

Toimintamalli harrasteliikuntapalvelujen tuottamiseksi nuorille Helsingin kaupungin liikuntavirastossa

Hannele Haverinen

Opinnäytetyö

Liikunnan ylempi ammattikorkeakoulututkinto

Liikunta-alan kehittämisen ja johtamisen koulutusohjelma

2010



Koulutusohjelma

Tekijät Hannele Haverinen	Ryhmä YAMK
Opinnäytetyön nimi Toimintamalli harrasteliikuntapalvelujen tuottamiseksi nuorille Helsingin kaupungin liikuntavirastossa	Sivu- ja liitesivumäärä 59 + 5
Ohjaajat Kari Puronaho & Kirsi Hämäläinen	
<p>Tämän opinnäytetyön päätavoitteena on kuvata toimintatutkimukseen perustuvaa pilottitoimintamallia nuorten harrasteliikuntamahdollisuuksien lisäämiseksi Helsingissä. Toimintamallia on kehitetty vuosina 2008 – 2010 Itä-Helsingissä. Yhteistyökumppanien löytäminen toimintaa toteuttamaan ja markkinoimaan on asetettu opinnäytetyön alatavoitteeksi. Toinen alatavoite on nuorten osallistaminen toiminnan suunnitteluun ja toimintaympäristöjen valintaan.</p> <p>FunAction -nuorten harrasteliikuntahankkeen avulla on kuvattu toimintamalli, jonka avulla Helsingin kaupungin liikuntavirastossa tuotetaan harrasteliikuntapalveluja 13–17 -vuotiaille nuorille.</p> <p>Yhteistyö urheiluseurojen kanssa toiminnan järjestämiseksi on sujunut hyvin. Yhteistyömallia on levitetty myös muiden liikuntapalvelujen pariin. Yhteistyö kaupungin hallintokuntien välillä on parantunut hankkeen loppuvaiheessa. Markkinoinnin kannalta nuoriso- ja opetustoimen kanssa tehtävä yhteistyö on ratkaisevaa.</p> <p>Lisäksi itähelsinkiläisille nuorille on tuotettu laadukkaita harrasteliikuntapalveluja liikunnanammattilaisten, seurojen lajiohjaajien ja yksityisten ammatinharjoittajien toimesta.</p> <p>Nuorten toiveita liikuntalajeista ja liikuntapaikoista on kartoitettu kahdella kyselyllä sekä jatkuvalla vuoropuhelulla toiminnassa mukana olevien nuorten kanssa.</p> <p>FunAction -nuorten harrasteliikuntatoiminta on valittu yhdeksi Helsingin lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelman kärkihankkeen osaksi vuosille 2010-2012.</p>	
Asiasanat: Harrasteliikunta, toimintamalli, liikuntapalvelut, yhteistyökumppanit	

Degree programme

<p>Authors Hannele Haverinen</p>	<p>Group YAMK</p>
<p>The title of thesis A new form to produce recreational activities for youth in the Helsinki City Sports Department</p>	<p>Number of pages and appendices 59 + 5</p>
<p>Supervisors Kari Puronaho & Kirsi Hämäläinen</p>	
<p>The purpose of this study is to present a new form of recreational activities for youth in Helsinki. Operational method, which has been used in this study, is an action research. A FunAction -programme was founded 2009 by the Sports Department of Helsinki. With the help of the FunAction -programme the new form of recreational activities for youngsters has been advanced. The target group is 13 – 17 -year's old girls and boys, who live in the eastern part of Helsinki.</p> <p>The goal of the FunAction -programme is to get youngsters to impact for the ingredients of the sports activities and the places where the activities will take place. Another aim has been to find partners to provide and market sports activities.</p> <p>The result of this study is that the model how to provide recreational activities for youth by the Sports Department of Helsinki has been described. We have also found two sports clubs and individual dance teachers with whom high quality sports activities have been provided. The youth and education departments are important partners to market the activities to youngsters. The marketing needs still more work and commitments.</p> <p>The opinions of the youngsters have been mapped out with questionnaire and discussions. Still now the youngsters have a new possibility to do sports in Helsinki.</p> <p>The FunAction –programme continues and it has been taken to a part of the Helsinki City Welfare Plan for Children and Youth 2010-2012.</p>	
<p>Key words Recreational activity, new form, sports activities, partners</p>	

Sisällys

1 Johdanto.....	1
2 Arkielämä nuorten näkökulmasta	4
2.1 Käsitteet nuoruus ja nuoriso.....	4
2.2 Fyysinen ja psyykinen kasvu – haaste nuoruudelle.....	5
2.3 Nuorten kokemuksia koulunkäynnistä.....	7
2.4 Nuorten oma ja vapaa-aika	8
2.5 Maahanmuuttajanuorten vapaa-aika.....	11
2.6 Mikä on nuorille tärkeää?	13
2.7 Nuorten harrastukset	15
2.8 Nuoret ja media	18
3 Opinnäytetyön tavoite ja menetelmät	20
3.1 Menetelmät.....	20
4 FunAction – Nuorten harrasteliikuntahanke	25
4.1 Harrasteliikuntahankkeen tavoite, suunnittelu ja kohderyhmän valinta.....	30
4.2 Yhteistyön luominen.....	31
4.3 Hankkeen toteutus ja kehittäminen.....	33
4.4 Hankkeen vakiintuminen ja arviointi.....	43
5 Toimintamalli FunAction -toiminnan tuottamiseksi.....	46
6 Johtopäätökset	48
Lähteet.....	54
Liitteet	
Liite 1. Yhteistyökumppani kartoitus	60
Liite 2. FunAction -kysely Liikuntamyllyssä kesäkuussa 2009.....	61
Liite 3. FunAction -kysely Liikuntamyllyssä 27.8.2009.....	63

Esipuhe

Tämä opinnäytetyö on osa liikunnan ylempää ammattikorkeakoulututkintoa, jota olen suorittanut Haaga-Helian Vierumäen yksikössä 2008–2010. Opiskelu on ollut mielenkiintoista, mutta välillä haastavaa. Työn ja opiskelun yhteensovittaminen ei aina ole ollut helppoa. Työyhteisössä opiskeluuni on aina suhtauduttu myönteisesti. Olen erittäin kiitollinen liikuntajohtaja Anssi Rauramon päätöksestä, jonka johdosta lähiopetuspäivät Vierumäellä ovat sisältyneet työaikaani.

Tämä opinnäytetyö kuvaa uudenlaista toimintaa sen tuottamisen mallia Liikuntavirastossa. Uudenlaisen toiminnan aikaansaaminen ei olisi ollut mahdollista ilman esimiehieni osastopäällikkö Tarja Loikkasen ja liikuntapalvelupäällikkö Maria Nyströmin antamaa mahdollisuutta työskennellä ja toteuttaa FunAction -nuorten harrasteliikuntahanketta ilman rajoitteita.

Lämpimät kiitokset opinnäytetyön ohjaamisesta ja tarkastamisesta Kirsi Hämäläiselle ja Kari Puronaholle sekä tarkastajina toimineille Risto Raskulle sekä Timo Vuorimaalle. Ohjeenne ja kommenttinne ovat olleet merkittäviä työn onnistumisen kannalta.

Opiskelu kavereilleni kiitokset koko kahden vuoden jaksosta, antoisista keskusteluista ja mieliteiden vaihdosta. Ennen kaikkea siitä, että olen saanut tutustua teihin.

Kotijoukoilleni isot halaukset siitä, että olette kestäneet opiskelijaelämäni ja kannustaneet ja tukeneet vaikeina hetkinä. Ystävilleni kiitokset, että olette kuunnelleet monia työn – ja opiskelun yhteen sovittamisen murheita.

Suurimmat kiitokset tahdon antaa Itä-Helsingissä työskenteleville lähiöliikuttajille: Johannalle ja Tomille sekä liikunnanohjaajille: Anulle, Elinalle, Jarnalle, Laurille, Maritalle, Paulille ja Ville-Pekalle. Lähes kahden vuoden ajan olemme ponnistelleet uudenlaisen toimintamallin aikaansaamiseksi. Olemme yhteisesti luoneet laadukkaita harrasteliikuntapalveluja nuorille. Työ on vaatinut innovatiivista ja uudella tapaa aktiivista otetta nuorten mukaan saamiseksi toimintaan.

Helsingissä 3.5.2010

1 Johdanto

Vuoden 2008 alussa voimaan astunut uudistettu lastensuojelulaki (L417/2007,12§) velvoittaa kuntia tekemään suunnitelman siitä, kuinka lasten ja nuorten hyvinvointia edistetään. Tavoitteena on painopisteen siirtäminen ennaltaehkäisevään toimintaan. Tehtävä koskee laajasti koko lasten ja nuorten palvelujen kenttää, mikä edellyttää uudenlaisen yhteistyön virittämistä mm. kuntien eri hallintokuntien välillä. Helsingissä suunnitelma on nimetty lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelmaksi ja se on lain mukaan käsitetty laajasti koskemaan kaikkia hallintokuntia sekä lapsia ja nuoria koskevia palveluja. Hyvinvointisuunnitelman painopisteenä on kehittää hallintokuntien rajat ylittäen peruspalveluja ja varhaista tukea siten, että lasten ja nuorten hyvinvointi lisääntyy.

Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma koskee kaikkia helsinkiläisiä ja sen tavoitteet on jaettu hyvinvointitavoitteisiin, jotka tarkoittavat lasten, nuorten ja vanhempien hyvinvoinnissa odotettavasti tapahtuvia vaikutuksia. Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelman toimenpiteinä painotetaan nuorten mahdollisuuksia osallistua erilaisiin harrastuksiin sosioekonomisista taustoista riippumatta. Näitä tavoitteita tukemaan on valittu prosessi – ja resurssitavoitteita eli kuinka hallintokuntien yhteistyössä kehitetään prosesseja ja suunnataan resursseja siten, että kyseiset hyvinvoinnin muutokset saavutetaan. Lisäksi yhtenä tavoitealueena on kaupungin henkilöstön tukeminen prosessien kehittämisessä. (Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2009, 3.)

Tämä opinnäytetyö liittyy Helsingin lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelmaan nuorten hyvinvoinnin lisäämiseksi liikunnan keinoin. Opinnäytetyö on tehty Helsingin kaupungin liikuntavirastolle, jonka toiminta-ajatuksena on helsinkiläisten elämisen laadun ja toimintakykyisyyden edistäminen liikunnan keinoin. Liikuntavirasto on osa Helsingin kaupungin liikuntatointa, jota johtaa liikuntalautakunta. Liikuntavirastoa johtaa liikuntajohtaja. Hänen alaisuudessaan toimii viisi osastopäälliköiden johtamaa osastoa, jotka ovat liikuntalaitos-, ulkoliikunta-, merellinen, liikunnanohjaus- ja hallinto-osasto. Lisäksi liikuntajohtajan alaisuudessa toimii kehittämissyksikkö. Liikuntavirastossa on yli 400 vakinaista työntekijää ja noin 100 – 200 määräaikaista kausityöntekijää.

Liikuntaviraston liikunnanohjausosaston tehtävänä on tuottaa liikuntapalveluja kaupunkilaisille. Palveluja tuotetaan ensisijaisesti soveltavaa liikuntaa tarvitseville erityisryhmille, terveystuokuntaa ikäihmisille sekä uinninopetusta. Koululaisten loma-aikoina järjestetään liikuntakursseja lapsille ja nuorille. Liikuntavirastossa liikunnanohjausosasto on ottanut vastuun lasten ja

nuorten hyvinvointisuunnitelmaan liittyvästä nuorille suunnattujen liikuntapalvelujen kehittämisestä.

Tämän opinnäytetyön päätavoite on kuvata toimintatutkimukseen perustuvaa pilottitoimintamallia ajanjaksolla 2008 -2010 nuorten harrasteliikuntamahdollisuuksien lisäämiseksi Helsingissä. Toimintamallia on suunniteltu, toteutettu ja arvioitu pilottihankkeena Itä-Helsingissä. Toimintamallin avulla harrasteliikuntapalvelujen tuottamiseen nuorille ympäri Helsinkiä on otettu osaksi Helsingin lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelman yhtä kärkihanketta.

Harrasteliikuntapalvelujen tuottamisen tavoitteena on, että nuoret eivät ole ainoastaan liikunnan harrastajia ja liikuntatoimintaan osallistuvia, vaan että nuoret itse vaikuttaisivat liikuntapalveluiden sisältöihin ja toimintaympäristöihin, joissa palveluja tarjotaan. Haasteellista liikuntapalvelujen tuottamisessa on se, että niiden toivotaan kohdistuvan pääasiassa sellaisille nuorille, joilla ei tällä hetkellä ole liikuntaharrastuksia. Nuorten mielipiteiden selville saamiseksi on kutsuttu nuoria koulupäivän aikana tutustumaan ja kokeilemaan sekä perinteisiä että nykypäivän trendilajeja sekä liikkumismuotoja, joita ei varsinaisesti mielletä liikuntana. Näiden liikuntasosioiden aikana nuorilta on kyselylomakkeen avulla pyritty saamaan tietoa heidän toiveistaan liikunnan harrastamisen suhteen. Nuorilla on ollut mahdollisuus osallistua ja vaikuttaa tapahtuma- ja toimintapäivien aikana liikuntaviraston tuottamien nuorille harrasteliikuntatarjonnan kehittämiseen. Nuorten mielipiteisiin tukeutuen heille on rakennettu viikoittain toistuva liikuntalukujärjestys, josta he ovat syksyn ja kevään aikana voineet valita itselleen mieleistä liikunnallista vapaa-ajan tekemistä. Nuorilla on ollut mahdollisuus kertoa mitä liikuntalajeja he haluaisivat harrastaa ja missä he mieluiten liikuntaa harrastaisivat.

Yhteistyön aikaansaaminen kaupungin eri hallintokuntien, urheiluseurojen sekä yritysten kanssa on haastavaa. Se on vaatinut uudenlaisten toimintatapojen aloittamista Helsingissä. Liikuntaryhmien perustaminen on toteutettu yhteistyössä liikuntaviraston sekä urheiluseurojen kanssa. Toiminnasta tiedottamiseen, markkinointiin ja mainostamiseen on panostettu sekä liikuntaviraston että urheiluseurojen toimesta. Kaupungin muiden hallintokuntien kanssa tehtävä yhteistyö on aloitettu, mutta se vaatii lisää ponnisteluja ja sitoutumista etenkin toimijatasolla.

Nuorten arkielämän ymmärtämiseen on paneuduttu tässä opinnäytetyössä muista kuin liikunnan näkökulmasta. Liikunnan ammattilaisten näkökulma liikunnan harrastamiseen on usein tosikkomainen - liikunnan tulee olla hikoilua, hengästymistä ja ponnistelua paremman kunnon ja terveyden edistämiseksi. Tämän tyyppinen ajattelu on osalle tämän päivän nuorista vasten-

mielistä ja vierasta. Nuorille vapaa-aika merkitsee harrastamisen ja sosiaalisuuden aikaa, jolloin luodaan ja ylläpidetään ystävyysuhteita (Harinen, Honkasalo, Souto & Suurpää 2009,11).

Liikunnan harrastaminen on yksi monista tarjolla olevista vapaa-ajan vietto mahdollisuuksista Helsingissä. Tämän uuden toimintamallin avulla tuotettujen nuorten harrasteliikuntapalveluiden tavoitteena on olla niin vetovoimaisia ja kiinnostavia, että nuoret saadaan viettämään niiden parissa vapaa-aikaansa.

2 Arkielämä nuorten näkökulmasta

Opinnäytetyön teoriaosa käsittelee nuorten arkielämää heidän omasta näkökulmastaan. Arki sisältää päivittäin toistuvia tilanteita ja tapahtumia, joihin sisältyvät koulunkäynti, vapaa-ajanvietto, harrastukset ja mediakäyttäytyminen. Arkeen kuuluvat myös suhteet perheeseen ja ystäviin. Nuorten arkeen tutustuminen on rakentanut pohjaa nuorten harrasteliikuntatoiminnan luomiselle.

2.1 Käsitteet nuoruus ja nuoriso

Nuoruus on elämänvaihe, jolloin lapsesta kasvaa aikuinen. Nuori kehittyy fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti ja hänelle muodostuu yksilöllinen ulkomuoto, persoonallisuus ja sosiaalinen ympäristö. Tänä aikana nuori selkiinnyttää oman elämänsä merkityksen. (Aaltonen, Ojanen, Vilhunen & Vilén 1999,12.) Nykyään tytöt ja pojat ovat tasavertaisessa asemassa omaan tulevaisuuteensa vaikuttamisessa. Tällä tarkoitetaan sukupuolien työnjaossa tapahtuneita muutoksia. Tyttöjen ja poikien mahdollisuudet rakentaa omaa työuraansa ovat lähes tasavertaiset tänä päivänä. Molempien sukupuolien nuoruus on ajallisestikin muuttunut siten, että tyttöjen että poikien nuoruus on suunnilleen yhtä pitkä. (Puuronen 2001, 10.)

Lapsuudesta vastuulliseen aikuisuuteen siirtyminen on pitkälti kulttuurinen ja yhteiskunnallinen ilmiö (Raitakari 2004, 56). Kulttuurilla on suuri merkitys sille, kuinka pitkään on hyväksyttyä viettää nuoruuttaan. Länsimaisessa kulttuurissa nuoruuteen liittyvät elämäntavat voivat jatkua pitkään. (Aaltonen ym. 1999, 12.) Kulttuuri määrittelee nuorelle, mikä edustaa kunnan kansalaisuutta ja toivottavaa elämäntapaa. Kulttuurinen odotus Suomessa on odotus kasvamisesta ja edistymisestä. Nuoren tulisi opiskella, hankkia työpaikka ja perustaa perhe. (Raitakari 2004, 56.)

Nuorisolla tarkoitetaan tavallisimmin sukupolvea, joka elää tietyssä ajassa ja yhteiskunnassa nuoruuden elämänvaihetta. Eri aikoina eletty nuoruus antaa sille erilaisia merkityksiä. Nykyään nuoret tulevat murrosikään entistä aikaisemmin ja pidentyneet ammattiin kouluttautumisaajat sekä median luoma kuva nuoruuden kaikkivoipaisuudesta aiheuttavat sen, että nuoruus myös päättyy entistä myöhemmin. Nuoruuden pituus kuitenkin vaihtelee yksilöittäin. Nuoruus sijoittuu ikävuosiin 11–25 ja jakautuu varhaisnuoruuteen (11–14 -vuotiaat), keskinuoruuteen (15–18 -vuotiaat) ja myöhäisnuoruuteen (19–25 -vuotiaat). (Aaltonen ym. 1999, 12 – 4).

Nuoruutta voidaan lähestyä monesta eri näkökulmasta ja näin ollen kullakin nuoruutta tutkivalla tieteenalalla on oma käsityksensä nuoruudesta. Lääketiede korostaa fyysistä kypsymistä aikuisuuteen. Psykologia määrittelee nuoruutta elämänvaihteorioiden avulla. Kasvatustieteet korostavat oppimista ja oppimisympäristön näkökulmaa ja siinä korostuvat kasvattajan; opettajan tai vanhempien roolia. Yhteiskuntatieteiden tutkimuskohteena ovat nuorisokulttuurit, nuorisorikollisuus ja nuorten päihteiden käyttö. Hoitotieteet painottavat nuorten voimavarojen ja toimintakyvyn merkitystä hyvinvointiin ja sen edistämiseen. (Aaltonen ym. 1999, 12 – 14.)

2.2 Fyysinen ja psyykkinen kasvu – haaste nuoruudelle

Nuoren murrosikäisen ei ole helppoa olla kehossaan. Hän joutuu sopeutumaan kehossa tapahtuviin muutoksiin ja muutosten mukanaan tuomiin ympäristön reaktioihin. Nuoren kehossa tapahtuvia muutoksia vertailevat sekä nuoret itse että muut heidän ympärillään. (Ojala, Välimaa, Villberg, Kannas & Tynjälä 2006, 60 –71). Nuorille merkityksellisiä asioita ovat vartalon muoto ja paino. WHO: n koululaistutkimuksen mukaan vain pari prosenttia tytöistä ja noin kymmenen prosenttia pojista vastasi, ettei ajattele lainkaan oman vartalonsa painoa eikä muotoa. Tyttöjen ja nuorten naisten maailmassa hoikkuus ja siihen liittyvä hyvännäköisyys ovat heille merkityksellisiä asioita. Huoli ylipainosta on tytöille huomattavasti yleisempää kuin pojille kaikkialla länsimaissa. Poikien huolena on enemmän liiallinen laihuus ja lihasten puuttumattomuus. (Karvonen 2006,72).

Nuoret peilaavat omaa ruumistaan muihin samanikäisiin sekä myös aikuisiin. Ruumiin toiminta ja ominaisuudet sekä niistä muodostunut kuva luovat nuorten toimintaa säätelevän perusolotuvuuden maailmassa, jossa he elävät. Erilaisten ominaisuuksien kohdalla tärkeää on se millaisia merkityksiä ominaisuudet saavat olemassa olevassa kulttuurissa. Tänä päivän lihavuus kulttuurissamme on voimakkaasti kielteinen ominaisuus. Lihavuudesta ajatellaan usein, että se ilmaisee jotain ihmisen luonteesta ja persoonallisuudesta. Ylipainoisesta saatetaan ajatella, että häneltä puuttuu oman elämän hallintataitoja esim. itsekurin puutetta. Kulttuurissamme ihannoidaan tällä hetkellä voimakkaasti hoikkuutta ja kiinteää ruumista. Ylipainoisuuden psykologista ja sosiaalista taakkaa pidetään tällä hetkellä suurena haittana ja terveysriskinä. (Välimaa 2001, 105.) Psykososiaalinen haitta voi ilmetä mm. koulukiusaamisena tai uni ongelmina. (Fogelhom 2006, Luento).

Nuoren käsitystä itsestään fyysisenä ihmisenä ei voida erottaa psykologisesta ja sosiaalisesta minuudesta, jotka muodostavat kokonaisuuden. Oman ruumiinkokemuksensa nuori muodostaa suhteesta maailmaan, toisiin ihmisiin, omaan toimintaansa ja psyykkisiin kokemuksiinsa.

Oman ruumiin kokeminen on tärkeä ulottuvuus identiteettikokemuksena sekä sen kommunikointimuotona. (Välmaa 2001, 105.)

Nuoruudessa elämäntyylin ja kulutuksen ruumiillisuus korostuvat, koska identiteetti kytkeytyy ruumiiseen tiukemmin kuin missään muussa elämänvaiheessa. Lapsuudessa ruumiillista itsemääräämisoikeutta on hyvin vähän. Aikuiset huolehtivat lapsen ulkoisesta olemuksesta ja vaatetuksesta. He myös tarkkailevat koko ajan, missä lapsi kulloinkin on ja mitä hän syö ja juo. Itsenäistymisvaiheessa nuoret ottavat itse vallan omasta ruumiistaan. Alkoholi- ja tupakanpolttokokeilut alkavat. Nuoret tekevät radikaaleja muutoksia ulkonäkönsä ja vaatetuksensa. Näiden muutosten avulla nuoret viestivät vanhemmilleen itsenäistymistään. Nuoret työstävät puhekeamassa olevaa aikuisidentiteettiään ulkoisen olemuksen, vaatetuksen ja fyysisen toiminnan kautta. Ulkoisen olemuksen merkitys on kahdensuuntainen. Nuoret korostavat ulkonäöllä ja vaatetuksella eroa lapsen maailmasta sekä erottautumista aikuisten sekä toisten nuorten tyyleistä. Toisaalta nuoret viestivät samanlaisella ulkonäöllä sekä vaatetuksella kuuluvansa, johonkin sosiaaliseen tai alakulttuuriseen ryhmään. Samanlaista ulkoisella olemuksella viestintää on myös aikuisilla, mutta nuorilla se on suoraviivaisempaa. Nuorten vaatetus, kampaus, korut, ehostus, tatuoinnit tai lävistykset liittävät hänen johonkin tiettyyn aatteeseen tai ryhmittymään. (Wilksa 2001, 62–63.)

