

**KOUVOLAN KAUPUNGIN KOULULAISTEN JA TOISEN
ASTEEN OPISKELIJOIDEN LIIKUNTASELVITYS**

Tulokset 2019

Kouvolan kaupungin koululaisten ja toisen asteen opiskelijoiden
liikuntaselvitys
Tulokset 2019

Anton Ahonen & Anni Polari

© Urhes liikuntasuunnittelu Oy
2019

Urhes
LIIKUNTASUUNNITTELU

SISÄLLYS

1	KYSELYN TOTEUTTAMINEN	1
2	VASTAAJIEN TAUSTATIEDOT	2
3	TULOKSET	4
3.1	Liikunta-aktiivisuus	4
3.2	Istuminen	7
3.3	Liikuntaa organisoivat tahot	9
3.4	Seuraharrastaminen	11
3.5	Liikkumista rajoittavat tekijät	14
	3.5.1 Sisäiset tekijät	14
	3.5.2 Ulkoiset tekijät	15
3.6	Liikuntapaikkojen käyttö	16
3.7	Koulumatka- ja välituntiliikunta	19
	3.7.1 Koulumatkaliikunta	19
	3.7.2 Välituntiliikunta	23
3.8	Tyytyväisyys liikuntaedellytyksiin	25
	3.8.1 Tyytyväisyys koulupihan liikuntaolosuhteisiin	25
	3.8.2 Tyytyväisyys Kouvolan liikuntamahdollisuuksiin	28
3.9	Kaupungin liikuntapalveluiden ja -paikkojen kehittäminen	30
	3.9.1 Koulupihan kehittäminen	30
	3.9.2 Toivotut liikuntaharrastukset	32
	3.9.3 Toivotut liikuntapaikat	35
	3.9.4 Toivotut tiedotuskanavat	38
	3.9.5 Avoimet kehittämissuhteet	39

1 KYSELYN TOTEUTTAMINEN

Koululaisten liikuntakysely toteutettiin Kouvolassa syys-lokakuussa 2019. Kysely on osa laajempaa tiedonhankintaa, jossa on jo toteutettu aikaisempina vuosina erilliset tiedonhankinnat täysi- ja varhaisikäisten liikuntakäyttäytymisestä sekä liikuntaseurojen toimintaedellytyksistä. Väestöryhmittäisellä tiedonhankinnalla vahvistetaan tietopohjaa kouvolaisten liikuntakäyttäytymisestä ja mahdollistetaan päätöksenteon perustuminen entistä tarkemman tiedon varaan.

Koululaisten ja toisen asteen opiskelijoiden liikuntakyselyllä kerättiin tietoa alakoulu-, yläkoulu- ja lukioikäisten sekä ammattikoulua käyvien kouvolaisten liikuntatottumuksista, liikkumista rajoittavista tekijöistä ja liikuntapaikkojen käytöstä. Vastaajilta tiedusteltiin myös koulumatka- ja välituntiliikunnasta. Lisäksi kartoitettiin tyytyväisyyttä ja toiveita kaupungin liikuntapalveluista ja -paikoista. Kyselylomake sisälsi pääasiassa monivalintakysymyksiä, mutta myös avoimia kysymyksiä, joissa vastaajat saivat ilmaista omin sanoin näkemyksiään.

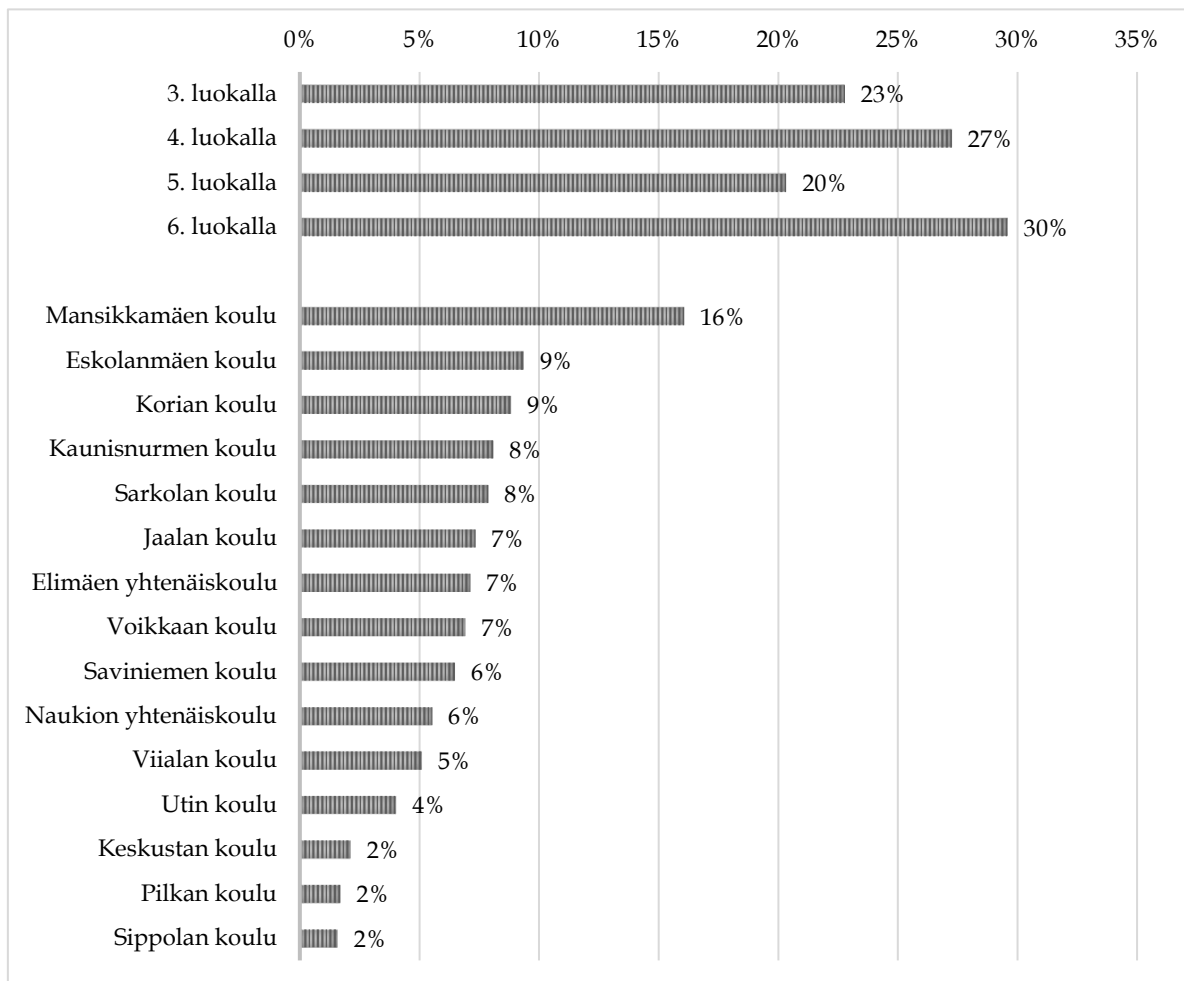
Kysely kohdistettiin kaikkien Kouvolan oppilaitoksien 3. luokan ja sitä ylempien luokkien oppilaisiin. Kouvolan opetustoimen päälliköt tiedottivat oman vastualueensa oppilaitoksia kyselystä. Kyselyä varten kouluille lähetettiin tiedote ja ohjeistus kyselyyn vastaamisen toteuttamiseksi luokissa. Oppilaat vastasivat kyselyyn valvotusti opettajan valitseman oppitunnin aikana. Kyselyyn vastasi yhteensä 2900 kouvolaista lasta, nuorta ja nuorta aikuista.

Tämä raportti esittelee kyselyn tulokset. Vastaajien antamat avoimet vastaukset löytyvät erillisestä liiteraportista.

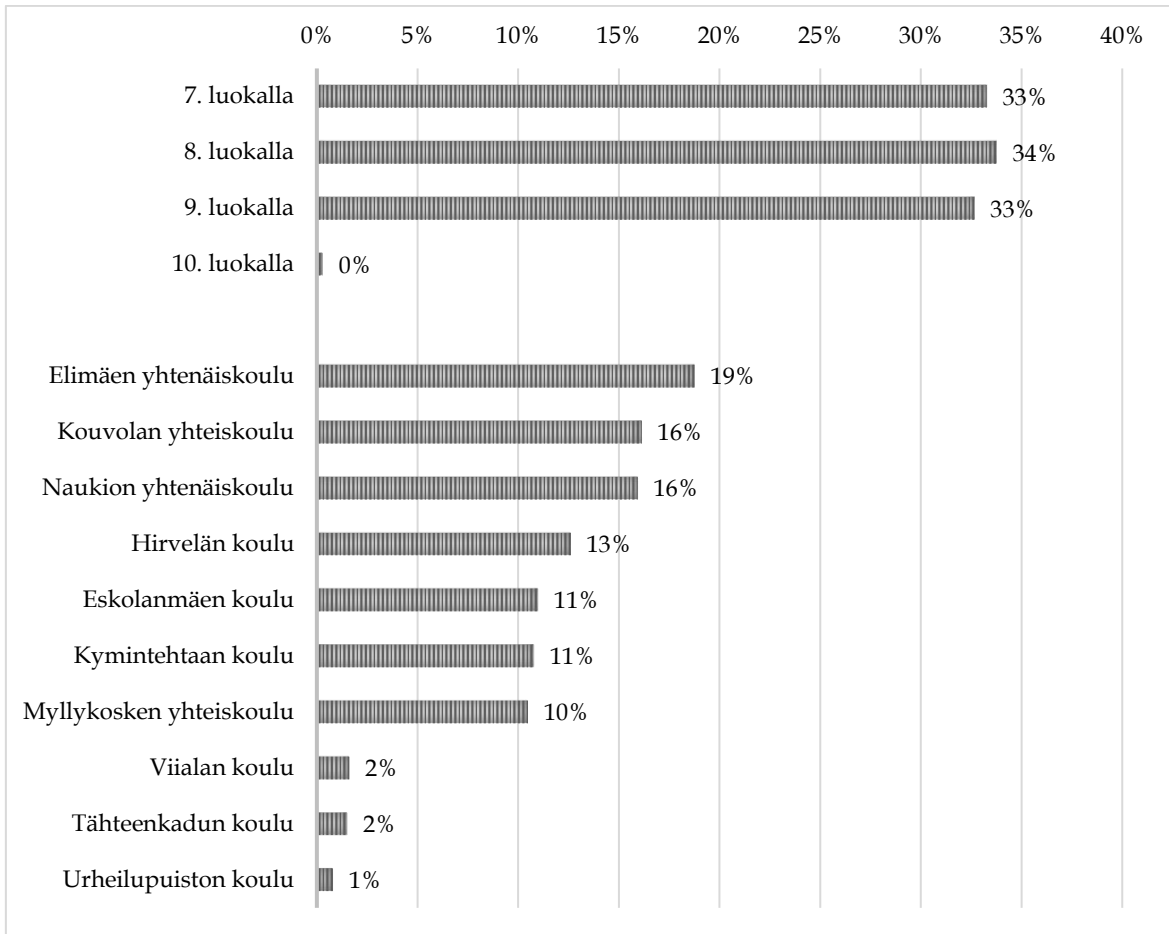
2 VASTAAJIEN TAUSTATIEDOT

Koululaisten liikuntakyselyyn vastasi yhteensä 2 900 kouvolaista lasta ja nuorta. Kyselyssä kysyttiin taustatietoina vastaajan sukupuolta, ikää, koulutyyppiä, luokka-astetta ja kouluyksikköä. Kyselyyn vastanneista 1461 eli 50 prosenttia oli tyttöjä, 1374 eli 47 prosenttia poikia ja 2 prosenttia ilmoitti sukupuoleksi jonkin muun. Kyselyyn saatiin vastauksia 32 eri kouluyksiköstä. Alakoululaisia oli 32 prosenttia (n=939), yläkoululaisia 34 prosenttia (n=995), lukiolaisia 21 prosenttia (n=616) ja ammattikoululaisia 12 prosenttia (n=350) vastaajista.

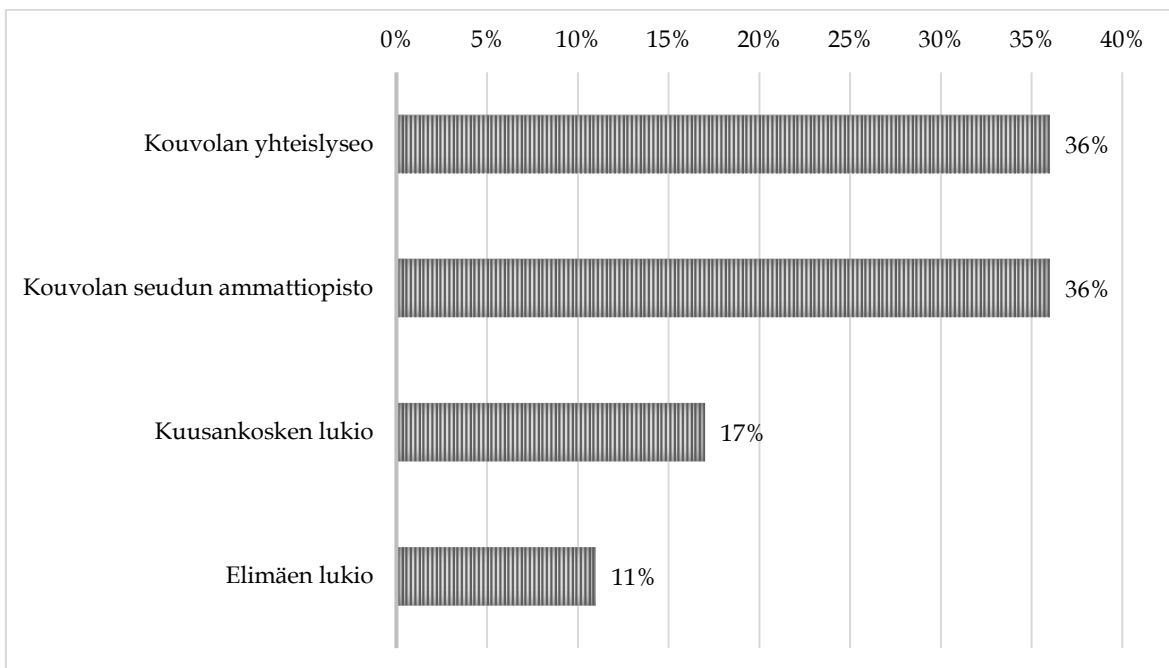
Kaikkiaan 24 alakoulua vastasi koululaisten liikuntakyselyyn (alla olevassa kuviossa esitetty koulut, joissa yli 5 vastaajaa). Vastauksia saatiin eniten Mansikkamäen koululta (16 %), Eskolanmäen koululta (9 %) ja Korian koululta (9 %). Luokka-asteittain vastaajien määrä vaihteli 20-30 prosentin välillä, niin että vähiten vastauksia saatiin 5. luokkalaisilta ja eniten 6. luokkalaisilta. Yläkoululaisilta saatiin vastauksia lähes yhtä paljon kaikilta luokka-asteilta. Yläkoululaisten vastaukset saatiin 12 koululta. Eniten vastaajia oli Elimäen yhtenäiskoulusta (19 %), Kouvolan yhteiskoulusta (16 %) ja Naukion yhtenäiskoulusta (16 %). Toisen asteen opiskelijoista koostuvista vastaajista suurin osa kävi joko Kouvolan yhteislyseota (36 %) tai Kouvolan seudun ammattiopistoa (36 %). Lukiota käyvistä enemmistö (46 %) oli 1. vuoden opiskelijoita.



Kuvio 1. Luokka- ja koulukohtaiset taustatiedot / Alakoulu



Kuvio 2. Luokka- ja koulukohtaiset taustatiedot / Yläkoulu



Kuvio 3. Koulukohtaiset taustatiedot / Lukio ja ammattikoulu

3 TULOKSET

3.1 Liikunta-aktiivisuus

Terveysliikunnan suositusten mukaan kouluikäisten lasten ja nuorten tulisi liikkua reippaasti ja riittävän kuormittavasti vähintään 1–2 tuntia päivässä. Kaikilta alle 18-vuotiailta vastaajilta kysyttiin, kuinka monena päivänä viikossa he liikkuvat vähintään 1,5 tuntia päivässä, kun huomioidaan sekä koulu- että vapaa-aikana tapahtuva liikkuminen. Yli 18-vuotiailta vastaajilta tiedusteltiin liikunta-aktiivisuutta liikuntatottumusväittämien avulla.

