

Sarianna Salo

## **Asiakastarpeiden selvittäminen liikuntapuistolle**

Kyselytutkimus Vaasan alueen 6–17-vuotiaille lapsille ja nuorille

Opinnäytetyö

Kevät 2015

Liiketoiminta ja kulttuuri

Tradenomi (AMK, Pk-yrittäjyys)

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

## Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: Liiketoiminta ja kulttuuri

Tutkinto-ohjelma: Pk-yrittäjyys

Suuntautumisvaihtoehto: Markkinointi

Tekijä: Sarianna Salo

Työn nimi: Asiakastarpeiden selvittäminen liikuntapuistolle: Kyselytutkimus Vaasan alueen 6–17-vuotiaille lapsille ja nuorille

Ohjaaja: Sanna Joensuu

Vuosi: 2015 Sivumäärä: 48 Liitteiden lukumäärä: 6

---

Tässä opinnäytetyössä tarkoituksena oli selvittää liikuntapuiston tarve Vaasan alueella. Opinnäytetyön toimeksiantaja oli yksityisyrittäjiksi aikova pariskunta, joka on suunnitellut kyseisen puiston perustamista. Liikuntapuisto on verrattavissa urheiluhalliin, jossa usean eri lajin harrastaminen on mahdollista yhteisessä tilassa.

Työn päätavoitteena oli selvittää, mitä lajeja vaasalaiset lapset ja nuoret harrastavat tällä hetkellä ja mitä he haluaisivat harrastaa. Näiden tietojen lisäksi toimeksiantaja toivoi kysyttävän erilaisia toiveita liittyen muihin puiston palveluihin ja hintoihin, esimerkiksi ruokailumahdollisuutta sekä pääsylipun hintaa.

Kyselyn vastaajat ovat iältään 6–17-vuotiaita lapsia ja nuoria. Kysely jaettiin viiden alakoulun ja kahden yläkoulun yhdelle luokalle luokka-astetta kohti sekä yhden lukion kahdelle eri 1. luokalle. Viidelle näistä kouluista lomake jaettiin paperisessa muodossa, ja kolmelle koululle linkki lähetettiin sähköisenä Wilman kautta. Paperiset lomakkeet syötettiin yksitellen sähköiseen muotoon, jotta tulokset saatiin Webropol-kyselyn kautta analysoitua. Kysely jaettiin kouluihin helmi- ja maaliskuun 2015 aikana.

Teoreettinen viitekehys työssä keskittyy lasten ja nuorten tämänhetkisiin harrastuksiin ja vapaa-ajan toimintaan sekä markkinoiden kysynnän tutkimiseen. Viitekehys käsittelee myös fyysisen aktiivisuuden merkitystä lasten ja nuorten kehitykselle, kodin ja koulun vastuuta lapsen ja nuoren liikunnan lisäämisessä sekä huomattavan ruutuajan lisääntymisen vaikutuksia yleisterveyteen.

Tutkimukseen vastasi yhteensä 527 lasta ja nuorta tai heidän vanhempansa. Tutkimusongelmaan saatiin hyvin vastauksia, ja niistä selvisi, että suurin osa lapsista ja nuorista harrastaa liikuntaa aktiivisesti. Lajeista suosituimmat ovat uinti, jalkapallo, lenkkeily, kuntosaliharjoittelu ja hiihto. Liikuntapuisto kiinnosti vastaajia tasaisesti iästä riippumatta, ja toimeksiantajan lisäkysymyksiin puistoon liittyen saatiin kattavat vastaukset. Liikuntapuistoa kohtaan voidaan näin ollen olettaa olevan kiinnostusta Vaasan seudulla.

Avainsanat: fyysinen aktiivisuus, fyysinen kehitys, harrastukset

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

## **Thesis abstract**

Faculty: School of Business and Culture

Degree programme: SME Business Management

Specialisation: Marketing

Author: Sarianna Salo

Title of thesis: Study of customer needs for a sports park: Survey from children's and teenagers' point of view in Vaasa

Supervisor: Sanna Joensuu

Year: 2015

Number of pages: 48

Number of appendices: 6

---

This thesis and study is focused on investigating needs for a sports park in the Vaasa region. The principal of the study is a couple who are planning to establish a park in Vaasa. The sports park is an area in where it is possible to practice multiple different forms of sports at the same place.

The main target of this study is to find out what forms of sports are the most common among young people in Vaasa and to investigate what sports they would like to practice in the future. In addition, the principal requested information on other details related to the establishment and operations of the park, such as appropriate pricing and additional services, for example, catering, prices, and location.

The target group of the survey consists of young people aged from 6 to 17 years. The survey was distributed to five lower elementary school classes and to one class of two secondary schools per grade, as well as to two different first grades of one high school. At every elementary school one first-year class replied. At the high school the two classes from one grade level replied. The survey was distributed in paper format to five schools and in electronic format to 3 schools via the Wilma service. The answers were analyzed with the Webropol service. The survey was carried out in February–March 2015.

The theoretical framework in this thesis is focused on young people's most common hobbies and on the use of their leisure time. Furthermore, young people's demands against leisure time activities and opportunities for physical hobbies are dealt with. The theory discusses the significance of children's and youth's physical activity towards healthy growth, the responsibility of parents and the educational system to encourage children and youth to active lifestyle and reduce the time spent inactively with video games and television.

In total, 527 answers were received from survey. Answers provided valuable information for making reliable conclusions, main finding is that most of the children and teenagers are physically active and they have physical hobbies.

Keywords: physical activity, children's hobbies, children and screen time

## SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä.....	2
Thesis abstract.....	3
SISÄLTÖ.....	4
Kuva-, kuvio- ja taulukkoluettelo.....	6
JOHDANTO.....	8
1.1 Tutkimuksen tavoitteet ja tutkimusongelma.....	9
1.2 Tutkimuksen tausta.....	9
MARKKINATUTKIMUS JA LASTEN LIIKUNTA.....	10
2.1 Kysynnän tutkiminen.....	10
2.2 Lasten ja nuorten liikunta Suomessa tällä hetkellä.....	11
2.3 Koulujen vastuu lasten ja nuorten liikkumisen lisäämiseksi.....	14
2.4 Liikuntasuositus lapsille ja nuorille Suomessa.....	17
2.5 Lasten ja nuorten perustaitojen kehitys liikunnan avulla.....	18
2.6 Lisääntyneen viihdemedian vaikutukset lasten ja nuorten liikunnalliseen aktiivisuuteen.....	19
TUTKIMUSMENETELMÄ.....	22
3.1 Kyselyn perusjoukko.....	22
3.2 Kyselyn otanta.....	23
3.3 Kyselylomakkeen rakentaminen.....	24
3.4 Tiedonkeruun toteutus.....	25
3.5 Esitestaus.....	26
TULOKSET.....	28
4.1 Liikuntapuiston toivelajit.....	30
4.2 Tyttöjen ja poikien lajitoiveet liikuntapuistolle.....	32
4.3 Muut liikuntapuistoon liittyvät kysymykset.....	36
JOHTOPÄÄTÖKSET.....	41
5.1 Tutkimusongelmat ja niiden vastaukset.....	41
5.1.1 Toivelajit liikuntapuistoon.....	41
5.1.2 Liikuntapuiston oheispalvelut ja hinnat.....	42
5.2 Lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden vähentyminen.....	43

5.3 Liikuntapuiston merkitys koululaisten aktiivisuuden lisäämisessä.....	43
5.4 Tutkimuksen arviointia .....	44
LÄHTEET .....	46
LIITTEET.....	48

## Kuva-, kuvio- ja taulukkoluetelo

Kuva 1. Esimerkki kouluikäisen riittävän aktiivisesta päivästä.....	13
Kuvio 1. Lasten liikkuminen päivittäin.....	12
Kuvio 2. Lasten ja nuorten käyttämä ruutuaika.....	20
Kuvio 3. Suosituimmat lajit tyttöjen ja poikien keskuudessa.....	30
Kuvio 4. Muut suositut lajit.....	31
Kuvio 5. Mitä lapsi haluaisi harrastaa?.....	32
Taulukko 1. Lasten ja nuorten liikunta fyysisen aktiivisuuden tehon ja keston mukaan.....	17
Taulukko 2. Lomakemäärät kouluittain.....	24
Taulukko 3. Vastaajat luokka-asteittain.....	28
Taulukko 4. Suosituimmat lajit annetuista vaihtoehdoista kaikkien vastaajien kesken.....	29
Taulukko 5. Kiinnostus skeittaukseen liikuntapuistossa.....	33
Taulukko 6. Kiinnostus scoottaukseen liikuntapuistossa.....	33
Taulukko 7. Kiinnostus parkouriin liikuntapuistossa .....	34
Taulukko 8. Kiinnostus kiipeily-lajiin liikuntapuistossa .....	34
Taulukko 9. Kiinnostus voimisteluun liikuntapuistossa .....	35
Taulukko 10. Kiinnostus trampoliinivoimisteluun liikuntapuistossa .....	35
Taulukko 11. Kiinnostus tanssiin liikuntapuistossa.....	36

Taulukko 12. Yhteenveto vaihtoina annettujen lajien keskiarvoista.....	36
Taulukko 13. Vastaajien arvio käyntimääräkseen.....	37
Taulukko 14. Vastaajien mielestä sopiva hinta päivälipulle.....	37
Taulukko 15. Aukioloaikatoiveet.....	38
Taulukko 16. Ruokailun mahdollisuus liikuntapuistossa.....	38
Taulukko 17. Sopiva lukukausimaksu valmentajan lajikohtaiselle opastukselle....	39
Taulukko 18. Liikuntapuiston etäisyys pisimmillään.....	39

## 1 JOHDANTO

Lasten ja nuorten vähäinen liikkuminen aiheuttaa vakavan uhan kansanterveydelle ja tätä myötä myös kansantaloudelle (Pirinen 2015, 12). Lapsista ja nuorista 95 prosenttia istuu päivittäin tv-, tietokone- tai pelikoneruudun edessä yli suositusrajan eli yli 60 minuuttia. Tämän seurauksena noin joka viides peruskoulun aloittava koululainen on ylipainoinen.

World Health Organization julkaisun mukaan lasten lisääntynyt ylipaino on yksi vakavimmista 21. vuosisadan terveyshaasteista (Population-based approaches to childhood obesity prevention 2012, 13). Viimeisen kolmen vuosikymmenen aikana ylipaino on lisääntynyt merkittävästi ja nyt maailman laajuisesti 170 miljoonaa alle 18-vuotiaista lasta on ylipainoisia.

Vaikka lasten ja nuorten urheilun harrastaminen on yleisesti pysynyt samalla tasolla, jopa lisääntynyt (Kansallinen liikuntatutkimus 2010, 6), on hyötyliikunta ja yleinen aktiivisuus vähentynyt. Tästä syystä koululaisia tulisi kannustaa uusilla tavoilla liikkumaan ja viettämään aikaa tiloissa, joissa ei ole houkutuksia viettää vapaa-aikaa pelaamalla esimerkiksi tietokonepelejä.

Vaasan alueella harrastusmahdollisuudet ovat melko hyvät, mutta monia lajeja on hankala tai mahdotonkin harrastaa. Jotta lapset valitsisivat liikunnan ruutuajan sijaan, tulisi seudun tarjota monipuolisia vaihtoehtoja harrastamiselle. Markkinatutkimuksella saadaan selvitettyä, mitä lajeja liikuntapuiston houkuttelevuuteen voidaan hyödyntää ja mitkä lajit ovat yleistymässä.

Helmikuun 2005 ja tammikuun 2006 välisenä aikana Nuori Suomi, Suomen Liikunta ja Urheilu, Suomen Kuntoliikuntaliitto, Suomen Olympiakomitea ja Helsingin kaupunki teettivät tutkimuksen TNS Gallup Oy:llä koskien lasten ja nuorten liikuntaa. Tutkimus tehtiin puhelinhaastatteluina, johon osallistui 5505 3–18-vuotiasta lasta ja nuorta. Vastaavanlainen tutkimus on tehty myös aiemmin vuosina 1995, 1997–1998 ja 2001–2002 (Kansallinen liikuntatutkimus 2006, 50). Sama ryhmä teki saman tutkimuksen myös helmikuun 2009 ja tammikuun 2010 välisenä aikana. Nämä tutkimukset ovat otollisia vertailukohteita tämän työn tuloksille. Kansallisissa liikuntatutkimuksissa kaikkien alle 12-vuotiaiden lasten puolesta vastasi huoltaja, mutta tässä



työssä alle 12-vuotiaiden huoltajia pyydettiin toimimaan vastaajan apuna. Kansallisten liikuntatutkimusten 2005–2006 ja 2009–2010 tuloksien eroavaisuudet ovat hyvin minimaalisia, joten tässä lähteenä on käytetty enemmän 2006 tehtyä versiota, koska tutkimus on hieman laajempi.

### **1.1 Tutkimuksen tavoitteet ja tutkimusongelma**

Tutkimuksen tavoitteena on saada tietää, onko Vaasan seudulla kysyntää liikuntapuistolle ja jos on, niin millaiselle. Kyselyllä toivotaan saavan selville myös se, mitä lajeja Vaasan seudun lapset ja nuoret harrastavat tällä hetkellä ja mille lajeille olisi kysyntää mahdollisessa uudessa liikuntapuistossa. Toimeksiantajan toiveesta myös oheispalvelujen tarve puistossa selvitetään.

### **1.2 Tutkimuksen tausta**

Opinnäytetyön toimeksiantajana toimii yksityisyrittäjäksi aikova pariskunta, jolle lasten liikkumisen lisääminen ja terveys ovat lähellä sydäntä. Ennen liikuntapuiston perustamista toimeksiantajat halusivat selvittää asiakastarpeita puiston syntyyn. Vaasassa peruslajeja on melko helppo harrastaa, mutta erikoisempien ja yleistyvien lajien harrastamiseen pitää nähdä jo hieman vaivaa. Lajit on sijoitettu ympäri Vaasaa ja sen lähiseutua ja tiedottaminen lajeista on usein puutteellista. Liikuntapuistossa lapset ja nuoret voisivat harrastaa ja kokeilla useita lajeja samassa tilassa.

