

**TYTTÖJEN JALKAPALLON ALOITTAMISEN LAAJEM-
PAAN IKÄVAIHE VAIHTELUUN VAIKUTTAVAT TEKIJÄT.**

Pääkkö Venla

Opinnäytetyö

Liikunnanohjaajakoulutus AMK
Liikunnanohjaaja

2024

Liikunta ja vapaa-aika
Liikunnanohjaaja (AMK)

Tekijä	Venla Pääkkö
Vuosi	2024
Ohjaaja(t)	Niemelä Teemu
Toimeksiantaja	FC Kasiysi Espoo ry.
Työn nimi	Tyttöjen jalkapallon aloittamisen laajempaan ikävaihe vaihteluun vaikuttavat tekijät.
Sivumäärä	36 + 3

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää seuran tyttöpelaaajien kokemuksia jalkapallon aloittamisikään liittyen sekä ymmärtää paremmin tekijöitä, jotka vaikuttavat tyttöjen laajempaan aloittamisien vaihteluun jalkapallossa. Tarkoituksena oli selvittää yhteneviä tekijöitä, jotta niihin voidaan tulevaisuudessa mahdollisesti vaikuttaa. Opinnäytetyön tavoitteena oli, että toimeksiantaja FC Kasiysi Espoo voi tulosten avulla kehittää omaa tyttöpelaaajapolkuaan entistä laadukkaammaksi tulevaisuudessa.

Opinnäytetyön tutkimuskysymykset liittyivät toimeksiantajaseuran tyttöpelaaajien kokemuksiin ja mielipiteisiin jalkapalloharrastuksen aloittamisajankohtaan liittyen. Tutkimuskysymykset käsittelivät pelaajien aloittamisikää, aloitusiän sopivuutta, harrastuksen aloittamisen syitä sekä kokemuksia jalkapallon aloittamisesta.

Aineistonkeruu opinnäytetyöhön toteutettiin Webropol-kyselytyökalulla. Kysely lähetettiin kaikille toimeksiantajaseuran tyttöpelaaajille. Kyselyt esitettiin luotettavuuden varmistamiseksi. Ennen kuin tutkimuskysely lähetettiin, se hyväksyttiin toimeksiantajalla. Opinnäytetyökyselyyn saatiin yhteensä 33 vastausta vastausprosentin ollessa noin 27,5 %. Vastaukset jakautuivat melko hyvin eri ikäluokien kesken, vastauksista kuitenkin nuorimmat ja vanhimmat pelaajat olivat suurin osuus.

Opinnäytetyön vastausten perusteella suurin osa vastaajista oli aloittanut lajin harrastamisen joko perhefutiksessa tai jalkapallokoulussa. Merkittävimpiä tekijöitä lajin aloittamiseksi olivat olemassa olevat ihmissuhteet sekä uusien suhteiden luominen. Myös perheiden oma lajitausta oli merkittävässä roolissa lapsen jalkapalloilun aloittamisessa. Suurimmilta osin aloittamisikä koettiin sopivaksi. Mitä aikaisemmassa ikävaiheessa jalkapallo oli aloitettu, sitä vähemmän taloudellisesti kuormittavana harrastuksena jalkapallo koettiin.

Avainsanat

Tyttöpelaaaja, harrastus, aloittaminen, jalkapallo

Sports and leisure management

Bachelor of Sports Management

Author	Venla Pääkkö
Year	2024
Supervisor	Teemu Niemelä
Commissioned by	FC Kasiysi Espoo ry.
Title	Factors affecting the wider variation in the starting age of girls' football.
Number of pages	36 + 3

The purpose of the thesis was to collect the experiences of the girls starting age of football and to understand the reasons for girls bigger age range of starting age. The purpose was to find out the congruent factors so that they can be influenced in the future. The goal of the thesis was that the client, FC Kasiysi Espoo, could develop its own activities for girl players to a higher level in the future.

The research questions of the thesis were related to the experiences and options about girl players starting age of football. The questions were related to starting age and the suitability of age.

The data was collected via Webropol survey tool. The questionnaire was sent to all the client's girl players. The questions were targeted at the responder group. The questionnaire was tested to ensure reliability and approved by the client.

Altogether 33 people responded to the survey. The response rate was 27,5 %. The answers were well distributed. However, the largest share was the youngest and the oldest teams.

Based on the answers, most of the players started football at the family football games or at football school. The most significant factors to starting football were existing relationships and acquiring new relationships. Also, the family background of football was a significant factor. The majority felt that the starting age was suitable. The sooner football started, the lighter football felt financially.

Keywords Girlplayer, hobby, football, start

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	SUOMEN PALLOLIITTO	7
2.1	Suomen Palloliitto yleisesti	7
2.2	Seurojen Palloliitto	7
2.3	Strategia 2025–2028	8
2.4	UEFA PLAYMAKERS – ohjelma	10
2.5	Perhefutis	10
2.6	Kaikki pelissä -jalkapalloa ja futsalia koulussa ja päiväkodissa	11
3	FC KASIYSI ESPOO	12
3.1	Seurasta yleisesti	12
3.2	Strategia 2024–2027	12
3.3	Joukkue toiminta ja pelaajapolku tyttöpuolella.....	14
4	LASTEN LIIKUNTA	16
4.1	Liikuntasuosituksset	16
4.2	Liikunnan vaikutukset	16
4.3	Vanhempien vaikutus lapsen harrastamiseen	17
5	TAVOITE JA TARKOITUS	18
6	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	19
6.1	Kohderyhmä	19
6.2	Aineistonkeruumenetelmä	19
6.3	Aineiston analysointimenetelmä	20
7	TULOKSET	21
7.1	Ikäkausijoukkueet ja jalkapallon aloittamisikä.....	21
7.2	Harrastamisen aloittamiseen vaikuttavat tekijät.....	23
8	TULOSTEN TARKASTELU JA POHDINTA	26
8.1	Tyttöpelaajien ikäluokka jakauma sekä aloittamisikä.....	26
8.2	Kokemuksia ja perusteluja aloittamisiän sopivuudesta.....	27
8.3	Eri tekijöiden vaikutusten määrä jalkapallon aloittamiseen	28
8.4	Eettisyys	30

8.5	Luotettavuus	30
9	JOHTOPÄÄTÖKSET JA JATKOTUTKIMUSAIHEET	32
9.1	Johtopäätökset	32
9.2	Jatkotutkimusaiheet ja kehitysehdotukset.....	33
9.3	Lopuksi	34
10	LÄHTEET	35
11	LIITTEET	37

1 JOHDANTO

Opinnäytetyön aiheen valinta perustuu opinnäytetyön tekijän omaan mielenkiintoon ja taustaan jalkapallosta. Opinnäytetyön tekijällä on sekä pelaaja- että valmentajakokemusta juniorijalkapallon parista. Kiinnostus tyttöpelaaajien toiminnan kehittämiseksi on herännyt itse valmentajana toimiessa.

Opinnäytetyö toteutetaan FC Kasiysi Espoo ry jalkapalloseuran toimeksiannosta. Aihe on herättänyt kiinnostusta toimeksiantajalla, sillä kyseessä on enimmäkseen harrastetoimintaan profiloituva seura. Toimeksiantaja on ilmaissut mielenkiintonsa aiheen myötä tyttöjen jalkapalloa kehittämiseksi omalla toiminnallaan.

Tyttöjen jalkapallon harrastamisen aloittaminen laajemmassa ikävaiheen vaihtelussa ja siihen vaikuttavat tekijät ovat toimeksiantajaa ja opinnäytetyön tekijää kiinnostava aihe. Tutkimuksen avulla on mahdollista saada tuotettua tärkeää tietoa sekä toimeksiantajalle että Suomen Palloliitolle, jotta tyttöpelaaajien toimintaa voidaan kehittää entistäkin paremmaksi.

Opinnäytetyön tavoitteena on, että opinnäytetyön avulla toimeksiantaja (FC Kasiysi Espoo) voi kehittää omaa tyttöpelaaajapolkuaan entistä laadukkaammaksi tulevaisuudessa. Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää seuran tyttöpelaaajien kokemuksia jalkapallon aloittamisikään liittyen sekä selvittää ja ymmärtää paremmin tyttöpelaaajien laajempaan aloittamisikään vaikuttavia yhteneviä tekijöitä.

Opinnäytetyön tietoperusta koostuu aiheista, joihin myös opinnäytetyön kyselylomake pohjautuu. Käsiteltäviä aiheita ovat FC Kasiysi Espoo ry, FC Kasiysi Espoo ry:n strategia sekä joukkue toiminta ja pelaajapolku tyttöpuolella, Suomen Palloliitto, Palloliiton valmennuslinjaa koskeva strategia 2025–2028, Palloliiton kehittämisohjelmat Playmakers sekä Perhefutis & Kaikki pelissä.

Opinnäytetyön tekemisestä ei aiheudu palkkakuluja opiskelijoiden. FC Kasiysista on saatu resursseja tukemaan projektin toteutusta. Lapin ammattikorkeakoululle ei aiheudu kuluja opinnäytetyön tekemisestä.

2 SUOMEN PALLOLIITTO

2.1 Suomen Palloliitto yleisesti

Suomen Palloliitto on vuonna 1907 perustettu jalkapallon erikoisliitto. Se vastaa koko Suomen jalkapallo- ja futsaltoiminnasta sekä sen kehittämistä. Suomen Palloliitto tekee työtä kilpa- ja huippu-urheilun sekä kasvatus- ja harrastetoiminnan parissa. Jalkapallon kehittäminen entistä harrastetummaksi, arvostetummaksi ja katsotummaksi lajiksi on Suomen Palloliiton ensisijainen tavoite. (Suomen Tietotoimisto 2024.)

Suomen Palloliiton tarkoituksena on valtakunnallisena lajiliittona johtaa, valvoa ja ohjata jalkapallo- ja futsaltoimintaa ja kehitystä Suomessa. Suomen Palloliiton määrittelemät eettiset- ja urheilun reilun pelin periaatteet sekä dopingin vastustaminen ovat toiminnan perusta. (Suomen Palloliitto 2024.)