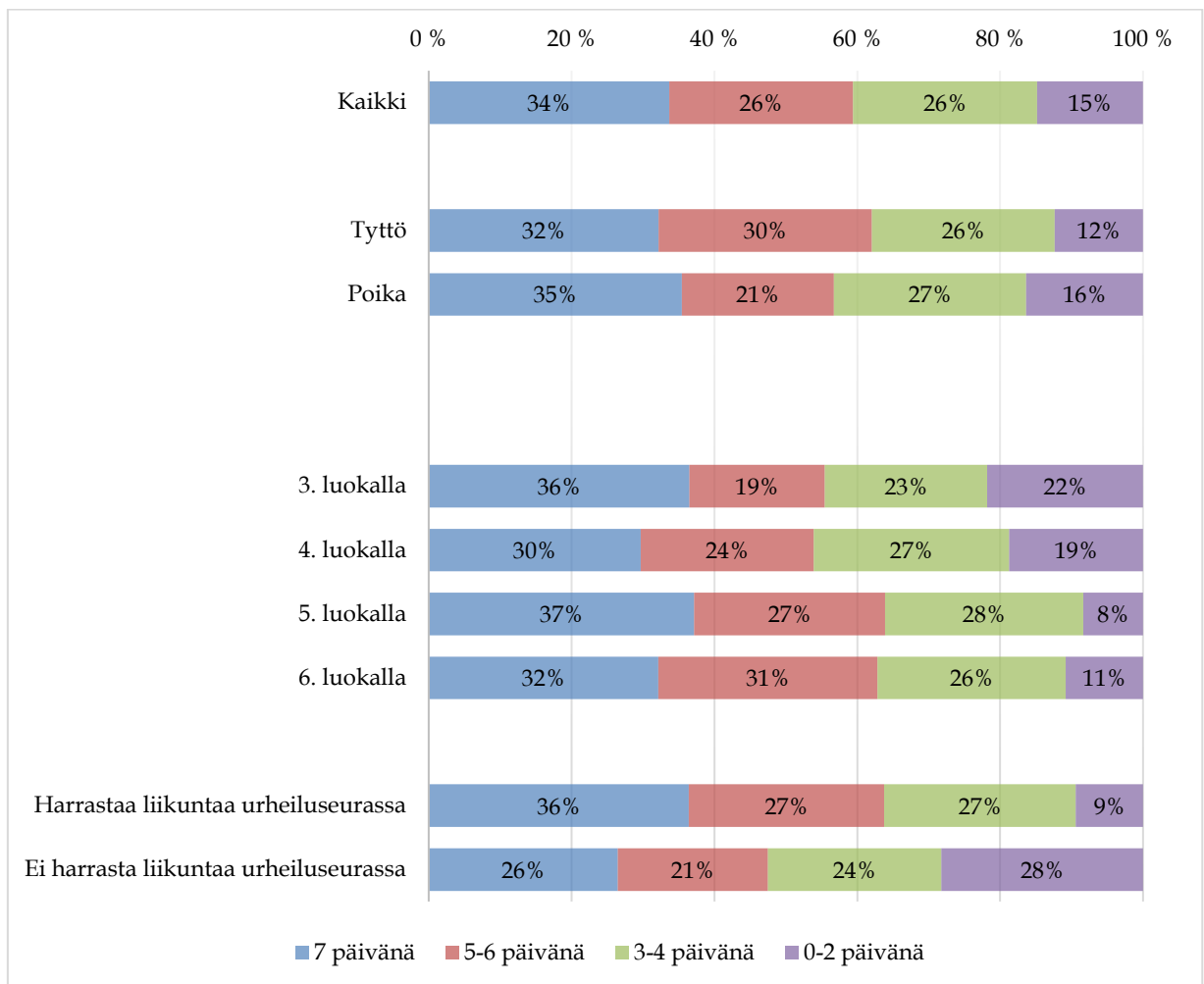
Selvityksen perusteella terveystieteiden tutkimusten mukaan 1,5 tuntia päivässä liikkui noin kolmasosa Kouvolan alakoululaisista. Päivittäinen riittävä liikkuminen oli hieman yleisempää poikien kuin tyttöjen keskuudessa (35 % vs. 32 %), mutta toisaalta poikien joukossa oli enemmän myös heitä, joilla suositus toteutui vain 0–2 päivänä viikossa (16 % vs. 12 %). Viides- ja kuudesluokkaiset liikkuivat hieman aktiivisemmin kuin kolmas- ja neljäsluokkalaisten, joiden joukossa oli 19–22 % oppilaita, jotka liikkuivat suositusten mukaan korkeintaan 2 päivänä viikossa. Urheiluseuraan kuuluvat olivat liikunnallisesti aktiivisempia kuin urheiluseuraan kuulumattomat. Alakoululaisista päivittäin terveystieteiden kannalta riittävästi liikkui 36 prosenttia urheiluseuroissa mukana olevista. Urheiluseuraan kuulumattomista 28 prosenttia ilmoitti harrastavansa viikoittain vain 0–2 kertaa viikossa liikuntaa.

Selvityksen perusteella fyysinen aktiivisuus vähenee alakoulusta yläkouluun siirryttäessä. Kun alakouluikäisistä noin kolmasosa liikkui päivittäin terveystieteiden kannalta riittävästi, yläkouluikäisten osalta vastaava osuus oli tytoilla 21 prosenttia ja pojilla 26 prosenttia. Liikunnan määrä vähenee tasaisesti 7. luokan jälkeen seuraavilla luokka-asteilla. Päivittäin riittävästi liikkuvien määrä oli 7. luokkalaisten keskuudessa 28 prosenttia ja 9. luokkalaisten keskuudessa enää 16 prosenttia. Yläkouluikäisistä urheiluseuraan kuuluvista 30 prosenttia liikkui riittävästi päivittäin, kun taas urheiluseuraan kuulumattomien vastaava osuus oli noin puolet pienempi.

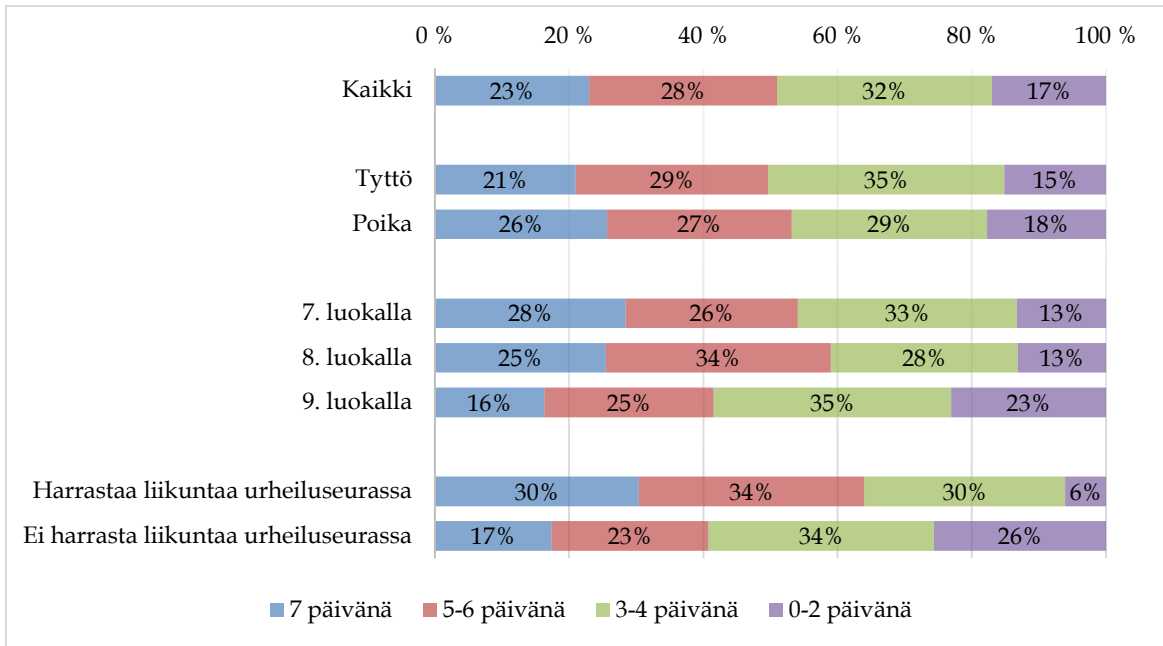
Lukiassa/ammattikoulussa liikunta-aktiivisuus on entistä vähäisempää. Tytöistä 10–11 prosenttia ja pojista 14–18 prosenttia liikkui tässä vaiheessa liikuntasuosituksen mukaisesti. Liikunta-aktiivisuus vähenee mitä korkeammasta luokka-asteesta on kyse niin, että 3. vuosikursin opiskelijoista vain 7 prosenttia täytti liikuntasuosituksen päivittäin. Erot liikuntaseuraan kuuluvien ja kuulumattomien välillä korostuvat lukio- ja ammattikouluikäisten keskuudessa. Urheiluseurassa liikkuvista lukiolaisista 20 prosenttia ja ammattikouluikäisistä 28 prosenttia liikkui päivittäin suositusten mukaan. Urheiluseuraan kuulumattomien vastaava osuus oli yli puolet pienempi. Urheiluseuraan kuulumattomissa oli huolestuttavan paljon sellaisia, 36–45 prosenttia vastaajista, jotka liikkuivat korkeintaan kahdesti viikossa riittävästi.

Kouvolalaisten koululaisten liikunta-aktiivisuus noudattelee valtakunnallisen LIITU 2018 tutkimuksen tuloksia. Kouvolalaiset yläkouluikäiset ja alakouluikäiset liikkuivat suositusten mukaan hieman harvemmin kuin valtakunnallisesti keskimäärin. Esimerkiksi 9- ja 11-vuotiaista valtakunnallisesti suositusten mukaan liikkui noin 45 prosenttia ja Kouvolassa noin kolmasosa vastaajista. Huomioitavaa kuitenkin on, että valtakunnallisessa tutkimuksessa liikunta-aktiivisuutta selvitettiin yhden tunnin aikamäärällä, kun tässä kyselyssä tarkasteltava liikunta-aika oli 1h 30 min. Kouvolan koululaisten liikunta-aktiivisuus on siis todennäköisesti valtakunnallista tilannetta vastaava.

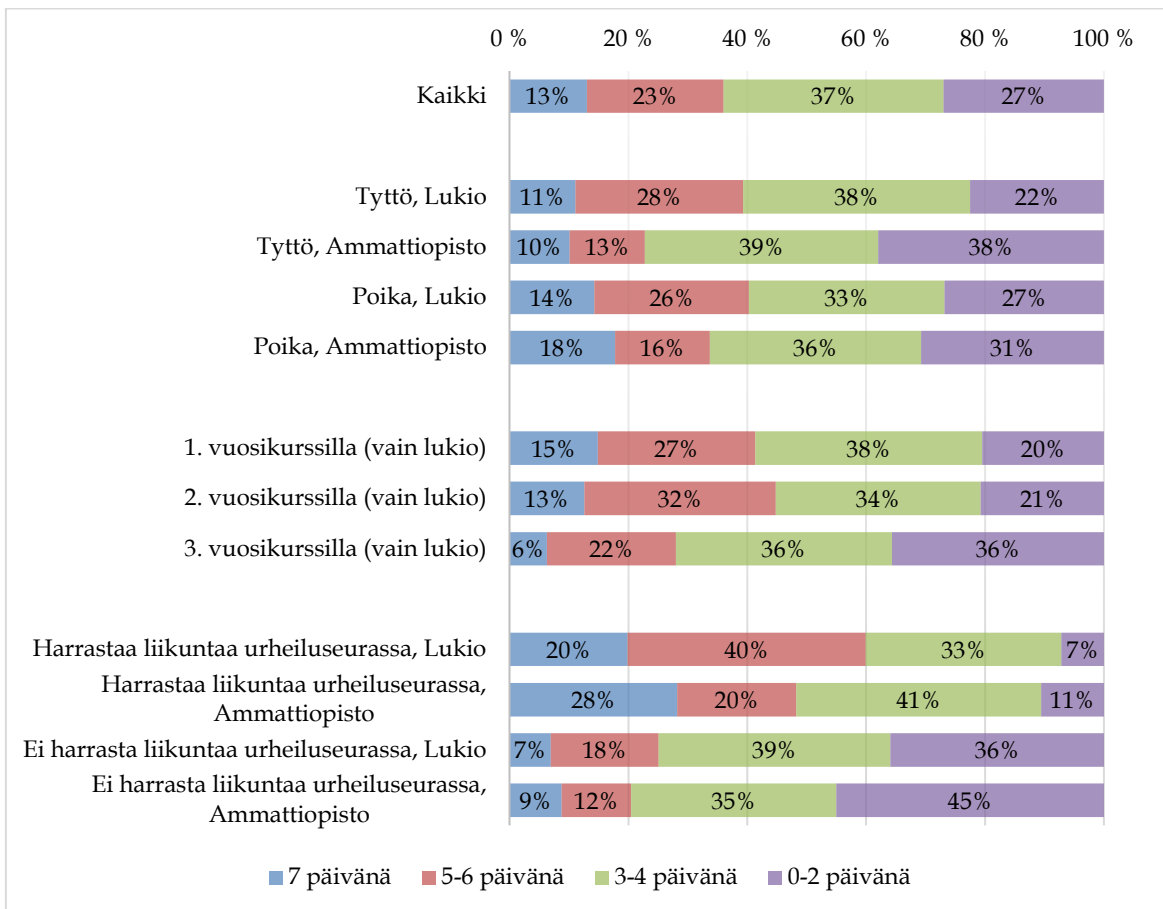
Yli 18-vuotialta lukion ja ammattiopiston opiskelijoilta tiedusteltiin liikunta-aktiivisuutta neljän erilaisen liikuntatottumusväittämän avulla. Noin puolen vastaajista liikunta-aktiivisuus muodostui erilaisista arkiliikkumisen muodoista kuten kävelystä tai pyöräilystä. Reilu neljäsosa vastaajista harrasti vapaa-aikanaan kuntoliikuntaa ja hieman alle neljäsosa ei rasittanut itseään ruumiillisesti lainkaan. Kilpaurheilun harrastajia oli noin prosentti vastaajista. Naisten ja miesten liikkumistavat olivat hyvin samankaltaisia, mutta miesten joukossa oli hieman enemmän kuntoliikuntaa harrastavia (30 % vs. 25 %). 19-25-vuotiaiden keskuudessa korostui kuntoliikunnan osuus, arkiliikkumisen määrä oli puolestaan yleisintä yli 36-vuotiailla. Fyysisesti passiivisimpia olivat urheiluseuraan kuulumattomat, joista 32 prosenttia ei juurikaan liikunut tai rasittanut itseään ruumiillisesti.



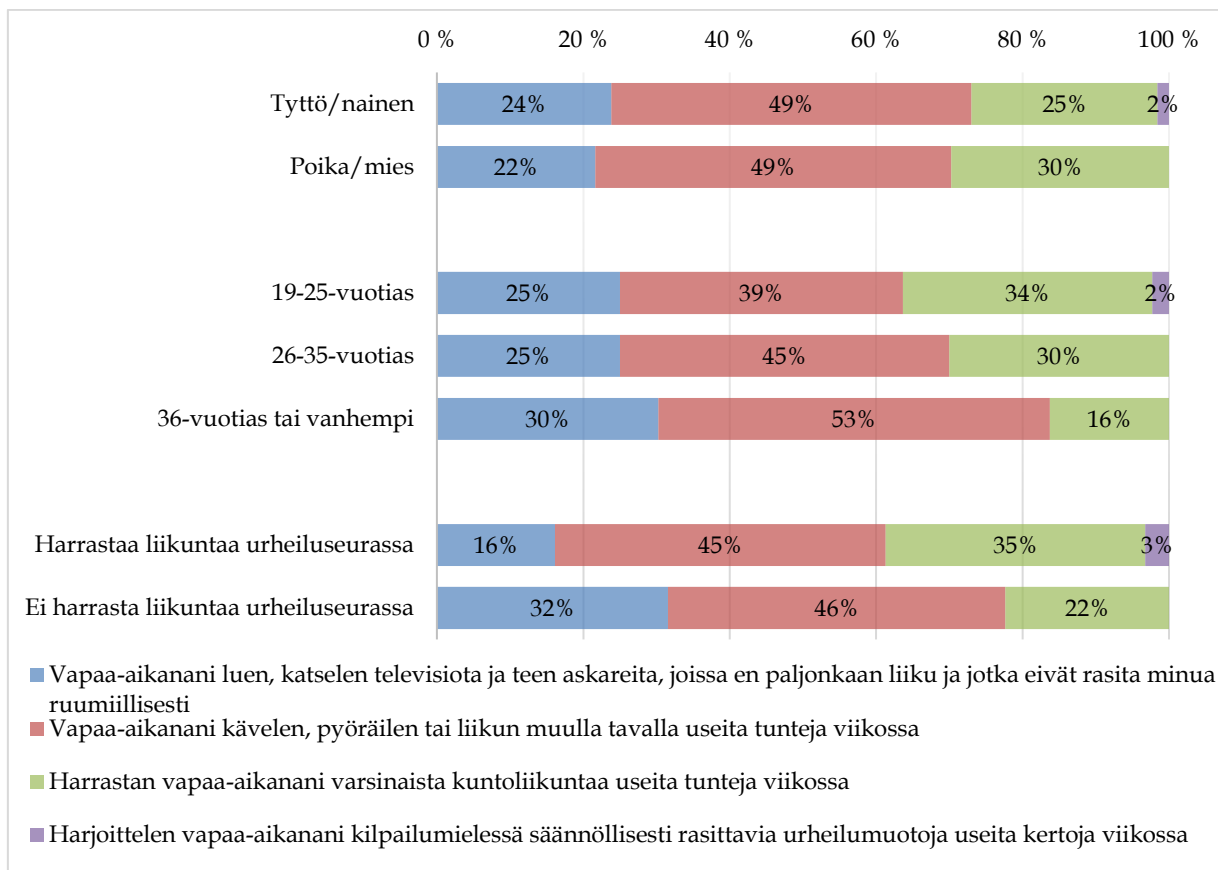
Kuvio 4. Kuinka monena päivänä viikossa liikut vähintään 1h 30 min? Alakouluikäisten liikunta-aktiivisuus taustamuuttujittain.



Kuvio 5. Kuinka monena päivänä viikossa liikut vähintään 1h 30min? Yläkouluikäisten liikunta-aktiivisuus taustamuuttujittain.



Kuvio 6. Kuinka monena päivänä viikossa liikut vähintään 1h 30min? Toisen asteen opiskelijoiden (max. 18-vuotiaat) liikunta-aktiivisuus taustamuuttujittain.



Kuvio 7. Kuinka paljon liikut ja rasitat itseäsi ruumiillisesti opiskelu- ja vapaa-ajallasi? Yli 18-vuotiaiden liikunta-aktiivisuus taustamuuttujittain.

