessä vähäisempään aktiiviseen liikkumiseen kouluun (Davison & Lawson 2006, 10; Masoumi 2017, 7–9; Smith ym. 2022, 17).

#### 4 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Työn tarkoituksena on tutkia, miten asuinympäristö on yhteydessä koettuihin liikunnan merkityksiin 5.-, 7.- ja 9.-luokkalaisilla. Tarkastelemme liikunnan merkitysten määrien eroavaisuuksia sekä sitä, mitä merkityksiä pidetään tärkeinä. Asuinympäristöllä tarkoitetaan tässä tutkimuksessa kaupunkia ja maaseutua.

1. Miten liikunnan yleisimmin tärkeät merkitykset ovat yhteydessä kaupungissa tai maaseudulla asumiseen?
2. Miten liikunnan tärkeiden merkitysten määrä on yhteydessä kaupungissa tai maaseudulla asumiseen?
3. Miten liikunnan merkitykset eroavat sukupuolittain kaupungin ja maaseudun välillä?
4. Miten liikunnan merkitykset eroavat luokittain kaupungin ja maaseudun välillä?
5. Eroavatko liikunnan tärkeät merkitykset toisistaan vuoden 2014 ja 2022 tutkimusten välillä kaupungissa ja maaseudulla?
6. Miten liikunnan merkitykset eroavat eri puolella Suomea asuvilla?

## 5 TUTKIMUSMENETELMÄT

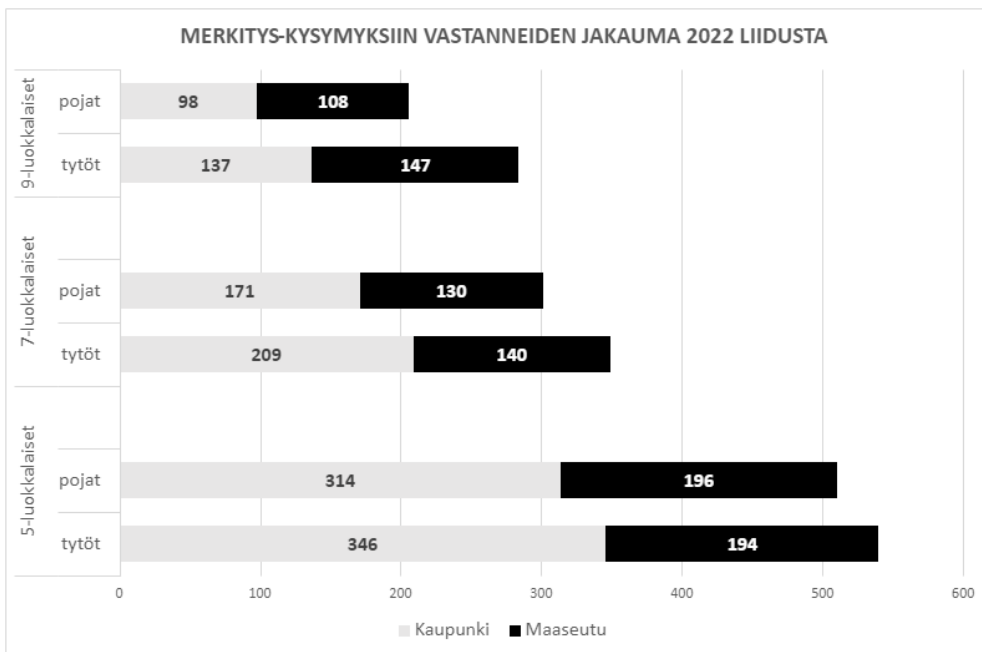
### 5.1 Tutkimusaineisto ja mittarit

Tutkimuksessa aineistona käytettiin pääosin vuoden 2022 LIITU-tutkimusta. Lisäksi yhdessä tutkimuskysymyksessä käytössä oli myös vuoden 2014 LIITU-tutkimus. LIITU-tutkimus on kansallisesti lasten ja nuorten liikuntakäyttäytymistä Suomessa tutkiva poikkileikkaustutkimus, joka on toteutettu vuosina 2014, 2016, 2018, 2020 ja 2022. Tutkimuksessa kerätään tietoja lasten ja nuorten liikkumisesta sekä siihen liittyvistä tekijöistä ja ilmiöistä. Uusin LIITU-tutkimus toteutettiin keväällä 2022 liikemittarimittauksina sekä internetkyselynä yhteistyössä WHO:n koululaistutkimuksen kanssa. (Kokko ym. 2023, 11) Tässä tutkimuksessa käytetään ainoastaan internetkyselyn vastauksia.

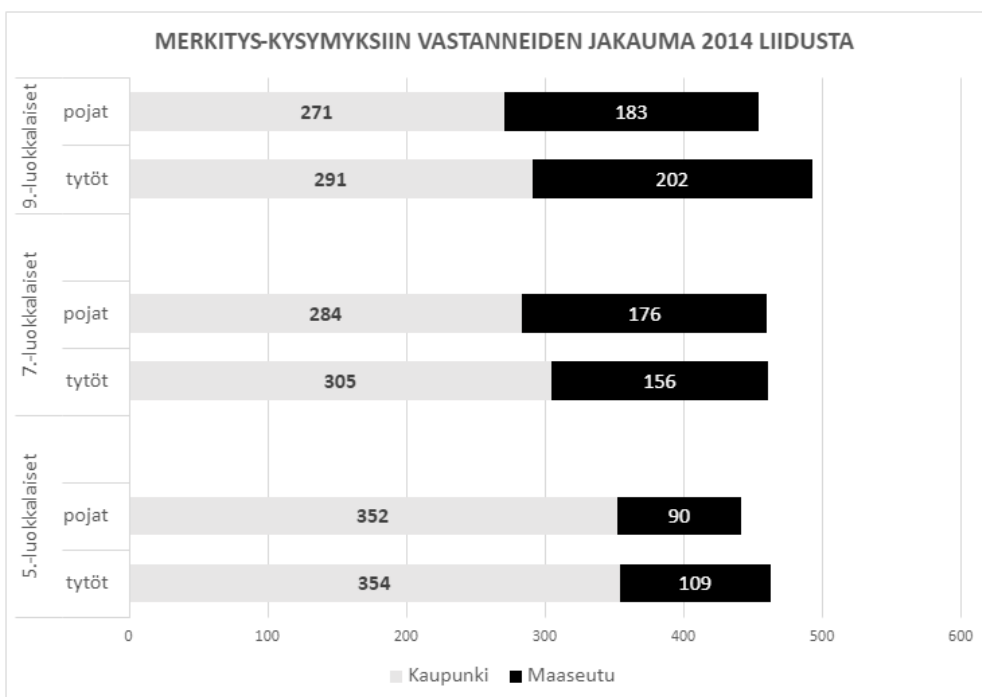
LIITU-tutkimus 2022 kohdistuu 7–15-vuotiaisiin peruskoululaisiin (Kokko & Martin 2023, 6). Käyttämämme aineisto mittaa kuitenkin ainoastaan 5.-, 7.- ja 9.-luokkalaisia eli 11–15-vuotiaita, joten tutkimuksemme kohdistuu tämän ikäisiin (Koski & Hirvensalo 2023, 49). Kyseisiin LIITU-tutkimuksiin valitut koulut on poimittu satunnaisotannalla Tilastokeskuksen koulurekisteristä (Kokko ym., 2019, 10; Kokko ym. 2015, 11). Vuoden 2022 LIITU-tutkimukseen osallistui lopulta 329 koulua, joista 260 oli suomenkielisiä ja 69 ruotsinkielisiä (Kokko ym. 2023, 12) ja vuoden 2014 LIITU-tutkimukseen 375 suomenkielistä koulua (Kokko ym. 2014, 11). Tutkimuksemme rajautuu ainoastaan suomenkielisiin kouluihin.

Kyselyaineisto on kerätty Webropol-kyselylomakkeiden ja liikemittareiden avulla maaliskesäkuussa 2022 (Kokko ym. 2023, 11). Tutkimuksesta ja kyselyaineistosta vastasi Terveystieteiden tutkimuskeskus Jyväskylän yliopistosta ja suuri joukko liikunta- ja terveysalan tutkijoita ja organisaatioita osallistui kyselyaineiston keruuseen (Kokko ym. 2023, 11). Kyselylomakkeena vuoden 2014 LIITU-tutkimuksessa toimi myös internet-lomake, joka tehtiin mriInterview-ohjelman avulla (Kokko ym. 2015, 12). LIITU-tutkimuksen ensimmäisellä toteutuskerralla 2014 aineistonkeruu toteutettiin myös WHO-koululaistutkimuksen yhteydessä (Kokko ym. 2015, 11). Kaiken kaikkiaan LIITU 2022 –kyselyyn osallistui yhteensä 10 098 lasta ja nuorta. Tässä tutkimuksessa tarvittaviin kysymyksiin näistä vastasi yhteensä 2299 5.-, 7.- ja 9.-luokkalaista lasta ja nuorta. Vuoden 2014 LIITU-tutkimuksen aineisto koostui yhteensä 3071 lapsesta ja nuoresta ja vastausprosentti tutkimuksessa oli 41 % (Kokko ym. 2015,

12). Näiden vastaajien tarkempi jakautuminen luokittain ja sukupuolittain löytyy kuvista 1 ja 2.



KUVA 1. Liikunnan merkitykset –kysymyksiin vastanneiden osuudet luokittain sekä sukupuolen ja asuin ympäristön mukaan vuoden 2022 LIITU-aineistossa.



KUVA 2. Liikunnan merkitykset – kysymyksiin vastanneiden osuudet luokittain sekä sukupuolen ja asuin ympäristön mukaan vuoden 2014 LIITU-aineistossa.



Tutkimuksessa käytetyt muuttajat olivat sukupuoli eli *tyttö* tai *poika*, luokka eli 5.-, 7.- ja 9.-luokka, 34 liikunnan merkitystä sekä se, minkälaisella paikkakunnalla asuu nykyisin. Merkityksiä tutkivassa kysymyksessä kysyttiin “*Mitkä asiat ovat sinulle tärkeitä ja vähemmän tärkeitä liikunnan tai urheilun harrastuksessa?*”. Tätä tutkittiin 34 merkityksen avulla, joista jokaiseen vastattiin jokin seuraavista: “*Ei lainkaan tärkeää*”, “*Lähes yhdentekevää*”, “*Vain vähän tärkeää*”, “*Jonkin verran tärkeää*”, “*Melko tärkeää*”, “*Tärkeää*” tai “*Erittäin tärkeää*” (liite 1).

Vaihtoehtoina paikkakuntaa tutkivassa kysymyksessä olivat “*Kaupungissa, keskustassa*”, “*Kaupungissa, keskustan ulkopuolella*”, “*Maaseudulla, kirkonkylässä tai asutuskeskuksessa*” sekä “*Maaseudulla, kirkonkylän tai asutuskeskuksen ulkopuolella*” (liite 1). Loimme tästä 4-luokkaisesta muuttujasta 2-luokkaisen, joka jakaa vastaukset kaupunkiin ja maaseutuun. Käytimme vuoden 2014 LIITU-tutkimuksesta samoja muuttujia kuin vuoden 2022 LIITU-tutkimuksesta.

## 5.2 Analysointimenetelmät

Aineiston analysointiin käytettiin IBM SPSS Statistics 24 for Windows-ohjelmaa. Ensimmäisessä tutkimuskysymyksessä, jossa tarkasteltiin yleisimmin tärkeiden merkitysten yhteyttä kaupungissa ja maaseudulla asumiseen, seitsemän vastausvaihtoehtoa luokiteltiin uudelleen kahteen kategoriaan. Vastausvaihtoehdot ei lainkaan tärkeästä melko tärkeään muodostivat yhden luokan ja vaihtoehdot *tärkeä* ja *erittäin tärkeä*, muodostivat toisen luokan. Tämän luokittelun avulla tärkeiden liikunnan merkitysten jakaumaeroja kaupungin ja maaseudun välillä tarkasteltiin ristiintaulukoinnin avulla ja erojen tilastollinen merkitsevyys testattiin Khiin neliö -testillä. Tulokset on raportoitu taulukkoon, jossa merkitykset on lajiteltu pääotsikoiden alle samaan tapaan kuin LIITU-tutkimuksissa (Koski 2015, 30; Koski & Hirvensalo 2019, 69; Koski & Hirvensalo 2023, 49–50).

