

Helsingfors stads uteidrottsplatser

Kundundersökning vintern 2010

Mats Gerkman

Sonja Häkli

Mats Gerkman, Sonja Häkli

Examensarbete
Idrott och hälsopromotion
2010

EXAMENSARBETE	
Arcada	
Utbildningsprogram:	Idrott och hälsopromotion
Identifikationsnummer:	3270, 3271
Författare:	Mats Gerkman, Sonja Häkli
Arbetets namn:	Helsingfors stads uteidrottsplatser Kundundersökning vinter 2010
Handledare (Arcada):	Topi Taskinen
Uppdragsgivare:	Helsingfors Idrottsverk, avdelningen för utomhusidrott
<p>Sammandrag:</p> <p>Det här är ett beställningsarbete av Helsingfors Idrottsverk, avdelningen för utomhusidrott. Arbetets syfte är att utföra en kundundersökning åt Helsingfors Idrottsverk som mäter besökarnas åsikter om uteidrottsplatserna som upprätthålls av Helsingfors Stad. Idrottsplatserna består av naturisbanor (Stapelstaden, Drumsö, Nordsjö, Gamlas), konstisbanor (Berghäll, Kottby), skidspåren i Svedängen och Bredvikens långfärdsisbana. Sammanlagt 1258 svar. Datainsamlingsmetoder är enkätundersökning och intervju, vilken är en kombination av kvalitativa och kvantitativa forskningsmetoder. Syftet är att presentera resultat från Helsingfors Stads uteidrottsplatser och få reda på motionsvanor mellan kön och åldersgrupper. Resultaten av uteidrottsplatserna är i medeltal goda, besökarna är nöjda med underhållet och utbudet. Det finns skillnader i styrkor och svagheter mellan uteidrottsplatserna, därför behövs olika förbättringar på olika uteidrottsplatser. Undersökningsresultaten ger inga skillnader i motionsvanor mellan könen. Majoriteten av besökarna har en universitets/yrkeshögskoleutbildning men det finns inga skillnader i motionsvanor mellan utbildningsnivåer. Åldersgrupperna som intresserade oss var 26 – 40-åringar samt 41 – 60-åringar. Båda åldersgrupperna är de aktivaste motionsutövare bland besökarna.</p>	
Nyckelord:	Helsingfors Idrottsverk, motion, kundundersökning, idrottsplatser, utomhusidrott.
Sidantal:	61
Språk:	Svenska
Datum för godkännande:	

DEGREE THESIS	
Arcada	
Degree Programme:	Sport and Health promotion
Identification number:	3270, 3271
Author:	Mats Gerkman, Sonja Häkli
Title:	Helsingfors stads uteidrottsplatser Kundundersökning vinter 2010
Supervisor (Arcada):	Topi Taskinen
Commissioned by:	City of Helsinki Sport Department, Outdoor Sports Facilities Division
<p>Abstract: This is a commissioned work from Helsinki Sports Department, the Outdoor Sports Facilities Division. The work aims to conduct a customer survey to Helsinki Sports Department, which measures the visitors' views on outdoor sports facilities maintained by the Helsinki City. The sports facilities that the survey includes natural skating rinks (Tappuli, Lauttasaari, Vuosaari, Kannelmäki), artificial skating rinks (Kallio, Käpylä), skiing tracks in Paloheinä and tour skating course in Laajalahti. Combined 1258 answers. Data collection methods are questionnaire and interview, which is a combination of qualitative and quantitative research methods. The aim is to present the results from the outdoor sports facilities and find out about the exercise habits between genders and age groups. The results from the outdoor sport facilities are on average good, the visitors are satisfied with the maintenance and supply. There are differences in the strengths and weaknesses between outdoor sport facilities, hence the need for various improvements at various outdoor sport facilities. The findings provide no differences in exercise habits between the genders. The majority of the visitors have a university / polytechnic education, but there are no differences in exercise habits between educational levels. The age groups that interested us were 26 - 40 - year olds and 41-60 - year olds. Both age groups are the most active sports practitioners of all visitors.</p>	
Keywords:	Helsinki Sports Departement, the Departement of outdoor sports, exercise, customer survey, outdoor sport facilities.
Number of pages:	61
Language:	Swedish
Date of acceptance:	

OPINNÄYTE	
Arcada	
Koulutusohjelma:	Liikunta ja terveyden edistäminen
Tunnistenumero:	3270, 3271
Tekijä:	Mats Gerkman, Sonja Häkli
Työn nimi:	Helsingfors stads uteidrottsplatser Kundundersökning vinter 2010
Työn ohjaaja (Arcada):	Topi Taskinen
Toimeksiantaja:	Helsingin Liikuntavirasto, ulkoliikuntaosasto
<p>Tiivistelmä:</p> <p>Tämä on tilaustyö Helsingin Liikuntaviraston ulkoliikuntaosastolta. Työn tavoitteena on tehdä asiakaskysely Helsingin liikuntavirastolle, joka mittaa kävijöiden näkemyksiä Helsingin kaupungin ylläpitämistä ulkoliikuntapaikoista. Ulkoliikuntapaikat koostuvat luonnonjääkentistä(Tapuli, Lauttasaari, Vuosaari ja Kannelmäki), tekojääkentät (Kallio ja Käpylä), Paloheinän hiihtoladut sekä Laajalahden matkaluistelurata. Yhteensä 1258 vastausta. Tietojenkeruumenetelmät ovat kyselylomakkeet ja haastattelut, jotka on yhdistävät sekä kvantitatiivisen että kvalitatiivisen tutkimusmenetelmän. Tavoitteena on tuoda esille tulokset Helsingin kaupungin ulkoliikuntapaikoista sekä selvittää sukupuolten ja ikäryhmien liikuntatottumuksia. Tulokset ulkoliikuntapaikoista ovat keskimäärin hyviä. Kävijät ovat tyytyväisiä ylläpitoon ja tarjontaan. Ulkoliikuntapaikoissa on eroja koskien vahvuuksia ja heikkouksia ja siksi tarvitaan erilaisia parannuksia eri ulkoliikuntapaikoilla. Sukupuolten välillä ei ole eroja liikuntatottumuksissa. Suurin osa kävijöistä on yliopisto / ammattikorkeakoulututkinto. Koulutustaso ei vaikuta liikuntatottumuksiin. Ikäluokat joista olemme kiinnostuneita ovat 26-40 - vuotiaat sekä 41-60 - vuotiaat. Tutkimustulokset näyttävät että nämä ikäluokat ovat tutkimuksen aktiivisempia liikkujia.</p>	
Avainsanat:	Helsingin Liikuntavirasto, ulkoliikuntaosasto, liikunta, asiakastyytyväisyystutkimus, liikuntapaikat, ulkoliikunta.
Sivumäärä:	61
Kieli:	Ruotsi
Hyväksymispäivämäärä:	

INNEHÅLL

1	INLEDNING	10
2	Syfte	10
2.1	Bakgrund.....	11
2.1.1	<i>Helsingfors Idrottsverket</i>	11
2.1.2	<i>Projektorganisation</i>	12
2.1.3	<i>Tidtabell</i>	13
3	Metod	14
3.1	Val av metod.....	14
3.2	Datainsamling.....	15
3.2.1	<i>Kvantitativ metod</i>	15
3.2.2	<i>Kvalitativ metod</i>	16
3.2.3	<i>Enkäter</i>	16
3.2.4	<i>Intervjuer</i>	18
3.3	Forsknings typ.....	18
3.3.1	<i>Forsknings processen</i>	19
3.3.2	<i>Konceptualisering</i>	19
3.3.3	<i>Planering</i>	20
3.3.4	<i>Datainsamling</i>	20
3.3.5	<i>Analys</i>	20
3.3.6	<i>Verifiering</i>	21
3.3.7	<i>Avrapportering</i>	21
3.4	Validitet och reliabilitet.....	21
4	Etik	22
4.1	Val och rekrytering av försökspersoner.....	24
4.2	Anonymitet och konfidentialitet.....	25
5	Tidigare forskning	26
5.1	Utvecklingsundersökning av huvudstadsregionens friluftskarta.....	26
5.2	Motion – välfärdspolitisk möjlighet. Finländarnas hälsomotions tillstånd och utveckling 2006 28	
5.3	Björneborgs stads fritidsbyrå.....	32
6	Analysmetod	33
7	Resultat	34

7.1	Naturisbanor.....	34
7.1.1	<i>Naturisbanan i Nordsjö</i>	34
7.1.2	<i>Naturisbanan i Drumsö</i>	36
7.1.3	<i>Naturisbanan i Stapelstaden</i>	37
7.1.4	<i>Naturisbanan i Gamlas</i>	39
7.2	Konstisbanor	41
7.2.1	<i>Konstisbana i Berghäll</i>	42
7.2.2	<i>Konstisbanan i Kottby</i>	43
7.3	Skidspåren i Svedängen	43
7.4	Långfärdsisbanan i Bredviken.....	45
8	Analys	47
8.1	Motionsvanor.....	47
8.2	Skillnader i motionsvanor bland 26 - 40 åringar och 41 – 60 - åringar	50
8.3	Utbildningsnivåns påverkan på motionsvanor	53
8.4	Könskillnader i motionsvanor	55
	Slutsatser	56
9	Projektgruppens praktikrapport	57
	Källor	59
	Bilagor	61

Figurer

Figur 1. Grafik över projektorganisationens uppbyggnad.....	13
Figur 2. Graf över resultaten på bitjänsterna i Nordsjö.....	36
Figur 3. Graf över resultaten på fortskaffningsmedel i Drumsö.....	37
Figur 4. Graf över bitjänsterna i Stapelstaden.....	38
Figur 5. Graf över Stapelstadens idrottsplatser.....	39
Figur 6. Graf över bitjänsterna i Gamlas.....	40
Figur 7. Graf över informationsnivån i Gamlas.....	41
Figur 8. Graf över omklädningsrummens skick i Berghäll.....	42
Figur 9. Graf över fortskaffningsmedlen till Svedängen.....	45
Figur 10. Graf på tillgängligheten till Bredvikens långfärdsisbana.....	46
Figur 11. Svaresprocenterna från Bredviken angående bitjänsterna.....	47
Figur 12. Graf över motinosvanorna som antal pass/vecka.....	48
Figur 13. Graf över motionsvanorna som antal timmar/vecka.....	49
Figur 14. Graf över utbildningsbakgrund.....	51
Figur 15. Graf över antal motionspass per vecka I förhållande till åldern.....	52
Figur 16. Graf över utbildningsbakgrund.....	53
Figur 17. Graf över motionsvanotna enligt utbildningsnivå.....	54
Figur 18. Graf över tidsförbrukningen på idrottsplatserna enligt kön.....	55

Tabeller

Tabell 1. Tabell över tidpunkterna för intervjuerna.....	13
--	----

FÖRORD

Vi vill tacka Helsingfors Idrottsverk för att vi fick chansen att göra denna undersökning åt dem i samband med vårt examensarbete inom Idrott och hälsopromotion. Vi vill också tacka vår projektgrupp; Julia Halmén, Karin Nordström, Mikael Paajanen, Jonas Wikström. Utan dem skulle detta arbete inte ha kunnat färdigställas.

1 INLEDNING

Detta är ett beställningsarbete av Helsingfors Idrottsverk avdelningen för utomhusverksamheten. Det kom en förfrågan från Idrottsverket hösten 2009 om det finns eventuella studerande som är intresserade av att göra denna undersökning åt Idrottsverket. Vi båda hade anmält vårt intresse av att vara med utan att känna varandra från tidigare. I januari 2010 blev det klart att vi två, Sonja Häkli och Mats Gerkman, skulle göra detta projekt som vårt examensarbete. Samtidigt fick vi också veta att vi har en projektgrupp till vår hjälp p.g.a. arbetets omfattning. Projektgruppen bestod av fyra studeranden från Idrott och hälsopromotion 08.

Helsingfors har flera idrottsplatser som är öppna för allmänheten och underhålls av Helsingfors Idrottsverket. Under vintertid så består Helsingfors Idrottsverks utbud av uteidrottsplatser, mest av naturisbanor, konstisbanor och skidspår. Allmänheten använder dessa idrottsplatser men vad är besökarnas åsikter om de olika idrottsplatserna? Är det bara helsingforsbor som använder möjligheten till idrottsplatserna eller kommer det besökare från grannkommunerna? Vad är det som fungerar bra på de olika idrottsplanerna och vad är de områden som behöver förbättras? Finns det skillnader mellan könen och utbildningsnivå hur ofta och länge som man besöker idrottsplatserna? Syftet med denna undersökning var att få fram de starka och svaga punkterna på de olika idrottsplatserna, finns det skillnad mellan olika samhällsgrupper hur de använder idrottsplatserna.

2 SYFTE

Syftet med denna undersökning är att presentera resultaten från de olika uteidrottsplatserna och framföra deras starka och svaga sidor. Vi är intresserade av att få reda på om det finns avvikelser mellan kön och samhällsgrupper. Finns det skillnader i besökarnas motionsvanor mellan åldersgrupperna 26 - 40 och 41 - 60? Har utbildningsnivån en påverkan på hur mycket uteidrottsplatsena används? Använder högre utbildade besökare oftare idrottsplatserna? Finns det könsskillnader för hur ofta man utövar motion bland de svarade i denna undersökning.

2.1 Bakgrund

Helsingfors Idrottsverk avdelning för utomhusverksamheten hade redan färdigt avgränsat undersökningen för vilka idrottsplatser som skulle ingå i undersökningen. Idrottsplatserna och datumen när datainsamlingen skulle ske hade också bestämts på förhand. Idrottsplatserna bestod av fyra naturisbanor (Stapelstaden, Gamlas, Nordsjö, Drumsö), två konstisbanor (Berghäll, Kottby), en långfärdisbana (Bredviken) samt skidspår (Svedängen). Undersökningen genomfördes som en enkätundersökning där människorna intervjuades på idrottsplatsen. Det fanns också möjlighet att fylla i enkäten självmant. Det mest spännande med denna undersökning är att något liknande aldrig har gjorts tidigare av Idrottsverket. En tidigare undersökning har gjorts i Björneborg men i mindre skala.

2.1.1 Helsingfors Idrottsverket

Helsingfors grundades på Sveriges kung Gustav Vasas order år 1550. Helsingfors grundades för att konkurrera med Tallin som befinner sig på andra sidan av Finska viken. Helsingfors är Finlands huvudstad, Helsingforsregionen har ca 1,3 miljoner invånare, Helsingfors hade 1.1.2010 583 350 invånare, 10,9 % av hela Finlands befolkning (Tilastotietoja Helsingistä 2010), och 738 100 arbetsplatser. Finlandssvenskar finns det i Helsingfors 6,1 %. Helsingfors stad har 39 746 anställda och är där med Helsingfors största arbetsgivare (Tilastotietoja Helsingistä 2010). (Helsingfors stad)

I Helsingfors finns det sammanlagt 216 km av friluftstråk och motionsspår. Det finns 32 inomhushallar för motion och gym. Simhallar har Helsingfors 14 st. och 9 st. ishallar. Skridskobanor utan konstis finns 73 st. och badstränder 27 st. i Helsingfors. (Tilastotietoja Helsingistä 2010)

Helsingfors Idrottsverks huvudsakliga idé är att förbättra helsingforsbornas välbefinnande och funktionsförmåga med hjälp av motion. Helsingfors har ett stort utbud av

motionstjänster vilka ger obegränsliga motionsmöjligheter både under sommar och vintertid samt inomhus och utomhus. I Helsingfors opererar ca 800 idrottsföreningar där det utövas ca 100 olika idrottsgrenar. Idrottsverkets viktigaste uppgifter är att upprätthålla och erbjuda motionsställen, upprätthållande av friluftsområden, arrangera ledda motionsaktiviteter, underhåll av båthamnar, utveckla och övervaka sportfiske, framställa bidrag till föreningar och idrottsanläggningar och marknadsföra och informera om motionstjänster. (Helsingfors stad)

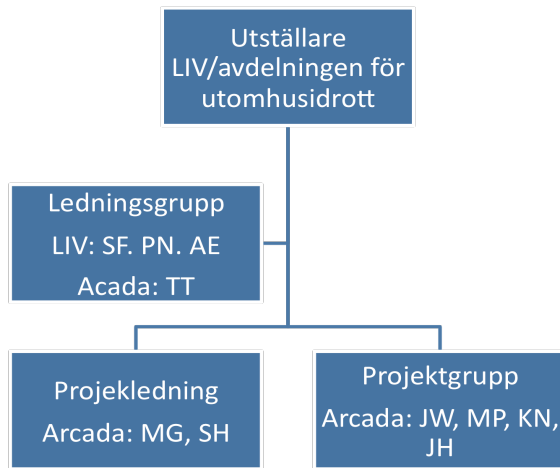
Idrottsverkets direktör är Anssi Rauramo (2010). Idrottsverket är indelat i olika avdelningar, idrottsanläggningar, utomhusidrott, havsavdelningen, instruerad motion och förvaltningsavdelningen. Det finns också en utvecklingsenhet som är direkt underställd idrottsdirektören. Idrottsverket har sammanlagt ca 400 anställda och 100 – 200 kortvarigt anställda under vissa tider under kalender året. (Helsingfors stad)

2.1.2 Projektorganisation

Projektorganisationen bestod av beställaren Helsingfors Idrottsverk avdelningen för utomhusidrott. Ledningsgruppen hade tre medlemmar från Idrottsverket och en från Arcada. Projektledningen bestod av Mats Gerkman och Sonja Häkli och sedan fanns ännu projektgruppen. Projektledningen stod under ledningsgruppen och projektgruppen stod under projektledningen.