Nuoruudessa nuori muodostaa käsityksen omasta itsestään sekä siitä, mikä on muiden käsitys hänestä. Fyysinen ja seksuaalinen epävarmuus ovat tyypillistä kaikille nuorille ja vähenee iän myötä. Tyttöjen epävarmuus on tutkitusti kuitenkin vielä yleisempää kuin pojilla. Epävarmuutta lisäävät mainokset, elokuvat sekä muu media luomalla naiskuvaa kauniista ja hoikasta ulkomuodosta. Useiden viestien välityksellä tytöille tulee käsitys siitä, että miehen hyväksyntä ja onnellinen elämä riippuvat naisen ulkomuodosta. Tyttöjen kulutus tähtää pahimmillaan oman ruumiin tekemiseen mahdollisimman houkuttelevaksi. He löytävät ”oman tyyliä” ja ”shop-pailun” merkityksen jo varhain. (Wilksa 2001, 66.)

Tytöt ja pojat ovat varsin erilaisia kuluttajia jo lapsesta saakka. Tieteellisesti ei ole voitu todistaa sen johtuvan biologisista eroista vaan kulutuskäyttäytyminen nähdään kasvatuksen ja sosiaalistumisen tuloksena. Poikia kannustetaan toimintaan ja luovuuteen, kun taas tyttöjä opetetaan hillittyyn käytökseen ja vastuulliseen ja käytännölliseen kulutukseen. Usein tämä johtaakin tyttöjen kohdalla aktiivisesti hankkimaan huomiota esim. eroottisilla vaatteilla hillityn käytöksen vastapainoksi. Tytöt kuluttavat pääasiassa rahaa vaatteisiin ja muihin ulkonäköön vaikuttaviin asioihin, kun taas pojat ostavat urheilu- ja harrastevälineitä sekä tekniikkaan. (Wilksa 2001, 65–66.)

Vaikka nuorten kulutustottumukset ovat edelleen varsin perinteiset, on viime vuosina ollut kuitenkin muutoksia havaittavissa. Poikien kulutusmuutokset ovat olleet näistä merkittävimmät. Ulkonäkö, oma tyyli ja muodikkaus ovat nousseet myös pojille huomattavasti merkittävimmiksi kulutuskohteiksi kuin aiemmin. Korujen käyttö ja tukan värjääminen ei ole enää sukupuolisidonnaista. Nuorten alle 20 -vuotiaiden poikien kauneudenhoito- ja kosmetiikkamenot kaksinkertaistuivat vuosien 1998 ja 2000 välillä, kun tyttöjen kulutus pysyi ennallaan. (Wilska 2001, 67–68.)

Nuorille kuluttaminen on luontevampaa kuin heidän vanhemmilleen. Kuluttajan identiteettiä, kulutuksen tuomaa henkistä ja ruumiillista nautintoa ei häpeillä. Nuorten ja heidän vanhempiansa väliset erot johtuvat erilaisista elämän vaiheista. Nuorten elämä on lapsuuden ja aikuisuuden välimaastossa, jossa on mahdollisuus irrotella ja kapinoida, eikä tarvitse ottaa täydellistä vastuuta. Kulutuksesta saatu välitön nautinto on nuorille tyypillistä. Fyysisen nautinnon ja elämysten ostaminen on nuorille tärkeämpää kuin vanhemmille sukupolville. Materialistiseen elämäntapaan tottuneille nuorille itsensä hemmottelu voi olla pitkällä aikavälillä tärkeämpää kuin aineellisen omaisuuden kerääminen. (Wilska 2001, 69–70.)

2.3 Nuorten kokemuksia koulunkäynnistä

Lähes kaikki suomalaisnuoret suorittavat peruskoulun. Vuosittain vain muutama sata nuorta laiminlyö oppivelvollisuutensa tai saa erotodistuksen. (Kumpulainen & Saari 2006, 34.) Peruskoulun jälkeen yli puolet nuorista hakee lukioon ja yli kolmannes ammatillisiin oppilaitoksiin. Viime vuosina ylioppilastutkinnon suorittaneiden määrä on hieman laskenut, mutta edelleen vähän yli puolet ikäluokasta suorittaa ylioppilastutkinnon. Lukion kolmessa vuodessa suorittaneita nuoria on yli 80 % opiskelijoista. (Kumpulainen & Saari 2006, 10, 60.)

Peruskoulun yläluokkalaiset ovat kertoneet kouluolojensa heikentyneen kahden viime vuoden aikana: koulutapaturmat ja kokemukset ongelmista koulun työilmapiirissä ovat yleistyneet, koulun työmäärä on lisääntynyt ja kuulluksi tuleminen kouluissa on heikentynyt. Puolestaan lukiolaiset kokevat, että heidän kuulemisensa koulussa on lisääntynyt. Ammatillisissa oppilaitoksissa opiskelevat pitävät oppilaitosten fyysisiä työoloja hieman parempina ja työmäärä on kohtuullisempaa kuin lukioissa opiskelevat. Ammattiin opiskelevat kokevat, että heillä ei juuri ole vaikeuksia opiskelussa. Sen sijaan heille sattuu koulutapaturmia hieman enemmän ja lintsaaminen on yleisempää kuin lukiolaisilla. (Kouluterveyskysely 2008.)

2.4 Nuorten oma ja vapaa-aika

Nuorten omalla ajalla tarkoitetaan aikaa, jonka nuori viettää ilman velvoitteita, kuten koulunkäyntiä ja organisoituja harrastuksia. Nuorten omaa aikaa on kartoitettu vuoden 2009 nuorten elinoloja kartoittavalla Aika Vapaalla tutkimuksella. Kyselyllä selvitettiin sitä, miten nuoret kokevat omaksi ajakseen erilaiset ajanviettotavat. Kavereiden kanssa oleminen koetaan enemmän omaksi ajaksi kuin kavereiden kanssa toimiminen. Tuloksissa saadut erot ovat kuitenkin pieniä, eikä olekaan helppoa erottaa toisistaan toiminnallista ja päämääräsuuntautunutta ajanviettoa kavereiden kanssa oleilusta. Organisoitussa harrastustoiminnassa mukana olemista ei enää koeta voimakkaasti omaksi ajaksi ja kaikkein vähiten omaksi ajaksi koetaan koulussa vietetty aika. (Myllyniemi 2009, 24–25.)

Kotitöiden tekeminen omana aikana riippuu perhetyypistä. Omaksi ajakseen kotityöt kokevat ne nuoret, jotka asuvat yksin. Vanhempiensa kanssa asuvat nuoret eivät koe kotitöiden tekoa omana aikanaan. Hyvät välit vanhempiin ovat kuitenkin yhteydessä kotitöiden omaksi ajaksi kokemisen kanssa. Kotitöihin omana aikana sekä tytöt että pojat suhtautuivat samalla tavalla. (Myllyniemi 2009, 24–25.)

Vapaa-aikaa pidetään yleensä myönteisenä asiana. Se on jotain tavoiteltavaa, hyvää ja iloa tuottavaa. (Liikkanen 2009, 7.)

Suomen kielen perussanakirjassa "vapaa-aika" sanaa selitetään seuraavasti: ” *Vapaa-aika on työn, opiskelun tms. ulkopuolinen, varsinkin rentoutumiseen ja virkistämiseen käytettävissä oleva aika.*”

Tämä on selvästi modernin palkkatyöyhteiskunnan tilannetta vastaava määrittely. Siihen on sisällytetty useita aspekteja: työn tai vastaavaksi luokiteltavan ulkopuolisuus, joka on sitten kapeutettu ilmaisulla "varsinkin rentoutumiseen ja virkistämiseen käytettävissä oleva aika". Ilmaisuu tuo mukaan laadulliset ja positiivisesti koetut näkökulmat. Määrittelyyn liitetään usein myös jokin harrastus esim. pyöräily tai siitä suljetaan pois kotityöt. (Tietokeskus).

Vapaa-ajan merkitys on tänä päivänä korostunut sen lisääntymisen myötä. Nuorille vapaa-ajan käsite ei ole yhtä selkeä kuin aikuisille. Se saattaa joskus jopa muistuttaa työtä, koska vapaa-aika nuorille saattaa olla aktiivista harrastamisen aikaa. Harrastukset voivat olla joko itse valittuja, kavereiden kanssa tekemistä tai vanhempien valitsemia. Aktiivisen harrastamisen lisäksi vapaa-aika nuorille voi olla passiivista oleilua, television katselua, arkisten askareiden tekemistä tai aikaa, jolloin ei tarvitse tehdä mitään. (Helve 2009, 250.)

Kaikista ikäryhmistä 15–19-vuotiaat pitävät vapaa-aikaa tärkeimpänä ja sen merkitys ja tärkeys ovat lisääntyneet verrattuna samanikäisiin kymmenen vuotta sitten (Helve 2009, 253; Myllyniemi 2007, 30.) Nuorille vapaa-aika merkitsee harrastamisen ja sosiaalisuuden aikaa, jolloin luodaan ja ylläpidetään ystävyysuhteita (Harinen ym.2009, 11.) Sosiaalisia ja kulttuurisia taitoja aktiivisesti harrastamalla nuoret saavat tukea oman identiteettinsä rakentamiselle, joka auttaa heitä selviytymään passiivisia ikätovereitaan paremmin myöhemmällä iällä. Vapaa-ajan valinnoilla saatetaan myös ehkäistä nuorten syrjäytymistä. Vapaa-aika saattaa olla nuorten aikuistumisprosessissa merkityksellisempää kuin koulussa vietetty aika, koska vapaa-ajallaan nuoret voivat itse valita sen, miten sitä viettävät, mitä nuorisokulttuurin ilmiöitä seuraavat ja mihin harrastuksiin osallistuvat. Vapaa-ajan viettotavat kertovat nuorten mieltymyksistä, jotka vaihtelevat sosiaaliluokan, koulutuksen ja sukupuolen mukaan. (Helve 2009, 252–253.)

Nuorten vapaa-ajanviettotavat eroavat suuresti toisistaan, ja nykyään puhutaankin jo erilaisista vapaa-ajan kulttuureista. Vapaa-ajan viettämisen katsotaan kiinnittävän yhä tiukemmin yksilön koko elämäntapaan. Vapaa-aika on tärkeä osa erityisesti nuorten elämää sosiaalisen hyväksymisen ja sitä kautta itsetunnon kehittymisen ja identiteetin näkökulmista. Se on myös yksi hyvän elämän indikaattori. Vapaa-ajan toiminnan ulkopuolelle jääminen voi merkitä voimakasta emotionaalista osattomuuden tunnetta. (Harinen 2006, 38–29.)

Suomessa olemme tottuneet siihen, että nuorten aika kuluu kotona, koulussa ja organisoidussa harrastustoiminnassa. Nykyään nuorisotutkimus on löytänyt ”neljännen tilan”, jolla tarkoitetaan nuorten omaa, aikuisilta suljettua toimintaa ja yhdessä olemista sekä alakulttuurien maailmaa. Esimerkkeinä ”neljännessä tilasta” voidaan pitää mm. kauppakeskuksia ja uimahalleja, joissa lapset ja nuoret viettävät mielellään aikaansa. Näiden tilojen vetovoimaisuus liittyy sosiaaliseen vuorovaikutukseen ja vapaaseen liikkuvuuteen. (Stenvall 2009, 77.) Kasvattajat ovat pitäneet ”neljättä tilaa” uhkaavana juuri sen salaperäisyyden ja kontrolloimattomuuden vuoksi. Kodin, koulun ja aikuisten valvoman harrastamisen avulla nuorten puolestaan katsotaan pysyvän turvassa ja ohjautuvan kasvatuksellisesti toivotuille urille elämässään. (Hoikkala 1993.) Harrastustoimintaa voi kuitenkin lähestyä muustakin kuin kasvatuksen ja nuorten kontrolloinnin näkökulmasta. Myös organisoidun vapaa-ajantoiminnan areenat voivat aikuisten asettamista toiminnan reunaehdoista huolimatta, tarjota nuorille oman luovuuden ja itse tärkeiksi koettujen asioiden toimintakentän. (Harinen 2006, 38–39.)

Suuri osa nuorten vapaa-ajasta kuluu erilaisten viihde ja kulttuuriin liittyviin elämänsisältöihin, joihin liittyy samanikäisten kanssa oleminen. Näistä mainittakoon mm. elokuvissa käynti. Vapaa-ajalle annetut merkitykset ja sisällöt ovat myös sekä kulttuurisia että sukupuolittuneita. On

kulttuureita, joissa ei tunneta käsitettä vapaa-aika kuten esimerkiksi vietnamilainen kulttuuri, ja toisaalta on kulttuurisia käsityksiä siitä, mitä esimerkiksi somalialaisessa kulttuurissa tyttöjen on tehtävä kotitöitä kouluajan ulkopuolisella. Organisoitu vapaa-ajan toiminta tapahtuu yleensä julkisessa tilassa ja sekin voi aiheuttaa kulttuurisiin normeihin perustuvia ongelmia siinä, onko nuorten soveliasta viettää aikaa tiloissa, joita heidän vanhempansa eivät tunne.

Nuorten arvioita omasta vapaa-ajastaan on tutkittu Nuorisobarometrissä vuonna 2007. Kouluarvosanoin nuorten antama keskiarvo omalle vapaa-ajalleen oli 8,1. Arvosanat kahdeksan (36 %) ja yhdeksän (30 %) olivat yleisimmät nuorten antamat arvosanat. Joka kymmenes nuori arvioi omaa vapaa-aikaansa kymppin arvoiseksi, mutta yhtä moni arvioi vapaa-aikaansa kuutosen tai sitä huonomman arvoiseksi. Sukupuolisia eroja ei vapaa-ajan tyytyväisyyteen havaittu. Asuinpaikkaan liittyviä eroja kuitenkin löydettiin. Maaseudulla asuvat nuoret olivat tyytyväisempiä vapaa-aikaansa kuin kaupungeissa asuvat. (Myllyniemi 2007, 103–104.)

2.5 Maahanmuuttajanuorten vapaa-aika

Suomeen tulleet maahanmuuttajat ovat hyvin heterogeeninen ryhmä. He ovat lähtöisin monista eri maista sekä eri kulttuuripiireistä. Osa maahanmuuttajista on lähtöisin olosuhteista, jotka poikkeavat suuresti suomalaisesta elämänmenosta. Osa maahanmuuttajista on viettänyt kotimaassaan hyvin samantapaista elämää kuin Suomessa, heidän elämässään palkkatyö ja kaupungistuminen ovat olleet suomalaisten tapaan määrääviä tekijöitä. Suomeen muuttoon on ollut myös monia eri syitä. Jopa samasta lähtömaasta tulleiden lähtökohdat saattavat olla hyvinkin erilaiset. Suomessa maahanmuuttajataustainen väestö on keskittynyt pääkaupunkiseudulle. Vuoden 2009 alussa Suomessa asui yhteensä 91 354 maahanmuuttajaa, joiden äidinkieli oli jokin muu kuin suomi, ruotsi tai saame. Noin puolet vieraskielisestä väestöstä on lähtöisin Suomen naapurimaista tai muualta Euroopasta ja loput muista maanosista. Suurimmat yksittäiset kieliryhmät ovat venäjän-, viron- ja somalinkieliset. Maahanmuuttajataustainen väestö on keskimäärin nuorempaa kuin suomalainen valtaväestö ja kaikkein nuorimpia ovat somalinkieliset, joista tasan puolet on alle 18 -vuotiaita. Arabiankielisistä 28 %: a ja vietnaminkielisistä 25 %: a on alle 18 -vuotiaita, kun vastaava osuus kotimaisten kielten puhujista on vain 19 %. (Joroinen 2009, 20–21.)

Monikulttuuristen nuorten vapaa-ajan toimintaa on tutkittu ja raportoitu vuonna 2005 Harisen toimesta. ”Mitähän tekis” –tutkimukseen osallistui 1380 nuorta, jotka olivat iältään 13 – 25-vuotiaita. Tutkimukseen osallistuivat nuoret, jotka olivat itse tai joiden vanhemmista ainakin toinen oli ulkomaalaistaustainen. Tällä määrittelyllä tutkittaviin haluttiin saada mukaan maahanmuuttajanuoria, niin sanottuja toisen polven maahanmuuttajia ja nuoria, joiden arjessa ja välittömissä kokemuksissa oli läsnä muitakin kansallisia kulttuureita kuin suomalaisuus (Harinen 2005, 12.) Monikulttuuristen nuorten ilmoittamat vapaa-ajan harrastukset olivat moninaiset ja ulottuivat lukemisesta, käsitöistä ja puutarhanhoidosta aina aitojen miekkojen keräilyyn ja purjelentoihin saakka joko yksin tai yhdessä muiden kanssa. Noin kahdeksan prosenttia nuorista ilmoitti, ettei heillä ole mitään harrastuksia. (Harinen 2005, 33.)

Stenvall on tutkinut 3.-6. luokkalaisten vapaa-ajan harrastuksia pääkaupunkiseudulla vuonna 2009 myös muiden kuin suomea ja ruotsia puhuvien lasten osalta. Tutkimuksessa vertailtiin eri kieliä kotikielenään puhuvien lasten harrastamista omatoimisesti ja ohjatuissa harrasteryhmissä. Kieliryhmät jaettiin suomea, englantia, ruotsia, somalikieltä, venäjää ja muita kieliä kotonaan puhuviin lapsiin. Ruotsinkielisillä lapsilla oli eniten harrastuksia. Seuraavina tulivat suomen-, venäjän- ja englanninkieliset lapset. Hieman harvemmin harrastuksia oli muunkielisillä ja kaik-

kein harvinaisinta harrastaminen oli somalia kotonaan puhuvilla lapsilla. Tyttöjen ja poikien välistä harrastuneisuutta tutkimuksessa tarkasteltiin myös kotikielen mukaan. Englantia kotonaan puhuvien tyttöjen ja poikien harrastuneisuudella ei ollut eroa. Suurimmillaan sukupuolten väliset erot olivat somalia kotonaan puhuvien ryhmässä. Somalin- ja venäjänkielisistä lapsista harrastuksia oli yleisemmin pojilla kuin tytöillä. Tytöistä, jotka puhuivat somalinkieltä kotikielenään, harrastuksia oli 44 prosentilla, kun venäjänkielisistä tytöistä 79 prosentilla oli harrastuksia. Pojilla eri kieliryhmiin kuuluvien väliset harrastusaktiivisuuden erot olivat pienempiä kuin tytöillä. Lasten kotikielestä ja sukupuolesta riippumatta yleisin harrastus oli liikunta. Sukupuolella ja kotikielellä oli vaikutusta taide- sekä muiden harrastusten olemassaoloon. Taideharrastuksia oli yleisemmin tytöillä kuin pojilla. Venäjänkieliset pojat harrastivat kuitenkin venäjänkielisiä tyttöjä enemmän taideaineita vaikka molempien ryhmien suosituin harrastusmuoto oli liikunta. Samoin somalinkieliset lapset harrastivat yleisimmin liikuntaa. Tyttöillä oli kuitenkin poikia enemmän taide- ja muita harrastuksia. (Stenvall 2009, 91–92.)

Ohjatut harrastukset verrattuna omatoimiseen harrastamiseen olivat yleisimpiä kotikielestä riippumatta Stenvallin tutkimuksessa. Ohjattujen harrastusten lisäksi osa lapsista ilmoitti myös harrastavansa omatoimisesti. Pieni osa lapsista kertoi harrastavansa vain omatoimisesti. Yleisintä omatoiminen harrastaminen oli somalinkielisten lasten keskuudessa ja harvinaisinta venäjänkielisten lasten keskuudessa. (Stenvall 2009, 93.)

Suomea, venäjää ja englantia kotikielinen puhuvien lasten harrastaminen on hyvin samantapaista. Tulokset kuvaavat näitä kieliä puhuvien lasten kulttuuritaustan läheisyydestä. Näiden kielten kautta määriteltyyn kulttuuritaustaan ei liity esimerkiksi sukupuolen suhteen niin tiukkaa jakautumista, että se rajaisi merkittävästi tyttöjen ja poikien harrastamista. Somalinkieltä kotonaan puhuvien lasten harrastaminen oli harvinaisempaa kuin muita kieliä puhuvien lasten harrastaminen. Tätä voidaan selittää esimerkiksi uskonnon kautta. Islamiin liittyy muita uskontoja enemmän sääntöjä ja normeja, jotka saattavat vaikuttaa varsinkin tyttöjen harrastamiseen. Toinen syy somalinkielisten lasten vähäiselle harrastamiselle voivat olla taloudelliset syyt. Helsingissä 44 % somalinkielisistä perheistä on yksinhuoltajaperheitä ja tämän mukaan 35 % lapsista ja nuorista, jotka ovat iältään 7 – 17 -vuotiaita asuu yksinhuoltajaperheissä. (Stenvall 2009, 94–95.)

Nuorten ympäristöön integroitumisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin yksi mittari on heitä ympäröivät läheiset ja ystävät. Suomalaisnuorten ja maahanmuuttajanuorten ystävyudet eivät välttämättä synny kitkatta. Harisen tutkimukseen osallistuneista monikulttuurisista nuorista 97 % kertoi itsellään olevan suomalaisia ystäviä. Nuoret, jotka mainitsivat, ettei heillä ole suomalaisia

ystäviä, olivat joko afrikkalaisten tai entisen Neuvostoliiton alueelta kotoisin olevien vanhempien lapsia. Lisäksi useimmat heistä ilmoittivat parhaaksi kielekseen jonkun muun kuin suomen, eli yhteisen kielen puuttuminen lienee selkeästi jarruttanut ystävyysuhteiden solmimista. Monet nuorista olivat kuitenkin joutuneet kamppailemaan ystävyysuhteiden luomiseksi, koska viidesosa vastaajista oli sitä mieltä, että suomalaisten kanssa ystäväystyminen ei ole helppoa. Tätä mieltä olivat erityisesti Afrikan, Kaukoidän, entisen Neuvostoliiton ja Lähi-idän alueilta maahan tulleiden lapset sekä jälleen sellaiset nuoret, joiden paras kieli on joku muu kuin suomi. Ystävyysuhteita suomalaisiin nuoriin oli luotu koulussa, työpaikalla, liikunnan parissa ja kuorossa. Maahanmuuttajataustaisia ystäviä sen sijaan oli tutkittavista harvemmillä (57 %). Maahanmuuttajataustaisia ystäviä oli enemmän niillä, joiden juuret ovat Afrikassa, Kaukoidässä, entisen Neuvostoliiton alueella, entisessä Jugoslaviassa sekä Lähi-idässä ja vähemmän nuorilla, joiden vanhempien kansallinen tausta oli suomalainen, pohjoismaalainen tai keskieurooppalainen. Kielitaidon merkitys näkyy tässäkin ja nyt käänteisesti verrattuna edelliseen: parhaana kielenään suomea puhuvien ystäväystyminen maahanmuuttajanuorten kanssa on ollut selkeästi harvinaisempaa kuin muita kieliä äidinkielenään puhuvien nuorten. Maahanmuuttajataustaisiin ystäviin tutustumista kuvattiin kuitenkin helpommaksi kuin suomalaisiin tutustumista. (Härninen 2005, 34–35, 38–39.)