Toisessa tutkimuskysymyksessä koskien tärkeiden merkitysten määrän jakautumista kaupungin ja maaseudun välillä käytettiin samaa vastausten luokittelua kahteen luokkaan, joista tärkeät merkitykset muodostuivat vastausvaihtoehdoista *tärkeä* ja *erittäin tärkeä*. Kysymyksessä vertailimme kahden ryhmän eroja. Aineisto ei ollut normaalisti jakautunut, mikä testattiin Kolmogorov-Smirnovilla sekä vinouden ja huipukkuuden tunnuslukujen avulla, joten

emme voineet käyttää t-testiä. Sen sijaan käytimme epäparametristä Mann-Whitney U-testiä, joka sopii aineistolle, joka ei ole normaalisti jakautunut (Nummenmaa 2009, 261). Myös kysymyksissä kolme ja neljä käytimme Mann-Whitneyn U-testiä.

Tarkastelimme vuosien 2014 ja 2022 tärkeiden liikunnan merkityksien muutoksia asuinympäristöittäin vertailemalla prosenttiyksikköjen muunnoksia vuosien välillä. Tärkeistä ja erittäin tärkeistä merkityksistä luotiin uusi muuttuja, kuten myös ensimmäisen ja toisen tutkimuskysymyksen kohdalla. Mallia tarkastelutapaan on otettu vuoden 2022 LIITU-tutkimuksesta, jossa verrattiin vuosien 2014–2022 sekä 2018–2022 liikunnan merkityksiä keskenään (Koski & Hirvensalo 2023, 53). Teimme molempien vuosien aineistosta aluksi ristiintaulukoinnit ja saimme prosenttiosuudet tärkeistä ja erittäin tärkeistä merkityksistä. Tämän jälkeen vähensimme vuoden 2022 tuloksista vuoden 2014 tulokset ja saimme tätä kautta muutokset tärkeäksi koetuissa merkityksissä.

Liikunnan merkitysten eroavuutta eri puolilla Suomea asuvilla tarkastelimme yksisuuntaisen varianssianalyysin avulla. Testiä varten loimme uuden aluemuuttujan, joka jakautuu etelään, pohjoiseen, itään ja länteen. Koska aineistomme ei ollut normaalisti jakautunut, käytimme post hoc testinä Tamhanea. Apuna alueisiin luokittelussa käytimme tilastokeskuksen (2024) kuntapohjaista alueluokittelua ja Suomen virallisen tilaston (2014) aluejakoa.

### **5.3 Validiteetti, reliabiliteetti sekä eettiset näkökohdat**

Määrällisen tutkimuksen luotettavuutta voidaan tarkastella reliabiliteetin ja validiteetin avulla (Heikkilä 2014, 176). Reliabiliteetilla tarkoitetaan kykyä tuottaa tuloksia, jotka eivät ole sattumanvaraisia. Tällä tarkoitetaan esimerkiksi mittauksen toistettavuutta. (Heikkilä 2014, 178) Tämän tutkimuksen reliabiliteettia lisää se, että tutkimuksen vaiheet on kuvattu menetelmäosiossa mahdollisimman tarkasti, mikä mahdollistaa tutkimuksen toistettavuuden. Toisaalta tämän tutkielman mittareilla ei ole tehty toistomittauksia samoille tutkittaville, mikä vähentää tutkimuksen reliabiliteettia.

Validiteetin avulla tarkastellaan sitä, mitaako testi sitä, mitä sen halutaan mittaavan (Nummenmaa 2009, 361). Kyselytutkimuksissa tämä tarkoittaa usein kysymysten onnistuneisuutta (Heikkilä 2014, 177). Tässä tutkimuksessa tutkimuskysymykset olivat LIITU-

tutkimuksen kyselyaineistosta, joita on käytetty useita vuosia. Kun LIITU-tutkimus on ensimmäisen kerran toteutettu vuonna 2014, mittaria on esitetty, mikä lisää tutkimuksen validiteettia. Toisaalta jokainen on vastannut kyselyyn itsenäisesti (Kokko ym. 2023, 13), mikä saattaa heikentää validiteettia, sillä jokainen on ymmärtänyt kysymykset omalla tavallaan ja vastannut itsenäisesti.

Tutkimuksen tekemisen eettisyyteen liittyy huolehtiminen tarvittavista suostumuksista, luvista ja eettisestä ennakoarvioinnista (TENK 2023, 13). Olemme tutkimusta tehdessämme pyrkineet noudattamaan hyvän tieteellisen käytännön periaatteita eli luotettavuutta, rehellisyyttä, arvostusta ja vastuunkantoa (TENK 2023, 11). LIITU-tutkimukselle on saatu Jyväskylän eettiseltä toimikunnalta puoltava lausunto (Kokko ym. 2023, 11). Lisäksi tarkempia eettisiä ja aineiston hallintaan liittyviä käytäntöjä ja vastuita on kirjattu tietosuojailmoitukseen ja tutkimussuunnitelmaan, jotka ovat tarvittaessa saatavana tahoilta, jotka tutkimuksesta vastaavat (Kokko ym. 2023, 11). Tarvittaessa tutkimuslupaa haettiin kunnista ja kaupungeista. Tutkimustiedote on välitetty kouluille ja huoltajille, joiden on ollut mahdollista kieltää oppilasta osallistumasta kyselyyn. Tutkittavat ovat myös saaneet keskeyttää kyselyn missä vaiheessa tahansa ja vastaaminen oli vapaaehtoista. (Kokko ym. 2023, 12) Lisäksi emme ole saaneet henkilötietoja tutkimusaineistosta, joten tieto on ollut anonymiä tutkimusta tehdessämme.

Olemme allekirjoittaneet LIITU-aineistoa koskevan käyttösitoumuksen. Allekirjoittaneena olemme sitoutuneet noudattamaan esimerkiksi sitä, että huolehdimme tietoturvallisuudesta aineiston säilyttämisessä ja käytössä. Tutkimusaineisto on ollut salasanasuojatun tietokoneen sekä muistitikun takana. Lisäksi olemme pitäneet huolen niiden tahojen ja henkilöiden tietosuojasta, joita koskevia tietoja aineisto sisältää.

## 6 TULOKSET

### 6.1 Liikunnan tärkeimmät merkitykset ja niiden määrä asuinpaikan mukaan

Tässä kysymyksessä tarkastelimme, miten liikunnan yleisimmin tärkeäksi koetut merkitykset ovat yhteydessä kaupungissa tai maaseudulla asumiseen. Vuoden 2022 LIITU-tutkimuksessa merkitysten tärkeyttä tutkittiin kyselylomakkeessa seitsemän vastausvaihtoehdon avulla (liite 1). Tässä kysymyksessä tarkastelimme kuitenkin ainoastaan niitä vastauksia, joissa oli valittu joko ”tärkeä” tai ”erittäin tärkeä” vastausvaihtoehto. Taulukossa 1. merkitykset järjestettiin alaotsikoiden alle tärkeysjärjestykseen kaikkien vastaajien tulosten perusteella.

Tärkeistä merkityksistä erittäin merkitsevästi yhteydessä asuinympäristöön olivat *kilpaileminen* ( $p < 0,001$ ) sekä *muille esittäminen, esiintyminen* ( $p < 0,001$ ) (taulukko 1). Kilpailemista tärkeänä pitivät 23,5 % kaupunkilaisista ja vastaavasti 17,1 % maaseudulla asuvista. Muille esittämistä, esiintymistä pitivät tärkeänä 19,7 % kaupungissa asuvista ja 13,3 % maaseudulla asuvista.

Merkitseviä tärkeiden merkitysten eroja asuinympäristöjen välillä löytyi myös *oveisuus ja järjenkäyttö* ( $p < 0,01$ ) sekä *hienot välineet tai varusteet* -merkitysten ( $p < 0,01$ ) kohdalla (taulukko 1). Lisäksi melkein merkitseviä eroja löytyi seuraavista tärkeistä merkityksistä: *työnteko, ahkeruus* ( $p < 0,05$ ), *kamppailu toisten kanssa, toisten voittaminen* ( $p < 0,05$ ), *taidokas tempuilu* ( $p < 0,05$ ), *pelon tai jännityksen kokeminen / voittaminen* ( $p < 0,05$ ) ja *ronskit otteet, kovaotteisuus* ( $p < 0,05$ ).

Tärkeimpänä merkityksenä sekä kaupungissa että maaseudulla oli *parhaansa yrittäminen*, jota kaikista vastaajista 64,4 % piti tärkeänä (taulukko 1). Toiseksi tärkeimpänä merkityksenä asuinpaikasta riippumatta oli *ilo; se, että liikunta on kivaa*, jota kaikista vastaajista 59,5 % piti tärkeänä. Seuraavina tärkeimpinä merkityksinä kaupungissa oli *hyvän olon saaminen, onnistumisen elämykset* sekä *yhdessäolo, yhteistoiminta kavereiden kanssa*. Maaseudulla seuraavina tärkeimpinä merkityksinä nousivat samat merkitykset kuin kaupungissa, mutta seuraavassa järjestyksessä: *yhdessäolo, yhteistoiminta kavereiden kanssa, hyvän olon saaminen ja onnistumisen elämykset*. Näissä tärkeimmissä merkityksissä ei kuitenkaan ollut merkitsevää eroa asuinpaikan välillä. (taulukko 1)

Merkitykset ovat tärkeämpiä useammin kaupungissa asuville kuin maaseudulla, vaikka erot eivät olisikaan aina merkitseviä (taulukko 1). Näistä 34 merkityksestä 26 on keskimäärin tärkeämpää kaupungissa kuin maaseudulla, ja näistä eroista asuinympäristöjen välillä 9 on vähintään melkein merkitseviä. Maaseudulle tärkeämpiä merkityksiä löytyi seitsemän, mutta mikään näistä tuloksista ei ollut merkitsevää. Merkitystä *murheiden unohtaminen* pitivät 43,9 % tärkeänä asuinympäristöstä riippumatta. (taulukko 1)

Merkitysten eroja löytyi seuraavien otsikoiden alta: ”Kilpailu ja suorittaminen”, ”Ilmaisu ja esittäminen”, ”Kasvu ja kehittyminen” sekä ”Lajimerkitykset” (taulukko 1). Kuitenkaan ”Terveys ja kunto”, ”Ilo ja leikki”, ”Sosiaalisuus ja yhdessäolo” ja ”Itsen tunteminen, itsen tutkiminen” -otsikoiden alla ei ollut yhtäkään merkitsevää eroa asuinympäristöjen välillä.

TAULUKKO 1. Tärkeäksi tai erittäin tärkeäksi koetut liikunnan merkitykset (5.-, 7.- ja 9.-luokkalaisilla) kaupungin ja maaseudun välillä ristiintaulukoinnin ja Khiin neliö -testin mukaan. (%)

Merkitys	Kaupunki %	Maaseutu %	Kaikki %	p-arvo
<b>Kilpailu ja suorittaminen</b>				
parhaansa yrittäminen	65,1	63,6	64,4	0,49
kamppailu itsesi kanssa, itsesi voittaminen	44,3	42,8	43,6	0,534
työnteko, ahkeruus	41,9	37,2	39,9	<b>0,034*</b>
omatoimisesti yksikseen tekeminen	37,4	34,4	36,1	0,165
menestys ja voittaminen	32,9	28,9	31,2	0,052
kamppailu toisten kanssa, toisten voittaminen	27,9	23,7	26,1	<b>0,031*</b>
kilpaileminen	23,5	17,1	20,8	<b>&lt;0,001***</b>
<b>Terveys ja kunto</b>				
hyvän olon saaminen	58,3	56,5	57,6	0,398
liikunnan terveellisyys	54	52,3	53,3	0,451
kunnon kohottaminen	44	44,6	44,2	0,79
virkistys ja rentoutuminen	42,2	44,5	43,1	0,306
lihavaksi tulemisen estäminen, painonhallinta	38,7	37,3	38,1	0,497
hyvän ulkonäön saaminen	27,8	25,7	26,9	0,321
<b>Ilmaisu, esittäminen</b>				
taidokas temppuilu	31	26,5	29,1	<b>0,028*</b>
muille esittäminen, esiintyminen	19,7	13,3	17	<b>&lt;0,001***</b>
<b>Ilo ja Leikki</b>				
ilo; se, että liikunta on kivaa	59,2	59,8	59,5	0,788
onnistumisen elämykset	56,1	52,6	54,6	0,111
uusien elämysten saaminen	47,4	45,4	46,6	0,377
murheiden unohtaminen	43,9	43,9	43,9	1
leikkiminen, leikkimielisyys	31,5	28,5	30,2	0,15
<b>Sosiaalisuus ja yhdessäolo</b>				
yhdessäolo, yhteistoiminta kavereiden kanssa	56,1	57,6	56,5	0,691

uusien kavereiden saaminen	33,2	32	32,7	0,575
<b>Itsen tunteminen, itsen tutkiminen</b>				
opin tuntemaan paremmin itseäni	41,6	38,3	40,2	0,126
<b>Kasvu ja kehittyminen</b>				
uusien taitojen oppiminen ja kehittäminen	55	50,8	53,2	0,064
pelon tai jännityksen kokeminen / voittaminen	44,6	39,2	42,3	<b>0,014*</b>
lihasvoiman kasvattaminen	44,1	42,7	43,5	0,535
<b>Lajimerkitykset</b>				
oveluus ja järjen käyttö (esim. voiton saamiseksi)	38,7	32,7	36,1	<b>0,005**</b>
vauhdikkuus	35,8	33,4	34,8	0,265
luonnossa oleminen	33,7	37,5	35,3	0,071
notkeuden parantaminen	32,6	33,8	33,1	0,575
miehekkyyys	22	20,1	21,2	0,3
ronskit otteet, kovaotteisuus	17,7	14,3	16,3	<b>0,035*</b>
hienot välineet tai varusteet	17,5	12,6	15,4	<b>0,003**</b>
naisellisuus	11,4	9,3	10,5	0,146