Ledningsgruppens uppgifter var att hålla kontakten mellan Idrottsverket och Arcada, instruera undersökningen, bygga upp en allmän tidtabell, ansvara för budgeten och materialet. Projektledningens uppgifter var undersökningens ledande och förverkligande, koordinering och övervakning av intervjuerna, upprätthållande av timlistor för betalning för löner och resultatens rapportering och presentation. Projektgruppens uppgifter var att göra intervjuer, samla ihop resultat, analysera och rapportera. I nedanstående tabell är projektorganisationen beskriven och vem som hörde till vilken grupp.

Projektorganisation



Personer

- Ledningsgrupp: SF = Stefan Fröberg, PN = Pentti Naumanen, Arja Eloranta, Topi Taskinen
- Projektledning: MG = Mats Gerkman, Sonja Häkli
- Projektgrupp: Jonas Wikström, Mikael Paajanen, Karin Nordström, Julia Hålmén

Figur 1. Grafik över projektorganisationens uppbyggnad.

2.1.3 Tidtabell

I tabellen nedan finns tidtabellen över när intervjuerna gjordes på vilka ställen och av vem.

Datum	Idrottsplats	Vem	Tid
23.1.2010	Gamlas naturisbana	Gerkman, Häkli	Kl.12-16
23.1.2010	Nordsjös naturisbana	Wikström, Nordström	Kl.12-16
23.1.2010	Stapelstadens naturisbana	Paajanen, Hålmén	Kl.12-16
24.1.2010	Gamlas naturisbana	Gerkman, Häkli	Kl.12-16
24.1.2010	Nordsjös naturisbana	Wikström, Nordström	Kl.12-16
24.1.2010	Stapelstadens naturisbana	Paajanen, Hålmén	Kl.12-16
30.1.2010	Berghälls konstisbana	Gerkman, Häkli	Kl.12-16
30.1.2010	Kottbys konstisbana	Paajanen, Hålmén	Kl.12-16
30.1.2010	Drumsös naturisbana	Wikström, Nordström	Kl.12-16

31.1.2010	Berghälls konstisbana	Gerkman, Häkli	Kl.12-16
31.1.2010	Kottbys konstisbana	Paajanen, Halmén	Kl.12-16
31.1.2010	Drumsös naturisbana	Wikström, Nordström	Kl.12-16
6.2.2010	Berghälls konstisbana	Häkli, Forsberg	Kl.12-16
6.2.2010	Kottbys konstisbana	Paajanen, Halmén	Kl.12-16
6.2.2010	Drumsös naturisbana	Wikström, Nordström	Kl.12-16
7.2.2010	Berghälls konstisbana	Häkli, Forsberg	Kl.12-16
7.2.2010	Kottbys konstisbana	Paajanen, Halmén	Kl.12-16
7.2.2010	Drumsös naturisbana	Wikström, Nordström	Kl.12-16
13.2.2010	Svedängens skidspår	Häkli, Forsberg	Kl.12-16
13.2.2010	Bredvikens långfärdsisbana	Wikström, Paajanen, Halmén	Kl.12-16
14.2.2010	Svedängens skidspår	Gerkman, Häkli	Kl.12-16
14.2.2010	Bredvikens långfärdsisbana	Wikström, Paajanen, Halmén	Kl.12-16
27.2.2010	Bredvikens långfärdsisbana	Gerkman, Wikström, Nordström	Kl.12-16
28.2.2010	Bredvikens långfärdsisbana	Gerkman, Wikström, Nordström	Kl.12-16
6.3.2010	Svedängens skidspår	Gerkman, Paajanen, Halmén	Kl.12-16
7.3.2010	Svedängens skidspår	Gerkman, Paajanen, Halmén	Kl.12-16

Tabell 1. Tabell över tidpunkterna för intervjuerna.

3 METOD

I vår undersökning vill vi undersöka hur nöjda besökarna är med de utvalda uteidrottsplatser som ingår i vår studie. Men vi vill också kartlägga likheter och skillnader i åsikter.

3.1 Val av metod

Alla undersökningsmetoder har sina starka och svaga sidor, och det går inte att förutspå vilken metod som är bättre än den andra. I val av metod är det viktigt att använda sig av

en metod som passar bäst in med syftet och frågeställningarna. (Holme & Solvang, Forskningsmetodik, 1997 s.75-77)

Vi valde att använda oss av två olika tillvägagångssätt i vår undersökning, och kombinerade den kvantitativa – och den kvalitativa forskningsmetoden.

En kombination av olika tillvägagångssätt har sina fördelar och kompletterar varandra bra. Med olika tillvägagångssätt får undersökningen en större trovärdighet och giltighet, då man uppnår likartade undersökningsresultat med olika forskningsmetoder. (Holme & Solvang, Forskningsmetodik, 1997 s.75-77)

3.2 Datainsamling

För att få reda på hur nöjda besökarna var med idrottsplatserna och hur besökarna avvek från varandra valde vi att genomföra datainsamlingen som en kombination av intervjuer och enkäter.

3.2.1 Kvantitativ metod

Huvudsakligen har vi använt oss av den kvantitativa forskningsmetoden, eftersom frågan *hur många* har en betydande roll i undersökningens bredd, i analyser av besvarade enkäter, samt i jämförelser mellan dessa.

Den kvantitativa forskningsmetoden är strukturerad och mer formaliserad än den kvalitativa metoden. Detta tillvägagångssätt passar bra in i vår undersökning eftersom dess utgångspunkt är att undersöka något på bredden, finna mer yttlig information och göra resultaten mätbara genom statistiska analysmetoder. (Hassmén & Hassmén, 2008 s.85-88)

3.2.2 Kvalitativ metod

I vår undersökning vill vi också få reda på utbudet och kvaliteten på idrottsplatserna, och därför kom även den kvalitativa forskningsmetoden till nytta. Kvaliteten har en central roll för idrottsplatsernas utveckling. Eftersom den ger oss konkreta svar som behövs för att ta reda på vad användarna av idrottsplatserna tycker att är värt att uppehålla och satsa på. Förutom styrkorna får vi även reda på idrottsplatsens svagheter om vad som borde förbättras och eventuella brister.

Den kvalitativa forskningsmetodens utgångspunkt är att undersöka något på djupet, hitta en rik mängd information och på så vis finna ett sammanhang och struktur i det som undersöks. (Hassmén & Hassmén 2008, s.105)

Eftersom denna undersökning var ett beställningsarbete av Helsingfors Idrottsverk hade vi goda förutsättningar inför vår kommande undersökning. Idrottsverket hade på förhand bestämt om vilka åtta uteidrottsplatser som skulle ingå i undersökningen. Likaså var tidpunkterna för datainsamlingen bestämd och enkätfrågorna hade funderats ut på förhand.

3.2.3 Enkäter

I vår undersökning använde vi oss av besöksenkäter, d.v.s. frågeformulär som delas ut till personer som själva söker sig till en given plats. När man använder sig av dessa enkäter är det viktigt att se till att respondenterna är lämpade för att delta i den givna undersökningen. (Hassmén & Hassmén 2008, s.228-230)

Enkäterna var utdelade till varje uteidrottsplats och besökarna hade möjlighet att på egen hand besvara frågorna på idrottsplatsen under tiden 23.1 - 7.3.2010. Frågeformuläret innehöll ca 22 frågor med olika svarsformer, beroende på vilken uteidrottsplats som var i fråga. En del frågor handlade om bakgrundsfakta och en del gällde värderingar och åsikter kring den givna uteidrottsplatsen.

Enkäten har en låg grad av strukturering eftersom frågorna består av både flerval-, och öppna frågor. Struktureringen av datainsamlingsmetoder handlar om hur stort "svarsutrymme" intervjupersonen har. Och i denna undersökning innebär struktureringen att respondenterna fått ett större utrymme för frågorna som skall besvaras, och på det vis har de fått mera frihet då svarsalternativen varit alternativa. (Patel, Davidson 1991, s.60-63)

En enkät är ett instrument för frågor och svar som försökspersonen fyller i på egen hand i form av ett skriftligt dokument. Enkäter är ett mycket effektivt redskap för att samla in data. Försökspersonerna får på egen hand fylla i enkäterna vilket gör att det är den mest använda metoden vid en undersökning. Om enkäten är bra så kommer den att ha hand om sig själv vilket gör att forskaren kan samla in data utan att ha personlig kontakt med försökspersonerna. Detta leder till att enkäten kan klara av flera av tid och rums begränsningar. Forskarens uppgift är att övertyga försökspersonerna att enkäten är värd att svara på och att de gör det så ärligt som möjligt. Frågan om försökspersonerna svarar ärligt är svårt att kontrollera och bedöma. (Ruane 2006 s. 149-152)

Forskning som använder sig av enkäter som metoder har fler problem än man kan vänta sig. Största problem är: Hur skall man få fram pålitliga svar? Hurudan hänsyn skall man ta i beaktande angående försökspersonerna? Vilka försökspersoner kan man överhuvudtaget intervjua? Vem hjälper eventuella personer med nedsatta fysisk och eller psykiska svårigheter? Skall man banda in intervjuerna? Flera enkäter är konstruerade så att de inte kan ge pålitliga svar. Forskningar som använder sig av sådana enkäter kan i en viss mån ses som omoralisk forskning. Det är slöseri på resurser och försökspersonernas tid för att göra något meningslöst. Av resultaten kan det sedan fattas felaktiga beslut. Val av försökspersoner kan också påverka resultatens pålitlighet, har t.ex. unga tillräckligt med kännedom om undersökningens område föra att kunna ge pålitliga svar? Enkäters vanligaste fel är att frågorna inte är ställda på ett klart sätt. De kan dessutom vara formulerade på ett ledande sätt så att det nästan bara är möjligt att svara på ett ända sätt. Ett annat allmänt fel med dåliga enkäter är att de sällan har gjorts provenkäter av dem vilka gott till skeptiska utomstående personer som kunnat korrigera de största felen. (Forsman 1997 s. 71-72)

3.2.4 Intervjuer

Intervjuerna som genomfördes var halvstrukturerade och förknippade med frågeformuläret. Vi använde enkäten som bas då vi intervjuade besökarna. Detta sätt att samla information kallas för “enkät under ledning”, där man som intervjuare har möjlighet att hjälpa personen som skall besvara frågorna genom att förtydliga eventuella oklarheter (Patel, Davidson 1991, s.60-63).

Intervjuerna genomfördes av Mats Gerkman, Sonja Häkli samt projektgruppen under tiden 23.1–7.3.2010. Vi intervjuade besökarna på idrottsplatsen och ställde samma frågor som vi hade på enkäten. Men vi hade även tillgång till att omformulera frågor vid behov samt ge respondenterna en chans till personlig feedback.

Fastän vi hade strukturerade intervjuer blev insamlingen av informationen djupare, och till skillnad från de som självständigt fyllt i enkäten, blev undersökningen mer konkret och personlig.

3.3 Forsknings typ

Det här arbetet är en explorativ forskning. Den explorativa forskningens syfte är att få fram mera och ny kunskap om något som inte tidigare har undersökt i en större omfattning. Man kan kalla explorativ forskning för utforskande med ett annat ord. I explorativ forskning kombineras ofta metoder och datainsamlingstekniker. Detta föra att man skall få en så bra möjlighet att utforska och klarlägga problemområdet. Inom explorativ forskning görs det ibland en pilotstudie, en förundersökning, för att pröva frågeformulär och andra mätinstrument. Detta görs föra att upptäcka brister och kunna korrigera dem före den stora datainsamlingen. (Hassmén & Hassmén 2008 s. 32)

Denna undersökning är en explorativ forskning enligt ovanstående text. Inga tidigare liknande undersökningar har gjorts i samma omfattning som denna av Helsingfors Idrottsverk. I denna undersökning har det också kombinerats olika metoder och datainsamlingstekniker. Denna undersökning kan också ses som en pilotstudie för eventuella

uppföljningar och liknande undersökningar under sommar tid för Helsingfors Idrottsverk.

3.3.1 Forsknings processen

Gällande forskande verksamhet så följer processen ganska långt samma riktning oberoende av område eller ämnesinriktning. Vissa skillnader finns naturligtvis om det gäller kvalitativ eller kvantitativ forskning, likheterna är ändå större än skillnaderna. All forskning börjar med en ide eller en frågeställning som under processen sedan blir en slutprodukt oftast en skriftlig rapport. En forsknings process följer sex steg konceptualisering, planering, datainsamling, analys, verifiering och avrapportering. (Hassmén & Hassmén 2008 s. 35)

3.3.2 Konceptualisering

Det första steget konceptualisering handlar om att förvandla iden så att den är forskningsbar. Den teoretiska ramen skapas i detta skede. I detta skede definieras också syfte till studien och varför det är relevant att undersöka ämnet. De flesta forskare hoppas på att ingen annan haft samma ide för då blir meningen med undersökningen mindre om det inte är meningen att replikera en tidigare undersökning. (Hassmén & Hassmén 2008 s. 36-37)

Detta arbete har som utgångspunkt att inte replikera en tidigare kundundersökning som Helsingfors Idrottsverk har gjort. För Idrottsverket är detta en alldeles ny kundundersökning som inte har koppling till tidigare kundundersökningar som är gjorda av eller till Helsingfors Idrottsverk. Varför det är relevant att göra denna undersökning är för att Idrottsverket inte har information om hur de skall kunna förbättra sina uteidrottsplatser under vinter tid.

3.3.3 Planering

I planerings skedet gäller det att välja den forskningsmetod som bäst passar att besvara forskningsfrågorna och uppfyller de etiska kraven. Planeringen handlar om att i detalj ange så noga som möjligt hur det fortsatta arbetet skall genomföras. I planerings skedet bestäms vilken information som skall samlas in, tester, mätningar eller observationer. Den viktigaste frågan som bör besvaras i planerings skedet är hur materialet skall analyseras. (Hassmén & Hassmén 2008 s. 37-38)

Planeringen var redan i stort sätt utformad till en viss del av Helsingfors Idrottsverk när det gällde platser och tidpunkter för datainsamling. Idrottsverket hade en färdig vision om vad som skulle mätas och samlas in, vi fick säga våra synpunkter om det var något som behövde ändras. Det bestämdes att allt material skulle analyseras med SPSS, datorprogram för statistisk analys. Mera om analysen i kapitlet analysmetod.

3.3.4 Datainsamling

I det tredje steget datainsamlingen samlas systematiskt information, data, in. Det som samlas in bör hålla en hög kvalitet för att undvika fel källor och kontroll av materialet är nödvändigt. Datamaterialet får inte vara på något sett justerat, ut valt eller förfalskat. (Hassmén & Hassmén 2008 s. 38)

Eftersom datainsamlingen skedde som ”enkät under ledning” så var det lätt att hålla en hög kvalitet och undvika felkällor av materialet. Materialet har inte blivit justerat eller ut valt, svarspersonerna har inte blivit utvalda utan slumpmässigt frågade på idrottsplatsen.

3.3.5 Analys

I planeringsskedet bestäms den lämpligaste analysmetoden utifrån studiens syfte. Analysmetoden skall kunna besvara forskningsfrågorna på det bästa möjliga sätt. Genom att bara ha en analysmetod värdigt vald försämrar möjligheterna att dra de riktiga slutsat-

serna. Det är syftet med undersökningen och frågeställningen som avgör hur data samlas in och hur det analyseras. (Hassmén & Hassmén 2008 s. 38-39)

3.3.6 Verifiering

När undersökningens data analyseras så sker också ett annat arbete, prövar att fastsälla undersökningens kvalitet. Detta sker utifrån begrepp som validitet, reliabilitet generaliserbarhet, styrka, giltighet, säkerhet, precision, pålitlighet trovärdighet och stabilitet. Meningen är att se om de gjorda observationerna speglar de variabler vilka var av intresse när undersökningen planerades. Bedömningar och prövningar sker under hela forskningsprocessen i mindre skala men i detta skede sker det mera specifikt, eventuellt med speciella tekniker som har utvecklats för ändamålet. (Hassmén & Hassmén 2008 s. 39)

3.3.7 Avrapportering

När all data är insamlad och analyserad på ett sakenligt sätt samt verifierade och kvalitetssäkrade avrapporteras allt. Avrapportering sker ofta genom en vetenskaplig rapport. Rapporten är kortfattad, korrekt och tydlig så att det är möjligt att kritiskt granska hela undersökningen. Målet är att rapporten bör vara pålitlig redogörelse för undersökningen och resultatet. I rapporten börs också sättas in de nya resultaten i ett sammanhang i vilket innehåller både tidigare forskning, relevanta teorier och framtida forskningar diskuteras. (Hassmén & Hassmén 2008 s. 39)

3.4 Validitet och reliabilitet

Inom mätning handlar validitet om giltigheten i det som observeras. Lyckas forskningen undersöka det som är meningen. Får man ut det som man är ute efter. Reliabilitet handlar i större utsträckning om upprepbarhet. Går det att upprepa undersökningen om det sker en kort tid efter den första, blir det samma resultat. Då förutsätter man att inget ändras under tiden när man uppföljer undersökningen. Validitet och reliabilitet handlar

alltså om två olika egenskaper när man talar om mätningar. Praktiskt taget är de väldigt starkt sammankopplade med varandra. Det finns ändå möjlighet att reliabiliteten är hög medan validiteten inte är det. Mätningar som får sådana resultat är irrelevanta för de man gör inget med en fungerande mätinstrument som mäter fel sak. Såväl validitet som reliabilitet måste vara på hög och godkänd nivå för att det skall vara någon mening att göra observationer. (Hassmén & Hassmén 2008 s. 122 – 124)

Sedan finns det också intern och extern validitet. Intern validitet handlar om att det man faktiskt vill mäta verkligen mäts och inget annat. Försökspersonerna har förstått frågorna och svarat trovärdigt. Extern validitet handlar om att man kan generalisera svaren man fått, man kan läsa ut vad majoriteten av försökspersonerna har svarat. (Hassmén & Hassmén 2008 s. 137 – 145)

I vår undersökning ville vi kartlägga uteidrottsplatsernas svaga och starka sidor för att få en helhets bild på vad som möjligen bör förbättras och vad som är värt att upprätthålla. Vi anser att frågorna i enkäterna var tydliga och förståeliga vilket bygger på att den interna validiteten är att lita på. Undersökningen var av större skala omfattande över 1000 svar vilket ger en hög extern validitet. I vårt tycke är undersökningen trovärdig och den går att upprepa med samma enkäter vid samma tidpunkt av året som vi gjorde det.