2.6 Mikä on nuorille tärkeää?

Suomalaisten nuorten arvoja ja asenteita on tutkittu runsaasti. Elämässä tärkeimpänä koetaan perheen ja muiden läheisten kanssa vietettyä aikaa. Käsitys perheestä suomalaisessa kulttuurissa on muuttumassa vähitellen. Perhe on entistä parisuhdekeskeisempi, avioerojen määrä on lisääntynyt ja erilaisia uusperheitä syntyy entistä enemmän. Perheen käsitteen muutoksesta huolimatta, perheen asema nuorten arvomaailmassa ei ole vähentynyt vaan päinvastoin perhemyönteisyys on nousussa. Samoin halu viettää aikaa perheen kanssa yhdessä on lisääntynyt. Yhteenkuuluvuuden tunne perheeseen on vahvempaa kuin mihinkään muuhun sosiaaliseen yksikköön. Kiinteästi perheeseen tuntee kuuluvansa useampi kuin yhdeksän nuorta kymmenestä. (Myllyniemi 2008, 105.)

Vaikka perhe on edelleen tärkeä nuorten arvomaailmassa, nuoren varttuessa hän suuntautuu yhä enemmän pois perheen piiristä kohti samanikäisiä tovereita (Jarasto 1999, 89). Ystävien ja kavereiden kanssa vietetty aika nousee perheen jälkeen heti toiselle sijalle tärkeysjärjestyksessä nuorille (Myllyniemi 2008, 106). Nuoren persoonallisuus ja identiteetin rakentuminen perustuu ystävyysuhteille. Nuoren identiteetin kehitykselle on tärkeää, että hän saa tuntea olevansa ainutlaatuinen sekä hyväksytty joukkoon. Nuoruuden aikana ystävyysuhteista muodostuu usein

aiempaa kestävämpiä ja ne rakentuvat keskinäiselle luottamukselle. Tärkeä kaveripiiri voi vaihdella niin harrastuksissa, koulussa kuin kotipahallakin. Nuoren ajatusmaailman avartuminen luo mahdollisuuden entistä vastavuoroisempiin ja tasaveroisempiin ystävyysuhteisiin. Lisääntyneen empatiakyvyn ansiosta nuorten kyky ristiriitojen ratkaisemiseksi lisääntyy ja hän pystyy ottamaan muiden tunteet huomioon. Hän havaitsee, että jokaisessa ihmisessä on hyviä ja huonoja ominaisuuksia. Erilaisuudesta huolimatta ystävyysuhteet voivat olla kestäviä. Viettäessään aikaansa samanikäisten parissa nuori oppii hyväksymään myös erilaisuutta. (Jarasto 1999, 89–90.)

Vuoden 2008 kouluterveyskyselyssä kartoitettiin Etelä-Suomen, Itä-Suomen ja Lapinläänin koulujen 8. ja 9. luokkien peruskoululaisten sekä lukion ja ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. luokan opiskelijoiden ystävien määrää. Kyselyyn vastasi 110 500 oppilasta, joista 59 800 yläluokkalaisia, 28 600 lukiolaista ja 22 300 ammattiin opiskelevaa. Kaikista kyselyyn vastanneista noin 45 % ilmoitti, että heillä on useita ystäviä, joille he voivat luottamuksellisesti kertoa kaikista omista asioistaan. Noin 25 % kaikista tytöistä oli kaksi luottamuksen arvoista ystävää. Huolestuttavinta oli, että peruskoulun 8. ja 9. luokan ja lukion 1. luokan pojista noin 15 prosenttia kertoi, ettei heillä ollut yhtään sellaista ystävää, jolle he voisivat kertoa omista asioistaan. Kaikkien tyttöjen kohdalla vastaava luku oli noin 5 prosenttia. (Kouluterveyskysely 2008.)

Ystävien tapaaminen ja heidän kanssaan vietetty aika on nuorille tärkeää. Lähes puolet 10 – 29-vuotiaista nuorista tapaa ystäviään päivittäin ja neljä viidestä vähintään viikoittain. Ystävien tapaaminen liittyy kiinteästi ikään ja se laskee tasaisesti iän karttuessa. Alle 15-vuotiaista nuorista 70 % tapaa ystäviään päivittäin tai lähes päivittäin. Pojat tapaavat ystäviään vähän tyttöjä aktiivisemmin. Ruotsinkieliset nuoret ovat aktiivisempia ystävyysuhteissaan kuin suomenkieliset. Alueellisia eroja ystävien tapaamistiheydessä ei havaittu, mutta harvaanasutuilla seuduilla nuoret tapasivat ystäviään hieman harvemmin kasvokkain kuin kaupungeissa asuvat. (Myllyniemi 2008, 88 ; Melkas 2009, 35 – 36.)

Muita ystävien tapaamismuotoja ovat puhelin- ja nettiyhteydet. Näitä yhteydenpito välineitä käyttää useampi kuin kolme neljästä lähes päivittäin, viikoittain käytännössä kaikki nuoret. Pääkaupunkiseudulla yhteydenpito ystäviin näillä yhteydenpitomuodoilla on hieman harvinaisempaa kuin harvempaa asutuilla alueilla. Kasvu näiden yhteydenpitovälineiden osalta on ollut suuri etenkin alle 15-vuotiaiden nuorten keskuudessa. Nettikaverit eivät kuitenkaan ainakaan vielä tällä hetkellä korvaa todellisia kavereita varsinkaan silloin, kun nuori kohtaa elämässään vaikeuksia. (Myllyniemi 2008, 91, 93, 94.)

Viime vuosien aikana nuorten yhteisöllisyyden on todettu löystyneen, ei ystävien määrän tai tapaamistahdin vähenemisenä, vaan yhteenkuuluvuuden tunteen heikentymisenä suhteessa ystäväpiiriin. Muutos on tapahtunut nopeasti vuodesta 2004 vuoteen 2008. Tänä aikana erityäin kiinteästi ystäväpiiriin kuuluvien osuus pieneni 59 %: sta 48 % : n. (Myllyniemi 2008, 105.)

Ystävyysuhteiden yksi tärkeä muoto on seurustelu. Vuonna 2009 julkaistun Nuorisobarometrin mukaan joka viides 10 – 14-vuotias nuori seurusteli. Tässä ikäryhmässä pojat ilmoittivat seurustelewansa tyttöjä enemmän. 15 – 19-vuotiailla tilanne oli päinvastainen, tytöt seurustelivat poikia enemmän. Tyttö- tai poikaystäviä oli vajaalla kolmanneksella 15 – 19 -vuotiaista. Tätä ikäryhmää vanhemmilla avo- tai aviopuolisoiden määrä kasvoi ja tyttö- ja poikaystävien määrä väheni. Alueellisia eroja seurusteluun ei tutkimuksessa löydetty, mutta välittömällä asuinymppäristöllä eroja havaittiin. Kaupunkien keskustoissa asuvat nuoret seurustelivat useammin kuin lähiöissä tai muuten kaupungin laitamilla asuvat, kun taas he seurustelivat enemmän kuin maaseudulla asuvat nuoret. (Myllyniemi 2008, 86.)

Nuorten seurustelun ja koulumenestyksen välillä on todettu olevan yhteyttä. Peruskoululaisilla, jotka seurustelivat, keskiarvo edellisessä todistuksessa oli alle kahdeksan eikä kenelläkään yli yhdeksän. Seurustelemattomista nuorista vajaalla kolmanneksella keskiarvo oli alle kahdeksan ja viidellä prosentilla keskiarvo oli yli yhdeksän. (Myllyniemi 2008, 86.)

Seurustelulla ei todettu olevan merkittävää yhteyttä nuorten kokemaan tyytyväisyyteen ihmisuhteissaan. Ne nuoret, jotka ilmoittivat, että he eivät seurustele, olivat kaikkein tyytyväisimpiä vapaa-aikaansa. (Myllyniemi 2008, 86.)

2.7 Nuorten harrastukset

Nuorten harrastuksia on selvitetty Nuorten Vapaa-aika tutkimuksella vuonna 2009. Nuorista, jotka olivat iältään 10 – 29-vuotiaita, 45 % on ilmoittanut osallistuvansa järjestöjen tai vastaavien järjestettyyn toimintaan. Sellaiseen harrastukseen tai vapaa-ajan toimintaan, jota ei koeta järjestetyksi, osallistu 40 % nuorista. Muuhun järjestettyyn toimintaan ilmoittaa osallistuvansa 36 % nuorista. Harrastuksia, jotka eivät tapahdu missään ryhmässä on 62 prosentilla nuorista. Tähän ryhmään voidaan olettaa kuuluvan nuoria, joilla on myös yhteisöllisiä harrastuksia mm. nettipelaamista tai nettikeskustelupalstoihin osallistumista, koska näistä harrastuksista ei tiedetä kokevatko nuoret ne yksin vai yhdessäoloksi. (Myllyniemi 2009, 49.)

Sukupuolieroja tyttöjen ja poikien välillä ei ole järjestötoiminnan harrastamisen osalta. Pojat osallistuvat kuitenkin aktiivisemmin järjestöjen ulkopuolisiin harrastuksiin, kun taas tytöt harrastavat hieman enemmän yksin. Nuoret alle 15 -vuotiaat osallistuvat järjestötoimintaan vähemmän kuin varttuneemmat nuoret. Samoin varttuneempien nuorten keskuudessa yksin harrastaminen on yleisempää kuin nuoremmilla. (Myllyniemi 2009, 49–50.)

Kansallisen liikuntatutkimuksen mukaan tämän päivän nuorista yhä useampi harrastaa liikuntaa kuin vuosikymmen aiemmin. Tutkimuksen mukaan 12–14-vuotiaista nuorista 94 % ja 15–18-vuotiaista 91 % harrastaa liikuntaa nykyään, kun luvut vuonna 1995 olivat 85 % nuoremmassa ikäryhmässä ja 82 % vanhemmassa ikäryhmässä. Kehitys liikunnan harrastusaktiivisuuden osalta on ollut myönteinen viimeisen kymmenen vuoden aikana. Lapsista ja nuorista vain 9 % ei harrasta liikuntaa ja urheilua lainkaan. Tämä tarkoittaa 90 000 lasta ja nuorta ikäryhmässä 3 – 18-vuotiaat. Tyttöjen ja poikien välillä harrastuneisuudessa ei ole eroja. (Kansallinen liikuntatutkimus 2005–2006, 7.)

Urheiluseuroilla on suuri merkitys lasten ja nuorten liikuntaan aktivoinnissa. Kaikista 3 – 18-vuotiaista lapsista ja nuorista Suomessa 42 % harrastaa liikuntaa urheiluseuroissa. Urheiluseurojen aktiivisimpia harrastajia ovat 7 – 14-vuotiaat. Näiden ikäluokkien keskuudessa joka toinen harrastaa liikuntaa urheiluseurassa. Noin 15 vuoden iässä nuorten innostus urheiluseuroissa harrastamiseen vähenee. Noin kolmasosa 15 – 18-vuotiaista nuorista liikkuu enää urheiluseurassa. Tilalle tulee omatoiminen liikunnan harrastaminen sekä kaveriporukassa liikkuminen. Pojat liikkuvat tyttöjä useammin urheiluseuroissa ja omatoimisissa kaveriporukoissa. Tällä hetkellä tytöt osallistuvat kuntien ja yritysten tarjoamiin liikuntapalveluihin poikia useammin. Tyttöjen ja poikien mielipiteet urheiluseuratoiminnasta ovat erisuuntaiset. Poikien toiveena on osallistuminen kilpailuihin ja peleihin, kun taas tytöt toivovat harrastusmaisempaa liikuntaa. (Kansallinen liikuntatutkimus 2005 – 2006, 20 – 21.)

Pääkaupunkiseudulla ja muualla Uudellamaalla lapset ja nuoret liikkuvat useammin urheiluseuroissa kuin muualla Suomessa asuvat. Heidän liikuntamääränsä ei kuitenkaan ole suurempi kuin muualla asuvien, mutta heidän harrastamiensa liikuntalajien määrä on suurempi. Urheiluseurassa harrastaminen on yleisintä pääkaupunkiseudulla asuvien poikien keskuudessa. Pääkaupunkiseudulla asuvista tytöistä viidennes käyttää kunnallisia tai yritysten liikuntapalveluja. Tämä määrä on suurempi kuin missään muussa ryhmässä. (Kansallinen liikuntatutkimus 2005 – 2006, 23)

Liikuntaa harrastavien nuorten suosituimmat liikuntapaikat ovat rakennetut ulkoliikuntapaikat kuten urheilu- ja palloilukentät. Pihat, palloilusalit ja voimistelusalit ovat myös tärkeitä liikunnan harrastamispaikkoja. Aikuisten käyttämiin liikuntapaikkoihin verrattuna lapset ja nuoret käyttävät täysin poikkeavia liikuntapaikkoja liikunnan harrastamiseen. Aikuisväestön suosimat liikuntapaikat ovat kevyen liikenteen väylät ja ulkoilureitit. Eroja tyttöjen ja poikien suosimilla liikuntapaikoilla on jonkin verran. Poikien suosimat liikuntapaikat ovat: rakennetut ulkoliikuntapaikat, pihat, palloilusalit ja jäähallit. Tytöt suosivat enemmän voimistelusalieja, uimahalleja sekä kevyen liikenteen väyliä. (Kansallinen liikuntatutkimus 2005 – 2006, 46–47.)

Sosiaalinen vuorovaikutus on tärkeä osa liikunnan harrastamista. Kun yksilö on kiinnostunut siitä, miten muut näkevät hänet, alkaa hän tarkkailla muiden reaktioita omiin tekemiinsä ja sanomisiinsa. Yksilön kokemus omista liikunnallisista kyvyistään vaikuttaa myös hänen rooliinsa perheessä, yhteiskunnassa ja kaikenlaisissa sosiaalisissa suhteissa. (Salmela 2006, 59 – 60.)

Nuorten vapaa-aikaan kuuluvat myös luova toiminta, kulttuurin ja taiteen harrastaminen. Näiden kaikkien alojen määrittäminen ja ymmärtäminen laajassa merkityksessä on ongelmallista. Nuorten käsitys kulttuurista ei rajoitu vain ns. korkeakulttuuriin kuten oopperaan ja teatteriin. Taiteen harrastaminen nuorten käsityksen mukaan voi olla mm. graffittien maalaamista. Nuoret kokevat voivansa toteuttaa luovuuttaan paitsi luovissa harrastuksissa esim. tanssissa, mutta myös arjessa kotona ja kavereiden kanssa. Luovista harrastuksista puhuttaessa raja kulttuurin ja liikunnan välillä hämärtyy. Liikunta koetaan nuorten keskuudessa usein luovaksi toiminnaksi. Tärkeimpiä syitä taiteen ja kulttuurin parissa toimimiseen ovat ystävät ja yhdessä tekeminen sekä ilo ja oppimisen halu. Taiteeseen liittyy nuorten mielestä sen elämyksellisyys sekä sen kautta vaikutusmahdollisuus yhteiskuntaan. (Myllyniemi 2009, 6 – 7, 65.)

Luovien harrastusten kasautuminen samoille nuorille on yleistä. Ne nuoret, jotka soittavat tai laulavat ovat harrastuksensa parissa aktiivisimpia. Useampi kuin kolmannes näistä nuorista on harrastuksensa parissa päivittäin. Vanhemmat ja ystävät ovat erittäin tärkeitä luovaan toimintaan kannustajia nuorille. (Myllyniemi 2009, 26 – 27, 43.)

Kulttuuripalveluiden tärkeys nuorten vapaa-ajan viettotapana on kasvanut viimeisten vuosien aikana. Nuoret ovat kiinnostuneimpia teatterissa, museoissa ja konserteissa käymisessä. Television ja elokuvien asema sen sijaan on säilyttänyt vahvan asemansa nuorten vapaa-ajan viettotapana. Suomalaiset televisiosarjat ja elokuvat ovat ottaneet kiinni amerikkalaisten sarjojen ja elokuvien etumatkaa. (Myllyniemi 2009, 64.)

Internet on yhä keskeisempi osa nuorten arkea. Sitä kautta kanavoituu myös luovaa toimintaa. Netin kautta voidaan välittää ja jakaa omia kokemuksia ja elämyksiä asettamalla videoleikkeitä esim. YouTubeen. Muiden teosten lataamista voidaan taas pitää kulttuurin kuluttamisena. (Myllyniemi 2009 88, 91.)

2.8 Nuoret ja media

Tämän päivän nuorten maailmassa erilaisilla mediavälineillä on tärkeä rooli. Nuorten medioiden käyttöä on tutkinut mm. TNS Gallup keväällä 2009. Tietoa nuorten käyttämistä mediavälineistä kerättiin web-kyselynä TNS Gallup Forumissa. Se on sähköinen tiedonkeruualue, joka pohjautuu koko Suomen aktiivi-ikäistä väestöä edustavasti rakennettuun noin 40 000 vastaajan tietokantaan. Nuorten mediakäyttö -tutkimuksen vastaajina olivat 10 – 29-vuotiaat suomalaiset nuoret. Tutkimus kuvaa nuorten yhden päivän keskimääräistä mediakäyttöä.

Tutkimuksen mukaan 10–29-vuotiaiden eniten käyttämiä medioita ovat televisio ja internet. Television parissa aikaa viettävät erityisesti 10 – 14-vuotiaat. Television katsominen nuorten vapaa-aikana painottuu aikavälille 19.30 – 22.30. Muiden medioiden käyttö jakaantuu selvästi television katsomista tasaisemmin vuorokauden eri tunneille. (Talous Sanomat). Suomalaisten television katselua seurataan myös jatkuvalla paneelitutkimuksella. Television yhteyteen on asennettu mittari 1100 kotiin, joissa asuu yhteensä noin 2300 henkilöä. Nämä mittarit rekisteröivät automaattisesti televisiosta katsottua kanavaa sekä kellonajan, jolloin televisiota on katsottu. Tämän tutkimusmenetelmän avulla on tilastoitu, että suomalaiset 10 – 24-vuotiaat nuoret katsoivat televisiota vuonna 2008 yhden tunnin ja 37 minuuttia päivittäin. Tyttöjen viettämä aika television ääressä oli huomattavasti pidempi kuin poikien. Tyttöjen päivittäiseksi television katseluajaksi saatiin tunti ja 49 minuuttia, kun se poikien osalta oli tunti ja 24 minuuttia. Edelliseen vuoteen verrattuna tyttöjen ja poikien yhteinen katseluaika oli lisääntynyt kuudella minuutilla. (Finnpanel oy, 17.1.2010.)

Toinen vahva nuorisomedia on internet. Sen käyttö korostuu yli 20-vuotiailla nuorilla. Facebookin ja IRC-Gallerian tapaiset yhteisö sivustot ovat tutkimuksen mukaan ylivoimaisesti käytetyimpiä nettisivustoja nuorten keskuudessa. Lähes kaksi viidesosaa nuorista ilmoittaa käyttävänsä Messenger-pikaviestintää. Ikäryhmäkohtaiset erot ovat kuitenkin suuria, esimerkiksi 10 – 14-vuotiailla pelisivustot nousevat suosituimmiksi. Nuorten internetin käytössä on selkeästi havaittavissa ikäryhmäkohtaisia eroja. Aamulla nettiä käyttävät yli 20-vuotiaat, kun taas illalla verkkoa käytetään aktiivisesti kaikissa ikäryhmissä. Messengerin käyttö painottuu iltaan, jolloin lukioikäiset viestittelevät toistensa kanssa aktiivisimmin. Nuorten päivässä korostuu myös me-

dioiden päällekkäinen käyttö, esimerkiksi internet ja televisio ovat lyömätön yhdistelmä iltaisin. Sähköisten medioiden käyttäminen on aktiivisimmillaan aikavälillä 14 – 22.

Päivittäin radiota kuuntelee ja lehtiä lukee noin puolet suomalaisista nuorista. Nuorten kiinnostus sanomalehtiä kohtaan on kuitenkin huomattavasti vähäisempää. Tutkimuksen mukaan vain noin 28 prosenttia nuorista lukee paperimuotoisia sanomalehtiä. Lehdistä nuoret kertovat seuraavansa ajankohtaisia asioita ja lukevansa uutisia sanomalehtien verkkosivuilla sen sijaan nuoret vierailevat ahkerasti.

Nuoret käyttävät matkapuhelinta aktiivisesti puhumiseen, tekstiviestiä lähettämiseen ja musiikin kuunteluun. Matkapuhelimen käyttötarkoituksissa ilmenee paljon ikäryhmäkohtaisia eroja, esimerkiksi 15 – 19-vuotiaat kirjoittavat tekstiviestejä lähes yhtä paljon kuin puhuvat puhelimessa.

Television, internetin ja radion käytön motiiveissa korostuu viihtyminen. Internetin suosio perustuu tutkimuksen mukaan sen yhteisöllisyyteen ja se antaa nuorille osallistumisen mahdollisuuksia. Lisäksi nuoret pitävät internetiä viihdyttävänä, kiinnostavana, hyödyllisenä ja kekseliäänä. (Talous Sanomat).

Tutustuminen nuorten arkielämään sekä nuorten fyysisten, psyykkisten ja sosiaalisten muutosten ymmärtäminen on luonut pohjan nuorille suunnattujen liikuntaharrastusten luomiselle. Tämän päivän nuorille on tarjolla runsaasti erilaisia vapaa-ajanvietto mahdollisuuksia. Liikunta on edelleen suosittu harrastusmuoto, mutta varsinkin noin 15 vuoden iässä nuorten innostus etenkin urheiluseuroissa liikkumiseen vähenee huomattavasti. (Kansallinen liikuntatutkimus 2005 – 2006, 20.)

Liikunnan merkitys terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi on kiistaton. Tämän vuoksi säännöllinen liikunnan harrastaminen tulisi olla mahdollista ja kuulua kaikkien nuorten elämään. Laajat ja monipuoliset liikuntamahdollisuudet urheiluseuroissa, yritysten ja julkisen sektorin tarjoamissa palveluissa ja mahdollisuudet omissa kaveriporukoissa liikkumiseen sopivissa toimintaympäristöissä luovat vankan pohjan elinikäisen liikuntakipinän syntymiselle.

3 Opinnäytetyön tavoite ja menetelmät

Tämän opinnäytetyön päätavoitteena on kuvata toimintatutkimukseen perustuvaa pilottitoimintamallia nuorten harrasteliikuntamahdollisuuksien lisäämiseksi Helsingissä. Toimintamallia on kehitetty vuosina 2008 – 2010 Itä-Helsingissä.