\*\*\*=p<0,001, \*\*=p<0,01, \*=p<0,05

Tarkastelimme eroja maaseudun ja kaupungin välillä myös tärkeiden liikunnan merkitysten lukumäärässä. Kaupungissa asuvat nuoret löysivät keskimäärin enemmän tärkeitä merkityksiä kuin maaseudulla asuvat nuoret. (U= 318583,00, p<0,05). Kaupungissa asuvat löysivät keskimäärin 13 tärkeää merkitystä 34 merkityksestä, kun maaseudulla asuvat löysivät 12 tärkeää merkitystä 34 merkityksestä (taulukko 2).

TAULUKKO 2. Tärkeiden liikunnan merkitysten keskiarvo asuinympäristöjen mukaan.

Asuinpaikka	Tärkeiden liikunnan merkitysten		
	keskiarvo	95 %:n luottamusväli	N
Kaupunki	13,1382	12,5229–13,7535	948
Maaseutu	12,1133	11,4248–12,8017	715
Yhteensä	12,6862	12,2280–13,1444	1663

## 6.2 Liikunnan merkitykset sukupuolittain asuinympäristöjen välillä

Taulukoissa 3 ja 4 tarkasteltiin liikunnan merkitysten eroavaisuutta sukupuolittain maaseudun ja kaupungin välillä. Tutkimuksessa merkityksiä oli 34, joista taulukoihin 3 ja 4 koottiin merkitsevät tulokset. Tulosten mukaan pojilla asuinympäristö vaikutti enemmän liikunnan merkitysten kokemiseen, sillä pojilla eroavaisuuksia kaupungin ja maaseudun välillä ilmeni 15 eri merkityksen kohdalla, kun taas tytöillä kolmen merkityksen kohdalla.

Kaupungissa asuville tytöille *kilpaileminen* ( $U=144737,00$ ,  $p<0,05$ ) ja *muille esittäminen, esiintyminen* ( $U=134364,00$ ,  $p<0,01$ ) olivat keskimäärin tärkeämpiä merkityksiä kuin maaseudulla asuville, mutta *luonnossa oleminen* ( $U=169291,00$ ,  $p<0,001$ ) oli sen sijaan maaseudulla asuville keskimäärin tärkeämpi (taulukko 3). Poikien kohdalla kaikki merkitykset olivat keskimäärin tärkeämpiä kaupungissa asuville (taulukko 4). Molemmilla sukupuolilla *kilpaileminen* ja *muille esittäminen, esiintyminen* olivat yhteisiä merkityksiä, joissa eroa löytyi asuinympäristön mukaan.

Tytöillä *luonnossa oleminen* -merkityksen kohdalla ilmeni erittäin merkitsevä ero ( $U=169291,00$ ,  $p<0,001$ ) kaupungin ja maaseudun välillä sekä “*muille esittäminen, esiintyminen*” -merkityksen kohdalla merkitsevä ero ( $U=134364,00$ ,  $p<0,01$ ) (taulukko 3). Vaikka pojilla erittäin merkitseviä eroja liikunnan merkityksissä asuinympäristöjen välillä ei ilmennyt, löytyi kuitenkin useita merkitseviä eroja (taulukko 4). Näitä merkityksiä olivat *hienot välineet tai varusteet* ( $U=90215,00$ ,  $p<0,01$ ), *pelon tai jännityksen kokeminen* ( $U=90015,00$ ,  $p<0,01$ ), *omatoimisesti yksinään tekeminen* ( $U=88995,50$ ,  $p<0,01$ ) ja *muille esittäminen, esiintyminen* ( $U=88807,50$ ,  $p<0,01$ ).



TAULUKKO 3. Tyttöjen liikunnan merkitysten eroavuus kaupungin ja maaseudun välillä (5.-, 7.- ja 9.-luokkalaiset).

<b>Merkitys</b>	<b>Asuinpaikka</b>	<b>N</b>	<b>Mediaani</b>	<b>Mean rank</b>	<b>U-arvo</b>	<b>p-arvo<sup>a</sup></b>
<b>Kilpaileminen</b>	Kaupunki	662	3,00	583,86	144737,00	<b>0,037*</b>
	Maaseutu	471	3,00	543,30		
<b>Luonnossa oleminen</b>	Kaupunki	647	4,00	523,34	169291,00	<b>&lt;0,001***</b>
	Maaseutu	461	5,00	598,23		
<b>Muille esittäminen, esiintyminen</b>	Kaupunki	644	2,00	571,86	134364,00	<b>0,010**</b>
	Maaseutu	458	2,00	522,87		

<sup>a</sup> Asuinympäristöjen väliset erot testattu Mann-Whitneyn U-testillä. Mediaani kertoo vastausvaihtoehdoista 1–7 keskimääräisen vastauksen. Mean rank kertoo, kummassa asuinympäristössä merkityksen arvostus on keskimäärin korkeampaa. \*\*\*=p<0,001, \*\*=p<0,01, \*=p<0,05

TAULUKKO 4. Poikien liikunnan merkitysten eroavuus kaupungin ja maaseudun välillä (5.-, 7.- ja 9.-luokkalaiset).

<b>Merkitys</b>	<b>Asuinpaikka</b>	<b>N</b>	<b>Mediaani</b>	<b>Mean rank</b>	<b>U-arvo</b>	<b>p-arvo<sup>a</sup></b>
<b>Kilpaileminen</b>	Kaupunki	535	4,00	490,10	98923,50	<b>0,015*</b>
	Maaseutu	407	3,00	447,06		
<b>Lihavaksi tulemisen estäminen, painonhallinta</b>	Kaupunki	523	5,00	476,27	95568,50	<b>0,036*</b>
	Maaseutu	397	4,00	439,73		
<b>Hyvän olon saaminen</b>	Kaupunki	528	6,00	477,68	96002,00	<b>0,034*</b>
	Maaseutu	395	6,00	441,04		
<b>Uusien elämysten saaminen</b>	Kaupunki	527	6,00	478,68	94502,00	<b>0,018*</b>
	Maaseutu	394	5,00	437,35		
<b>Leikkiminen, leikkimielisyys</b>	Kaupunki	525	4,00	477,08	94457,50	<b>0,023*</b>
	Maaseutu	394	4,00	437,24		
<b>Kamppailu itsesi kanssa, itsesi voittaminen</b>	Kaupunki	527	6,00	479,37	96771,00	<b>0,035*</b>
	Maaseutu	399	5,00	442,53		
<b>Uusien taitojen oppiminen ja kehittäminen</b>	Kaupunki	523	6,00	477,10	95133,00	<b>0,026*</b>
	Maaseutu	397	6,00	438,63		
<b>Onnistumisen elämykset</b>	Kaupunki	523	6,00	474,75	95838,00	<b>0,047*</b>
	Maaseutu	396	6,00	440,52		
	Kaupunki	514	4,00	471,98	90215,00	<b>0,009**</b>

<b>Hienot välineet tai varusteet</b>	Maaseutu	390	3,00	426,82		
<b>Oveluus ja järjen käyttö</b>	Kaupunki	511	6,00	467,76	91082,50	<b>0,024*</b>
	Maaseutu	390	5,00	429,04		
<b>Liikunnan terveellisyys</b>	Kaupunki	518	6,00	474,63	92135,50	<b>0,012*</b>
	Maaseutu	393	5,00	431,44		
<b>Pelon tai jännityksen kokeminen/voittaminen</b>	Kaupunki	517	5,00	475,89	90015,00	<b>0,004**</b>
	Maaseutu	391	5,00	426,22		
<b>Omatoimisesti yksikseen tekeminen</b>	Kaupunki	511	5,00	470,84	88995,50	<b>0,006**</b>
	Maaseutu	389	5,00	423,78		
<b>Taidokas temppuilu</b>	Kaupunki	519	5,00	472,06	93388,00	<b>0,032*</b>
	Maaseutu	312	4,00	434,74		
<b>Muille esittäminen, esiintyminen</b>	Kaupunki	514	3,00	474,72	88807,50	<b>0,003**</b>
	Maaseutu	390	3,00	423,21		

<sup>a</sup>Asuinympäristöjen väliset erot testattu Mann-Whitneyn U-testillä. Mediaani kertoo vastausvaihtoehdoista 1–7 keskimääräisen vastauksen.

Mean rank kertoo, kummassa asuinympäristössä merkityksen arvostus on keskimäärin korkeampaa. \*\*\*=p<0,001, \*\*=p<0,01, \*=p<0,05

### 6.3 Liikunnan merkitykset luokittain asuinympäristön mukaan

Kysymyksessä tarkasteltiin kokonaisuudessaan 34 merkitystä ja taulukoihin 5, 6 ja 7 on koottu ne merkitykset, joiden välille löytyi tilastollisesti merkitsevä ero maaseudun ja kaupungin välillä kunkin ikäluokan osalta. Tilastollisesti merkitseviä eroja liikunnan merkityksissä asuinympäristöjen suhteen löytyi jokaisesta ikäluokasta. Merkitsevät erot maaseudun ja kaupungin välillä kuitenkin vähenivät iän myötä: 5-luokkalaisilla merkitseviä eroja oli kymmenen, 7-luokkalaisilla eroja oli viidessä merkityksessä ja 9-luokkalaisilla ero maaseudun ja kaupungin välillä löytyi enää kahdesta merkityksestä. Liikunnan merkitykset, joiden kohdalla eroja oli kaupungin ja maaseudun lasten ja nuorten välillä, olivat kuitenkin erilaisia kussakin ikäluokassa.

5.-luokkalaisilla kaupungissa asuvat lapset pitivät kaikkia muita merkityksiä keskimäärin tärkeimpinä, lukuun ottamatta *luonnossa olemista* ( $U=119859,00$ ,  $p<0,05$ ), jota maaseudun lapset pitivät keskimäärin tärkeämpänä (taulukko 5). Myös 7.-luokkalaisilla kaupungin lapset pitivät muita merkityksiä keskimäärin tärkeimpinä, paitsi *luonnossa olemista* ( $U=58121,00$ ,  $p<0,05$ ), jota maaseudun lapset pitivät tärkeämpänä (taulukko 6). 9.-luokkalaisilla taas maaseudulla asuvat lapset pitivät *notkeuden parantamista* ( $U=30902,00$ ,  $p<0,05$ ) sekä *lihasvoiman kasvattamista* ( $U=30175,00$ ,  $p<0,05$ ) keskimäärin tärkeimpinä kuin kaupungin nuoret (taulukko 7).