4 ETIK

Etik inom forskning kan diskuteras utifrån två aspekter. Första handlar det om forskarens agerande, integritet, ärlighet vilket kan kallas forskareetik. Det andra berör undersökningsdeltagarna och andra personer som berörs av forskningen, de skyddas mot olämplig påverkan och det kan man också kalla forskningsetik. Först nämnda berör främst den som utför forskningen, sistnämnda handlar om etiken om de personer som frivilligt ställer upp i forskningen. (Hassmén & Hassmén 2008 s. 382-383)

Åtta punkter om god forskareetik:

- Du skall tala sanning om din forskning.
- Du skall öppet redovisa metoder och resultat.
- Du skall öppet redovisa kommersiella intressen och andra bindningar.

- Du skall medvetet granska och redovisa utgångspunkter för dina åsikter.
- Du skall inte stjäla forskningsmaterial av andra.
- Du skall hålla god ordning i din forskning.
- Du skall inte bedriva din forskning på sådant sätt att andra människor kommer till skada.
- Du skall vara rättvis i din bedömning av andras forskning. (Hassmén & Hassmén 2008 s. 382)

Ansvaret för att dessa regler följs vilar helt på den enskilda individen.Handledaren har ett visst ansvar för att studerande utför sitt arbete inom de etiska reglerna men det är skolan som har det sista ansvaret att göra alla individer medvetna om reglerna. Sedan är det utövarens ansvar att följa alla etiska regler. (Hassmén & Hassmén 2008 s. 382-383)

Vi känner att vi har följt alla åtta ovanstående punkter. Vi har alltid talat öppet och trovärdigt om vår undersökning, vi har inte gömt undan resultat eller låtit bli att redovisa för våra metoder. Vi har inte haft några kommersiella intressen med undersökningen, den är en del av vårt examensarbete inom Idrott och hälsopromotion. Vi har granskat varandras åsikter och utgångspunkter vid sidan om våra egna. Forskningsmaterial har vi inte stulit av andra forskare, vilket skulle vara en omöjlighet eftersom det inte finns att stjäla. Vi har haft en klar ordning i vår undersökning och om vårt material. Inga människor har kommit till skada under vår undersökning och vi har inte hört att någon skulle ha känt sig kränkt p.g.a. vår undersökning. I bedömning av andra undersökningar har vi varit rättvisa och inte favorisera någon speciell undersökning.

I stort sett så handlar forskningsetik om två problem. Det ena problemet är ett direkt problem och det gäller moral, moralen i forskningens medel och mål. Det andra problemet är ett indirekt problem och gäller om hur moralen kan och skall uppehållas. Människans förnuft spelar en stor roll inom etiken. Människans förnuft är begränsat och samtidigt inte det bästa men det är ändå det bästa redskapet som vi har. Utan människans förnuft så förvandlas allting till kaos. Inom forskningsetiken framkommer det ständigt en diskussion om forskarens ansvar och eventuella inflytande från samhället på forskaren. (Forsman 1997 s. 9-10)

Inom forskningen finns det en föreställning att allt skall vara objektivt, sakligt och osjälviskt. Forskare är självkritiska ifrågasätter allt, ödmjuka och självkritiska. Man bör lita på det en forskare säger, det är normen. Människan vill lita och tro på att verklighe-

ten är som den skall vara. Forskare skolas in i olika normer med olika detaljer som står på överenskommelser hur man skall handskas med olika situationer inom ens eget forskningsområde. Överenskommelserna kan vara allt från lokala till internationella var det bestäms hur en forskare skall uppföra sig eller hur olika forskningar skall dokumenteras. Olika myndigheter och organ ger ibland ut regelsamlingar för hur forskning skall genomföras för att bli pålitliga. Inom olika områden gäller olika regler och det är upp till forskaren att ta reda på de senast uppdaterade reglerna vilka gäller deras forskning. Samtidigt måste forskare kunna ge kritik mot de existerande reglerna, utan kritik kommer reglerna aldrig att ändras om så skulle behövas. Diskussioner har förts att varje universitet och fakultet skulle bestämma sina egna regler gällande god forskning. Reglerna gäller då bara sådant som inte har direkt relevans med forskningens pålitlighet. (Forsman 1997 s. 17-22)

Vi har följt Yrkeshögskolan Arcadas forskningsetiska delegations regelsamlingar under hela undersökningens gång. Forskningsetiska delegationens tre huvudpunkter är 1. Respekt för försökspersonens rätt att bestämma själv. 2. Undvikande av skador, såväl psykiska, ekonomiska och sociala skador. 3. Försökspersonens personliga integritet och dataskydd, innehåller skydd av forskningsmaterial och skall forskningsmaterialet förstöras eller inte. (Forskningsetiska delegationen 2009)

4.1 Val och rekrytering av försökspersoner

Problem som kan uppstå när man väljer försökspersoner är om man skall ta i beaktande social och individuell nivå på försökspersonerna, vill man ta risker genom att använda sig av färdigt svaga grupper eller friska grupper. Det finns flera sätt att få tag på försökspersoner. Läkare och sjukvårdspersonal kan fråga patienter om de vill vara med i forskningen. Andra sätt är att fråga bekanta om de är villiga att ställa upp i forskningen. Tredje sättet är att annonsera i tidsskrifter efter försökspersoner. Det fjärde sättet gäller inom stora undersökningar där det plockas ut namn från stora register och sedan skickas det ut en förfrågan om personen vill delta i undersökningen. Ett femte sätt är att hämta fram namn men inte fråga efter deras tillstånd. Det går att välja namn från olika register både slumpmässigt eller icke-slumpmässigt. Alla ovanstående sätt medför några etiska

problem. Om en läkare frågar en patient om denne vill vara med i en undersökning finns det en risk att patient känner sig tvingad av artighet eller i risk för att få sämre behandling. Där forskarens bekanta fårgas om de kan ställa upp är det sällan frågan om en krävande undersökning. Om det handlar om en enkät kan frågorna vara enkla men de kan vara för närgående och kännas obehagliga. En bekant kan också ha svårt att säga nej fast skulle villa göra det. Gällande annonsering efter försökspersoner finns det några standardregler man bör följa. Man skall inte locka försökspersoner med eventuella förmåner. Det är möjligt att försökspersonerna kan få en ersättning men det är inte etiskt rätt att berätta om det vid rekryteringen. Försökspersoner kan anmäla sig bara för att få ta del av eventuell ersättning. (Forsman 1997 s. 68-70)

Denna undersöknings försökspersoner har kunnat delta anonymt om de så velat och ingen har blivit tvingad att ställa upp. Det har berättats vem som beställt undersökningen och varför den görs, sedan har försökspersonen fått avgöra om personen i fråga vill delta eller inte. I slutet av enkäten har det frågats om personen vill vara med i en lottning mellan alla svarande. Om svaret var jakande så fylldes det i kontaktuppgifter, berättades att kontaktuppgifterna bara kommer att användas till lottningen och de kommer inte att sparas i något register. Om svaret var nekande så togs inga kontaktuppgifter upp. Ingen blev lockad att svara på enkäten eftersom lottningen berättades efter att enkäten var ifylld.

4.2 Anonymitet och konfidentialitet

När forskaren inte vet vems data eller kan få fram vems data det är forskaren jobbar med kallas det anonymitet. När forskaren har kännedom eller kan få kännedom om vems data det är men behåller informationen för sig själv så kallas det konfidentialitet. Problem uppstår om forskaren lovar för mycket åt försökspersonerna och senare är det inte möjligt att upprätthålla löftena. Ett annat konfidentialtetsproblem kan uppstå om forskaren jobbar med ett projekt där det kommer fram att det används metoder som inte överensstämmer med god yrkessed. Informationen hör inte till forskarens uppdrag men kan forskaren bortse från det som händer och strunta i det. Här uppstår frågan om forskaren strikt skall hålla sig till forskningsetiken i en begränsad bemärkelse eller handla

som en vanlig moralisk människa och försöka korrigera situationen. Svaret är att man har skyldighet att ingripa och hjälpa den som inte kan försvara sig själv. Ett liknande problem kan uppstå när forskaren får veta om en tredje person. Som exempel så intervjuar forskaren barn och det kommer fram att negativa saker om barnens föräldrar. I en sådan situation är det bäst att handla enligt det som är bäst för barnet, vid oklara fall kan man rådfråga Barnombudsmannen. Det handlar om en biverkan av forskningen som man inte kan förutse. (Forsman 1997 s. 77-78)

För att forskaren skall kunna uppfylla löftet anonymitet så måst datainsamlingen ske på ett sådant sätt att försökspersonerna inte kan kopplas till deras svar. Metod för att med säkerhet fastställa anonymitet är att under forskningsprocessen datainsamlingsfas systematiskt eliminera allt som kan identifiera enskilda försökspersoner. När det gäller konfidentialitet ger forskaren ett löfte att den information som försökspersonen lämnar ifrån sig inte kan kopplas till dem personligen. Skillnaden mellan anonymitet och konfidentialitet är att forskaren vet vem som lämnat vad för information men lovar att inte offentliggöra vem som svarat vad. När forskare ger ut löften konfidentialitet så bör de vara medvetna om att inte lova mer än det går eller vill hålla. (Ruane 2006 s. 37-38)

5 TIDIGARE FORSKNING

5.1 Utvecklingsundersökning av huvudstadsregionens friluftskarta

År 2003 gjordes en undersökning om vad invånarna i huvudstadsregionen tycker om friluftskartan som finns. Friluftskartan delas gratis ut bl.a. i kommunernas idrottsanläggningar och i de flesta biblioteken. Resultaten presenterades 2004 av SAD Huvudstadsregionens samarbetsdelegation, SAD var också undersökningens genomförare. Resultaten användes för att förbättra upplagan av friluftskartan som trycktes 2005. Huvudstadsregionens friluftskarta har funnits i 25 år och har tryckts i ca två miljoner exemplar. Själva undersökningen gjordes i tre delar, vilka bestod av telefonintervjuer (800 svar), väggkantsintervjuer (535 svar) och webbenkät (1780 svar). Varför undersökningen val-

des att göras i tre delar var för att telefonintervjuerna anses ge en översikt av åsikterna bland huvudstadsregionens alla invånare, väggkantsintervjuerna och webbenkäten anses ge en bild av åsikterna bland aktiva användare. (YTV Pääkaupunkiseudun yhteistyövaltuuskunta)

Vi har valt att granska närmare på de metoder och svar från väggkantsintervjuerna p.g.a. att dessa liknar våra metoder i denna undersökning.

Väggkantsintervjuerna gjordes nära cykelvägar och centrala friluftsområde på sju olika platser under tidsperioden 28.8 – 22.9.2003. Målgruppen var personer över 15 år som använder cykelvägar och friluftsområden, dessa personer antogs använda aktivt friluftskartan. Det gjordes 525 intervjuer, personer som rörde sig förbi intervjuunkten stannades och intervjuades personligen. I slutet på enkäten så fick de intervjuade svara fritt och var inte bundna till enkätens frågor. Ett kriterium som fanns var att de som intervjuades skulle ha friluftskartan i användning. Varje intervjupunkt hade uppsatt en fördelning på hur många cyklister/fotgängare/åldersgrupper som de skulle intervjuas. De intervjuade personerna ställde sig positivt till intervjuerna. Intervjugruppen bestod av 6 personer vilket ledde till att den utsatta tidtabellen på några veckor överskreds så att det blev lite på en månad som intervjuerna gjordes. Det ansågs inte som något problem p.g.a. att tidpunkten inte spelade någon större roll på resultaten. (YTV Pääkaupunkiseudun yhteistyövaltuuskunta)

Det som är samma med denna undersökning är att vi också intervjuade personligen de flesta svarade men för oss spelade det inte så stor roll om de var aktiva användare eller inte. I slutet så fick också våra intervjuade svara fritt i form av feedback. Vi hade inte några kriterier över vem som fick svara och vem inte, några fördelningar över t.ex. ålder hade vi inte heller. Väggkantsintervjuerna har följt samma metod som vi i denna undersökning, kombinerad kvalitativ - och kvantitativ forskningsmetod.

Av alla som var med i telefonintervjuerna och svarade på webbenkäten frågades hur ofta de rör sig under sommar och vintertid på huvudstadsregionens cykelrutter, friluftsområden, vattenrutter och skidspår. De som blev telefonintervjuade rörde sig minst en gång i veckan på cykelrutterna under sommartid 43 % och friluftsområden 45 % av 800

intervjuade. Personerna som svarade på webbenkäten använde cykelrutterna och friluftsområden 63 % respektive 53 % av 1780 personer. Under vintertid så använde telefonintervjuade 38 % minst en gång i veckan friluftsområden men bara 16 % utnyttjade skidspåren. Webbenkätens resultat var att 43 % använde friluftsområden minst en gång i veckan och skidspåren användes av 20 % minst en gång i veckan. Av dessa resultat så har det dragits slutsatserna att de som har svarat på webbenkäten rör på sig oftare än de som blev telefonintervjuade som motsvarade hela befolkningens medeltal. (YTV Pääkaupunkiseudun yhteistyövaltuuskunta)

När man jämför ovanstående resultat och denna undersökning så finns det likheter i hur ofta de svarande använder friluftsområden vintertid och skidspår med idrottsplatserna i denna undersökning. I denna undersökning använde 36 % av alla besökarna idrottsplatserna veckovis. Enligt YTV undersökning så kan man säga att vårt resultat bra beskriver hela befolkningens medeltal gällande besök av idrottsplatser. Svedängens skidspår användes veckovis av 47 % av besökarna vilket är 31 % mera än vad befolkningens medeltal enligt YTV. Skillnaden beror troligast på att personerna som svarade är mera aktiva eftersom dessa intervjuades på idrottsplatsen. Skillnaden mellan Svedängen och YTV:s webbenkät är 27 % vilket kan förklaras med att webbenkäten inte bara handlade om skidspår utan också friluftsområden.

5.2 Motion – välfärdspolitisk möjlighet. Finländarnas hälsomotions tillstånd och utveckling 2006

Undersökningens syfte är att mäta den finländska befolkningens hälsomotionens kvantitet och tillräkklighet under 2000 – talet, hur hälsomotionen har utvecklats under de senaste årtionden samt skillnader mellan befolkningsgrupper inom idrott. Undersökningen beställdes av social- och hälsoministeriet och utbildningsministeriet. Undersökningen gjordes av UKK institutets direktör Mikael Fogelholm, specialforskare Olavi Paronen samt övergranskare Mari Miettinen från social- och hälsoministeriet. (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2007).

År 2005 så idrottade ca 38 % av pojkarna två eller flera gånger i veckan i samband med en idrottsorganisation, av flickorna som idrottade två eller flera gånger i veckan var bara ca 28 %. Utanför idrottsföreningar (fritid) så rörde på sig ca 57 % av flickorna två eller flera gånger i veckan, pojkar rörde på sig ca 54 % två eller flera gånger i veckan. Ur en långsiktig tidsperiod så kan man säga att i idrottsföreningar har fått barn och ungdomar mera aktiverade i organiserad idrott. Under 1980 – talet så sjönk idrottande utanför idrottsföreningar och under 1990 – talet skedde det inga förändringar. Med dessa resultat har Fogelholm, Paronen och Miettinen kommit fram att idrottsföreningar är bra på att rekrytera speciellt flickor för deras antal har ökat men många lämnar idrotten när de kommer till puberteten. Med tanke på hälsan skulle det vara väldigt bra om idrottsföreningar kunde fokusera på att få flickorna att stanna under puberteten och efter. Fastän det är många som idrottar i en förening så är det ändå en femtedel som är helt eller nästan helt inaktiva inom idrott. Realistiskt sätt så är det svårt att få dessa inaktiva med i idrottsföreningarna. För att få dessa inaktiva med så behövs det andra lösningar som möjligtvis skolan och andra idrottsorganisationer. (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2007).