Nuorten harrastusmahdollisuuksien lisäämiseksi opinnäytetyön alatavoitteena on liikuntapalvelujen tuottaminen siten, että nuoret eivät ole ainoastaan liikunnan harrastajia ja liikuntatoimintaan osallistuvia, vaan että nuoret itse vaikuttaisivat liikuntapalveluiden sisältöihin ja toimintaympäristöihin, joissa palveluja tarjotaan. Liikuntapalvelujen toivotaan kohdistuvan pääasiassa sellaisille nuorille, joilla ei vielä ole liikuntaharrastuksia. Näiden nuorten osallistuminen liikuntapalvelujen suunnitteluun on tärkeää. Lisäksi alatavoitteena on ollut löytää yhteistyökumppaneita kaupungin eri hallintokunnista, urheiluseuroista ja yrityksistä liikuntapalvelujen tuottamiseksi ja niiden levittämiseksi nuorten keskuuteen.

3.1 Menetelmät

Nuorten harrasteliikunnan lisäämisen toimintamallin luominen toteutettiin toimintatutkimuksena. Opinnäytetyö on toimintatutkimus, joka ymmärretään jatkuvaksi prosessiksi. Se tähtää asioiden muuttamiseen ja kehittämiseen entistä paremmiksi. Toimintatutkimukseen liittyvät käytännön toiminnan ja teoreettisen tutkimuksen vuorovaikutus. Toimintatutkimuksen toteuttamiseen ei ole olemassa mitään ehdottomasti oikeaa tai väärää tapaa. Jatkuva muutos aiheuttaa sen, että toimintatutkimuksen kuvaaminen on haastavaa. (Aaltola & Syrjälä 1999, 13,17,21.)

Toimintatutkimuksen avulla tuotetaan tietoa käytännön kehittämiseksi. Siinä tutkitaan ihmisten järkipäisiä ja tavoitteellista toimintaa. Toimintatutkimus kohdistuu erityisesti sosiaaliseen toimintaan, joka pohjautuu vuorovaikutukseen. Ihmiset suuntaavat toimintansa toisiin yksilöihin tai ottavat heidät huomioon toiminnassaan. Heitä ohjaa yhteinen tulkinta, merkitys tai näkemys yhteisestä toiminnasta ja sen tarkoituksesta. Toimintatutkimus on usein ajallisesti rajattu tutkimus- tai kehittämisprojekti, jossa suunnitellaan ja kokeillaan uusia toimintatapoja. Toimintatutkimukseen kuuluu syklisyys. Yhteen suunnitelmaan perustuvaa kokeilua seuraa kokeilujen ja arvioinnin pohjalta paranneltu suunnitelma. Toimintaa hiotaan useiden peräkkäisten suunnittelu- ja kokeilusyklien avulla. Näin muodostuu kokeilujen ja tutkimuksen vuorovaikutuksena etenevä spiraali. (Heikkinen 2006, 16–19)

Arja Kuula (1999,218) on tiivistänyt toimintatutkimuksen tutkimusprosessiin seuraavia ominaisuuksia. 1) Tutkija on aktiivinen osallistuja muutos - ja tutkimusprosesseissa. 2) Tutkijan ja tutkittavien suhteen perustana on yhteistyö ja yhteinen osallistuminen. 3) Toimintatutkimus suuntautuu käytäntöön ja se on ongelmakeskeistä. 4) Prosessi on syklinen; ensin valitaan päämäärät, sitten tutkitaan ja kokeillaan käytännön mahdollisuuksia edetä päämääriin. Tämän jälkeen taas arvioidaan ensiaskelia ja muotoillaan ja tarkennetaan päämääriä, tehdään käytännön kokeiluja, arvioidaan näitä jne. Näin tutkimusprosessissa vuorottelevat suunnittelu, toiminta ja toiminnan arviointi.

Toimintatutkimus tavoittelee käytännön hyötyä, käyttökelpoista tietoa. Perinteisen tutkimuksen esikuvana on ollut luonnontieteellinen tutkimus. Toimintatutkimus on hakenut vaikutteita pragmatismista ja sosiaalitieteistä. Toimintatutkimuksessa tutkija osallistuu toimintaan tehden tutkimuskohteeseen tarkoitukselliseen muutokseen tähtäävän intervention. Perinteisesti tutkija on tutkimukseen ulkopuolisesti ja objektiivisesti suhtautuva. Toimintatutkija on aktiivinen vaikuttaja ja toimija. Tutkija käynnistää muutoksen ja rohkaisee ihmisiä ja valaa uskoa ihmisten omiin kykyihin. Toimintatutkimuksessa tutkija tarkastelee toimintaa sisältäpäin ja näin se vaikuttaa tutkijan suhtautumiseen aineistoonsa ja sen analysointiin. Tutkija käyttää omia havaintojaan muun tutkimusmateriaalin lisäksi tai muun tutkimusaineiston sijasta. Tutkijan ymmärrys kehkeytyy asteittain. Vähittäistä ymmärtämisen ja tulkinnan prosessia nimitetään hermeneuttiseksi kehäksi. (Heikkinen 2006, 20)

Toimintatutkimuksen päätavoitteena oli luoda uusi toimintamalli liikuntavirastossa nuorten harrasteliikuntamahdollisuuksien lisäämiseksi. Aikaisemmin nuorten ohjattujen liikuntapalvelujen tuottamisesta ovat vastanneet Helsingissä pääasiassa urheiluseurat. Urheiluseurojen resurssit ovat keskittyneet pääasiassa kilpaurheilumaiseen valmennustoimintaan, johon tänä päivänä osa lapsista ja nuorista ei halua osallistua. Huoli lasten ja nuorten fyysisen kunnon ja terveyden heikkenemisestä on noussut Helsingin liikuntavirastossa esiin. Liikuntaviraston liikunnanohjausosaston tehtävänä on edistää kaupunkilaisten hyvinvointia liikunnan keinoin. Kaupungin liikuntapalvelut on puolestaan suunnattu pääasiassa soveltavaa liikuntaa tarvitseville, seniorikäisille ja terveystoimintaa aikuisille. Lisäksi lasten uinninopetus on ollut painopistealueena. Lasten ja nuorten liikuntapalveluiden lisäämiseksi liikuntavirastossa oli kehitettävä uudenlainen toimintatapa.

Tutkimuksen laadullinen aineisto koostuu tutkijan muistiinpanoista, työyhteisön kokouksissa tehdyistä muistioista ja FunAction – nuorten harrasteliikuntahankkeen ohjausryhmän kokouspöytäkirjoista marraskuusta 2008 – helmikuun loppuun 2010. Tutkimuksessa kerättiin myös

määrällistä aineistoa. Webropol – sähköpostikyselyllä kartoitettiin eri toimijoiden yhteistyöhakkuutta maaliskuussa 2009. Lisäksi nuorille tehtiin liikuntakyselyt 3. ja 4. 6 2009 sekä 26.8.2009. Liikuntaviraston sekä nuorisosiainkeskuksen tilastojen analysoinnin avulla valittiin ikäryhmä, jolle liikuntapalvelujen kehittäminen aloitettiin.

Harrasteliikuntapalveluiden toimintamallin luomiseksi perustettiin FunAction -nuorten harrasteliikuntahanke, joka toimintatutkimuksen tapaan eteni syklisesti. Toimintaa aikaansaamiseksi käytettiin keskustelumenetelmää, johon hankkeen alkuvaiheessa osallistuivat kaikki 10 liikunnanohjausosaston Itä - Helsingin työntekijää. Yhteisissä kokouksissa kaikilla oli tasavertainen mahdollisuus osallistua toiminnan ideointiin ja keskusteluun. Kokouksissa tutustuttiin ja analysoitiin muiden isojen kaupunkien, kuten Oulun, Tampereen, Turun ja Jyväskylän, nuorille järjestettyä toimintaa. Yhteisesti todettiin, että muiden kaupunkien tapa tuottaa liikuntapalveluja ei sovellu suoraan Helsingin liikuntaviraston toimintatapoihin. Yhteisissä liikunnanohjaajien kokouksissa, jokainen työntekijöistä toimi vuorollaan muistion kirjaajana. Koko hankkeen ajan työntekijöiden kanssa on käyty useita kahvipöytä – ja käytävä keskusteluja, joista tutkija on tehnyt muistiinpanoja.

Heti hankkeen alkuvaiheessa tiedostettiin, että liikuntaviraston liikunnanohjaajat ohjaavat noin kaksikymmentä liikuntatuntia viikossa, joten heidän liikunnanohjausmääräänsä ei voitu enää lisätä. Tästä syystä toiminnan toteuttamiseen tuli löytää uusia keinoja. Yhteisesti päätettiin lähestyä alueen muita toimijoita. Alueella toimiville urheiluseuroille, kouluille sekä nuorisotaloille lähetettiin Weprobol- sähköpostiohjelmalla kysely (Liite 1). Kyselylomakkeen avulla selvitettiin edellä mainittujen tahojen olemassa olevaa harrasteliikuntatarjontaa. Lisäksi kartoitettiin yhteistyökumppaneiden kiinnostusta osallistua liikuntaviraston kanssa harrasteliikuntapalvelujen tuottamiseen nuorille. Kiinnostuksensa ilmoittaneet tahot kutsuttiin keskustelu, tutustumis- ja ideointikokoukseen toukokuussa 2009. Kokouksessa yhteiseksi tavoitteeksi asetettiin, että harrasteliikuntatoimintaa pyritään tuottamaan nuorille, jotka eivät ole aktiivisia urheiluseuroissa liikkuvia vaan toimintaan yritetään saada mukaan nuoria, joilla ei ole lainkaan tai on vain yksi viikoittainen liikuntaharrastus. Tilaisuuden tuloksena aloitettiin FunAction -tapahtumien suunnittelu nuorille.

Keskustelu – ja tutustumistilaisuudessa perustettiin FunAction - nuorten harrasteliikuntahankkeelle ohjausryhmä, joka kokoontui kerran kuussa keskustelemaan ja arvioimaan toimintaa toukokuusta 2009 alkaen. Ohjausryhmään valittiin tutkija, kaksi liikuntaviraston lähiöliikuttajaa sekä kaksi urheiluseurojen edustajaa.

Nuorten osallistuminen toiminnan suunnitteluun koettiin heti alussa yhdeksi toiminnan onnistumisen menestystekijäksi. Ensimmäisissä tapahtumissa nuorten toiveita kartoitettiin kyselylomakkeella. Tapahtumiin asetettiin lähelle info- pöytää kyselylomakkeita ja suljettu palautuslaatikko. Osallistujilla oli vapaaehtoinen mahdollisuus vastata nimettömästi kyselyyn, joka myöhemmin taltioitiin Digium – sähköiseen kyselyohjelmaan (Liite 2). Nuorilta kysyttiin liikunnan harrastuneisuutta, heidän toiveitaan liikuntapalveluista, toimintaympäristöistä sekä hinnasta.

Tapahtumien sisältöä havainnoitiin ja nuorilta saatua suullista palautetta arvioitiin kaikkien mukana olleiden yhteistyötahojen kanssa. Kyselylomakkeilla kerättyä tietoa analysoitiin. Kyselylomakkeisiin nuoret olivat kirjanneet liikuntalajeja, joita he haluaisivat kokeilla tai harrastaa. Näiden toiveiden perusteella aloitettiin viikoittaisen toiminnan suunnittelu syksyille 2009. Kyselylomakkeiden analysoinnin perusteella todettiin, että tapahtumiin ei ollut osallistunut sitä nuorten kohderyhmää, joka oli asetettu toiminnan tavoitteeksi. Tästä syystä ohjausryhmässä päätettiin kutsua lähialueen kouluja samantapaiseen tapahtumaan.

Elokuussa 2009 koulujen alettua järjestettiin yläkoululaisille FunAction -toimintapäivä. Kaikille lähialueen kouluille (14) lähetettiin kutsu mahdollisuudesta osallistua alueen monitoimihallissa maksuttomaan toimintapäivään. Kaksi alueen koulua ilmoittautui mukaan. Samoin kuin edellisissä tapahtumissa infopöydän läheisyyteen asetettiin kyselylomakkeita ja suljettu palautuslaatikko. Nuoria kannustettiin vastaamaan kyselyihin. Kyselylomakkeen kysymykset olivat lähes samoja kuin edellisessä. Tulokset taltioitiin Digium – sähköiseen kyselyohjelmaan (Liite 3), jonka avulla vastauksia analysoitiin. Kyselylomakkeilla kerätyn tiedon pohjalta muokattiin syksyllä alkavan viikoittaisen toiminnan sisältöä. Toimintapäivän jälkeen ohjausryhmän kokouksessa todettiin, että kaikki toimijat olivat huomanneet nuorten ulkoisesta olemuksesta ja käyttäytymisestä, että koulujen kautta oli tavoitettu nuoria, joita voitiin pitää FunAction -toiminnan kohderyhmänä – ei liikunnallisesti aktiivisia nuoria. Tämä todettiin myös kyselylomakkeiden analysoinnin perusteella. Palautekeskustelussa todettiin, että opettajien sekä koulun muun henkilökunnan mukana oleminen hankkeen edistämiseksi olisi tärkeää.

Kehittämishankkeen aikana tutkija on koko ajan pohtinut eli reflektoinut yksin sekä niiden liikunnanohjausosaston liikunnanohjaajien kanssa, jotka ovat ohjanneet nuorten liikuntaryhmiä, hankkeen etenemistä. Pohdintaa on käyty myös kaikkien muiden alueella toimivien liikunnanohjaajien kanssa. Hankkeen ohjausryhmässä pohdintaa ja arviointia on tehty kuukausittain. Reflektion avulla on pyritty ymmärtämään toiminnan perusteluja ja seurauksia. Pohdinta ulottuu henkilökohtaisen ymmärtämisen ja oppimisen perusteellisesta tarkastelusta työelämän

käytäntöjen ja kulttuurin arvojen pohdintaan. Sen tavoitteena on syventää ymmärrystä. Olen-
naista nuorten harrasteliikuntahankkeen kehittämisessä on toiminnan ja sen vaikutuksen jatku-
va reflektointi, jonka avulla voidaan saavuttaa tuloksia, joita ei saada esille muilla menetelmillä.
Reflektointi on eräs toimintatutkimuksen lähtökohta. Sen avulla saavutetaan uudenlaisen toi-
minnan ymmärtämistä ja toiminnan jatkuvaa kehittymistä.

4 FunAction – Nuorten harrasteliikuntahanke

Yleinen keskustelu nuorten fyysisen kunnan laskusta, ylipainon kehittymisestä ja psyykkisten ongelmien lisääntymisestä ovat antaneet sysäyksen liikuntaviraston liikunnanohjausosastolle nuorille suunnattujen harrasteliikuntapalvelujen kehittämiseksi. Liikunta on edelleen suosittu vapaa-ajanharrastus nuorten keskuudessa. Osa nuorista harrastaa monipuolista liikuntaa UKK-instituutin luomien nuorten fyysisen aktiivisuuden suositusten mukaisesti päivittäin 1 – 1,5 tuntia ja on hyvässä kunnossa. Etelä-Suomen läänissä vuonna 2008 toteutetun kouluterveyskyselyssä tutkittiin peruskoulun 8. ja 9. luokan, lukion 1. ja 2. luokan sekä ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. luokan oppilaiden liikunta-aktiivisuutta. Liikuntaindikaattorina käytettiin UKK-instituutin terveystuokasuosituksia nuorille. Tämän tutkimuksen mukaan peruskoululaisista sekä lukiolaisia liian vähän liikuntaa harrastavia nuoria vuonna 2008 oli 53 %. Ammattiin opiskelevista nuorista liian vähän liikuntaa harrastavia oli 68 %. (Kouluterveys 2008, 25–28)

Viime vuosien aikana on synnytetty myös monia virallisia asiakirjoja, jotka ovat luoneet pohjaa nimenomaan lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi. Asiakirjat käsittelevät lasten ja nuorten hyvinvointia ja terveyden edistämistä laaja-alaisesti. Kaikissa asiakirjoissa painotetaan ennaltaehkäisevän ja yhteistyön merkitystä. Liikunnan merkitystä terveyden ja hyvinvoinnin edistämisenä on tuotu voimakkaasti esiin.

Taulukko 1. Asiakirjat, jotka luovat pohjaa nuorten terveyden edistämiseksi ja hyvinvoinnin lisäämiseksi liikunnan avulla.

Taustavaikuttaja	Tavoite	Kesto
Hallituksen politiikkaohjelma	<ul style="list-style-type: none">lasten, nuorten ja perheiden hyvinvoinnin edistäminen	2007→
OPM lasten ja nuorten liikuntaohjelma	<ul style="list-style-type: none">osallisuutta vahvistavien toimintamallien lisääminenpoikkihallinnollisen yhteistyön lisääminen	2008→

<p>Helsingin kaupungin strategia ohjelma</p>	<ul style="list-style-type: none"> • edulliset liikuntamahdollisuudet • nuorten vaikutusmahdollisuudet oman terveytensä edistämiseen • hallintokuntien välisen yhteistyön lisääminen • kokonaisvaltaisesti liikunnan lisääminen kaikissa väestöryhmissä 	<p>2009 - 2012</p>
<p>Lastensuojelulaki L 417/2007, 12 §</p>	<ul style="list-style-type: none"> • lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistäminen kunnissa • ennaltaehkäisevän työn lisääminen • lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 	<p>2007</p>
<p>Helsingin lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma</p>	<ul style="list-style-type: none"> • kehittää hallintokuntien rajat ylittäviä peruspalveluja ja varhaista tukea • lasten ja nuorten osallisuuden ja yhteisöllisyyden vahvistuminen • kaikilla lapsilla ja nuorilla on tasapuolinen mahdollisuus ainakin yhteen harrastukseen viikoittain 	<p>2009 - 2019</p>

Etelä – Suomen Kaste-ohjelma	<ul style="list-style-type: none"> • lisätä osallisuutta ja vähentää syrjäytymistä • lisätä terveyttä ja hyvinvointia • parantaa palveluiden laatua, vaikuttavuutta, saatavuutta • alueellisten erojen kaventaminen 	2008 - 2011
Helsingin lähiöprojektin projektisuunnitelma	<ul style="list-style-type: none"> • nuorten liikuntaan kannustaminen 	2008 - 2011
Helsingin liikuntapoliittisen ohjelman valmistelu	<ul style="list-style-type: none"> • lasten ja nuorten liikunnan lisääminen 	2010

Viralliset asiakirjat luovat perusteet nuorten liikunta-aktiivisuuden lisäämiseksi. Yhtenä korkean tason kannanottona voidaan pitää vuoden 2007 hallituksen politiikkaohjelmaa, jonka mukaan lasten ja nuorten liikunnan harrastamista, sen myönteisten terveysvaikutusten vuoksi, tulee edelleen tukea.

Opetusministeriön käynnistäessä lasten ja nuorten liikuntaohjelman kolmannen vaiheen vuonna 2008 tavoitteena on lisätä osallisuutta vahvistavia toimintamalleja, aikaansaada laajempaa poikkihallinnollista yhteistyötä koulujen, nuoris- ja sosiaalitoimen sekä lastenkulttuurikeskusten kanssa. Lisäksi tavoitteeksi asetettiin lasten ja nuorten harrastuneisuuden ja osallisuuden edistäminen liikuntaan, taiteeseen ja kulttuuriin, jotka ovat tärkeitä lapsen ja nuoren hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä. Koululaisten aamu- ja iltapäivätoiminnan, koulujen kerhotoiminnan, taiteen perusopetuksen, lasten ja nuorten liikuntatoiminnan sekä muun harrastustoiminnan tukemisen tavoitteena on sosiaalisilta taidoiltaan ja itsetunnon vahva sekä ympäristöönsä vastuullisesti suhtautuva nuori. Samalla korostettiin sitä, että korkeat palvelumaksut eivät saa estää osallistumista toimintaan, koska ne ehkäisivät osaltaan syrjäytymistä ja tarjoavat varhaista tukea. Toiminnan tulee edistää eri kerho- ja harrastustoiminnan poikkihallinnollista yhteistyötä ja koordinaatiota. Palvelujen tulee olla kaikkien lasten ja nuorten saavutettavissa riippumatta alueellisesta sijainnista tai perheiden taloudellisesta tilanteesta. Opetusministeriön liikuntaoh-

jelman painopisteenä on kuntien sekä liikuntajärjestöjen ja kulttuurialan toimijoiden välinen yhteistyö. (Hallituksen politiikkaohjelma.2007, 8-9.)

Liikuntatutkimusten mukaan yhä useampi nuori harrastaa liikuntaa kuin vuosikymmen aiemmin. Kuntotestit osoittavat kuitenkin, että nuorten fyysinen kunto on heikentynyt. Ristiriitaa selitetään arkiaktiivisuuden ja omatoimisen vapaa-ajan liikkumisen vähenemisellä. Iso haaste liikuntatottumuksiin liittyen on aktiivisuuden polarisoituminen, se että lapset ja nuoret ovat jakautumassa erittäin aktiivisesti liikkuviin ja oman terveytensä kannalta liian vähän liikkuviin. Jos tämä kehityssuunta jatkuu, on sillä tulevaisuudessa erittäin suuret kansantaloudelliset vaikutukset, muun muassa kakkostyyppin diabeteksen hoitokustannusten lisääntymiseen. (Kansallinen liikuntatutkimus 2005 – 2006, 7.)

Helsingin kaupungin liikuntaviraston tehtävänä on luoda kaupunkilaisille mahdollisuuksia liikunnan harrastamiseen ja tukea urheiluseurojen toimintaa. Liikuntamahdollisuudet kattavat sekä fyysiset liikuntaolosuhteet sekä kaupungin tuottamat liikuntapalvelut. Liikuntavirasto ei ole tuottanut nuorille suunnattujen liikuntapalveluja. Helsingissä nuorten liikuntapalveluista ovat pääasiassa huolehtineet urheiluseurat. Urheiluseuroissa valmentajat ja ohjaajat keskittyvät pääasiassa perinteiseen ja tavoitteelliseen ohjaus ja valmennustyöhön. Tämän johdosta myös liikuntatiloja käytetään pääasiassa kilpaurheilu ryhmien tarpeeseen. Resurssit niiden nuorten liikuttamiseen, jotka vasta aloittelevat liikunnan harrastamista vapaa-aikanaan tai eivät enää halua harrastaa kilpaurheilun vaatimalla tasolla, ovat urheiluseuroissa vähäiset.

Helsingin kaupungin vuosille 2009 – 2012 laaditun strategia ohjelman yhtenä painopisteenä on lasten ja nuorten terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen. Toimenpiteinä liikunnan osalta määritellään edulliset liikuntamahdollisuudet ja nuorten vaikutusmahdollisuudet oman hyvinvointinsa edistämiseksi. Koko väestön osalta strategia korostaa haitallisten elintapojen, kuten tupakoinnin, alkoholin liikkäytön, huumausaineiden käytön, virheellisten ruokailutottumusten ja vähäisen liikunnan tunnistamista ja niihin puuttumista. Lisäksi kokonaisvaltaisesti lisätään kaupunkilaisten liikuntaa. Strategia korostaa kaupungin hallintokuntien välisen yhteistyön merkitystä. (Strategiaohjelma 2009 -2012.)

Nuorille suunnatun liikuntatoiminnan kehittämisen tärkeyttä korostaa myös uudistettu lastensuojelulaki (L417/2007,12 §), joka velvoittaa kuntaa laatimaan valtuustokausittain suunnitelman lastensuojelun järjestämisestä sekä kehittämisestä lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi kunnassa. Lain tavoite on, että lastensuojelun painopiste siirtyisi ennaltaehkäisyyn, varhaiseen tukeen ja avohuoltoon. Lastensuojelu käsitetään kaikkia viranomaisia koskevaksi toiminnaksi. Laki sisältää ohjeistuksen siitä, mitä tietoja suunnitelman tulee pitää sisällään.