TAULUKKO 5. 5.-luokkalaisten liikunnan merkitysten erot maaseudun ja kaupungin välillä

<b>Merkitys</b>	<b>Asuinpaikka</b>	<b>N</b>	<b>Mediaani</b>	<b>Mean rank</b>	<b>U-arvo</b>	<b>p-arvo<sup>a</sup></b>
<b>Kilpaileminen</b>	Kaupunki	634	4,00	520,34	109783,50	<b>0,033*</b>
	Maaseutu	376	3,00	480,48		
<b>Lihaskasvattaminen</b>	Kaupunki	623	5,00	511,22	103907,00	<b>0,018*</b>
	Maaseutu	366	5,00	467,40		
<b>Kamppailu toisten kanssa</b>	Kaupunki	613	4,00	504,23	101617,50	<b>0,022*</b>
	Maaseutu	363	3,00	461,94		
<b>Työnteko, ahkeruus</b>	Kaupunki	622	5,00	510,97	104201,50	<b>0,020*</b>
	Maaseutu	367	5,00	467,93		
<b>Parhaansa yrittäminen</b>	Kaupunki	620	7,00	506,78	105229,50	<b>0,042*</b>
	Maaseutu	366	6,00	471,01		
<b>Hienot välineet tai varusteet</b>	Kaupunki	616	3,00	503,73	102727,50	<b>0,037*</b>
	Maaseutu	362	3,00	465,28		
<b>Luonnossa oleminen</b>	Kaupunki	616	5,00	472,92	119859,00	<b>0,026*</b>
	Maaseutu	359	5,00	513,87		
<b>Ronskit otteet, kovaotteisuus</b>	Kaupunki	607	3,00	497,62	100385,00	<b>0,037*</b>
	Maaseutu	359	3,00	459,62		
<b>Taidokas temppuilu</b>	Kaupunki	614	5,00	504,72	103019,00	<b>0,033*</b>
	Maaseutu	365	4,00	465,24		

<b>Muille esittäminen, esiintyminen</b>	Kaupunki	614	3,00	510,02	98536,000	<b>0,002**</b>
	Maaseutu	363	3,00	453,45		

<sup>a</sup>Asuinympäristöjen väliset erot testattu Mann-Whitney U-testillä. Mediaani kertoo vastausvaihtoehdoista 1-7 keskimääräisen vastauksen. Mean rank kertoo, kummassa asuinympäristössä merkityksen arvostus on keskimäärin korkeampaa. \*\*\*=p<0,001, \*\*=p<0,01, \*=p<0,05

TAULUKKO 6. 7.- luokkalaisten liikunnan merkitysten erot maaseudun ja kaupungin välillä

<b>Merkitys</b>	<b>Asuinpaikka</b>	<b>N</b>	<b>Mediaani</b>	<b>Mean rank</b>	<b>U-arvo</b>	<b>p-arvo<sup>a</sup></b>
<b>Kilpaileminen</b>	Kaupunki	359	4,00	345,77	48978,500	<b>0,037*</b>
	Maaseutu	285	3,00	314,85		
<b>Hyvän ulkonäön saaminen</b>	Kaupunki	377	4,00	343,16	47817,500	<b>0,031*</b>
	Maaseutu	281	4,00	311,17		
<b>Kamppailu toisten kanssa, toisten voittaminen</b>	Kaupunki	375	4,00	342,65	48131,50	<b>0,039*</b>
	Maaseutu	283	4,00	312,08		
<b>Luonnossa oleminen</b>	Kaupunki	371	4,00	310,34	58121,00	<b>0,011*</b>
	Maaseutu	281	4,00	347,84		
<b>Muille esittäminen, esiintyminen</b>	Kaupunki	369	3,00	343,32	44531,00	<b>0,003**</b>
	Maaseutu	279	2,00	299,61		

<sup>a</sup>Asuinympäristöjen väliset erot testattu Mann-Whitney U-testillä. Mediaani kertoo vastausvaihtoehdoista 1-7 keskimääräisen vastauksen. Mean rank kertoo, kummassa asuinympäristössä merkityksen arvostus on keskimäärin korkeampaa. \*\*\*=p<0,001, \*\*=p<0,01, \*=p<0,05

TAULUKKO 7. 9.- luokkalaisten liikunnan merkitysten erot maaseudun ja kaupungin välillä

<b>Merkitys</b>	<b>Asuinpaikka</b>	<b>N</b>	<b>Mediaani</b>	<b>Mean rank</b>	<b>U-arvo</b>	<b>p-arvo<sup>a</sup></b>
<b>Notkeuden parantaminen</b>	Kaupunki	223	4,00	221,43	30902,00	<b>0,026*</b>
	Maaseutu	248	4,00	249,10		
<b>Lihassoiman kasvattaminen</b>	Kaupunki	220	5,00	221,34	30175,00	<b>0,044*</b>
	Maaseutu	248	5,00	246,17		

<sup>a</sup>Asuinympäristöjen väliset erot testattu Mann-Whitney U-testillä. Mediaani kertoo vastausvaihtoehdoista 1-7 keskimääräisen vastauksen.

Mean rank kertoo, kummissa asuinympäristössä merkityksen arvostus on keskimäärin korkeampaa. \*\*\*= $p < 0,001$ , \*\*= $p < 0,01$ , \*= $p < 0,05$

#### 6.4 Liikunnan merkitysten muutokset vuodesta 2014 vuoteen 2022 asuinympäristön mukaan

Taulukossa 8 on kuvattu kaupungissa ja maaseudulla asuvien nuorten tärkeiden ja erittäin tärkeiden merkitysten muutoksia prosenttiyksiköinä vuoden 2014 ja 2022 välillä. Mallia on otettu vuoden 2022 LIITU-tutkimuksesta. Väreistä punainen kuvaa yli kymmenen prosenttiyksikön pienenemistä vuodesta 2014 vuoteen 2022, vaaleanpunainen kuvaa kolmesta yhdeksään prosenttiyksikön pienenemistä ja keltainen väri viittaa siihen, että tilanne on pysynyt suhteellisen samana ja muutosta on enintään kolme prosenttiyksikköä. Vihreä väri kertoo sen, että prosenttiyksiköissä on tapahtunut kasvua vuodesta 2014 vuoteen 2022. (Koski & Hirvensalo 2023, 53–54). Päätimme kuitenkin vaihtaa keltaisen värin valkoiseksi niiden kohtien osalta, joissa muutosta ei ollut tapahtunut ollenkaan.

Taulukosta 8 näkee, että liikunnan merkitysten arvostaminen on laskenut vuodesta 2014 vuoteen 2022 molemmissa asuinympäristöissä. Kaupungissa merkitysten arvostaminen on laskenut hieman maaseutua enemmän. Merkityksellisyuden arvostaminen on kuitenkin kummassakin asuinympäristössä laskenut lähes jokaisen merkityksen kohdalla. *Kamppailu toisten kanssa, toisten voittaminen* on ainoa merkitys, jonka arvostaminen on kummankin asuinympäristön kohdalla noussut. Suurimmat muutokset vuosien välillä kaupungin osalta tapahtui merkityksissä *lihasvoiman kasvattaminen, notkeuden parantaminen* sekä *kunnon kohottaminen* ja *hyvän ulkonäön saaminen*. Maaseudulla suurimmat muutokset tapahtuivat seuraavien merkitysten kohdalla: *lihasvoiman kasvattaminen, kunnon kohottaminen* ja *hyvän ulkonäön saaminen*. Molemmissa asuinympäristöissä näiden merkitysten arvostus oli laskenut eniten. Suurimmat muutokset prosenttiyksiköissä tapahtuivat pitkälti samojen merkitysten kohdalla niin maaseudulla kuin kaupungissa, vaikka muutoksen suuruus prosenttiyksiköissä hieman vaihteli.



TAULUKKO 8. Muutokset prosenttiyksiköinä liikunnan merkityksissä vastaajilla asuin ympäristön mukaan. Vuoden 2022 vähintään tärkeiden merkitysten osuudesta on vähennetty vuoden 2014 vähintään tärkeiden merkitysten osuus.

Merkitykset	Muutos vuodesta 2014 vuoteen 2022		
	Kaupunki	Maaseutu	Kaikki
Kilpaileminen	0	0	0
Yhdessäolo, yhteistoiminta kavereiden kanssa	-6	-1	-5
Kunnon kohottaminen	-16	-13	-15
Lihavaksi tulemisen estäminen, painonhallinta	-13	-9	-12
Hyvän ulkonäön saaminen	-16	-13	-15
Uusien kavereiden saaminen	-15	-12	-14
Virkistys ja rentoutuminen	-14	-8	-12
Ilo; se, että liikunta on kivaa	-9	-1	-6
Notkeuden parantaminen	-17	-10	-15
Lihaskasvattaminen	-20	-15	-18
Murheiden unohtaminen	-14	-10	-12
Hyvän olon saaminen	-10	-9	-10
Uusien elämysten saaminen	-14	-12	-13
Opin tuntemaan paremmin itseäni	-12	-10	-11
Leikkiminen, leikkimielisyys	-7	-9	-8
Kamppailu itsesi kanssa, itsesi voittaminen	-8	-5	-7
Kamppailu toisten kanssa, toisten voittaminen	2	4	2
Uusien taitojen oppiminen ja kehittäminen	-6	-1	-5
Menestys ja voittaminen	0	2	0
Onnistumisen elämykset	-6	-5	-6
Työnteko, ahkeruus	-7	-7	-7
Parhaansa yrittäminen	-2	1	-2
Hienot välineet tai varusteet	-12	-10	-12
Luonnossa oleminen	-8	-3	-6
Ronskit otteet, kovaotteisuus	-6	-5	-6
Naisellisuus	-10	-8	-9
Miehekkyyys	-5	-6	-6

Vauhdikkuus	-13	-9	-12
Oveluus ja järjen käyttö (esim. voiton saamiseksi)	-10	-10	-11
Liikunnan terveellisyys	-15	-12	-14
Pelon tai jännityksen kokeminen/voittaminen	-1	-1	-2
Omatoimisesti yksikseen tekeminen	0	2	0
Taidokas tempuilu	-5	-5	-5
Muille esittäminen, esiintyminen	-1	-3	-3

## 6.5 Erot liikunnan merkityksissä eri puolella Suomea asuvilla

Tässä kysymyksessä tarkasteltiin eroja liikunnan merkityksissä eri puolella Suomea asuvien välillä. Luokat olivat pohjoinen, etelä, itä ja länsi. Eroja alueiden välillä löydettiin viidessä merkityksessä, jotka avattiin taulukoihin (taulukko 9, 10, 11, 12, 13). Jokaisen merkityksen kohdalla merkitsevä ero löydettiin etelän ja idän välille, lukuun ottamatta merkitystä *naisellisuus*, jossa ero oli pohjoisen ja etelän välillä ( $p < 0,01$ ). Parittaisissa vertailuissa jokaisessa merkityksessä erot olivat siten päin, että etelässä merkitys oli keskimäärin tärkeämpää kuin verrattavassa alueessa. *Muille esittäminen, esiintyminen* -merkityksessä ( $p < 0,001$ ) parittaisessa vertailussa etelän kanssa löytyi merkitseviä eroja suhteessa jokaiseen muuhun alueeseen.

TAULUKKO 9. Kamppailu toisten kanssa, toisten voittaminen -merkityksen keskiarvon vaihtelu alueittain.

Aluejako	N	Ka.	Kh.	ANOVA	Tamhane
1. Pohjoinen	351	3,68	2,05	$f=3,131$	$2 > 3 *$
2. Etelä	1031	3,90	2,13	$df=3$	
3. Itä	261	3,49	2,09	$p < 0,05$	
4. Länsi	455	3,77	2,09		

\*\*\*= $p < 0,001$ , \*\*= $p < 0,01$ , \* $p < 0,05$

TAULUKKO 10. Vauhdikkuus -merkityksen keskiarvon vaihtelu alueittain.

Aluejako	N	Ka.	Kh.	ANOVA	Tamhane
1. Pohjoinen	346	4,39	1,90	f=3,619	2 > 3*
2. Etelä	1018	4,52	1,93	df=3	3 < 4*
3. Itä	254	4,10	2,00	P<0,05	
4. Länsi	451	4,53	1,90		

\*\*\*=p<0,001, \*\*=p<0,01, \*p<0,05

TAULUKKO 11. Oveluus ja järjen käyttö (esim. voiton saamiseksi) -merkityksen keskiarvon vaihtelu alueittain.

Aluejako	N	Ka.	Kh.	ANOVA	Tamhane
1. Pohjoinen	345	4,38	1,98	F=2,698	2 > 3*
2. Etelä	1022	4,55	1,99	df=3	
3. Itä	257	4,17	2,03	P<0,05	
4. Länsi	452	4,45	1,97		

\*\*\*=p<0,001, \*\*=p<0,01, \*p<0,05

TAULUKKO 12. Naisellisuus -merkityksen keskiarvon vaihtelu alueittain.

Aluejako	N	Ka.	Kh.	ANOVA	Tamhane
1. Pohjoinen	340	2,10	1,65	F=4,610	1 < 2**
2. Etelä	1015	2,51	1,97	df=3	
3. Itä	254	2,42	1,90	p < 0,01	
4. Länsi	445	2,27	1,79		

\*\*\*=p<0,001, \*\*=p<0,01, \*p<0,05

TAULUKKO 13. Muille esittäminen, esiintyminen -merkityksen keskiarvon vaihtelu alueittain.

