

JYX



This is a self-archived version of an original article. This version may differ from the original in pagination and typographic details.

Author(s): Vehmas, Hanna

Title: Urheilun vastuullisuus tärkeää norjalaisille

Year: 2024

Version: Published version

Copyright: © Liikuntatieteellinen seura 2024

Rights: In Copyright

Rights url: <http://rightsstatements.org/page/InC/1.0/?language=en>

Please cite the original version:

Vehmas, H. (2024). Urheilun vastuullisuus tärkeää norjalaisille. *Liikunta ja tiede*, 61(3), 31.

warneken ja **työtovereiden** tutkimuksessa analysoitiin 42 tutkimusta, joihin osallistui yhteensä 1 318 aikuista tutkittavaa. Tulokset mukaan pitkäkestoinen staattinen venyttely paransi maksimivoimaa sekä lihasmassaa, mutta vaikutus oli pieni. Lisäksi yli 15 minuutin venyttelyajat yli kuuden viikon ajan ja vähintään viidesti viikossa toteutettu harjoittelu osoittautuivat tehokkaammiksi kuin lyhyet venyttelyjaksot, lyhyet interventiot tai harvemmin toteutetut harjoitukset.

Staattinen venyttely voi hyödyttää jonkin verran maksimivoiman ja lihassmassan kasvua. Venyttelyyn käytetyn ajan ja vaivan vuoksi sen teho ei yllä lähellekään voimaharjoittelun hyötysuhdetta. Mikäli voimaharjoittelu on mahdollista, sen tulisi olla ensisijainen keino parantaa maksimivoimaa ja lisätä lihassmassaa. Staattinen venyttely saattaa kuitenkin ehkäistä maksimivoiman heikkenemistä ja lihassmassan laskua tilanteissa, joihin voimaharjoittelu ei sovellu.

LÄHDE: Warneke K, Lohmann LH, Behm DG, ym. Effects of Chronic Static stretching on Maximal Strength and Muscle Hypertrophy: A Systematic Review and MetaAnalysis with Meta-Regression. Sports Medicine - Open 2024;10:45.

Yhteiskuntatieteet

HANNA VEHMAS, VTM, FT
hanna.m.vehmas@jyu.fi

Urheilun vastuullisuus tärkeää norjalaisille

NORJALAISET PITÄVÄT ERITTÄIN TÄRKEÄNÄ sitä, että urheilu on sosiopoliittisesti vastuullista toimintaa. Tärkeimmiksi vastuullisuuden liittyviksi aiheiksi nähtiin doping (79,7 %), taloudellinen epätasa-arvo (76,7 %) ja seksuaalinen suuntautuneisuus (72,7 %). Vähiten tärkeänä nähtiin ympäristöasiat (47,3 %). Naiset edellyttävät miehiä useammin urheilulta vastuullisuutta. Itse urheilua harrastavat kokivat, että terveyskysymykset ja sosiaaliset suhteet tulisi ottaa huomioon vastuullisessa urheilutoiminnassa.

Norjalaiset ovat tunnetusti huippu-urheilun menestyjäkansa kansainvälisten tilastojen valossa. Öljyllä vaurastuneessa pohjoismaiseen hyvinvointivaltiomalliin nojaavassa yhteiskunnassa huippu-urheilun taloudellinen ja yhteiskunnallinen tukeminen on kantanut menestyksen hedelmää. Siitä huolimatta tai juuri siksi Norjassa on huolestuttu urheilun liitetyistä epäkohdista.

Tähän huoleen tarttui **Ornulf Seippel**, joka tutki norjalaisen käsityksiä urheilun sosiopoliittisesta vastuullisuudesta liittyen terveyteen, yhteisöihin, sukupuoleen, rasismiin, vähemmistöjen integroitumiseen, seksuaaliseen suuntautumiseen, sosiaaliseen epätasa-arvoon, vammaisuuteen, dopingiin ja ympäristöasioihin. Posti- ja internet-kyselyillä kerätty tutkimusaineisto (N= 1131, vastausprosentti 26,0) koostui 18-79-vuotiaiden norjalaisten vastauksista. Heidän mielipiteitään tutkittiin vastaajien sosiaalisen taustan, liikuntasuhteen ja äänestyskäyttäytymisen perusteilla.