Suunnitelman tarkoitus on olla jatkossa osa toiminnan suunnittelun, toteuttamisen ja arvioinnin vuosirytmää.

Helsingissä suunnitelma on nimetty lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelmaksi. Lastensuojelu on lain mukaan käsitetty laajasti koskemaan kaikkia hallintokuntia sekä lapsia ja nuoria koskevia palveluja. Hyvinvointisuunnitelman painopisteenä on kehittää hallintokuntien rajat ylittävien peruspalveluja ja varhaista tukea niin, että lasten ja nuorten hyvinvointi lisääntyy. Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma kytkeytyy Helsingin strategiaohjelmaan vuosille 2009 – 2012 sekä Etelä-Suomen Kaste-ohjelman Lapsen ääni-kehittämishjelmaan. (Helsingin lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2009 – 2019, 3.) Kaste-ohjelmalla pyritään nuorten syrjäytymisen ehkäisyyn hallintokuntien rajat ylittävän toiminnan avulla (Kaste-ohjelma, 2008 – 2011.)

Lisäksi merkittävä taho hankkeen käynnistämiseksi on ollut Helsingin lähiöprojekti, joka on kaupungin hallintokuntien yhteistyöprojekti, jossa liikuntaviraston on mukana aktiivisesti ydintoimijana. Kaupunginhallituksen vuonna 1996 perustamalla lähiöprojektilla on meneillään neljäs toimintakausi (2008–2011). Kaupunginhallituksen 22.9.2008 hyväksymä lähiöprojektin projektisuunnitelma asettaa projektin päämääräksi vahvistaa ja tehdä tunnetuksi kaupunginosien vetovoimatekijöitä ja vahvuuksia, edistää lähiöiden uudisrakentamista, palvelujen pysymistä ja uusien syntymistä. Kaupunkilaisten toimintaedellytyksiä ja -mahdollisuuksia omalla asuinalueellaan parannetaan yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa. Tavoitteena on myös luoda erityispalvelujen malleja, joilla edistetään yhteisöllisyyttä, turvallisuutta, elämänhallintaa ja eri ikäryhmien harrastusmahdollisuuksia. Liikunnalla on suuri osuus harrastetoiminnassa ja se on tärkeä osa ennaltaehkäisevää terveydenhoitoa myös varhaisnuorilla. Uudella projektikaudella yhtenä painopistealueena on nuorten kannustaminen liikuntaan. (Lähiöprojektin projektisuunnitelma 2008, 5,7,21.)

Nuoret mahdollisuudet vapaa-aikansa viettämiseen erilaisten harrastusten parissa ovat muuttuneet viimeisten vuosikymmenten aikana. Liikunnan harrastaminen on vain yksi vaihtoehtomien muiden harrastusten rinnalla. Etenkin Helsingissä harrastusmahdollisuuksia on runsaasti. Kansallisen liikuntatutkimuksen mukaan liikunnan harrastaminen on lisääntynyt, mutta nuorten fyysinen kunto on laskenut. Tutkimus selittää ilmiötä sillä, että arkiliikunnan määrä on vähentynyt. Lapsia ja nuoria kuljetetaan autolla liikuntaharjoituksiin, kouluun ym. Koulu- ja harjoitusmatkoja ei enää kuljeta pyörällä tai kävellen. Muutosten myötä on syntynyt monia asiakirjoja, joiden avulla pyritään aktivoimaan mm. kuntien liikuntatoimia nuorten fyysisen hyvinvoinnin edistämiseksi. Helsingin kaupungin liikuntavirastossa on otettu vakavasti päättäjien, toimijoiden ja vanhempien huoli lasten ja nuorten fyysisen kunnan laskusta, sairauksien

lisääntymisestä sekä nuorten vapaa-ajan viettotavoista. Liikuntatoimen yhdeksi painopisteeksi on noussut lasten ja nuorten liikunnan edistäminen.

4.1 Harrasteliikuntahankkeen tavoite, suunnittelu ja kohderyhmän valinta

Nuorten harrasteliikuntahankkeen valmistelu käynnistyi loppusyksystä 2008. Liikunnanohjausosaston liikuntapalvelut ovat keskittyneet soveltavaan liikuntaan, ikääntyvien liikuntaan, uinninopetukseen sekä aikuisten terveystoimintaan. Osaston liikunnanohjaajat ohjaavat liikuntaryhmiä. Uudelle kohderyhmälle toimintaa suunniteltaessa todettiin, että toimintaa ei voida tarjota kaikille helsinkiläisille lapsille ja nuorille, vaan toiminnan kohdentaminen jollekin ikäryhmälle koettiin heti tarpeelliseksi.

Pohdittaessa ikäryhmää, jolle liikuntatarjonnan kehittäminen aloitettiin, kartoitettiin liikuntaviraston olemassa olevat palvelut lapsille ja nuorille. Palvelut kohdistuivat ensisijaisesti soveltavaa liikuntaa tarvitseville lapsille, uinninopetukseen, tempujumppiin 3 – 5-vuotiaille ja lomaaikojen liikuntakursseihin 6 – 12 -vuotiaille sekä perheliikuntaan. Liikuntaviraston liikuntapalveluja yli 13 -vuotiaille ei ollut. Rajattaessa toiminnan ikäryhmää, päätettiin palvelujen kehittäminen keskittää 13 – 17 -vuotiaille, koska täysi-ikäiset nuoret voivat osallistua aikuisille suunnattuihin liikuntapalveluihin.

Heti alkuvaiheessa todettiin, että liikunnanohjausosaston oma ohjaajamäärä ei riitä liikuntatun-
tien ohjaamiseen. Koko maassa valitsevan taloustilanteen johdosta oli jo käynyt selvillä, että toiminnan aloittamiselle ei saatu lisäresursseja vaan sitä tuli suunnitella, kehittää ja toteuttaa olemassa olevilla henkilöresursseilla ja uudellaisilla toimintatavoilla.

Helsingin kokoisessa kaupungissa toiminnan aloittaminen laaja-alaisesti on haastavaa. Siksi päätettiin aloittaa toiminnan kehittäminen ja kokeilu jossain osassa kaupunkia. Tarkasteltaessa nuorten osuutta koko helsinkiläisestä väestöstä todettiin, että Helsingissä asui vuonna 2007 iältään 13–17-vuotiaita 28 446 nuorta. Heistä noin 40 % asui Itä-Helsingissä (Taponen & Suihkonen 2007, 2, 4–5.)

Merkittäväksi aluevalintakriteeriksi nuorten sijoittumisen lisäksi nousi liikunnanohjausosaston liikunnanohjaajien kiinnostus nuorten liikuntatoiminnan kehittämiseen. Itä-Helsingissä työskentelevien liikunnanohjaajien aluekokouksessa syksyllä 2008 liikunnanohjaajat innostuivat nuorille suunnattujen palvelujen kehittämisestä ja sen mukanaan tuomista uusista haasteista heidän oman toimenkuvansa kannalta. Aikuisten terveystoimintapalveluja supistamisen ansiosta

alueella voitiin aloittaa uudenlaista toimintaa. Tammikuun 2009 aluekokouksessa pohdittiin ja ideoitiin erilaisia toimintatapoja ja -malleja hankkeen eteenpäin viemiseksi. Kokouksessa tutustuttiin myös muiden isojen kaupunkien liikuntatoimien nuorille suunnattuihin palveluihin.

Virallinen päätös nuorten harrasteliikuntapalveluiden kehittämishankkeen aloittamisesta 13–17-vuotiaille nuorille ja sen kokeilemisesta ja testaamisesta Itä- Helsingissä tehtiin liikunnanohjausosaston johtoryhmässä tammikuussa 2009. Päätöksessä yhteydessä todettiin, että harrasteliikuntatoiminnan tuottaminen 13 – 17-vuotiaille nuorille edellyttää uudenlaisia tavoitteita, toimintatapoja ja toimintamallia Helsingin liikuntavirastossa.

4.2 Yhteistyön luominen

Nuorten harrasteliikuntapalvelujen kehittämishankkeen tavoitteen mukaisesti harrasteliikuntapalvelujen aikaansaamiseksi tuli kehittää uudenlaisia toimintatapoja. Yhteistyön kehittäminen kaupungin eri hallintokuntien, urheiluseurojen ja yritysten kanssa koettiin välttämättömäksi. Yhteistyön aloittamiseksi luotiin kartoituskysely alueen eri toimijoille. Webropol – ohjelman välityksellä lähetettiin alueella toimiville urheiluseuroille, ylä-asteen kouluille, lukioille, nuorisotaloille ja seurakunnille sähköpostikysely, jossa kysyttiin yhteisön tarjoamia harrasteliikuntapalveluja 13 – 17-vuotiaille, toimintamuotoa, toiminnan määrää ja toimintapaikkaa. Kyselyssä kysyttiin myös yhteisön halukkuutta kehittää yhdessä harrasteliikuntatoimintaa liikuntaviraston kanssa. Sähköposteja lähetettiin yhteensä 40 kappaletta 5.3.2009 ja kahden viikon kuluttua siitä muistutusposti. Kyselyyn vastasi kolme urheiluseuraa, kaksi nuorisotaloa sekä yksi koulu, yhteensä kuusi tahoa, jotka kaikki ilmoittivat halukkuutensa yhteistyöhön. Myönteisesti kyselyyn vastanneille lähetettiin kutsu yhteiseen keskustelutilaisuuteen toukokuussa 2009. Keskustelutilaisuuteen osallistui kahden urheiluseuran edustajat.

Yhteistyöhön haluavilla urheiluseuroilla oli omaa harrasteliikuntatoimintaa, mutta heidän halukkuutensa uusien liikuntaryhmien perustamiseen kaupungin kanssa yhteistyössä perustui siihen, että seurojen omat ryhmät olivat täysiä ja koostuivat pääosin nuorista, jotka olivat lähiaikoina lopettaneet kilpailumielessä harjoittelun. Yhteisessä keskustelutilaisuudessa koettiin ongelmalliseksi sekä liikuntaviraston että urheiluseurojen taholta liikuntatilojen saaminen nuorten harrasteliikuntaan. Syksyn liikuntatila- anomukset oli pitänyt jättää jo huhtikuussa 2009 sekä liikuntaviraston että koulujen liikuntatiloista. Liikunnanohjausosastolla liikuntatiloja oli jonkin verran anottu ja yhteisesti keskustelutilaisuudessa päätettiin, että nuorten harrasteliikuntatoimintaa aloitetaan heti syksyllä 2009, niissä liikuntatiloissa ja koulujen saleissa, jotka saa-

daan käyttöön. Mukaan tulleet urheiluseurat ilmoittivat varaavansa ohjaajaresurssia toiminnan käynnistämiseksi.

Koulun ja nuorisotalojen edustajien puuttumista keskustelutilaisuudesta harmiteltiin, mutta uskottiin sen johtuvan toukokuisesta ajankohdasta. Yhteydenotto näihin tahoihin päätettiin jättää syksyyn. Hankkeelle nimettiin ohjausryhmä, jonka tehtäväksi tuli seurata, ohjata ja arvioida hankkeen etenemistä. Ohjausryhmään valittiin alueen liikuntapäällikkö, kaksi Itä-Helsingissä työskentelevää liikunnanohjausosaston lähiöliikuttajaa sekä mukaan tulleiden urheiluseurojen edustajat. Tavoitteeksi asetettiin, että ohjausryhmään saataisiin edustajat myös nuoris- ja opetustoimesta sekä nuorten edustaja.

FunAction - nuorten harrasteliikuntahankkeen tavoitteena oli, että nuoret itse osallistuisivat harrasteliikuntatoiminnan sisältöjen valitsemiseen. Nuorten toivottiin myös osallistuvan liikumistilojen valintaan. Vain nuorten omista toiveista nousevien liikuntatoiveiden kautta uskottiin, että etenkin liikuntaa harrastamattomien nuoria voidaan innostaa liikkumaan. Nuorten aktivoinnissa FunAction -toimintaan päätettiin toteuttaa siten, että hauskuus, ilo ja kavereiden kanssa tekeminen korostui mainonnassa, tiedottamisessa ja markkinoinnissa.

Laaja-alaisesti nähtiin Helsingin liikuntaviraston olevan edelläkävijänä nuorten harrastemaisen liikuntatarjonnan tuottajana, kehittäjänä ja tiedottajana Helsingissä yhteistyössä mahdollisimman monen toimijan kanssa.

4.3 Hankkeen toteutus ja kehittäminen

Urheiluseurojen ja liikunnanohjausosaston lähiöliikuttajien toimesta päätettiin järjestää nuorille kesäkuun 3. ja 4. päivänä liikuntatapahtumat Itä- Helsingin monitoimiliikuntahallissa - Liikuntamylyssä. Tapahtumien tavoitteena oli saada nuoria osallistumaan tulevan viikoittaisen toiminnan suunnitteluun. Nuorten toivottiin vaikuttavan lajitarjontaan ja toimintaympäristöihin. Tärkeänä pidettiin heti hankkeen alkuvaiheesta alkaen kartoittaa nuoria kiinnostavia liikuntalajeja sekä heidän kiinnostustaan harrastemaisen liikunnan harrastamista. Tapahtumat nimettiin FunAction -tapahtumiksi. Nimellä haluttiin viestiä iloista liikunnallista tekemistä.


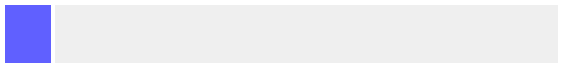
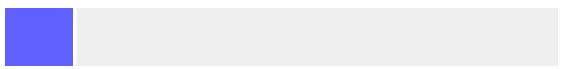
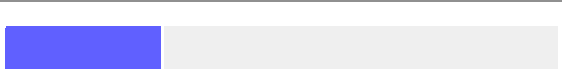

Tapahtumien suunnitteluun osallistui koko ohjausryhmä sekä kaikki Itä-Helsingissä toimivat liikunnanohjausosaston liikunnanohjaajat. Kesäkuun alussa 2009 toteutetut FunAction -tapahtumat sisälsivät laajasti perinteisiä sekä ns. trendiliikuntalajeja. Nuorilla oli mahdollisuus kolmen tunnin ajan osallistua ohjattuihin liikuntaryhmiin kuten esim. tanssi tunneille. Heillä oli mahdollisuus pelaila monia eri pelejä pienissä kaveriporukoissa. Tarjolla oli myös parkourin kokeilua ja seinäkiipeilyä. Tapahtumat olivat nuorille maksuttomia. Tapahtumia mainostettiin koulujen, kirjastojen, nuorisotalojen ja liikuntapaikkojen ilmoitustauluilla.

Tapahtumissa mukana olleet nuoret voivat vastata liikuntakyselyyn, joita oli asetettu liikuntahallin aulaan. Kyselyllä kartoitettiin seuraavia asioita: mistä nuoret olivat saaneet tiedon tapahtumista, olisivatko tapahtumaan osallistuneet nuoret kiinnostuneita syksyllä mahdollisesti alkavasta harrasteliikuntatoiminnasta, mitä ja missä he haluaisivat harrastaa ja mitä he olisivat valmiita maksamaan harrastuksestaan. Tapahtumiin osallistui yhteensä 280 nuorta, joista 74 vastasi vapaaehtoiseen liikuntakyselyyn. Osa nuorista osallistui tapahtumiin molempina päivinä. Heidän toivottiin vastaavan vain yhden kerran kyselyyn.

Nuorilta kysyttiin, missä he haluaisivat liikuntaa harrastaa? Nuorten vastaukset olivat seuraavat: suurin osa harrastaisi mieluiten asuinalueensa sisäliikuntahallissa(30 %) ja kuntosaleissa (22,8 %). Puistoissa liikkuisi mielellään 20 % nuorista ja uimahallissa sekä koulujen liikuntasaleissa 17,4 %.

Nuorilta kysyttiin liikunnan harrastamisen useutta koululiikuntatuntien lisäksi. Liikuntakertojen kestoa ja sen tehoa ei kysytty.


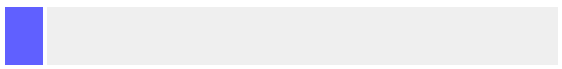
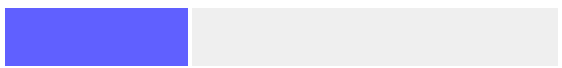
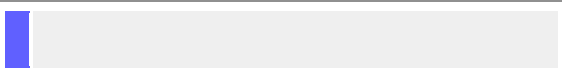

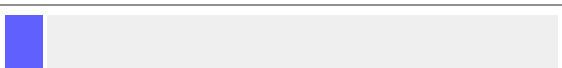

Taulukko 2. Nuorten liikunnan harrastaminen koululiikunnan lisäksi

	Vastaus	Lukumäärä	Prosentti	20 %	40 %	60 %	80 %	100 %
1.	silloin tällöin	11	14,86 %					
2.	kerran viikossa	6	8,11 %					
3.	2 kertaa viikossa	9	12,16 %					
4.	3 - 4 kertaa viikossa	21	28,38 %					
5.	5 kertaa tai useammin	27	36,49 %					
	Yhteensä	74	100 %					

Vapaa-aikana liikuntaa kaksi tai sitä useamman kerran viikossa harrasti 77 % nuorista. Kyselylomakkeesta puuttui kokonaan vaihtoehto; en harrasta liikuntaa lainkaan vapaa-aikanani. Nuorilla olisi pitänyt olla mahdollisuus valita myös sellainen vaihtoehto.

Toiminnan markkinoinnin ja mainonnan kannalta on tärkeää tietää, mistä nuoret saivat tiedon FunAction -tapahtumista.

Taulukko 3. Paikat, joista nuoret ovat saaneet tiedon FunAction -tapahtumista

	Vastaus	Lukumäärä	Prosentti	20 %	40 %	60 %	80 %	100 %
1.	koulusta	12	16,67 %					
2.	lehdestä	5	6,94 %					
3.	liikuntapaikasta	24	33,33 %					
4.	nuorisotalolta	3	4,17 %					
5.	kirjastosta	1	1,39 %					
6.	internetistä	5	6,94 %					
7.	muualta, mistä?	22	30,56 %					
	Yhteensä	72	100 %					

Suurin osa nuorista oli saanut tiedon FunAction -tapahtumista liikuntapaikasta (33 %), muualta tiedon saaneita oli lähes saman verran (31 %). Tässä kohdassa seitsemän nuorta oli saanut tiedon valmentajalta, kahdeksan oli kuullut kaveriltaan ja viisi vanhemmiltaan. Kaksi vastaajaa mainitsi liikuntapaikan nimeltä, josta olivat tiedon saaneet.

Liikuntatapahtumien jälkeen nuorten liikuntakyselyn vastaukset syötettiin Digium -ohjelmaan ja saatuja tuloksia käsiteltiin ohjausryhmän kokouksessa kesäkuussa 2009. Kyselyyn osallistuneista todettiin seuraavaa; Tapahtumiin oli osallistunut pääasiassa nuoria, joilla oli liikuntaharrastuksia ja noin kolmasosa heistä liikkui lähes päivittäin. Lisäksi kolmasosa nuorista oli saanut tiedon tapahtumista liikuntapaikasta, josta voitaneen vetää sellainen johtopäätös, että liikuntapaikat olivat tapahtumaan osallistuneille nuorille tuttuja ja he käyttivät liikuntapaikkoja. Toinen kolmannes kertoi saaneensa tiedon muualta ja suurin osa näistä nuorista kertoi saaneensa tiedon valmentajalta.

Tapahtumien jälkeen ohjausryhmässä todettiin, että tapahtumien toteutus oli onnistunut hyvin. Kyselyyn vastanneista nuorista suurin osa kuitenkin kertoi harrastavansa liikuntaa koululiikunnan lisäksi kaksi tai useamman kerran viikossa. Ohjausryhmässä pohdittiin, että tapahtumat eivät olleet varsinaisesti keränneet sitä kohderyhmää, jota tapahtumilla ensisijaisesti oli tavoiteltu. Alkuperäisen tavoitteen mukaisesti aloitettiin säännöllisten ohjattujen harrasteliikuntaryhmien suunnittelu syksyille 2009. Tapahtumissa nuorilta saatuja liikuntatoiveita sekä liikuntapaikkatoiveita käytettiin suunnittelun pohjana. Lajitoiveiden pohjalta luotiin syksyn liikuntatarjotin. Lajitoiveet sijoitettiin niihin liikuntatiloihin ja koulujen liikuntasaleihin, joita oli keväällä anottu ja saatu. Toiminta nimettiin FunAction- liikuntapassitoiminnaksi, joka on syys- ja kevätkauden ajan joka viikko tapahtuvaa toimintaa. Viikoittaisen liikuntapassitoiminnan periaatteeksi päätettiin, että nuoret voivat osallistua toimintaan ilman ennakoilmoittautumista ja oman aikataulunsa mukaan. He voivat liikkua kaikissa liikuntatarjottimen tarjoamissa liikuntaryhmissä tai valita yhden viikoittaisen liikuntaharrastuksen. FunAction -liikuntapassin hinnan liikuntalautakunta määritteli 17 euron hintaiseksi neljän kuukauden mittaiselta kaudelta.

Ohjausryhmässä pohdittiin muita keinoja liikuntaa harrastamattomien nuorten tavoittamiseksi. Yhteisesti todettiin, että koulujen kautta tehtävän yhteistyö avulla voidaan tavoittaa kattavasti alueen nuoria. Tämän vuoksi päätettiin, että elokuussa 2009 koulujen alettua järjestetään vielä yksi liikuntatapahtuma, johon kutsuttaisiin kouluja osallistumaan. Elokuinen tapahtuma päätettiin toteuttaa Liikuntamylyssä samaan tapaan kuin kesän alun tapahtumat

Elokuussa koulujen alettua Itä - Helsingin yläasteiden ja lukioiden rehtoreille lähetettiin kutsu FunAction -toimintapäivään 26.8.2009. Tapahtumapäivästä päätettiin käyttää liikuntapäivän nimen sijasta nimitystä FunAction -toimintapäivä, koska liikuntasanaa haluttiin välttää. Kouluille ehdotettiin, että koulujen oppilaille ja opettajilla oli mahdollisuus viettää toimintapäivää maksutta Myllypuron Liikuntamylyssä liikunnanohjaajien ja seurojen lajiohjaajien johdolla.

Kutsussa vihjattiin, että olisi suotavaa, jos koulut järjestäisivät koulupäivän siten, että osallistuminen päivään olisi osa normaalia koulupäivää.

Jatkossa avoimista tapahtumista päätettiin käyttää nimitystä FunAction -tapahtuma ja koululle suoraan suunnatuista päivistä käytetään nimitystä FunAction -toimintapäivä. Toimintapäivien sisältöön lisättiin mm. pihapelien tapaista toimintaa, kuten petanque, puhallustikka, tikanheitto jne.

Lähialueelta ilmoittautui yksi koulu toimintapäivään - kirjeen suosittelemalla tavalla. Opettajien johdolla liikuntahalliin tuli 165 peruskoulun 7.-9. luokan oppilasta. Toisesta koulusta liikunnanopettajat toivat 69 vapaaehtoista yläkoululaista toimintapäivään. Muutamia kymmeniä oppilaita oli tullut mukaan liikuntapaikoilla olleiden mainosten innoittamina. Osallistujia oli yhteensä 325 nuorta.