Aluejako	N	Ka.	Kh.	ANOVA	Tamhane
1.Pohjoinen	346	2,93	1,89	f=6,234	1 < 2 *
2.Etelä	1026	3,29	2,11	df=3	2 > 3**
3.Itä	257	2,81	1,96	p < 0,001	2 > 4*
4.Länsi	451	2,95	2,05		

\*\*\*=p<0,001, \*\*=p<0,01, \*p=<0,05

## 7 POHDINTA

Tutkimuksessa tarkastelimme asuinympäristön yhteyttä koettuihin liikunnan merkityksiin. Kohderyhmänä oli 5.-, 7.- ja 9.-luokkalaiset oppilaat ympäri Suomea. Asuinympäristö jakautui tutkimuksessa kaupunkiin ja maaseutuun. Aineistona käytimme vuoden 2014 ja 2022 LIITU-tutkimuksia.

Tutkimuksemme mukaan asuinympäristö oli yhteydessä koettuihin liikunnan merkityksiin. Kaupungissa asuvat lapset ja nuoret pitivät liikunnan merkityksiä keskimäärin tärkeämpinä kuin maaseudun lapset ja nuoret. Erot nousivat esiin usean tutkimuskysymyksen kohdalla. Lisäksi tarkastelimme eroja asuinympäristöjen ja liikunnan merkitysten välillä sukupuolittain. Tutkimuksen mukaan pojilla asuinympäristö vaikutti enemmän liikunnan merkitysten kokemiseen kuin tytöillä, sillä maaseudun ja kaupungin poikien välillä eroja ilmeni useamman merkityksen kohdalla kuin tytöillä. Tutkimme myös luokka-asteittain sitä, eroavatko liikunnan merkitykset asuinympäristöjen mukaan. Tulosten mukaan näyttäisi siltä, että mitä nuorempi on, sitä enemmän asuinympäristö vaikuttaa liikunnan merkityksiin. Tutkimuksessa 5.-luokkalaisilla ilmeni eniten eroja liikunnan merkityksissä asuinympäristön mukaan, kun taas 9.-luokkalaisilla vähiten. Lisäksi alueiden välisessä tarkastelussa löydetty erot olivat lähes aina etelän ja idän välillä, joista etelässä merkitykset koettiin keskimäärin tärkeämmiksi.

### 7.1 Liikunnan yleisemmin tärkeiden merkitysten yhteys asuinympäristöön sekä erot sukupuolittain ja luokittain

Kuten päätuloksissa mainittiin, lähes kaikki merkitykset olivat tärkeämpiä kaupungissa asuville, vaikka osa eroista maaseudun ja kaupungin välillä ei ollutkaan tilastollisesti merkitseviä. Myös toisen tutkimuskysymyksen tulos vahvisti tätä, sillä kaupungissa asuvat löysivät keskimäärin yhden tärkeän merkityksen enemmän. Tärkein merkitys vuoden 2022 LIITU-tutkimuksen (Koski & Hirvensalo 2023, 49) mukaan on ollut parhaansa yrittäminen ja se nousi tärkeimmäksi merkitykseksi myös asuinympäristöstä riippumatta. Muutenkin tärkeimmät merkitykset sekä kaupungissa että maaseudulla olivat samoja kuin LIITU-tutkimuksessa. Tämä tulos saattaisi taas viestiä siitä, että tärkeimmiksi koetut merkitykset ovat pitkälti samoja riippumatta asuinympäristöstä.

Sitä, miksi kaupungissa asuvat kokevat lähes kaikki merkitykset keskimäärin tärkeämmäksi kuin maaseudun lapset, saattaisi selittää esimerkiksi se, että kaupungissa osallistutaan enemmän urheiluseuratoimintaan (Hakanen ym. 2019, 27–28; Martin ym. 2023, 27). Seuratoiminnan kautta lapset ja nuoret saattaisivat saada enemmän tietoa liikunnan hyödyistä ja siten kokisivat myös merkitykset tärkeämmäksi, jolloin liikunnasta voisi tätä kautta muodostua merkityksellisempi osa elämää. Osa merkityksistä saattaisi myös suoraa liittyä seuraharrastamiseen, kuten merkitykset ”kilpaileminen”, ”hienot välineet ja varusteet” tai ”muille esittäminen, esiintyminen”. Kaikkien merkitysten tärkeämpänä pitämistä seuratoimintaan osallistuminen ei kuitenkaan välttämättä selitä.

Tarkastelimme liikunnan merkitysten kokemista kaupungin ja maaseudun välillä myös sukupuolittain sekä luokittain. Tuloksista ilmeni, että kaupungissa ja maaseudulla asuminen vaikutti liikunnan merkitysten kokemiseen sukupuolittain tarkastellessa. Tulosten mukaan näyttäisi siltä, että asuinympäristö vaikuttaa enemmän pojilla liikunnan merkitysten kokemiseen kuin tytöillä. Tutkimuksessa kaupungin pojilla ja maaseudun pojilla eroja ilmeni 15 liikunnan merkityksen kohdalla. Kaupungin ja maaseudun tyttöjen välillä eroja sen sijaan oli vain kolmen liikunnan merkityksen kohdalla. Myös tämän sukupuolittain tarkastelun osalta kaupungissa asuville pojille kaikki merkitykset olivat tärkeämpiä. Samoin tytöille lukuun ottamatta ”luonnossa olemista”, joka oli maaseudulla asuville tytöille tärkeämpää.

Pohdimme, kuinka tähän tulokseen voisi vaikuttaa jollain tavalla erot sukupuolten välillä erilaisessa liikuntakäyttäytymisessä. Esimerkiksi Liitu-tutkimuksessa 2022 (Martin ym. 2023, 17) tuodaan esille, miten pojat onnistuvat täyttämään liikkumissuosituksen yleisemmin kuin tytöt. Pojat myös osallistuvat enemmän urheiluseurojen, koulujen liikuntakerhojen ja muiden seurojen toimintaan kuin tytöt (Martin ym. 2023, 21). Lisäksi kaupungissa mahdollisuudet harrastaa seurassa saattavat olla paremmat kuin maaseudulla (Armila 2020, 142). Pohdimme, voisiko tämä selittää sitä, miksi asuinympäristö näyttäisi vaikuttavan enemmän liikunnan merkityksiin juuri poikien kohdalla.

Kunkin luokan kohdalla tarkastellessa tilastollisesti merkitseviä eroja liikunnan merkityksissä löytyi maaseudun ja kaupungin väliltä. Tulokset näyttäisivät osoittavan, että mitä nuoremasta on kyse, sitä enemmän asuinympäristö vaikuttaa koettuihin liikunnan merkityksiin. Eroja asuinympäristöjen välillä 5.-luokkalaisilla ilmeni 10 liikunnan merkityksen kohdalla, kun vastaavasti 7.-luokkalaisilla eroja oli viiden ja 9.-luokkalaisilla vain kahden liikunnan

merkityksen kohdalla. Tätä tulosta voi selittää se, että nuoremmilla ikäluokilla liikunnan merkitysten vähintään tärkeänä pitäminen on yleisempää kuin vanhemmilla ikäluokilla (Koski & Hirvensalo 2023, 49; Lehmuskallio 2007, 88). Kun tärkeitä merkityksiä on lähtökohtaisesti enemmän, saattaa siten myös eroja asuinympäristöjen välille löytyä useampia.

Lisäksi yläkouluikäisillä liikunnan määrän sekä urheiluseuraharrastamiseen osallistumisen on todettu vähenevän merkittävästi (Aira ym. 2013, 21; Zacheus & Saarinen 2019, 108; Haanpää ym. 2012, 25). Liikunnan merkitysten on todettu olevan yhteydessä fyysiseen aktiivisuuteen (Grénman ym. 2018, 99; Koski ym. 2022, 7; Vanttaja ym. 2017, 71). Pohdimme, voisiko fyysisen aktiivisuuden vähentyminen siten näkyä myös merkitysten arvostusten laskuna. 9.-luokkalaisilla tärkeitä merkityksiä saattaisi siten olla lähtökohtaisesti vähemmän kuin 5.-luokkalaisilla ja siten myös eroja esiintyä asuinympäristöjen välillä vähemmän.

Esimerkiksi Lehmuskallio (2007, 88) pohti tutkimuksessaan perhekeskeisyyden painottumista nuoremmassa tutkimusryhmässä siltä kannalta, että heillä on usein kiinteämpi suhde ydinperheeseen ja omiin vanhempiin. Lehmuskallion (2007, 88) mukaan viidesluokkalaisilla liikunta muodostaa monessa perheessä yhteisen toimintakentän, jossa perheeltä saadaan tukea ja kannustusta. Nuoremmilla vanhempien vaikutus esimerkiksi siihen, liikutaanko perheessä, saattaisi näkyä enemmän 5.-luokkalaisilla ja siten asuinympäristö myös vaikuttaa enemmän heidän kohdallaan. Maaseudulla saattaisi olla erilaisia käsityksiä liikkumisesta ja mahdollisesti heikommat mahdollisuudet osallistua esimerkiksi seuratoimintaan ja siten osaltaan selittää havaittuja eroja.

Luokittain tarkastelussa tulokset olivat pitkälti saman suuntaisia, kuin aiempien tutkimuskysymysten kohdalla. Sekä 5.- että 7.-luokkalaisilla kaupungissa asuvat pitivät kaikkia muita liikunnan merkityksiä, joiden välillä merkitsevä ero, keskimäärin tärkeämpinä, lukuun ottamatta *luonnossa olemista*, jonka maaseudulla asuvat kokivat keskimäärin tärkeämmäksi. Yllättävää iän ja asuinpaikan mukaan tarkastelussa oli yhdeksäsluokkalaisten tulokset. Niissä merkitsevästi eroaviksi merkityksiksi nousivat notkeuden parantaminen ja lihasvoiman kasvattaminen, jotka olivat yllättäen maaseudulla asuville tärkeämpiä kuin kaupungissa. Jokaisella luokka-asteella eroja syntyi maaseudun ja kaupungin välille hieman eri merkitysten kohdalla. 9.-luokkalaisilla erot olivat merkityksissä “notkeuden parantaminen” sekä “lihasvoiman kasvattaminen”. Tätä voisi osin selittää se, että ulkonäkökysymysten on huomattu olevan vahvempia 15–16-vuotiailla kuin esimerkiksi 11–12 -vuotiailla

(Lehmuskallio 2007, 99). Samansuuntaisiin tuloksiin viitta jo kirjallisuuskatsauksessa tarkastellut tutkimukset, joissa iän myötä hyvältä näyttämisen merkityksen tärkeys lisääntyi (Aira ym. 2013, 21; Zacheus & Saarinen 2019, 98). Toisaalta ulkonäkökeskeisten kysymysten välistä eroa maaseudun ja kaupungin välillä tämä ei selitä, mutta ikäluokkien välillä saattaisi selittää.

Merkitsevää eroa ilmeni *luonnossa oleminen* –merkityksen kohdalla niin kaupungin ja maaseudun tyttöjen välille kuin myös kaupungin ja maaseudun 5.- ja 7.-luokkalaisten välille. Merkitys oli yksi harvoista merkityksistä, joka oli maaseudulla asuville keskimäärin tärkeämpää. Esimerkiksi Martinin ym. (2023, 27) tutkimuksen tulos, jonka mukaan maaseudulla asuvat 11- ja 13-vuotiaat liikkuvat enemmän luonnossa kuin kaupunkilaiset, voisi selittää tätä eroa.

## **7.2 Muutokset liikunnan merkityksissä asuinympäristöjen mukaan sekä erot liikunnan merkityksissä eri puolella Suomea asuvilla**

Käytimme tutkimuksessamme aineistona vuoden 2022 LIITU-tutkimusta, jossa liikunnan merkitysten arvostamisen muutoksia oli mitattu vuosien välillä ja vertailtu eroja sukupuolen mukaan. Teimme samantapaisen testin, jossa vertailimme asuinympäristöissä koettuja liikunnan merkityksiä. Tuloksemme olivat koko vastaajajoukon mukaan samanlaiset kuin LIITU-tutkimuksessa (Koski & Hirvensalo 2023, 53–54), koska aineisto oli sama, mutta asuinympäristön suhteen saimme uusia tuloksia.