Suomen Palloliitto toimii myös osana FIFA:n (Federation International Football Association) kansainvälistä jalkapalloliittoa. Suomi liittyi FIFA:n alaisuuteen vain vuosi perustamisen jälkeen, vuonna 1908. Suomi liittyi Euroopan jalkapalloliitto UEFA:n (Union of European Football Association) jäseneksi vuonna 1954. (SPL Uusimaa 2024.)

Suomen Palloliitto on Suomen suurin urheilun lajiliitto. Suomessa on noin 160 000 rekisteröitynyttä pelaajaa ja jopa 500 000 ihmistä toimii lajin parissa viikoittain. Suomen Palloliitto työllistää noin 140 päätoimista työntekijää eri työtehtävissä sekä satoja oman työnsä ohella työskenteleviä toimijoita. (Suomen Palloliitto 2024.)

2.2 Seurojen Palloliitto

Suomen Palloliitto on rakentanut kehitysohjelman, Seurojen Palloliiton, uutta Palloliiton palveluorganisaatiota varten, Seurojen Palloliiton. Seurojen Palloliitto -ohjelma on aloitettu 1.1.2020 organisaatiomuutostyön tuloksena, jonka ydintavoite oli siirtää lisää resursseja kentälle. Suurin muutos oli Palloliiton itsenäisinä toimineiden piiriorganisaatioiden yhdistyminen yhdeksi Seurojen

Palloliitoksi. Tarkastelemalla pääprosesseja Suomalaisen jalkapallon ja futsalin strategiatyössä oli tarkoitus määritellä Palloliiton toiminnan kehittämiseksi kokonaisuus. Kokonaisuuden idea oli selvittää, mitä Palloliiton kannattaa tehdä yhdessä seurojen kanssa sekä mikä on seurojen toteuttamana laadukkaampaa ja kustannustehokkaampaa. Jotta seurat onnistuvat näissä toiminnoissaan, tukee Palloliitto seuroja erilaisin tavoin. (Suomen Palloliitto, seurojen palloliitto. 2024.)

Seurojen Palloliiton toiminnan tavoitteita seurojen näkökulmasta ovat muun muassa yhdenmukaisempien palveluiden mahdollistaminen sijainnista riippumatta, parantaa pelaajakehitystä panostamalla valmentajakoulutukseen sekä valmennuksen kehittämiseen sekä mahdollistaa palveluiden järjestämisen itse esimerkiksi valmentajakoulutusten muodossa. Yleisesti siis tavoitteena on vahvistaa lähipalveluita ja saada seuroille nykyistä paremmin laadukkaampia sekä tarpeitaan vastaavia palveluita. (Suomen Palloliitto, seurojen palloliitto. 2024.)

Seurojen Palloliitto ohjelman tarkoituksena ei ole luopua kaikesta menneestä, vaan myös säilyttää edeltävän ajan vahvuudet organisaatiossa. Muutoksen aikana ja sen jälkeen taloudelliset tukimuodot, prosessimuotoinen valmentajakoulutus sekä vertaistapahtumat ovat esimerkkejä asioista, jotka haluttiin säilyttää muutoksen jälkeenkin. Lisäksi osaavat ihmiset, kilpailutoiminnan sujuvuus, ympäri Suomea paikallisesti toimiva organisaatio sekä laatujärjestelmä haluttiin säilyttää. Muutoksen jälkeenkin Palloliiton unelma on, että jokaisella lapsella ja nuorella on osaava ja koulutettu valmentaja. (Suomen Palloliitto, seurojen palloliitto. 2024.)

2.3 Strategia 2025–2028

Suomen Palloliitto on päivittänyt strategiamallinsa vuosille 2025–2028. Uusi strategia pitää sisällään UEFA:n ja FIFA:n painopisteet. Lisäksi strategiassa on nimetty Palloliiton pääprosessit sekä niihin liittyvät sidosryhmät. Pääprosesseihin liittyvät roolit seurojen ja Palloliiton välillä on myös nimetty. Strategiassa avataan yleisesti tavoitteet sekä kehitysohjelmat. Kehitysohjelmissa avataan keinoja ja ohjelmia, millä strategiaan tavoitteisiin pyritään pääsemään. (Suomen Palloliitto. Strategia 2025–2028. 2024.)

Suomen Palloliiton strategiassa on määritelty tavoitteet vuosille 2025–2028. Tämä pitää sisällään 4 strategista tavoitetta, jotka ovat Suomen suosituin urheilulaji, pelaajia kansainväliselle huipulle, maajoukkueet arvokisoissa sekä pidetään kaikki mukana. Suomen Palloliiton visio on ”jalkapalloa jokaiselle” ja missio olla menestyvä jalkapallomaa sekä hyvinvoinnin kasvattaja. Suomen Palloliiton arvoja ovat iloisuus, menestys, luotettavuus sekä yhteisöllisyys. (Suomen Palloliitto. Strategia 2025–2028. 2024.)

Suomen Palloliiton määrittelemät pääprosessit jaetaan neljään osaan, joita ovat kansainvälisyys, toiminta, seuratoimijat sekä toimintaympäristö. Nämä neljä pitävät sisällään muun muassa olosuhteiden rakennuttamisen ja ylläpidon, valmentajien ja seuratoimijoiden kouluttamisen, kilpailutoiminnan järjestämisen sekä pelaajakehityksen ja maajoukkuetoiminnan. Strategiassa näille kaikille pääprosesseille ja niiden toteutumiselle seuroille ja palloliitolle roolit. Esimerkkinä valmentajakoulutuksista seurojen vastuulla on alempien koulutusten ja arjen kehittäminen samalla kun palloliiton vastuulla on järjestää täydennyskoulutuksia sekä ylempien tasojen valmentajakoulutuksia. (Suomen Palloliitto. Strategia 2025–2028. 2024.)

Palloliitto on määritellyt strategiassa kolme kehitysohjelmaa, joita ovat pelaajakehitys kansainväliselle tasolle, lisää liikettä, sekä pääsarjaseuroille elinvoimaa. Kaikkiin kolmeen kehitysohjelmaan on nimetty omat fokusalueet mihin ohjelmalla pyritään vaikuttamaan. ”Pelaajakehitys kansainväliselle tasolle” ohjelmassa keskitytään esimerkiksi nuorten maajoukkueiden kilpailukykyyn sekä kokonaisharjoittelumäärän kasvattamiseen erikoistumisvaiheessa. ”Lisää liikettä” kehitysohjelmassa keskitytään esimerkiksi H&H-polun (huuhkaja- ja helmaripolku) pelaajien kokonaisliikuntamäärän kasvattamiseen sekä omatoimisen harjoittelun seuraamisen lisäämiseen seuroissa. ”Pääsarjaseuroille elinvoimaa” kehitysohjelmassa keskitytään esimerkiksi yleisömäärien kasvattamiseen, taloudellisen tuloksen kasvattamiseen sekä tekemään vastuullisuusohjelmat pääsarjaseuroille. (Suomen Palloliitto. Strategia 2025–2028. 2024.)

2.4 UEFA PLAYMAKERS – ohjelma

Suomen Palloliitto on käynnistänyt vuonna 2021 UEFA Playmakers – ohjelman, jonka tarkoituksena on tarjota jalkapallon ensiaskeleet 5–8-vuotiaille lapsille. Ohjelma on Euroopan jalkapalloliitto UEFA:n rakentama ja siinä jalkapalloharjoitukset rakennetaan lasten näkökulmasta tarinankerrontaa keinona hyödyntäen. Ohjelma on rakennettu Disneyn kanssa yhteistyössä ja tarinan runkona käytetään Disneyn Frozen-, Vaiana- tai Ihmeperhe- tarinoita. Harjoituksissa opetellaan kaverin kannustamista, innostutaan lajista sekä iloitaan omista ja toisten onnistumisista. Ohjelman tavoitteena on rohkaista erityisesti tyttöjä lajin pariin sekä varsinaiseen joukkue-toimintaan. (Suomen Palloliitto, Uefa Playmakers. 2024.)

Suomesta tällä hetkellä ohjelmassa on mukana yhteensä 14 seuraa ympäri Suomea. Seuran strategiassa tulee olla tavoitteena tyttöpelaaajien määrän kasvattaminen sekä seuran olla mukana Palloliiton laatujärjestelmässä, mikäli se haluaa osallistua ohjelmaan. Seuran toimintaa täytyy kohdistaa tytöille, joilla ei entuudestaan ole yhteyttä liikuntaan tai lajiin. Seuran tulee myös nimetä Playmakers -harjoitusten vetovastuuseen 2–3 ohjaajaa, joilla on halu hyödyntää tarinan voimaa sekä kyky heittäytyä mukaan harjoitukseen. Palloliitto toivoo, että jokaisessa harjoituksessa vähintään yksi valmentajista olisi nainen, jotta naisia saadaan samalla kannustettua valmennustehtäviin. Ohjelman aikana seuran tulee järjestää 10 harjoitusta keväällä sekä 10 harjoitusta syksyllä ohjelmakauden aikana. Markkinointia tapahtumista odotetaan tapahtuvan seuran osalta päiväkodeissa ja alakouluissa. Palloliitto tukee seuroja markkinoinnissa. (Suomen Palloliitto, Uefa Playmakers. 2024.)

2.5 Perhefutis

Suomen Palloliitto järjestää valtakunnallisesti Perhefutis-toimintaa osana yhteistyökumppanuutta Volkswagenin kanssa. Toiminta tarjoaa lapselle ja vanhemmalle yhteisen harrastuksen monipuolisen liikunnan ja turvallisen ympäristön avulla. Toiminta tarjoaa lapselle aikuisen jakamattoman huomion. Samalla Perhefutis tarjoaa vanhemmalle rentoutumismahdollisuuden yhteisen tekemisen pa-

rissa lapsen kanssa arjen kiireen keskellä. Perhefutis tarjoaa seuroille ensikon-taktin perheiden jalkapallon harrastamiseen. Perhefutis on auttanut seuroja pe-rustamaan uusia ikäluokkajoukkueita sekä saanut joukkueiden taustatehtäviin uusia toimijoita. (Suomen Palloliitto, perhefutis. 2024.)