I september 2006 publicerades en undersökning om 14 – 15 åringars idrottsaktivitet. I resultaten framgår att 36 % av pojkarna och 32 % av flickorna rörde på sig tillräckligt, åtminstone en gång i dagen 30 minuter. Mycket passiva, högst en gång i veckan, var 16 % av pojkarna och 17 % av flickorna. Ändringarna under 2000 – talet har varit mycket små men en skillnad är att gruppen som rör på sig tillräckligt har ökat. Gruppen som är mycket inaktiva minskade både för flickor och pojkar. Resultat som är säkra är att unga pojkar rör på sig mera än unga flickor. Idrott som sker via idrottsföreningar har ökat de senaste 15 åren, ökningen är större bland flickorna än pojkarna. Samtidigt så minskar antalet idrottare drastiskt i föreningar vid 12 årsåldern. Lite osäkra resultat är att ungefär hälften av pojkarna och ca 40 % av flickorna rör på sig för att upprätthålla sin hälsa. Pojkar som nästan inaktiva eller helt är 20 % medan motsvarande flickor är 25 %. Undersökningen beskriver inte tillräckligt noga skolvägsmotion, skol- och dagsmotion och andra motionsaktiviteter som barn gärna kallar till utövande av motion

Fritids motion har en klar koppling enligt Fogelholm, Paronen och Miettinen. Följande resultat skall motsvara hela Finlands befolkning. Det mättes fritidsmotionen mellan oli-

ka åldersgrupper, tre kategorier 4- 7 gånger i veckan, 2 – 3 gånger i veckan och 0 – 1 gånger i veckan. Kvinnor i åldersgruppen 18 – 24 så är motionerar 35,4 % åtminstone fyra gånger i veckan och 65 % åtminstone två gånger i veckan. Motsvarande grupp för män så 29 % motionera under fritiden åtminstone fyra gånger och 63,8 % åtminstone två gånger i veckan. Nästa åldersgrupp som var 25 – 29 så var det små skillnader från föregående åldersgrupp. I åldersgruppen 30 – 44 där sjönk antalet till 22,7 % för kvinnor och 18,5 % för män som fritidsmotionerade, kvinnor motionerade 59,3 % åtminstone två gånger i veckan, inaktiva var 40,8 % medan 54,3% män motionerade åtminstone två gånger i veckan, inaktiva var 45,7 %. I nästa åldersgrupp 45 – 54 år, sker det en liten ökning i de som motionerar mellan fyra och sju gånger i veckan men de inaktiva har ökat för männen till 47 %. För kvinnorna så sker det också en ökning för de som motionerar mellan fyra till sju gånger i veckan samtidigt som de inaktiva sjönk till 39,6 %. I åldersgruppen 55 – 64 motionerar 29,8 % av kvinnorna och 34,4 % av männen åtminstone fyra gånger i veckan, 63 % av männen motionerar åtminstone två gånger i veckan och kvinnor 64 %. Åldersgruppen som motionerar mest mellan fyra och sju gånger i veckan är 65 – 74 åringar, kvinnor 37,4 % och män 42,5 %. 68,5 % av kvinnorna i denna åldersgrupp motionerade åtminstone två gånger i veckan, 66,4 % av männen motionerade åtminstone två gånger i veckan. Efter åldersgruppen 65 – 74 så blir befolkningen mera och mera inaktiv för varje år. Motivations aktivitet beror delvis på förändringar i livssituationen. Arbetskarriär och grundande av familj minskar på tid och potential att motionera. När barnen är i puberteten eller studerar, personer över 50 år, blir det mera tid för intressen. När arbetskarriären är slut börjar människor röra på sig mera och samtidigt blir intresse för den egna hälsan större. Till slut när människan blir äldre så försämras prestationsförmågan och rörlighetsförmågan då är det naturligt att motioneringen blir allt mindre. (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2007).

Resultat som forskarna är säkra på när det gäller personer i arbetslivet är följande. Hälften av arbetsbefolkningen motionerar tre gånger i veckan så att de blir milt andfådda och svettas. Könsskillnaderna är inte stora men för män är det lite vanligare med fritidsmotion. 20 % av kvinnorna och 10 % av männen motionerar under arbetsvägen åtminstone 30 minuter under dagen. Kvinnor rör sig mindre med motorfordon till arbetet än män. Fritidsmotionering har ökade under 1980 – talet men under de senaste tio åren så har det inte skett större förändringar. Av befolkningen i arbetslivet motionerar om-

kring 40 åringar minst. Unga vuxna rör på sig mera än medelålders personer, de som rör på sig mest är personer omkring 60 år. Över 75 år så börjar motionerande minska, för kvinnorna är det en större skillnad än för männen. Medelålders människor använder mera motorfordon till arbetsresor och till olika ärenden än unga vuxna. Samtidigt som människor blir äldre så minskar framför allt korta promenadsträckor och cykelresor till arbetet och olika ärenden. (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2007).

I undersökningen tittades det också på olika verktyg för att främja hälsan och få inaktiva att bli mera fysiskt aktiva. För personer i arbetslivet har det fokuserats på de som rör på sig hälsomässigt för litet. På hälsovårdscentralerna och främst till läkare har en central roll att få de inaktiva människorna aktiverade att motionera regelbundet. Finlands Reumatologförbund kordinerade 2001 - 2004 "Liikkumisresepti hanke" var man utvecklade "Liikuntareseptilomake" och en rådmodell för de som jobbar på hälsovårdscentralerna. Projektets tanke var att öka läkarnas kunskaper om motion som främjar hälsan. Utvärderingen av projektet visade att användningen av "liikkumisresepti" vid sidan om rådgivning ökade patienternas fysiska aktivitet åtminstone på kortsikt och möjligtvis också på långsikt. (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2007).

Befattningskulturen inom hälsovården är långsamma. Ökning av motions rådgivning förutsätter förändringar i läkar- arbets- och befattningskulturen samt samarbete mellan läkare, vårdare, fysioterapeuter och idrottsinstruktörer. Vid sidan om personligt motionsråd behövs att motionering tas som en livsstil. För att det skall bli en livsstil hjälper det att erbjuda högklassiga hälsoinriktade idrottsgrupper, testning och service för olika redskap. Betydelsen av "liikkumisresepti" att aktivera befolkningen har tillsvidare varit liten p.g.a. att bara en lite del av läkarna har varit färdiga att använda modellen. (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2007).

Arbetskollektiven sporrar nuförtiden sina arbetstagare att vara fysiskt aktiva. Enligt Suomen Kuntoliikuntaliiton Työpaikkabarometri 2005 är hela arbetsmotionen 280 miljoner euro och kostnaderna per person är ca 135 euro i året. Inom arbetskollektiven är sporrande till fysisk aktivitet en del av att upprätthålla arbetsförmågan och befrämja arbetshälsan. Borde speciellt nå de arbetare som är i dålig fysisk kondition och rör på sig för lite. I utbudet borde det tas mera i beaktande helhetsbelastningen och andra arbetsupp-

gifter. Arbetshälsovården har en viktig roll så genom att öka deras kunskaper har lagts vikt på. (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2007).

5.3 Björneborgs stads fritidsbyrå

År 2009 gjorde Björneborgs stads fritidsbyrå en motsvarande undersökning vilken omfattade naturisbanor, ishockeyrinkar, friskrinningsområden samt skidspår. Undersökningen har gått till på två olika sätt. När det gäller skidspåren har det delats 100st frågeformulär var av 54st återlämnades. Förfrågningarna om isbanorna har gjorts genom att posta 100st frågeformulär var av 84 svarades. Svartsprocenten var 54 % på skidspåren och 84 % på isbanorna. Båda formulären svarades mest av privat personer och sedan av skolor. Båda formulären hade nio frågor och alla var flervalsfrågor samt utrymme att skriva feedback. 49 stycken som svarade på formuläret om isbanorna blev intervjuade och 10 stycken intervjuades om skidspåren. (Porin vapaa-aikavirasto 2009)

Det som skiljer sig markant mellan denna undersökning och Björneborgs är att vi samlade in data genom ”enkät under ledning” och hade ingen skild intervju med ett visst antal försökspersoner. Björneborgs undersökning har följt mera en kvantitativ forskningsmetod. Medan vi har använt oss av den kvantitativa metoden och kvalitativa metoden jämsides.

Sammandrag av svaren för isbanorna är att på alla frågor överskred det utsatta målet. På en skala ett (1) till fem (5) var fem är det bästa och ett det sämsta alternativet, noll (0) stod för obestämd. Medeltalet för alla frågor ihop satta blev 4,08 när målet var 3,5. Varje fråga uppnådde de utsatta målen. (Porin vapaa-aikavirasto 2009)

Sammandraget av skidspåren ger resultatet att medeltalet överskrider målet, resultatet är 3,65 och målet var 3,5. Frågorna som blev under det utsatta målet var: informering, Kattinkurus café och Björneborgs Skogs konditionsställningar. (Porin vapaa-aikavirasto 2009)

6 ANALYSMETOD

Fältarbete är en ständig process där datainsamling och analys sammanfogas. Datainsamlingen är ett underlag för analysen och de är i en konstant växelverkan. Data består av enkäter, intervjuer och observationer. Datainsamlingen ger resultat i numeriska värden vilka sedan förvandlas till siffervärden. Siffervärden bearbetas med datorprogram så att de kan lättare analyseras. Termen data berättar om responsen som man fått av datainsamlingen i förhållande till forskningsfrågor som; hur många? hur mycket? hur fort? och hur länge? Numerisk data ger ett klart språk att beskriva olika fenomen och dra slutsatser för att komma fram till resultat genom systematiskt analysera data. (DePoy, Gitlin 1999 s. 262 – 289)

Att räkna statistisk analys förhand är väldigt tidskrävande därför finns det datorprogram som SPSS. SPSS står för Statistical Package for Social Sciences (DePoy, Gitlin 1999 s. 317). SPSS består av tre olika delar, dataredigerare, variabelredigerare och resultatfönster. Med hjälp av dataredigeraren så matar man in material och gör statistiska analyser, där kan man också bearbeta materialet. I variabelredigeraren så ger man värden till de olika variablerna. I resultatfönstret sammanställs alla gjorda analyser av materialet. Från resultatfönstret kan man också utföra statistiska analyser. (Nummenmaa 2004 s. 44 – 49)

För att hålla reda på alla enkäter och undvika misstag med att de förs in i systemet flera gånger var att alla numrerades. Varje ställe fick sitt eget tusental för att hålla reda på de olika ställen enkäter. Efter att alla enkäter blivit numrerade fördes de in som siffervärden in i en Microsoft Excel-tabell. Varför det valdes att först föra in data i en Excel-tabell var för att underlätta arbetet genom att arbetet kunde göras hemma. Efter att alla enkäter var införda in i en Excel-tabell så överfördes den till SPSS för analysering. Om det nu märktes att det fanns data som inte stämde t.ex. en siffra som inte borde vara möjlig så kunde det kollas upp tackvare att varje enkät var numrerad.

7 RESULTAT

I detta kapitel kommer vi att redovisa resultaten av vår undersökning. Skalan var följande. 1 = Dålig, 2 = Relativt dålig, 3 = Nöjaktig, 4 = God, 5 = Berömlig.

Sammanlagt fick vi in 1268 svar från alla åtta uteidrottsplatser. Könsfördelningen blev 59 % var män medan 41 % var kvinnor. De två största åldersgrupperna mellan alla svarande var 26 – 40 år samt 41 – 60 år, båda grupperna hade 34 % och tillsammans blev det 68 %. Helsingfors var hem kommun för 85 % av alla svarande. 40 % av alla svarandens utbildningsbakgrund var universitet/högskola. Med bil till idrottsplatsen kom 48 %, 31 % kom gående och endast 12 % kom med kollektivtrafik på plats. Sporadiska användare av idrottsplatserna var 40 % och svarande som använder idrottsplatserna veckovis är 36 %. 1 -2 timmar spenderade hela 65 % av alla svarande på idrottsplatserna.

7.1 Naturisbanor

Naturisbanorna var utspridda över hela Helsingfors. Drumsö är i Helsingfors södra stordistrikt, Nordsjö i östra stordistriktet, Gamlas i västra stordistriktet, Stapelstaden i nordöstra stordistriktet. (Kaupunkimittausosasto, 1999). De flesta av Helsingfors stordistrikt är representerade i undersökningen. Om alla naturisbanor i undersökningen skulle vara från ett eller två stordistrikt skulle det kunna ge felaktiga resultat.

7.1.1 Naturisbanan i Nordsjö

I Nordsjö deltog 179 personer i undersökningen, d.v.s. 14 % av den totala svarsprocenten.

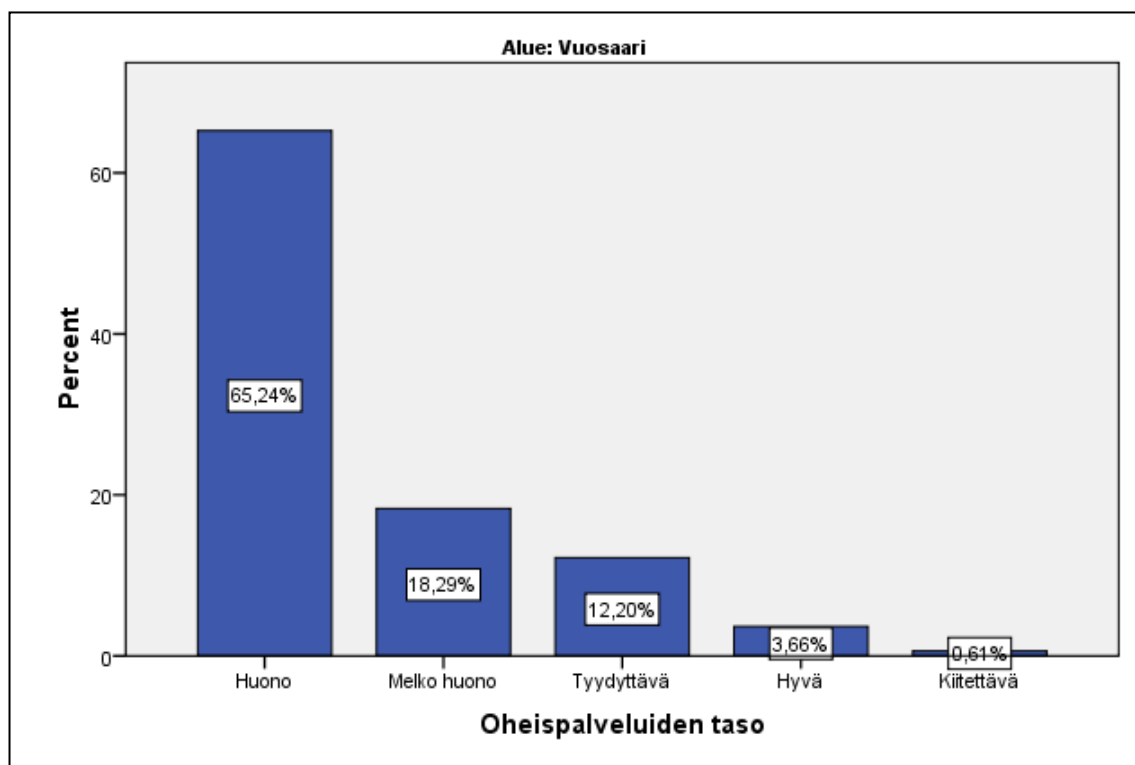
Fördelningen om hur personerna tog sig till idrottsplatsen var jämn. 54 % promenerade och 39 % tog sig med egen bil till idrottsplatsen. Resultatet har ett klart samband med frågan om nöjdaktigheten med parkeringsplatser, där samma procentuella antal syns som antingen goda eller nöjaktiga. 80 % tyckte att tillgängligheten till idrottsplatsen var berömlig/god.

Idrottsplatsen används av både tillfälliga och regelbundna besökare. Av de som regelbundet använder idrottsplatsen består 21 % av dagliga besökare och 41 % kommer dit varje vecka. De tillfälliga besökarna ansvarar för 29 % av det totala antalet.

Majoriteten (60 %) tillbringade 1-2 timmar på idrottsplatsen och 14 % tillbringade mera än tre timmar på platsen. Bitjänster (café, restaurang o.s.v.) saknas på idrottsplatsen, vilket tydligt träder fram i resultaten, där 60 % ansåg att bitjänsterna var dåliga och ingen ansåg dem vara goda/berömliga.

I resultaten av isbanans egenskaper kom det fram att besökarna var nöjda med belysningen av isbanan och likaså med isens kondition. Utmärkningarna och informationsskyltarna ansågs enligt ca 70 % vara goda, men de övriga sade dem vara bristfälliga och därefter endast tillfredsställande.

68 % gav naturisbanan i Nordsjö ett allmänt vitsord på 4, d.v.s. god och endast 3 % gav ett vitsord som motsvarar relativt dåligt. På basen av dessa resultat kan man utgå ifrån att besökarna var nöjda med naturisbanan i Nordsjö och att endast ett fåtal anser att det finns brister och ett behov av förbättring.



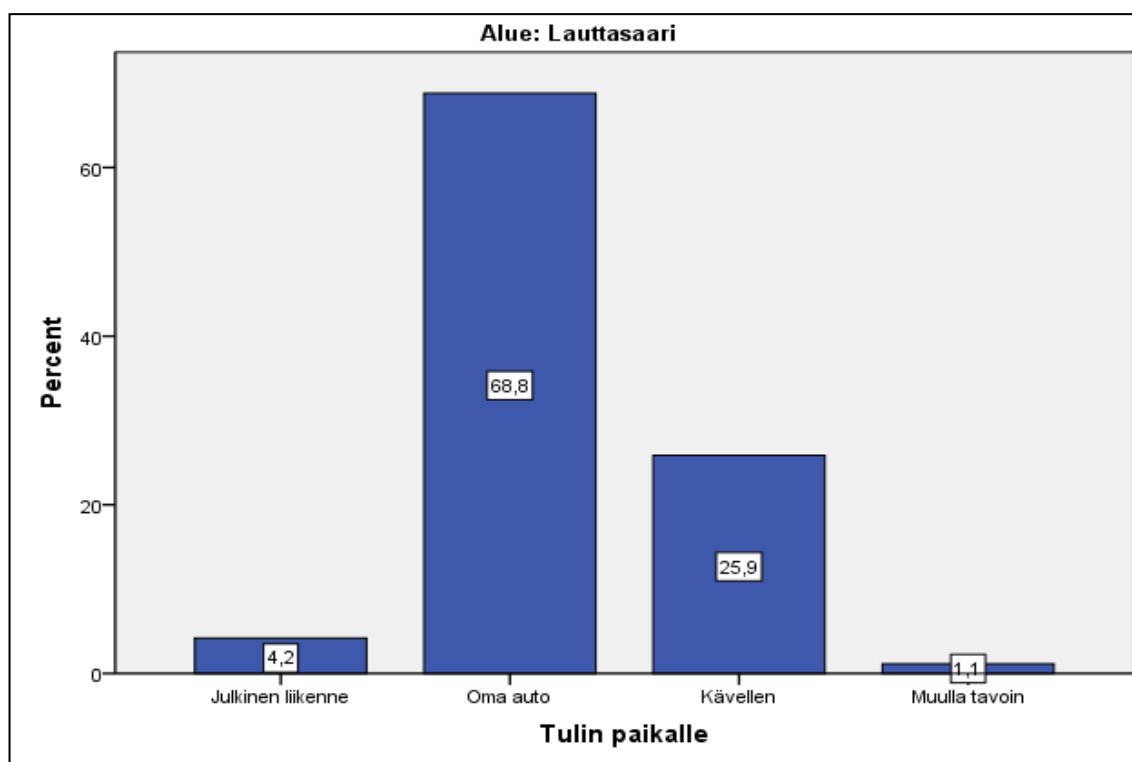
Figur 2. Graf över resultaten på tjänsterna i Nordsjö.