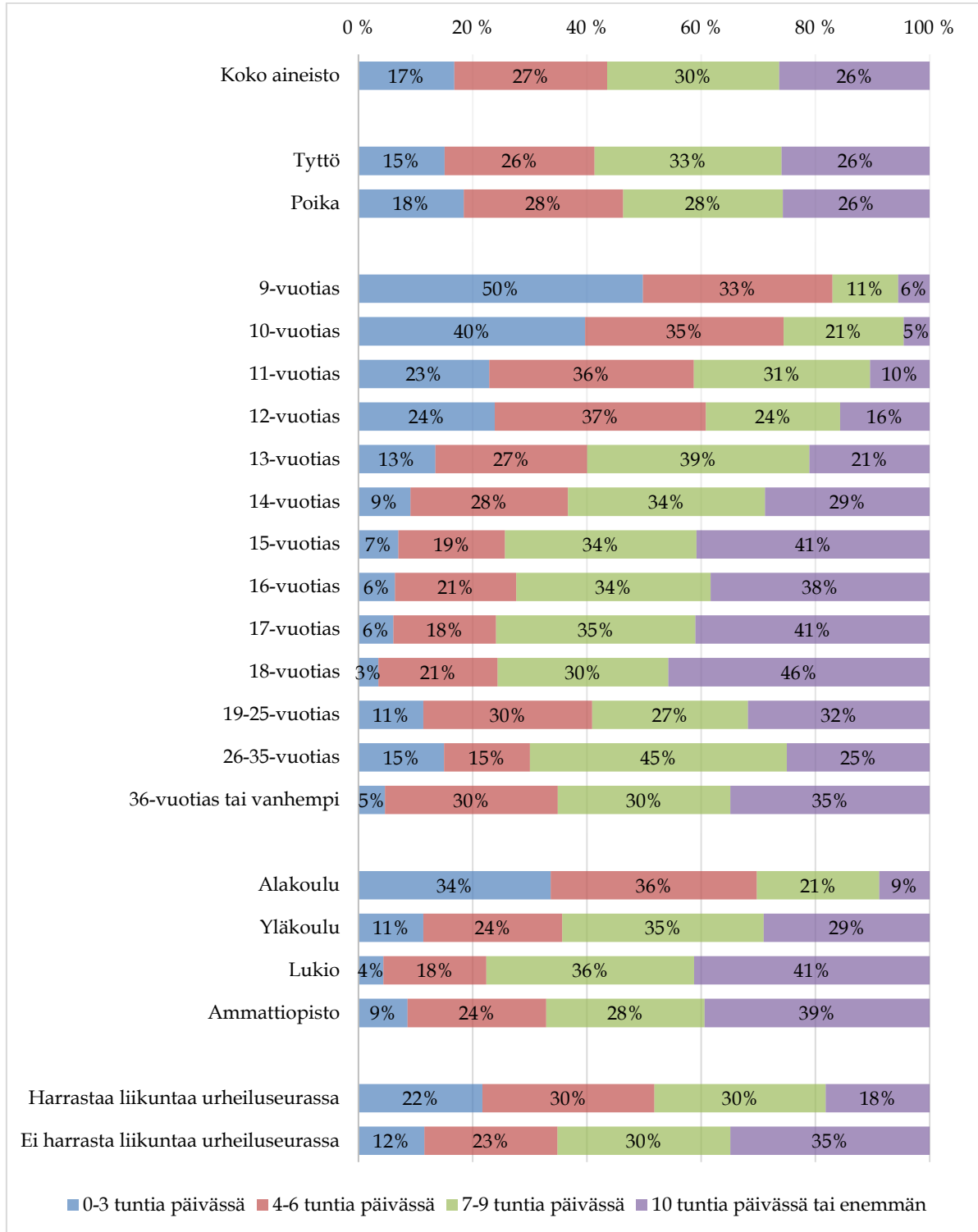
3.2 Istuminen

Vastaajilta tiedusteltiin, kuinka monta tuntia he keskimäärin istuvat yhden päivän aikana. Istumisen määrä jakautui tasaisesti eri tunti luokkien välillä siten, että 17 prosenttia vastaajista istui 0-3 tuntia päivässä, 27 prosenttia 4-6 tuntia päivässä, 30 prosenttia 7-9 tuntia päivässä ja 26 prosenttia yli 9 tuntia päivässä. Istumistunteja kertyi päivää kohden keskimäärin 7,3 tuntia.

Sukupuolten välillä ei ollut merkittäviä eroja istumisen määrässä. Tytöistä hieman useampi (59 %) istui yli 6 tuntia päivässä kuin pojista (54 %). Suurin ero on alakoululaisten ja yläkoululaisten välillä. Alakouluikäisistä 30 % istuu päivittäin yli 6 tuntia päivässä, kun yläkouluikäisillä vastaava osuus on 64 prosenttia. Yli 6 tuntia päivässä istuvien määrä kasvaa entisestään lukioon tai ammattikouluun siirryttäessä (67-77 prosenttia).

Istumisen määrä kasvaa tasaisesti 18 ikävuoteen asti, jonka jälkeen se hieman vähenee. 9-vuotiaista peräti puolet istuu päivän aikana korkeintaan 3 tuntia. 18-vuotiaiden joukossa on puolestaan lähes vastaava osuus niitä, joilla istumista kertyy päivittäin yli 9 tuntia.

Urheiluseuratoiminnassa mukana oleville kertyy istumistunteja vähemmän kuin urheiluseuraan kuulumattomille. Urheiluseuraan kuulumattomista 35 prosenttia istuu yli 9 tuntia päivässä, kun urheiluseuraan kuuluvilla vastaava osuus on vain 18 prosenttia. Niistä, jotka liikkuvat urheiluseurassa, 22 prosenttia istuu päivän aikana korkeintaan 3 tuntia.



Kuvio 8. Istumisen määrä päivässä taustamuuttujittain.

3.3 Liikuntaa organisoivat tahot

Selvityksessä koululaisilta ja toisen asteen opiskelijoilta kysyttiin, millä tavoin he liikkuvat ja kuinka usein. Useimmiten koululaiset harrastivat liikuntaa omatoimisesti yksin tai kavereiden/perheen kanssa. Lähes päivittäin omatoimisesti liikkuvia oli 33 prosenttia ja viikoittain liikkuvia 38 prosenttia vastaajista. Omatoimisesti kavereiden tai perheen kanssa liikkui päivittäin 21 prosenttia ja viikoittain 37 prosenttia.

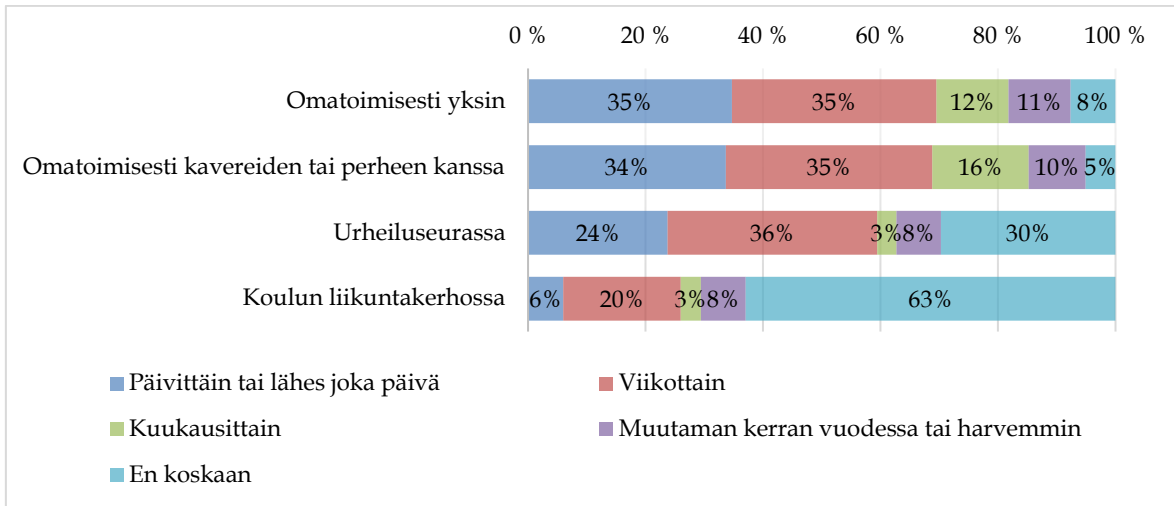
Urheiluseuroissa liikkuminen jakoi vastaajat. Vähintään viikoittain urheiluseurassa liikkui 41 prosenttia vastaajista, mutta samalla 49 prosenttia ilmoitti ettei liiku urheiluseurassa koskaan. Koulujen liikuntakerhoihin osallistumista tiedusteltiin ala- ja yläkouluikaisilta, joista 19 prosenttia osallistui viikoittain koulujen liikuntakerhotoimintaan. Yksityisten yritysten järjestämänä liikkui puolestaan joka viikko noin neljäsosa yläkoulu- ja lukiokäisistä sekä ammattikoulua käyvistä.

Vastaajat saivat kertoa avoimessa kysymyksessä, onko joitain muita tapoja tai ryhmiä, joissa he liikkuvat. Mainintoja saivat muun muassa hyötyliikunta, koululiikunta, tanssi-, baletti- ja sirkuskoulut, ratsastuskoulut, partio ja vapaapalokunta.

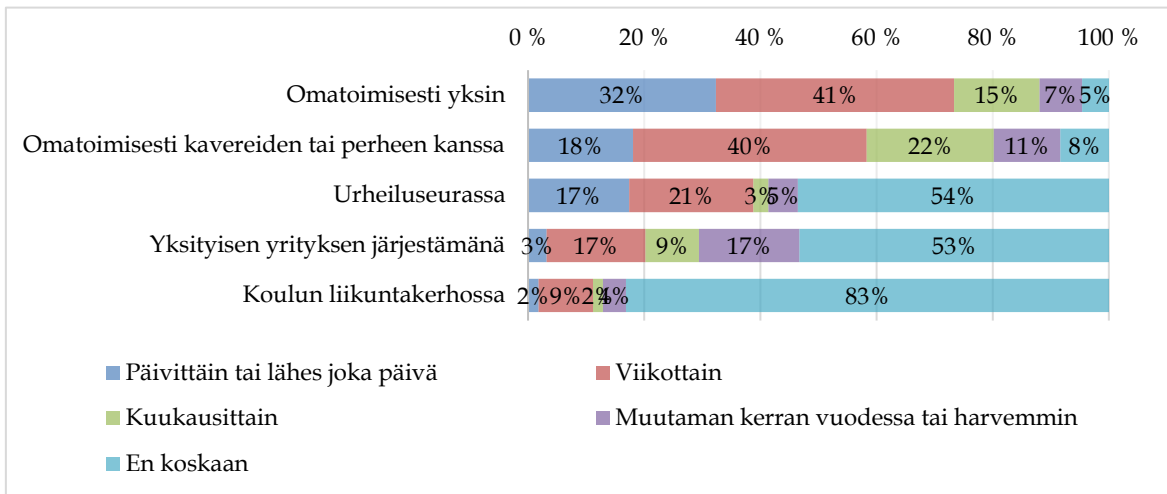
Alakouluikäiset liikkuvat kaikissa ryhmissä viikkotasolla muita kouluasteita aktiivisemmin lukuun ottamatta omatoimisesti yksin -kategoriaa, joka oli yhtä yleistä kaikilla kouluasteilla. Omatoimisesti kavereiden tai perheen kanssa liikkui vähintään viikoittain 69 prosenttia alakoululaisista, 58 prosenttia yläkoululaisista ja 50 prosenttia lukiolaisista/ammattikoululaisista. Sama trendi näkyi seuraharrastamisessa. Koulun liikuntakerhot aktivoivat viikkotasolla alakouluikaisista 26 prosenttia ja yläkouluikaisista 11 prosenttia, toisen asteen opiskelijoille ei järjestetty vastaavaa toimintaa. Yksityisten yritysten järjestämänä liikkuvat viikkotasolla 20 prosenttia yläkoulua käyvistä ja 31 prosenttia toisen asteen opiskelijoista.

Ala- ja yläkouluikäiset tytöt liikkuvat viikkotasolla poikia hieman yleisemmin urheiluseurassa. Alakouluikaisista tytöistä 63 prosenttia ja yläkouluikaisista tytöistä 45 prosenttia liikkui vähintään viikoittain urheiluseurassa, kun poikien osalta vastaavat osuudet olivat 56 ja 33 prosenttia. Lukiota tai ammattikoulua käyvillä tilanne oli hieman päinvastainen, sillä pojat harrastivat tässä elämänvaiheessa hieman useammin urheiluseurassa. Toisen asteen opiskelijoiden joukossa tytöt liikkuvat puolestaan poikia hieman tavallisemmin yksityisten yritysten järjestämänä.

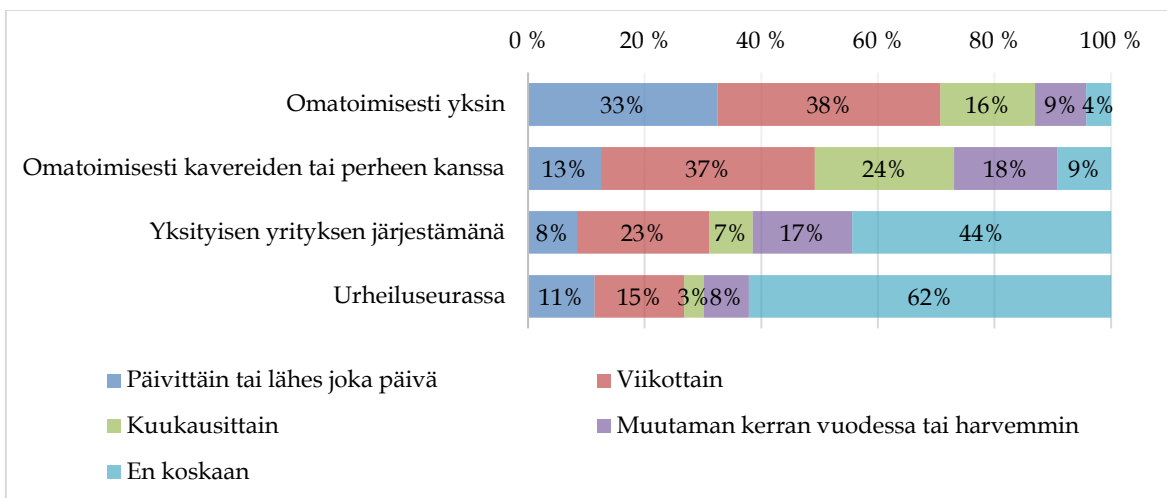
Alakouluista Jaalan, Kaunisnurmen ja Keskustan kouluissa osallistuttiin innokkaimmin koulun liikuntakerhoon, kun 34–35 prosenttia koululaisista kävi liikuntakerhossa viikoittain. Yläkouluista koulun liikuntakerhoon osallistuttiin aktiivisimmin Myllykosken ja Viialan kouluissa, joiden oppilaista 13-14 prosenttia osallistui kerhoihin viikkotasolla. Tähteenkadun koulussa viikoittain kerhoon osallistuvien määrä nousi peräti 53 prosenttiin, mutta vastaajia tämän koulun osalta oli vain 15.



Kuvio 9. Liikunnan harrastamisen useus eri ryhmissä / Alakouluikäiset



Kuvio 10. Liikunnan harrastamisen useus eri ryhmissä / Yläkouluikäiset



Kuvio 11. Liikunnan harrastamisen useus eri ryhmissä / Toisen asteen opiskelijat

3.4 Seuraharrastaminen

Urheiluseurassa harrastamista selvitettiin tarkemmin erillisillä kysymyksillä. Koululaisilta ja toisen asteen opiskelijoilta kysyttiin, harrastavatko he tällä hetkellä liikuntaa urheiluseurassa ja kuinka paljon harrastamista on viikoittain. Lisäksi tiedusteltiin, ovatko he aikaisemmin harrastaneet liikuntaa urheiluseurassa, mutta lopettaneet harrastuksen. Urheiluseurassa lopettaneita pyydettiin ilmoittamaan myös lopettamissyyn.

Kaikista vastanneista tytöistä 56 prosenttia ja pojista 48 prosenttia ilmoitti harrastavansa liikuntaa urheiluseurassa. Urheiluseurassa harrastavien osuus putoaa merkittävimmin alakoulusta yläkouluun siirryttäessä. Kun alakoulua käyvistä 70 prosenttia harrasti liikuntaa urheiluseurassa, yläkouluikäisillä vastaava osuus oli enää 46 prosenttia. Harrastavien määrä tippuu entisestään lukioon (42 %) ja ammattikouluun (31 %) siirryttäessä. Samat erot näkyvät ikäryhmittäisessä tarkastelussa siten, että urheiluseurassa harrastavien määrä vähenee erityisesti 12. ja 13. ikävuoden välissä. Alakoululaisten osalta tulokset ovat hyvin samankaltaiset kuin valtakunnallisessa LIITU 2018 tutkimuksessa. Yläkouluikäiset sen sijaan harrastavat urheiluseurassa hieman vähemmän kuin kansallisella tasolla.

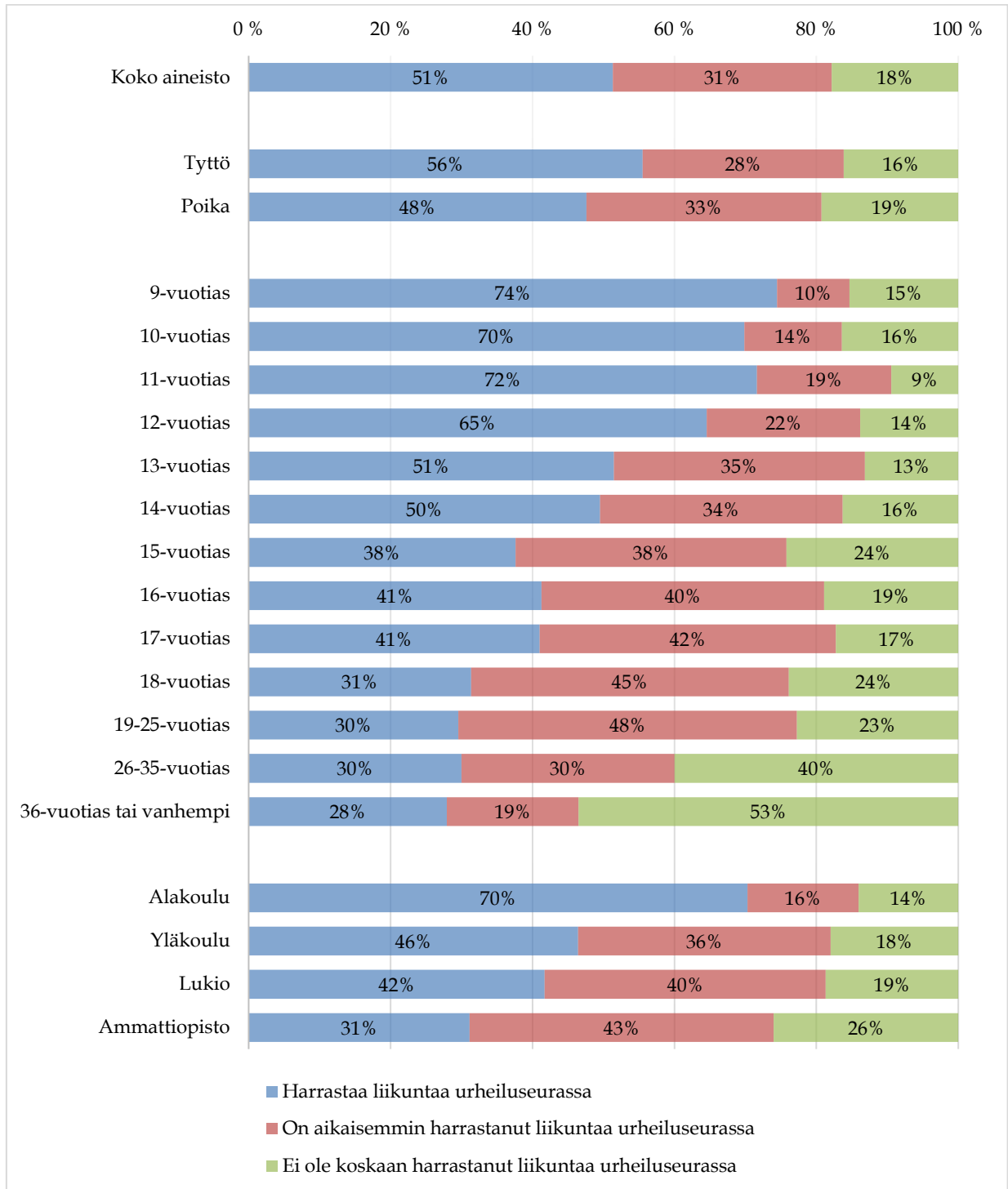
Vastaajilta kysyttiin lisäksi, ovatko he aikaisemmin harrastaneet liikuntaa urheiluseurassa, mutta lopettaneet harrastuksensa. Poikien joukossa oli tyttöjä hieman enemmän niitä, jotka olivat harrastaneet urheiluseurassa, mutta lopettaneet (33 % pojat vs. 28 % tytöt). Alakoululaisista 16 prosenttia, yläkouluikäisistä 36 % ja lukiolaisista/ammattikoululaisista noin 40 prosenttia oli aiemmin ollut mukana urheiluseuratoiminnassa.