Seinäjoelle perustettua Duudson Activityparkia toimeksiantajat eivät nähneet ainaakaan suorana kilpailijana, koska liikuntapuiston on tarkoitus olla ”tavallisempi” harrastapaikka. Lasten ja nuorten toivotaan tulevan liikuntapuistoon leikkimään, tutustumaan uusiin lajeihin tai oppimaan lisää lajeista. Näin ollen puisto voitaisiin yhdistää enemmän turvalliseen takapihaan, jossa lapset saavat viettää aikaansa kuin elämyspuistoon.

## 2 MARKKINATUTKIMUS JA LASTEN LIIKUNTA

Lähtökohtaisesti markkinatutkimus antaa tietoa markkinoista, kun taas markkinointitutkimus on markkinoinnin ongelmien paikantamiseen ja ratkaisemiseen tarvittavan tiedon analyysia ja keräämistä (Soimakallio 1995, 11–12). Puhekielessä näiden kuitenkin usein katsotaan tarkoittavan samaa.

Tutkimuksen viitekehysellä tarkoitetaan taustaa, jota vasten tutkimuksen kohdetta halutaan tarkastella (Erätuuli, Leino & Yli-Luoma 1994, 25). Parhaimmillaan viitekehys sisältää sen teorian tai ne teoreettiset mallit, joiden näkökulmasta lähestytään tutkimuksen kohdetta.

### 2.1 Kysynnän tutkiminen

Markkinatutkimus on prosessi, jossa asiakaslähtöistä tietoa kerätään, analysoidaan ja suunnitellaan päätöksentekoa varten (Viitala & Jylhä 2011, 90). Ajankohtaista tietoa tarvitaan, jotta voidaan tehdä päätöksiä siitä, millä tuotteilla ja palveluilla, minkä asiakasryhmien kanssa, millaisella hintatasolla ja millä markkinointi-, myynti- ja asiakaspalvelumenettelyillä aletaan käydä kauppaa. Ajankohtaista tietoa tarvitaan esimerkiksi markkinoista, asiakkaista, heidän mieltymyksistään, tottumuksistaan, päätöksentekotavoistaan ja -kriteereistään. Viitala ja Jylhä toteavat, että tietoa on hyvä olla myös tarjolla olevista tuotteista, kilpailijoista ja toimialasta yleensä.

Esimerkiksi tuotekehityksessä käytetään markkinointitutkimusta, jos halutaan selvittää, mitä seikkoja mahdollinen asiakaskunta pitää tärkeinä ja miten se tekee ostopäätöksensä (Viitala & Jylhä 2011, 90). Viitalan ja Jylhän mukaan yrityksen kyetäkseen valitsemaan kokonaismarkkinoilta itselle parhaiten soveltuvat kohdemarkkinat, tulee sen kartoittaa asiakassegmenteistä erityispiirteitä.

Markkinatilannetta arvioitaessa hinnan ja markkinakysynnän välinen suhde tulee hahmottaa (Mäntyneva 2002, 116). Mäntyneva pitää kyselytutkimusta oivana keinona hahmottaa tuotteen menekkiä eri hintatasoilla. Tällaisessa tutkimuksessa on

tärkeää kiinnittää huomiota siihen, että vastaajat ymmärtävät, mihin vastaavat. Mikäli kyselyllä saadaan kerättyä edustava otos tavoitellusta markkinasta, voidaan tehdä johtopäätöksiä koko markkinoilla olevista ostoaikeuksista.

Yrityksen kilpailukyvyn edellytys on tuntee markkinoiden kysynnän määrä ja rakenne (Soimakallio 1995, 24). Soimakallio kehottaa yritystä ottamaan selvää siitä, kuinka suuri on oman toimialan kokonaismarkkinat, ja miten nämä markkinat jakautuvat tuoteryhmittäin, asiakasryhmittäin ja markkina-alueittain. Selville otettavaa on Soimakallion mielestä myös se, mitkä tekijät vaikuttavat markkinoiden kysyntään, kuinka markkinoiden kysyntä on kehittynyt viime vuosien aikana, mitä uhkia ja mahdollisuuksia kysyntään voi liittyä ja kuinka kysynnän voidaan ennakoida kehittyvän lähitulevaisuudessa. Soimakallion mukaan yrityksen tulee tuntee asiakkaidensa ostokäyttäytyminen ja siihen vaikuttavat tekijät, yrityskuvan toimivuus asiakkaiden keskuudessa ja heidän tavoitettavuus eri viestintävälineiden avulla (Soimakallio 1995, 27).

Yritykselle on suureksi eduksi, jos se pystyy tunkeutumaan ensimmäisenä ihmisten mieleen uudella idealla, edulla tai tuotteella (Trout & Hafrèn 2003, 107). Trout ja Hafrèn kertovat, että ihmisillä on taipumus pitäytyä siinä, mikä heillä jo on. Yrityksen on helpompaa iskostua ihmisten mieleen olemalla ensimmäinen tuotetta tai palvelua tarjoava taho (Trout & Hafrèn 2003, 108).

## **2.2 Lasten ja nuorten liikunta Suomessa tällä hetkellä**

Reilu 90 prosenttia suomalaisista lapsista ja nuorista harrastaa liikuntaa säännöllisesti. Lajeista suosituimpia ovat pyöräily, uinti, jalkapallo, juoksulenkkeily, salibandy ja hiihto (Kansallinen liikuntatutkimus 2006, 7).

Bergin ja Piirtolan (2014, 3) mukaan hajanaisuus, irrallisuus, lyhytjänteisyys, pinnallinen seuranta ja osin vaatimaton hyödyntäminen ovat olleet ongelmana lasten ja nuorten liikuntaa, fyysistä aktiivisuutta ja urheilua käsittelevässä kehittämistyössä ja tutkimuksessa. Tutkijoiden mukaan (Berg & Piirtola 2014, 11) yleinen haaste liikuntaympäristöille on se, miten erilaisista syistä liikuntaa harrastavat lapset ja nuoret

voisivat toimia yhdessä riippumatta iästä, sukupuolesta, etnisestä taustasta, vammoista, sosioekonomisesta asemasta tai seksuaalisesta suuntautumisesta.



Kuvio 1. Lasten liikkuminen päivittäin. (Pirinen 2015, 14.)

Kuvio 1 näyttää lasten tämän hetkisen päivittäisen liikkumisen määrän. Vain 20 prosenttia lapsista liikkuu päivittäin 60 minuuttia. Suurin osa lapsista liikkuu vähintään tunnin 3–4 päivänä viikossa ja 18 prosenttia 0–2 päivänä viikossa. 29 prosenttia liikkuu tunnin 5–6 päivänä viikossa minimisuosituksen ollessa 60 minuuttia päivässä. (Pirinen 2015, 14.)

Kansallisen liikuntatutkimuksen (2010, 7) mukaan suomalaiset 3–18-vuotiaat lapset ja nuoret harrastavat eniten jalkapalloa ja pyöräilyä. Näissä molemmissa on yli 200 000 harrastajaa. Tutkimuksen tulosten perusteella myös hiihto, uinti, juoksu- lenkkeily, salibandy, luistelu, kävelylenkkeily sekä jääkiekko ovat suosiossa. Kaikkia näitä harrastaa yli 100 000 lasta ja nuorta. Jos tuloksia (Kansallinen liikuntatutkimus 2010, 10) vertaa vuotta aikaisempiin voidaan nähdä, että lajien harrastajamäärät ovat vähentyneet. Tämä kuitenkin on selitettävissä ikäluokkien pienentymisellä. 3–18-vuotiaita lapsia ja nuoria on määrällisesti vähemmän kuin aiemmin.

Tyttöjen ja poikien lajit ovat selkeästi nähtävissä kansallisen liikuntatutkimuksen (2010, 9) tuloksista. Tyttöjen lajeiksi voidaan laskea aerobic, eri voimistelulajit, rat-

sastus, tanssi ja taitoluistelu, kun taas poikien lajeina voidaan pitää jalkapalloa, jääkiekkoa ja salibandyä. Yhteisinä lajeina voidaan tutkimustulosten perusteella pitää muun muassa hiihtoa, laskettelua, kuntosaliharjoittelua, suunnistusta ja yleisurheilua.

Poikien keskuudesta löytyy kahdeksan lajia, jotka ovat nostaneet suosiotaan suuresti kymmenen vuoden aikana. Nämä lajit ovat jalkapallo, jääkiekko, salibandy, pyöräily, juoksulenkkeily, uinti, hiihto ja luistelu. Tyttöjen keskuudesta suurin kasvulaji on jalkapallo, jota harrastaa Kansallisen liikuntatutkimuksen mukaan joka kymmenes tyttö. (Kansallinen liikuntatutkimus 2006, 17.)

Reilu kolmannes eli 42 prosenttia 3–18-vuotiaista lapsista harrastaa urheiluseurassa (Kansallinen liikuntatutkimus 2010, 13). Tämä on yhteensä noin 424 000 lasta ja nuorta. Vuonna 2005–2006 Väli-Suomessa 39 prosenttia harrasti liikuntaa urheiluseurassa (Kansallinen liikuntatutkimus 2010, 23). Vuosina 2001–2002 luku oli 37 prosenttia ja vuonna 1995 32 prosenttia. Väli-Suomessa tutkimuksen mukaan seuraharrastamislajina mieluisin olisi jalkapallo 24 prosentin kiinnostuksella (Kansallinen liikuntatutkimus 2010, 41). Seuraavana ovat yleisurheilu 19 prosentin kiinnostuksella ja kolmannen sijan jakavat suunnistus sekä nyrkkeily 3 prosentilla. Enemmistö, sekä tytöissä että pojissa, kansalliseen liikuntatutkimukseen vastanneista olisi valmis käymään harjoituksissa 1–2 kertaa viikossa. Saman tutkimuksen neljä vuotta sitten julkaistu versio antoi vastaavan tuloksen. 19 prosenttia olisi valmis harrastamaan kolmesti tai useammin viikossa. (Kansallinen liikuntatutkimus 2010, 26.)

Tyttöjen ja poikien toiveet koskien harrastamista poikkeavat hieman (Kansallinen liikuntatutkimus 2006, 44). Tytöt haluaisivat tutustua useisiin lajeihin ja osallistua harrastusmaisiin liikuntatapahtumiin, kun taas pojat toivovat kilpailuja ja pelejä.

Kansallisessa liikuntatutkimuksessa (2006, 46–47) liikuntaa harrastavilta lapsilta ja nuorilta kysyttiin, mikä on heidän eniten käyttämänsä liikuntapaikka. Eniten ääniä saivat ulkoliikuntapaikat, esimerkiksi urheilu- ja pallokentät (19 prosenttia). Muita suosittuja paikkoja olivat pihat, palloilusalit ja voimistelusalit. Tyttöjen ja poikien vastaukset erosivat hieman. Pojat käyttivät enemmän rakennettuja ulkoliikuntapaik-

koja, palloilusaleja, jäähallia ja piha-alueita. Tytöt taas viihtyvät enemmän voimistelusalissa, uimahalleissa ja kevyen liikenteen väylillä. (Kansallinen liikuntatutkimus 2006, 46–47.)

### **2.3 Koulujen vastuu lasten ja nuorten liikkumisen lisäämiseksi**

Kouluikäiset liikkuvat eniten 12 vuoden ikäisinä (Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 2008, 12). Pelkästään koululiikunta ei suosituksen mukaan riitä koululaisen aktiiviseksi harrastamiseksi, koska peruskoulun liikuntatunti on 2 kertaa 45 minuuttia viikossa ja lukiossa pakollisia kursseja on vain yksi. Vaikka suomalaisten koululaisten vapaa-ajan liikunnan harrastaminen on lisääntynyt, on niin sanottu hyötyliikunta vähentynyt. Tästä johtuu myös kuntotestien huonontuneet tulokset sekä lihominen. (Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 2008, 14.)

Koulujen liikuntakasvatuksen tärkein tehtävä on ohjata terveelliseen liikunnalliseen elämään sekä tukea lapsen ja nuoren fyysistä, psyykkistä, sosiaalista ja eettistä kehitystä ja hyvinvointia (Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 2008, 33). Suosituksen mukaan koululaisten hyvinvoinnin edistäminen liikunnan avulla tulisi toteutua kouluissa systemaattisesti ja yhteisten liikuntatuntien määrää olisi lisättävä jokaisella luokka-asteella. Myös liikunnan tukiopetukseen tulisi olla mahdollisuus. Fyysisen aktiivisuuden suositus pitää sopivana, että myös toisen asteen koulutuksen liikuntakurssien määrää tulisi lisätä niin, että niitä olisi kerran viikossa koko opiskeluajan. Liikunnan opetuksen määrää olisi nostettava liikuntaa opettavien luokanopettajien koulutuksessa ja jo työssä oleville olisi järjestettävä lisä- ja täydennyskoulutusta. Myös toisen asteen liikunnanopettajille pitäisi pystyä tarjoamaan säännöllistä mahdollisuutta osallistua lisäkoulutukseen. Vähän liikkuvaa koululaista tulee rohkaista tarkkailemaan omia liikuntatottumuksiaan esimerkiksi askelmittarin, seurantakortin, sykemittarin tai nykyisin myös tietokone- ja Internet-ohjelmien avulla. (Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 2008, 34.)

Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 2008 esittää, että koulujen tulisi kannustaa liikunnalliseen elämäntapaan ja huomioida koko työyhteisön hyvinvointi (Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 2008, 35). Tästä vastuu kuuluu lähtökohtaisesti rehtorille, jonka tulisi tarjota koko henkilökunnalle työkykyä ylläpitävää

liikuntatoimintaa. Koulupäivän aikana tulisi olla mahdollisuus päivittäiseen fyysiseen aktiivisuuteen ja lapsia ja nuoria tulee innostaa liikuntaan erilaisilla tapahtumilla ja valtakunnallisilla kampanjoilla. Fyysisen aktiivisuuden suositus huomauttaa, että usein opettajan innostuneisuus liikkumiseen tarttuu myös lapseen ja nuoriin. Omalla liikunnallisesti aktiivisella elämälläään opettaja voi viestiä liikunnan tärkeydestä. Opettajalla on myös vastuu koululaisen päivästä, johon liittyy oleellisesti jaksaminen ja oppimisvireys (Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 2008, 39). Näitä voidaan lisätä kannustavilla työmenetelmillä ja taukoliikunnalla. Fyysisen aktiivisuuden määrä tulisi olla seuraava: 45 minuutin oppitunnin tulisi sisältää 30 minuuttia aktiivista liikuntaa ja 90 minuutin oppitunnin 60 minuuttia. Myös koulun lähiympäristöä voi hyvällä ilmalla käyttää oppimisympäristönä ja saada oppilaat ylös pulpeteista.