7.1.2 Naturisbanan i Drumsö

Den högsta svarsprocent kom från Drumsö, där allt som allt 265 (20,98 % av den totala svarsprocenten) personer deltog i undersökningen. Fortskaffningsmedlet till idrottsplatsen fördelades ganska ojämnt mellan besökarna. 68 % av besökarna kom till idrottsplatsen med egen bil, 26 % promenerade och endast 11 % kom med allmänna fortskaffningsmedel. Tillgängligheten ansågs som antingen berömlig eller god av över 75 % av besökarna, och likaså fördelades åsikterna om parkeringsutrymmet vid idrottsplatsen. Idrottsplatsen har en mångsidig konsumentkrets. 42 % besöker idrottsplatsen varje vecka, 36 % endast tillfälligt och 16 % återkommer till idrottsplatsen varje veckoslut. Tidsanvändningen bland besökarna var i stort sett den samma, då 68 % förbrukade 1-2 timmar på idrottsplatsen. Bitjänster saknas vid isbanan i Drumsö och det märktes i resultaten, då endast 24 % ansåg att servicen var berömlig/god och respektive 45 % tyckte den var dålig/relativt dålig.

Naturisplanens egenskaper och dess skötsel fick god respons. Över 80 % var mycket nöjda/nöjda med idrottsplatsens öppenhållningstider, likaså med isens kondition och upplysning av planen. Även renligheten vid idrottsplatsen och i omklädningsrummen var berömliga/god enligt 86 % av besökarna. 40 % ansåg att idrottsplatsens informationsnivå var nöjaktig.

Naturisbanan i Drumsö fick ett gott betyg då 65 % gav ett allmänt vitsord på 4 (god) och 18 % gav 5 (berömlig).

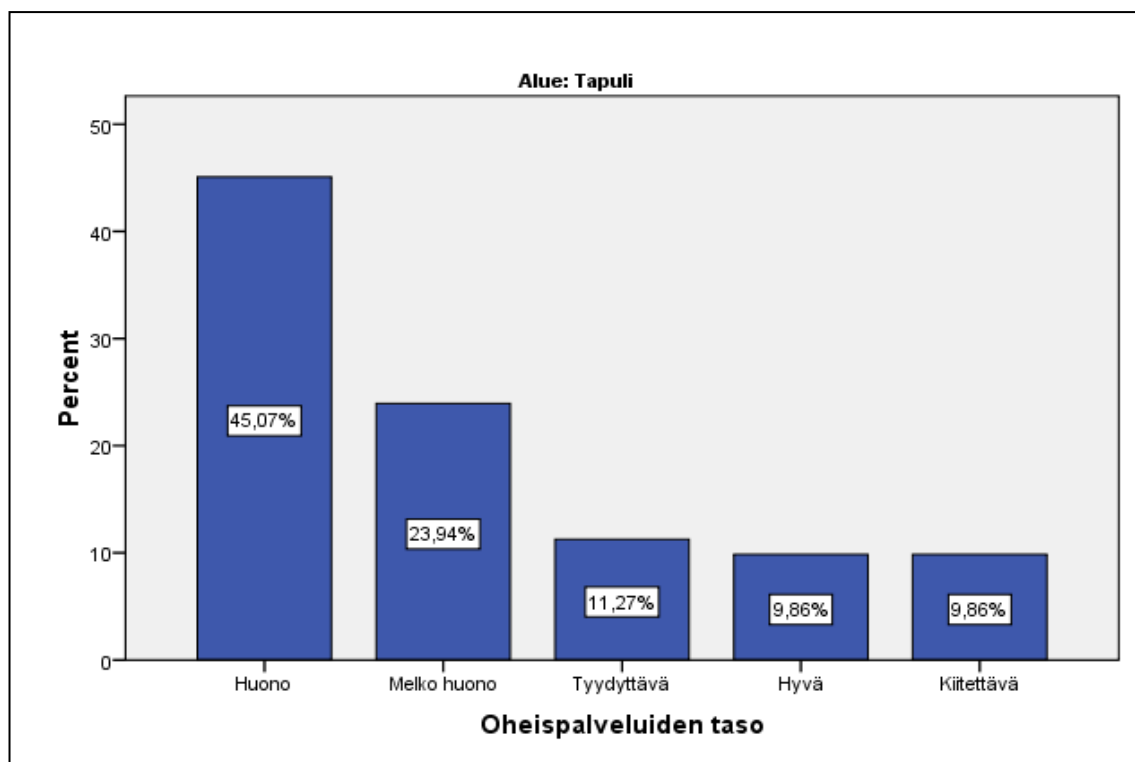


Figur 3. Graf över resultaten på fortskaffningsmedlen i Drumsö.

7.1.3 Naturisbanan i Stapelstaden

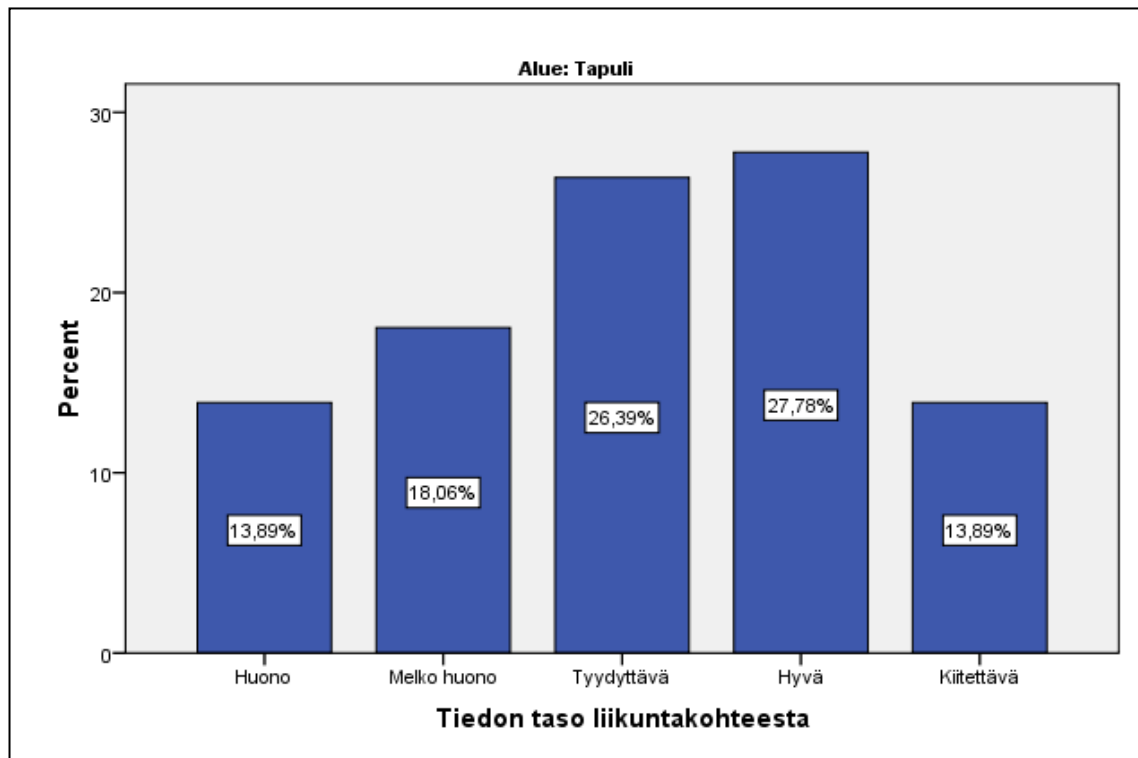
I Stapelstaden deltog 87 personer i undersökningen och det var 6,9 % av den totala svarsprocenten. 62 % av besökarna kom till idrottsplatsen gående och 32 % kom med bil. Tillgängligheten till Stapelstadens naturisbana var enligt 66 % nöjaktig/god och parkeringsutrymmena ansågs som goda 48 % och berömliga 26 %. Hur ofta svarspersonerna besökte Stapelstaden fördelades jämt mellan de olika alternativen. Hälften, 50 %, av alla svarare spendera 1 – 2 timmar på idrottsplatsen och 25 % mellan 2 – 3 timmar.

Renligheten på idrottsplatsen var god eller berömlig enligt 78 % av besökarna. Eventuella andra tjänster som café eller dylikt fanns inte på isbanan i Stapelstaden vilket syntes i resultaten då 45 % tyckte servicen var dålig och 24 % relativt dålig.



Figur 4. Graf över resultaten på bitjänsterna i Stapelstaden.

I form av isbanans egenskaper och underhåll blev det god respons. Över 80 % svarade att både isens kondition och belysning var god eller berömlig. Frågan om omklädningsutrymmenas funktionalitet och prydlighet svarade 65 % god/berömlig. Skyltningen på och runt idrottsplatsen upplevdes som god/berömlig av 66 %. Resultaten av informationen av idrottsplatsen blev att 14 % tyckte att den var dålig samtidigt som 14 % tyckte att den var utmärkt. Flera tyckte att informationen var bra men ändå ett stort antal som inte var nöjda med informationen av Stapelstadens idrottsplats.

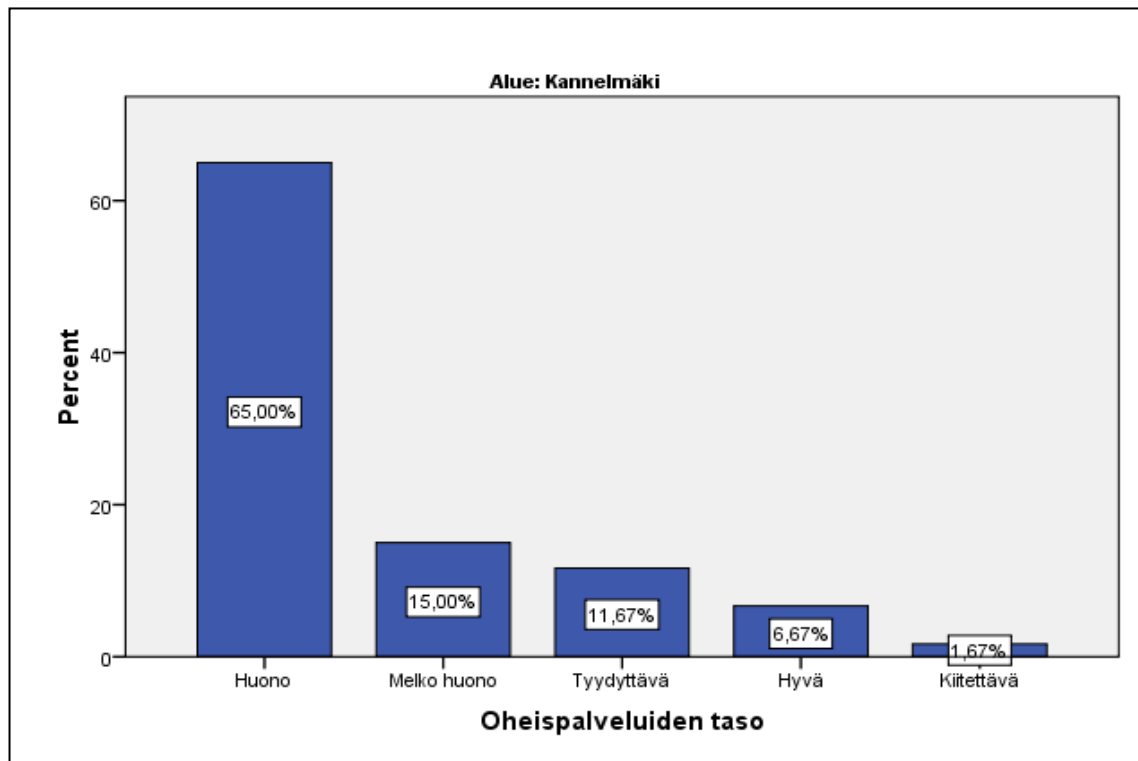


Figur 5. Graf över informationen av Stapelstadens idrottsplats.

Naturisbanan i Stapelstaden fick ett gott betyg när 56 % gav ett allmänt vitsord på 4 (god) och 30 % gav 5 (berömlig).

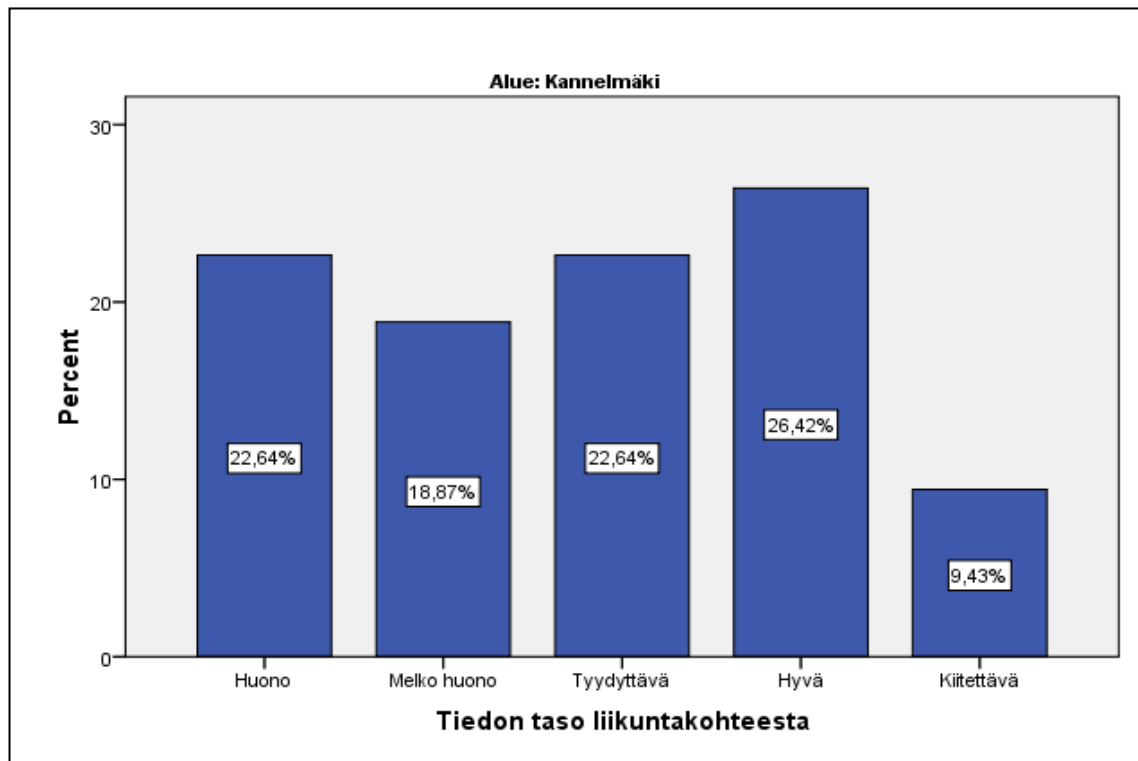
7.1.4 Naturisbanan i Gamlas

I Gamlas deltog 63 personer i undersökningen vilket var 5 % av den totala svarsprocenten. Gamlas hade det lägsta svarsprocenten av alla idrottsplatser. 61 % kom till isbanan gående medan 31 % kom med bil, tillgänglighet var enligt 27 % utmärkta och 45 % god vad inträffar parkeringsutrymmen tyckte 65 % att de var goda/berömliga. Isbanan hade besökare av alla alternativ jämt fördelade. Besökarnas tidsanvändning på isbanan var fördelade enligt följande så att hälften spenderade 1 – 2 timmar och resten av användarna fördelade sig sedan jämt på de andra alternativen. Renligheten på Gamlas isbana var enligt 54 %. Naturisbanan i Gamlas saknade också eventuella bitjänster vilket syns direkt i resultaten genom att 65 % tycker att servicen var dålig och 27 % tyckte att servicen var relativt dålig/berömlig.



Figur 6. Graf över bitjänsterna i Gamlas.

Resultaten av frågan om informationen av idrottsplatsen blev jämt fördelade mellan de olika svarsalternativen. 23 % tyckte informationsnivån var dålig, 19 % relativt dålig, 23 % berömlig, 26 % berömlig och 9 % tyckte informationsnivån var utmärkt.



Figur 7. Graf över informationens nivå på Gamlas idrottsplats.

Svaren på isbanans övriga egenskaper blev positiva. Om isens skick och belysning var det flesta svaren fördelade mellan god och berömlig. Omklädningsutrymmen var god/berömliga. Skyltning och vägvisning var en fråga som gav varierande svar. 34 % ansåg dem som nöjaktiga och 14 % som dåliga.