Urheiluseuraharrastamiseen viikossa käytettyjä tunteja selvitettiin yläkouluikäisiltä, lukiolaisilta ja ammattikoululaisilta. Urheiluseurassa harrastettiin keskimäärin 8,1 tuntia viikossa. Vähintään 10 tuntia viikossa harrastavia oli koko aineistosta 34 prosenttia vastaajista, 6–9 tuntia viikossa harrastavia 23 prosenttia. Enintään tunnin viikossa harrasti 10 prosenttia vastaajista, noin viidennes vastaajista harrasti 2–3 tuntia ja 14 prosenttia 4–5 tuntia viikossa. Sukupuolten välillä oli selkeä ero niiden vastaajien osuudessa, jotka harrastivat urheiluseurassa yli 10 tuntia viikossa. Pojista 43 % harrasti seurassa yli 10 tuntia viikossa ja tytöissä vastaava osuus oli 27 prosenttia. Yläkouluikäisten, lukiolaisten ja ammattikoululaisten urheiluseuran harjoitustuntimäärissä ei ollut suuria eroja. Yläkoulu- ja lukiolaisien joukossa oli hieman enemmän niitä, jotka harrastivat yli 5 tuntia viikossa. Yläkouluikäisistä ja lukiolaisista 58 prosenttia harjoitteli yli viisi tuntia viikossa, kun ammattikoululaisista vastaavan määrän harjoitteli 52 prosenttia.

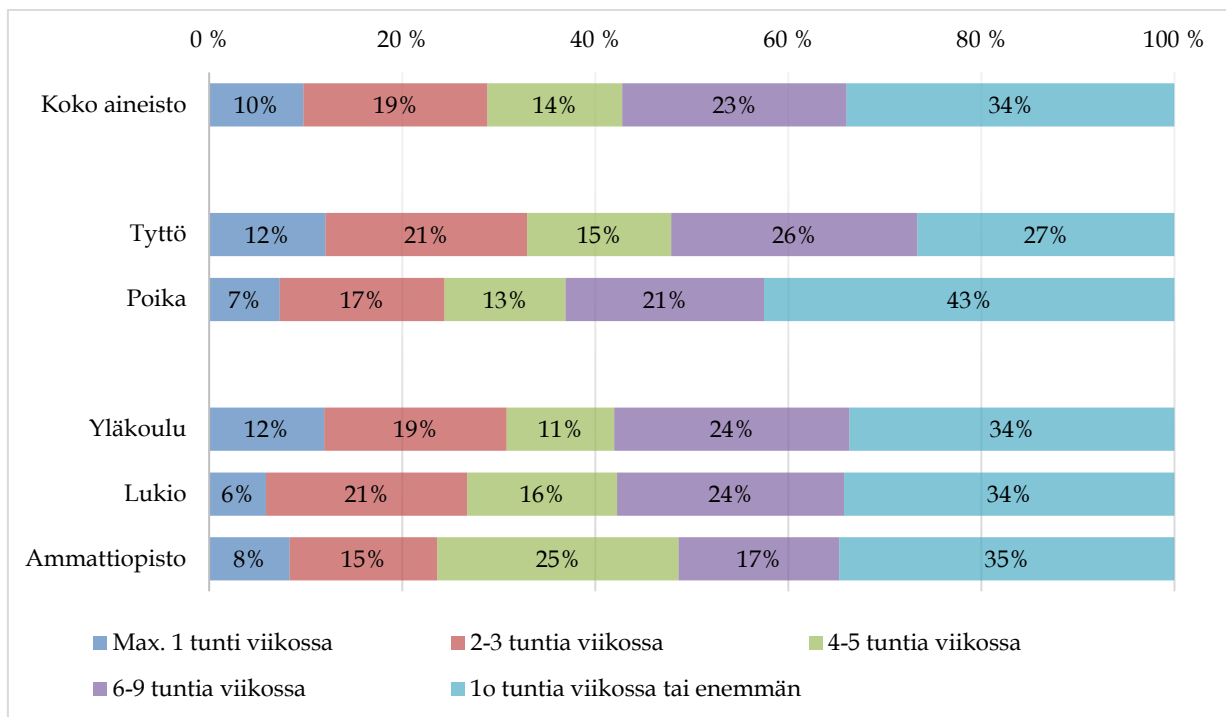
Urheiluseuraharrastamisen lopettaneilta tiedusteltiin lopettamiseen liittyviä syitä valmiin syylistä avulla. Yleisimmät syyt harrastuksen lopettamiseen olivat muut kiinnostuksen kohteet (38 %) ja se, että harrastus vei liikaa aikaa (30 %). Lopettamissyinä ilmoitettiin myös kilpailuhenkisyys (15 %), loukkaantuminen tai sairastuminen (14 %), kavereiden puute ryhmässä/joukkueessa (13 %), valmentaja ei vastannut odotuksia (11 %), harrastamisen kalleus (9 %) sekä sen hetkisen ryhmän/joukkueen hajoaminen (8 %). Lisäksi 17 prosenttia vastaajista kirjasi jonkin muun syyn. Kirjattuja syitä olivat muun muassa kiinnostuksen/jaksamisen puute, kiusaaminen, terveydelliset syyt ja aikataululliset haasteet.

Murrosiässä tai sen kynnykselle ajoittuvasta urheiluharrastuksen lopettamisesta käytetään usein nimitystä drop out. Valtakunnallisessa LIITU 2018 tutkimuksessa kyllästyminen lajiin

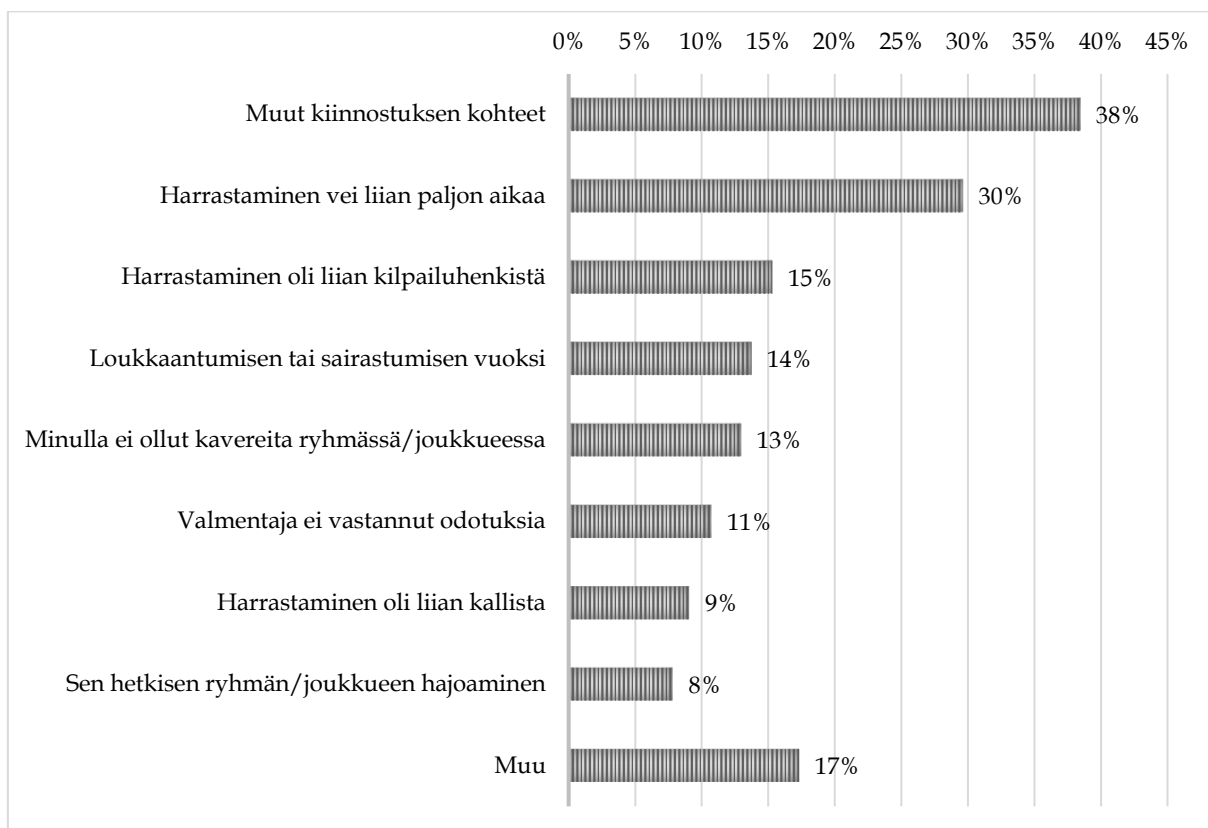
sekä se ettei viihtynyt joukkueessa tai ryhmässä, vaikuttivat harrastuksen lopettamiseen eniten. Myös se, että harrastaminen ei ollut tarpeeksi innostavaa oli yksi yleisimmistä lopettamisista. Kouvolan kyselyssä nousi näiden syiden lisäksi yhdeksi merkittäväksi tekijäksi myös se, että harrastuksen koettiin vievän liikaa aikaa.



Kuvio 12. Liikuntaseuraharrastaminen taustamuuttujittain.



Kuvio 13. Liikuntaseuraharrastukseen viikossa käytetty aika taustamuuttujittain



Kuvio 14. Syyt liikuntaseuraharrastuksesta luopumiseen

3.5 Liikkumista rajoittavat tekijät

Liikunnan harrastamiseen liittyy usein monia erilaisia esteitä. Kyselyssä selvitettiin, miten paljon erilaiset sisäiset ja ulkoiset tekijät rajoittavat Kouvolassa asuvien kouluikäisten ja toisen asteen opiskelijoiden liikkumista. Sisäisillä esteillä tarkoitetaan oman päätöksenteon ulottuvissa olevia yksilöllisiä tekijöitä. Ulkoiset tekijät ovat sellaisia, joihin ei ole mahdollista vaikuttaa omalla päätöksenteolla.

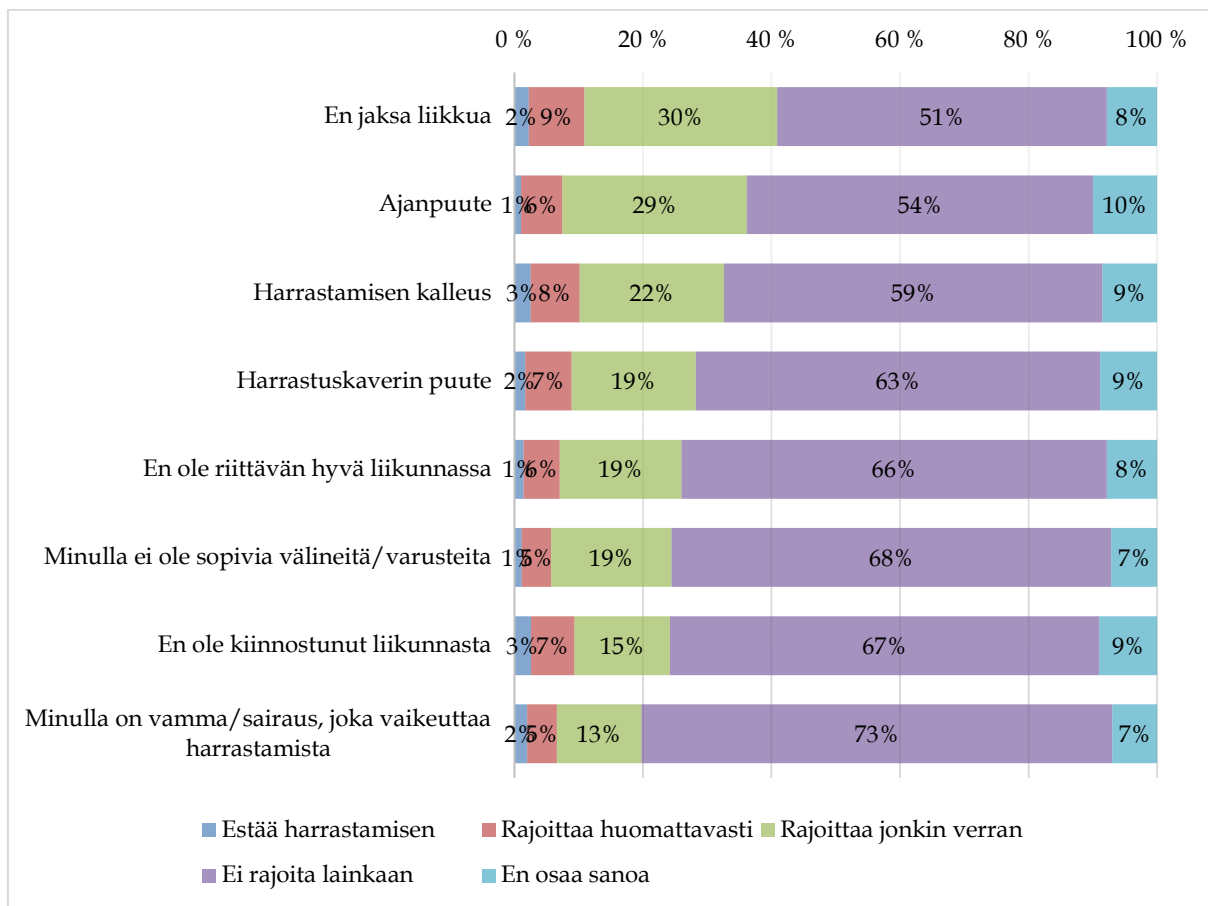
Tässä luvussa keskitytään alle 19-vuotiaiden vastaajien liikunnan rajoitteisiin. Yli 18-vuotiaiden kouvolalaisten liikkumista rajoittavia tekijöitä on aiemmin selvitetty täysi-ikäisille kouvolalaisille suunnatussa liikuntaselvityksessä.

3.5.1 Sisäiset tekijät

Sisäisistä tekijöistä alle 18-vuotiaiden liikunnan harrastamista rajoitti eniten jaksamattomuus (41 %), ajan puute (36 %) ja harrastamisen kalleus (33 %). Edellä mainitut tekijät rajoittivat reilun kolmasosan harrastamista vähintään jonkin verran. Noin joka neljännen liikunnan harrastamista rajoittivat harrastuskaverin puute, oma kokemus siitä, ettei ole riittävän hyvä liikkunassa, sopivien välineiden/varusteiden puute tai kiinnostuksen puute. Jokin liikkumista vaikeuttava sairaus tai vamma rajoitti jonkin verran vastaajista viidesosan harrastamista. Kaikkien edellä mainittujen tekijöiden kohdalla muutama prosentti vastaajista oli ilmoittanut, että kyseinen tekijä estää harrastamisen kokonaan.

Tytöt kokivat sisäiset tekijät hieman enemmän liikkumistaan rajoittaviksi kuin pojat. Suurin ero sukupuolten välillä oli siinä, kuinka rajoittavaksi harrastamisen kalleus koettiin. Tytöistä 40 prosenttia koki harrastamisen hinnan rajoittavan heidän liikkumistaan vähintään jonkin verran, kun poikien keskuudessa vastaava osuus oli 24 prosenttia.

Ajanpuute, harrastamisen kalleus ja jaksamisen puute olivat kaikilla kouluasteilla kolme liikunnan harrastamista eniten rajoittavaa tekijää lukuun ottamatta alakouluikäisiä, joilla jaksamisen ja kalleuden ohella rajoittavin syy oli välineiden ja varusteiden puute. Sisäiset esteet rajoittivat pääsääntöisesti vähiten alakouluikäisiä ja eniten lukiolaisia. Esimerkiksi ajanpuute rajoitti vähintään jossain määrin 51 prosenttia lukiolaisista, 39 prosenttia ammattikoululaisista, 38 prosenttia yläkoululaisista ja 23 prosenttia alakoululaisista.



Kuvio 15. Liikkumista rajoittavien sisäisten tekijöiden koetun rajoittavuuden suhteelliset osuudet 9-18 -vuotiaiden keskuudessa.