Yläkouluiässä tyttöjen keskuudessa tapahtuu suuri muutos liittyen koululiikuntaan (Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa 2014, 54). Julkaisun mukaan tyttöjen myönteisiin liikuntakokemuksiin tulisikin kiinnittää huomiota ja korostaa yksilöllistä kehittymistä. Yläkoululaiset kokevat koululiikunnan kilpailusuuntautuneemmaksi kuin alakoululaiset, joka voi olla motivaatiota heikentävä seikka. Kilpailusuuntautuneisuutta tulisikin vähentää ja keskittyä enemmän tehtäväsuuntautuneen ilmapiiirin luomiseen (Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa 2014, 57).

Myös välituntiliikunta poikkeaa toisistaan ylä- ja alakouluissa (Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa 2014, 58). Viidesluokkalaisista lähes jokainen viettää välituntinsa pääsääntöisesti ulkona, kun taas yläkoulussa noin puolet sanoo viettävänsä välitunnin ulkona. Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa -tutkimuksen mukaan, yläkoululaisvastaajista kaksi kolmasosaa sanoi viettävänsä kaikki tai useimmat välitunnit istuen.

Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 2008 kertoo (Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 2008, 36), että koululaisten jaksamisen kannalta koulupäivän ja -viikon rytmi on tärkeässä roolissa. Oppituntien istumista tulee katkaista erilaisilla fyysisesti aktiivisilla tuokioilla ja yli kaksi tuntia kestäviä oppitunteja ei suositella. Suosituksen ehdotus onkin, että alakouluissa olisi joka päivä pidempiä liikkumisen mahdollistavia taukoja ja yläkouluissa taukoja olisi 2–4 kertaa viikossa. Toisen asteen kouluissa liikuntatuntien tulisi olla sijoitettuna säännöllisesti ympäri vuoden.

Fyysisen aktiivisuuden tulee olla asianmukaiset tilat kaikkina vuoden aikoina. Tilojen tulee olla riittävän isot ja turvalliset ja tällainen alue kannustaa liikkumiseen myös kouluajan jälkeen. Riittävät liikuntavälineet välitunneilla lisäävät fyysistä aktiivisuutta ja suosituksessa uskotaan, että yksi pidempi liikuntavälitunti (½h) tarjoaa koululaiselle mahdollisuuden liikkua enemmän. Opettajien välituntiliikuntaan kannustaminen motivoi ja innostaa lasta ja välituntivalvojan tulisi yrittää tarjota erilaisia virikkeitä. (Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 2008, 37.)

Kuva 1 näyttää esimerkin 9-vuotiaan lapsen riittävästi liikuntaa sisältävästä koulupäivästä.

KLO	Mitä tapahtuu	Fyysinen aktiivisuus
7:00	Aamupala	
7:40	Kävellen kouluun, reippaasti	10 min
8:00	Oppitunti 1	
8:45	Välitunti: Hyppynaruhyppelyä	10 min
9:00	Oppitunti 2	
9:45	Välitunti: Hyppynaruhyppely jatkuu	10 min
10:00	Oppitunti 3	
10:40	Kouluruokailu	
11:00	Välitunti: Hippaleikki	10 min
11:15	Oppitunti 4	
12:00	Kävellen kotiin, reippaasti	10 min
13:00	Kotitehtävät ja läksyt	
14:00	Välipala	
15:00	Ulos leikkimään kavereiden kanssa: kiipeilyä, roikkumista telineillä, hyppimistä	60 min
17:00	Päivällinen	
18:00	Reipas kävelylenkki vanhempien kanssa	40 min
19:00	Iltapala ja TV:n katselua	
21:00	Nukkumaan	
	<b>Yhteensä</b>	<b>2 h 30 min</b>



Kuva 1. Esimerkki kouluikäisen riittävän aktiivisesta päivästä. (Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 2008, 27).

## 2.4 Liikuntasuositus lapsille ja nuorille Suomessa

Fyysisen aktiivisuuden vähimmäismäärä lapsuusiässä on kaksi tuntia, mutta suositus on, että lapset liikkuisivat enemmänkin (Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 2008, 18). 7–18-vuotiaiden suositus on vähintään 1–2 tuntia päivässä. Nuoruusiän suositukset ovat hieman alhaisemmat, mutta heillekin on suositeltavaa liikkua useita tunteja päivässä. Ripeä kävely, pyöräily tai kelaaminen pyörätuolilla ovat hyviä esimerkkejä fyysisestä aktiivisuudesta korkealla sykkeellä, jota lapsen päivän liikunnan tulisi sisältää runsaasti. Lapsilla ja nuorilla korkean sykkeen nousu liikkuesssa liittyy pääsääntöisesti urheilulajien harrastamiseen omaehtoisesti tai urheiluseurassa. Arki harvemmin sisältää enää tilanteita, joissa syke nousee kunnolla ja tästä syystä on tärkeää, että jokainen löytää lajin, jonka parissa liikunta on tehokasta. Taulukko 1 näyttää lasten ja nuorten liikunnan fyysisen aktiivisuuden tehon ja keston mukaan. (Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 2008, 19–20.)

Taulukko 1. Lasten ja nuorten liikunta fyysisen aktiivisuuden tehon ja keston mukaan. (Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 2008, 20.)

<b>Teho</b>	<b>Lyhytkestoiset</b>	<b>Pitkäkestoiset</b>
Reipas liikunta, kohtuullinen teho	Monet pihaleikit, esim. ruutuhyppely Monet pelit (pesäpallo, maali-vahtina olo jalkapallossa) Monet arkiaskareet ja pihatytöt	Ripeä kävely kouluun (yli 15 min) Pyöräily, uinti, hiihto, Luonnossa liikkuminen (yli 15 min)
Tehokas liikunta, korkea teho	Vauhdikkaat pelit ja leikit Pallopelit Juoksupyrähdys kovalla vauhdilla	Kovavauhtinen hiihto tai juoksu

Samaa mieltä on World Health Organization. 5–17-vuotiaiden lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden tulisi sisältää leikkejä, pelejä, urheilua, virkistystä ja suunniteltua

liikuntaa sekä kotona, koulussa että yhteisössä (Global recommendations on physical activity for health 2010, 7). Luuston terveyden, verenkiertoelimistön ja lihaskunnan, sydän- ja aineenvaihdunnan terveyden sekä ahdistuksen ja masennuksen vähentämisen kannalta 5–17-vuotiaiden tulisi liikkua joka päivä vähintään 60 minuuttia kohtalaisen intensiivisesti. Yli 60 minuutin liikunnalla on näin ollen terveyshyötyjä ja suurin osa päivittäisestä liikunnasta tulisi olla aerobista.

Verrattuna noin neljäänkymmeneen Euroopan ja Pohjois-Amerikan maahan suomalaisten 11–13-vuotiaiden nuorten liikuntasuositukset ovat suhteellisen suuret, mutta 15-vuotiaiden liikunta-aktiivisuus on lähellä maiden keskiarvoa (Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa 2014, 13).

## **2.5 Lasten ja nuorten perustaitojen kehitys liikunnan avulla**

Monipuolinen liikuntaharjoittelu ja useat toistot edistävät runsaasti motorisien perus- ja erityistaitojen kehittymistä (Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 2008, 21). Harjoittelu ja useat toistot tukevat myös hermollista kehitystä ja vahvistavat lapsen uusien tiedollistenkin asioiden oppimista. Fyysisen aktiivisuuden suositus kertoo, että liikunnan monipuolisuus on lapsilla perustaitojen oppimisen ehto. Lapset kehittyvät liikunnassa nopeasti ja oppivat uusia taitoja helposti fyysisen kasvun ta-saisuuden ansiosta.

Perustaitojen automatisoituminen vaatii tuhansia toistoja ja on näin ollen pitkä prosessi. Automatisoitumisen ansiosta lapsen aistit vapautuvat ja ovat valmiita havainnoimaan uusia asioita sekä oppimaan erikoisempia asioita. Lasta tulisi rohkaista liikkumaan mahdollisimman erilaisissa ympäristöissä sekä sisällä että ulkona ja myös erilaisilla alustoilla ja maastoissa. (Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 2008, 21.)

Fyysisistä ominaisuuksista osaa voidaan kehittää ennen murrosikää, osaa murrosiässä ja osaa vasta murrosiän jälkeen (Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 2008, 21). Liikkumisen omatoimisuus ja omaehtoisuus korostuu suosituksen mukaan nuorilla, koska usein murrosiässä ja sen jälkeen halutaan irrottautua auktori-

teeteista ja kokeilla rajoja. Liikunta ryhmässä tai joukkueessa tarjoaa nuorelle erinomaisten mahdollisuuden hakeutua vertaisryhmiin, joita he kehitysvaiheessa kaipaavat.

Liikunnan tulisi sisältää osioita, jotka kehittävät lihaskuntoa ja lihaskestävyyttä (Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 2008, 22). Tällaista liikuntaa ovat esimerkiksi lihaskuntoliikkeet, kuntopiiri, jumppa, aerobic ja kuntosaliharjoittelu. Lasten olisi hyvä aloittaa lihaskunnan vahvistaminen jo ennen murrosikää esimerkiksi suorustekniikoita harjoitellen ja oman kehon painoa hyödyntäen.

Liikunta on hyödyllistä myös alakouluikäisten luustolle (Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 2008, 22). Liikuntaa harrastavien lasten luuston mineraalimäärä on suurempi ja myös rakenne on vahvempi. Suositus kertoo, että luustoa vahvistavista liikunnoista parhaita kasvaville lapsille ja nuorille ovat erilaiset hypyt ja nopeita suunnanmuutoksia sisältävät leikit, pelit ja urheilulajit. Telinevoimistelun alkeisiin perustuvat tempukoulut ja yleisurheilun alkeita opettavat yleisurheilukoulut ovat oivia lajeja luuston vahvistamisen tueksi.

## **2.6 Lisääntyneen viihdemedian vaikutukset lasten ja nuorten liikunnalliseen aktiivisuuteen**

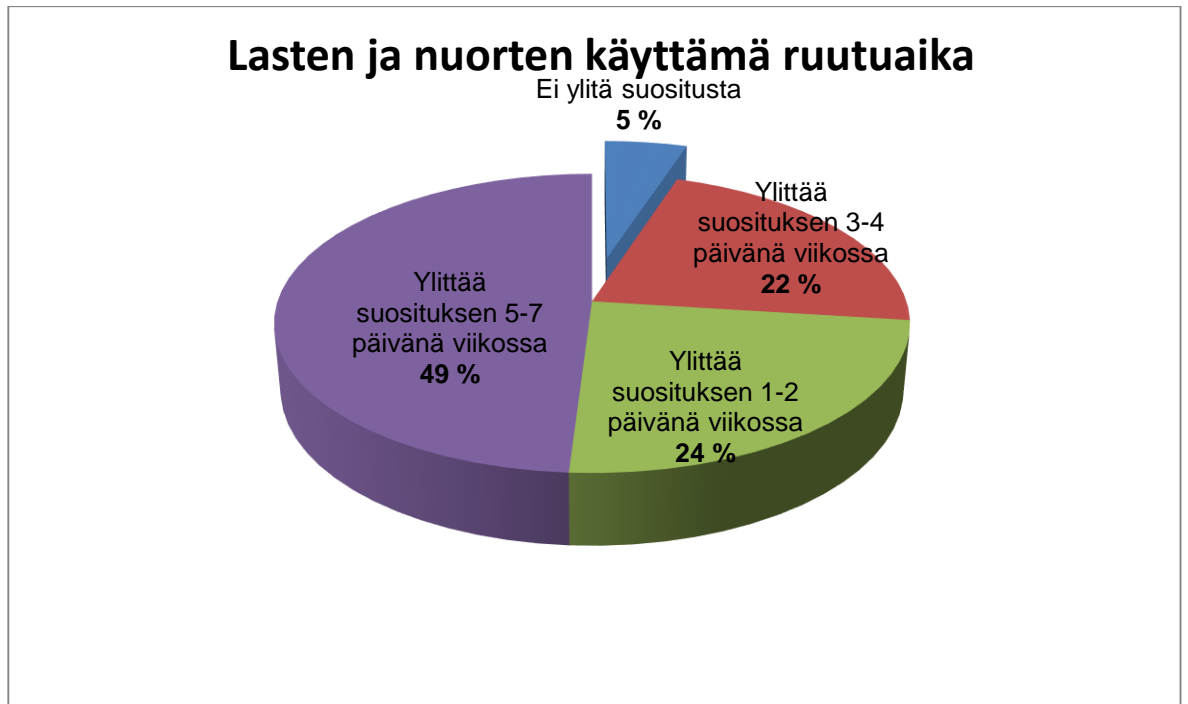
Kansallisen liikuntatutkimuksen (2010, 6) mukaan 92 prosenttia 3–18-vuotiaista kertoo harrastavansa urheilua tai liikuntaa eli vastausten perusteella noin 898 000 lasta harrastaa liikuntaa. Tämä luku on lähes sama kuin vuosina 2005–2006 tehdyssä tutkimuksessa. Tutkimuksesta selviää, että noin kymmenen vuotta sitten liikuntaa harrasti 76 prosenttia kaikista lapsista ja nuorista. Liikunnan yleistyminen on ristiriidassa sen kanssa, että lapsien ja nuorien on arveltu olevan huonokuntoisempia kuin ennen. Tämä kuitenkin on selitettävissä sillä, että peruselämän fyysinen aktiivisuus on jäänyt vähemmälle. Piholla leikkiminen ja pelaaminen ovat muuttuneet määrättyin ajoin tapahtuvaksi aktiiviseksi lajiharrastamiseksi. 8 prosenttia eli noin 90 000 kaikista lapsista ja nuorista ei harrasta liikuntaa lainkaan. Tämä määrä on tarkoittaa noin 83 000 lasta. Vuosina 1997–1998 sama luku oli noin 166 000.