Perhefutis-toiminnan tavoitteita ovat perhelähtöinen toiminta, liikunnasta nautti-minen ja yhdessä oppiminen sekä lapsen ja vanhemman vuorovaikutuksen tuke-minen. Lisäksi toiminnan tavoitteena on vahvistaa lapsen minäkuvaa ja itsetuntoa sekä motorisia perustaitoja. Lisäksi tavoitteena on tukea lapsen pallon- ja väli-neenhallintakykyä sekä auttaa lasta hahmottamaan omaa kehoaan. Aikuiselle toiminta tarjoaa aerobista sekä lihaskuntoharjoittelua oman kuntotason mukaan sekä mahdollisuuden aktivoitua joukkueiden taustatehtäviin. (Suomen Palloliitto, perhefutis. 2024.)

2.6 Kaikki pelissä -jalkapalloa ja futsalia koulussa ja päiväkodissa

Suomen Palloliitto tukee Kaikki pelissä -toiminnallaan liikunnan määrän, ilon ja laadun lisäämistä kouluissa seurojen koulu- ja päiväkotiyhteistyöllä. Kaikki pe-lissä -toiminta pitää kokonaisuudessaan sisällään toimintamalleja seurayhteis-työn toteutukseen sekä opettajille suunnattuja materiaaleja ja koulutuksia. Pallo-liitto tukee seuroja koulu- ja päiväkotitapahtumien järjestämisessä jakamalla pal-loja kouluille ja päiväkodeille. (Suomen Palloliitto, koulu- ja päiväkotijalkapallo. 2024.)

Päiväkotijalkapallo- ja alakoulutoiminnan tavoitteena on lasten ja nuorten liikunnallisen, so-siaalisen ja henkisen kehittymisen tukeminen. Lisäksi tavoitteena on parantaa oppimista ja jaksamista sekä parantaa jalkapallon ja futsalin asemaa yhteiskun-nallisesti sekä sitä kautta kasvattaa harrastajamääriä. (Suomen Palloliitto, koulu- ja päiväkotijalkapallo. 2024.)

3 FC KASIYSI ESPOO

3.1 Seurasta yleisesti

Fc Kasiysi Espoo on vuonna 1989 perustettu espoolainen jalkapalloseura, joka sai alkunsa, kun kaksi paikallista seuraa (Karakallion Pallo ja Jupperin Urheilijat-85) päättivät yhdistää resurssinsa yhdeksi organisaatioksi. FC Kasiysi on pääasiassa junioritoimintaan keskittyvä jalkapalloseura. (FC Kasiysi Espoo, seura. 2024.)

Seurassa oli heinäkuussa vuonna 2024 yhteensä 920 rekisteröitynyttä pelaajaa. Näistä pelaajista 760/83 % oli junioripelaajia ja 160/17 % aikuisia. Junioripelaajista 130/19 % oli tyttöjä ja 630/81 % oli poikia. Junioripuolella seuran alaisuudessa toimii noin 20 aktiivista joukkuetta ja ryhmää. Seurassa toimii kuusi tyttöjoukkuetta, yhdeksän poikajoukkuetta sekä kuusi sekajoukkuetta. Aikuisille suunnattuja joukkueita on yhteensä kuusi. Seuran joukkueista kaksi on suunnattu pelaajille, joilla on erityistarpeita. Yksi seuran erityisjoukkueista on sähköpyörätuolijoukkue. (FC Kasiysi Espoo, joukkueet. 2024.)

FC Kasiysin tärkein tavoite on tarjota jokaiselle turvallinen ja hyvä ympäristö lajin harrastamiseen. Seuran toimintaa ohjaavat vahvasti arvot, joita ovat vastuullisuus, positiivisuus ja avoimuus. Seura haluaa luoda pelaajille sekä valmentajille ympäristön, jossa jokainen yksilö kokee olonsa turvalliseksi ja arvostetuksi. Tämän lisäksi seura haluaa mahdollistaa positiivisen kokemuksen lapsille ja heidän vanhemmilleen. Myös yhteisöllisyys on seurassa iso kantava voima ja se liittyy vahvasti seuran alueellisesti painottuvaan toimintaan. (FC Kasiysi Espoo, seura. 2024.)

3.2 Strategia 2024–2027

FC Kasiysi on määritellyt uuden strategiansa vuosille 2024–2027. Strategiassa määritellään seuran tavoitteet kyseisille toimintakausille. Strategiassa esitellään seuran visio, missio ja arvot, sekä kolme pääteemaa tuleville vuosille. Vuoden 2024–2027 strategiassa kolme pääteemaa ovat:

1. Yhteiskuntavastuu ja merkityksellisyys
2. Taito
3. Resurssit ja laatu

Jokainen teema on esitetty strategiassa erilaisiin osa-alueisiin pilkottuna. Ensimmäinen teema on Yhteiskuntavastuu ja merkityksellisyys, joka on jaettu neljään osa-alueeseen. Osa-alueita ovat paikallisuus, sosiaalinen toiminta, taloudellinen toiminta sekä kestävä kehitys. Paikallisuutta tavoitellaan sitoutumalla osaksi tiettyä aluetta sekä yhteisöä. Sosiaalisella toiminnalla tavoite on pyrkiä parantamaan seuran omien jäsenien sekä ympäröivän toiminta-alueen elinoloja muokkaamalla seuran sisäistä ja ulkoista toimintaa. Taloudellinen toiminta tarkoittaa sitä, että toiminta on taloudellisesti kestäväällä pohjalla ja toiminta ottaa huomioon yhteiskunnalliset vaikutukset ja velvoitteet kehitystoimenpiteissä. Kestäväällä kehityksellä tavoitellaan ympäristölle aiheutuvan kuormituksen minimointia huomioimalla ympäristövaikutukset toiminnassa. (FC Kasiysi Espoo, strategia 2024-2027. 2-4.)

Toinen teema, Taito, pitää sisällään kolme osa-aluetta, joita ovat tyttöikäluokkien kehittäminen, yksilövalmennus sekä laadukkaat pelaajapolut. Tyttöikäluokkien kehittämisen tavoitteena on luoda seuraan entistäkin houkuttelevampi ja laadukkaampi ympäristö tytöille osallistua ja kehittyä. Yksilövalmennus avataan seuran strategiassa tavoitteena lähestyä pelaajaa kokonaisvaltaisemmin ottamalla huomioon yksilön tarpeet fyysisestä, psyykkisestä ja sosiaalisen hyvinvoinnin näkökulmasta. Tavoitteena on myös tarjota tukea ja resursseja yksilön kehittymiseen jalkapallon parissa. Laadukkaan pelaajapolun tavoitteena on mahdollistaa laadukas kehitysympäristö kaikille pelaajille. Sillä pyritään varmistamaan, että jokainen pelaaja saa kehitystarpeiden ja taitotasonsa mukaista tukea ja ohjausta. (FC Kasiysi Espoo, strategia 2024-2027. 5.)

Kolmas teema on Resurssit ja laatu ja se on jaettu neljään osa-alueeseen. Osa-alueita ovat työhyvinvointi, olosuhteet, johtamismallit sekä seurojen välinen yhteistyö. Työhyvinvoinnin tavoitteena on pitää yllä työtyytyväisyyttä sekä työntekijöiden hyvinvointia, jotta organisaation toiminnan resurssitehokkuus sekä laatu säilyvät. Tavoitteena on pitää olosuhteet mahdollisimman laadukkaina, jotta

seura pystyy tarjoamaan pelaajilleen optimaalisen ympäristön kehittyä ja menestyä. Samalla olevassa olevia resursseja pyritään optimoimaan. Johtamismallien jatkuvaa kehittymistä pyritään edistämään arvioimalla jatkuvasti prosesseja ja toimintatapoja sekä dokumentointia tekemällä. "Seurojen välinen yhteistyö" osa-alueen tavoitteena on kehittää toimintaa ja parantaa laatua tarjoamalla lisää mahdollisuuksia, osaamista ja resursseja. Tämä tukee seuraa saavuttamaan parempia tuloksia sekä menestymään pitkän aikavälin tavoitteissa. (FC Kasiysi Espoo, Strategia 2024-2027. 6.)

3.3 Joukkue-toiminta ja pelaajapolku tyttöpuolella

FC Kasiysin joukkue-toiminnassa ydinasiat ovat yhtenäiset jokaisessa joukkueessa. Seurassa toimii kaudella 2024 yhteensä 7 tyttöjoukkuetta. Näistä joukkueista yksi on yhdistelmäjoukkue toisen espoolaisen jalkapalloseuran kanssa. Kaudella 2024 seura tarjoaa ikäkausijoukkue toimintaa vuonna 2005–2018 syntyneille tyttöikäluokille. Osa joukkueista koostuu yhdestä ikäluokasta, kun taas osa joukkueista on yhdistelmä kahta- tai useampaa eri ikäluokkaa. Junioritoiminnan lisäksi tyttö-/naispelaajien pelaajapolku jatkuu myös aikuisten harrastejoukkueisiin. FC Kasiysilla on kaksi naisille suunnattua harrasteryhmää. Aloittaville harrastajille naisten futisstartti ryhmä mahdollistaa lajin aloittamisen matalalla kynnyksellä ilman minkäänlaista jalkapallotaustaa. (FC Kasiysi Espoo, joukkueet. 2024.)

Ikäkausijoukkue toiminnan lisäksi seura tarjoaa myös laajasti harrastetoimintaa. Seuran järjestämät perhefutis ja jalkapallokoulu toimivat usein aloittavina ryhminä lapsen pelaajapolulla. Perhefutis on lapsen ja vanhemman yhteinen harrastus. Jalkapallokoulu on kaudella 2024 suunnattu vuonna 2018–2020 syntyneille pelaajille. Tyttöillä ja pojilla on omat jalkapallokoulujoukkueensa. (FC Kasiysi Espoo, harrastetoiminta. 2024.)

Näiden lisäksi harrastamismahdollisuuksia ovat futiskerhot, joita järjestetään kolmessa eri ryhmässä. Kerhot ovat tarkoitettu uusille pelaajille, jotka haluavat kokeilla lajin harrastamista matalalla kynnyksellä. 6–9-vuotiaiden sekä 10–13-vuotiaiden futiskerhot ovat maksullisia, mutta seuran järjestämä futiskerho 14–16-

vuotiaille on osallistujille maksuton. Onnistumisten ja liikunnallisten hetkien tuottaminen pelaajille on futiskerhojen tärkein tavoite. (FC Kasiysi Espoo, harraste-toiminta. 2024.)