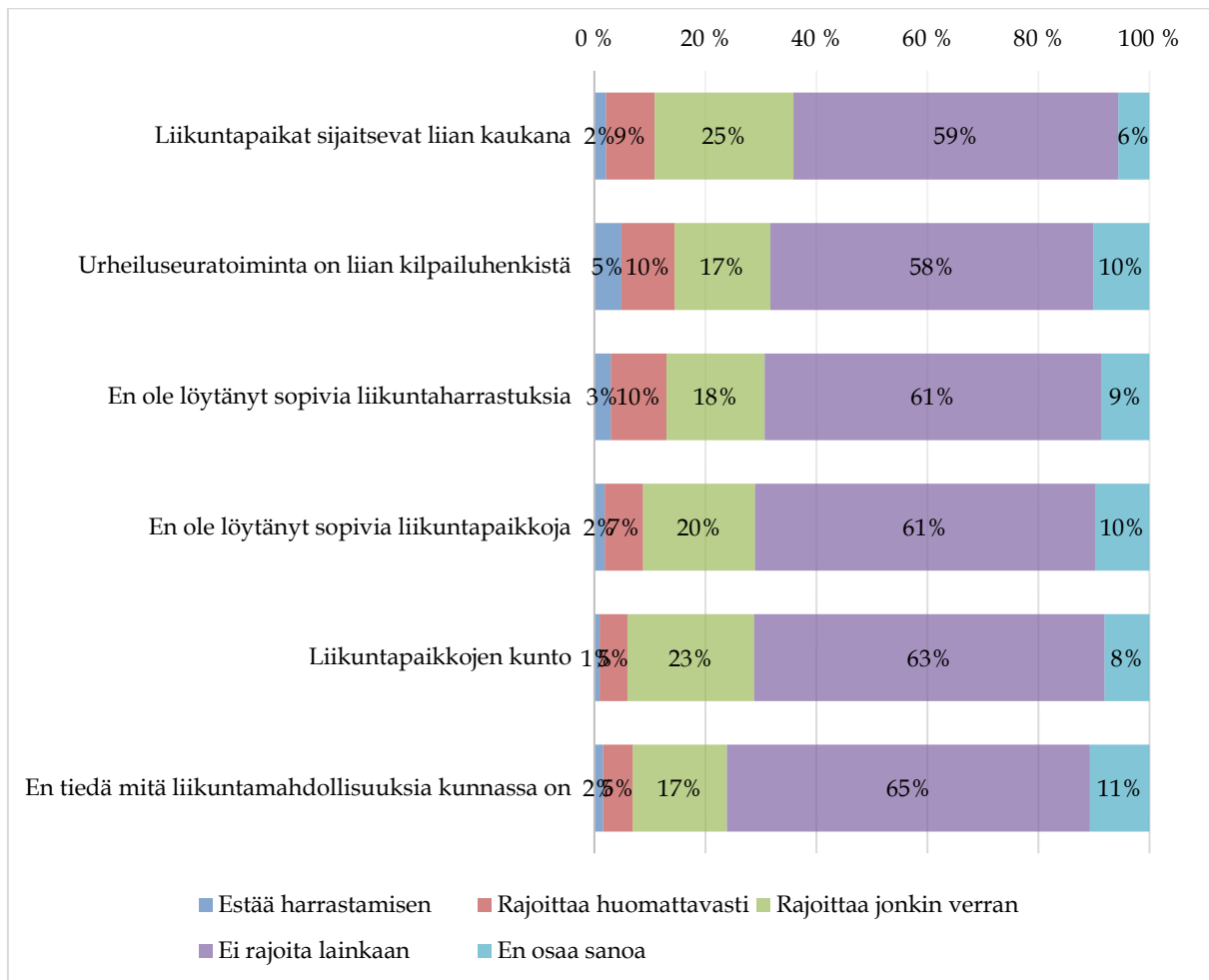
3.5.2 Ulkoiset tekijät

Ulkoiset tekijät rajoittivat liikunnan harrastamista hieman sisäisiä tekijöitä vähemmän. Liikuntapaikkojen kaukainen sijainti rajoitti liikkumista vähintään jonkin verran 36 prosentilla vastaajista. Vastaajista kolmasosan liikkumista rajoittivat myös urheiluseuratoiminnan kilpailuhenkisyys sekä sopivan liikuntaharrastuksen puute. Urheiluseuratoiminnan kilpailuhenkisyys esti vastaajista 5 prosenttina osalta harrastamisen. Rajoittavina tekijöinä nähtiin myös sopivan liikuntapaikan puute (29 %), liikuntapaikkojen kunto (29 %) ja tiedonpuute mahdollisuuksista (24 %).

Tytöt kokivat kaikki ulkoiset tekijät hieman poikia rajoittavammiksi. Erityisesti liikuntapaikan kaukainen sijainti rajoitti suurempaa osaa tytöistä. Tytöistä 42 prosenttia koki, että pitkä matka liikuntapaikalle rajoitti heidän liikkumistaan, pojista vain 29 prosenttia.

Liikuntapaikkojen kaukainen sijainti oli kaikista ulkoisista tekijöistä liikunnan harrastamista eniten rajoittava tekijä sekä yläkoulu- ja lukioikäisille että ammattikoulua käyvillä. Alakouluikäisillä rajoittavin tekijä oli liikuntapaikkojen huono kunto. Lukioikäiset kokivat pääsääntöisesti kaikki tekijät muita kouluasteita rajoittavampina. Lukiota käyvien liikkumista rajoitti

erityisesti liikuntapaikkojen kaukainen sijainti, sillä se hankaloitti lähes joka toisen lukioikäisen liikkumista, kun taas esimerkiksi alakouluikäisistä se häiritsi vain neljäsosan liikunnan harrastamista.



Kuvio 16. Liikkumista rajoittavien ulkoisten tekijöiden koetun rajoittavuuden suhteelliset osuudet 9-18 -vuotiaiden keskuudessa.

3.6 Liikuntapaikkojen käyttö

Kyselyssä selvitettiin, kuinka usein koululaiset ja toisen asteen opiskelijat käyttävät kaupungin liikuntapaikkoja liikunnan harrastamiseen vapaa-ajalla eli kouluajan ulkopuolella. Tässä luvussa keskitytään alle 19-vuotiaiden vastaajien käyttämiin liikuntapaikkoihin. Yli 18-vuotiaiden kouvolaisten liikuntapaikkojen käyttöä on aiemmin selvitetty täysi-ikäisille kouvolaalaisille suunnatussa liikuntaselvityksessä.

Alle 18-vuotiaat kouvolaalaiset käyttivät vapaa-ajalla liikuntapaikoista selvästi eniten kevyen liikenteen väyliä. Vastaajista 80 prosenttia ilmoitti käyttävänsä kävely- ja pyöräteitä liikuntaan päivittäin tai useita kertoja viikossa. Päivittäisessä tai useita kertoja viikossa tapahtuvassa liikumisessa myös kotipiha (65 %), uimarannat ja -paikat (43 %), koulujen liikuntasalit (40 %),

metsät (37 %), leikkipaikat (34 % alakouluikäisistä) ja luistelukentät ja -kaukalot (33 %) olivat suosittuja. Vuositasolla tarkasteltuna käytetyimpien liikuntapaikkojen joukkoon nousivat myös luontopolut, puistot ja retkeilyalueet, kunto- ja pururadat, uimahalli ja hiihtoladut, joita käytti vähintään muutaman kerran vuodessa 70–83 prosenttia vastaajista.

Sisäliikuntapaikoista käytetyimpiä olivat uimahalli, koulujen liikuntasalit ja liikuntahallit. Liikuntasalien ja -hallien käyttö oli uimahallin käyttöä yleisempää päivä- ja viikkotasolla. Uimahalli oli puolestaan suosituin vuositasolla, sillä vain neljäsosa vastaajista oli sellaisia, jotka eivät käyttäneet uimahallia kertaakaan vuoden aikana. Muista sisäliikuntapaikoista erilaisia kuntosaleja käytti vähintään kerran vuodessa noin 40 prosenttia vastaajista.

Talviajan liikuntapaikoista eniten käytettiin luistelukenttiä ja -kaukaloita sekä hiihtolatuja. Luistelukentillä liikkui vähintään kerran vuodessa 81 prosenttia ja hiihtoladuilla 70 prosenttia vastaajista. Yli puolet vastaajista käytti vuosittain myös laskettelurinteitä ja jäähallia.

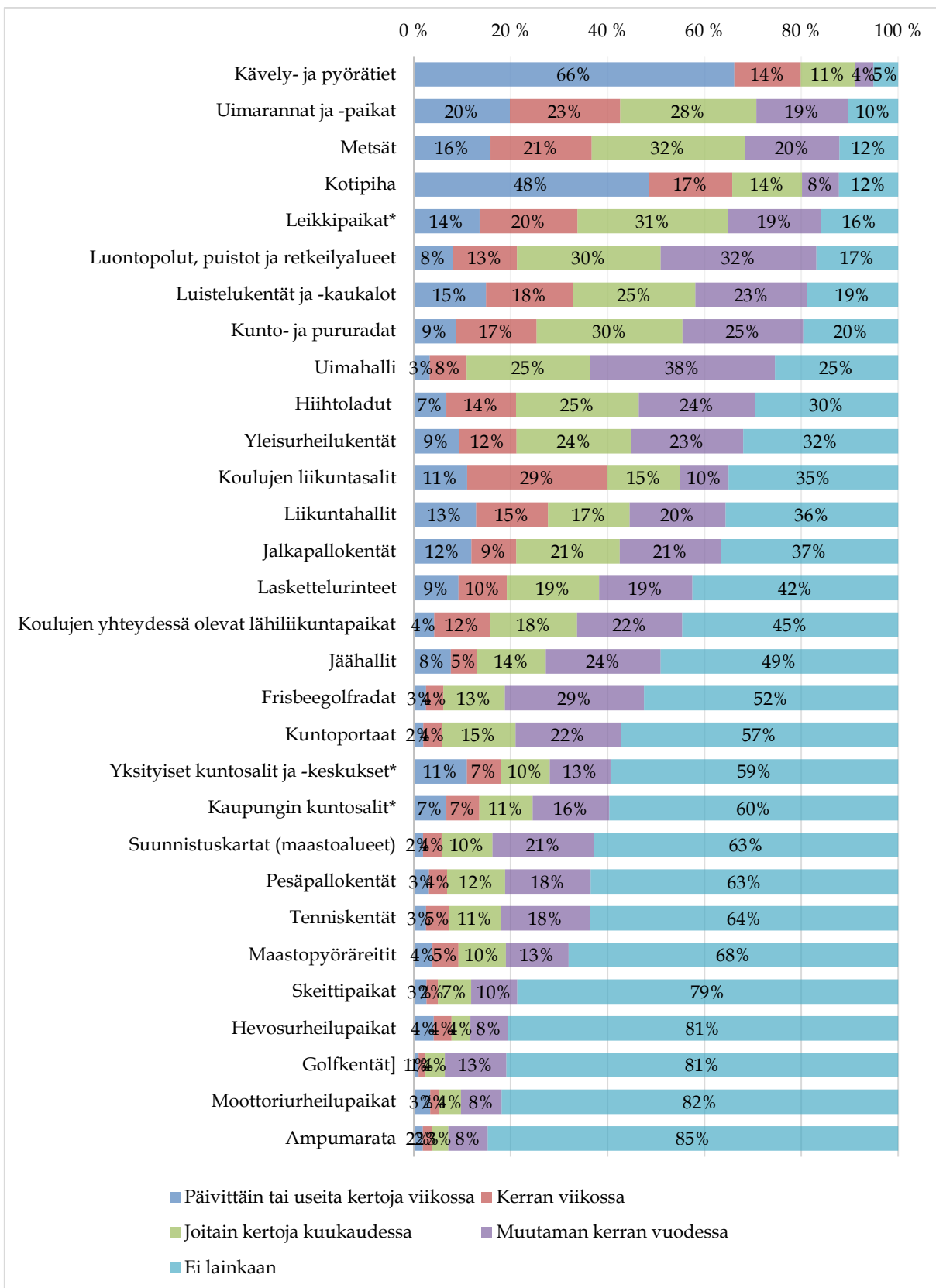
Erilaisista ulkokentistä yleisurheilukentät ja jalkapallokentät olivat aktiivisimmassa käytössä. Yleisurheilukenttiä kesäaikaan käytti vähintään kuukausittain 45 prosenttia ja jalkapallokenttiä 42 prosenttia vastaajista. Pesäpallo- ja tenniskenttien käyttö oli vähäisempää vuosittaisen käyttöprosentin ollessa hieman alle 40.

Muista liikuntapaikkatyypeistä suosittuja olivat koulujen yhteydessä olevat lähiliikuntapaikat, frisbeegolfradat, kuntoportaat ja suunnistuskartat, joita käytti vuositasolla 37–55 prosenttia vastaajista. Vähiten käytettiin maastopyöräreittejä, skeittipaikkoja, hevos- ja moottoriurheilupaikkoja, golfkenttiä sekä ampumarataa.

Myös valtakunnallisten tutkimustulosten mukaan kevyen liikenteen väylä on suosituin lasten ja nuorten liikuntapaikka ennen ulkokenttiä ja liikuntasaleja (LIITU 2016). Valtakunnallisesti kävely- ja pyöräteillä liikkuu noin 70 prosenttia alakoulu- ja yläkouluikäisistä, kun taas Kouvolassa vähintään kerran viikossa ilmoitti liikkuvansa 84 prosenttia.

Tyttöjen ja poikien käyttämät liikuntapaikat eroavat hieman toisistaan. Pojat käyttivät tyttöjä useammin erityisesti jalkapallokenttiä, luistelukenttiä ja -kaukaloita, frisbeegolfratoja, skeittipaikkoja, maastopyöräreittejä ja moottoriurheilupaikkoja. Tyttöjen keskuudessa oli sen sijaan selvästi yleisempää hevosurheilupaikkojen käyttö.

Liikuntapaikkojen käyttöaktiivisuus on selvästi yhteydessä koululaisen ikään. Alakouluikäiset käyttivät lähes kaikkia liikuntapaikkoja aktiivisemmin kuin vanhemmat ikäluokat. Lukio- ja ammattikoululaisten käytössä korostuu nuorempiin ikäluokkiin verrattuna ainoastaan kuntosalien käyttö. Frisbeegolfratojen käyttö on lähes yhtä suosittua kaikissa ikäryhmissä.



Kuvio 17. Liikuntapaikkojen käytön useus 9-18 -vuotiaiden keskuudessa. *Leikkipaikkojen käyttö tiedusteltu alakoululaisilta, kuntosalien käyttö yläkoululaisilta ja toisen asteen opiskelijoilta.

3.7 Koulumatka- ja välituntiliikunta

3.7.1 Koulumatkaliikunta

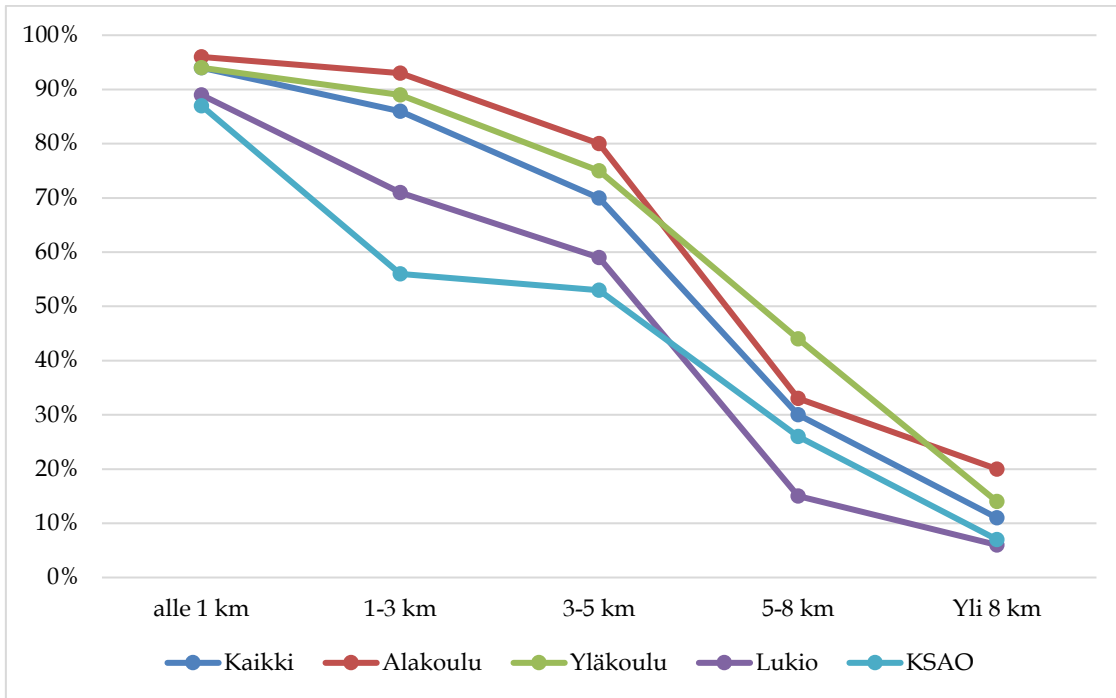
Kyselyssä selvitettiin koululaisten koulumatkojen kulkutapaa lumettomaan ja lumiseen aikaan. Alakoululaisilla ilmoitettu koulumatkan pituus oli keskimäärin 4,7 kilometriä, yläkoululaisilla 7,9 kilometriä, lukiolaisilla 9,8 kilometriä ja ammattikoulua käyvillä 13,6 kilometriä. Vähintään puolet kouvolaalaisista lapsista ja nuorista kulki koulumatkansa kävellen tai pyöräillen ympäri vuoden. Lumettomaan aikaan lihasvoimin kulki 59 prosenttia vastaajista ja lumiseen aikaan 50 prosenttia. Sukupuolittain tarkasteltuna ei ollut havaittavissa kovin suuria eroja. Pojat kulkivat hieman tyttöjä useammin pyörällä, erityisesti lumiseen aikaan, mikä on havaittu myös valtakunnallisissa tutkimuksissa.

Kulkutapa on vahvasti yhteydessä koulumatkan pituuteen, sillä mitä pidempi koulumatka, sitä todennäköisemmin se kuljetaan moottoriajoneuvolla. Alle kilometrin koulumatka ilmoitettiin kuljettavan pääsääntöisesti kävellen tai pyörällä, ja tässä ei ollut merkittävää eroa vuodenajalla. Jo muutaman kilometrin lisäys matkassa saa erityisesti ammattikoululaiset kulkemaan matkansa moottoriajoneuvolla. Jyrkin muutos lumettomaan aikaan tapahtuu, kun koulumatkan pituus on enemmän kuin viisi kilometriä. Tällöin koulutyypistä riippuen 56-85 prosenttia vastaajista kulki matkan moottoriajoneuvon kyydissä. Lumiseen aikaan selkein muutos tapahtuu jo yli 3 kilometrin matkalla, kun 50-67 prosenttia siirtyi kulkemaan matkan moottoriajoneuvon kyydissä. Lumettoman ja lumisen ajan erot olivat selkeimmät 3-5 kilometrin koulumatkan kulkemisessa.