Edellisten tapahtumien tapaan nuorilla oli mahdollisuus kokeilla monia liikuntalajeja. Oppilaita ei painostettu osallistumaan mihinkään ja osa seurailikin vain aluksi kavereidensa tekemistä. Merkille pantavaa oli, että aluksi katselemaan tulleet oppilaat innostuivat mm. puhallustikan puhaltamisesta ja pomppupatjasta – lajeista, jotka eivät vaadi erityistä osaamista tai jousiamunnasta, josta kenelläkään nuorista ei ollut aiempaa kokemusta.

Toimintapäivässä kerrottiin ja jaettiin markkinointimateriaalia oppilaille sekä opettajille syyskuussa alkavasta FunAction -liikuntapassitoiminnasta. Opettajien kanssa käytiin runsaasti keskusteluita ja tähdennettiin heidän merkittävää rooliaan etenkin passiivisten oppilaiden liikuntaan aktivoinnissa.

Osallistujilla oli mahdollisuus toimintapäivän yhteydessä vastata edellisten tapahtumien tapaan vapaaehtoiseen FunAction -kyselyyn. Kyselyyn vastasi yhteensä 158 nuorta. Osa kysymyksistä oli samoja kuin kesän alussa ja osaa oli muotoiltu edellisen palautteen johdosta.

Vastaus lomakkeisiin nuoret kirjasivat oman ikänsä. Edellisissä tapahtumissa vastaajien iän keskiarvo oli 13,5 -vuotta. Avoimiin tapahtumiin osallistujista 70 % oli poikia ja 30 % tyttöjä. Iän ja sukupuolen kartoittamisella molemmissa kyselyissä haluttiin pohtia sitä, että oliko niillä merkitystä lajitoiveisiin.

Taulukko 4. Toimintapäivään osallistuneiden nuorten ikäjakautuma

Vastaus	Lukumäärä	Prosentti	20 %	40 %	60 %	80 %	100 %
---------	-----------	-----------	------	------	------	------	-------

1.	13 vuotta	39	24,84 %	
2.	14 vuotta	42	26,75 %	
3.	15 vuotta	64	40,76 %	
4.	16 vuotta	9	5,73 %	
5.	17 vuotta	3	1,91 %	
Yhteensä		157	100 %	

Suurin osa toimintapäivään osallistuneista nuorista oli 13 – 15 -vuotiaita, mikä oli odotettavissa, koska lähialueen koulu, josta nuoret osallistuivat opettajien johdolla, oli peruskoulun yläkoulu. Iän keskiarvoksi muodostui 14,4 -vuotta. Tyttöjä vastaajista oli 49 % ja 51 % oli poikia. Edellisiin tapahtumakyselyihin verrattuna toimintapäivien osallistujat olivat keskimäärin noin vuoden vanhempia kuin tapahtumiin osallistuneet. Sukupuolen mukaan toimintapäivään osallistujat jakautuivat tasaisesti, kun tapahtumiin osallistujista 70 % oli poikia.

Toimintapäivään osallistuneilta nuorilta kysyttiin liikunnan harrastamista koululiikunnan lisäksi. Liikuntakertojen kesto ja sen tehoa ei kysytty.

Taulukko 5. Toimintapäivään osallistuneiden nuorten liikunta-aktiivisuus

	Vastaus	Lukumäärä	Prosentti	20 %	40 %	60 %	80 %	100 %
1.	silloin tällöin	50	38,17 %					
2.	kerran viikossa	10	7,63 %					
3.	kaksi kertaa viikossa	9	6,87 %					
4.	3 - 4 kertaa viikossa	19	14,50 %					
5.	5 - tai useammin	15	11,45 %					
6.	en harrasta liikuntaa lainkaan	28	21,37 %					
	Yhteensä	131	100 %					

Vastanneista noin 21 % ilmoitti, että ei harrasta liikuntaa lainkaan ja 38 % ilmoitti liikkuvansa vain silloin tällöin. Kerran viikossa liikuntaa harrastavia oli noin 7 %. Ahkerasti liikuntaa harrastavia, kolme kertaa tai useammin, oli 26 % vastaajista. Kyselyssä kysyttiin nuorilta vapaa-aikana suoritettuja liikuntakertoja, koululiikuntaa ei laskettu mukaan kyselyssä.

Kyselyssä ei tarkemmin kartoitettu nuorten liikkumisen tehoa eikä sen kestoa. Karkeasti arviotuna yli 70 % kyselyyn vastanneista nuorista liikkui terveytensä kannalta liian vähän. Jos tähän kategoriaan otetaan kaikki kaksi kertaa viikossa tai sitä vähemmän liikuntaa harrastavat nuoret, vaikka koululiikunta otettaisiin mukaan.

Harrasteliikuntatoiminnan aloittamisen ja kehittämisen kannalta on tärkeää, että nuoret pääsevät itse vaikuttaa siihen, mitä liikuntalajeja he haluavat harrastaa tai kokeilla. Liikuntalajeja kysyttäessä kaavakkeessa ei ollut mitään valmista lajiluetteloa vaan nuoret kirjoittivat itse toiveensa kaavakkeelle. Lajitoiveet noudattivat kesän alussa tapahtumissa nuorten toivomia liikuntalajeja. Toimintapäivään osallistuneet nuoret toivoivat lisäksi nyrkkeilyä, mitä kesän alussa ei toivottu lainkaan. Kaikissa tapahtumissa oli mahdollisuus nyrkkeilyn kokeilemiseen. Lajitoiveiden valintaan voi vaikuttaa se, että toivottuja liikuntamuotoja oli tarjolla sekä tapahtumissa että toimintapäivässä.

Taulukko 6. Nuorten toivomat liikuntalajit

	Vastaus	Lukumäärä	Prosentti	20 %	40 %	60 %	80 %	100 %
1.	en mitään	62	43,36 %					
2.	salibandy	12	8,39 %					
3.	tanssi	19	13,29 %					
4.	kiipeily	4	2,80 %					
5.	nyrkkeily	8	5,59 %					
6.	jalkapallo	9	6,29 %					
7.	telinejumppa	6	4,20 %					
8.	koripallo	6	4,20 %					

Liikuntalajeista on taulukossa esitelty ne liikuntalajit, joita useimmat nuoret halusivat kokeilla. Merkittävää on, että 43 % nuorista ilmoitti, että he eivät halua kokeilla tai harrastaa mitään liikuntaa. Tähän ryhmään kuuluvat todennäköisesti ne nuoret, joilla on jo runsaasti liikuntaharrastuksia. Lisäksi tähän ryhmään kuuluu niitä nuoria, joilla ei ole liikuntaharrastuksia, mutta heitä eivät liikuntaharrastukset kiinnosta.

Toimintapäivään osallistuneilta nuorilta kysyttiin myös urheiluseuraan kuulumista. Ensimmäisten tapahtumien kyselyssä ei kysytty urheiluseuraan kuulumista, joten kyselyjen välillä ei voida tehdä vertailua.

Taulukko 7. Urheiluseuraan kuuluminen

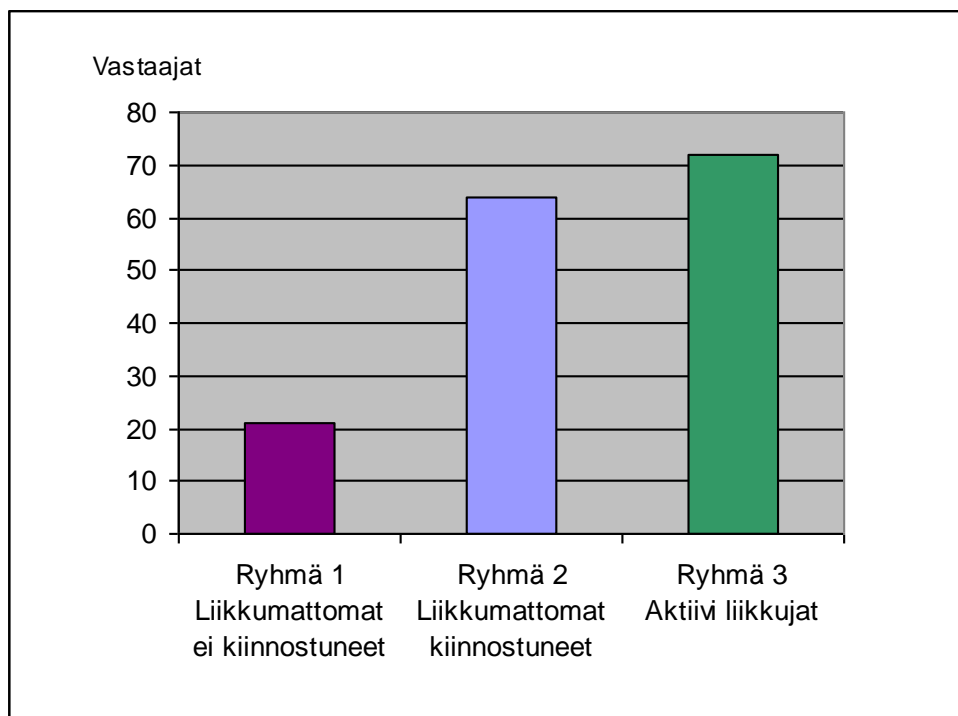
	Vastaus	Lukumäärä	Prosentti	20 %	40 %	60 %	80 %	100 %
1.	kyllä	48	33,33 %					
2.	ei	96	66,67 %					
	Yhteensä	144	100 %					

Vastaajista noin 33 % ilmoitti kuuluvansa urheiluseuraan. Urheiluseuraan kuulumattomia vastaajista oli noin 67 %. Muutama kyselylomakkeeseen nuoret olivat itse kirjoittaneet ”en enää”, joka voitaneen tulkita siten, että nuoret ovat aiemmin olleet mukana urheiluseuratoiminnassa. Tämän kysymyksen vastausten perusteella voitiin todeta, että toimintapäivä oli ta-

voittanut koko FunAction -toiminnan ideologiaan sopivaa kohderyhmää. Sellaisia nuoria, jotka eivät liiku urheiluseuroissa.

Vastaukset urheiluseuraan kuulumisesta noudattivat samansuuntaisia tuloksia kuin on saatu Kansallisessa liikuntatutkimuksessa lasten ja nuorten osalta vuonna 2005 – 2006. Kaikista 3 – 18 -vuotiaista lapsista ja nuorista Suomessa 42 % harrastaa liikuntaa urheiluseuroissa. Urheiluseurojen aktiivisimpia harrastajia ovat 7 – 14 -vuotiaat. Näiden ikäluokkien keskuudessa joka toinen harrastaa liikuntaa urheiluseurassa. Noin 15 vuoden iässä nuorten innostus urheiluseuroissa harrastamiseen vähenee. Noin kolmasosa 15 – 18 -vuotiaista nuorista liikkuu enää urheiluseurassa. Tilalle tulee omatoiminen liikunnan harrastaminen sekä kaveriporukassa liikkuminen. Pojat liikkuvat tyttöjä useammin urheiluseuroissa ja omatoimisissa kaveriporukoissa. Tällä hetkellä tytöt osallistuvat kuntien ja yritysten tarjoamiin liikuntapalveluihin poikia useammin. Tyttöjen ja poikien mielipiteet urheiluseuratoiminnasta ovat erisuuntaiset. Poikien toiveena on osallistuminen kilpailuihin ja peleihin, kun taas tytöt toivovat harrastusmaisempaa liikuntaa. (Kansallinen liikuntatutkimus 2005 – 2006, 20 -21.)

FunAction - nuorten harrasteliikuntatoiminnan tavoitteena ei ole kilpailla urheiluseurojen eikä muiden ohjattujen nuorten vapaa-ajan harrastusten kanssa. Siksi on tärkeää löytää niitä nuoria, joilla ei ole liikuntaharrastuksia, mutta heitä kiinnostaisi liikuntaharrastuksen aloittaminen. Yläkouluikäisille liikunnan harrastetoimintaa ei monessakaan urheiluseurassa ole tarjolla. Julkisen sektorin tuottaman palvelun tavoitteena on myös mahdollistaa kaikille nuorille osallistuminen sosioekonomisista taustoista riippumatta. Toimintapäivän kyselyn perusteella määriteltiin tarkemmin nuorten ryhmää, jolle toimintaa ensisijaisesti suunnataan.



Kuvio 1. Nuorten liikuntakyselyn tulokset liikunta-aktiivisuudesta ja kiinnostus uusiin liikuntaharrastuksiin

Ryhmässä 1. on 21 nuorta, jotka ilmoittavat, että he eivät harrasta liikuntaa vapaa-aikanaan lainkaan, ja heitä ei kiinnosta liikunta harrastusten aloittaminen eikä kokeileminen.

Ryhmässä 2. on 64 nuorta, jotka eivät harrasta liikuntaa, harrastavat liikuntaa silloin tällöin, tai harrastavat liikuntaa kerran viikossa, mutta heitä kiinnostaisi liikuntalajien kokeilut tai uuden liikuntaharrastuksen aloittaminen.

Ryhmässä 3. on 72 nuorta, jotka harrastavat liikuntaa kaksi tai useamman kerran viikossa. Osa heistä olisi halukas aloittamaan vielä uuden liikuntaharrastuksen, mutta osa heistä ilmoitti, ettei heitä kiinnosta aloittaa uusien liikuntaharrastusten aloittaminen.

FunAction -toimintapäivän jälkeen todettiin, että siihen oli osallistunut vähemmän liikuntaa harrastavia nuoria kuin edellisiin tapahtumapäiviin. Kyselyyn osallistuneiden vastausten pohjalta verrattiin liikunnan harrastamisen määrää ja kiinnostusta liikuntaharrastuksen aloittamiseen. Tulosten pohjalta pääteltiin, että liikuntaa harrastamattomat sekä nuoret, joita liikuntaharrastukset eivät kiinnosta lainkaan, ovat FunAction -toiminnan alkuvaiheessa liian haastava kohderyhmä. Toisaalta riittävästi liikuntaa harrastavien ja kiinnostuksensa uusien liikuntalajien kokeilemiseen, ilmoittaneisiin, ei ole tarvetta panostaa. Tälle ryhmälle on kuitenkin tarjottava mahdollisuus osallistua toimintaan ja tapahtumiin elinikäisen liikuntakipinän säilyttämiseksi. Fu-

nAction -toiminnan ensisijaiseksi kohderyhmäksi päätettiin valita ne nuoret, joilla oli vain vähän liikuntaharrastuksia tai ei liikuntaharrastuksia lainkaan. Tähän kohderyhmään kuuluvat nuoret ilmoittivat, että heitä kiinnostaisi jokin liikuntaharrastus tai jonkin liikuntalajin kokeileminen. Tämän ryhmän mukaan saamiseksi toimintaan osallistuminen tulee luoda mahdollisimman helpoksi ja vetovoimaiseksi. Liikuntakyselyssä nuorilla oli ollut mahdollisuus jättää omat yhteystietonsa – osoite ja sähköpostiosoite. 35 nuorta oli jättänyt yhteystietonsa, joista 18 nuorta kuului ryhmään kaksi. Näitä yhteystietoja ei hyödynnetty markkinoinnissa syksyn toiminnan alkaessa. Toiminnasta yleisesti tiedottamisen avaintoimijoita ovat opettajat, nuorisohjaajat sekä nuorten vanhemmat. Liikuntaryhmien ja tapahtumien järjestäjien on mentävä nuorten luokse esittelemään toimintaa nykyaikaisten medioiden ja oman persoonansa välityksellä. Alkusuksystä 2009 FunAction -toiminnalle luotiin markkinointisuunnitelma, jonka avulla viestintää, mainontaa ja markkinointia on toteutettu. Markkinointisuunnitelmaa päivitetään vuosittain.

Viikoittain tapahtuva FunAction -liikuntapassitoiminta käynnistyi 7.9.2009. Liikuntapassitoiminnan aloittamisen tavoitteena oli tarjota nuorille säännöllistä vapaa-ajan tekemistä harraste- liikuntatoiminnan parissa. Säännöllisellä viikoittaisella toiminnalla pyritään tarjoamaan nuorille mielekästä terveyttä edistävää ja kuntoa kehittävää toimintaa. Liikuntapassitoiminta tarkoitti viikoittain toistuvaa liikuntatunti lukujärjestystä, joka oli rakennettu tapahtumista - ja toimintapäivästä nuorilta saatujen toiveiden perusteella. Se sisälsi 12 erilasta ohjattua liikuntatuntia ympäri Itä- Helsinkiä. Lisäksi nuorille tarjottiin kaksi tuntia sellaista toimintaa, joissa he voivat itse vaikuttaa tuntien sisältöön joka viikolla. Tunneille ei ollut ennakoilmoittautumista vaan tunneista nuoret voivat itse valita mieleistään tekemistä oman aikataulunsa mukaisesti.

Liikunnanohjausosastolla työskentelevät liikunnanohjaajat ohjasivat osan FunAction -tunneista ja osasta tunneista vastasi urheiluseurojen ohjaajat sekä yksityiset ammatinharjoittajat. Liikuntavirasto vastasi liikuntatilojen tilamaksuista sekä ryhmien ohjausmaksuista.

Syksyllä aloitettu FunAction -liikuntapassitoiminta pilottihankkeena Itä - Helsingissä on ollut haastavaa ja mielenkiintoista. Toimintaa on seurattu osallistujatilastoinnin avulla.

Taulukko 8. Syksyn liikuntapassitoimintaan 7.9. – 18.12.2009 osallistuminen

Liikuntapassitoiminta	Ryhmä	Ohjatut tunnit	Nuoret	Tytöt	Pojat	Käyntiseuranta
FunAction kiipeily, Liikuntamyly	1	14	10	5	5	80
FunAction nyrkkeily, Liikuntamyly	1	13	8	4	4	107
FunAction breakdance, Liikuntamyly	1	15	10	5	5	151
FunAction sulkapallo, Liikuntamyly	1	15	4	2	2	32
FunAction salibandy, Liikuntamyly	1	15	5	2	3	34
FunAction futis, Pallomyly	2	28	39		39	543
FunAction pallo ja mailapelit, Puistola	1	15	3	2	1	45
FunAction streetdance, Itäkeskus	1	15	19	19		184
FunAction nuorisobic, Itäkeskus	1	15	11	11		115
FunAction kuntosali, Kontula	1	15	8	8		8
FunAction kuntosali, Kontula	1	15	2		2	2
FunAction, salibandy, Latokartano	1	13	5	3	2	28
FunAction –toimintaa osallistujien toiveiden mukaan, Latokartano	1	15	4	4		30
Yhteensä	14	230	128	65	63	1359

Syksyn tilastosta nähdään, että osa toiminnasta on ollut vetovoimaista ja nuoria on osallistunut toimintaan kiitettävästi. FunAction -liikuntapasseja on lunastettu 128 kappaletta. Sukupuolen mukaan ne ovat jakautuneet tasaisesti tyttöjen ja poikien kesken. Lajien suhteen pojat ovat hallinneet jalkapallotoimintaa ja tyttöjen suosikkilajit ovat olleet nuorisobic ja streetdance. Muiden lajien osalta tytöt ja pojat ovat jakautuneet tasaisesti. Merkille pantavaa on, että kuntosaliharjoittelu ei ole vetänyt nuoria vaikka kyselyn mukaan se oli ihan kärkipäässä toivelistalla. Maila- ja pallopelit sekä sulkapallo eivät myöskään ole innostaneet nuoria. Liikuntapaikkojen sijainnilla saattaa myös olla merkitystä osallistumiseen. Liikuntamyly, Pallomyly sekä Itäkeskuksen uimahalli ovat koko kaupungissa tunnettuja ja helposti saavutettavissa olevia. Tuntien ajankohdat ovat myös saattaneet vaikuttaa osallistumisaktiivisuuteen. Kaikki toiminta on sijoittunut kello 15.00 – 17.30 välille ja osalle koululaisista ja opiskelijoista nämä liikkumisajat ovat liian aikaisia.

Kevätkaudelle 2010 (11.1. – 30.4.2010) tuntitarjontaa on kehitetty poistamalla ”ei suosittuja” liikuntaryhmiä. Syksyn aikana nuorilta on tuntien aikana kysytty heidän toiveitaan liikuntatarjonnan suhteen.

4.4 Hankkeen vakiintuminen ja arviointi

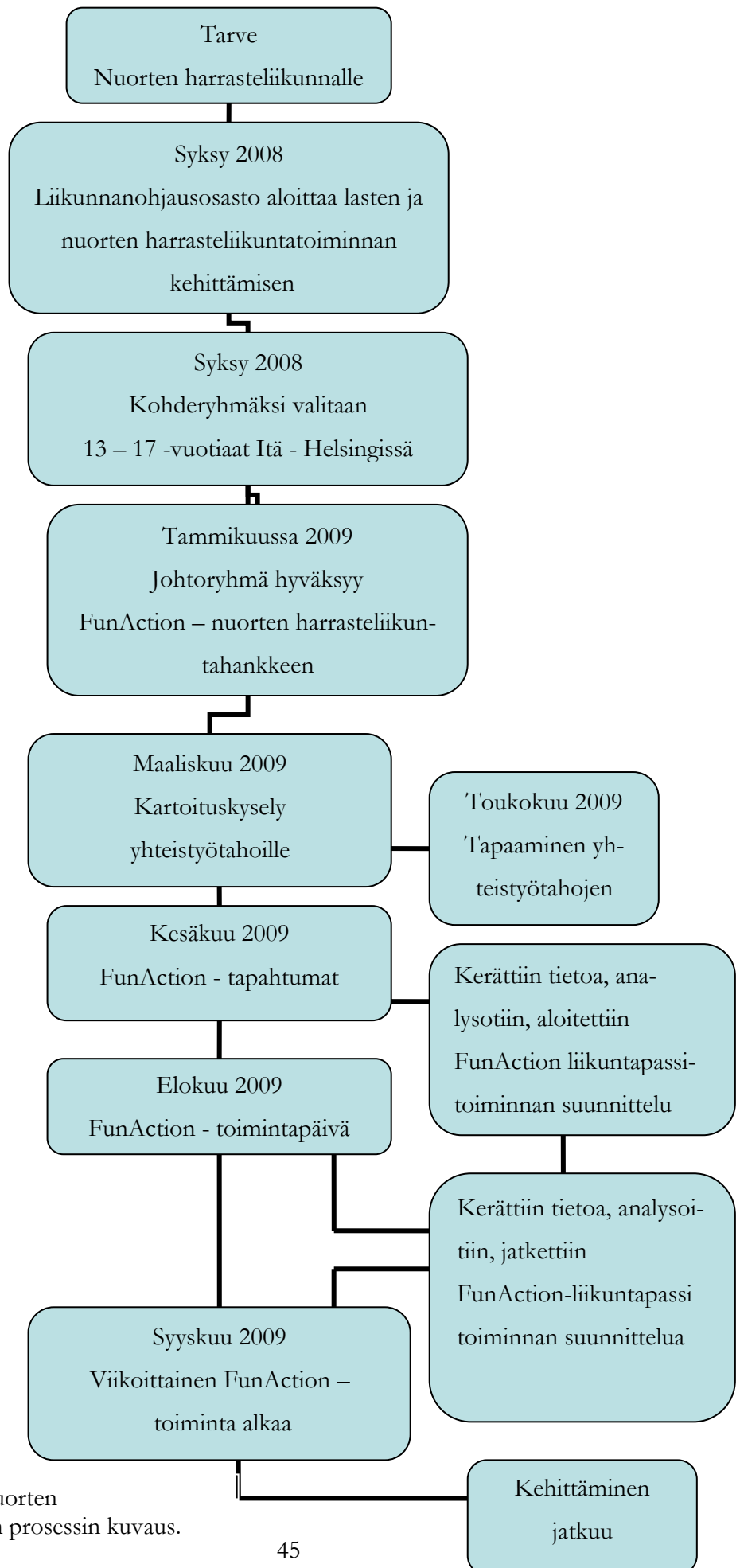
Vuoden 2009 – 2010 vaihteessa Helsingin kaupunginhallitus päätti ottaa FunAction -toiminnan osaksi yhtä Helsingin lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelman kärkihanketta. Päätös oli toiminnan jatkamisen ja kehittämisen kannalta erittäin merkittävä. Kaupungin taloudellista tukea FunAction – toiminnalle myönnettiin 80 000 euroa vuodelle 2010. Taloudellinen tuki jatkuu edelleen vuosille 2011 – 2012. Helsingin lähiöprojektilta saatiin myös taloudellista tukea 20 000 euroa vuodelle 2010 toiminnan edelleen kehittämiseen.