4 LASTEN LIIKUNTA

4.1 Liikuntasuositukset

Alle kouluikäisten lasten suositukset liikkumiselle on nimeltään Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset. Ne antavat alle kahdeksanvuotiaiden lasten fyysiseen aktiivisuuteen ohjeita osana varhaiskasvatusta. Suosituksien mukaan lasten tulisi liikkua vähintään kolme tuntia joka päivä. Kolme tuntia koostuu kevyestä aktiivisuudesta, ulkoilusta sekä vauhdikkaasta fyysisestä aktiivisuudesta. (UKK-instituutti. Alle kouluikäisten liikkumisen suositukset. 2024.)

Lasten ja nuorten (7–17- vuotiaat) liikuntasuosituksissa kerrotaan, että joka päivä tulisi harrastaa vähintään yksi tunti reipasta ja rasittavaa liikuntaa. Suositusten mukaan suurin osa lasten ja nuorten liikkumisesta tulisi olla kestävyystyyppistä. Liikkuminen pitäisi olla riittävän monipuolista, jotta lasten ja nuorten erilaiset liikuntataidot kehittyvät. Rasittavaa liikuntaa tulisi harrastaa kolme kertaa viikossa, jotta lihakset ja luusto vahvistuvat. (UKK-instituutti. Kouluikäisten liikkumisen suositus. 2024.)

4.2 Liikunnan vaikutukset

Liikunta vaikuttaa monella tapaa lapsen ja nuoren kehitykseen. Liikunta edistää monella tavalla nuorten terveyttä. Liikunta muun muassa ehkäisee sairauksia, kehittää tuki- ja liikuntaelimiä, lisää luumassaa sekä lihasmassaa ja -voimaa, parantaa liikkuvuutta sekä kehittää reaktionopeutta ja tasapainoa. Jo pienestä pitäen lasten ja nuorten luuston, lihaksiston sekä motoristen taitojen kehittymiselle liikunta ja liikkuminen on tärkeää. Myös sosiaaliset suhteet ja niiden kehittyminen on tärkeä liikunnan mukana tuoma hyöty. Lapsena ja nuorena monipuolisesti liikkuva nuori omaa artikkelin mukaan terveelliset ja liikunnalliset elämäntavat omaksettuaan ne lapsena. Liikunta ja liikunnalliset elämäntavat edesauttavat myös terveyttä ja ehkäisevät sairauksia. (UKK-instituutti. Liikkumisen vaikutukset. 2024.)

Liian vähäinen fyysisen aktiivisuuden määrä voi vaikuttaa kasvuikäisen terveyteen ja hyvinvointiin. Vähäisestä fyysisestä aktiivisuudesta voi johtua ylipainoa ja

näiden riskitekijöiden ilmaantumista entistä varhaisemmin. Noin viidesosa lapsista liikkuu artikkelin mukaan erittäin vähän. Vain puolet lapsista liikkuu artikkelin mukaan liikuntasuosituksen mukaan. (Duodecim lehti. Kasvuikäisten liikunta. 2015.)

4.3 Vanhempien vaikutus lapsen harrastamiseen

Vanhemman roolia ja sen tärkeyttä osana lapsen tai nuoren harrastusta on haastavaa korostaa tarpeeksi. Oli kyseessä sitten harjoitukseen vieminen tai kotiruuan tekeminen, on näillä kaikilla asioilla iso rooli ja ne tukevat lapsen harrastusta. Vanhemmalla on myös iso rooli psykologisesti esimerkiksi lapsen tai nuoren motivaatioon ja itsetuntoon. (Wiersma & Fifer, 2008)

5 TAVOITE JA TARKOITUS

Opinnäytetyön tavoitteena on, että opinnäytetyön avulla toimeksiantaja (FC Kasiksi Espoo) voi kehittää omaa tyttöpelaaajapolkuaan entistä laadukkaammaksi tulevaisuudessa. Tavoitteena on myös, että opinnäytetyön tekijä oppii tyttöpelaa-
jien pelaamisen aloittamiseen vaikuttavista tekijöistä.

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää seuran tyttöpelaaajien kokemuksia jalkapallon aloittamisikään liittyen. Tarkoituksena on ymmärtää paremmin tekijöitä, jotka vaikuttavat tyttöjen laajempaan aloittamisiin vaihteluun jalkapallossa. Tarkoituksena on selvittää yhteneviä tekijöitä, jotta niihin voidaan tulevaisuudessa mahdollisesti vaikuttaa.

Opinnäytetyön avulla pyritään saamaan vastauksia seuraaviin tutkimuskysymyksiin:

- Miten tyttöpelaaajien aloittamisiät jakautuvat ikäluokittain?
- Millainen on sopiva aloittamisikä?
- Mitkä eri tekijät vaikuttavat jalkapallon aloittamiseen?

6 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

6.1 Kohderyhmä

Tutkimuksen kohderyhmän muodostui FC Kasiysin kaikki U7-U18 tyttöpuolen pelaajista, jotka näkyvät seuran pelaajarekisterissä aktiivisessa tilassa kaudella 2024. Tutkimuksen kohderyhmään kuuluu noin 120 pelaajaa.

6.2 Aineistonkeruumenetelmä

Opinnäytetyö toteutettiin kyselytutkimuksena FC Kasiysi ry:n toimeksiannosta. Aihe rajattiin kevään 2024 aikana siten, että tutkimus tukee FC Kasiysin toiminnan kehittämistä ja että se pystytään toteuttamaan varattujen opintopisteiden sisällä. Tutkimusta varten ei tarvittu tutkimuslupaa.

Aineistonkeruu toteutettiin Webropol-kyselytyökalun avulla. Kaikille kohderyhmän jäsenille lähetettiin sama kysely, jonka kysymykset oli kohdennettu kohderyhmän mukaisesti. Kyselyssä oli yhteensä 10 kysymystä. Näistä kysymyksistä kahdeksan oli monivalintakysymyksiä ja kaksi avoimia kysymyksiä. Avoimiin kysymyksiin vastaaja pystyi vastaamaan haluamallaan tavalla. Kysymykset liittyivät tyttöpelaaajien jalkapallon aloittamiseen vaikuttaviin tekijöihin.

Ennen kyselyn lähettämistä kohderyhmälle se esitettiin henkilöillä, jotka tiesivät opinnäytetyöprojektin taustat mutta olivat projektin ulkopuolisia. Esitestaus suoritettiin testin luotettavuuden ja toimivuuden varmistamiseksi. Esitestauksen pohjalta saatujen palautteiden ja huomioiden pohjalta kyselyyn tehtiin korjauksia. Yhden kysymyksen vastausmuotoa muutettiin, jotta kysymykseen vastaaminen olisi helpompaa. Ennen kyselyn lähettämistä kohderyhmälle se hyväksyttiin toimeksiantajalla.

Tutkimuskysely sekä saatekirje lähetettiin kaikille U7-U18 ikäluokkien tyttöpelaa- jille, jotka näkyivät seuran pelaajarekisterissä aktiivisessa tilassa elokuussa 2024. Kysely ja saatekirje lähetettiin pelaajille huoltajan antamaan sähköpostiin seuran käytössä olevan MyClub-sovelluksen kautta. Saatekirjeessä suositeltiin vastaamaan kyselyyn yhdessä huoltajan kanssa. Tällä tavalla mahdollistettiin

vastausten saaminen kyselyyn koko kohderyhmän, eli myös nuorimpien pelaajien kohdalta. Yli 15-vuotiaiden pelaajien kohdalla saatekirjeessä annettiin mahdollisuus vastata kyselyyn yhdessä huoltajien kanssa tai itsenäisesti.

Saatekirjeessä vastaajia motivoitiin ja suositeltiin vastaamaan kyselyyn, jotta FC Kasiysi pystyisi kehittämään toimintaansa mahdollisimman luotettavien tutkimustuloksien pohjalta. Saatekirjeessä kerrottiin, että vastaaminen on vapaaehtoista mutta suositeltavaa. Lisäksi saatekirjeessä kerrottiin, ettei yksittäistä vastaajaa voida tunnistaa jälkikäteen tutkimustuloksia esitettäessä. Vastaajille annettiin kaksi viikkoa vastausaikaa. Vastaajia muistutettiin vastausajan puolivälissä sekä kaksi päivää ennen vastausajan umpeutumista.

6.3 Aineiston analysointimenetelmä

Webropol-kyselystä saadut vastaukset analysoitiin Webropol-kyselytyökalua sekä Word-työkalua hyödyntäen. Tulosten analysointi tapahtui viemällä tulokset Webropol-kyselytyökalusta Word-tiedostoksi. Määrällisistä tuloksista luotiin visuaaliset kaaviot. Avointen kysymysten kohdalla vastauksista pyrittiin erottamaan selkeästi yhtenevät teemat vastausten välillä.

Opinnäytetyön tulokset raportoitiin ja esitettiin visuaalisia kaavioita sekä avoimiin kysymyksiin kirjattuja vastauksia hyödyntäen tutkimuskysymysten mukaisesti. Tutkimustulosten pohjalta esitettiin johtopäätöksiä sekä jatkotutkimusaiheita FC Kasiysi Espoolle.

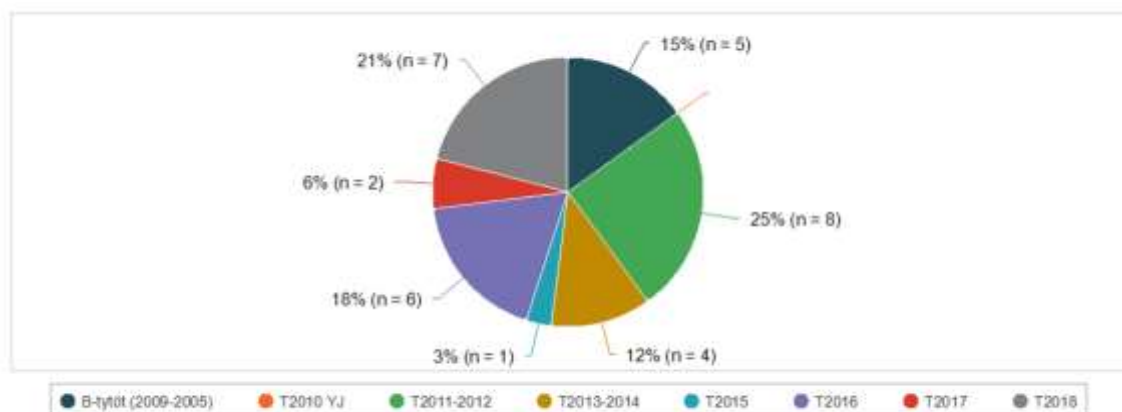
7 TULOKSET

FC Kasiysi Espoossa on yhteensä noin 120 aktiivista tyttöpelaaajaa. Kysely saatekirjeineen lähetettiin kaikkien pelaajien huoltajille seuran käytössä olevan My-Club-sovelluksen kautta. Kokonaisuudessaan kyselyyn tuli 33 vastausta. Vastausprosentti oli noin 27,5 %. Vastaajille lähetetystä muistutusviestistä huolimatta vastausprosentti jäi alhaiseksi.