Kuten Liitu-tutkimuksessa 2022 todettiin, on liikunnan merkitysten arvostus vähentynyt (Koski & Hirvensalo 2023, 56), mikä näkyi myös meidän taulukossamme molempien asuinympäristöjen osalta. Muutos liikunnan merkitysten arvostamisessa erosi osittain kaupungin ja maaseudun välillä. Kaupungissa prosenttiyksiköiden muutokset olivat joidenkin merkitysten kohdalla suurempia. Kosken ja Hirvensalon (2023, 56) mukaan liikunnan arvostus on heikentynyt ja tähän tulisi kiinnittää huomiota. Myös Kokko ym. (2019, 6) ovat ilmaisseet huolensa siitä, että liikunnan merkitysten arvostuksen laskeminen vaikuttaa heikentävästi liikuntasuhteeseen, millä voi olla vaikutusta kyseisten lasten fyysiseen aktiivisuuteen.



Isoimpia eroja kaupungin ja maaseudun välillä taulukossa ilmeni seuraavien merkitysten kohdilla: ”ilo”; ”se, että liikunta on kivaa”, ”yhdessäolo”, ”yhteistoiminta kavereiden kanssa”, ”virkistys ja rentoutuminen”, ”notkeuden parantaminen”, ”lihasvoiman kasvattaminen” ja ”luonnossa oleminen”. Kaikissa näissä merkityksen arvostus on vähentynyt, mutta kaupungissa enemmän. Tämä voisi antaa pieniä viitteitä siitä, että kaupungissa asuvilla liikunnan merkityksellisyys on saattanut hieman enemmän laskea. Toisaalta, vaikka kaupungissa on osin enemmän vähentynyt liikunnan merkitysten arvostus, tulos ei välttämättä kerro tämän hetken liikunnan merkitysten arvostamisen eroista kaupungin ja maaseudun välillä. Jos vuonna 2014 kaupunkilaiset ovat kokeneet liikunnan merkitykset tärkeämmiksi, saattaisi tulos vain kertoa erojen tasoittumisesta kaupungin ja maaseudun välillä. Usean liikunnan merkityksen kohdalla muutokset asuinpaikkojen välillä olivat hyvin samansuuntaisia, joka taas saattaisi kertoa siitä, ettei asuinpaikka välttämättä ole vaikuttanut kovin paljoa siihen, miten ajan myötä liikunnan merkitysten arvostus on muuttunut.

Ainut merkitys, jonka arvostaminen oli kummankin asuinympäristön kohdalla kasvanut, oli *kamppailu toisten kanssa, toisten voittaminen*. Pohdimme, voisiko tähän heijastua yhteiskunnan muutos, jossa keskinäinen vertailu sekä kilpailu toisia vastaan korostuvat.

Alueiden välisessä tarkastelussa eroja löytyi viiden merkityksen kohdalta. Erot olivat lähes aina etelän ja idän välillä, josta etelässä merkitykset koettiin keskimäärin tärkeämmiksi. Pohdimme, että tässä voisi näkyä sama linja, joka asuinympäristöjen välisessä tarkastelussa on tullut esille, eli se, miten kaupungeissa usein koetaan moni merkitys hieman tärkeämmäksi kuin maaseudulla. Tämä voisi mahdollisesti johtua siitä, että etelässä on enemmän kaupungeja. Tulosta voisi selittää myös eroavuudet alueiden välillä, joista on saatu tutkimustietoa myös aikaisemmin. Esimerkiksi terveyseroihin liittyen THL:n (2022) sairastavuusindeksin mukaan sairaimmat suomalaiset asuvat Pohjois-Karjalassa, Pohjois-Savossa ja Pohjois-Pohjanmaalla, jotka painottuvat suurimmaksi osaksi Itä-Suomeen. Suomen alueellisia sosioekonomisia eriarvoisuuksia kuvaavassa artikkelissa Suomi on jaettu neljään alueeseen sosioekonomisten etujen ja haittojen poikkeavuuksien mukaan. Siinä taantuvat alueet, joiden sosioekonominen status on heikoin, painottuvat myös Itä-Suomeen. (Fina ym. 2021, 12–14) Nämä saattaisivat heijastua myös liikuntaan ja siten liikunnan merkityksiin.

### **7.3 Pohdintaa tuloksista suhteessa liikuntasuhteeseen ja fyysiseen aktiivisuuteen**

Tutkimuksestamme saatujen tulosten mukaan kaupungissa merkitykset ovat usein keskimäärin hieman tärkeämpiä kuin maaseudulla ja kaupungilla asuvilla tärkeitä merkityksiä on keskimäärin yksi enemmän kuin maaseudulla. Kuten merkitys –kappaleessa on tullut aikaisemmin esille, on liikuntasuhde sitä vahvempi, mitä enemmän tärkeitä merkityksiä löytää liikunnasta ja mitä vähemmän esteitä tunnistaa liikuntaan liittyen (Koski & Hirvensalo 2021, 54). Lisäksi merkitysten lukumäärän on todettu olevan yhteydessä positiivisesti fyysisen aktiivisuuden kanssa (Koski ym. 2022, 7; Vanttaja ym. 2017, 71) ja samoin, mitä tärkeämmäksi liikuntaan liittyvät merkitykset (Kosken ym. 2022, 1) tai motiivit (Sukys ym. 2019, 1084) kokee. Tämän mukaan voisi siis päätellä myös liikuntasuhteen olevan aavistuksen verran vahvempi kaupungissa asuvilla kuin maaseudulla, mikä mahdollisesti näkyy myös fyysisen aktiivisuuden määrässä. Liikuntasuhde näkyikin esimerkiksi liikuntasuorituksina (Koski 2004, 190).

Liitu-tutkimuksen 2022 tulos tukee tätä ajatusta, sillä jokaisen ikäryhmän pojat sekä kaikki 15-vuotiaat saavuttivat liikkumissuosituksen hieman paremmin kaupungissa kuin maaseudulla (Martin ym. 2023, 26). Kaupungissa asuvista 15-vuotiaista 26 % onnistui saavuttamaan liikkumissuosituksen, kun taas maaseudulla asuvista samanikäisistä 19 % (Martin ym. 2023, 26). Lisäksi kaupungissa asuvista pojista 42 % onnistui täyttämään liikkumissuosituksen, kun taas maaseudulla asuvista pojista 37 % (Martin ym. 2023, 26).

Vaikka kaupungissa merkitykset koetaan keskimäärin hieman tärkeämmäksi kuin maaseudulla, ilmenee useissa tarkasteluissa merkittäviä eroja vain muutamien merkitysten kohdalla 34 merkityksestä. Yksittäisten merkityserojen tulosten pohjalta ei siis välttämättä voida päätellä sitä, miten ne lopulta vaikuttavat esimerkiksi kaupungissa ja maaseudulla asuvien fyysiseen aktiivisuuteen.

### **7.4 Jatkotutkimusehdotukset ja luotettavuus**

Tässä tutkimuksessa löytyi eroja asuinympäristöjen välille, mutta toisaalta erot maaseudun ja kaupungin välillä eivät kuitenkaan yleisesti olleet niin yksiselitteisiä, että tarvitsisi välttämättä ryhtyä erityisiin toimiin asian tiimoilta. Voisi kuitenkin olla hyödyllistä pitää tilannetta silmällä

ja tarkastella kasvavatko vai pienenevätkö erot asuinympäristöjen välillä. Jos erot asuinympäristöjen välillä esimerkiksi kasvavat, olisi hyvä tutkia tälle syitä ja pyrkiä vaikuttamaan niihin, etteivät eriarvoisuudet alueiden välillä pääse kasvamaan.

Tämän tutkielman pienenä rajoitteina voidaan pitää sitä, että aineisto oli jakautunut hieman epätasaisesti. Vastaajien jakauma kaupunkiin ja maaseutuun oli hieman epätasainen, sillä kaupungissa asuvien joukko oli lähes aina suurempi kuin maaseudun vastaajien joukko. Tämä sama ero näkyi myös alueiden välisessä tarkastelussa, jossa ryhmäkoot idän, lännen, pohjoisen ja etelän välillä olivat erilaisia. Vastaajia oli selkeästi enemmän esimerkiksi etelästä kuin idästä, ja varianssioletukset eivät esimerkiksi aina täytyneet. Rajoitteena tutkimuksessa voidaan pitää vastausten subjektiivisuutta ja sitä, että se on itseraportoitua. Jokainen vastaaja arvioi ja ymmärtää kysymykset omalla tavallaan. Esimerkiksi *muille esittäminen, esiintyminen* – merkityksen kohdalla pohdimme sitä, kuinka tämän merkityksen ymmärtää. Esiintymisen voisi esimerkiksi ajatella tarkoittavan tanssiesitystä tai muuta vastaavaa ja muille esittämisen esimerkiksi omien taitojen näyttämistä. Tuloksissa juuri tämän kysymyksen kohdalla oli lähes aina merkittävä ero ja siksi pohdimmekin, vaikuttaako merkityksen monitulkintaisuus tulokseen. Kyselyvastausten luotattavuutta saattaa heikentää lisäksi se, että kysely oli pitkä ja keskittyminen saattaa varsinkin nuoremmilla oppilailta heikentyä kyselyn edetessä.

Vahvuutena tutkimuksessa voidaan pitää isoa otoskokoja ja sitä, että aineisto on kerätty ympäri Suomea. Koulut on poimittu satunnaisotannalla Tilastokeskuksen tilastorekisteristä (Kokko ym., 2019, 10) ja otos edustaa hyvin 5.-, 7.- ja 9.-luokkalaisia ympäri Suomea ja siten tuloksia voidaan yleistää. Lisäksi LIITU-tutkimusta on koordinoanut Jyväskylän yliopiston terveyden edistämisen tutkimuskeskus ja UKK-instituutti sekä kyselyaineiston keruuseen on osallistunut suuri joukko liikunta-alan tutkijoita ja organisaatioita (Kokko ym. 2023, 11), mitkä lisäävät tutkimuksen luotettavuutta. LIITU-tutkimusta on tehty parin vuoden välein vuodesta 2014, joten kyselymittari on ollut käytössä jo useita kertoja, mikä entisestään vahvistaa tutkimuksen luotettavuutta. Lisäksi noudatimme tutkimusta tehdessämme hyvän tieteellisen käytännön peruseriaatteita, joita ovat rehellisyys, luotettavuus, vastuunkanto ja arvostus (TENK 2023, 11).

Tutkimuksemme antoi hieman viitteitä siitä, että eroja ilmenee jonkin verran liikunnan merkityksissä asuinympäristön mukaan. Monessa tutkimuskysymysten tuloksissa kysymysmerkiksi jäivät, mistä yksittäiset erot merkityksissä voisivat johtua.

Jatkotutkimusehdotuksena olisikin mielenkiintoista selvittää esimerkiksi laadullisesti, mistä erot voisivat johtua. Lisäksi voisi olla mielekästä syventyä tarkemmin niihin tutkimuskysymyksiin, joissa kahden ryhmän välille tuli selkeitä eroja. Esimerkiksi sukupuolen mukaan pojilla asuinympäristö näytti vaikuttavan enemmän kuin tytöillä ja tähän olisi mielenkiintoista syventyä, miksi näin on.

Lähdimme alun perin tarkastelemaan eroja asuinympäristöjen välillä merkityksissä, sillä merkitysten kokemista ei ole aiemmin tutkittu suhteessa asuinympäristöön. LIITU-tutkimuksissa on lisäksi tutkittu liikunnan esteitä, joita olisi myös mielenkiintoista tarkastella asuinympäristön suhteen. Esteitä ovat esimerkiksi “kotini ei ole lähellä kiinnostavan lajin ohjausta” tai “kotini ei ole lähellä liikuntapaikkoja”, joiden välillä voisi esiintyä eroja asuinympäristön suhteen (Koski & Hirvensalo 2023, 51–52). Liitu-tutkimuksessa liikunnan merkityksiä ja esteitä tarkastellaan usein yhdessä, joten siksikin liikunnan esteiden tarkastelu asuinympäristön suhteen voisi olla perusteltua.