Suositus 7–18-vuotiaiden ja lasten päivittäisen liikunnan määräksi on vähintään 1–2 tuntia (Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 2008, 6). Liikunnan tulisi olla monipuolista ja iälle sopivaa eikä yli kahden tunnin istumisjakso ole suositeltavaa. Tietokoneiden ja muiden elektroniikan käyttöaika tulisi pitää alle kahden tunnin.

Itä-Suomen yliopiston tekemän tutkimuksen mukaan vähäinen liikunta ja runsas viihdemedian käyttö sekä muu fyysinen passiivisuus lisäävät lasten ja nuorten tyyppin 2 diabeteksen sairastumisriskiä (Vähäinen liikunta ja runsas viihdemedian käyttö ovat suuri terveysriski lapsille 2014). Tutkimus kertoo, että passiivisuus voidaan yhdistää myös verenkiertoelinten sairauksiin jo alle 6–8-vuotiailla lapsilla. Lapsien, jotka liikkuvat vähiten ja käyttivät eniten aikaa videoita tai televisiota katsellen, riskitekijöiden tasot olivat korkeimmillaan.

Viihdemedian ääressä huomattavan paljon aikaa viettävät lapset ja nuoret eivät todennäköisesti pysty täyttämään liikuntasuosituksen asettamia vaatimuksia (Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 2008, 23). Liiallinen istuminen vaikuttaa tutkitusti haitallisesti terveyteen, esimerkiksi lihavuuteen ja tuki- ja liikuntaelinten oireisiin. Kolikon käänttöpuoli istumisella taas on se, että liikkumattomina hetkinä lapset ja nuoret usein opiskelevat, lukevat, kirjoittavat ja seurustelevat ystävien ja perheen kanssa.

Kouluikäisen aika istuessa kuluu pitkälti televisiota tai DVD:itä katsellen, videopelejä pelaten ja tietokoneella pelaten tai Internetiä käyttäen (Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 2008, 24). Päivissä näihin kulutettu aika on kasvanut räjähdysmäisesti ja tällä hetkellä nuorista iso osa viettää viihdemedian äärellä peräti 6–8 tuntia päivässä. Fyysisen aktiivisuuden suositus toteaa, että kasvavan ja kehittyvän lapsen tulisi käyttää monipuolisesti kaikkia aistejaan, mutta ruudun ääressä istumiseen tarvitsee lähinnä näkö- ja kuuloaistia. Lasten ja nuorten liikunnan lisäämiseksi on kehitetty aktiivisuutta vaativia tietokonepelejä, joissa liikkuminen ja pelaaminen on yhdistetty.



Kuvio 2. Lasten ja nuorten käyttämä ruutuaika. (Pirinen 2015, 14.)

Kuvio 2 kuvaa lasten ja nuorten käyttämää ruutuaikaa. Sinisellä näkyvä 5 prosenttia kuvaa niitä koululaisia, jotka eivät ylitä suositusta eli kahta tuntia. Vihreällä merkitty 24 prosenttia ovat ne, jotka ylittävät suosituksen 1–2 päivänä viikossa. 22 prosenttia eli punaisella merkitty osa ylittää suosituksen 3–4 päivänä viikossa. ja isoin, eli lilalla merkitty osa, kuvaa niitä lapsia ja nuoria, jotka ylittävät kahden tunnin suosituksen 5–7 päivänä viikossa. (Pirinen 2015, 14.)

Vanhemmat asettavat rajoja ruutuaikaan viidesluokkalaisille enemmän, kuin seitsemäs- ja yhdeksäsluokkalaisille (Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa 2014, 13). Lapsista ja nuorista alle kolmasosa oli täysin varma siitä, että voisi vähentää ruutuaikaansa. Näistä pojat olivat asiasta epävarmempia kuin tytöt. 38 prosentin kotona kotiväki toivoisi, että ruutuaikaa vähennettäisiin.

### 3 TUTKIMUSMENETELMÄ

Ongelma-alueen löytäminen on ensimmäinen vaihe tutkimusprosessia (Erätuuli ym. 1994, 13–15). Tämän jälkeen kannattaa esitutkimuksen avulla selvittää, onko tutkimusongelmiin vastaaminen aiotulla tavalla ylipäättään mahdollista. Seuraavaksi aloitetaan tutustuminen ongelma-alueen kirjallisuuteen ja puetaan ongelmat mitattavaan muotoon. Viides askel tutkimusprosessissa on tietojen kerääminen, jonka jälkeen prosessi voidaan selkeyttää tutkimussuunnitelman muodossa.

Kvantitatiivista eli määrällistä tutkimusta käytetään menetelmänä silloin, kun mitattavat muuttujat voidaan määrittellä numeerisessa muodossa. Tällaisessa tutkimuksessa kysymykset muotoillaan määrämuotoisiksi ja niin, että ne voidaan käsitellä tilastollisesti. (Mäntyneva, Heinonen & Wrange 2008, 31–32.)

#### 3.1 Kyselyn perusjoukko

Vaasan peruskouluissa on yhteensä noin 5100 koululaista (Vaasan kaupunki – Perusopetus). Lukion 1. luokkalaisia on yhteensä 241 Vaasan Lyseon lukiossa (Neste 2015) ja Vasa Gymnasiumissa 1. luokkalaisia on 146 opiskelijaa (Brännkärr 2015). Mustasaaren puolella on yhteensä 14 peruskoulua, mutta suurin osa niistä on pieniä ”kyläkouluja” - pienimmän alakoulun oppilasmäärä on vain 22 (Mustasaaren kunta – Peruskoulut). Mustasaaren kouluista vastaajaksi valittiin keskikokoinen, 78 oppilaan, Tuovilan alakoulu. Tuovilan koulu on yksi Mustasaaren suomenkielisistä kouluista, joten lomakkeet voitiin jakaa jokaiseen oppilaitokseen suomenkielisenä. Mustasaarella on yhteensä noin 2185 peruskoululaista ja näistä suomenkielistä opetusta saa noin 520 oppilasta.

Näiden pohjalta voidaan laskea, että kyselyn perusjoukko on 7672 oppilasta.

### 3.2 Kyselyn otanta

Ammatillisissa oppilaitoksissa tai työelämässä olevat nuoret harrastavat liikuntaa harvemmin, kuin peruskoulua tai lukiota käyvät lapset ja nuoret (Kansallinen liikuntatutkimus 2006, 8). Ensimmäisenä mainitussa opiskelevista 18 prosenttia ei harrasta liikuntaa lainkaan. Tästä syystä päätettiin ottaa mukaan vain lukion oppilaita. Ammattikoulun oppilaista sopivan luokan valinta on hankalaa, koska opistossa opiskellaan useita eri aloja.

Ennen otoksen pohjalta tehtyjä johtopäätöksiä perusjoukosta, tulee huomioida, kuinka hyvin tehty otos edustaa perusjoukkoa johon päätelmät yleistetään (Mäntyneva ym. 2008, 38). Mäntynevan mukaan otannalla on keskeinen merkitys, koska pienenkin otoksen oletetaan edustavan ominaisuuksiltaan koko perusjoukkoa.

Määrää joka lomakkeita jaettiin yhteensä, ei saatu selville, koska kaikki koulut eivät pyynnöstä huolimatta ilmoittaneet kuinka paljon potentiaalisia vastaajia oli yhteensä (Taulukko 2). Täytettyjä lomakkeita palautui yhteensä 529 kappaletta ja niistä 527 voitiin hyödyntää tutkimuksessa.

Vihreällä pohjalla oleviin kouluihin (Taulukko 2) laitettiin paperinen kysely (Liite 1/2) ja sinisellä pohjalla oleviin lähetettiin sähköinen linkki (Liite 3). Kaikki paperiset lomakkeet syötettiin manuaalisesti sähköiseen lomakkeeseen, jotta kaikki vastaukset saatiin analysoitua Webropolin avulla. Kuten taulukosta 2 näkyy, sekä Isolahden että Keskuskoulun vastausprosentti on melko pieni. Tämä selittyy luultavasti sillä, että sähköinen kyselylinkki kiersi kodin kautta. Vöyrinkaupungin koulu on yläkoulu, joten vastaajat pystyivät täyttämään lomakkeen esimerkiksi jonkin tunnin alkuun.

Taulukko 2. Lomakemäärät kouluittain.

KOULU	LOMAKKEITA JAETTIIN	LOMAKKEITA PALAUTUI
Isolahden koulu	102 kpl	28 kpl
Keskuskoulu	?	21 kpl
Merikaarron koulu	114 kpl	78 kpl
Nummen koulu	106 kpl	83 kpl
Tuovilan koulu	87 kpl	56 kpl
Variskan koulu	53 kpl	47 kpl
Vöyrinkaupungin koulu	?	152 kpl
Vaasan Lyseon Lukio	65 kpl	62 kpl
<b>Yhteensä</b>	527+?	527 kpl

### 3.3 Kyselylomakkeen rakentaminen

Lomakkeen rakentaminen alkoi palaverilla toimeksiantajien kanssa. Heillä oli noin viisitoista kysymystä, joihin he toivoivat saavansa vastauksen kyselyn avulla. Tärkeintä kuitenkin oli saada tietää, mitä Vaasan alueen lapset ja nuoret harrastavat nyt, mitä he haluaisivat harrastaa ja onko kaikkiin potentiaalsiin harrastuksiin tarvittavat välineet ja tilat.

Mäntyneva (2008, 53) suosittelee, että rakennettaessa tutkimuslomaketta on hyvä jäsentää ensin itselle isommat kokonaisuudet eli osa-alueet, jotta tutkimusongelma saadaan selvitettyä. Kun isot kokonaisuudet on hahmotettu, päästään etenemään yksittäisiin tutkimuskysymyksiin. Jotta lomakekysely pysyy kohtuullisen mittaisena, on tutkijan syytä jättää tarpeettomat kysymykset pois. Vastajakato lisääntyy sitä mukaan, mitä pidempi lomake on. Lomakkeen alussa tutkija voi johdatella vastaajaa kysymällä hänen taustatietoja. Kysymällä esimerkiksi ikää, sukupuolta ja asuinpaikkaa vastaaja pääsee hyvin vauhtiin. Lomakkeen ulkoasuun kannattaa kiinnittää



huomiota, koska visuaalinen ja huoliteltu kysely antaa ammattitaitoisen vaikutelman tutkijasta. (Mäntyneva 2008, 54.)

Työhön liittyvä kyselylomake koostui 14 kysymyksestä, joista kolme ensimmäistä (Liite 1/2) koskivat taustatietoja. Ensimmäiselle sivulle kerättiin myös ne kysymykset, jotka nähtiin tärkeimmiksi. Näin ollen, jos lomakkeen täyttäminen alkaisi kyllästyttää jo parin kysymyksen jälkeen, ainakin tärkeimpiin kysymyksiin olisi vastattu.

Kysymystyypit voidaan yleisesti jakaa kahteen perustyyppiin, jotka ovat monivalinta- ja avoimet kysymykset (Mäntyneva 2008, 55). Ensimmäisenä mainittuihin on annettu vastausvaihtoehdot valmiiksi ja avoimen kysymyksen vastaus kirjoitetaan sille varattuun tilaan. Kysymystyyppejä ovat myös avoimet, puoliavoimet, puolistrukturoidut ja strukturoidut kysymykset.

Avoimia kysymyksiä lomakkeessa oli kaksi (Liite 1/2). Toinen oli tuttu ”muuta?” kysymys lomakkeen lopussa ja toinen oli ensimmäisen sivun viimeinen kysymys, jossa kysyttiin lajia, josta lapsi tai nuori olisi kiinnostunut, mutta Vaasa tai sen lähiseutu ei anna mahdollisuuksia sen harrastamiseen.

Mäntynevan (2008, 58) mukaan kysymyslomaketta tehdessä on hyvä pohtia kysymysten keskinäistä järjestystä. Niiden on hyvä edetä loogisessa järjestyksessä ja olla teema-alueiltaan lähellä toisiaan. Kysymykset, jotka keskittyvät samaan asiaan, on hyvä sijoittaa lomakkeen samaan osaan. Vastausvaihtoehdot on myös hyvä valita niin, että ne ovat mahdollisimman kattavat.

### **3.4 Tiedonkeruun toteutus**

Opinnäytetyön tutkimukseen vastaajat valittiin arpomalla ja siten, että alakoulut sijaitsisivat mahdollisimman eri puolilla Vaasaa ja sen lähikuntia. Näin ollen mukaan valikoitui yhteensä viisi alakoulua, joista yksi sijaitsee Vähänkyrön (nyk. Vaasa) ja yksi Mustasaaren puolella. Alustava tiedustelu kyselyn toteuttamisesta lähetettiin sähköpostilla jokaisen koulun apulaisrehtorille ja Vaasan peruskouluista (sis. Vähänkyrö) tiedustelu välitettiin eteenpäin koulutoimen johtajalle, joka päätti kaikkien peruskoulujen puolesta (Liite 4). Lukiosta ja Mustasaaresta apulaisrehtori ja rehtori vastasivat itse.

Yläkouluja mukaan valittiin kaksi ja lukioita yksi. Lomakkeet jaettiin kaikkien peruskoulujen jokaisen luokka-asteen yhdelle luokalle. Eli esimerkiksi X koulun 1.–6. luokista jokaiselle A-luokalle jaettiin lomake. Lukiossa lomake jaettiin ensimmäisen vuoden opiskelijoista kahdelle eri luokalle.

Strukturoidut kysymykset on helppo koodata, analysoida, tulkita ja raportoida, mutta niillä ei saada juurikaan kerättyä uutta tietoa. Kvantitatiivisessa tutkimuksessa strukturoidut ja puolistrukturoidut kysymykset ovat tyypillisiä, koska ne voidaan käsitellä tilastollisin menetelmin. (Mäntyneva ym. 2008, 56.)