Kysely sisälsi kaksi avointa kysymystä. Ensimmäiseen avoimeen kysymykseen vastasi 72,6 % vastanneista (n=22). Toiseen avoimeen kysymykseen vastasivat kaikki 33 vastaajaa. Avointen kysymysten kohdalla vastauksista pystyttiin erottamaan selkeästi yhtenevät teemat vastausten välillä.

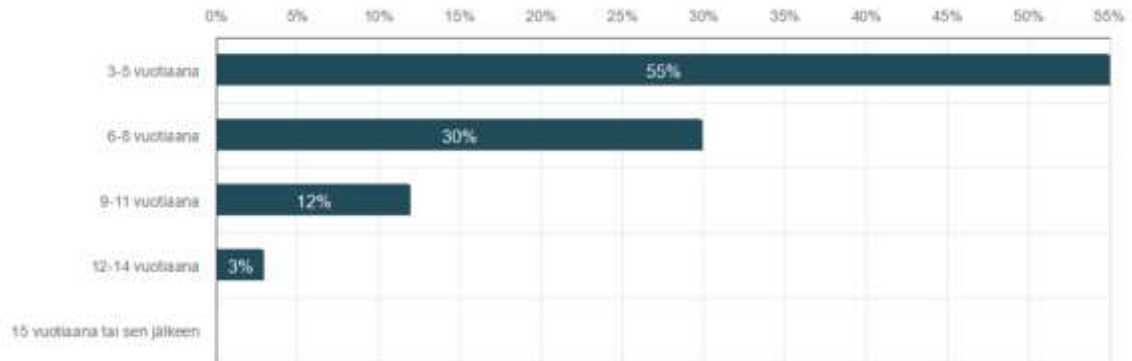
7.1 Ikäkausijoukkueet ja jalkapallon aloittamisikä

Joukkuekohtaisesti eniten kyselyyn vastanneita oli 2011–2012-syntyneiden (25 %, n=8) ikäluokassa. Lisäksi joukkuetta kohden useampi vastaus saatiin 2018-syntyneiden (21 %, n=7), 2016-syntyneiden (18 %, n=6), 2005–2009-syntyneiden (15 %, n=5) sekä 2013–2014-syntyneiden (12 %, n=4) tyttöjen ikäluokissa. Joukkuekohtaisesti vähiten vastauksia oli 2017-syntyneiden (6 %, n=2) sekä 2015-syntyneiden (3 %, n=1) tyttöjen ikäluokissa. 2010-syntyneiden ikäluokasta vastauksia ei tullut yhtään. (Kuva 1)



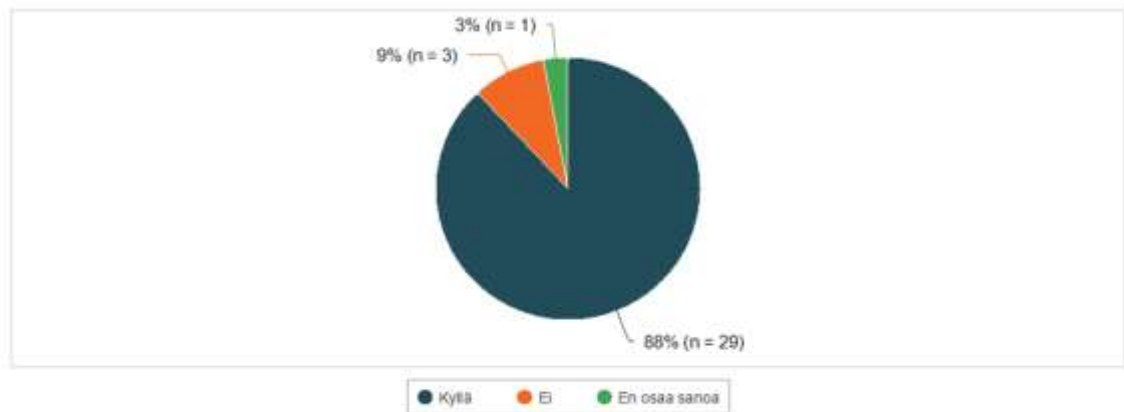
1. Minkä joukkueen toiminnassa pelaaja on mukana?

Vastaajista hieman yli puolet (55 %, n=18) oli aloittanut jalkapallon harrastamisen ensimmäisen kerran alle 5-vuotiaana. 30 % (n=10) vastaajista oli aloittanut harrastamisen 6–8-vuotiaana ja yhteensä 15 % (n=5) oli aloittanut jalkapallon yli 9-vuotiaana. Yksikään vastaajista ei ollut aloittanut yli 15-vuotiaana. (Kuva 2.)



Kuva 2. Minkä ikäisenä pelaaja on aloittanut jalkapallon ensimmäisen kerran.

Vastaajista suurin osa 88 % (n=29) koki, että kyseinen ikä oli sopiva jalkapallon aloittamiseen. 9 % (n=3) koki ettei kyseinen ikä ollut sopiva jalkapallon aloittamiseen. Yksi vastaajista ei osannut vastata. (Kuva 3)



Kuva 3. Koetko, että kyseinen ikä oli sopiva jalkapallon aloittamiseen.

Isoin selkeä peruste sopivaan ikään oli lapsen oma kiinnostus ja innostus lajia kohtaan. Monen vastaajan mielestä lapsen oman kiinnostuksen herätessä, on aloittamisen ajan kohta sopiva iästä riippumatta. Etenkin nuorena aloittaneiden kohdalla esiin nousi lapsen oma uteliaisuus sekä innostus lajiin ilman minkäänlaista koulumaailman tai kaveripiirien luomaa painetta. Myös perhefutis toiminta nousi esiin vastanneiden kesken. Perhefutis kautta aloittamisikä koettiin sopivaksi, koska lapsi sai tutustua lajiin rauhassa yhdessä vanhemman kanssa.

Myös lapsen sosiaalisten taitojen kehittyminen ja sosiaaliset kokemukset koettiin positiivisena osana aloittamisikää.

Osa vastanneista koki, ettei lapsi ollut aloittaessaan vielä valmis joukkue-toimintaan. Varhaisessa vaiheessa aloittaneet perustelivat omasta mielestään lajin aloittamisen kannalta sopimatonta ikää sillä, että kyseiselle ikäluokalle ei vielä ollut joukkue-toimintaa. Myöhemmin aloittaneiden pelaajien kohdalla esiin nousi pelaajien väliset tasoerot enemmän ja vähemmän pelanneiden kesken.

7.2 Harrastamisen aloittamiseen vaikuttavat tekijät

Vastanneista 61 % (n=20) kokivat, että harrastuksen myötä tulevat sosiaaliset tapahtumat ja tapaamiset vaikuttivat harrastuksen aloittamiseen melko paljon tai paljon. Sen sijaan 36 % (n=12) vastaajista koki että tämä vaikutti vain jonkin verran tai ei yhtään. Vastaajista yksi ei osannut sanoa vaikuttiko tekijä päätökseen. (Kuva 4)



Kuva 4. Sosiaalisten tapahtumien ja uusien kavereiden vaikutus harrastuksen aloittamiseen.

Lapsen uusien kokemusten saanti vaikutti 52 % (n=17) vastanneen kohdalla aloittamiseen melko paljon tai paljon. 42 % (n=14) vastaajista ei kokenut uusien kokemusten saamisen vaikuttaneen aloittamiseen merkittävästi tai lainkaan. Vastaajista kaksi ei osannut sanoa vaikuttiko tekijä päätökseen. (Kuva 5)



Kuva 5. Uusien kokemusten saannin vaikutus harrastamisen aloittamiseen.

Vastaajista 40 % (n=13) koki lapsen nykyisten kavereiden jalkapallon harrastuksen vaikuttaneen lajin aloittamiseen. Vastaajista 60 % (n=20) eivät taas kokeneet nykyisten kaverisuhteiden vaikuttaneen aloittamiseen juurikaan tai lainkaan. (Kuva 6)



Kuva 6. Kaverisuhteiden vaikutus harrastamisen aloittamiseen.

Vastaajista 55 % (n=18) koki melko paljon tai todella paljon vaikuttavana tekijänä sen, että perheen sisällä joku muu harrastaa jalkapalloa. 39 % (n=13) ei kokenut perheen sisäisen lajitaustan vaikuttaneen aloittamiseen merkittävästi tai ollenkaan. Vastaajista kaksi ei osannut sanoa vaikuttiko tekijä päätökseen. (Kuva 7)



Kuva 7. Perheen sisäisen lajitaustan vaikutus harrastamisen aloittamiseen.

Vastaajista vain 12 % (n=4) koki lajin edullisuuden vaikuttaneen aloittamiseen, kun taas suurin osa 76 % (n=25) vastanneista ei kokenut lajin edullisuutta juuriakaan tai yhtään vaikuttavaksi tekijäksi. Vastaajista neljä ei osannut sanoa vaikuttiko tekijä päätökseen. (Kuva 8)



Kuva 8. Lajin hintatason vaikutus harrastamisen aloittamiseen.

Yhtenä suurimmista yksittäisistä vaikuttavista tekijöistä koettiin olevan perhe- ja kaverisuhteet sekä sosiaalisten tilanteiden luominen lapselle. Tämä nousi esiin sekä pelkän lapsen harrastamisen näkökulmasta, että myös koko perheen harrastamisen näkökulmasta esimerkiksi perhefutiksen kautta. Lapsen kanssa yhdessä koettu aika ja liikunta nousi esiin nuorten lasten kohdalla useasti.