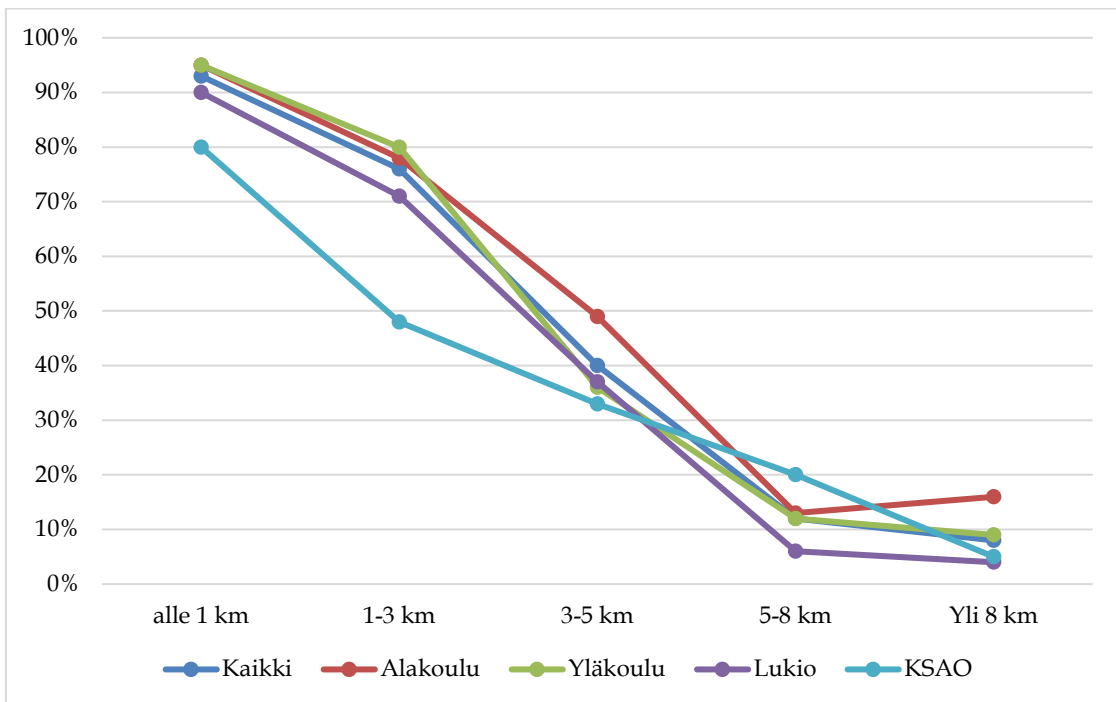
Alakoululaisista suurin osa kulki matkansa pyöräillen lumettomaan aikaan (62 %) ja siirtyi lumiseen aikaan kulkemaan matkat kävellen (54 %). Yläkoululaiset (36 %), lukiolaiset (60 %) ja ammattikoululaiset (72 %) kulkivat lumettomaan aikaan selvästi useammin moottoriajoneuvon kyydillä kuin alakoululaiset. Tilanne on sama lumiseen aikaan, jolloin kaikilla kouluasteilla väheni lihasvoimin kulkeminen.

Ikäluokittain tarkasteltaessa vastaajat näyttävät jakautuvan koulumatkan kulkutavan perusteella kahteen ryhmään. Alle 15-vuotiaista 70-80 prosenttia kulki koulumatkan aktiivisella kulkutavalla lumettomaan aikaan, kun yli 15-vuotiaista vastaava osuus oli enää noin 30-40 prosenttia. Sama ero näkyy myös talviaikaan, mutta ei yhtä selkeänä. Tämä ilmiö on havaittavissa myös valtakunnallisissa tutkimuksissa ja yhdeksi syyksi arvellaan siirtymistä mopoilla ja skoottereilla kulkemiseen.

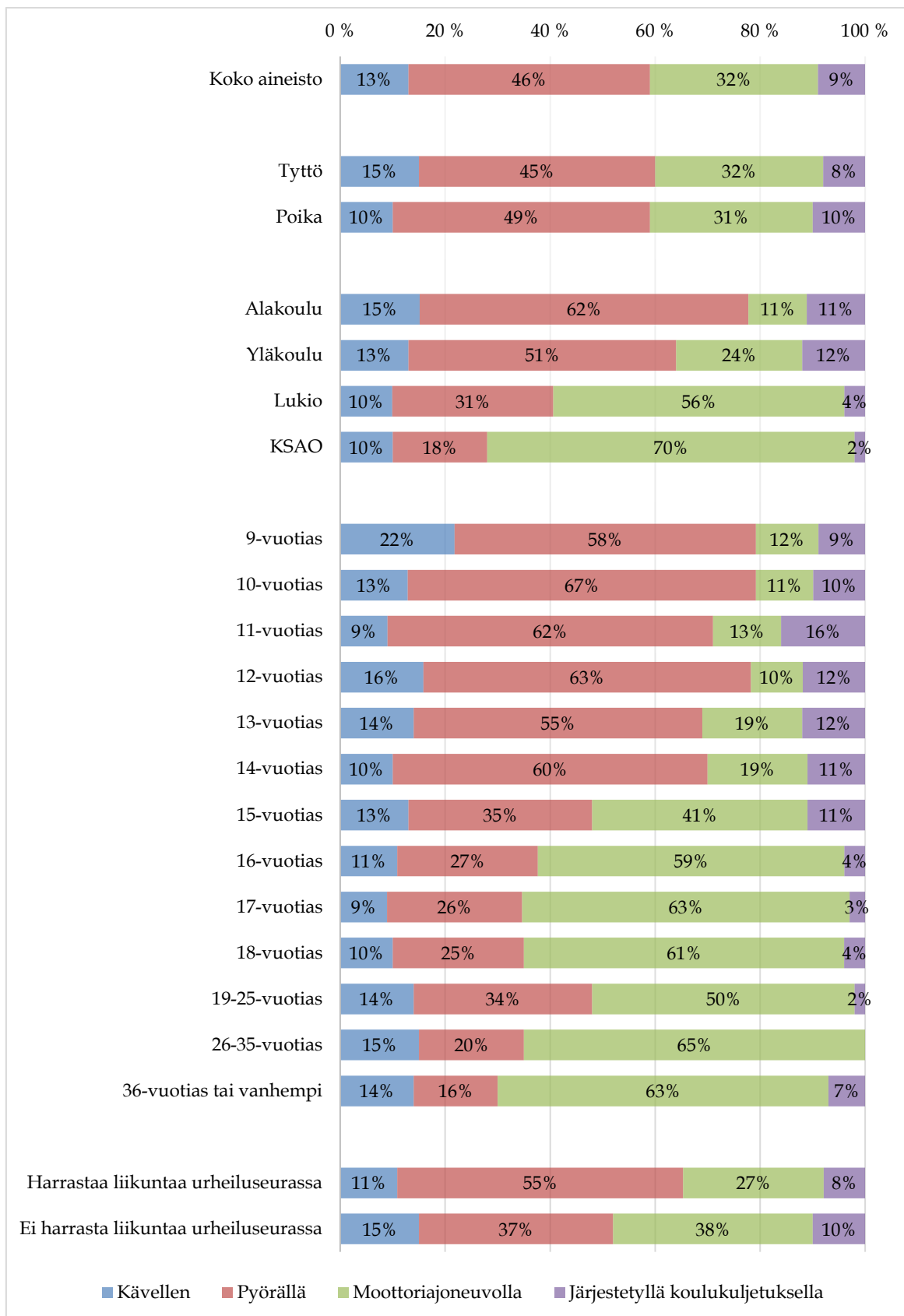
Kouluikäiset, jotka harrastivat liikuntaa urheiluseurassa, kulkivat hieman muita useammin koulumatkansa lihasvoimin sekä lumettomaan että lumiseen aikaan.



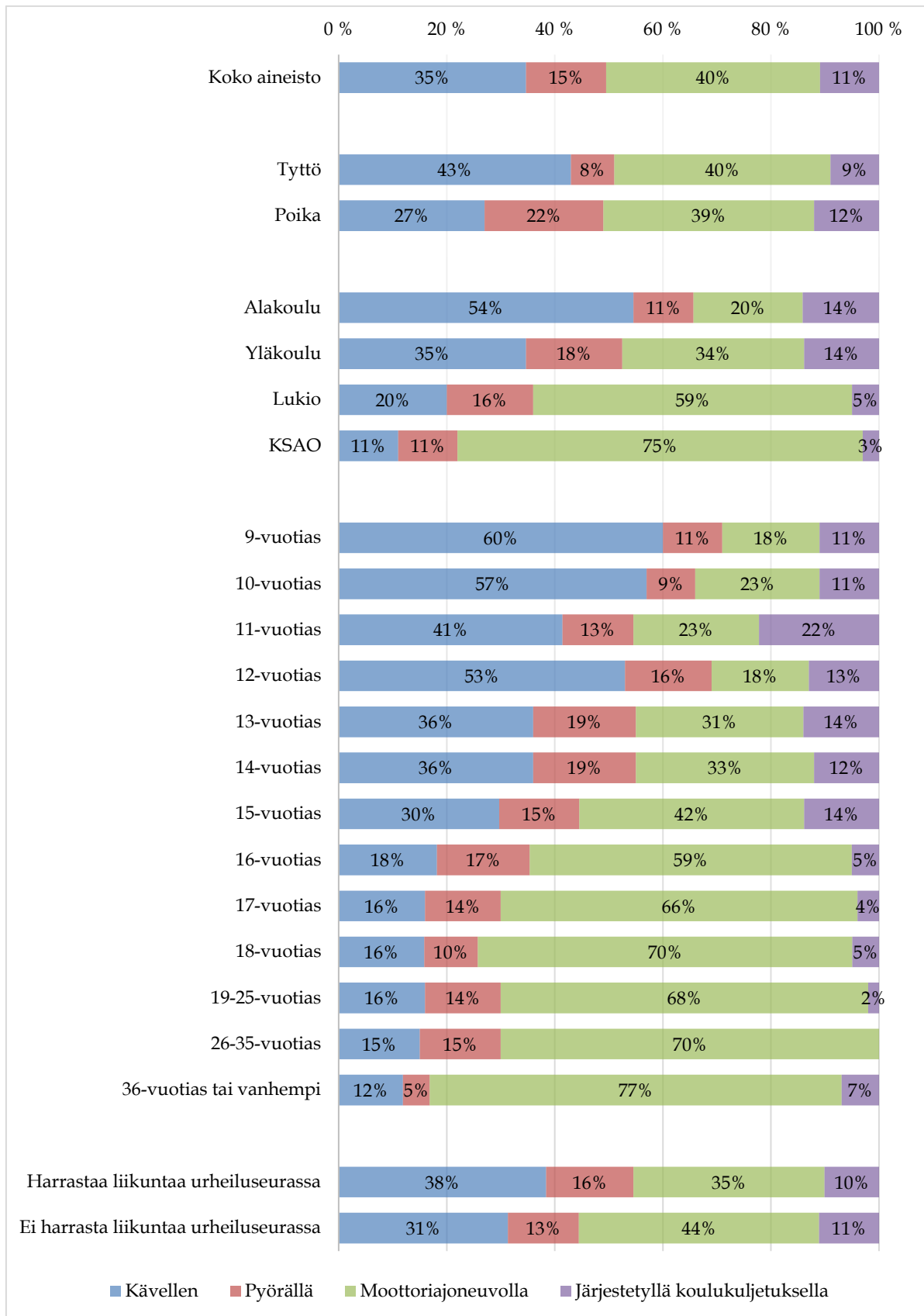
Kuvio 18. Koulumatkansa lumettomaan aikaan kävelen tai pyöräillen kulkevien suhteelliset osuudet koulumatkan pituuden mukaan jaoteltuna.



Kuvio 19. Koulumatkansa lumiseen aikaan kävelen tai pyöräillen kulkevien suhteelliset osuudet koulumatkan pituuden mukaan jaoteltuna.



Kuvio 20. Kävelen, pyörällä ja moottoriajoneuvolla kuljettujen matkojen suhteelliset osuudet lumettomaan aikaan taustamuuttujittain.



Kuvio 21. Kävelleen, pyörällä ja moottoriajoneuvolla kuljettujen matkojen suhteelliset osuudet lumiseen aikaan taustamuuttujittain.

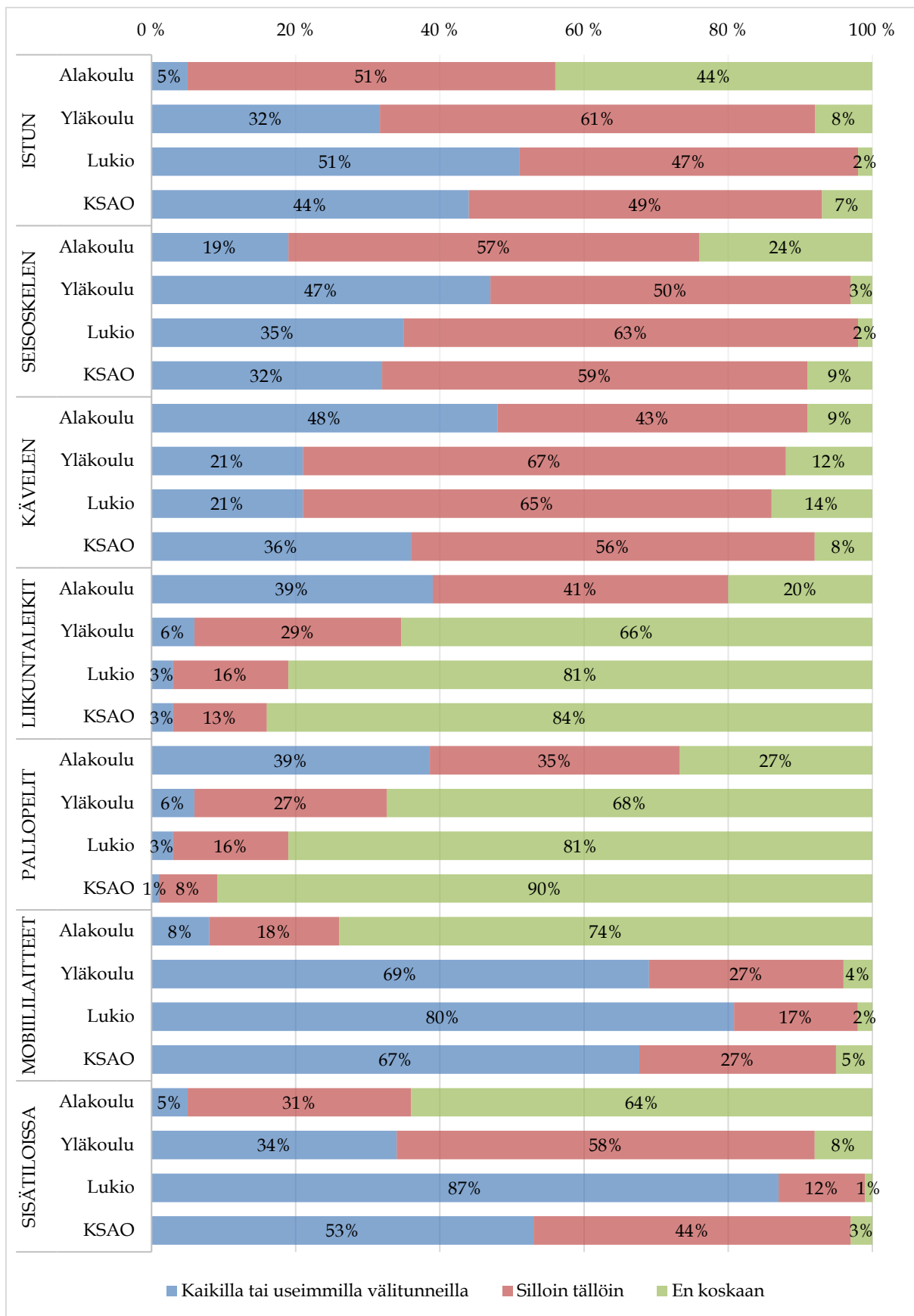
3.7.2 Välituntiliikunta

Välitunneilla koululaiset viettävät aikaa useita tunteja viikossa ja välitunnit kuluvat koululaisilla hieman eri tavoin. Parhaimmillaan välitunnit voivat kuitenkin kerryttää merkittävän osan päivittäisestä liikunta-aktiivisuudesta, joten välituntien viettotapoihin on tärkeää kiinnittää huomiota. Kyselyssä välituntiliikunnan määrää selvitettiin kysymällä koululaisilta ja toisen asteen opiskelijoilta, kuinka he käyttävät aikansa välitunneilla erilaisiin aktiivisiin ja passiivisiin toimintoihin.

Alakouluikäisten välitunnit ovat kyselyn mukaan selvästi aktiivisempia kuin yläkoulu- ja lukioikäisillä. Kaikilla tai useimmilla välitunneilla alakoululaisilla oli mukana liikuntaleikkejä (39 % vastaajista), kävelyä (48 %) tai pallopelejä (39 %). Vähintään silloin tällöin edellä mainittuja aktiviteetteja harrasti 74–91 prosenttia vastaajista. Alakouluikäisillä mobiililaitteiden käyttö oli melko vähäistä, sillä jopa 74 prosenttia vastaajista ilmoitti, ettei käytä mobiililaitetta lainkaan välitunnilla.

Yläkouluikäisillä liikuntaleikit ja pallopelit olivat silloin tällöin mukana enää noin kolmanneksella. Välitunnit kuluivat istuen, seisten tai kävelen ja usein sisätiloissa. Mobiililaitetta välitunnilla käytti peräti 96 prosenttia yläkoululaisista ainakin silloin tällöin. Lukio- ja ammattikoululaiset ilmoittivat välituntien kuluvan pitkälti aina sisätiloissa (97-99 % vastaajista) istuen ja useimmiten mobiililaitetta käyttäen.

Tyttöjen ja poikien välituntikäyttäytyminen eroaa toisistaan jonkin verran. Pojat pelasivat useammin pallopelejä ja osallistuivat liikuntaleikkeihin, kun taas tyttöjen keskuudessa jonkin verran yleisempää oli istuminen, kävely, seisoskelu ja sisätiloissa oleskelu. Mobiililaitteiden käyttö oli hieman yleisempää tyttöjen joukossa.



Kuvio 22. Ajan käyttäminen välitunneilla erilaisiin toimintoihin koulutyypeittäin.