Koululaisten talvilomalla 24.2.2010 toteutettiin Myllypuron Liikuntamylyssä avoin FunAction -tapahtuma, johon osallistui 125 nuorta. Tapahtuman jälkeen todettiin, että loma-aikojen avoimia tapahtumia tullaan jatkossakin järjestämään säännöllisesti. Onnistuneiden tapahtumien maine on levinnyt nuorten keskuudessa.

Yhteistyö urheiluseurojen ja yksityisten ammatinharjoittajien kanssa on sujunut hyvin. Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma on tuonut kaupungin eri hallintokuntien johtohenkilöitä yhteen, minkä ansiosta FunAction -toiminta ja Itä-Helsingin kehittämishanke on tullut heille tutuksi. Toimijoiden tasolle hanke ei ole vielä edennyt riittävästi. Markkinoinnin ja tiedottamisen edistämiseksi toukokuussa 2010 järjestetään Itä-Helsingin yläkouluille maksuttomia FunAction -toimintapäiviä Liikuntamylyssä. Lähiöprojektilta saadulla toiminta-avustuksella päätettiin järjestää nuorten keskuuteen kesäkuussa 2010 FunAction -kiertue. Sitä varten on vuokrattu auto, joka ajetaan sellaisiin paikkoihin, joissa nuoret kokoontuvat esim. lähiliikuntapaikat, nuorisotalot yms. Autoon on ostettu monipuolisia liikuntavälineitä.

Toiminnan kohderyhmän haasteellisuus on pakottanut toimijoita monipuoliseen ideointiin. Tällä hetkellä FunAction -toiminnassa on tuotettu FunAction -tapahtumat, kouluille suunnatut toimintapäivät, viikoittaisen liikuntapassitoiminnan sekä valmisteilla on FunAction -kiertue.

Seuraavassa kaaviossa on esitetty FunAction -nuorten harrasteliikuntahankkeen prosessi kromologisessa järjestyksessä.

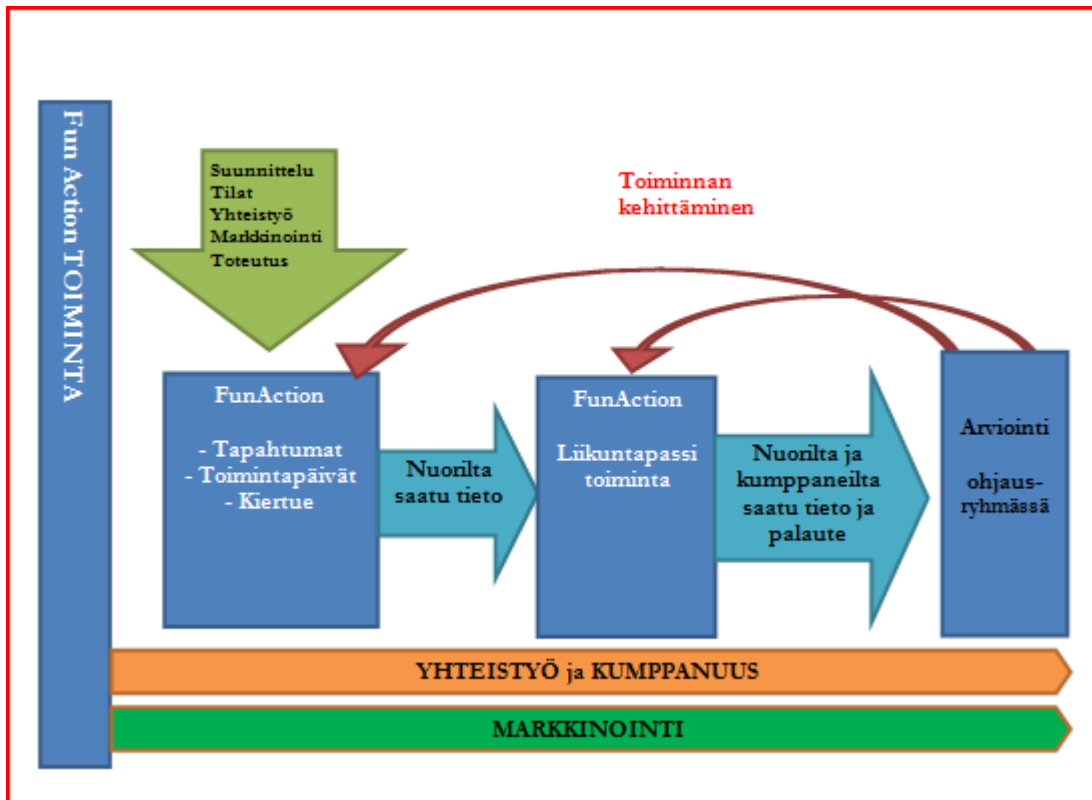


Kuvio 2. Fun-Action -nuorten harrasteliikuntahankkeen prosessin kuvaus.

5 Toimintamalli FunAction -toiminnan tuottamiseksi

Toimintamalli -termillä tarkoitetaan yleisesti positiivista mielikuvaa hyvin järjestetystä toiminnasta. Termin sisältöä määriteltäessä törmätään usein sen arkipäiväisyyden aiheuttamaan illuusion. Termille on vaikea löytää tarkasti rajattua selitystä. Eri konteksteissa se ymmärretään eri tavoin. Tämän lisäksi toimintamalli – termillä on rinnakkaiskäsitteitä, kuten toimintatapa ja työmenetelmä. Toimintamalli – käsitteen merkitys vaihtelee myös toimintaympäristön mukaisesti. Se voi tarkoittaa erilaisia toimintatapoja tai erilaisia tapoja järjestää toimintaa. Lisäksi se voidaan nähdä työmenetelmien organisointitapana tai teoreettisena mallina jonkin asian toimintaperiaatteesta. Toimintamalli voi olla kaavamainen, mutta monitasoinen ja monipuolinen kuvaus yksinkertaisesta toiminnasta, jolloin toimintamalli käsittää vain yhden toimintakokonaisuuden ja kuvaa toiminnan etenemistä eri toimintojenkautta vaiheesta toiseen. (Pelto-Huikko, 2006, 16). Terveyden edistämisen keskuksen vuonna 2006 julkaisemassa tutkimuksessa ”Terveyden edistämisen toimintamallit” toimintamallin arviointia voidaan suorittaa kahdesta näkökulmasta. Ensimmäinen näkökulma on se, että onko toimintamalli aktiivisesti käytössä ja mitä kokemuksia on saatu. Toinen arviointikriteeri voi olla, että tuottaako toimintamalli toivottua tulosta. Tutkimuksen mukaan toimiva malli löytää aina paikkansa. Toiminnan jatkuvuutta ja ylläpitämistä voidaan vahvistaa tulosten ja vaikutusten arvioinnilla. Toimiva ja tuloksellinen malli vahvistaa kaikkien osapuolien sitoutumista. (Pelto-Huikko, 2006, 61)

Tässä opinnäytetyössä FunAction - nuorten harrasteliikuntahankkeen avulla on syntynyt toimintamalli, jonka avulla FunAction -toimintaa toteutetaan Itä-Helsingissä. Toimintamallia voidaan pitää sitä hyödyllisempänä, mitä laajemmin sitä voidaan levittää muiden käyttöön. Tämän toimintamallin uskotaan sopivan levitettäväksi koko Helsinkiin.



Kuvio 3. Toimintamalli harrasteliikuntapalvelujen tuottamiseksi nuorille Helsingissä

Koululaisten loma-aikojen FunAction -tapahtumat ja kouluille tuotetut toimintapäivät luovat mahdollisuuden jatkuvaan vuoropuheluun nuorten kanssa. Tällaisten kertaluonteisten toimintojen kautta tavoitetaan koko ajan uusia ikäryhmiä toiminnan pariin. Tapahtumat ja toimintapäivät ovat myös erinomaisia markkinointikeinoja toiminnan tunnetuksi tekemiseen sekä nuorille että heidän vanhemmilleen ja opettajille. FunAction -liikuntapassitoiminnan kehittämiseen saadaan myös tapahtumien kautta jatkuvasti uusia ideoita nuorilta. Syys- ja kevätkausien aikana liikuntapassitoiminnassa olevien nuorten kanssa käydään vuoropuhelua, jonka ansiosta saadaan palautetta toiminnan laadusta, sen sisällöistä ja nuorten toiveista.

Yhteistyössä urheiluseurojen, yksityisten ammatinharjoittajien sekä liikunnanohjausosaston liikunnanohjaajien kanssa harrasteliikuntapalvelujen tuottaminen luo mahdollisuuden laadukkaaseen palvelutarjontaan.

6 Johtopäätökset

Tämän opinnäytetyön päätavoitteena oli kuvata toimintatutkimukseen perustuvaa pilottitoimintamallia nuorten harrasteliikuntamahdollisuuksien lisäämiseksi Helsingissä. Toimintamallia on kehitetty vuosina 2008–2010 Itä-Helsingissä.

FunAction -toiminta on tullut täyttämään nuorille suunnatun harrasteliikuntatarjonnan aukkoa, joka Helsingissä on ollut. Se on tarjonnut nuorille uudenlaisen tavan liikuntaharrastuksiin osallistumiselle. Nuorilla on ollut mahdollisuus harrastaa ja kokeilla monenlaisia liikuntalajeja. Tutustuminen uusiin harrastusmuotoihin ei ole vaatinut tiukkaa sitoutumista eikä jatkuvaa yhden liikuntalajin harrastamista. Nuoret ovat voineet osallistua viikoittain usean lajin parissa liikkumiseen tai he ovat voineet vaihdella viikoittain mielilajiaan. Kannustava, iloinen ilmapiiri ja kavereiden kanssa liikkuminen on pyritty tuomaan esiin kaikessa toiminnassa.

Opinnäytetyön teoreettinen osa kuvaa nuoren ruumiin kokemuksia, arvomaailmaa sekä vapaa-aikaa. Näillä kaikilla on oma merkityksensä FunAction -toiminnan onnistumiseksi. Murrosikäisen kehon fyysiset muutokset saattavat olla synnä aiemman liikuntaharrastuksen loppumiselle. Johonkin tiettyyn lajiin ei ole enää fyysisiä edellytyksiä tai kehossa tapahtuneet nopeat muutokset aiheuttavat sen, että aiempi liikunnan harrastaminen ei enää kiinnosta. Tilalle tulisi heti olla tarjolla muiden lajien kokeilumahdollisuuksia tai oman lajin parissa kevyempi liikkumisen muoto.

Nuoren arvomaailmassa tapahtuu myös muutoksia. Vanhempien vaikutus vähenee ja tilalle tulee kaverien merkitys. FunAction -nuorten harrasteliikunnan kehittämishankkeen ensimmäisen vuoden aikana on tullut voimakkaasti esiin kaverien merkitys toimintaan osallistumisessa. Liikkumaan tullaan jos kaveritkin tulevat. Esimerkkinä voidaan pitää sitä, että esimerkiksi salibandy tunti pysyi pitkään tyhjänä, kunnes pieni kaveriporukka löysi toiminnan ja sitä kautta saatiin tunti toimimaan.

Helsingissä on nuorille runsaasti erilaisia vapaa-ajan viettotapoja. Liikunnan harrastaminen on vain yksi harrastamisen muoto runsaassa tarjonnassa. Ohjattujen harrastusten rinnalle on noussut mm. nuorten ”hengailu” harrastus, jolla tarkoitetaan nuorten viettämää aikaa esim. ostoskeskuksissa ja uimahalleissa. Osan FunAction -liikuntapassitoiminnan tuntien luonteesta on sellainen, että niillä eivät liikunnanohjaajat ”ohjaa” tai ”valmenna” vaan aikuisen tehtävänä on olla paikalla ja käynnistää toimintaa antamalla esim. välineet. Tämän luonteinen toiminta

antaa nuorille vapaammat mahdollisuudet toiminnan sisällöstä. Tärkeää on myös, että tarjolla on laadukkaasti ohjattuja esim. tanssitunteja. Helsingissä esiteltiin otteita Stenvallin vielä julkaisemattomasta tutkimuksesta yläkoululaisille Helsingin lasten ja nuorten hyvinvointiseminaarissa 1.2.2010. Tutkimuksen mukaan yläkoululaisista tytöistä 39 % ja pojista 44 % ilmoitti, että he eivät osallistu koulun tarjoamaan harrastustoimintaan koska sen sisältö on tylsää. Tytöistä 28 % kertoi osallistumattomuuden syyksi huonon vetäjän. Samassa tutkimuksen pojista 19 % oli sitä mieltä, he eivät osallistu toimintaa, koska kaveritkaan eivät osallistu. Nuorilta kysyttiin myös sitä, mikä tekisi kerhotoiminnasta mielenkiintoista. Sekä tyttöjen että poikien mielestä toiminnasta mielenkiintoisen tekevät kaverit ja mielenkiintoinen sisältö. Tässä tutkimuksessa kartoitettiin kaikkea koulun kerhotoimintaa, ei ainoastaan liikuntakerhoja. Tutkimukseen osallistui yhteensä 202 yläkoululaista. (Stenvall, 2010). Tulokset tukevat osaltaan samoja johtopäätöksiä, mitä on tullut esiin FunAction – liikuntapassitoiminnassakin.

FunAction -toiminnan tavoitteena on alusta asti ollut, että nuoret itse osallistuisivat ja vaikuttaisivat liikuntapalveluiden sisältöihin ja toimintaympäristöihin, joissa palveluja tarjotaan. Nuorten tapahtumissa ja toimintapäivänä tehtyjen kyselyjen tavoitteena oli nuorten osallistaminen viikoittaisen toiminnan suunnitteluun. Nuoret vastasivatkin ahkerasti kyselyihin, mutta kuinka vakavasti he harkitsivat liikuntatarjontaa ja siihen osallistumista, jää epäselväksi. Jo ensimmäisen toimintakauden perusteella voidaan sanoa, että osa nuorten toivomista liikuntalajeista eivät käytännössä olleetkaan vetovoimaisia. Kyselyiden sijaan nuorten kanssa vapaamuotoinen keskustelu ja internetin kautta luodut yhteisöt voivat olla parempia keinoja nuorten mielipiteiden esiin saamiselle. Toiminnan kiinnostavuuden ja jatkuvan kehittämisen kannalta nuorten vaikuttamismahdollisuuksiin tulee edelleen panostaa mm. parantamalla internet - sivustoa, luomalla sosiaalisen median kautta erilaisia FunAction –yhteisöjä ja olemalla koulujen ja nuorisotalojen kautta yhteydessä kohderyhmään.

FunAction -toiminnalle asetettiin tavoitteeksi aktivoida niitä nuoria, joilla ei tällä hetkellä ole säännöllisiä liikuntaharrastuksia tai harrastuksia on vain vähän. Osa nuorista ilmoitti kyselyssä, etteivät he harrasta liikuntaa koululiikunnan lisäksi eikä heitä liikuntaharrastukset kiinnosta. Tämän ryhmän osalta heidän aktivointiinsa panostaminen päätettiin jättää myöhempään ajankohtaan. Ne nuoret, joilla oli vähän liikuntaharrastuksia tai liikuntaharrastuksia ei ollut lainkaan, mutta he ilmoittivat kiinnostuksensa jonkin liikuntalajin harrastamiseen, päätettiin ottaa FunAction -toiminnan ensisijaiseksi kohderyhmäksi. Näiden nuorten liikuntaan innostaminen on todettu haastavaksi. Kavereiden merkitys on huomattu olevan erittäin suuri. Liikkumaan tullaan jos kaveritkin tulevat. Tässä opinnäytetyössä ei ole tutkittu, sitä onko mukaan saatu kohderyhmään kuuluvia nuoria. FunAction -toiminnasta ja sen alkuvaiheesta valmistuu kevääl-

lä 2010 Lahden ammattikorkeakoulun opinnäytetyö, joka antaa lisävalaistusta mm. niistä nuorista, joita toimintaan on osallistunut. Huomion arvoista on kuitenkin se, että nuoria, joiden liikuntapassin on maksanut sosiaalitoimi, on saatu mukaan.

Liikuntaviraston resurssit nuorten harrasteliikuntatoiminnan tuottamiseen todettiin heti alkuvaiheessa rajallisiksi. Yhteistyön merkitys toiminnan aikaansaamiseksi korostui. Urheiluseurat olivat luonteva yhteistyökumppani käytännön toteuttajina. Urheiluseurat ovat tottuneet liikuntatoimen kanssa tehtävään yhteistyöhön liikuntatilojen käytössä, mutta yhteistoiminta palveluiden tuottamiseksi ei ole ollut käytäntönä Helsingissä. Lasten ja nuorten liikuntatoiminnan järjestämisestä ovat vastanneet pääasiassa urheiluseurat. Urheiluseurojen resurssit ovat painottuneet nuorten osalta kilpaurheilu toimintaan ja seurojen saamia liikuntatilojen käytetään pääasiassa nuorten valmennustoimintaan. Kaksi alueen urheiluseuraa ilmoitti kiinnostuksensa liikuntaviraston kanssa harrasteliikuntapalveluiden tuottamisesta nuorille. Molemmissa seuroissa on päätoimisia työntekijöitä. Heillä on ymmärrys liikunnan kasvatuksellisesta, sosiaalisesta ja terveydellisestä vaikutuksesta. Lisäksi heillä on tietoa ja kokemusta nuorten putoamisesta harjoitteluryhmistä murrosikäisinä. Kumpikaan seura ei pysty yksin tarjoamaan harrasteliikuntatoiminnan tapaisia vaihtoehtoja nuorille. Kaksi urheiluseuraa on ollut aktiivisia yhteistyökumppaneita koko hankkeen ajan. Urheiluseuratoimijoiden kanssa käydyissä keskusteluissa on tullut esiin heidän tyytyväisyytensä yhdessä toimimiseen. Liikuntaviraston liikuntatilojen käyttöön saaminen ja taloudellinen tuki eivät ole ainoita urheiluseuratoimijoiden kannustimia vaan he kokevat kaupungin kanssa tehtävän yhteistyön olevan merkittävää mm. heidän hakiessaan muita yhteistyökumppaneita sekä avustuksia. Urheiluseurojen lajiosaamistaan on laajennettu liikuntaviraston muidenkin kohderyhmien toimintaan. Lisää urheiluseuroja ei ole saatu mukaan toimintaan alun kyselyn jälkeen, mikä on ollut harmillista monipuolisemman liikuntatarjonnan kannalta.

Kesällä järjestettyjen tapahtumien kautta löydettiin vielä, erityisesti tämän päivän nuoria kiinnostavan, parkour - lajin osaamista ja yhteistyöhalukkuutta parkour -liitosta. Nuoria parkouraa- jia on ollut mukana tapahtumissa ja toimintapäivänä vetämässä nuorille lajikokeilua. Uusi laji on tullut tunnetummaksi nuorten keskuudessa ja laji on saanut uusia harrastajia FunAction - toiminnan kautta.

Yksityisten ammatinharjoittajien osuus liikuntatarjonnassa on ollut pääasiassa erilaisten tanssintuntien tuottaminen. Heidän vetovoimaisuutensa on perustunut hyvään ohjaustaitoon, tuntien mielenkiintoiseen ja haastavaan sisältöön ja musiikin käyttöön. Heidän osuutensa on tärkeää,

koska ne nuoret, joilla ei ole taloudellisia mahdollisuuksia esim. yksityisissä tanssikouluissa harrastamiseen, ovat voineet osallistua FunAction -toiminnan kautta tanssiryhmiin.

Tärkeitä yhteistyökumppaneita ovat kaupungin muut hallintokunnat. Yhteistyötä varsinaisten toimijoiden tasolla on aloitettu opetusviraston ja nuorisoasiainkeskuksen kanssa. Itä-Helsingin koulujen liikunnanopettajia ja nuoriso-ohjaajia on tavattu epämuodollisissa yhteyksissä. Heille on kerrottu FunAction -toiminnan periaatteista, toimintatavoista sekä tarjonnasta. Kaikille alueen yläkouluille, lukioihin ja nuorisotaloille on lähetetty kaikki materiaali toiminnasta. Näiden kumppanien merkitys on FunAction -toiminnan markkinoinnin, mainostamisen ja tiedottamisen kannalta ensiarvoisen tärkeää. Heidän kauttaan tavoitetaan lähes kaikki 13 – 17 -vuotiaat. Opetus- sekä nuorisotoimi voivat tarjota myös tilojaan FunAction -toiminnan käyttöön. Koulujen ja nuorisotalojen kanssa tehtävän yhteistyön kautta voidaan edistää myös nuorten osallistumista ja vaikuttamista toimintaan. Yhteistyössä näiden tahojen kanssa voidaan saada aikaan sellaisia liikunnallisia tapahtumia, toimintapäiviä ja viikoittaista toimintaa, joita nuoret itse suunnittelevat ja toteuttava sekä koulupäivien aikana että vapaa-aikanaan. Yhteistyötä tulee edelleen tehostaa opetus – ja nuorisotoimen kanssa.

Tärkeitä yhteistyökumppaneita ovat myös sosiaali- ja terveystoimi, joiden asiakaskuntaan kuuluu nuoria, joiden sekä fyysistä, sosiaalista sekä psyykkistä hyvinvointia FunAction -toiminnalla voidaan edistää. Toiminnan tunnetuksi tekeminen erilaisissa hallintokuntien välisissä kokouksissa ja alueellisissa toimintaryhmissä on tärkeää. Näiden hallintokuntien mukaan saaminen edes tiedottamisen tasolla on vielä alkuvaiheessa.

Kaupungin eri hallintokuntien kanssa tehty yhteistyö on tuonut mukanaan isoimmat haasteet. Avauksia yhteistyön rakentamiseen aloitettiin vuonna 2008 lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelman valmisteluryhmässä. Valmisteluryhmässä, johon liikuntaviraston edustaja kuului, ovat olleet edustettuina kaikki hallintokunnat, joiden tehtävänä on lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistäminen. Hallintokuntien selkeät rajat ovat vasta murenemassa. Helsingin lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelman valmisteluvaihe on luonut pohjaa yhteistyön rakentumiselle hallintokuntien välille. Hyvinvointisuunnitelman valmistelutyöryhmään on kuulunut lasten ja nuorten hyvinvoinnista vastaavien virastojen johtohenkilöt. Johtotasolla on jo edistytty hallintokuntien rajat ylittävään ajatteluun.