Kyselylomakkeen kysymykset olivat strukturoituja, eli vastausvaihtoehdot olivat suureksi osaksi valmiiksi määriteltäviä. Tämä siksi, että vastaaminen olisi helpompaa eikä se veisi niin paljon aikaa.

Haastattelulomakkeen rakentamisesta haastavaa teki se, että alakoululaisten lomake tuli rakentaa niin, että kysymykset olivat suunnattu myös huoltajille. Huoltajia pyydettiin saatekirjeessä (Liite 5) olemaan lapsen apuna lomaketta täytettäessä, kun taas yläkoululaisille ja lukioon vietiin lomakkeet, jotka oppilaat pystyivät täyttämään itse (Liite 6). Lomakkeessa pari kysymystä koskee rahaa, joten jo tästä syystä kysymykset suunnattiin suoraan alakoululaisten huoltajille.

Työssä käytettiin kyselylomakkeita, jotka jaettiin sekä Wilman kautta että paperisena versiona. Wilma on perus- ja toisen asteen koulujen yhteinen tiedonkulkuväline kodin ja koulun välillä (Star Soft). Parissa koulussa ei ollut Wilmaa käytössä ja lukion apulaisrehtori piti todennäköisenä, että vastausprosentti on korkeampi, jos oppilaille jaetaan paperinen lomake jonkin tunnin alkuun. Muutama peruskoulukoulu halusi mieluummin paperisen version, vaikka Wilma löytyikin.

### **3.5 Esitestaus**

Mäntynevan ym. (2008, 56) mielestä lomakekysymykset on hyödyllistä esitestata kohderyhmään kuuluvilla henkilöillä, jotta kysely ei tuota pettymystä. Esivastausten saamisen jälkeen vastaajalta voidaan tarkistaa, miten hän ymmärsi kysymykset ja

täten päästään eroon vaikeaselkoisista tai epäselvistä kysymyksistä. Samassa yhteydessä voidaan myös tarkastaa vastaajan halukkuus vastata jokaiseen kysymykseen, vastausohjeet ja vastaamiseen kuluva aika.

Kyselylomake esitettiin työkaverien eri-ikäisillä lapsilla, jotka sopivat kohderyhmään. Yhteensä alakoululaisia vastaajia oli 6 lasta ja yläkoululaisia yksi. Nuori, joka opiskelee lukiossa, antoi muutaman hienosäätövinkin, jolloin lomakkeen kysymykset olisivat helpommat vastata, mutta hienosäätöjen lisäksi ei ilmennyt muita ongelmia.

## 4 TULOKSET

Taulukosta 3 näkyy vastaajamäärät luokka-asteittain. Alakoulun vastaajamäärä on melko tasaista luokka-asteesta huolimatta, mutta yläkoulun 7. luokan vastaajia on huomattavasti vähemmän kuin 8. ja 9. luokkalaisia.

Taulukko 3. Vastaajat luokka-asteittain.

<b>Luokka</b>	<b>Määrä</b>
<b>1.</b>	39 kpl
<b>2.</b>	56 kpl
<b>3.</b>	61 kpl
<b>4.</b>	35 kpl
<b>5.</b>	41 kpl
<b>6.</b>	28 kpl
<b>7.</b>	27 kpl
<b>8.</b>	96 kpl
<b>9.</b>	75 kpl
<b>Lukion 1.</b>	62 kpl
<b>Yhteensä</b>	<b>520</b>

Vastaajista 278 oli tyttöjä ja 245 poikia. Tyttöjä/Tyttöjen puolesta vastasi siis 53,2 prosenttia ja poikia/poikien puolesta 46,8 prosenttia.

Taulukosta 4 näkee, mitkä annetuista vaihtoehtoista ovat suosituimpia kaikkien vastaajien keskuudessa. Suosituimpana on jalkapallo (17,4 prosentilla), uinti (12,4 prosenttia) ja tanssi (10,6 prosenttia) sekä voimistelu (10,4 prosenttia). Kaksi viimeisimpänä mainittua eivät olleet mieluisia poikavastaajien mielestä, mutta tyttövästääjien määrän ollessa isompi myös tanssi ja voimistelu pääsivät suosituimpien joukkoon.

Taulukko 4. Suosituimmat lajit annetuista vaihtoehtoista kaikkien vastaajien kesken.

Laji	%
<b>Jalkapallo</b>	17,4
<b>Jääkiekko</b>	6,9
<b>Taitoluistelu</b>	2,2
<b>Salibandy</b>	9,8
<b>Lentopallo</b>	4,3
<b>Tanssi</b>	10,6
<b>Voimistelu</b>	10,4
<b>Uinti</b>	12,4
<b>Kamppailulaji</b>	4,1
<b>Partio</b>	8,5
<b>Ratsastus</b>	9,8
<b>Jokin muu</b>	50,8

#### 4.1 Liikuntapuiston toivelajit

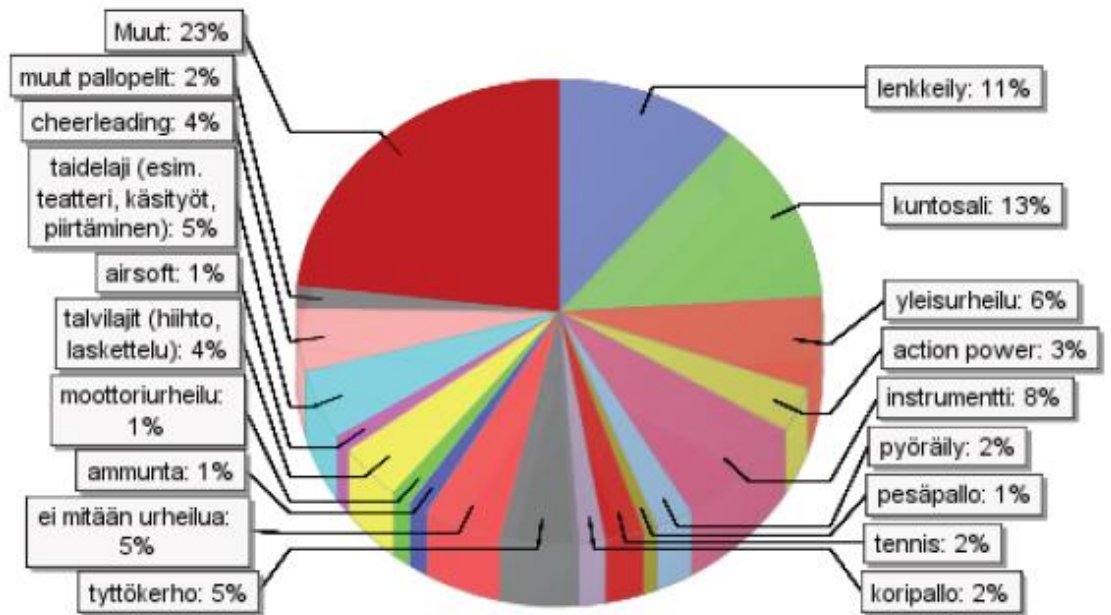
Tyttöjen yleisimmät harrastelajit ovat tanssi, ratsastus ja voimistelu (Kuvio 3). Näissä kaikissa poikaharrastajia oli vain muutama. Poikien harrastamista lajeista jalkapallo, salibandy ja jääkiekko nousivat kärkeen. Jalkapallo oli myös tyttöjen keskuudessa viiden yleisimmän lajin joukossa. Uinti tuli molemmilla neljänneksi.

	Olen / Huollettavani on	
	Tyttö (N=249)	Poika (N=206)
Jalkapalloa	25	55
Jääkiekkoa	2	30
Taitoluistelua	9	1
Salibandya	8	37
Lentopalloa	11	8
Tanssia	45	4
Voimistelua	40	7
Uintia	27	29
Kamppailulajia	6	13
Partiota	22	17
Ratsastusta	41	4
Jotain muuta, mitä?	133	98

Kuvio 3. Suosituimmat lajit tyttöjen ja poikien keskuudessa.

Muina suosittuina lajeina (Kuvio 4) mainittiin kuntosali (13 prosenttia), lenkkeily (11 prosenttia), yleisurheilu (6 prosenttia), eri instrumenttien soitto (8 prosenttia), taidelajit (esim. teatteri, käsityöt, piirtäminen, 5 prosenttia), cheerleading (4 prosenttia) ja talvilajit kuten hiihto ja laskettelu (4 prosenttia). Nuoremmat vastaajat kertoivat käyvänsä myös tyttökerhossa (5 prosenttia) sekä Action Power-kerhossa (3 prosenttia). Viisi prosenttia vastaajista sanoo, että ei harrasta mitään. Muut lajit koostuivat lajeista, joita harrasti yksi tai kaksi vastaajaa.

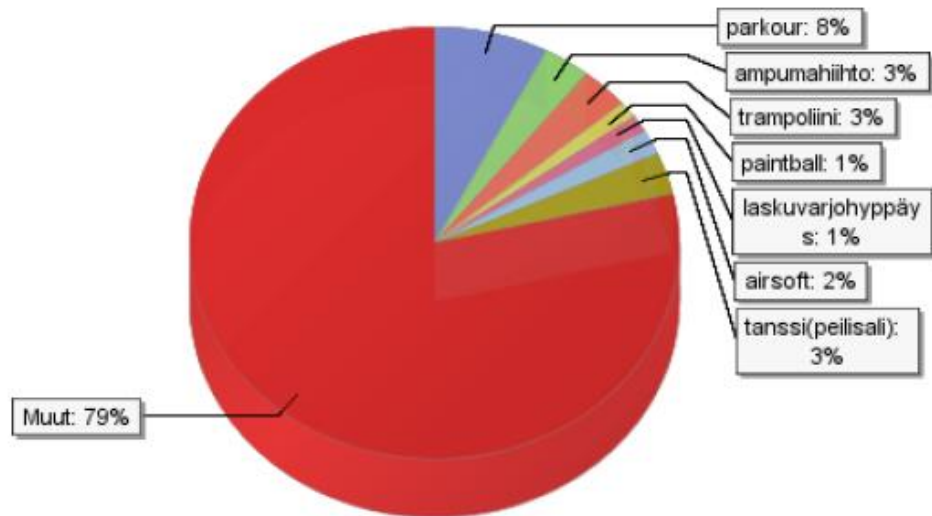
## Ryhmät



Kuvio 4. Muut suosittu lajit.

Lajeja, joita toivottiin Vaasan seudulle helpommin harrastettaviksi, oli muun muassa parkour, trampoliinivoimistelu ja ampumahiihto. Piirakassa (kuvio 5) 79 prosenttia vastasi muita lajeja kuin mainittuja. Näissä oli suuri hajonta ja lajeja löytyi laidasta laitaan. Muun muassa kaikenlainen kiipeily, airsoft, rytminen voimistelu, paintball sekä sirkus- ja taikurikoulu olivat toivomuslistalla. Vastaajista muutama oli kiinnostunut isommasta volttimontusta ja permannosta. Myös erilaisia taiteenlajeja toivottiin, kuten näytelmäkerhoa ja taidekoulua.

## Ryhmät



Kuvio 5. Mitä lapsi haluaisi harrastaa.

Erilaisia aloittelijaryhmiä toivottiin esimerkiksi koripallosta ja pesäpallosta. Vastaajat toivoivat myös jalkapallojoukkuetta, jossa ”ei pelattaisi niin tosissaan” ja peilisalia, jossa halukkaat voisivat harjoitella itsenäisesti tanssia.

### 4.2 Tyttöjen ja poikien lajitoiveet liikuntapuistolle

Kyselyssä vastausvaihtoehtoja oli yhteensä 5. Ne olivat en lainkaan kiinnostunut, en juurikaan kiinnostunut, en osaa sanoa, jokseenkin kiinnostunut ja todella kiinnostunut. Ensimmäisenä valmiiksi annettu vaihtoehto urheilupuiston lajeista oli skeittaus (Taulukko 5). Tämä kiinnosti jokseenkin tai todella paljon yhteensä 48,54 prosenttia. Tyttöillä oli hieman enemmän kiinnostusta tähän lajiin (tytöt 27,27 prosenttia ja pojat 21,27 prosenttia). Lähes 44 prosenttia tytöistä ja noin 46 prosenttia pojista vastasi, että ei ole lainkaan kiinnostunut skeittauksesta.



Taulukko 5. Kiinnostus skeittaukseen liikuntapuistossa.

Skeittaus	Olen / Huollettavani on	
	Tyttö (N=264)	Poika (N=235)
En lainkaan kiinnostunut	43,94%	45,53%
En juurikaan kiinnostunut	15,15%	21,28%
En osaa sanoa	13,64%	11,91%
Jokseenkin kiinnostunut	20,45%	14,89%
Todella kiinnostunut	6,82%	6,38%
<b>Keskiarvo</b>	<b>2,31</b>	<b>2,15</b>

Scoottaus lajina kiinnosti huomattavasti enemmän poikia kuin tyttöjä (Taulukko 6). Yhteensä 25,95 prosenttia pojista näki lajin jokseenkin tai todella kiinnostavana kun tyttöjen vastaava prosentti oli 9,16. Pojista 14,04 prosenttia oli todella kiinnostunut scottauksesta. En lainkaan kiinnostunut -vastauksia oli tytöillä lähes 56 prosenttia ja pojilla hieman vajaa 45 prosenttia.

Taulukko 6. Kiinnostus scottaukseen liikuntapuistossa.

Scoottaus	Olen / Huollettavani on	
	Tyttö (N=262)	Poika (N=235)
En lainkaan kiinnostunut	55,73%	44,68%
En juurikaan kiinnostunut	15,27%	12,34%
En osaa sanoa	19,85%	17,02%
Jokseenkin kiinnostunut	5,34%	11,91%
Todella kiinnostunut	3,82%	14,04%
<b>Keskiarvo</b>	<b>1,86</b>	<b>2,38</b>

Parkour kiinnosti myös enemmän poikia kuin tyttöjä (Taulukko 7). Tyttöjen kiinnostus lajiin oli 25,96 prosenttia ja poikien 44,35 prosenttia. Molemmat kuitenkin voidaan luokitella melko kiinnostuneiksi, vaikka tytöistä 43,51 prosenttia vastasi ”en lainkaan kiinnostunut”.