Seuran hyvä maine ja paikallisuus nousivat myös esiin. Monen vastaajan kommentissa mainittiin, että harrastaminen oli helppoa, kun lajitarjontaa oli saatavilla lähialueella.

Jalkapallo koettiin myös hyväksi ja monipuoliseksi liikuntaharrastukseksi vastaajien keskuudessa. Sen monipuolisuutta perusteltiin niin fyysisten kuin henkistenkin ominaisuuksien puolesta. Henkisenä tekijänä esiin nousi erityisesti se, että kyseessä on joukkuelaji ja sitä kautta lapsi oppisi ihmissuhde taitoja sen eri muodoissa.

8 TULOSTEN TARKASTELO JA POHDINTA

Yleisesti katsottuna kyselyyn saatiin vastaajamäärään nähden suhteellisen vähän vastauksia. Syitä vähäiseen vastaajamäärään voi olla useita. Vähäisten vastausten määrä saattoi johtua siitä, etteivät perheet kokeneet aiheita tärkeäksi tai ettei aihe koskettanut heitä omasta mielestään tarpeeksi. Saatekirjeessä pyrittiin kuitenkin perustelemaan kyselyyn vastaamisen kannattavuutta ja tutkimuksesta saatua hyötyä seuran tyttöpelaaajille. Tämä ei kuitenkaan välttämättä ollut tarpeeksi motivoiva tekijä kyselyyn vastaamisen kannalta. Kyselyyn vastanneiden perheiden kohdalla saadut vastaukset olivat mielenkiintoisia ja vastauksista saatiin tietoon asioita, joita kyselyssä haettiin.

8.1 Tyttöpelaaajien ikäluokka jakauma sekä aloittamisikä

Kyselyyn vastanneista ikäluokista aktiivisimmat olivat nuoret ikäluokat (etenkin 2017 ja 2018 syntyneet) sekä vanhin ikäluokka eli B-tytöt (2005–2009 syntyneet). Vanhimman ikäluokan kohdalla vastausaktiivisuuden saattoi vaikuttaa se, että osa pelaajista pystyi vastata kyselyyn itsenäisesti ilman huoltajia. Yhtä ikäluokkaa lukuun ottamatta vastauksia saatiin kaikista muista ikäluokista. (Kuva 1)

Vastaajien määrä on melko hyvin rinnastettavissa joukkueiden pelaajamääriin. Aktiivisimmat kyselyyn vastanneet joukkueet olivat myös pelaajamäärältään suurimpia.

Selkeästi suurin osa kyselyyn vastanneista oli aloittanut jalkapallon harrastamisen alle 8-vuotiaana. Kaikista vastanneista yli puolet oli aloittanut jalkapallon harrastamisen tarkemmin 3–5-vuotiaana. Todennäköisesti jalkapallon harrastaminen on aloitettu yhdessä vanhemman kanssa perhefutis ryhmässä tai lapsi on aloittanut jalkapallon futiskoulussa. Kummankin ryhmän tarkoituksena on tutustua jalkapalloon ja lajiin matalalla kynnyksellä erilaisten pelien ja leikkien kautta. FC Kasiysi tarjoaa harrastetoimintaa kaiken ikäisille lapsille ja tukee samalla kappaleessa 4.1 esiin nousseiden liikuntasuosituksen toteutumista jo varhaisesta lapsuusvaiheesta alkaen. Yleisesti ottaen iso osa ryhmän pelaajista ja perheistä jatkaa lajin harrastamista. Kuten aiemmin kappaleessa 2.5 todettiin, “perhefutis on

auttanut seuroja perustamaan uusia ikäluokkajoukkueita sekä saanut joukkueiden taustatehtäviin uusia toimijoita”. Se näkyy myös FC Kasiysi Espoossa. Seuran uudet perustettavat ikäluokat koostuvat pitkälti nimenomaan perhefutiksen sekä jalkapallokoulujen pelaajista, jotka ovat päättäneet jatkaa lajin harrastamista.

Vastaajista yhteensä 15 % oli aloittanut jalkapallon yli yhdeksänvuotiaana. Kyselyyn vastanneista yksi oli aloittanut jalkapallon harrastamisen ensimmäisen kerran 12–15-vuotiaana. Moni tämän ryhmän vastaajista kertoi kokeilleensa jotain muuta harrastusta ennen jalkapallon aloittamista. Suurin osa yli yhdeksänvuotiaista oli aloittanut avoimista kysymyksistä saatujen vastausten perusteella harrastamisen ikäkausijoukkueessa. Toimeksiantajaseuralla on myös olemassa mahdollisuus aloittaa harrastaminen futiskerhossa. Futiskerhoissa toiminnan tarkoitus on tarjota ympäristö vasta-aloittaneille yhdessä muiden saman tasoisten kanssa. Näiden kerhojen kävijämäärät ovat kuitenkin suhteellisen pieniä.

8.2 Kokemuksia ja perusteluja aloittamisiän sopivuudesta

Vastaajista vajaa 90 % koki, että ikä oli jalkapallon aloittamiselle sopiva. Iän sopivuutta perusteltiin paljon sillä, että lapsen oma kiinnostus lajiin heräsi. Moni vastaajista kommentoikin, että lapsen oman halun herätessä mikä tahansa ikä on sopiva aloittaa.

Etenkin alle viisivuotiaana aloittaneet perustelivat sopivaa aloittamisikää sillä, että perhefutiksessa harrastaminen on koettu turvalliseksi ja mielekkääksi vaihtoehdoksi, koska alkuun lajiin voidaan tutustua yhdessä, vaikka koko perheen kanssa. Vastausten perusteella nouseekin esiin juuri se, minkä vuoksi perhefutis mahdollisuus on olemassa. Perhefutis sekä jalkapallokouluryhmien toiminta on kannattavaa ja sytyttänyt lapsen kiinnostuksen, jotta hän haluaa jatkaa jalkapallon harrastamista. Ryhmän toiminta painottuu kesäaikaan, jolloin perheen kanssa yhdessä harrastaminen on myös varmasti helpompaa verrattuna talviaikaan.

Noin 10 % vastanneista koki, ettei aloittamisikä ollut juuri sillä hetkellä sopiva. Kyselyn avointen kysymysten vastauksista esiin nousi muutaman kerran joukkuelajin luonne ja se, ettei kolmevuotias voisi olla vielä valmis tunnin kestävään

ohjattuun toimintaan. Tämä riippuu varmasti hyvin paljon lapsesta. Vastaajista muutama oli sitä mieltä, että kolmevuotias voi hyvinkin osallistua tunnin kestäviin ohjattuihin harjoituksiin, kunhan harjoitusten suunnittelu ja toteutus on tarpeita vastaava. Kuten kappaleessa 3.2 kerrottiin, seuran strategian toinen teema on Taito. Se pitää sisällään kolme osa-aluetta, joita ovat tyttöikäluokkien kehittäminen, yksilövalmennus sekä laadukkaat pelaajapolut. FC Kasiysi tarjoaa valmentajilleen mahdollisuuden kehittää itseään erilaisten koulutusten muodossa sekä tukea harjoitusten suunnittelussa ja toteutuksessa valmentajan tarpeiden mukaan. Näin pyritään takaamaan se, että harjoitusten laatu vastaa tarpeita.

Muutama vastanneista perusteli aloittamisiän sopimattomuutta myös sillä, että kyseiselle ikäluokalle ei ollut vielä olemassa omaa ikäkausijoukkuetta. Tällöin harrastaminen on aloitettu vuotta tai jopa kahta vanhemman ikäluokan mukana, jolloin tasoerot ovat saattaneet jo näkyä heidän mielestään liikaa. Vanhempana aloittaneiden pelaajien kohdalla tasoerot nousivat esiin selkeämmin. Olisikin hyvä pohtia, onko joukkueharjoittelua mahdollista muokata niin, että jokainen pystyisi toimimaan omalla tasollaan. Tämä vaatii varmasti harjoitusten suunnitteluvaiheessa enemmän pohtimista ja suunnittelua.

8.3 Eri tekijöiden vaikutusten määrä jalkapallon aloittamiseen

Kyselyn vastauksista nousee esiin, että noin puolella vastanneista jalkapalloharrastuksen aloittamiseen vaikuttavia tekijöitä olivat sosiaaliset tilanteet ja suhteet. Jalkapallo on joukkuelaji, jonka myötä tulee väistämättäkin sosiaalisia kanssakäymisiä uusien ihmisten kanssa. Joukkueesta voi muodostua todella iso ja tärkeä sosiaalinen ryhmä lapsen elämässä. Lapsena uusien kaverisuhteiden luominen on tärkeässä roolissa lapsen kehittymisen kannalta. Osa tämän ryhmän vastaajista perusteli valintaansa avoimessa tekstikentässä sillä, että heillä oli hyviä kokemuksia seuran joukkue toiminnasta joko toisen lapsen tai vanhemman harrastuksen kautta. Kuten kappaleessa 3.1 todettiin, FC Kasiysin tärkein tavoite on tarjota jokaiselle turvallinen ja hyvä ympäristö lajin harrastamiseen. Voidaan siis todeta, että seura on onnistunut tavoitteessaan, sillä pelaajat sekä perheet kokevat harrastamisympäristön turvalliseksi.

Perheen sisäisten suhteiden vaikutus jalkapallon aloittamiseen koettiin vaikuttaneen aloittamiseen suhteellisen paljon. Vastanneista yli puolet koki sen vaikuttaneen melko paljon tai todella paljon harrastuksen aloittamispäätökseen. Avoimen kysymyksen vastauksista voidaan päätellä, että monella vastanneista sisarukset harrastivat jalkapalloa samassa seurassa ja innostus lajiin oli syntynyt tätä kautta. Kuten kappaleessa 4.3 todettiin, vanhemmilla voi olla suuri vaikutus lapsen harrastamisen aloittamiseen tai liikunnallisen elämäntavan opetteluun. Vastauksista päätellen iso osa vanhemmista toimi itse jossain määrin mukana seuran joukkue-toiminnassa joko itse pelaajana aikuisille suunnatuissa joukkueissa tai toimihenkilön roolissa. Kuten jo edellisessä kappaleessa todettiin, saatujen vastausten perusteella seura on onnistunut luomaan harrastamiselle sellaisen ympäristön, jonka perheet kokevat turvalliseksi ja houkuttelevaksi.