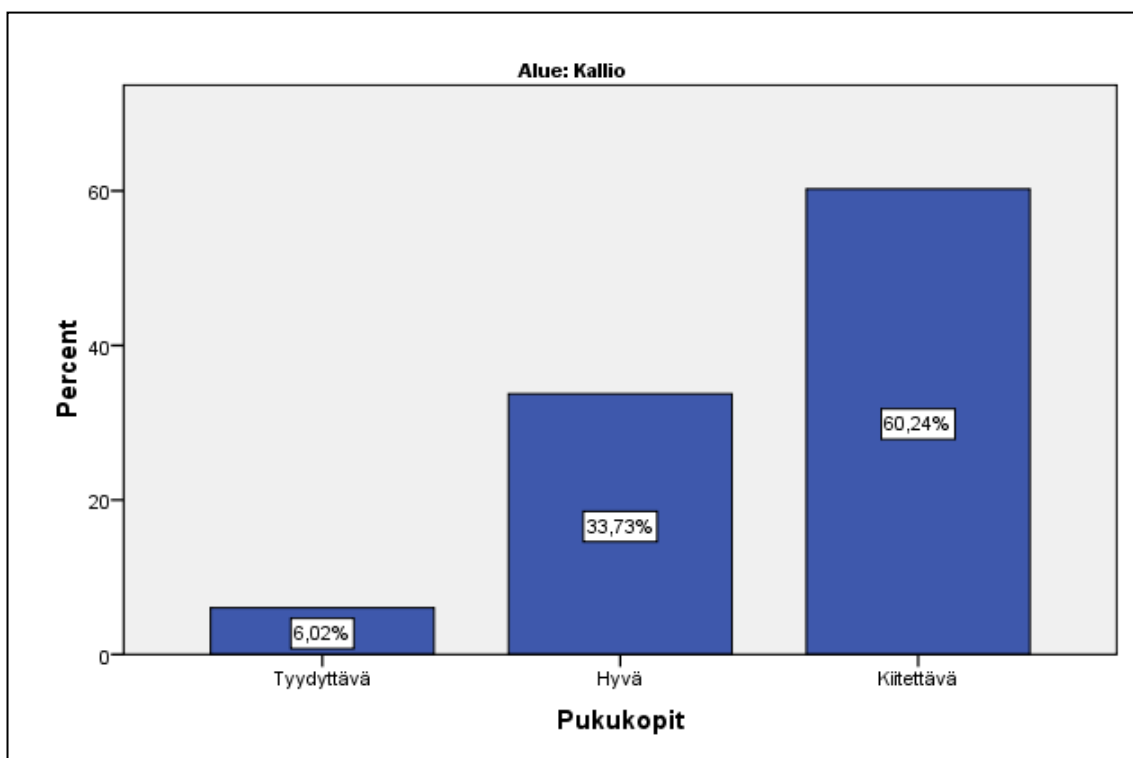
Naturisbanan i Gamlas fick ett gott betyg då 59 % gav ett allmänt vitsord 4 (god), 23 % 3 (nöjaktig) och 10 % 5 (berömlig).

7.2 Konstisbanor

Konstisbanorna vilka blev valda till undersökningen ligger båda nära till centrum, Berg-häll närmare och Kottby lite längre norrut geografiskt sett.

7.2.1 Konstisbana i Berghäll

I Berghäll deltog allt som allt 168 personer i undersökningen, d.v.s. 13 % av den totala svarsprocenten. 51 % av besökarna tog sig till idrottsplatsen gående, vilket var med Nordsjö de idrottsplatser vart besökare kom mest gående, 27 % använde sig av kollektivtrafiken. Tillgängligheten till Berghälls konstisbana tyckte 63 % att var berömlig och 33 % ansåg tillgängligheten som god. Parkeringsutrymmena ansågs av 39 % som relativt dåliga av besökarna. Största delen av kundkretsen bestod av tillfälliga besökare och de som använde idrottsplatsen varje vecka. Majoriteten spenderade 1 – 2 timmar på idrottsplatsen hela 77 %. Ny renoverade omklädningsutrymmen syntes i resultaten där 60 % svarade att de är berömliga.



Figur 8. Graf över omklädningsrummens skick på Berghälls konstisbana.

Det ända som var sämre i Berghäll var parkeringsplatserna där 85 % svarade att det är dåliga, relativt dåliga eller nöjaktiga. Allt annat var besökarna nöjda med också inträdesavgiften.

Konstisbanan i Berghäll fick ett allmänt vitsord 4 (god) 67 % och 28 % gav vitsordet 5 (berömlig).

7.2.2 Konstisbanan i Kottby

I Kottby deltog allt som allt 94 personer i undersökningen, d.v.s. 7,41 % av den totala svarsprocenten. 72 % av besökarna tog sig med egen bil till idrottsplatsen, medan 15 % kom promenerande och 13 % tog sig dit med allmänna forskaffningsmedel. Enligt 77 % var tillgängligheten till idrottsplatsen god och parkeringsutrymmet ansågs som berömligt/gott av 78 % av besökarna. Kundkretsen bestod till en stor del av tillfälliga besökare, som ansvarade för 56 % av det totala antalet. 27 % använde idrottsplatsen varje vecka och 16 % varje veckoslut. De flesta besökare tillbringade 1 – 2 timmar på idrottsplatsen och ca 15 % tillbringade mindre än en timme på idrottsplatsen. Endast 30 % tyckte att bitjänsterna var goda, 40 % sade dem vara tillfredsställande och 17 % ansåg dem vara relativt dåliga. Från dessa resultat kan man utgå ifrån att bitjänsterna är bristfälliga. Renligheten vid idrottsplatsen var besökarna nöjda med, då ca 80 % ansåg att det var rent och snyggt. Konstisbanan fick god respons. Besökarna tyckte att isen var i bra skick och att belysningen av isbanan var god. Fastän många ansåg att idrottsplatsens öppenhållningstider var bra (över 80 %), så hade besökarna delade åsikter om inträdet. Kottby hör till en av Helsingfors Stads konstisbanor som har en inträdesavgift, vilket inte nöjer hela kundkretsen och därefter fördelades resultatet i frågan jämnt mellan svarsalternativen. Informationsnivån av idrottsplatsen var enligt 38 % god, 15 % berömlig och 27 % tillfredsställande.

Konstisbanan i Kottby fick ett gott betyg då 65 % gav ett allmänt vitsord på 4 (god) och 16 % gav 5 (berömlig).

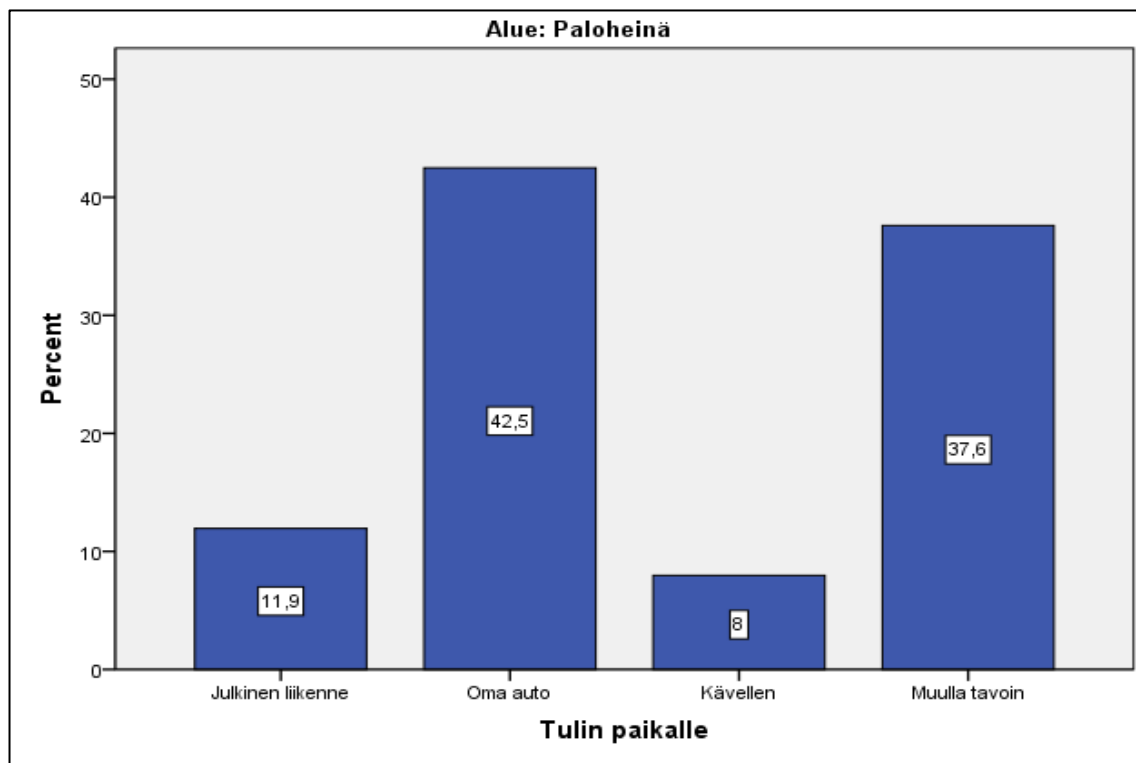
7.3 Skidspåren i Svedängen

I Svedängen deltog 230 personer i undersökningen, d.v.s. 18 % v den totala mängden besvarade enkäter. Från Svedängen kom den näst högsta svarsprocenten direkt efter naturisbanan i Drumsö. De flesta av besökarna tog sig till idrottsplatsen med egen bil (42 %), 27 % tog sig fram med allmänna forskaffningsmedel och 8 % kom

promenerande. De övriga 37 % svarade att de tagit sig fram på annat sätt, vilket i detta fall innebar att de skidat till Svedängen. Tillgängligheten till idrottsplatsen ansågs berömlig av 32 %, god av 37 %, tillfredställande av 17 % och endast 7 % ansåg den vara dålig. Parkeringsplatsen och dess läge var tillräcklig enligt de flesta, då 27 % tyckte den var berömlig, 30 % ansåg den var god och 13 % tyckte den var dålig. Majoriteten av besökarna i Svedängen sa sig använda idrottsplatsen aktivt under vintern. 47 % skidade i Svedängen varje vecka, 16 % dagligen och likaså 16 % kom till idrottsplatsen under veckosluten. Antalet tillfälliga besökare ansvarade för 29 %, av vilka många var där för första gången. Tidsanvändningen bland besökarna fördelades på följande sätt, 65 % sade sig förbruka 1 – 2 timmar på idrottsplatsen och 12 % mindre än en timme. Till skillnad från tidsanvändningen på isbanorna fanns det besökare i Svedängen som trivdes en längre tid på idrottsplatsen. Dessa besökare, som var 17 % av det totala, tillbringade 2 – 3 timmar på idrottsplatsen.

Svedängen fick goda betyg för sina skidspår. 42 % ansåg att skidspåren var i berömligt skick, 48 % ansåg de var bra och 7 % tillfredställande. Besökarna var även nöjda med skidspårens mångsidighet. 44 % tyckte den var bra, 41 % berömlig och 11 % nöjaktiga. Över 60 % tyckte att belysningen vid skidspåren var berömlig/god och 21 % ansåg den vara nöjaktig.

De goda undersökningsresultaten från Svedängens skidspår tyder på att besökarna var mycket nöjda med idrottsplatsen och dess utbud.

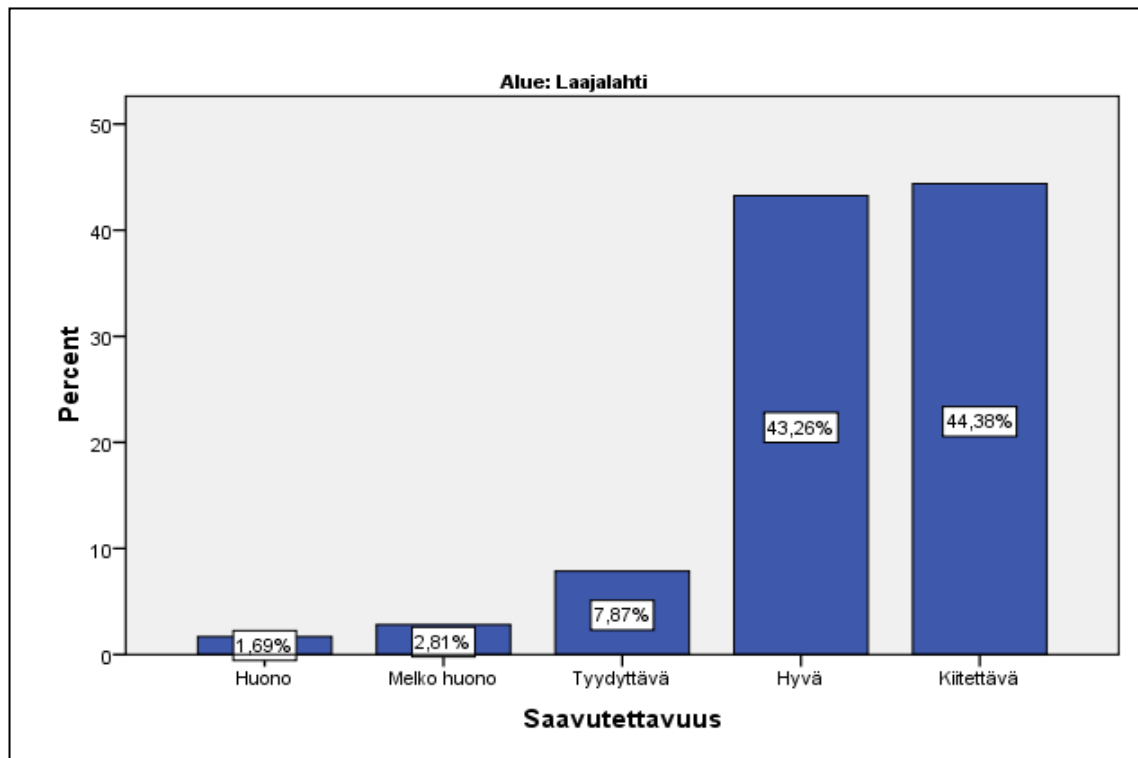


Figur 9. Graf över fortskaffningsmedlen i Svedängen.

7.4 Långfärdsisbanan i Bredviken

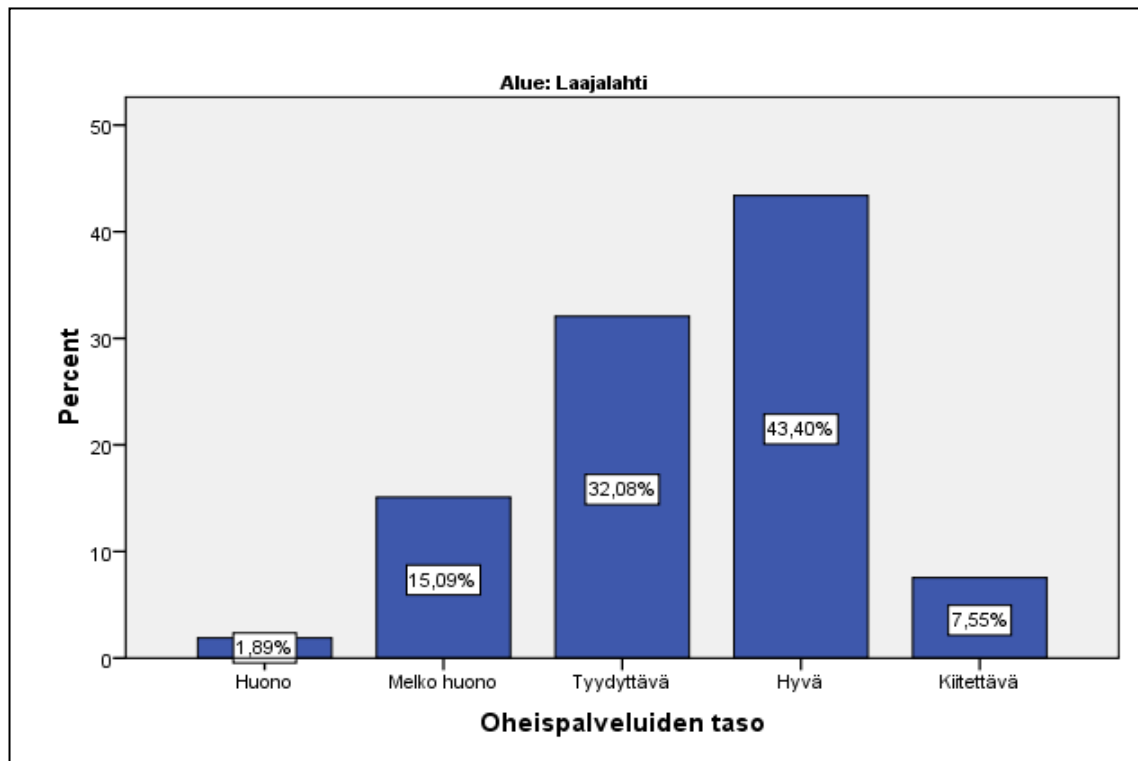
I Bredviken deltog 181 personer vilket var 14,3 % av den totala svarsprocenten. Bredviken används mest av tillfälliga besökare 63, 3 % av alla svarande på idrottsplatsen. 66,5 % av alla besökare spenderar 1 – 2 timmar på Bredvikens långfärdsisbana. Hur besökarna tog sig till idrottsplatsen var främst med bil 58,9 %.

Svaren om banans egenskaper var positiva. Isens skick, säkerhet och områdets renlighet fick som svar god. Parkerings utrymmen och information av idrottsplatsen fick lite sämre respons men ändå nöjaktig. I frågan om hur bra tillgänglighet det är till Bredvikens långfärdsisbana så blev det mycket bra respons.