Taulukko 7. Kiinnostus parkouriin liikuntapuistossa.

Parkour	Olen / Huollettavani on	
	Tyttö (N=262)	Poika (N=239)
En lainkaan kiinnostunut	43,51%	28,87%
En juurikaan kiinnostunut	15,65%	11,72%
En osaa sanoa	14,89%	15,06%
Jokseenkin kiinnostunut	17,94%	25,1%
Todella kiinnostunut	8,02%	19,25%
<b>Keskiarvo</b>	<b>2,31</b>	<b>2,94</b>

Kiipeily oli toiseksi kiinnostavin kaikista annetuista vaihtoehdoista. Yli puolet tytöistä (50,57 prosenttia) oli jokseenkin tai todella kiinnostunut lajista ja pojista 40,85 prosenttia (Taulukko 8).

Taulukko 8. Kiinnostus kiipeily-lajiin liikuntapuistossa.

Kiipeily	Olen / Huollettavani on	
	Tyttö (N=263)	Poika (N=235)
En lainkaan kiinnostunut	24,33%	33,19%
En juurikaan kiinnostunut	9,89%	14,89%
En osaa sanoa	15,21%	11,06%
Jokseenkin kiinnostunut	33,08%	23,83%
Todella kiinnostunut	17,49%	17,02%
<b>Keskiarvo</b>	<b>3,1</b>	<b>2,77</b>

Voimistelu oli selkeästi tyttöjen toivelaji enemmän kuin poikien. Voimistelumahdollisuutta liikuntapuistoon toivoi 49,06 prosenttia ja pojista 15,22 prosenttia (Taulukko 9). Pojista reilu puolet ei ollut lainkaan kiinnostunut lajista.

Taulukko 9. Kiinnostus voimisteluun liikuntapuistossa.

Voimistelu	Olen / Huollettavani on	
	Tyttö (N=265)	Poika (N=230)
En lainkaan kiinnostunut	22,26%	53,04%
En juurikaan kiinnostunut	13,21%	16,52%
En osaa sanoa	15,47%	15,22%
Jokseenkin kiinnostunut	26,42%	8,7%
Todella kiinnostunut	22,64%	6,52%
<b>Keskiarvo</b>	<b>3,14</b>	<b>1,99</b>

Trampoliinivoimistelu oli ylivoimaisesti suosituin laji sekä tyttöjen että poikien keskuudessa (Taulukko 10). Tytöistä 64,81 prosenttia toivoi trampoliinin liikuntapuistoon ja pojista 57,8 prosenttia. Molemmista siis yli puolet oli jokseenkin tai todella kiinnostuneita lajista.

Taulukko 10. Kiinnostus trampoliinivoimisteluun liikuntapuistossa.

Trampoliini	Olen / Huollettavani on	
	Tyttö (N=270)	Poika (N=237)
En lainkaan kiinnostunut	14,07%	20,25%
En juurikaan kiinnostunut	8,15%	10,13%
En osaa sanoa	12,96%	11,81%
Jokseenkin kiinnostunut	30,74%	26,58%
Todella kiinnostunut	34,07%	31,22%
<b>Keskiarvo</b>	<b>3,63</b>	<b>3,38</b>

Tanssi jakoi myös tytöt ja pojat eri leireihin. Tytöistä 55,01 prosenttia oli jokseenkin tai todella kiinnostunut tanssimisestä, kun pojilla vastaava luku on 6,96 prosenttia (Taulukko 11). Tasan 70 prosenttia pojista ei ollut tanssista lainkaan kiinnostunut.

Taulukko 11. Kiinnostus tanssiin liikuntapuistossa.

Tanssi (esim. hiphop, street style..)	Olen / Huollettavani on	
	Tyttö (N=269)	Poika (N=230)
En lainkaan kiinnostunut	19,7%	70%
En juurikaan kiinnostunut	13,38%	9,57%
En osaa sanoa	11,9%	13,48%
Jokseenkin kiinnostunut	28,62%	5,22%
Todella kiinnostunut	26,39%	1,74%
<b>Keskiarvo</b>	<b>3,29</b>	<b>1,59</b>

Taulukko 12 kuvaa vaihtoehtoina annettujen lajien keskiarvoja. Taulukosta näkee eniten pisteitä saaneet lajit vihreällä ja huonoimmat pisteet saaneet punaisella. Tytöt pitivät kiinnostavimpina voimistelua, trampoliinia ja tanssia. Pojilla nämä lajit olivat trampoliini, parkour ja kiipeily.

Taulukko 12. Yhteenveto vaihtoina annettujen lajien keskiarvoista.

Laji	Keskiarvo tyttöillä	Keskiarvo pojilla
<b>Skeittaus</b>	2,31	2,15
<b>Scottaus</b>	1,86	2,38
<b>Parkour</b>	2,31	2,94
<b>Kiipeily</b>	3,1	2,77
<b>Voimistelu</b>	3,14	1,99
<b>Trampoliini</b>	3,63	3,38
<b>Tanssi</b>	3,29	1,59

### 4.3 Muut liikuntapuistoon liittyvät kysymykset

Muissa kysymyksissä ei ollut juurikaan eroavaisuuksia tyttöjen ja poikien välillä.

Vastaajista 30,3 prosenttia ajatteli voivansa käydä puistossa kerran viikossa ja 24,2 prosenttia useita kertoja viikossa (Taulukko 13). 23 prosenttia uskoi käyvänsä harvemmin kuin kerran viikossa ja 5,1 prosenttia lähes joka päivä. 17,3 prosenttia vastaajista ei osannut sanoa, kuinka usein puistossa kävisi.

Taulukko 13. Vastaajien arvio käyntimääräksään.

<b>Käyntimäärä</b>	<b>%</b>
Lähes joka päivä	5,1
Useita kertoja viikossa	24,2
Kerran viikossa	30,3
Harvemmin kuin kerran viikossa	23,00
En osaa sanoa	17,3

Sopivana hintana kertalipulle 46,8 prosenttia piti alle viittä euroa (Taulukko 14). Seuraavaksi eniten ääniä sai 6–10,00 euroa 35,1 prosentilla ja 5,3 prosenttia oli valmis maksamaan yli 10,00 euroa. Vastaajista 12,8 ei osannut sanoa sopivaa hintaa lipulle.

Taulukko 14. Vastaajien mielestä sopiva hinta päivälipulle.

<b>Summa</b>	<b>%</b>
Alle 5,00 euroa	46,8
6–10,00 euroa	35,1
Yli 10,00 euroa	5,3
En osaa sanoa	12,8

Aukioloajaksi paras oli 45,2 prosentin mielestä 12–21:00 (Taulukko 15). Seuraavaksi paras vaihtoehto oli 26,2 prosentin mielestä 9–21:00 ja 19,5 prosenttia piti 15–21:00 sopivana aukioloaikana. Prosenttia vajaa kymmenesosa ei osannut vastata. Viimeisenä olevaan avoimeen kysymykseen oli toivottu, että aukioloaika olisi pidempi kesäaikana, kun koulut ovat kiinni.

Taulukko 15. Aukioloaikatoiveet.

<b>Aukioloajat</b>	<b>%</b>
9:00–21:00	26,2
12:00–21:00	45,2
15:00–21:00	19,5
En osaa sanoa	9,00

Toimeksiantajan pyynnöstä selvitettiin myös, kuinka moni vastaaja näkisi tärkeäksi lämpimän ruuan tai välipalojen ostomahdollisuuden. Tähän kysymykseen pystyi valitsemaan molemmat vaihtoehdot tai vain yhden. Selkeästi suurin osa vastaajista, eli 84,00 prosenttia, piti parhaimpana vaihtoehtona välipaloja (Taulukko 16). Vastaajista 30,2 prosenttia toivoi liikuntapuistoon lämmintä ruokaa. Vain hieman yli yksi kahdeskymmenesosa ei halunnut mitään syötävää. Viimeiseen avoimeen kysymykseen oli toivottu välipalojen olevan terveellisiä vaihtoehtoja, kuten hedelmiä tai vihanneksia sekä voileipiä. Energiajuomia ja makeisia ei haluttu puistoon ollenkaan.

Taulukko 16. Ruokailun mahdollisuus liikuntapuistossa.

<b>Vaihtoehto</b>	<b>%</b>
Lämmintä ruokaa	30,2
Välipaloja	84,00
En mitään	5,1

Valmentajan avulla harrastamisesta oli kiinnostunut noin 42 prosenttia ja lukukauden sopivana hintana pidettiin 50–75,00 euroa (26,6 prosenttia). 21 prosenttia ei ollut kiinnostunut harrastamaan lajeja valmentajan avulla ja 37 prosenttia ei osannut vastata. Suurin osa vastaajista (40,6 prosenttia) ei osannut antaa hinta-arviotaan (Taulukko 17).

Taulukko 17. Sopiva lukukausimaksu valmentajan lajikohtaiselle opastukselle.

<b>Valmennuksen hinta</b>	<b>%</b>
Alle 50,00 euroa	19,6
50–75,00 euroa	26,6
76–100,00 euroa	11,3
Yli 100,00 euroa	5,8
En osaa sanoa	40,6

Sopiva sijainti puistolle oli suurimman osan mielestä alle 10 kilometriä (31,1 prosenttia) ja alle 5 kilometriä oli sopiva 25,4 prosentin mielestä (Taulukko 18). Vastaa- jista 17,2 prosenttia oli valmis tulemaan alle 15 kilometrin päähän ja 15,5 prosenttia yli 15 kilometriä. En osaa sanoa vastauksen oli valinnut 10,9 prosenttia.

Taulukko 18. Liikuntapuiston etäisyys pisimmillään.

<b>Etäisyys</b>	<b>%</b>
Alle 5 km	25,4
Alle 10 km	31,1
Alle 15 km	17,2
Yli 15 km	15,5
En osaa sanoa	10,9

Toimeksiantajan pyynnöstä laskin manuaalisesti, poikkeavatko kauimmaisten kou- lujen (Tuovila ja Merikaarto) vastaukset tässä kysymyksessä koko kyselyn vastauk- sista. Merikaarron koulusta tähän vastaukseen vastasi yhteensä 71 henkilöä ja Tuo- vilan koulusta 51 henkilöä eli yhteensä vastauksia oli 122 kappaletta (en osaa sanoa -vastaukset jätettiin huomioimatta). Vastaa- jista 57 kappaletta oli valmis matkusta- maan yli 15 kilometriä eli 46,7 prosenttia. Näin ollen voidaan nähdä, että näiden koulujen vastaajat ovat valmiita matkustamaan kauemmas, kuin vastaajajoukko ko- konaisuudessaan. Näiden koulujen vastaajista alle 5 kilometriä vastasi 14 henkilöä

(11,5 prosenttia), alle 10 kilometriä vastasi 18 henkilöä (14,8 prosenttia) ja alle 15 kilometriä vastasi 33 henkilöä (27 prosenttia).



## 5 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimuksen avulla haluttiin selvittää, mitä Vaasan seudun 6–17-vuotiaat lapset ja nuoret harrastavat tällä hetkellä ja mitä he haluaisivat harrastaa. Lisäksi haluttiin ottaa selville, olisiko heillä kiinnostusta käydä liikuntapuistossa, jota toimeksiantajat ovat suunnitelleet. Toimeksiantajan toiveesta lomakkeissa kysyttiin myös lisätietoja liikuntapuiston sisällölle, etäisyydelle sekä hinnoille. Näillä tiedoilla toivottiin saavan pohjaa mahdollisen liikuntapuiston syntyyn ja palveluihin, jota sen tulisi pitää sisällään. Jotta kaikkia näitä tietoja voidaan hyödyntää parhaalla mahdollisella tavalla, oli hyvä ottaa selvää myös koko Suomen lasten ja nuorten fyysisestä aktiivisuudesta ja sen vaikutuksista lasten kehitykseen.

### 5.1 Tutkimusongelmat ja niiden vastaukset

Vaasan seudulla voidaan olettaa olevan kysyntää liikuntapuistolle tutkimusvastausten ja niiden määrän perusteella. Liikuntapuiston lajisuosikit olivat liikuntamuotoja, joita Vaasassa ei tällä hetkellä voi harrastaa ollenkaan, tai sen harrastaminen on hankalaa.

Kuten Nuori Suomen teettämän kansallisen liikuntatutkimuksen (Kansallinen liikuntatutkimus 2010, 6–8) tutkimuksen mukaan suosittuja lajeja myös vaasalaislapsilla ja nuorilla ovat uinti, jalkapallo, lenkkeily, kuntosaliharjoittelu ja hiihto. Tytöillä joukkoon kuuluvat myös tanssi, voimistelu ja ratsastus ja pojilla salibandy ja jääkiekko. Yhteinen suosittu harrastus on myös partio. Nuorimmat tyttövastaajista kertoivat harrastavansa myös tyttökerhoa ja sekä pojat että tytöt mainitsivat myös power action-kerhon. Power action -kerho voisi olla hyvä yhteistyökumppani myös liikuntapuistolle.

#### 5.1.1 Toivelajit liikuntapuistoon

Kyselyn perusteella toivotuin laji liikuntapuistoon oli trampoliinivoimistelu. Tämä oli mainittu myös lomakkeen kysymyksessä 6 (Liite 4/5). Yhteensä 312 vastaajaa oli

jokseenkin tai todella kiinnostunut trampoliinivoimistelusta. Seuraavaksi kiinnostavin laji oli kiipeily, josta yhteensä 229 lasta ja nuorta, ilmoitti olevansa jokseenkin tai todella kiinnostunut. Kolmantena oli parkour, johon yhteensä 174 vastaajaa valitsi jokseenkin tai todella kiinnostunut -vaihtoehdon. Pojat olivat lajista hieman kiinnostuneempia kuin tytöt. Vastaava laji tytöille oli tanssi, joka sai yhteensä 148 ääntä, kun taas pojista vain 16 ilmoitti olevansa jokseenkin tai todella kiinnostunut.