## LÄHTEET

- Aarresola, O. & Konttinen, N. (2012). Nuori urheilija -tutkimus: 14–15-vuotiaiden yksilöurheilijoiden harjoittelu, urheilupolut ja mikroympäristö. Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus KIHU. KIHUn julkaisusarja 29.
- Aira, T., Kannas, L., Tynjälä, J., Villberg, J. & Kokko, S. (2013). Liikunta-aktiivisuuden väheneminen murrosiässä. Miksi murrosikäinen luopuu liikunnasta? Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2013:3. Viitattu 22.2.2024. <https://www.liikuntaneuvosto.fi/wp-content/uploads/2013/04/Murrosikä-raportti.pdf>.
- Andrade Neto, F., Eto, F. N., Pereira, T. S. S., Carletti, L., & Molina, M. D. C. B. (2014). Active and sedentary behaviours in children aged 7 to 10 years old: the urban and rural contexts, Brazil. *BMC Public Health*, 14, 1–10. doi:10.1186/1471-2458-14-1174.
- Armila, P. (2020). Syrjäseudun nuoret ja liikuntaharrastukset: Tanssii mummojen kanssa. Teoksessa J. Kokkonen, & K. Kauravaara (toim.) Eriarvoisuuden kasvot liikunnassa. Liikuntatieteellisen seuran julkaisu nro 175. Helsinki 2020.
- Beni, S., Fletcher, T. & Chróinín, D. N. (2017). Meaningful experiences in physical education and youth sport: A review of the literature. *Quest*, 69(3), 291–312. doi:10.1080/00336297.2016.1224192.
- Brooks, F. & Magnusson, J. (2007). Physical activity as leisure: The meaning of physical activity for the health and well-being of adolescent women. *Health Care for Women International*, 28(1), 69–87. doi:10.1080/07399330601003499.
- Corder, K., Sharp, S. J., Atkin, A. J., Griffin, S. J., Jones, A. P., Ekelund, U., & van Sluijs, E. M. (2015). Change in objectively measured physical activity during the transition to adolescence. *British Journal of Sports Medicine*, 49(11), 730–736. doi:10.1136/bjsports-2013-093190.
- Davison, K. K., & Lawson, C. T. (2006). Do attributes in the physical environment influence children's physical activity? A review of the literature. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 3, 1–17. doi:10.1186/1479-5868-3-19.
- Edwards, M. B., Theriault, D. S., Shores, K. A., & Melton, K. M. (2014). Promoting youth physical activity in rural southern communities: practitioner perceptions of environmental opportunities and barriers. *The Journal of Rural Health*, 30(4), 379–387. doi:10.1111/jrh.12072.

- Ferreira, I., Van Der Horst, K., Wendel-Vos, W., Kremers, S., Van Lenthe, F. J., & Brug, J. (2007). Environmental correlates of physical activity in youth—a review and update. *Obesity Reviews*, 8(2), 129–154. doi:10.1111/j.1467-789X.2006.00264.x.
- Fina, S., Heider, B., Mattila, M., Rautiainen, P., Sihvola, M-W. & Vatanen, K. Eriarvoisuuksien Suomi. Alueelliset sosioekonomiset erot Manner-Suomessa. Viitattu 5.4. 2024. <https://library.fes.de/pdf-files/bueros/stockholm/17740.pdf>
- Grénman, M., Oksanen, A., Löyttyniemi, E., Räikkönen, J. & Kunttu, K. (2018). Mikä opiskelijoita liikuttaa? - Liikunnan merkitykset ja niiden yhteys koettuun hyvinvointiin ja liikunnan määrään. *Liikunta & Tiede* 55(2–3), 94–101.
- Haanpää, L., af Ursin, P., & Matarma, T. (2012). Kouluikäisten liikuntasuhde luopin alla-kyselytutkimus 6.- ja 9.-luokkalaisille. Turun yliopisto. Turun lapsi- ja nuorisotutkimuskeskuksen julkaisuja 3/2012. Viitattu 10.4.2023. [https://www.researchgate.net/profile/Piia-Af-Ursin2/publication/267514967\\_Kouluikaisten\\_liikuntasuhde\\_luopin\\_alla\\_-\\_kyselytutkimus\\_6- ja\\_9- luokkalaisille/links/5a3a58b00f7e9baa501aae24/Kouluikaisten-liikuntasuhde-luopinalla-kyselytutkimus-6-ja-9-luokkalaisille.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Piia-Af-Ursin2/publication/267514967_Kouluikaisten_liikuntasuhde_luopin_alla_-_kyselytutkimus_6- ja_9- luokkalaisille/links/5a3a58b00f7e9baa501aae24/Kouluikaisten-liikuntasuhde-luopinalla-kyselytutkimus-6-ja-9-luokkalaisille.pdf).
- Hakanen, T., Myllyniemi, S. & Salasuo, M.(2019). Oikeus Liikkua. Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2018. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2019 (2). <https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2019/02/Lasten-ja-nuorten-vapaa-aikatutkimus-Oikeus-liikkua.-Verkojulkaisu.pdf>.
- Heikkilä, T. (2014). Tilastollinen tutkimus. Helsinki: Edita.
- Helminen V., Nurmio K., Rehunen A., Ristimäki M., Oinonen K., Tiitu M., Kotavaara O., Antikainen H. & Rusanen J. (2014). Kaupunki-maaseutu-alueuokitus: Paikkatietoihin perustuva alueuokituksen muodostamisperiaatteet. Suomen ympäristökeskuksen raportteja 25. Suomen ympäristökeskus, Helsinki. Viitattu 24.2.2024. <http://hdl.handle.net/10138/135861>.
- Helminen, V., Nurmio, K. & Vesanen, S. (2020). Kaupunki-maaseutu-alueuokitus 2018. Paikkatietopohjaisen alueuokituksen päivitys. Suomen ympäristökeskuksen raportteja 2022:21. Suomen ympäristökeskus, Helsinki. Viitattu 24.2.2024. <https://helda.helsinki.fi/server/api/core/bitstreams/68a815fe-6c4d-4168-aefd-e1645acaa977/content>.
- Hohepa, M., Scragg, R., Schofield, G., Kolt, G. S., & Schaaf, D. (2007). Social support for youth physical activity: Importance of siblings, parents, friends and school support

- across a segmented school day. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 4, 1–9. doi:10.1186/1479-5868-4-54.
- Iannotti, R. J., Chen, R., Kololo, H, Petronyte, G., Haug, E. & Roberts, C. (2012). Motivations for Adolescent Participation in Leisure-Time Physical Activity: International Differences. *Journal of Physical Activity and Health*, 10(1), 106–114. doi:10.1123/jpah.10.1.106.
- Kaarakainen, M-T & Saikkonen, L. (2019). Pelaamisen ja sosiaalisuuden ympärille muodostuvat kolmannet tilat – nuorten teknologian käyttötavat ja vapaa-ajan harrasteet. *Nuoristotutkimus* 37 (1). 20–37. Viitattu 7.5.2024. [https://www.utupub.fi/bitstream/handle/10024/160946/Nuorisotutkimus\\_10102018.pdf?sequence=1](https://www.utupub.fi/bitstream/handle/10024/160946/Nuorisotutkimus_10102018.pdf?sequence=1).
- Kokko, S., Hämylä, R., Villberg, J., Tynjälä, J., Aira, T. & Kannas, L. (2015). Lasten ja nuorten liikuntakäyttäjyymisen trendiseuranta (LIITU) – alkumittaus. Teoksessa S. Kokko & R. Hämylä (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäjyyminen Suomessa LIITU-tutkimuksen tuloksia 2014. Valtion Liikuntaneuvoston julkaisuja 2015:2. 10–12.
- Kokko, S., Martin, L., Villberg, J., Blomqvist, M., Monen, K., Koski, P., Hirvensali M., Lyyra, N., Välimaa, R., Polet, J., Laukkanen, A., Lintunen, T., Palomäki, S., Rintala, P., Asunta, P., Ng, K., Hentunen, J., Laakso, N., Huotari, K.... Tynjälä, J. (2019). LIITU 2018-tutkimus: Liikunnan merkitysten kirjo on kaventunut. *Liikunta & Tiede* 56 (1).
- Kokko, S., Martin, L., Villberg, J., Simosen, N., Husu, P. & Vasankari, T. (2023). Lasten ja nuorten liikuntakäyttäjyyminen Suomessa (LIITU) -tutkimuksen aineistonkeräys ja menetelmät 2022. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (toim.) Lasten ja Nuorten liikuntakäyttäjyyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2022. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2023:1. 11–14.
- Koski, P. (2004). Liikuntasuhde – liikunnan kohtaaminen kulttuurisesti rakentuvana sosiaalisena maailmana. Teoksessa K. Ilmanen (toim.) Pelit ja kentät - kirjoituksia liikunnasta ja urheilusta. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, 189–208.
- Koski, P. (2008). Physical activity relationship (PAR). *International Review for the Sociology of Sport* 43(2), 151–163. doi:10.1177/1012690208095374.
- Koski, P. (2015). Liikunnan merkitykset. Teoksessa S. Kokko & R. Hämylä (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäjyyminen Suomessa LIITU-tutkimuksen tuloksia 2014. Valtion Liikuntaneuvoston julkaisuja 2015:2. 27–32.

- Koski, P. (2017). Liikuntasuhde ja liikuntakasvatus. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) *Liikuntapedagogiikka*. 2. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus, 87–113.
- Koski, P. & Hirvensalo, M. (2019). Liikunnan merkitykset ja esteet. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (toim.) *Lasten ja Nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa*. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2019. 65–74
- Koski, P. & Hirvensalo, M. (2021). Liikunnan merkitykset ja esteet lukiolaisilla. Teoksessa S. Kokko, R. Hämylä & L. Martin (toim.) *Nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa*. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2020. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2021:1. 49–55.
- Koski, P. & Hirvensalo, M. (2023). Lasten ja nuorten liikunnan merkitykset ja esteet. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (toim.) *Lasten ja Nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa*. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2022. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2023:1. 47–57.
- Koski, P., Hirvensalo, M., Villberg, J. & Kokko, S. (2022). Young people in the social world of physical activities: Meanings and barriers. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 19, 5466. doi:10.3390/ijerph19095466.
- Koskinen, S., Martelin, T., Borodulin, K., Lundqvist, A., Sääksjärvi, K. & Koponen, P. *Terveyden, toimintakyvyn ja niihin vaikuttavien tekijöiden vaihtelu koulutuksen ja asuinalueen mukaan*. Teoksessa P. Koponen, K. Borodulin, A. Lundqvist, K. Sääksjärvi & S. Koskinen. (toim.) *Terveys, toimintakyky ja hyvinvointi Suomessa*. FinTerveys 2017 –tutkimus. *Terveyden ja hyvinvoinnin laitos*. 178–186.
- Lauritsalo, K. (2014). ”Usually I like school PE, but...” School physical education described in Internet discussion forums. University of Jyväskylä. *Studies in Sport, Physical Education and Health* 207. Väitöskirja. Viitattu 7.5.2024. [https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/43635/978-951-39-5726-1\\_vaitos\\_14062014.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/43635/978-951-39-5726-1_vaitos_14062014.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
- Lehmuskallio, M. (2007). *Liikuntakulutus kaupunkilaisten ja -nuorten liikuntasuhteessa*. Turun yliopiston julkaisuja. C 263. Väitöskirja. Viitattu 28.2.2024. <https://www.utupub.fi/bitstream/handle/10024/33581/C263.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Loucaides, C. A., Chedzoy, S. M., & Bennett, N. (2004). Differences in physical activity levels between urban and rural school children in Cyprus. *Health Education Research*, 19(2), 138–147. doi:10.1093/her/cyg014.
- Machado-Rodrigues, A. M., Coelho-E-Silva, M. J., Mota, J., Padez, C., Martins, R. A., Cumming, S. P., Riddoch, C. & Malina, R. M. (2014). Urban–rural contrasts in fitness,



- physical activity, and sedentary behaviour in adolescents. *Health Promotion International*, 29(1), 118–129. doi:10.1093/heapro/das054.
- Martin, L., Kokko, S., Villberg, J., Suomi, K. & Kwok, N. (2023). Itsearvioitu liikunta-aktiivisuus, liikuntatilanteet, liikkumisympäristöt ja liikkumisen seurantalaitteet. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (toim.) *Lasten ja Nuorten liikuntakäyttäytyminen 24 Suomessa*. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2022. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2023:1. 47–57.
- Martin, L., Suomi, K. & Kokko, S. (2019). Liikuntatilaisuudet. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (toim.) *Lasten ja Nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa*. Liitu-tutkimuksen tuloksia 2018. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2019:1. 41–47.
- Masoumi, H. E. (2017). Associations of built environment and children’s physical activity: a narrative review. *Reviews on Environmental Health*, 32(4), 315–331. doi:10.1515/reveh-2016-0046.
- McCormack, L. A., & Meendering, J. (2016). Diet and physical activity in rural vs urban children and adolescents in the United States: a narrative review. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 116 (3), 467–480. doi:10.1016/j.jand.2015.10.024.
- McCrorie, P., Mitchell, R., Macdonald, L., Jones, A., Coombes, E., Schipperijn, J., & Ellaway, A. (2020). The relationship between living in urban and rural areas of Scotland and children’s physical activity and sedentary levels: a country-wide cross-sectional analysis. *BMC Public Health*, 20, 1–11. doi:10.1186/s12889-020-8311-y
- Moore, J. B., Brinkley, J., Crawford, T. W., Evenson, K. R., & Brownson, R. C. (2013). Association of the built environment with physical activity and adiposity in rural and urban youth. *Preventive medicine*, 56(2), 145–148. doi:10.1016/j.ypmed.2012.11.019
- Myllyniemi, S. & Berg, P. (2013). *Nuoria liikkeellä! Nuorten vapaa-aikatutkimus 2013*. Nuorisosaian neuvottelukunnan julkaisuja 49.
- Nigg, C., Weber, C., Schipperijn, J., Reichert, M., Oriwol, D., Worth, A., ... & Niessner, C. (2022). Urban-rural differences in children’s and adolescent’s physical activity and screen-time trends across 15 years. *Health Education & Behavior*, 49(5), 789–800. doi:10.1177/10901981221090153.
- Nummenmaa, L. (2009). *Käyttäytymistieteiden tilastolliset menetelmät*. 1. painos. Keuruu: Tammi.