Figur 10. Graf på tillgängligheten till Bredvikens långfärdsisbana.

Bredvikens långfärdsisbana har inga bitjänster men ändå så var besökarna nöjda med det som fanns. De ända bekvämligheterna som fanns var några bänkar var man kunde byta till skridskor. 43,4 % tyckte att bitjänsterna var goda.



Figur 11. Svarsprocenterna från Bredviken angående bitjänsterna.

Långfärdsisbanan i Bredviken fick ett allmänt vitsord 4 (god) 66 %.

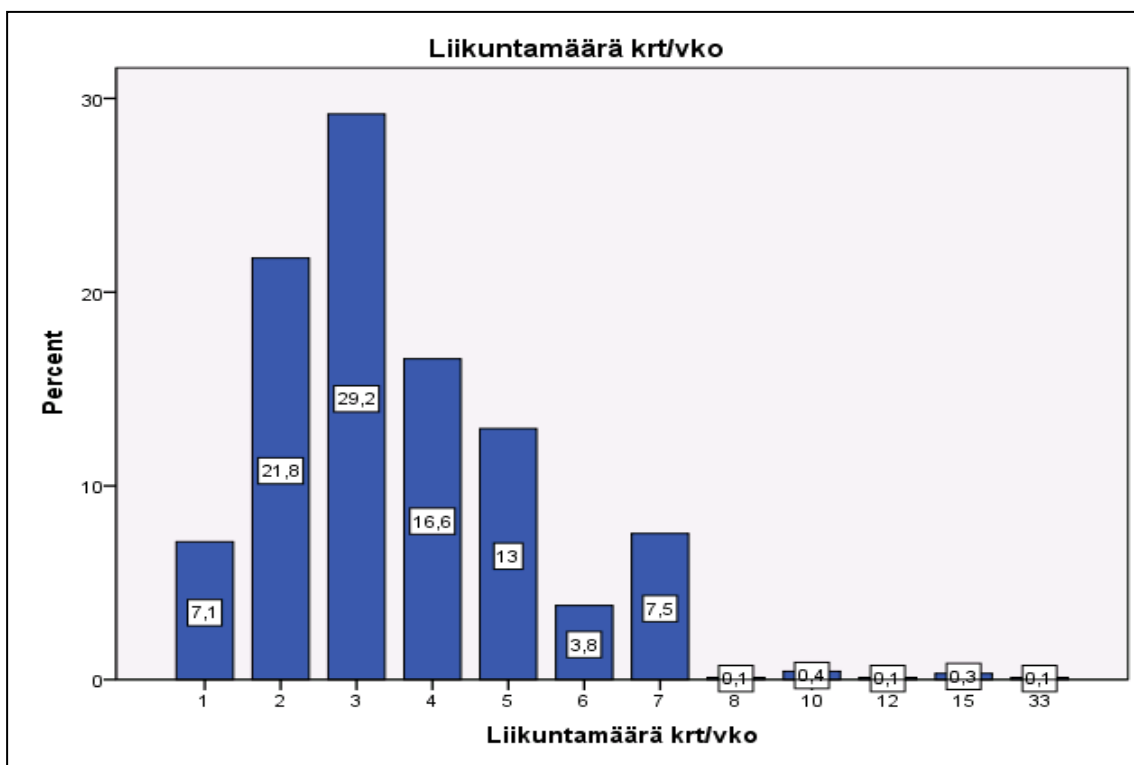
8 ANALYS

8.1 Motionsvanor

Enligt UKK-institutets motionsrekommendationer för 18-64-åringar bör man förbättra sin uthållighetskondition genom att antingen röra på sig raskt under flera dagar i veckan i åtminstone 2 timmar och 30 minuter eller ansträngande motion i 75 minuter. Utöver detta bör man även öka muskelstyrkan, förbättra balansen och koordinationen 2 gånger i veckan. Dessa motionsrekommendationer baserar sig på UKK-institutets motionskaka 2009 (UKK-institutet 2010).

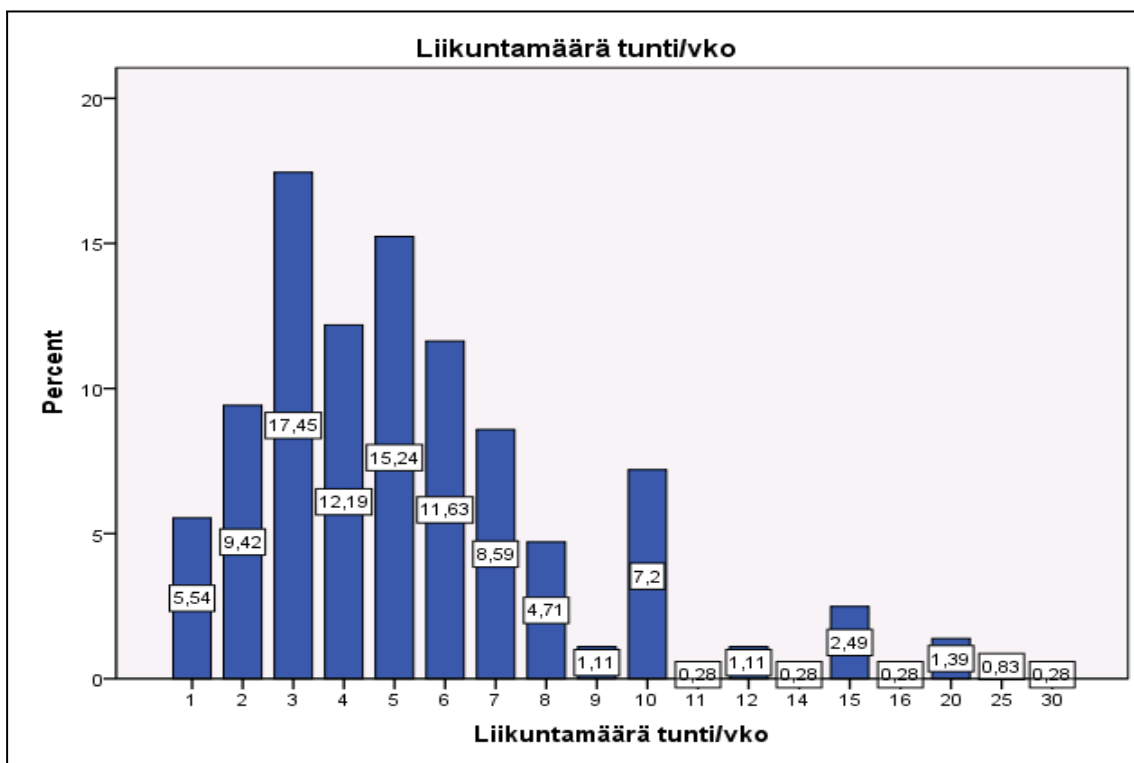
I undersökningen fick besökarna besvara frågan om hur ofta de motionerar i antal timmar per vecka och/eller i antal motionspass per vecka. 80 % av de givna svaren gavs

i antal motionspass per vecka och av dessa motionerade 27 % 1-2 gånger per vecka, medan 73 % motionerade åtminstone 3 gånger per vecka.



Figur 12. Graf över motionsvanorna som antal pass/vecka.

Resultaten utifrån de som angett sitt svar i antal timmar per vecka visade att 85 % motionerade åtminstone 3 timmar per vecka och endast 15 % motionerade mellan 1-2 timmar per vecka.



Figur 13. Graf över motionsvanorna som antal timmar/vecka.

Aikuisväestön terveystäyttymistutkimus (AVTK) har i närmare trettio år undersökt och beskrivit förändringarna i finländarnas motionsvanor. I den årliga kundundersökningen, som baserar sig på 15-64-åringars motionsvanor, deltar 5000-6000 finländare av vilka 65-86% besvarar enkäten (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2007).

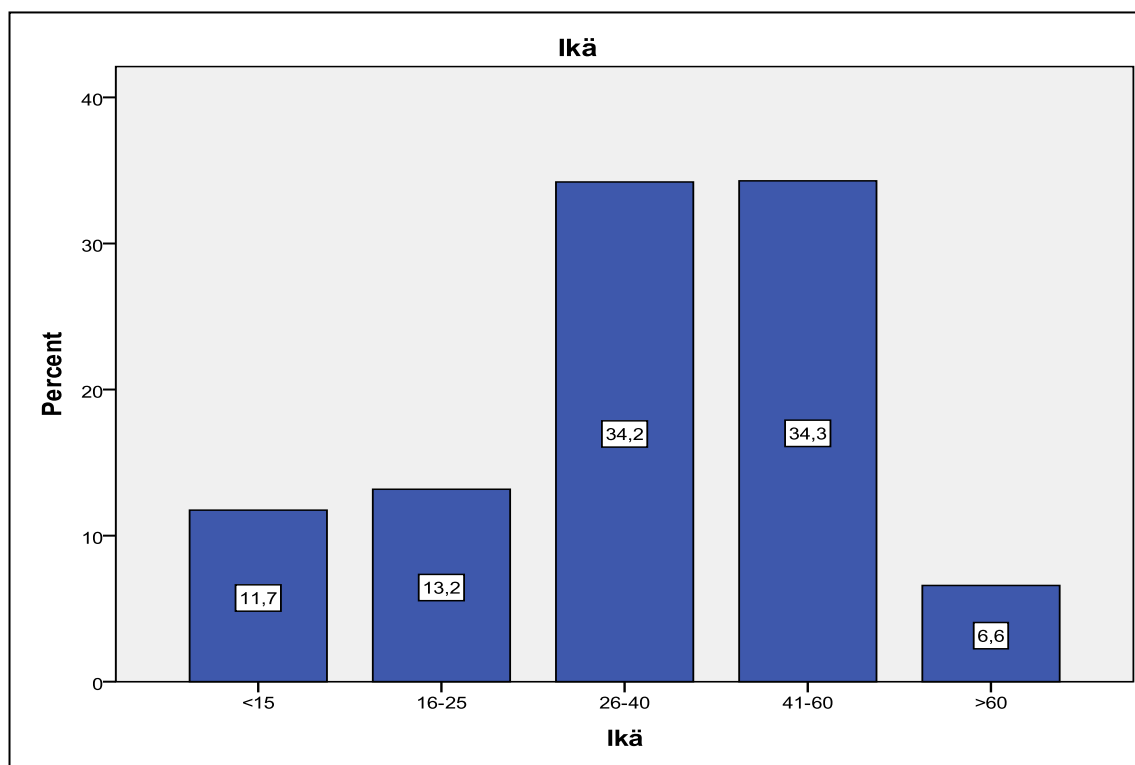
I AVTK:s kundundersökning 2005 framgick att åtminstone 60 % av finländarna motionerade minst två gånger per vecka och 30 % motionerade minst 4 gånger per vecka. Förändringen bland de som motionerar minst två gånger per vecka hade ökat rejält bland kvinnor. Bland männen hade också en ökning skett, men i en mindre grad. (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2007).

I jämförelse till AVTK:s undersökning kan vi utgå ifrån att motionsvanorna har förändrats och antalet aktiva motionärer har ökat sedan år 2005, då våra undersökningsresultat visar att till och med 73 % motionerar åtminstone 3 gånger per vecka.

Institutet för hälsa och välfärd genomförde år 2000 en kundundersökning om finländarnas motionsvanor. I undersökningen Terveys 2000 deltog 10 000 finländare. Undersökningen var indelad i två åldersgrupper, unga vuxna (18-29 år) och vuxna (minst 30 år). Resultaten visade att 27 % av kvinnorna och 43 % av männen motionerade minst fyra gånger per vecka. Det motsvarande antalet för utövning av motion högst en gång per vecka var 40 % bland kvinnorna och 43 % bland männen (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2007).

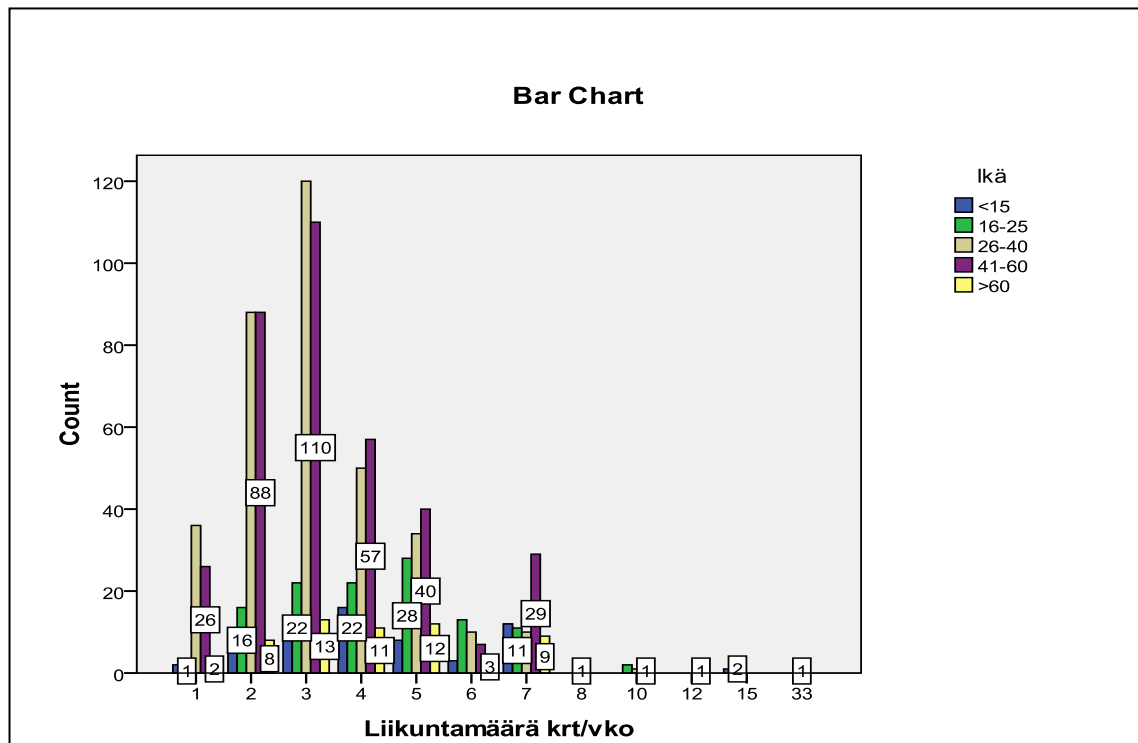
8.2 Skillnader i motionsvanor bland 26 - 40 åringar och 41 – 60 - åringar

I Terveys 2000 undersökningen framhölls ålderns betydelse i fråga om motionsaktivitet. Utövande av motion minskade bland 30 – 44-åringar i jämförelse med de yngre. Men åldersklassen 55 - 64 motionerade betydligt aktivare än 45 – 54-åringar och de mest aktiva utövare av fritidssport var personer i åldern 65 - 74 (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2007).



Figur 14. Graf över åldersfördelningen.

I undersökningen hade vi delat in åldersklasserna i fem kategorier, upp till 15 år, 16 – 25-år, 26 - 40 år, 41 - 60 år och äldre än 60 år. De åldersklasser som vi intresserade oss mest för var vuxna i åldern 26 - 40, som ansvarade för 37 % och äldre vuxna i åldern 41 - 60, som ansvarade för 38 % av alla deltagare. Dessa två åldersklasser ansvarade för 75 % av den totala svarsprocenten.



Figur 15. Graf över antal motionspass per vecka i förhållande till åldern.

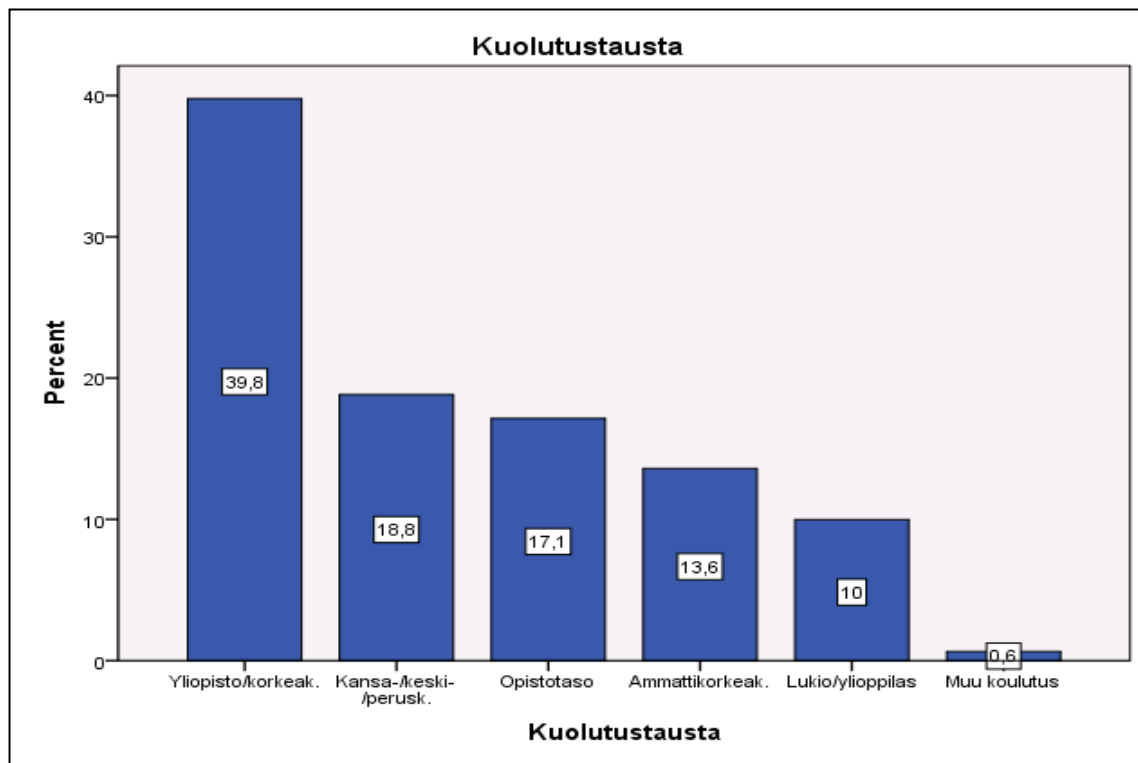
Resultaten visade att motionsvanorna för deltagarna i båda åldersklasserna var mycket lika. Majoriteten motionerade tre gånger i veckan, 34 % av 26 – 40-åringarna och 31 % av 41 – 60-åringarna. 25 % av deltagarna från båda åldersklasser motionerade två gånger i veckan.