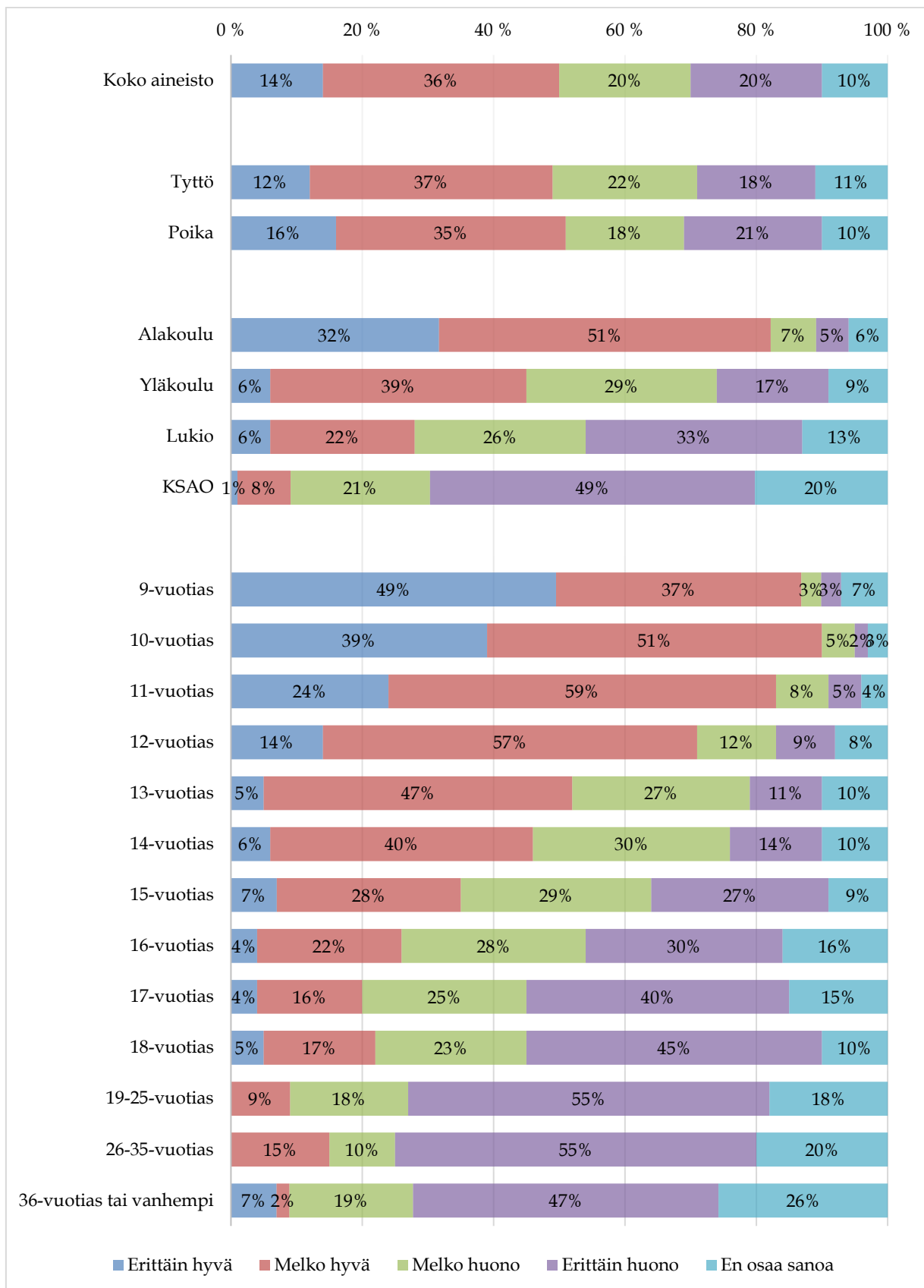
3.8 Tyytyväisyys liikuntaedellytyksiin

3.8.1 Tyytyväisyys koulupihan liikuntaolosuhteisiin

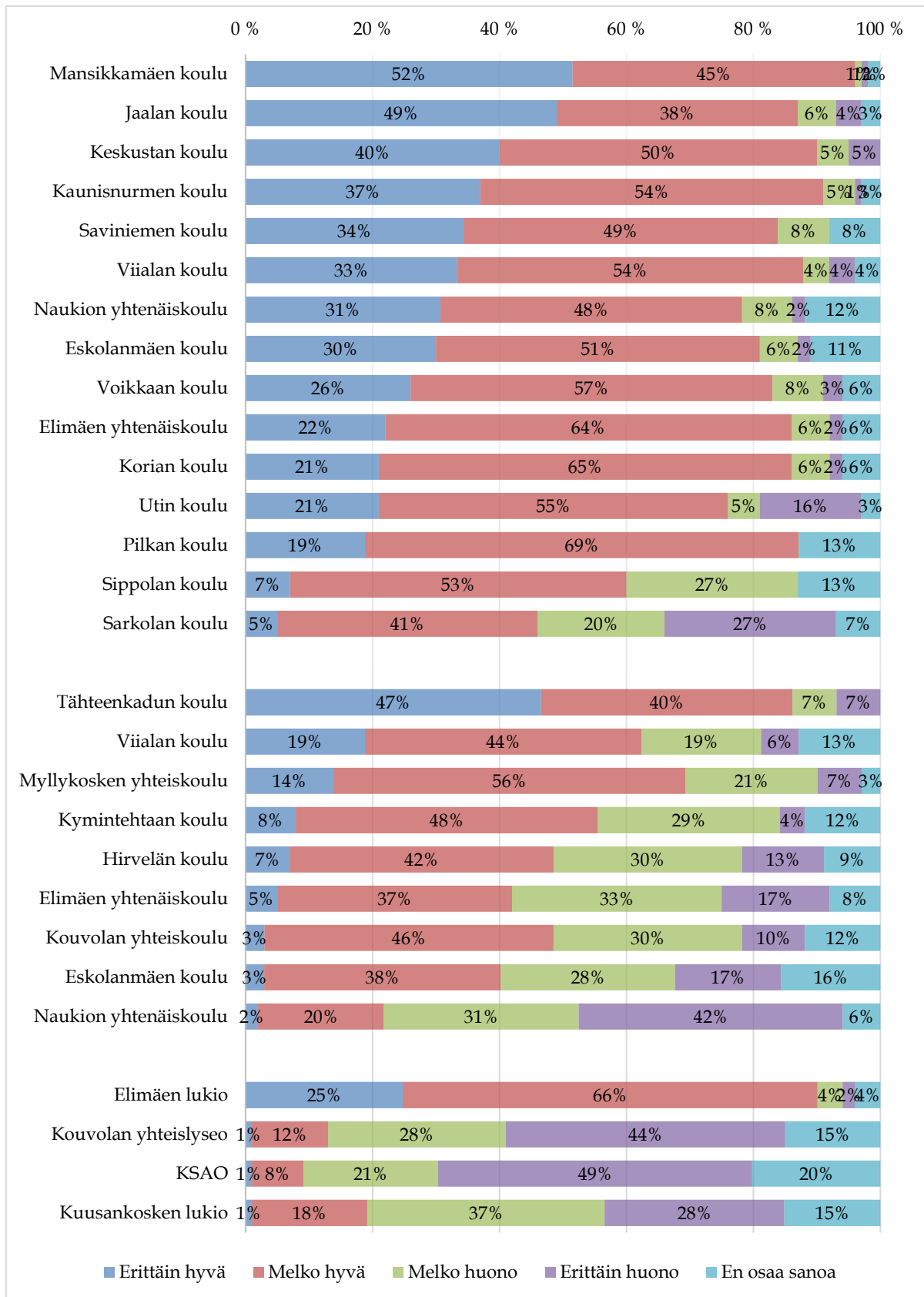
Koulupihan liikuntaolosuhteita koululaiset ja toisen asteen opiskelijat arvioivat liikkumisen ja liikunnan harrastamisen näkökulmasta. Puolet kaikista vastaajista oli vähintään melko tyytyväisiä koulupihansa liikuntaolosuhteisiin. Tyytyväisyydessä oli jonkin verran eroja, sillä 14 prosenttia vastaajista koki olosuhteet erittäin hyvinä ja toisaalta 20 prosenttia erittäin huonoina. Tyttöjen ja poikien tyytyväisyydessä liikuntaolosuhteisiin ei ollut juurikaan eroja.

Alakoululaiset olivat selvästi yläkoulu- ja lukioikäisiä tyytyväisempiä liikuntaolosuhteisiin. Alakoululaisista 83 prosenttia oli vähintään melko tyytyväisiä, mutta tyytymättömyys kasvoi tasaisesti siirryttäessä 3. luokalta ylöspäin. Kun 9-vuotiaista koulupihaan erittäin tyytyväisiä oli 49 prosenttia, 12-vuotiaiden joukossa erittäin tyytyväisiä oli enää 14 prosenttia vastaajista. Yläkoululaisista liikuntaolosuhteet melko tai erittäin huonoina koki 46 prosenttia, lukiolaisista 59 prosenttia ja ammattikoulua käyvistä 70 prosenttia.

Mansikkamäen ja Jaalan alakoulujen pihat saivat oppilailta eniten erittäin hyviä arvioita. Sippolan ja Sarkolan koulujen pihat arvioitiin sen sijaan heikoimmiksi, sillä Sippolan koulun oppilaista 27 prosenttia ja Sarkolan koulun oppilaista 47 prosenttia antoi huonon tai erittäin huonon arvosanan. Yläkoululaisista selvästi tyytyväisimpiä koulupihaan olivat Tähteenkadun koulun oppilaat, joista vain 14 prosenttia koki pihan melko tai erittäin huonona. Muissa yläkouluissa oli moninkertaisesti enemmän tyytymättömiä, Naukion yhtenäiskoulussa peräti 73 prosenttia vastaajista. Elimäen lukion oppilaista 91 prosenttia oli tyytyväinen koulunsa pihaan. Muissa toisen asteen oppilaitoksissa tyytyväisten määrä oli selvästi pienempi. Vähiten tyytyväisiä olivat Kouvolan seudun ammattiopiston opiskelijat, joista 70 prosenttia piti pihaa liikkumisen näkökulmasta melko tai erittäin huonona.



Kuvio 23. Tyytyväisyys koulupihan liikuntaolosuhteisiin taustamuuttujittain.



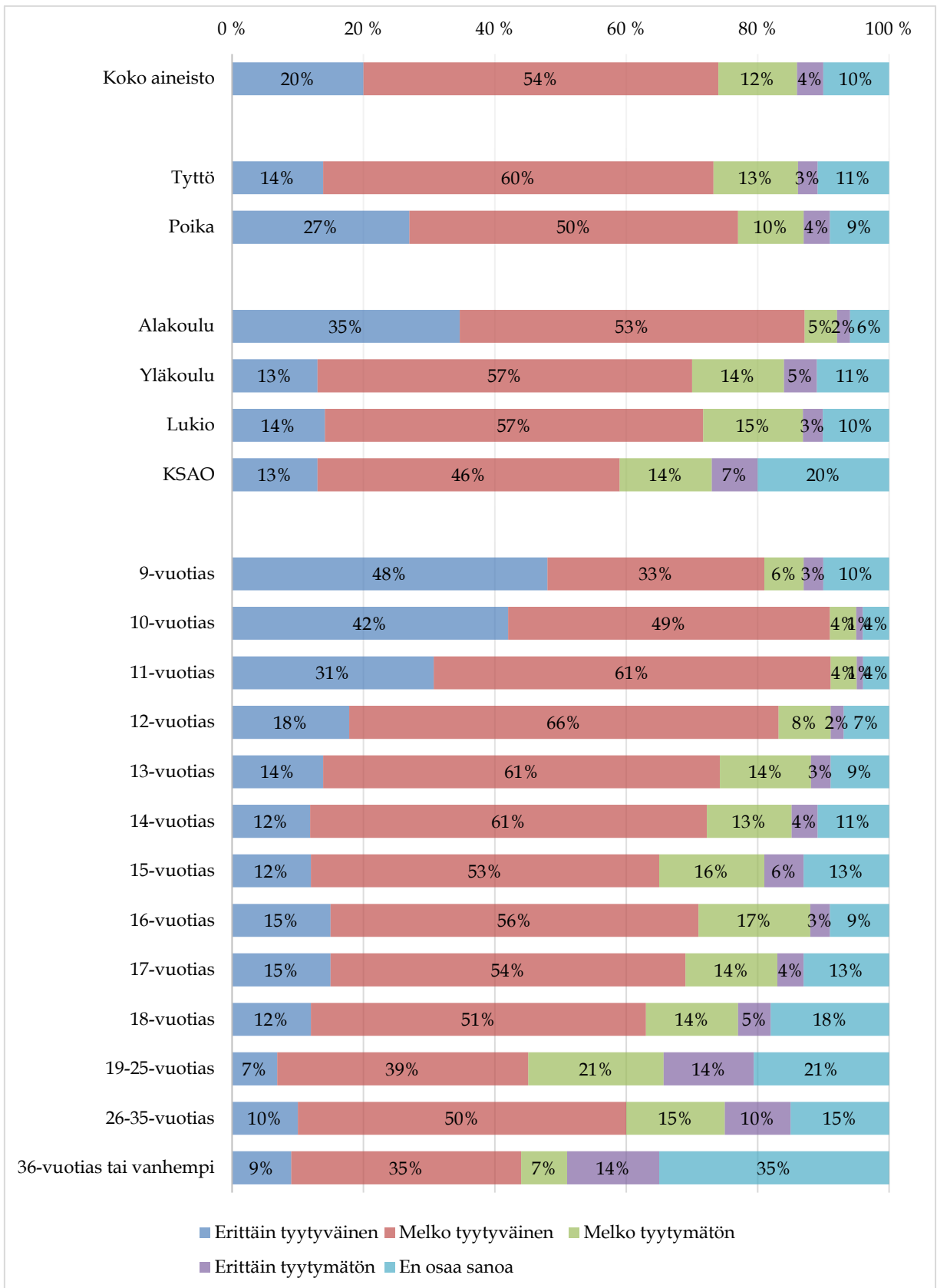
Kuvio 24. Tyytyväisyys koulupihan liikuntaolosuhteisiin kouluyksiköittäin. Mukana koulut, joissa yli 10 vastaajaa.

3.8.2 Tyytyväisyys Kouvolan liikuntamahdollisuuksiin

Kyselyssä selvitettiin myös koululaisten ja toisen asteen opiskelijoiden tyytyväisyyttä Kouvolan liikuntamahdollisuuksiin. Pääosa koululaisista oli vähintään melko tyytyväisiä Kouvolan liikuntamahdollisuuksiin (74 %). Erittäin tyytyväisiä oli 20 prosenttia ja melko tyytyväisiä 54 prosenttia vastaajista. Melko tai erittäin tyytymättömiä oli 16 prosenttia.

Pojissa oli noin puolet tyttöjä enemmän erittäin tyytyväisiä. Koulutyypeistä alakoululaiset olivat tyytyväisimpiä liikuntamahdollisuuksiin, sillä 88 prosenttia vastaajista koki mahdollisuudet melko tai erittäin hyväksi. Yläkoululaiset ja toisen asteen opiskelijat olivat hieman kriittisempiä ja heidän joukossaan oli 18-21 prosenttia tyytymättömiä vastaajia.

Kun 9-vuotiaista 48 prosenttia oli sitä mieltä, että liikuntamahdollisuuksia on erittäin paljon, oli 13-vuotiaiden vastaava osuus enää 14 prosenttia. Tyytymättömyys lisääntyikin melko tasaisesti peruskoulun luokilla ylöspäin siirryttäessä.



Kuvio 25. Tyytyväisyys Kouvolan liikuntamahdollisuuksiin taustamuuttujittain.

3.9 Kaupungin liikuntapalveluiden ja -paikkojen kehittäminen

Vastaajia pyydettiin ensin kertomaan avoimessa kysymyksessä, onko joitain välineitä, paikkoja tai asioita, jotka voisivat lisätä heidän liikkumistaan koulupihalla. Liikuntapalveluiden ja -paikkojen kehittämiseen liittyen kysyttiin myös, millaisia liikuntaharrastuksia ja liikunta- paikkoja lapset ja nuoret toivoisivat Kouvolaan. Lisäksi yläkoulu- ja lukio-/ammattikouluikäisiä pyydettiin kertomaan, mitä kautta he haluaisivat tietoa liikuntamahdollisuuksista ja mitä sosiaalisen median palveluita he käyttävät. Vastaajat pääsivät myös kertomaan omista ideoistaan ja toivomuksistaan liikunta-aktiivisuuden lisäämiseksi.