- Nupponen, R., Aittasalo, M. & Paronen, O. (2014). Kahdeksaluokkalaisten suhtautuminen liikuntaan sekä sen yhteys sosiaaliseen lähipiiriin ja omaan liikuntaan. *Liikunta & Tiede* 51 (6), 56–62.
- OKM. (2018). Liikunta ja tasa-arvo 2017. Katsaus sukupuolten tasa-arvon nykytilaan liikuntalalla. OKM\_6\_2018.pdf (valtioneuvosto.fi)
- Opetus- ja kulttuuriministeriö. (2021). Liikkumissuositus 7–17-vuotiaille lapsille ja nuorille. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisusarja 2021:19. Viitattu 25.1.2024. [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162984/OKM\\_2021\\_19.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162984/OKM_2021_19.pdf?sequence=4&isAllowed=y).
- Rintala, P., Grönroos, L., Välimaa, R., Tynjälä, J. & Kokkonen, M. (2013). Yleisopetuksessa olevien pitkäaikaissairaiden ja vammaisten suomalaisnuorten vapaa-ajan liikuntasyyt. *Liikunta & Tiede* 50(1), 60–66.
- Ristimäki, E., Kuokkanen, J. & Kujala, T. (2019). Nuorten urheilijoiden suhde liikuntaan: Yläkoululeiritykseen osallistuvien nuorten liikunnalle antamat merkitykset. *Liikunta & Tiede* 56 (1), 100–106.
- Rovio, E., Saaranen-Kauppinen, A. & Pyykkönen, T. (2014). Liikuntakynnyksen yli - ohjelmista ihmisen kohtaamiseen. *Liikuntatieteellisen Seuran Impulssi*. 281(28). Viitattu 10.5.2024. [https://www.lts.fi/media/lts\\_julkaisut/impulssit/imp\\_28\\_nettil\\_korj270114.pdf](https://www.lts.fi/media/lts_julkaisut/impulssit/imp_28_nettil_korj270114.pdf)
- Saarsalmi, P., Koskela, T., Virtala, E., Murto, J., Pentala, O., Kauppinen, T., Karvonen, S. & Kaikkonen, R. (2014). Terveiden ja hyvinvoinnin erot maalla ja kaupungissa vuonna 2013 – ATH-tutkimuksen tuloksia uuden kaupunkimaaseutu-luokituksen mukaan. Tutkimuksesta tiiviisti. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (THL). Viitattu 2.4.2024. [http://www.xn--kylturvallisuus-2kb.fi/w/images/9/92/Maaseudun\\_ja\\_kaupunkien\\_hyvinvointierot.pdf](http://www.xn--kylturvallisuus-2kb.fi/w/images/9/92/Maaseudun_ja_kaupunkien_hyvinvointierot.pdf)
- Saarsalmi, P., Karvonen, S., Kauppinen, T., Koskela, T., Murto, J. & Kaikkonen, R. (2017). Kaupunki-maaseutuluokituksen mukaisten terveys- ja hyvinvointierojen vaihtelu maan eri osissa. *Yhteiskuntapolitiikka* 82 (2017):2. Viitattu 10.3.2024. YP1702\_Saarsalmiym.pdf (julkari.fi)
- Sandercock, G., Angus, C. & Barton, J. (2010). Physical activity levels of children living in different built environments. *Preventive Medicine*, 50(4), 193–198. doi:10.1016/j.ypmed.2010.01.005.
- Seippel, Ø. (2006). The meanings of sport: fun, health, beauty or community? *Sport in Society* 9(1), 51–70. doi:10.1080/17430430500355790.

- Smith, M., Mavoa, S., Ikeda, E., Hasanzadeh, K., Zhao, J., Rinne, T. E., ... & Cui, J. (2022). Associations between children's physical activity and neighborhood environments using GIS: a secondary analysis from a systematic scoping review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1033. doi:10.3390/ijerph19031033.
- Suomen virallinen tilasto (SVT). (2014). Kiinteistöjen hinnat. Helsinki: Tilastokeskus. Viitattu 10.3.2024. [https://www.stat.fi/til/kihi/kihi\\_2014-03-10\\_luo\\_001.html](https://www.stat.fi/til/kihi/kihi_2014-03-10_luo_001.html).
- Suomi, K., Mehtälä, A. & Kokko, S. (2016). Liikuntapaikat ja -tilaisuudet. Teoksessa S. Kokko & A. Mehtälä (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2016:4. 23–26.
- Sukys, S., Cesnaitiene, V. J., Emeljanovas, A., Mieziene, B., Valantine, I. & Ossowski, Z. M. (2019). Reasons and Barriers for University Students' Leisure-Time Physical Activity: Moderating Effect of Health Education. *Perceptual and Motor Skills* 126 (6), 1084–1100. doi:10.1177/0031512519869089.
- Takalo, S. (2016). Mikä nuorta liikuttaa? Tutkimus liikuntatottumusten rakentumisesta lapsesta nuoreksi aikuiseksi. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteellinen tiedekunta, liikuntapedagogiikka 315. Väitöskirja. Viitattu 1.4.2023. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-790-405-6>.
- TENK. (2023). Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja. Viitattu 15.3.2023. [https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje\\_2023.pdf](https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf)
- THL. (2022). THL:n sairastavuusindeksi 2019 Sairastavuuden alueittaiset erot ovat suuria. Tilastoraportti 13/2022. Viitattu 28.3.2024. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/144327/TR\\_13.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/144327/TR_13.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Tiirikainen, M. & Konu, A. (2013). Miksi lapset ja nuoret katoavat liikunta- ja urheiluseuroista murrosiässä? Miksi murrosikäinen luopuu liikunnasta? Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2013:3. Viitattu 24.2.2023. <https://www.liikuntaneuvosto.fi/wp-content/uploads/2013/04/Murrosikä-raportti.pdf>.
- Tilastokeskus. (2024). Kuntapohjaiset alueluokitukset 2024: Kunnat ja kuntapohjaiset aluejaot vuonna 2024 suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi. Viittaus 10.3.2024. <https://www.stat.fi/fi/luokitukset/tupa/>.
- Unruh, D. R. (1980). The nature of social worlds. *The Pacific Sociological Review* 23(3), 271–296. doi:10.2307/1388823.

- Valtioneuvosto. (2022). Lasten ja nuorten fyysisessä toimintakyvyssä merkittäviä alueellisia eroja. Valtioneuvoston uutinen. Viitattu 24.3.2024. <https://valtioneuvosto.fi/-/1410845/lasten-ja-nuorten-fyysisessa-toimintakyvyssa-merkittavia-alueellisia-eroja>.
- Vanttaja, M., Tähtinen, J., Zacheus, T. & Koski, P. (2017). Liikkumattomuuden jäljillä. Pitkittäistutkimus vähän liikuntaa harrastavien nuorten liikuntasuhteesta ja liikuntaaktiivisuuden muutoksista. Nuorisotutkimusverkosto / Nuorisotutkimusseura. Verkkojulkaisuja 115. Viitattu 2.3.2023. [https://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/liikkumattomuuden\\_jaljilla\\_verkko.pdf](https://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/liikkumattomuuden_jaljilla_verkko.pdf)
- Vaterlaus, J. M., Patten, E. V., Roche, C., & Young, J. A. (2015). # Gettinghealthy: The perceived influence of social media on young adult health behaviors. *Computers in Human Behavior*, 45, 151–157. doi:10.1016/j.chb.2014.12.013.
- Wold, B., Littlecott, H., Tynjälä, J., Samdal, O., Moore, L., Roberts, C., Kannas, L., Villberg, J. & Aarø, L. E. (2016). Changes from 1986 to 2006 in reasons for liking leisure-time physical activity among adolescents. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 26(8), 951–959. doi:10.1111/sms.12528.
- Zacheus, T. & Saarinen, A. (2019). Lasten ja nuorten liikunnan harrastaminen ja sen taustalla vaikuttavat syyt. Teoksessa T. Hakanen, S. Myllyniemi, & M. Salasuo (toim.) *Oikeus liikkua. Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2018*. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2019:2, 81–113. Viitattu 2.3.2023. [https://www.researchgate.net/profile/Tuomas-Zacheus-2/publication/331431268\\_Lasten\\_ja\\_nuorten\\_liikunnan\\_harrastaminen\\_ja\\_sen\\_taustalla\\_vaikuttavat\\_syyt/links/5c78eec492851c6950494306/Lasten-ja-nuorten-liikunnan-harrastaminen-ja-sen-taustalla-vaikuttavat-syyt.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Tuomas-Zacheus-2/publication/331431268_Lasten_ja_nuorten_liikunnan_harrastaminen_ja_sen_taustalla_vaikuttavat_syyt/links/5c78eec492851c6950494306/Lasten-ja-nuorten-liikunnan-harrastaminen-ja-sen-taustalla-vaikuttavat-syyt.pdf)

## LIITE 1. LIITU-kyselylomakkeesta valitut kysymykset.

**4. Valitse koulusi alavetovalikosta** (Valikossa ensin kunta, sitten kunnan koulut)

**7. Sukupuoli**

Poika  
Tyttö  
Muu

**8. Millä luokalla olet?**

5. luokalla  
7. luokalla  
9. luokalla

**21. Minkälaisella paikkakunnalla asut nykyisin?**

Kaupungissa, keskustassa  
Kaupungissa, keskustan ulkopuolella  
Maaseudulla, kirkonkylässä tai asutuskeskuksessa  
Maaseudulla, kirkonkylän tai asutuskeskuksen ulkopuolella

**Vain A-lomakkeessa: 40. Mitkä asiat ovat sinulle tärkeitä ja vähemmän tärkeitä liikunnan tai urheilun harrastuksessa?**

*Vastausvaihtoehdot:* Ei lainkaan tärkeää; Lähes yhdentekevää; Vain vähän tärkeää; Jonkin verran tärkeää; Melko tärkeää; Tärkeää; Erittäin tärkeää

*Väittämät:*

Kilpaileminen  
Yhdessäolo, yhteistoiminta kavereiden kanssa  
Kunnon kohottaminen  
Lihavaksi tulemisen estäminen, painonhallinta  
Hyvän ulkonäön saaminen

Uusien kavereiden saaminen  
Virkistys ja rentoutuminen  
Ilo; se, että liikunta on kivaa  
Notkeuden parantaminen  
Lihassoiman kasvattaminen  
Murheiden unohtaminen  
Hyvän olon saaminen  
Uusien elämysten saaminen  
Opin tuntemaan paremmin itseäni  
Leikkiminen, leikkimielisyys  
Kamppailu itsesi kanssa, itsesi voittaminen  
Kamppailu toisten kanssa, toisten voittaminen  
Uusien taitojen oppiminen ja kehittäminen  
Menestys ja voittaminen  
Onnistumisen elämykset  
Työnteko, ahkeruus  
Parhaansa yrittäminen  
Hienot välineet tai varusteet  
Luonnossa oleminen  
Ronskit otteet, kovaotteisuus  
Naisellisuus  
Miehekkyyys  
Vauhdikkuus  
Oveluus ja järjen käyttö (esim. voiton saamiseksi)  
Liikunnan terveellisyys  
Pelon tai jännityksen kokeminen/voittaminen  
Omatoimisesti yksikseen tekeminen  
Taidokas temppuilu  
Muille esittäminen, esiintyminen