Noin puolet vastanneista koki vaikuttavana tekijänä sen, että lapsi saisi harrastamisen kautta uusia kokemuksia. Iso osa heistä totesi vastauksensa perustuvan omien tai perheen muiden lasten positiivisten kokemusten pohjalle. Kuten aiemmin kappaleessa 3.1 todettiin, yksi seuran toimintaa ohjaavista arvoista on positiivisuus. Vastaajien aiempien kokemusten pohjalta voidaan todeta, että tämä kyseinen arvo on näkynyt seuran toiminnassa ulospäin ja vaikuttanut päätökseen aloittaa. Vajaa puolet vastaajista koki, että uudet kokemukset vaikuttivat päätökseen harrastamisen aloittamiseksi vähän tai ei ollenkaan.

Vastanneista hieman yli puolet koki, että aiemmat kaverisuhteet eivät vaikuttaneet harrastuksen aloittamiseen. Tähän melko suureen osuuteen vaikutti varmasti se, että iso osa vastaajista oli aloittaessaan alle kouluikäisiä eikä kaverisuhteita ollut vielä muodostunut koulumaailmassa. Vanhempien ikäluokkien kohdalla aiemmat kaverisuhteet koettiin vaikuttaneen huomattavasti enemmän. Vastauksen perusteella voidaan todeta, että merkittävä tekijä myöhäisemmässä ikävaiheessa harrastuksen aloittamiselle on jo olemassa olevat sosiaaliset suhteet.

Lajin hintataso oli mielipiteitä jakava aihe. Osa koki jalkapallon harrastamisen suhteessa edullisena lajina, kun taas osa koki jalkapallon kalliina harrastuksena. Kaikki vastanneista olivat kyselyyn vastaamishetkellä mukana seuran maksullisissa ikäkausijoukkueissa. Vastaajat, jotka kokivat jalkapallon harrastamisen kalliina, olivat aloittaneet harrastamisen myöhemmässä ikävaiheessa, kuin suurin

osa. Joukkueeseen mukaan tuleminen myöhemmin koettiin siis taloudellisesti kuormittavammaksi.

8.4 Eettisyys

Opinnäytetyön toteuttamista varten ei tarvinnut anoa tutkimuslupaa. Kohderyhmä tavoitettiin sähköpostitse. Kyselyn yhteydessä lähetetyssä saatekirjeessä kerrottiin vastaanottajalle, että kyselyyn vastaaminen on täysin vapaaehtoista. Saatekirjeessä kerrottiin myös tulosten raportoinnin tapahtuvan niin, ettei yksittäistä vastaajaa pysty tunnistamaan kyselyvastauksista. Kyselyn vastausaikaa annettiin riittävästi, jotta jokainen vastaaja kykenisi vastaamaan kyselyyn oman aika-aulun mukaisesti. Saatekirjeessä ilmoitettiin vastaajalle myös arvioitu vastausajan pituus. Näin vastaajat pystyivät varaamaan tarvittavan ajan. Opinnäytetyön kaikissa vaiheissa noudatettiin tarkkuutta, rehellisyyttä ja huolellisuutta. Kyselyssä käytetyllä Webropol-työkalulla kerätyt vastaukset säilytettiin opinnäytetyön valmistumiseen saakka. Tulosten raportoisessa noudatettiin huolellisuutta ja tarkkavaisuutta vastaajien anonymiteetin säilyttämiseksi.

8.5 Luotettavuus

Opinnäytetyön luotettavuutta arvioidessa tarkasteltavia asioita ovat tulosten luotettavuus ja mittarin luotettavuus. Mittarin luotettavuutta tarkastellaan sisältövaliditeetin, ulkoisen validiteetin sekä reliabiliteetin näkökulmasta. Sisältövaliditeettia arvioidessa tarkastellaan mittaako mittari juuri sitä, mitä on tarkoitus mitata. Tämän pohjalta tarkastellaan, onko mittari valittu oikein. Ulkoista validiteettia arvioidessa tarkastellaan mittaamisesta riippumattomia tekijöitä, jotka voivat vaikuttaa tutkimustuloksiin. Mittarin reliabiliteetillä kuvataan mittarin kykyä tuottaa ei-sattumanvaraisia tuloksia. Tällöin mittarin reliabiliteettia tarkastellessa tulee ottaa huomioon mittarin pysyvyys sekä mittarin johdonmukaisuus. (Kankkunen – Vehviläinen-Julkunen 2013: 189–190, 193–195.)

Tulosten luotettavuutta arvioidessa otetaan huomioon sisäinen ja ulkoinen validiteetti. Sisäistä validiteettia arvioidessa tarkastellaan johtuvatko tulokset vain asetelmasta, eivätkä muista muuttuvista tekijöistä. Muuttuvia tekijöitä voivat olla

muun muassa valikoituminen. Tulosten ulkoista validiteettia arvioidessa tarkastellaan sitä, kuinka hyvin tulokset ovat yleistettävissä. (Kankkunen – Vehviläinen-Julkunen 2013: 195–196.)

Jotta opinnäytetyön sisältövaliditeettia pystyttiin lisäämään, valittiin opinnäytetyön tavoitteen ja tarkoituksen tarkasteluun parhaiten sopiva mittari. Opinnäytetyön kyselyn kysymykset kohdennettiin tarkasti kohderyhmälle, jotta kysymyksillä saatiin vastauksia haluttuihin tutkimuskysymyksiin. Opinnäytetyön kyselylomake lähetettiin sähköpostitse MyClub sovelluksen kautta kohderyhmälle. Tutkimustuloksia tarkasteltaessa vastaukset raportoitiin ja niitä vertailtiin eri ikäluokkien kesken sekä eri harrastuksen aloittamisajankohtia vertailemalla tutkimuksen sisäisen validiteetin parantamiseksi. Kyselyyn saatiin lopulta 33 vastausta. Melko vähäinen vastausmäärä saattoi vaikuttaa mittarin ulkoiseen validiteettiin ja tätä kautta tulosten yleistettävyyteen. Opinnäytetyön tulokset eivät ole yleistettävissä, mutta esimerkiksi jatkotutkimusaiheita ajatellen ne ovat suuntaa antavia.

Opinnäytetyön kyselylomake lähetettiin esitestaukseen projektista ulkopuolisille, mutta siitä jotain tietäville. Tällä tavoin saatiin varmistettua kyselylomakkeen toimivuus tulkinnanvaraisien kysymysten varalta. Näin pyrittiin lisäämään tutkimuksen reliabiliteettia. Kyselyyn saatujen vastausten perusteella voidaan todeta, että vastaajat olivat ymmärtäneet kysymykset ja kykenivät vastaamaan haluttuihin kysymyksiin ilman tulkinnanvaraisuutta. Tulosten luotettavuuteen saattoi kuitenkin vaikuttaa se, että osa kohderyhmästä oli pieniä lapsia, jotka vastasivat kyselyyn vanhempiensa kanssa. Tällöin on mahdollista, että myös vanhempien mielipiteet näkyvät tuloksissa.

9 JOHTOPÄÄTÖKSET JA JATKOTUTKIMUSAIHEET

9.1 Johtopäätökset

FC Kasiysi Espoon tavoitteena on tarjota jokaiselle mahdollisuus harrastaa jalkapalloa turvallisessa ja vastuullisessa ympäristössä. Kaudella 2024 seurassa on yhteensä 920 rekisteröitynyttä pelaajaa. Näistä pelaajista 760 on junioripelaajia. Tyttöpelaajien osuus tästä on 120 pelaajaa. Seuran tyttöpelaajat jakautuvat seitsemään eri ikäkausijoukkueeseen. Seuran toimintaa ohjaa vahvasti arvot, joita ovat vastuullisuus, positiivisuus ja avoimuus. Kyselystä saatujen vastausten perusteella nämä arvot näkyvät myös perheille koska iso osa vastanneista koki harrastus ympäristön turvallisesti ja positiiviseksi kokemukseksi.

Suuri osa on aloittanut jalkapallon harrastamisen alle viisivuotiaana. Suurin osa alle viisivuotiaana aloittaneista on aloittanut ohjatun toiminnan joko perhefutiksessa tai jalkapallokoulussa. Etenkin perhefutiksessa suuri vaikuttava tekijä on lapsen ja vanhemman yhteinen harrastaminen. Tällöin harrastuksen aloittaminen koetaan turvallisena vaihtoehtona. Sekä perhefutis että jalkapallokoulu konseptit ovat siis merkittävässä roolissa, kun puhutaan jalkapallon aloittamisesta.

Perheiden sisäinen lajitausta ja lajin parissa toimiminen koetaan yhtenä suurimmista syistä aloittaa jalkapallon harrastaminen. Seuran tarjoamat monipuoliset harrastamismahdollisuudet eri ikäisille ja tasoisille pelaajille mahdollistavat sopivan harrastamisryhmän löytymisen ja harrastaminen on mahdollista käytännössä koko perheelle.

Tulevaisuudessa FC Kasiysi pystyisi kehittämään omaa toimintaansa ja kasvattamaan pelaaja määrää luomalla ympäristön harjoitteluun myös harrastavan pelaajan sisaruksille ja perheille. Tämän voisi toteuttaa esimerkiksi erilaisilla teemaharjoituksilla, joissa perheet ja sisarukset pääsisivät osallisiksi harjoituksia ja tätä kautta mahdollisesti kiinnostuisivat lajin harrastamisesta.

Pelaajien harrastamisen aloitusikä ja ikäluokalle suunnattu seuran joukkue-toiminta koetaan pääasiassa sopivana. Vastauksista tulee ilmi, että osa vastaajista

ei koe joukkutoimintaa sopivana varhaisimmassa sekä myöhäisimmässä ikävaiheessa. Myöhäisemmässä ikävaiheessa aloittaneet kokevat, ettei sen hetkinen taitotaso ole enää aloittajaystävällinen ikäkausijoukkue toiminnassa. Varhaisen aloittamisikävaiheen haasteet koetaan siinä, että lapsi voi olla vielä kykenemätön toimimaan ryhmän jäsenenä.

Sosiaaliset tapahtumat ja uusien kokemusten saaminen koetaan yhtenä suurena vaikuttavana tekijänä jalkapallon aloittamisessa. Jo olemassa olevat ihmis-/kaverisuhteet ovat iso vaikuttava tekijä aloittamispäätökseen myöhäisemmässä ikävaiheessa. Varhaisessa ikävaiheessa lapsen omat kaverisuhteet eivät ole vielä niin vahvoja, kuin esimerkiksi koulumaailmassa.