FunAction -toiminta valittiin Helsingin kaupunginvaltuuston päätöksellä 4.11.2009 Helsingin lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelman yhden kärkihankkeen osaksi. FunAction -toiminta kuuluu lasten ja nuorten osallisuuden ja yhteisöllisyyden vahvistamisen osioon. Menestysteki-

jäksi on valittu lasten ja nuorten harrastamisen ja itsensä toteuttamisen mahdollistaminen. Toimenpiteinä on vapaa-ajan harrastusmahdollisuuksien lisääminen ja mahdollistaminen sosioekonomisista taustoista riippumatta. Päätös on ollut merkittävä toiminnan edistämiseksi. Se on tuonut liikuntavirastoon merkittävän taloudellisen resurssin seuraavalle kolmivuotiskaudelle 2010 – 2012.

Vuoden 2010 alussa hyvinvointisuunnitelman kärkihankkeet käynnistyivät. FunAction - toiminnan kannalta yhteistyön lisääntyminen on merkittävää. Kaikki kaupungin hallintokunnat ovat pakotettuja yhteisten hankkeiden eteenpäinviemiseen. Taloudelliset resurssit ovat mahdollistaneet toukokuun 2010 alusta yhden liikunnanohjaajan palkkaamisen. Liikunnanohjaajan tehtävä tulee olemaan hyvin käytännön läheinen. Hän tulee ohjaamaan FunAction - liikuntaryhmiä, vierailemaan kouluilla, nuorisotaloilla sekä alueellisissa muissa toimintaryhmissä.

Toimintatutkimuksessa tutkijan rooli on monimuotoinen. Seuraavassa pohdin toimintatutkimuksen onnistumista omasta näkökulmastani. Tutkija tässä yhteydessä on ollut muutoksen promoottori, uudenlaisen toiminnan käynnistäjä sekä tasavertainen toimintaan osallistuja. Liikuminen roolista toiseen on ollut vaativaa. Vaativuutta on lisännyt vielä oma esimiesasemani työyhteisössä, jossa hanketta on toteutettu. FunAction – nuorten harrasteliikuntahankkeen pilotti alueen valintaan vaikutti Itä-Helsingissä työskentelevien liikunnanohjaajien innostus. Koko hankkeen ajan innostus on säilynyt. Työyhteisössä kaikki ovat olleet tasavertaisia toiminnan suunnittelijoita, osallistujia ja palautteen antajia. Nuorten liikuntaryhmiä ohjanneet työntekijät ovat sitoutuneet nuorten kanssa toimimiseen mm. perustamalla FaceBook nettiyhteisön ja kouluttautumalla nuoria kiinnostavien lajien erityisosaajiksi. Koko työyhteisön panos on ollut merkittävä toiminnan kehittämisen kannalta. Yhteiseen tavoitteeseen pyrkiminen on luonut myönteistä ilmapiiriä työyhteisössä.

Olen osallistunut aktiivisesti toiminnan järjestämiseen. Liikuntatapahtumien sekä viikoittaisen toiminnan käytännön järjestelyt ovat sujuneet hyvin ja noudattaneet työyhteisössä sovittua työnjakoa.

Yhteydenpito olemassa oleviin kumppaneihin on sujunut puhelimitse, sähköpostilla ja ohjausryhmä kokoontumisilla. Mukana olleiden urheiluseurojen - Salibandyseura Vikingien ja Puotinkylän Valtin - kanssa yhteistyö on ollut antoisaa. Liikunnanohjauspalvelujen tuottamisen malli urheiluseurojen kanssa on sujunut hyvin. Yhteistyötä on voitu laajentaa muidenkin palveluiden osalle. Uusien yhteistyökumppanien hankinta on ollut pääasiassa minun tehtäväni. Alueen muita urheiluseuroja on lähestytty monissa eri tilaisuuksissa, mutta seurojen puolelta kiinnostusta mukaan tuloon ei ole ollut. Syyksi he ovat ilmoittaneet omat vähäiset resurssinsa.

Yleistä tiedottamista seurojen taholle tulee kuitenkin lisätä esim. internet- sivuilla, koska yhteistoiminnan tulee olla läpinäkyvää ja kaikille seuroille tasapuolinen mahdollisuus liikuntaviraston kanssa tehtävään yhteistyöhön.

Nuorten mukaan saaminen harrasteliikuntaryhmiin on ollut suuri haaste koko tutkimuksen ajan. Liikkuminen ja liikunnanharrastaminen ovat omassa arvoasteikossa niin korkealla, että liikuntaa harrastamattomien nuorten ymmärtäminen on välillä ollut kovalla koetuksella. Opin- näytetyön teoriaosan kirjoittaminen ja moniin tutkimuksiin tutustuminen on antanut ymmärrystä tämän päivän nuorista ja heidän arvomaailmastaan. Koko toimintatutkimuksen ajan olen miettinyt omaa suhtautumistani nuorten liikunnan harrastamiseen. Pohdintaa riittää varsinkin niiden nuorten kohdalla, joilla elämänhallinnan muilla osa-alueille on ongelmia. Jos esim. nuorella on koulunkäynti ja perheongelmia, onko hänellä liikunnan harrastaminen ensimmäisenä mielessä. Toisaalta, jos nämä nuoret saataisiin mukaan liikuntaharrastusten pariin, voisiko liikunta auttaa nuorta ongelmaisen elämäntilanteen hallinnassa? Tutkimuksen alkuvaiheessa käsitys nuorten aktivoinnista oli huomattavasti ”ruusuisempi”. Ajatuksena oli, että kun me järjestämme, niin kyllä nuoret tulevat. Näin ei ole kuitenkaan käynyt. Nuorten aktivoimiseksi ponnistelu on vasta alkuvaiheessa. Kaikkia mahdollisuuksia nuorten tavoittamiseksi ei ole osattu käyttää hyödyksi. Omat resurssini ovat olleet myös rajalliset, koska tämä kehittämishanke on ollut yksi lisätehtävä kaikkien muiden työtehtävien joukossa.

Toimintatutkimuksen tavoitteena oli myös nuorten osallistuminen toiminnan suunnitteluun. Liikuntakyselyn kautta saatiin esille heidän toiveitaan, mutta se ei vielä tarkoittanut sitä, että he sitoutuisivat liikkumaan toivomissaan ryhmissä. Tutkimuksen ajan mukana olleiden nuorten kanssa on keskusteltu ja käyty vuoropuhelua heidän toiveistaan. Toimintaa on muutettu ja kehitetty sen mukaan. Niitä nuoria, jotka eivät harrasta liikuntaa, on todennäköisesti vielä runsaasti Itä-Helsingissä ja heidän toiveitaan tulisi edelleen kartoittaa. Jatkossa uusien nettisivujen rakentaminen ja FaceBook yhteisön käyttöä tulee tehostaa. Koulujen kanssa tehtävä yhteistyö on erittäin merkityksellistä ja kaikille alueen kouluille järjestetään edelleen mahdollisuus osallistua liikunnallisiin toimintapäiviin. Vain osaan opettajista on tutkimuksen aikana pystytty luomaan kontakteja FunAction -toiminnan edistämiseksi. Hämmästyttävää on ollut, että jopa osa liikunnanopettajista suhtautuu välinpitämättömästi nuorten vapaa-ajan liikkumiseen.

Tutkimuksessa on pyritty täyttämään neutraalisuuden kriteeri. Olen pyrkinyt tiedostamaan kaksoisroolini – toimijana ja tutkijana - ja jatkuvasti arvioimaan hankkeen etenemistä kriittisesti ja ns. ulkopuolisin silmin. Liikunnan ammattilaisena ja toimenkuvani mukaisesti olen keskittynyt ensisijaisesti toiminnan luomiseen ja kehittämiseen. Liikuntaviraston palveluiden markki-

nointi yleisellä tasolla hoidetaan keskitetysti viestintäyksikön kautta. Markkinointi tapahtuu tiedottein, lehti-ilmoituksin ja kaupungin internetsivustojen kautta. Kaikkien muiden liikuntaviraston liikuntapalvelujen osalta markkinointi näiden kanavien kautta on riittävää, koska liikuntaryhmät ovat suosittuja ja täysiä. Nuorten harrasteliikuntapalvelujen markkinointi ei onnistu eikä ole onnistunut näillä samoilla menetelmillä. Kehittämishankkeen aikana on tehty ensimmäisiä yritelmiä uudenlaisen markkinoinnin aikaansaamiseksi. Jatkossa markkinointimenetelmiin tulee kiinnittää entistä enemmän huomiota. Liikuntakyselyiden ja etenkin tarkan viikoittaisen käyntiseurannan avulla toimintaa on seurattu. Sekä seuraohjaajat, ammatinharjoittajat ja omat liikunnanohjaajat ovat kirjanneet nuorten osallistumiset tilastoihin. Tilastojen mukaan yksittäisiä nuoria on käynyt ”kokeilemassa” liikuntaryhmissä, mutta varsinaisesti toimintaan kiinnittyneitä nuoria on noin sata. Helsingin kokoisessa kaupungissa luku kuulostaa pieneltä, mutta toisaalta uusien palveluiden esiin tuominen Helsingissä on haastavaa.

Resurssit toiminnan jatkamiseen ovat huomattavasti suuremmat seuraaville vuosille, koska FunAction -toiminta on otettu yhdeksi Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelman kärkihankkeen osaksi. Taloudellisen panostuksen avulla voidaan kehittää markkinointikeinoja sekä jatkaa laadukkaiden harrasteliikuntapalvelujen tuottamista nuorille.

Lähteet

Aaltola, J. Syrjälä, L.1999. Tiede, toiminta ja vaikuttaminen. Teoksessa Heikkinen, H. Huttunen, R. Moilanen, P.(toim.) Siinä tutkija missä tekijä –toimintatutkimuksen perusteita ja näköaloja. s. 11 – 24. Ateena Kustannus. Jyväskylä.

Aaltonen, M. Ojanen, T. Vilhunen, R. Vilén, M. 1999. Nuoren Aika. WSOY. Helsinki.

Finnpanel Oy. Luettavissa: www.finnpanel.fi TV:n katseluaika. 2008.Luettu 17.1.2010

Fogelhom, M. Lapset lihovat – muuttuuko koululiikunta? Rauma. Luento 23.05.2006. Luettu 15.1.2010

Harinen, P. 2005. Mitähän tekis? Monikulttuuriset nuoret, vapaa-aika ja kansalaistoimintaan osallistuminen. Luettavissa: www.nuorisotutkimusseura/verkkojulkaisut. Luettu 10.12.2009.

Harinen, P. Honkasalo, V. Souto, A-M. Suurpää, L.(toim.) 2009. Ovet auki: monikulttuuriset nuoret, vapaa-aika ja kansalaistoimintaan osallistuminen. Nuorisotutkimusseura, nuorisotutkimusverkosto. Hakapaino. Helsinki.

Heikkinen, H. Rovio, E. Syrjälä, L.(toim.) 2006. Toiminnasta tietoon. Toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat. Kansainvalistusseura. Helsinki.

Helsingin kaupungin strategiaohjelma 2009 – 2012. Luettavissa: www.hel.fi Luettu 10.11.2009

Helsingin lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2009 – 2019. Tiivistelmä kaupunginvaltuuston hyväksymästä suunnitelmasta 4.11.2009.

Helsingin lähiöprojektin projektisuunnitelma 2008 – 2011. Luettavissa: www.hel.fi Luettu 12.10.2009

Helve, H. 2009. Nuorten vapaa-aika, luottamus ja sosiaalinen pääoma. Teoksessa Alasuutari, P. Eskola, K. Hanifi, R. Helve, H. Jallinoja, R. Kytömäki, J. Liikanen, M. (toim.). Melkas, T. Timonen, P. Suomalaisten vapaa-aika. Arjen ilot ja valinnat. s. 250, 252 – 253. Hakapaino. Helsinki.

Hoikkala, T. 1993. Katoaako kasvatus, himmeneekö aikuisuus?: aikuistumisen puhe ja kulttuurimallit. Gaudeamus. Helsinki

Honkasalo, V. Harinen, P. Anttila, R. 2007. Yhdessä vai yksin erilaisina? Monikulttuuristen nuorten arkea, ajatuksia ja ajankäyttöä. Luettavissa: www.nuorisotutkimusseura/verkkojulkaisut Luettu 4.1.2010.

Jarasto, P. Sinervo, N. 1999. Murrosikäisen ja nuoren maailma. Gummerus kirjapaino Oy. Jyväskylä.

Joroinen, T. (toim.) 2009. Maahanmuuttajien vapaa-aika ja kulttuuripalvelut pääkaupunkiseudulla. Helsingin kaupungin tietokeskus. Helsinki.

Kansallinen liikuntatutkimus. 2005 – 2006. Lapset ja nuoret. Opetusministeriö ja Nuori Suomi ry. Helsinki.

Karvonen, S. (toim.) 2006. Onko sukupuolella väliä. Hyvinvointi, terveys, pojat ja tytöt. Nuorten elinolojen vuosikirja. Nuorisotutkimusseura, nuorisotutkimusverkosto. Hakapaino. Helsinki.

Kaste-ohjelma. Luettavissa : www.stm.fi/vireilla/kehittamisohjelmat_ ja_hankkeet/kaste. Luettu 15.1.2010

Kumpulainen, T. Saari, S. 2006. Koulutuksen määrälliset indikaattorit. Opetushallitus. Helsinki. Luettavissa: www.oph.fi/info/tilastot/indikaattorit. Luettu 12.12.2009.

Kuula, A.2000. Toimintatutkimus. Kenttätyötä ja muutospyrkimyksiä. Vastapaino. Tampere.

Lastensuojelulaki, L417/2007,12 §

Liikkanen, M. 2009. Teoksessa Alasuutari,P.Eskola,K. Hanifi, R. Helve, H. Jallinoja, R. Kytömäki, J. Liikkanen,M.(toim.).Melkas, T.Timonen, P.Suomalaisten vapaa-aika. Arjen ilot ja valinnat. s. 7. Hakapaino. Helsinki.

Liikunta ja tiede 46/09. sivu 6. Luettu 18.1.2010

Luopa, P. Harju, H. Puusniekka, R. Jokela, J. Kinnunen, T. Pietikäinen, M. 2009. Kouluterveys 2008: Etelä-Suomen lääniraportti. Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. Helsinki.

Melkas, T. 2009.Suomalaisten yksityiselämän sosiaalisuudesta. Teoksessa Alasuutari,P.Eskola,K. Hanifi, R. Helve, H. Jallinoja, R. Kytömäki, J. Liikkanen,M.(toim.).Melkas, T.Timonen, P.Suomalaisten vapaa-aika. Arjen ilot ja valinnat. s. 35 – 36.Hakapaino. Helsinki.

Myllyniemi, S. 2007. Nuorisobarometri - Perusarvot puntarissa. Nuorisotutkimusseura, nuorisotutkimusverkosto. Hakapaino. Helsinki.

Myllyniemi, S. 2008. Nuorisobarometri – Mitä kuuluu? Nuorisotutkimusseura,nuorisotutkimusverkosto. Hakapaino. Helsinki.

Myllyniemi, S. 2009. Nuorisobarometri - Taidekohtia. Nuorisotutkimusseura, nuorisotutkimusverkosto. Hakapaino. Helsinki.

Myllyniemi, S. 2009. Aika Vapaalla. Nuorten vapaa-aika-tutkimus. Nuorisotutkimusseura, nuorisotutkimusverkosto. Hakapaino. Helsinki.

- Ojala, K. Välimaa, R. Villberg, J. Kannas, L. Tynjälä J. 2006. Nuorten ateriarhythmi: kuka syö koulupäivinä säännöllisesti. Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti 43. s. 60 – 71.
- Oulun kaupungin liikuntavirasto. Luettavissa: www.ouka.fi/liikunta Luettu 4.2.2009
- Pelto-Huikko, A. Karjalainen, K. Koskinen-Ollonqvist, P. 2006. Terveyden edistämisen toimintamallit. Terveyden edistämisen keskuksen julkaisu 4/2006. Trio-offset. Helsinki
- Puuronen, A. 2001. ”Eriäinen ruumis”. Teoksessa Puuronen, A. & Välimaa, R. Nuori Ruumis. s. 10. Tammerpaino. Tampere.
- Puuronen, V. 2000. Johdatus nuorisotutkimukseen. Nuorisotutkimusseura. Hakapaino. Helsinki.
- Raitakari, S. 2004. Nuoren elämänhallinta – toivottua arkea ohjeistamalla? Teoksessa Jokinen, A. & Kulmala, A. & Huttunen, L. (toim.) Puhua vastaan ja vaieta – neuvottelu kulttuurisista marginaaleista. s.56 – 73. Gaudeamus. Helsinki.
- Salmela, J. 2006. Koetun sosiaalisen tuen, pätevyyden ja itsearvostuksen ja liikunnan yhteyksiä nuoruusiän kasvuvuosina. Gummerus kirjapaino Oy. Jyväskylä.
- Stenvall, E. 2009. ”Sellast ihan tavallist arkee”. Helsingiläisten 3.- 6. luokkalaisten arki ja ajan käyttö. Helsingin kaupungin tietokeskus. Helsinki.
- Stenvall, E. 2010. Julkaisematon tutkimus. Yläkouluikäisten osallistumisesta kerhotoimintaan. Esitetty 1.2.2010. Helsinki
- Taponen, H. (toim.). Suihkonen, A. 2007. Nuoret alueittain. Helsingin kaupunki. Nuorisoasiainkeskus, tietokeskus. Helsinki.
- Tilastokeskus, Luettavissa: www.tilastokeskus.fi/hyvinvointikatsaus/vapaa-ajan_sanakirjamääritelmä. Luettu 25.11.2009
- Turun kaupunki. Liikuntapalvelukeskus. Luettavissa: www.turku.fi/poweraction. Luettu 4.2.2009

Välimaa, R. 2001. Nuoret ja ulkonäön merkitys. Teoksessa Puuronen, A. & Välimaa, R. Nuori Ruumis. s. 105. Tammerpaino. Tampere.

Wilksa, T. 2001. Tuotteistettu nuoruus kulutusyhteiskunnassa. Teoksessa Puuronen, A. & Välimaa, R. Nuori Ruumis. s.65 - 70. Tammerpaino. Tampere.

Yhteistyökumppani kartoitus

1. Urheiluseuran tai muun yhteistyökumppanin nimi:

2. Tarjoaako urheiluseuranne / yhteisönne 13 – 17 – vuotiaille nuorille ohjattua harrasteliikuntatoimintaa? Kyllä Ei

3. Jos vastasitte KYLLÄ, onko toimintaa?

Tytöille

Pojille

Molemmille

4. Jos vastasitte KYLLÄ, niin minkälaista liikuntaa?

5. Kuinka monta kertaa viikossa harrasteliikuntatoimintaa tarjoatte?

Kerran viikossa

2 – 3 kertaa viikossa

4 – 5 kertaa viikossa

Joka päivä

6. Minkälaisissa toimintaympäristöissä harrasteliikuntaa tarjoatte? (esim. koulujen saleissa, sisäliikuntahalleissa, ulkokentillä....) _____

7. Oletteko kiinnostuneita kehittämään liikuntaviraston liikunnanohjausosaston kanssa harrasteliikuntapalveluja 13 – 17 -vuotiaille Itä-Helsingissä?

Kyllä

Ei

8. Minkälaista yhteistyötä toivotte? _____

9. Järjestämme yhteistyöstä kiinnostuneille urheiluseurojen sekä muiden yhteisöjen edustajille ideointi tapaamisen. Jos olette kiinnostuneita yhteisesti harrasteliikuntapalvelujen kehittämisestä, täyttäkää yhteisönne yhteyshenkilön tiedot:

Nimi: _____ Puhelinnumero: _____

Sähköpostiosoite: _____

FunAction -kysely Liikuntamyyllyssä kesäkuussa 2009

1. Ikä: _____ vuotta

2. Sukupuoli: Tyttö Poika

3. Mistä sait tiedon FunAction -tapahtumasta?

Koulusta Lehestä Liikuntapaikasta

Nuorisotalolta Kirjastosta Internetistä

Muualta, mistä _____

4. Harrastatko vapaa-aikanasi liikuntaa? (Koululiikunnan lisäksi)

Silloin tällöin Kerran viikossa 2 kertaa viikossa

3-4 kertaa viikossa 5 kertaa viikossa tai useammin

5. Jos harrastat liikuntaa. Mitä liikuntalajeja/ -lajeja harrastat:

6. Kuulutko urheiluseuraan? Kyllä En

7. Jos haluaisit aloittaa liikuntaharrastuksen, mitä lajeja haluaisit harrastaa tai kokeilla?

Käännä!

8. Mikä olisi mielestäsi paras paikka liikunnan harrastamiseen?

- Koulun liikuntasali Nuorisotalo Asuinalueeni sisäliikuntahalli
- Kuntosali Uimahalli Kevyen liikenteen väylät
- Metsä, luonto Jäähalli Puistot
- Ulkoilureitit Uimarannat, maauimalat Muualla, missä _____

9. Mikä mielestäsi olisi sopiva hinta liikuntaharrastukselle?

- Osallistuisin/osallistun vain maksuttomaan liikuntaharrastukseen
- 1-2 € / kerta 3-4- €/ kerta 5 € tai enempi/ kerta

Jos olet kiinnostunut uusista harrasteliikuntaharrastuksista ja haluat niistä lisätietoa niin täydennä lomakkeesta seuraavat kohdat:

Nimi: _____

Osoite: _____

Postitoimipaikka: _____

Sähköpostiosoite: _____

Kiitos vastauksistasi!



Liite 3

FunAction- kysely Liikuntamylyssä 27.8.2009

1. Ikä: _____ vuotta

2. Sukupuoli: Tyttö Poika

3. Mistä sait tiedon FunAction -tapahtumasta?

Koulusta Lehdestä Liikuntapaikasta

Nuorisotalolta Kirjastosta Internetistä

Muualta, mistä _____

4. Harrastatko vapaa-aikanasi liikuntaa? (Koululiikunnan lisäksi)

Silloin tällöin Kerran viikossa 2 kertaa viikossa

3-4 kertaa viikossa 5 kertaa viikossa tai useammin

En harrasta vapaa-aikanani liikuntaa

5. Jos harrastat liikuntaa. Mitä liikuntalajeja/ -lajeja harrastat:

6. Kuulutko urheiluseuraan? Kyllä En

7. Jos haluaisit aloittaa liikuntaharrastuksen, mitä lajeja haluaisit harrastaa tai kokeilla?

Käännä!

8. Mikä olisi mielestäsi paras paikka liikunnan harrastamiseen?

Koulun liikuntasali Nuorisotalo Asuinalueeni sisäliikuntahalli

Kuntosali Uimahalli Kevyen liikenteen väylät
Metsä, luonto Jäähalli Puistot
Ulkoilureitit Uimarannat, maauimalat Muualla, missä _____

9. Mikä mielestäsi olisi sopiva hinta liikuntaharrastukselle?

Osallistuisin/osallistun vain maksuttomaan liikuntaharrastukseen

1-3 € / kerta 3-4- €/ kerta 5 € tai enempi/ kerta

Jos olet kiinnostunut uusista harrasteliikuntaharrastuksista ja haluat niistä lisätietoa niin täydennä lomakkeesta seuraavat kohdat:

Nimi: _____

Osoite: _____

Postitoimipaikka: _____

Sähköpostiosoite: _____

Kiitos vastauksistasi!