Vastaajat mainitsivat avoimessa kysymyksessä toivovansa helpommin harrastettavaksi muun muassa parkouria, trampoliinivoimistelua ja/tai ampumahiihtoa. Erilaiset kiipeilytyylit, airsoft, rytmisen voimistelu, paintball ja sirkuskoulu olivat myös toivotujen listalla. Volttimonttu ja permanto, jossa voisi sekä tanssia että harjoitella cheerleadertemppeja, oli vastaajien toivomuslistalla.

### **5.1.2 Liikuntapuiston oheispalvelut ja hinnat**

Vastaajista yhteensä 27 lasta ja nuorta oli valmis käymään liikuntapuistossa päivittäin ja 124 vastaajaa useita kertoja viikossa. Liikuntapuistossa 157 vastaajaa oli valmis käymään kerran viikossa ja harvemmin kuin kerran viikossa -vaihtoehdon valitsi 121 vastaajaa. Näin ollen viikon sisällä kävijöitä olisi reilu 300 lasta ja nuorta vastaajakouluista.

Sopiva hinta päivälipulle oli suurimman osan mielestä alle viisi euroa (242 vastaajaa), mutta myös 6–10,00 euroa sopi 181 vastaajalle. Kausikortteja oli toivottu muuta -vastauksessa, mikäli kortilla saisi hieman alennusta yksittäisen lipun hintaan verrattuna.

Myös ruokailumahdollisuus nähtiin tärkeänä puistossa. Vastaajista 437 piti välipalojen ostomahdollisuutta hyvänä, mutta myös lämmintä ruokaa toivoi 158 vastaajaa. Vastaajista 48 toivoi molempia vaihtoehtoja. Vain 27 vastaajaa ei halunnut puistoon mitään syötävää.

Reilu 210 vastaajaa oli kiinnostunut valmentajan avulla treenaamisesta (111 vastaajaa ei ollut kiinnostunut) ja hinnaksi sopivin oli 50–75,00 euroa 114 vastaajan mielestä. Voidaan siis olettaa, että sopivan lajin löytyessä, valmentajan opastuksesta ollaan kiinnostuneita.

Vastaajista suurin osa (160 vastaajaa) näki liikuntapuiston sopivaksi etäisyydeksi alle 10 kilometriä, mutta kauimmaisista kouluista oltiin valmiita tulemaan yli 15 kilometrin päähän, mikäli puiston tarjonta miellyttäisi. Aukioloajaksi suosituin oli 12–21:00 232 äänellä, mutta lomien aikana aukioloaika voisi olla pidempikin.

## **5.2 Lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden vähentyminen**

Kansallisen liikuntatutkimuksen (Kansallinen liikuntatutkimus 2010, 6) mukaan 92 prosenttia lapsista ja nuorista kertoo harrastavansa liikuntaa eli 8 prosenttia ei harrasta sitä ollenkaan. Opinnäytetyökyselyni mukaan 5 prosenttia vastaajista ilmoitti, että ei harrasta mitään, joten tämä vastaa hyvin kansallisen liikuntatutkimuksen tulosta. Kansallisen liikuntatutkimuksen (Kansallinen liikuntatutkimus 2010, 6) mukaan vuonna 1995 lapsista ja nuorista 76 prosenttia ilmoitti harrastavansa liikuntaa eli siihen nähden aktiivisuus on lisääntynyt huomattavasti. Mistä sitten johtuu, että noin joka viides peruskoulun aloittava koululainen on ylipainoinen (Pirinen 2015, 12)?

## **5.3 Liikuntapuiston merkitys koululaisten aktiivisuuden lisäämisessä**

Elektroniikkaa on nykyään saatavana monessa muodossa. On taulutietokoneita, pöytätietokoneita, kannettavia tietokoneita, televisioita, kännyköitä ja videopelejä. Sen sijaan, että lapset lähtisivät ulos leikkimään hippaa tai piilosta, pyydetään kavereita kylään ja pelaamaan esimerkiksi videopelejä. Tässäkin vaiheessa vanhempien ja koulujen esimerkit ja säännöt nousevat tärkeiksi.

Vaikka alle koululaisten harrastaminen on lisääntynyt vuosien varrella, on hyötyliikunta ja leikkiminen jäänyt vähemmälle. Tämä saattaa hämätä vanhempia ja heille tulisikin olla aiheesta lisää tietoa saatavilla. Monet alakoululaisten vanhemmat saattavat itsekkin olla syntyneet aikaan, jolloin erilaisia näyttöjä on katseltu useita tunteja päivässä. Tästä syystä ei ehkä huomata, että yleinen fyysinen aktiivisuus on jäänyt vähemmälle. Omalla esimerkillä voidaan näyttää, kuinka television katsomisen sijaan mennään ulos pyöräilemään ”muuten vaan” ja ruutuaika on palkintona liikunnalliselle päivälle.

Koulujen vastuulla on lasten ja nuorten koulupäivän liikkuminen. Koululiikunnalla on suuri vaikutus siihen, innostuuko lapsi liikunnasta vai loppuuko se pelon tai jännittämisen takia. Elektroniikan lisääntyessä vapaa-ajalla, koulut voisivat alkaa hyödyntää myös esimerkiksi sosiaalista mediaa. Entinen aerobickin maailman mestari, Tuuli Matinsalo, kertoo Urheilusanomille (Urheilusanomat 12/2015, 15) järjestäneensä suunnistuksen, jossa jokaiselta rastilta piti lähettää opettajalle itsestä otettu kuva. Nuoret olivat Matinsalon mukaan olleet innoissaan ideasta.

Liikkumisen tulisi olla hauskaa ja lapsen ja nuoren omilla ehdoilla tapahtuvaa harrastamista. Jotta eri elektroniikkalaitteet kotona eivät houkuttelisi, tulisi lähteä jonnekin muualle liikkumaan. Liikuntapuisto oikein myytynä voisi olla uusi ”piha-alue”, jonne eri-ikäiset lapset kerääntyisivät sosialisoitumaan, leikkimään ja oppimaan uusia lajeja. Puisto voisi parhaimmillaan olla paikka nähdä kavereita ja tutustua uusiin tai tila, jossa uusien lajien kokeilu olisi helppoa ja hauskaa – ilman osaamisen painetta. Kuten muutama vastaaja oli toivonutkin, suosituista ja tunnetuistakin lajeista voisi olla opetusta sitä haluaville, jotta koululiikuntaa ei osaamattomuuden takia pelättäisi.

#### **5.4 Tutkimuksen arviointia**

Reliabiliteetilla tarkoitetaan mittausprosessin luotettavuutta. Työssä mittaustilanteisiin liittyvät satunnaisvirheet pyrittiin minimoimaan muun muassa sillä, että yhdessä kysymyksessä kysyttiin vain yhtä asiaa. Lomakkeita syöttäessä, kyselyt tarkistettiin kahteen kertaan apulaisen avulla. Tutkimus esitettiin yhteensä kahdeksalla kohderyhmään kuuluvalla lapsella ja nuorella ja korjaukset, joita testaajat huomasivat, tehtiin ennen lomakkeen jakoa. Kysymykset aseteltiin ja mietittiin niin, että ne pysyvät neutraaleina ja huoltajia pyydettiin toimimaan alakoululaisten apuna lomaketta täytettäessä. Näin välttyttiin väärinymmärryksiltä ja säilytettiin tutkimuksen reliabiliteetti. Koulut valittiin satunnaisesti käyttäen arvontamenetelmää pl. liian pienet koulut (alle 80 oppilasta) ja vierekkäiset tai saman alueen koulut.

Validiteetilla tarkoittaa sitä, saadaanko tutkimuksella selville se, minkä takia tutkimus tehtiin. Tällä tutkimuksella saatiin vastaukset tutkimusongelmiin ja Vaasan seudun lasten ja nuorten tämän hetkiset harrastukset saatiin selville sekä se, mitä he

olisivat kiinnostuneet harrastamaan. Esitutkimuksella selvitettiin, että kysely vastaa sille annettuihin tavoitteisiin.

Otannan koko on 527 ihmistä 7672 joukosta. Vaikka osassa luokka-asteista vastauksia oli suhteessa vähemmän, kuitenkin otantakato ei ole ollut merkittävä. Tutkimustuloksia ei ole tarkasteltu yksittäisen vastaajan osalta eikä ole pyritty selvittämään muita ominaisuuksia vastaajista. Otantavirheen mahdollisuus on poistettu sillä, että koulut on valittu satunnaisesti ja kyselyn jakaville henkilöille on annettu lupa jakaa lomakkeet itse valitsemalleen luokalle (kunhan jokaiselta luokka-asteelta tulee yksi luokka).

Sähköpostia kouluihin lähettäessä, olisi ollut tulevaisuuden ajankäyttöä ajatellen kannattavaa, karsia kouluista mukaan vain ne, joille olisi ollut mahdollista lähettää sähköinen linkki kyselyyn. Tämä olisi säästänyt suurelta määrältä manuaalista työtä, mutta todennäköisesti kouluja olisi pitänyt ottaa mukaan useampi kuin kahdeksan kappaletta, jotta vastausmäärä olisi ollut sama. Kuten taulukosta 2 nähtiin, varsinkin sähköisen linkin saaneiden alakoulujen vastausprosentti oli heikko.

Kyselylomaketta tehdessä alun kaksi kysymystä laitettiin vahingossa avoimiksi kysymyksiksi. Tämä aiheutti sen, että vastaajan koulun ja luokka-asteen pystyi suodattamaan vain kerran. Tästä syystä ristiintaulukointi ei onnistunut kysymysten osalta, joihin näistä toista – tai molempia – tarvittiin. Toimeksiantajien kanssa sovittiin, että kysymykset joiden selvittämiseen tarvitaan kyseisiä vastauksia, lasketaan manuaalisesti. Toimeksiantajat halusivat tietää, ovatko vastaajat Tuovilan ja Merikaarron kouluista valmiita tulemaan pidempiä matkoja, kuin vastaajat Vaasasta. Tämä selvitettiin laskemalla yksitellen jokainen lomake ja kirjaamalla vastaus ylös. Muita kysymyksiä ei herännyt, koska tärkeintä oli nähdä kaikkien vastaajien mielipiteet, eikä vain esimerkiksi viidesluokkalaisten.

Ensimmäiselle sivulle oli järkevää laittaa tärkeimmät kysymykset, koska kuten arvattiin, muutamalta vastaajalta loppui into ensimmäisen sivun jälkeen. Kysymysten järjestelyn ollessa kuten lomakkeessa, saatiin silti vastaus työn ja toimeksiantajan kannalta tärkeimpiin kysymyksiin.



Neste, V. 2015. Vaasan Lyseon lukion apulaisrehtori. Sähköpostikeskustelu 31.3.2015.

Pirinen, H. 2015. Urheilusanomat 12/2015: Ylös, ulos ja lenkille!

Population-based approaches to childhood obesity prevention. 2012. World Health Organization. [Verkkajulkaisu]. [Viitattu 17.4.2015]. Saatavana: [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/80149/1/9789241504782\\_eng.pdf?ua=1](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/80149/1/9789241504782_eng.pdf?ua=1)

Soimakallio, A. 1995. Markkinatutkimus pk-yrityksessä. Jyväskylä: AT-Julkaisutoimisto Oy/Saija Lehtonen & Marko Palaste.

Star Soft. 2015. Wilma – Kanava kodin ja koulun yhteistyöhön. [Verkkosivusto]. [Viitattu 31.3.2015]. Saatavana: <http://www.starsoft.fi/public/?q=node/4623>

Suomalaisen liikunnan ja urheilun yhteinen sivusto. 2010. Kansallinen liikuntatutkimus2009-2010. [Verkkosivusto]. [Viitattu 13.2.2015]. Saatavana: <http://www.sport.fi/tyoyhteisot/hyvät-kaytannot/tutkittua-tietoa/kansallinen-liikuntatutkimus>

Trout, J. & Hafrèn, G. 2003. Eri-laistu tai kuole. Jyväskylä: Edita Publishing Oy.

Uusitalo, H. 2001. Tiede, tutkimus ja tutkielma. 1.-7. painos. Juva: WS Bookwell Oy.

Vaasan kaupunki – perusopetus. [Verkkosivusto]. [Viitattu 31.1.2015]. Saatavana: [http://www.vaasa.fi/Suomeksi/Opetus\\_ja\\_koulutus/Perusopetus](http://www.vaasa.fi/Suomeksi/Opetus_ja_koulutus/Perusopetus)

Valtion liikuntaneuvosto. 2014. Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. [Verkkajulkaisu]. [Viitattu 10.4.2015]. Saatavana: [http://www.liikuntaneuvosto.fi/files/347/VLN\\_liituraportti\\_150317.pdf](http://www.liikuntaneuvosto.fi/files/347/VLN_liituraportti_150317.pdf)

Viitala, R. & Jylhä, E. 2011. Liiketoimintaosaaminen: Menestyvän yritystoiminnan perusta. Helsinki: Edita Publishing Oy.