Jalkapallon harrastaminen koetaan taloudellisesti kuormittavammaksi myöhemmin harrastuksen aloittaneiden kohdalla. Varhaisemmassa ikävaiheessa harrastuksen aloittaminen on taloudellisesti kevyempää, jolloin harrastuskustannuksia ei koeta niin kuormittavaksi.

9.2 Jatkotutkimusaiheet ja kehitysehdotukset

Kyseinen tutkimus voisi olla mahdollista toteuttaa jatkossa eri profiilin seuroissa ja vertailla tuloksista saatuja tekijöitä. Näin saataisiin lisää tietoa siitä, miten seuran koko, resurssit tai vaikka maantieteellinen sijainti ovat vaikuttaneet pelaajan lajin aloittamispäätökseen. Myös kilpaseuran ja harrasteseuran välillä voisi nousta esiin eroavaisuuksia kyselyn tuloksissa. Suomen Palloliitolle suosittelisin jatkotutkimusaiheeksi esimerkiksi korkealla tasolla pelaavien tyttö- ja naispelaajien (maajoukkueet, Kansallinen liiga) taustojen kartoittamista. Millaiset ovat esimerkiksi naisten A-maajoukkuepelaajien harrastamisen aloittamisen taustat? Voidaanko sieltä saada lisää tietoa millä voisi kehittää kilpailutoimintaa, harrastustoimintaa tai kehittää erilaisia matalan kynnyksen konsepteja?

Tutkittuani aihetta ja kyselystä saatuja vastauksia voin todeta, että FC Kasiysi Espoon kannattaa jatkaa ja kehittää perhefutis sekä jalkapallokoulun toimintaa. Tämä sen takia, että äsken mainitut ryhmät ovat selkeästi suuressa roolissa lajin aloittamisen kannalta. Jotta ryhmän toimintaa voidaan jatkaa ja kehittää vielä laadukkaammaksi, valmentajien resurssoinnissa on hyvä ottaa huomioon ohjaajien

riittävä osaaminen ja tukea sen kehittämistä mahdollisimman hyvin. Tämä tukee myös seuran jalkapallokoulun sekä perhefutiksen mainetta.

9.3 Lopuksi

Kokonaisuudessaan opinnäytetyön tekeminen oli opettavaista. Varsinkin kiinnostavaa oli kokea prosessin aikana erilaisia asioita, joita tutkimuksen tekemiseen liittyy. Tutkittua tietoa aiheesta oli loppujen lopuksi saatavilla kuitenkin ihan riittävästi eri lähteistä, joten pystyin peilaamaan tutkimuskyselyni tuloksia esimerkiksi olemassa oleviin tietoihin omasta mielestäni melko hyvin. Aiheesta ei löytynyt aiempia tutkimuksia, joten tämä tutkimus voisi toimia suunnannäyttäjänä jatkotutkimuksiin eri toimeksiantajille. Uskon aiheella olevan vielä enemmän potentiaalia pelaajakehityksen ja seuratoiminnan kehityksen näkökulmasta.

Opinnäytetyö toteutettiin määrällisenä tutkimuksena, kyselylomakkeen avulla. Kyselyn kautta saatiin lopulta melko vähän, mutta sitäkin arvokkaampaa, tietoa tyttöpelaaajien lajin harrastamisen aloittamiseen liittyvistä tekijöistä. Sain vastauksia opinnäytetyöni tutkimuskysymyksiin ja sitä kautta ehdotettua myös muutamia jatkotutkimus- ja kehitysideoita.

Opinnäytetyön tekemisen aikataulutus oli itselleni hieman haastavaa. En saanut tehtyä opinnäytetyöni teoriaosuuksia niin ajoissa kuin olisin toivonut, ja sen takia loppusyksystä itselleni aiheutui hieman stressiä opinnäytetyön valmiiksi saamisesta syksyn aikatauluun mennessä. Lopulta sain kuitenkin opinnäytetyön tehtyä aikatauluun mennessä, mihin olen tyytyväinen. Toivon että tällä opinnäytetyöllä saadaan kehitettyä tyttöpelaaajien jalkapallotoimintaa entistä laadukkaammaksi.

10 LÄHTEET

Eerikkilä. E-blog, Urheilu. 2020. Miten voin vanhempana tukea urheilevaa lasta tai nuorta. Viitattu 5.11.2024.

<https://eerikkila.fi/miten-voin-vanhempana-tukea-urheilevaa-lastai-nuorta/>

FC Kasiysi Espoo. 2024. Harrastetoiminta. Viitattu 13.7.2024

<https://www.fckasiysiespoo.fi/harrastetoiminta/>

FC Kasiysi Espoo. 2024. Joukkueet. Viitattu 13.7.2024

<https://www.fckasiysiespoo.fi/joukkueet/>

FC Kasiysi Espoo. 2024. Seura. Viitattu 10.7.2024.

<https://www.fckasiysiespoo.fi/seura/>

FC Kasiysi Espoo. 2024. Strategia. Viitattu 14.7.2024.

<https://www.fckasiysiespoo.fi/seura/strategia-2024-27/>

Helsinki.fi. Vanhempien liikuntatottumukset kantavat lapsen liikunta-aktiivisuutta keski-ikään saakka. 2024. Viitattu 5.11.2024.

<https://www.helsinki.fi/fi/uutiset/terveempi-maailma/vanhempien-liikuntatottumukset-kantavat-lapsen-liikunta-aktiivisuutta-keski-ikaan-saakka>

Iljukov, S., Parkkari, J., Tammelin, T. 2015. Kasvuikäisten liikunta. Duodecim lehti. Viitattu 5.11.2024.

<https://www.duodecimlehti.fi/duo12429>

Kankkunen, P., Vehviläinen-Julkunen, K. 2013. Tutkimus hoitotieteessä. 3. uudistettu painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy. Viitattu 23.10.2024

SPLUusimaa. 2024. Suomen palloliitto meidän asialla. Viitattu 10.7.2024.

<https://spluusimaa.fi/suomen-palloliitto/>

Suomen Palloliitto. 2024. Koulu- ja päiväkotijalkapallo. Viitattu 1.7.2024.

<https://www.palloliitto.fi/seurakehitys/pelaajamaarien-kasvattaminen/koulu-ja-paivakotijalkapallo>

Suomen Palloliitto. 2024. Palloliitto työnantajana. Viitattu 10.7.2024.

<https://www.palloliitto.fi/palloliitto/palloliitto-tyonantajana>

Suomen Palloliitto. 2024. Perhefutis. Viitattu 18.6.2024.

<https://www.palloliitto.fi/seurakehitys/pelaajamaarien-kasvattaminen/perhefutis>

Suomen Palloliitto. 2024. Seurojen Palloliitto. Viitattu 12.7.2024.

<https://www.palloliitto.fi/palloliitto/hallintomalli/seurojen-palloliitto?tab=kehitysohjelma>

Suomen Palloliitto. 2024. Suomalaisen jalkapallon ja futsalin strategia 2025-2028. Viitattu 26.6.2024.

<https://www-assets.palloliitto.fi/62562/1714995843-suomalaisen-jalkapallon-ja-futsalin-strategia-2025-2028.pdf>

Suomen Palloliitto. 2024. Uefa Playmakers. Viitattu 16.6.2024.
<https://www.palloliitto.fi/seurakehitys/pelaajamaarien-kasvattaminen/playmakers?tab=uefa-playmakers>

Suomen Tietotoimisto. 2024. Suomen Palloliitto. Viitattu 10.7.2024.
<https://www.sttinfo.fi/uutishuone/69819199/suomen-palloliitto/r>

UKK-instituutti. 2024. Alle kouluikäisten liikkumisen suositukset. Viitattu 2.11.2024
<https://ukkinstituutti.fi/liikkuminen/liikkumisen-suositukset/alle-kouluikaisten-liikkumisen-suositukset/>

UKK-instituutti. 2024. Lasten ja nuorten liikkumissuositus. Viitattu 3.11.2024.
<https://ukkinstituutti.fi/liikkuminen/liikkumisen-suositukset/lasten-ja-nuorten-liikkumissuositus/>

UKK-instituutti. 2024. Liikunta vaikuttaa lapsen ja nuoren kehitykseen. Viitattu 6.11.2024.
<https://ukkinstituutti.fi/liikkuminen/liikkumisen-vaikutukset/liikunta-ja-lapsen-ja-nuoren-kehittyminen/>

Wiersma, L. D., & Fifer, A. M. 2008. "The schedule has been tough, but we think it's worth it": The joys, challenges, and recommendations of youth sport parents. *Journal of leisure research*, 40(4), 505–527.

11 LIITTEET

Liite 1. Kysely tyttöpelaaajille

Liite 1. 1(2) Kysely tyttöpelaaajille

Aloittamiseen vaikuttavat tekijät

1. Minkä joukkueen toiminnassa pelaaja on mukana? *

 ▼

2. Minkä ikäisenä pelaaja on aloittanut jalkapallon ensimmäisen kerran? *

- 3-5 vuotiaana
 6-8 vuotiaana
 9-11 vuotiaana
 12-14 vuotiaana
 15 vuotiaana tai sen jälkeen

3. Koetko, että kyseinen ikä oli sopiva jalkapallon aloittamiseen? *

- Kyllä
 Ei
 En osaa sanoa

4. Jos vastasin edelliseen KYLLÄ tai EI, osaatko perustella miksi?

Seuraava

Liite 1. 2(2) Kysely tyttöpelaaajille

Aloittamiseen vaikuttavat tekijät

5. Kuinka paljon seuraavat tekijät vaikuttivat jalkapallon aloittamiseen? *

	ei yhtään	jonkin verran	en osaa sanoa	melko paljon	todella paljon
lajin edullisuus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
perheessä harrastetaan jalkapalloa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
lapsen kaverit harrastavat jalkapalloa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
lapsi saisis uusia kokemuksia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
lapsi saisi sosiaalisia tapahtumia/uusia kavereita	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

6. Osaatko nimetä jotain muuta selkeää syytä, mikä vaikutti jalkapallon aloittamiseen? *

Edellinen

Lähetä