Bland vuxna utövar uppskattningsvis 60 - 65 % tillräcklig motion i sett till sin hälsa, vilket tyder på att vuxnas fritidsmotion har blivit allt vanligare(Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2007).

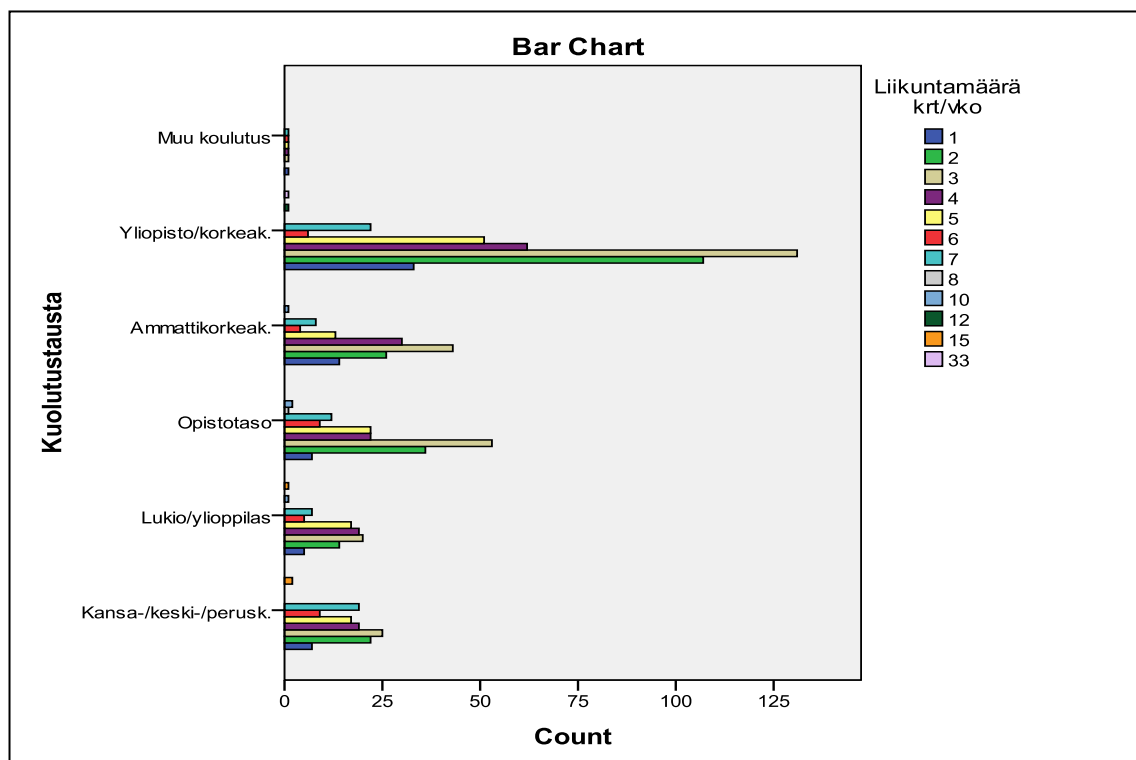
Undersökningsresultaten visar att motionsvanorna mellan åldersklasserna 26 – 40-åringar och 41 – 60-åringar inte kan skiljas åt.

8.3 Utbildningsnivåns påverkan på motionsvanor

I undersökningen deltog personer med varierande utbildningsnivå. Fördelningen bland universitet/yrkeshögskole-, institut-, gymnasie- och grund-/folkskolenivån var jämnt fördelat bland personerna. Majoriteten (40 %) hade en universitets-/högskoleutbildning.



Figur 16. Graf över utbildningsbakgrund.



Figur 17. Graf över motionsvanorna enligt utbildningsnivå.

I jämförelse över motionsaktiviteten enligt utbildningsnivån fanns det klara mönster och likheter i motionsvanorna. Oberoende utbildningsnivån visade resultaten att personerna med universitets, yrkeshögskole-, institut- och gymnasienivå hade aktiva motionärer som enligt majoriteten, ca 30 % utövade motion tre gånger i veckan.

Den största skillnaden fanns inom grund-/folkskolsnivån, där 21 % motionerade tre gånger i veckan och 23 % motionerade t.o.m. sju gånger i veckan. Utifrån utbildningsnivån kan vi utgå ifrån att dessa motionärer hör till en äldre åldersklass, och därefter har de mer fritid som ägnas till motion.

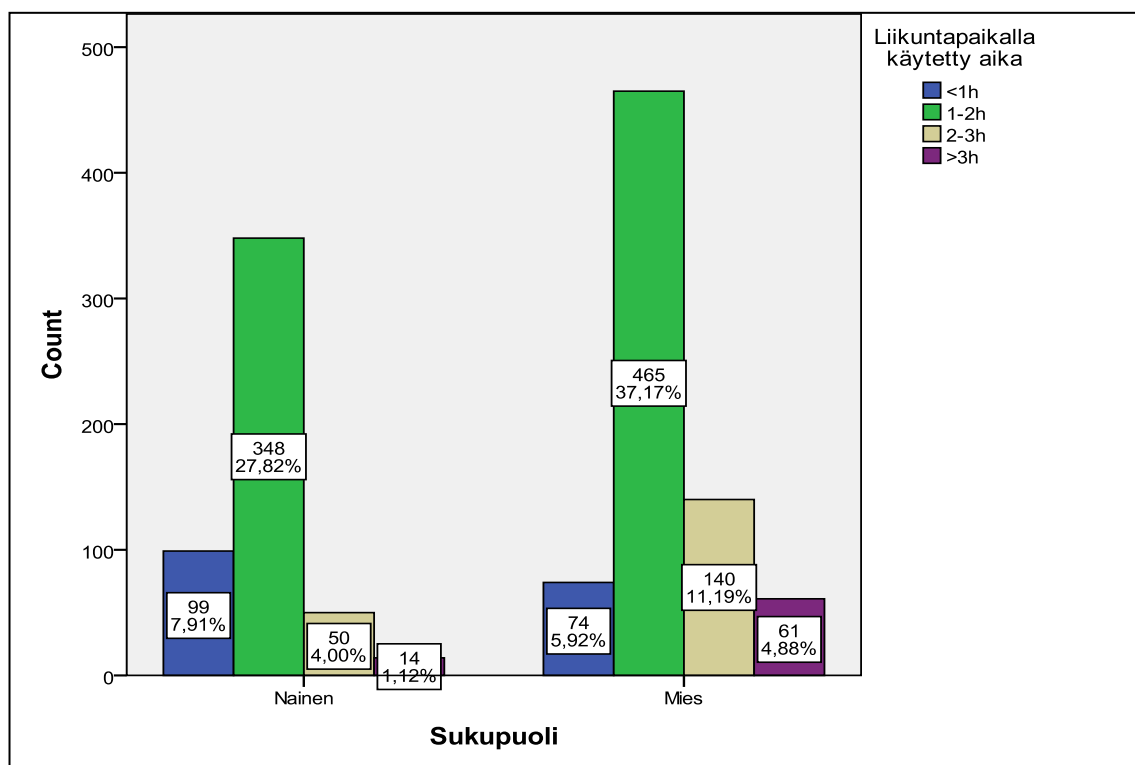
Sedan 1985 har Folkpensionsanstalten följt med pensionärernas hälsovanor med hjälp av en undersökning, *Eläkeikäisen väestön terveyskäyttäytyminen*. I dessa undersökningar har man kommit fram till att pensionärer upp till 75-års ålder är fysiskt aktivare i jämförelse till andra vuxna (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2007).

Undersökningsresultaten visar att utbildningsnivån inte har en påverkan på motionsvanorna.

8.4 Könskillnader i motionsvanor

I social- och hälsoministeriets utredningar om finländarnas motionsvanor framgick att det inte fanns stora skillnader mellan männens och kvinnornas motionsaktivitet. Männerna utövade något mer regelbunden fritidssport i form av aktiviteter, medan kvinnornas motion hade en starkare koppling till hälsotion (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2007).

I undersökningen deltog allt som allt 1258 personer, varav 59 % var män och 41 % kvinnor.



Figur 18. Graf över tidsförbrukningen på idrottsplatserna enligt kön.

Resultaten visar att det inte fanns nämnvärda skillnader mellan männens och kvinnornas motionsvanor. 12 % av männen och kvinnorna motionerar två gånger i veckan och 29 % av dem motionerar tre gånger i veckan.

SLUTSATSER

I detta kapitel kommer vi att på basis av undersökningens syfte och frågeställningar redovisa för de slutsatser vi kommit fram till.

Kundundersökningen fick en god respons av besökarna. Kunderna var mycket nöjda med utbudet och skötseln av Helsingfors Stads uteidrottsplatser. Skillnaderna mellan de olika idrottsplatserna var betydande, och därför var det viktigt att varje skild idrottsplats analyserades. I de goda resultaten av uteidrottsplatserna framhövdes underhållningen av isbanorna och skidspåren, samt tillgängligheten och mångsidigheten av dessa. De goda resultaten påverkades även av den snörika och goda vintern, som framhövde uteidrottsplatsernas styrkor och gav de bästa möjliga omständigheter till att utöva skridskoåkning och skidåkning på uteidrottsplatserna. Om vintern hade varit dålig skulle resultaten blivit avsevärt sämre.

Eftersom Idrottsverket inte har gjort en liknande kundundersökning för uteidrottsplatser under vintertid så finns det inga tidigare resultat från Helsingfors Stads uteidrottsplatser. Det skulle det vara viktigt att utföra dessa kundundersökningar på Helsingfors Stads uteidrottsplatser med jämna mellanrum, så man skulle få en överblick på om utvecklingen går framåt och vad som Helsingfors Stad bör satsa på för att skapa en så god omgivning som möjligt för att uppmuntra finländarna till fritidsmotion.

Reabiliteten är hög för undersökningen kan upprepas med samma enkät. Interna validiteten är hög för vi lyckades mäta det som Helsingfors Idrottsverk var ute efter och försökspersonerna förstod frågorna och svarade trovärdigt på dem. Den externa validiteten stämmer också eftersom besökarnas åsikter går att generalisera.

Då vi ser tillbaka på hela arbetsprocessen så märks det att vi borde ha begränsa arbetet mera för att kunna gå mera djupgående in i analysen. Undersökningen blev nu för ytlig med tanke på det material vi hade till vårt förfogande. Vi borde tydligt ha koncentrerat oss på ett specifikt syfte istället för flera olika syften. Med bättre kunskaper i SPSS skulle det eventuellt ha varit möjligt att framföra mera ingående resultat och analyser.

9 PROJEKTGRUPPENS PRAKTIKRAPPORT

Projektgruppen gjorde sitt arbete som en fördjupad praktik och nu skall vi se vad de tyckte om den delen de var med i som de skrev i sin praktikrapport.

Enligt projektgruppen kunde informationen ha varit bättre mellan Idrottsverket och planskötare. Några planskötare hade varit förvånade att det kommit folk och börjat intervjua besökarna. En tråkig situation uppstod när det var ganska lite svar från Kottby konstisbana och två från projektgruppen skulle gå en gång till för att intervjua. Den egentliga tiden för intervjuerna var redan över men det hade kommit överens att det görs en extra intervjudag i Kottby. Tyvärr nog hade planskötarna redan kasta bort de återstående formulären och inga intervjuer kunde göras. Enligt projektgruppen borde de projektansvariga ha informera om en förlängd tidtabell till Idrottsverket. (Fördjupad praktik 2, rapport.)

Ändringar i tidtabeller gjordes alltid i samtycke med Idrottsverket. Före det bestämdes att två från projektgruppen går en extra gång till Kottbys konstisbana så diskuterades saken med Idrottsverket och de tyckte att det var en bra ide. Idrottsverkets uppgift var att sköta informationen mellan de olika idrottsplatserna. Det var en tråkig händelse att det gick som det gick i Kottby men det var inte så att informationen inte skulle ha gått fram om den förlängda tidtabellen.

Projektgruppen var nöjd över tidtabellen och de deadlines som gavs. De hade inga svårigheter att följa dem och de skapade ingen stress. Projektgruppen tyckte också att tidpunkterna för intervjuerna skedde under en bra tid eftersom det var mitt i vintersäsongen med sportlov. Projektgruppen var av den åsikten att tidpunkten inte riktigt nådde ungdomar som kanske oftare rör sig senare på dagen och under vardagar när det är skolgymnastik. Enligt projektgruppen kunde intervjuerna göras under varierande tidpunkter, helger, vardagar och olika klockslag för att få mera ungdomar i undersökningen för projektgruppen tycker att det är den viktigaste gruppen. (Fördjupad praktik 2, rapport.)

Enligt projektgruppen var det ett viktigt projekt där flera viktiga åsikter från besökarna kom fram. Som utmaningar så de att nå alla åldersgrupper och att enkäten kunde ha vidare utvecklats. Projektgruppen tyckte att resultaten blev tydliga och klara och att den viktiga informationen gick till Idrottsverket och planskötarna. Presentationen till Idrottsverket var lyckad, ett tjugotal personer från Idrottsverket var representerade samt från skolan idrottslinjens programledare och prefekten. Till sist så är projektgruppen intresserade av att se om Idrottsverket gör några ändringar under kommande vintrar för uteidrottsplatserna. (Fördjupad praktik 2, rapport.)

KÄLLOR

- DePoy, E. Gitlin, L. 1999, *Forskning -en introduktion*, Lund: Studentlitteratur, 373 s.
- Fogelholm, M. Miettinen, M. Paronen, O. 2007, *Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen selvityksiä 2007. Liikunta – hyvinvointipoliittinen mahdollisuus. Suomalaisen terveysliikunnan tila ja kehittyminen 2006*, Helsingfors: Yliopistopaino, 127s.
[www] Hämtad 27.11.2010
<http://pre20090115.stm.fi/pr1169019512649/passthru.pdf>.
- Forskningsetiska delegationen. 2009 Helsingfors. Etiska principer för humanistisk, samhällsvetenskaplig och beteendevetenskaplig forskning och förslag om ordnande av etikprövning.
[www]. Hämtad 25.09.2010 http://studieguide.arcada.fi/webfm_send/542.
- Forsman, B. 1997, *Forskningsetik En introduktion*, Lund: Studentlitteratur, 138 s.
- Helsingin kaupungin tietokeskus. 2010, Tilastotietoja Helsingistä. [www]. Hämtad 24.10.2010 http://www.hel2.fi/tietokeskus/julkaisut/pdf/tasku09_suomi_net.pdf.
- Helsingfors stads internethemsida. 2010, www.hel.fi. [www]. Hämtad 24.10.2010 <http://www.hel.fi/hki/Helsinki/sv/Etusivu>.
- Hassmén, N & Hassmén, P. 2008, *Idrottsvetenskapliga forskningsmetoder*, Stockholm: SISU Idrottsböcker, 414 s.
- Kaupunkimittausosasto. 1999 Helsingfors. Helsingfors distriktindelning. [www]. Hämtad 11.10.2010 <http://www.hel2.fi/Tietokeskus/julkaisut/pdf/piirijakokartta.pdf>.
- Nummenmaa, L. 2004, *Tilastolliset menetelmät*, Vammala: Tekijä ja Kustannusosakeyhtiö Tammi, 400 s.
- Paajanen, M. Halmén, J. Wkström, J. Nordström, K. 2010, *Fördjupad praktik 2, rapport*. Helsingfors: Arcada, 8s.
- Patel, R. Davidson, B. 1991, *Forskningsmetodikens grunder*, Lund: Studentlitteratur, 124 s.
- Porin Kaupungin Vapaa-aikavirasto. 2009, *Asiakaskysely hiihtoladut*. Utgiven av Porin Vapaa-aikavirasto.
- Porin Kaupungin Vapaa-aikavirasto. 2009, *Asiakaskysely luonnonjäät, kaukalot ja vapaaluistelualueet*. Utgiven av Porin Kaupungin Vapaa-aikavirasto

Ruane, JM. 2006, *A och O i samhällsvetenskaplig forskning*, Lund: Studentlitteratur, 262s.

UKK-instituutti. 2009, www.ukkinstituutt.fi [www]. Hämtad 20.11.2010 *motion-skakan_09.pdf*.

YTV Pääkaupunkiseudun yhteistyövaltuuskunta. 2004. *Pääkaupunkiseudun ulkoilukartan kehittämistutkimus*, Helsingfors: Pääkaupunkiseudun julkaisusarja C 2004:4, 116s

BILAGOR

Kysely, Hiihtoladut, Paloheinä, tammi-helmikuu 2010.

Kysely, Luonnonjääät, tammi-helmikuu 2010.

Kysely, Matkaluistelu, tammi-helmikuu 2010.

Kysely, Tekojääät, tammi-helmikuu 2010.

Motionskakan.

MOTIONSKAKAN

rekommendation
för en vecka