Vähäinen liikunta ja runsas viihdemedian käyttö ovat suuri terveystarve lapsille. 2014. Itä-Suomen yliopisto. [Verkkosivusto]. [Viitattu 17.4.2015]. Saatavana: <https://www2.uef.fi/fi/uef/-/vahainen-liikunta-ja-runsas-viihdemedian-kaytto-ovat-suuri-terveysriski-lapsille>

## **LIITTEET**

**Liite 1. Kyselylomake alakouluihin**

**Liite 2. Kyselylomake yläkouluihin ja lukioon**

**Liite 3. Sähköinen kyselylomake**

**Liite 4. Tutkimuslupa**

**Liite 5. Saatekirje alakouluihin**

**Liite 6. Saatekirje yläkouluihin ja lukioon**





**Onko lapsen mielessä jokin laji, jota hän haluaisi harrastaa, mutta Vaasassa ei ole siihen mahdollisuutta? Jos, mikä?**

---



---



---

**Jos liikuntapuistossa olisi mahdollisuus syödä, mitä ruokaa sinä huoltajana toivoisit olevan ostettavissa?**

Lämmintä ruokaa  
Välipaloja  
Ei mitään


**Kuinka usein lapsi voisi ajatella käyvänsä liikuntapuistossa?**

Lähes joka päivä  
Useita kertoja viikossa  
Kerran viikossa  
Harvemmin kuin kerran viikossa  
En osaa sanoa


**Mitkä olisivat mielestäsi sopivimmat aukioloajat puistolle?**

Klo 9:00-21:00  
Klo 12:00-21:00  
Klo 15:00-21:00  
En osaa sanoa


**Olisiko lapsi kiinnostunut mieleisensä lajin säännöllisestä harrastamisesta valmentajan avulla?**

Kyllä  
En  
En osaa sanoa


**Jos vastasitte edelliseen kyllä,  
kuinka paljon yksi lukukausi valmennusta voisi mielestänne maksaa?**

alle 50,00 euroa  
50-75,00 euroa  
76-100,00 euroa  
Yli 100,00 euroa  
En osaa sanoa


**Kuinka kauas olisit valmis lähtemään viemään lasta liikkumaan?**

Alle 5km  
Alle 10km  
Alle 15km  
Yli 15km  
En osaa sanoa


**Paljonko olisit valmis maksamaan lapsen päivälipusta?**

Alle 5,00 euroa  
6-10,00 euroa  
Yli 10,00 euroa  
En osaa sanoa


**Muuta?**

---

---

---

**Kiitos vastauksistanne!**



**Onko mielessäsi jokin laji, jota haluaisit harrastaa, mutta Vaasassa ei ole siihen mahdollisuutta? Jos, mikä?**

---



---

**Jos liikuntapuistossa olisi mahdollisuus syödä, mitä toivoisit olevan ostettavissa?**

Lämmintä ruokaa  
 Välipaloja  
 Ei mitään


**Kuinka usein voisit ajatella käväsi liikuntapuistossa?**

Lähes joka päivä  
 Useita kertoja viikossa  
 Kerran viikossa  
 Harvemmin kuin kerran viikossa  
 En osaa sanoa


**Mitkä olisivat mielestäsi sopivimmat aukioloajat puistolle?**

Klo 9:00-21:00  
 Klo 12:00-21:00  
 Klo 15:00-21:00  
 En osaa sanoa


**Olisitko kiinnostunut mieleisesi lajin säännöllisestä harrastamisesta valmentajan avulla?**

Kyllä  
 En  
 En osaa sanoa


**Jos vastasit edelliseen kyllä,**

**kuinka paljon yksi lukukausi valmennusta saa/voisi mielestäsi maksaa?**

alle 50,00 euroa

50-75,00 euroa

76-100,00 euroa

Yli 100,00 euroa

En osaa sanoa


**Kuinka kauas olisit valmis lähtemään liikkumaan?**

Alle 5km

Alle 10km

Alle 15km

Yli 15km

En osaa sanoa


**Paljonko olisit valmis maksamaan päivälipusta?**

Alle 5,00 euroa

6-10,00 euroa

Yli 10,00 euroa

En osaa sanoa


**Muuta?**

---

---

---

**Kiitos vastauksistasi!**

**Liite 3. Sähköinen kyselylomake****Asiakastarpeiden selvittäminen liikuntapuistolle**

1. Vuosiluokkasi / Huollettavasi vuosiluokka

---

2. Koulusi / Huollettavasi koulu

---

3. Olen / Huollettavani on

- Tyttö  
 Poika

4. Mitä harrastat tällä hetkellä? / Mitä huollettavasi harrastaa tällä hetkellä? Voit(te) valita useamman vaihtoehdon)

- Jalkapalloa  
 Jääkiekkoa  
 Taitoluistelua  
 Salibandya  
 Lentopalloa  
 Tanssia  
 Voimistelua  
 Uintia  
 Kamppailulajia  
 Partiota  
 Ratsastusta

Jotain muuta, mitä?



---

**5. Kuinka kiinnostunut olisit harrastamaan jotain seuraavista? / Kuinka kiinnostunut huollettavasi olisi harrastamaan jotain seuraavista?**

Mitä enemmän vaihtoehto on oikealla, sitä enemmän olisit/huollettavasi olisi kiinnostunut lajista. Vasemmalle mentäessä kiinnostus vähenee. Keskeltä löytyy en osaa sanoa -vaihtoehto.

	En lainkaan kiinnostunut	En juurikaan kiinnostunut	En osaa sanoa	Jokseenkin kiinnostunut	Todella kiinnostunut
Skeittaus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Scouttaus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Parkour	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kiipeily	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Voimistelu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Trampoliini	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tanssi (esim. hiphop, streetstyle..)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**6. Onko mielessäsi jokin laji, jota haluaisit harrastaa, mutta Vaasassa ei ole siihen mahdollisuutta? / Onko huollettavasi mielessä jokin laji, jota hän haluaisi harrastaa, mutta Vaasassa ei ole siihen mahdollisuutta. Jos, mikä?**

---



---



---



**7. Paljonko olisit valmis maksamaan (huollettavasi) päivälipusta?**

- Alle 5,00 euroa
- 6-10,00 euroa
- Yli 10,00 euroa
- En osaa sanoa

**8. Jos liikuntapuistossa olisi mahdollisuus syödä, mitä (sinä huoltajana) toivoisit olevan ostettavissa?**

- Lämmintä ruokaa
- Välipaloja
- En mitään

**9. Kuinka usein voisit/huollettavasi voisi ajatella käyväsi liikuntapuistossa?**

- Lähes joka päivä
- Useita kertoja viikossa
- Kerran viikossa
- Harvemmin kun kerran viikossa
- En osaa sanoa

**10. Olisitko/Olisiko huollettavasi kiinnostunut mieleisesi lajin säännöllisestä harrastamisesta valmentajan avulla?**

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa

**11. Jos vastasit(te) edelliseen kyllä, kuinka paljon lukukausi valmennusta voisi mielestäsi maksaa?**

Lukukaudella tarkoitetaan syys- ja kevätlukukautta eli noin puolta vuotta.

- Alle 50,00 euroa
- 50-75,00 euroa
- 76-100,00 euroa
- Yli 100,00 euroa
- En osaa sanoa

**12. Mitkä olisivat mielestäsi sopivimmat aukioloajat liikuntapuistolle?**

- 9:00-21:00
- 12:00-21:00
- 15:00-21:00
- En osaa sanoa

**13. Kuinka kauas olisit valmis lähtemään (viemään huollettavaasi) liikkumaan?**

- Alle 5 km
- Alle 10 km
- Alle 15 km
- Yli 15 km
- En osaa sanoa

**14. Muuta?**

Voit(te) kirjoittaa tähän avoimen viestin minulle. Se voi olla puiston kehitysehdotus tai vaikka vain terveiset :)

---

---

---

## Liite 4. Tutkimuslupa

Vaasan kaupunki – Vasa stad  
Kasvatus- ja opetusvirasto  
Verket för fostran och utbildning

Päätös – Beslut  
13.2.2015

Viranhaltija – Tjänstehuvare  
Koulutoimenjohtaja

Pykälä – Paragraf  
4:2015

Dno – Dnr

Esittelijä – Föredragande  
os Katri Tuovinen

Asia – Ärende  
Tutkimuslupa / Sarianna Salo

Esitys – Förslag  
Seinäjoen ammattikorkeakoulun tradenontutkiskolija Sarianna Salo antaa lupaa opinnäytetyöhön.

Opinnäytetyön toimeksiantajana on yksityiset henkilöt, jotka ovat perustantassaan aktiiviteettipuistoa Vaasan alueella. Tarkoituksena on selvittää 6-17 vuotiaiden lapsia tällaiselle keskukselle. Kysely tehdään sähköisellä tai paperisella lomakkeella. Kyselyyn vastaajat pysyvät anonyymeina, vain koulun nimi, sukupuoli ja ikä mainitaan opinnäytetyössä.

Myönnetään Sarianna Salolle tutkimuslupa ko. opinnäytetyöhön.

Päätös – Beslut  
Hyväksyttiin

Allekirjoitus – Underskrift



Juha-Pekka Lehmus

Tiedoksianto – För kändedom Sarianna Salo, Närmen koulu, Isofaluden koulu, Keskuskoulu, Merikaaran koulu, Vöyrinkangungin koulu ja Vanskan koulu

Lisätietoja antaa – Tilläggsuppgifter ges av  
koulutoimenjohtaja Juha-Pekka Lehmus p. 06 325 3206

Oikeen oikeuden todistaa  
Utdragets riktighet bekräftar



Oikaisuvaatimusohje – Anvisning för rättelseyrskande

Päätöksen tyylintäyttöä voi tehdä kirjallisen oikaisuvaatimuksen alla mainitulle viranomaiselle 14 päivän kuluessa päätöksen tiedoksisaamisesta.

Det som är riktigt med detta beslut kan inom 14 dagar från delandet av beslutet tecknas ett skriftligt rättelseyrskande till:

Vanhuskaavatus- ja perusopetus osasto  
P.O. 2, Vasarpuistikko 16  
65100 VAASA

Nämnden för arbetsmarknadsstrategi och grundläggande utbildning  
PB 2, Vasarpuistikko 16  
65100 VAASA

## Liite 5. Saatekirje alakouluihin

Heippa!

Nimeni on Sarianna Salo ja opiskelen Seinäjoen Ammattikorkeakoulussa tradenomiksi. Loppuvastuksena jäljellä on vielä opinnäytetyöni, jonka tekemiseen tarvitsisin nyt Sinun ja huollettavasi apua.

Työni aiheen sain pariskunnalta, joiden toiveena on liikuntapuiston perustaminen Vaasaan tai sen lähialueelle. Sisätiloihin rakennettava liikuntapuisto olisi tarkoitettu 6-17-vuotiaille lapsille ja nuorille. Puisto tarjoaisi mahdollisuuden harrastaa lajeja, joihin tutustuminen on tällä hetkellä vaikeaa tai jopa mahdotonta Vaasassa. Puistoa voisi verrata esimerkiksi liikuntasaliin, jossa kaikki harrastamiseen tarvittavat telineet ym. olisivat valmiina käytettäväksi.

Kysely lähetetään viidelle eri alakoululle, kahdelle yläkoululle ja yhteen lukioon. Lomake jaetaan kaikkien peruskoulujen yhdelle luokalle/vuosiluokka ja lukiosta kahdelle 1. luokalle. Kysyn lomakkeessa henkilökohtaisimmillaan luokkaa, koulua ja sukupuolta, joten vastaajat pysyvät anonyymeinä. Toivoisin, että Sinä huoltajana auttaisit lastasi/lapsiasi vastaamaan kyselyyn. Mikäli huollettavanasi on useampi lapsi joka saa lomakkeen, tulisi kaikkien puolesta täyttää oma.

Lomake sisältää 14 kysymystä, joista suurimmassa osassa on vastausvaihtoehdot valmiina eli kyselyyn menee maksimissaan noin viisi minuuttia. Kyselyssä on yksikysymys, jonka vaihtoehtojen perässä on viisityhjää "laatikkoa". Mitä enemmän laatikko on oikealla, sitä enemmän huollettavasi olisi lajista kiinnostunut. Vastaavasti vasemmalle mentäessä kiinnostus vähenee. Keskeltä löytyy myös "en osaa sanoa" -vaihtoehto.

Olen kiitollinen jokaisesta täytetystä lomakkeesta! Teillä on nyt hieno mahdollisuus vaikuttaa liikuntapuiston syntyyn ja jopa lajeihin, joita puistossa voisi harrastaa. Mikäli jokin jäi mietityttämään, voitte lähettää minulle sähköpostia alta löytyvään osoitteeseen.

Ystävällisin terveisin,

*Sarianna Salo*

[sarianna.salo@seamk.fi](mailto:sarianna.salo@seamk.fi)

## Liite 6. Saatekirje yläkouluihin ja lukioon

Heippa!

Nimeni on Sarianna Salo ja opiskelen Seinäjoen Ammattikorkeakoulussa tradenomiksi. Loppuvastuksena jäljellä on vielä opinnäytetyöni, jonka tekemiseen tarvitsisin nyt Sinun apua.

Työni aiheen sain pariskunnalta, joiden toiveena on liikuntapuiston perustaminen Vaasaan tai sen lähialueelle. Sisätiloihin rakennettava liikuntapuisto olisi tarkoitettu 6-17-vuotiaille lapsille ja nuorille. Puisto tarjoaisi mahdollisuuden harrastaa lajeja, joihin tutustuminen on tällä hetkellä vaikeaa tai jopa mahdotonta Vaasassa. Puistoa voisi verrata esimerkiksi liikuntasaliin, jossa kaikki harrastamiseen tarvittavat telineet ym. olisivat valmiina käytettäväksi.

Kysely lähetetään viidelle eri alakoululle, kahdelle yläkoululle ja yhteen lukioon. Lomake jaetaan kaikkien peruskoulujen yhdelle luokalle/vuosiluokka ja lukiosta kahdelle 1. luokalle. Kysyn lomakkeessa henkilökohtaisimmillaan luokkaa, koulua ja sukupuolta, joten Sinä vastaajana pysyt anonyyminä.

Lomake sisältää 14 kysymystä, joista suurimmassa osassa on vastausvaihtoehdot valmiina eli kyselyyn menee maksimissaan noin viisi minuuttia. Kyselyssä on yksikysymys, jonka vaihtoehtojen perässä on viisi tyhjää "laatikkoa". Mitä enemmän laatikko on oikealla, sitä enemmän olisit lajista kiinnostunut. Vastaavasti vasemmalle mentäessä kiinnostus vähenee. Keskeltä löytyy myös "en osaa sanoa" -vaihtoehto.

Olen kiitollinen jokaisesta täytetystä lomakkeesta! Sinulla on nyt hieno mahdollisuus vaikuttaa liikuntapuiston syntyyn ja jopa lajeihin, joita puistossa voisit harrastaa. Mikäli jokin jäi mietityttämään, voit lähettää minulle sähköpostia alta löytyvään osoitteeseen.

Ystävällisin terveisin,

*Sarianna Salo*

[sarianna.salo@seamk.fi](mailto:sarianna.salo@seamk.fi)