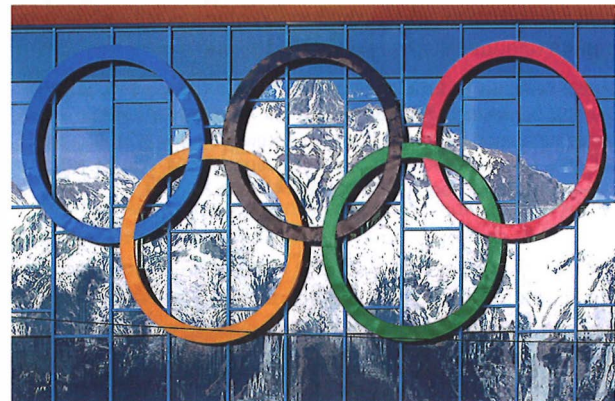
Naiset pitivät kauttaaltaan urheilun sosiopoliittisia kytkeitä tärkeämpinä kuin miehet. Erityisesti vammaisten asema ja sukupuolten välinen tasa-arvo oli naisille oleellista. Läheisen liikuntasuhteen omaavat korostivat etenkin terveyteen ja yhteisöllisyyteen liittyviä kysymyksiä.

Tutkimus osoitti lisäksi, että urheilun sosiopoliittiset vastuullisuusvaatimukset epäilyttävät Norjan Edistyspuoluetta (Fremskrittspartiet) ja Keskustapuoluetta (Senterpartiet) äänestäviä. Tämä saattaa selittyä liberalismiin ja populismiin nojaavilla antielitistisillä asenteilla. Näissä puolueissa urheilun nähdään toimivan parhaiten ilman yhteiskunnallisen eliitin kontrollia.

Norjalaisten käsitykset vastuullisuudesta eivät sinällään yllätä. Perinteinen näkemys urheilun eettisesti ja moraalisesti hyvästä kertomuksesta ei kuitenkaan toteudu läheskään aina kovien taloudellisten ja poliittisten päämäärien saavuttamiseen tähtäävässä globaalissa huippu-urheilussa. Globaaliin urheiluun yhdistetään tänä päivänä huomattava määrä epäeettisyyttä ja vastuuttoman toimintakulttuurin piirteitä.

Urheilu on alettu nähdä yhä useammin rahan ja ahneuden logiikan mukaisesti toimivana korruptoituneena järjestelmänä, jossa muun muassa rasismi, homofobia ja sukupuolten välinen epätasa-arvo rehoittavat. "Urheilun hyvää kertomusta" hyödynnetään tavoiteltaessa erilaisia poliittisia ja taloudellisten päämääriä. On alettu jopa puhua "urheilupeusta" (sportwashing), jolloin urheilun hyvään ja puhtoiseen maineeseen verhotaan poliittisesti tai taloudellisesti kyseensäläisiä tavoitteita.

LÄHDE: Seippel, O. 2024. More than sports? A study of Norwegians' opinions on sports' social and political responsibilities. European Journal for Sport and Society. <https://doi.org/10.1080/16138171.2024.2335580>



Kuva: Olympiaworld Innsbruck

Miksi Innsbruck sanoi ei vuoden 2026 talvikisoille?

INNSBRUCKIN VUODEN 2026 TALVIKISAHAKUA koskenut kansanäänestyks jouti kielteiseen tulokseen ja hausta luopumiseen. Äänestyksen alla kerätyn itävaltalais tutkimuksen aineiston perusteella tärkeimpiä hakua puoltavia tekijöitä kisakaupungin imagon kohentaminen, matkailun edistäminen ja liikuntapaikkojen rakentaminen. Estävinä tekijöinä nähtiin erityisesti kisoista aiheutuvat taloudelliset kustannukset, korruptio, muiden investointien siirtyminen olympialaisten vuoksi ja ympäristöhaitat.

Hakijakandidaattialueiden osallisuuden edistämiseksi kisaisännyyksistä yksinoikeudella päättävä Kansainvälinen olympiakomitea (KOK) lisäsi 2000-luvun alussa hakuprosessin kriteereiksi selvityksen paikallisten asukkaiden mielipiteistä kisa isännyyttä kohtaan. Tämä on inspiroinut tutkijoita selvittämään kisa hausta luopumiseen johtaneita syitä.