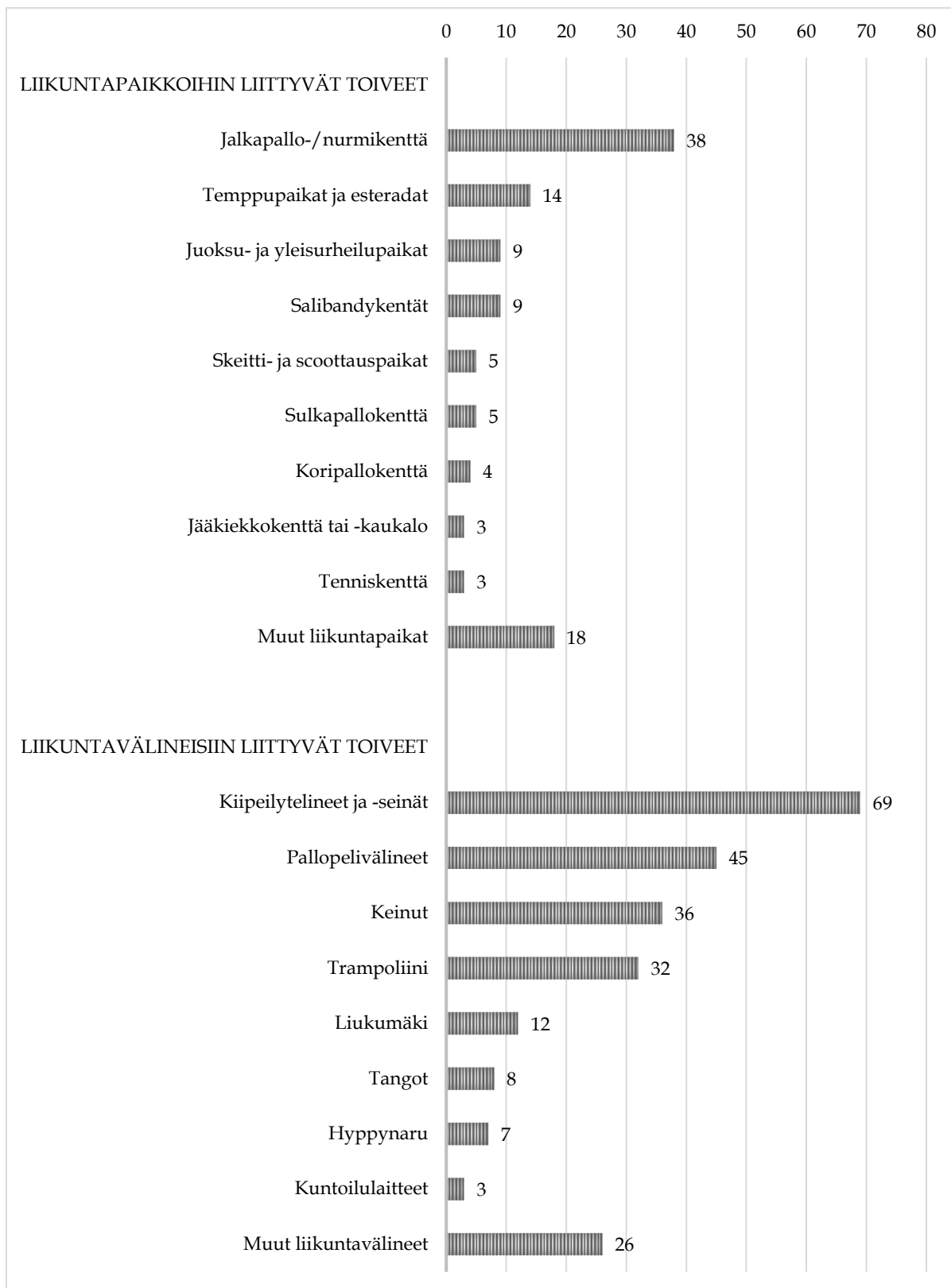
3.9.1 Koulupihan kehittäminen

Koululaiset ja toisen asteen opiskelijat saivat avoimessa kysymyksessä nimetä välineitä, paikkoja tai asioita, jotka lisäisivät heidän liikkumistaan koulupihalla. Yhteensä 844 vastaajaa kirjoitti jonkin koulupihan kehittämiseen liittyvän asian. Vastaajien jättämät avoimet vastaukset teemoiteltiin sisältönsä perusteella eri luokkiin alakoululaisten ja yläkoululaisten/toisen asteen opiskelijoiden osalta. Liiteraportissa on esitelty teemoittain kaikki kehitysehdotukset.

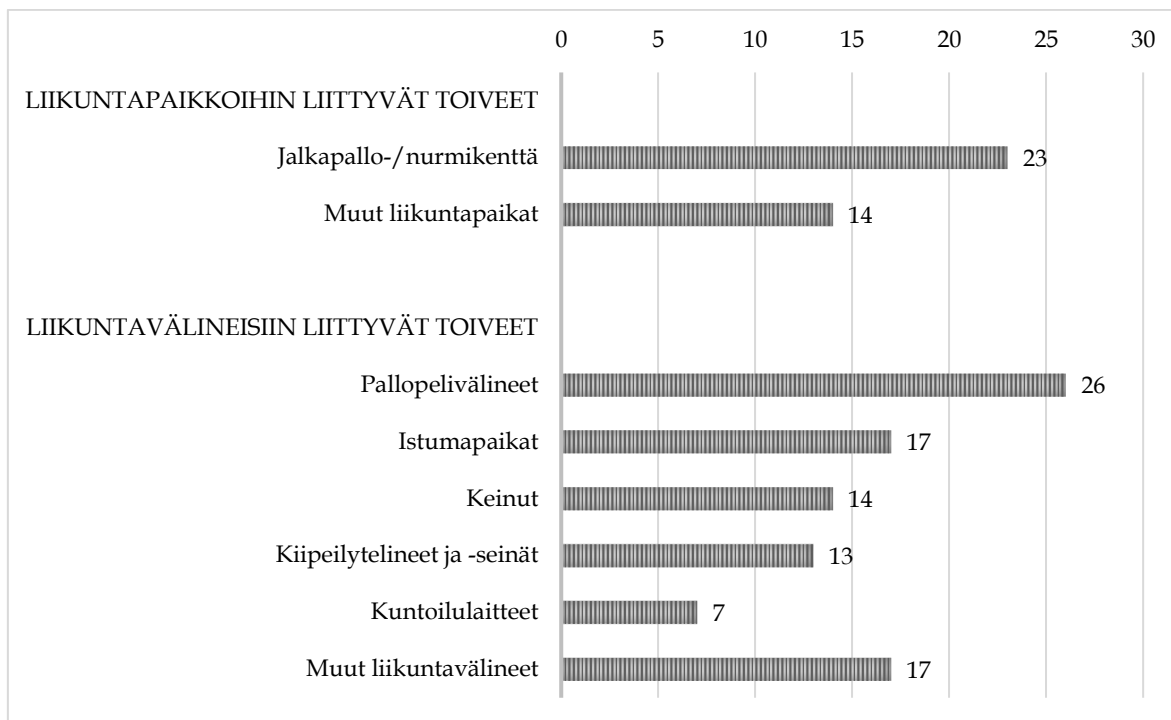
Alakoululaiset toivoivat koulupihan liikuntapaikoista selvästi eniten jalkapallo- tai nurmikenttää (38 kpl). Osa koululaisista toivoi erityisesti nurmikenttää, osa taas parempikuntoisia kenttiä. Liikuntapaikkojen osalta useampia toiveita esitettiin myös tempu- ja esteradoista, juoksu- ja yleisurheilupaikoista sekä salibandykentistä. Mainintoja saivat myös skeitti- ja scoottauspaikat, sulkapallokenttä, koripallokenttä, jääkiekkokenttä ja tenniskenttä.

Alakoulujen pihoille toivottiin runsaasti myös erilaisia liikuntavälineitä. Neljä liikuntavälinettä nousi toiveista esiin selvimmän: kiipeilytelineet ja -seinät (69 kpl), pallopelivälineet (45 kpl), keinut (36 kpl) ja trampoliini (32 kpl). Pallopelivälineistä koulujen pihoille toivottiin erityisesti jalkapalloja, koripalloja, jalkapallomaaleja sekä koripallokoreja. Perinteisten keinujen lisäksi useammat oppilaat toivoivat pihoille hämähäkkikeinuja. Lisäksi mainintoja saivat myös liukumäki, tangot, hyppynaru ja kuntoilulaitteet.

Yläkouluikäisten ja toisen asteen opiskelijoiden toiveet koulupihan kehittämisestä kerättiin yhteen. Liikuntapaikoista toivottiin alakoululaisten tapaan eniten jalkapallo- tai nurmikenttää koulun piha-alueelle (29 kpl). Muut liikuntapaikat eivät nousseet samalla lailla esille. Toiveet liikuntavälineistä erosivat selvästi alakoululaisten toiveista. Selvästi toivotuimpia liikuntavälineitä olivat pallopeleihin liittyvät varusteet (26 kpl). Erilaiset istumapaikat saivat 17, keinut 14, kiipeilytelineet 13 ja kuntoiluvälineet 7 mainintaa.



Kuvio 26. Koulupihan kehittämiseen liittyvät alakouluikäisten toiveet (kpl).



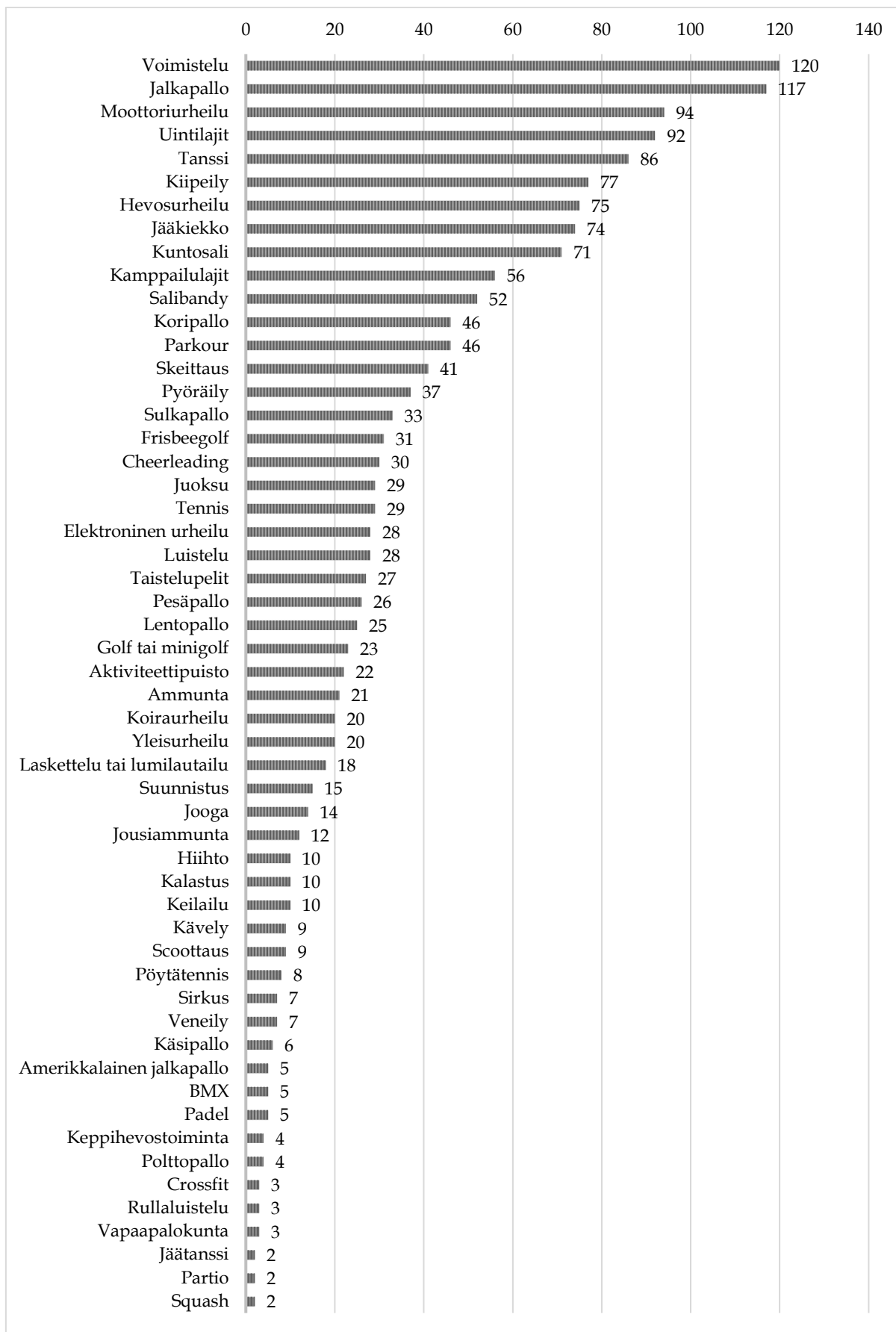
Kuvio 27. Koulupihan kehittämiseen liittyvät yläkouluikäisten ja toisen asteen opiskelijoiden toiveet (kpl).

3.9.2 Toivotut liikuntaharrastukset

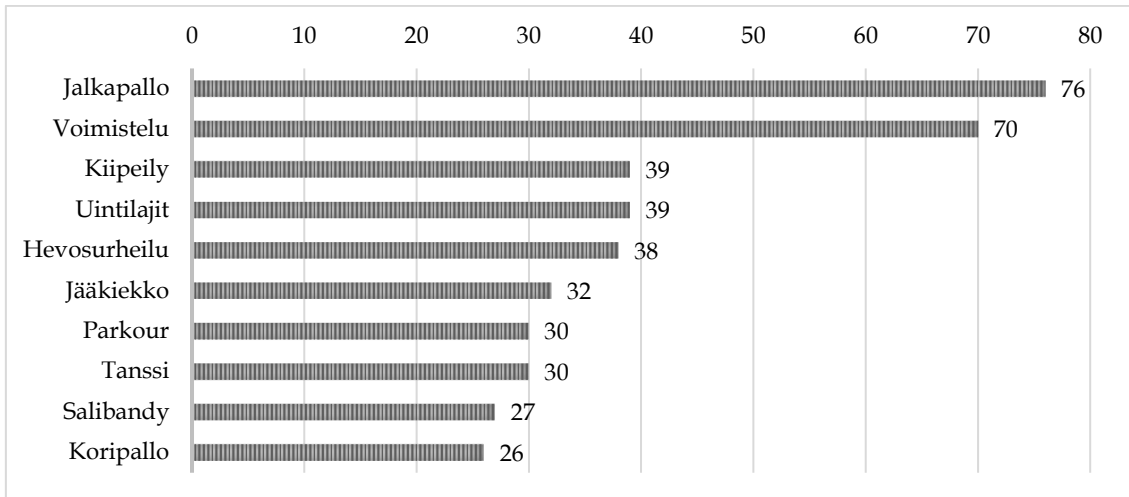
Kyselyssä koululaisia ja opiskelijoita pyydettiin nimeämään kaksi uutta liikuntaharrastusta, joita he toivoisivat Kouvolaan. Yhteensä 1 984 koululaista jätti yhden tai useamman harrastustoiveen. Enemmän kuin yhden maininnan sai 54 eri liikuntaharrastusta.

Erilaiset voimistelulajit ja jalkapallo olivat selvästi toivotuimmat harrastukset. Voimistelu mainittiin 120 kertaa ja jalkapallo 117 kertaa. Seuraavaksi eniten Kouvolaan toivottiin moottoriurheilua (97 kpl) ja uintilajeja (92 kpl). Toivotuimpien harrastusten joukossa olivat myös tanssi, kiipeily, hevosurheilulajit, jääkiekko ja kuntosali.

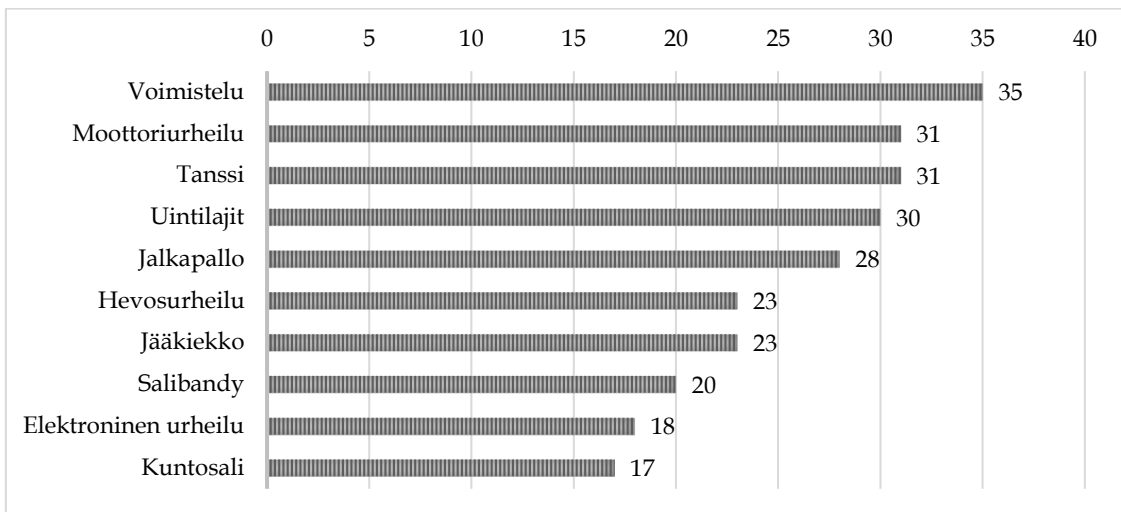
Eri-ikäisten toivotut harrastukset erosivat toisistaan. Alakouluikäisten toivotuimmat liikuntaharrastukset olivat jalkapallo (76 kpl) ja voimistelu (70 kpl). Viiden toivotuimman harrastuksen joukkoon mahtuivat myös kiipeily, uintilajit ja hevosurheilu. Yläkouluikäisten toivotuimmat liikuntaharrastukset olivat puolestaan voimistelu (35 kpl), moottoriurheilu (31 kpl) ja tanssi (31 kpl). Toisen asteen opiskelijoilla kolme toivotuinta lajia olivat kuntosali (51 kpl), moottoriurheilu (38 kpl) ja kamppailulajit (30 kpl).



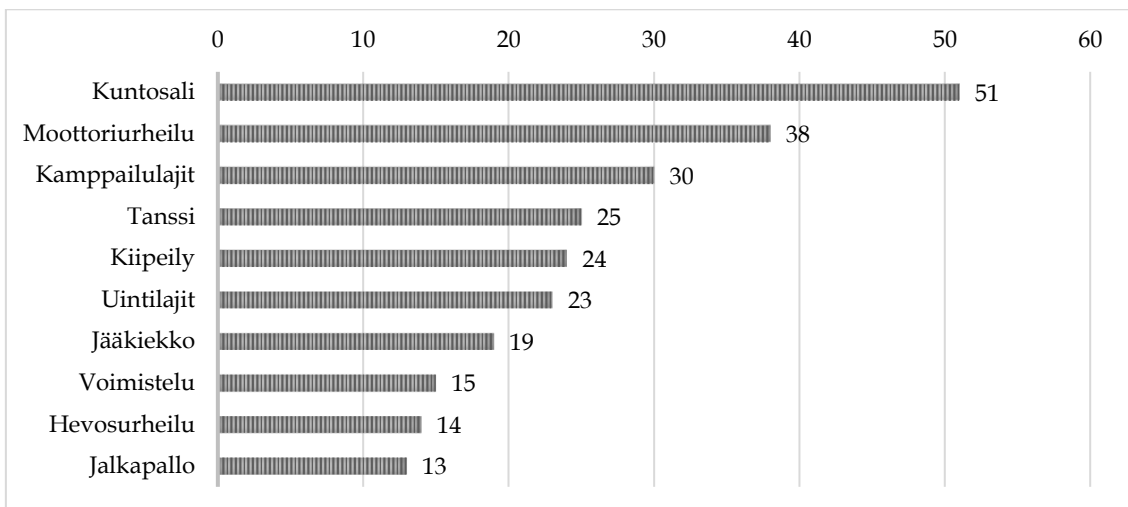
Kuvio 28. Toivotut liikuntaharrastukset (kpl).



Kuvio 29. Alakouluikäisten toivotat top 10 liikuntaharrastukset (kpl).



Kuvio 30. Yläkouluikäisten toivotat top 10 liikuntaharrastukset (kpl).



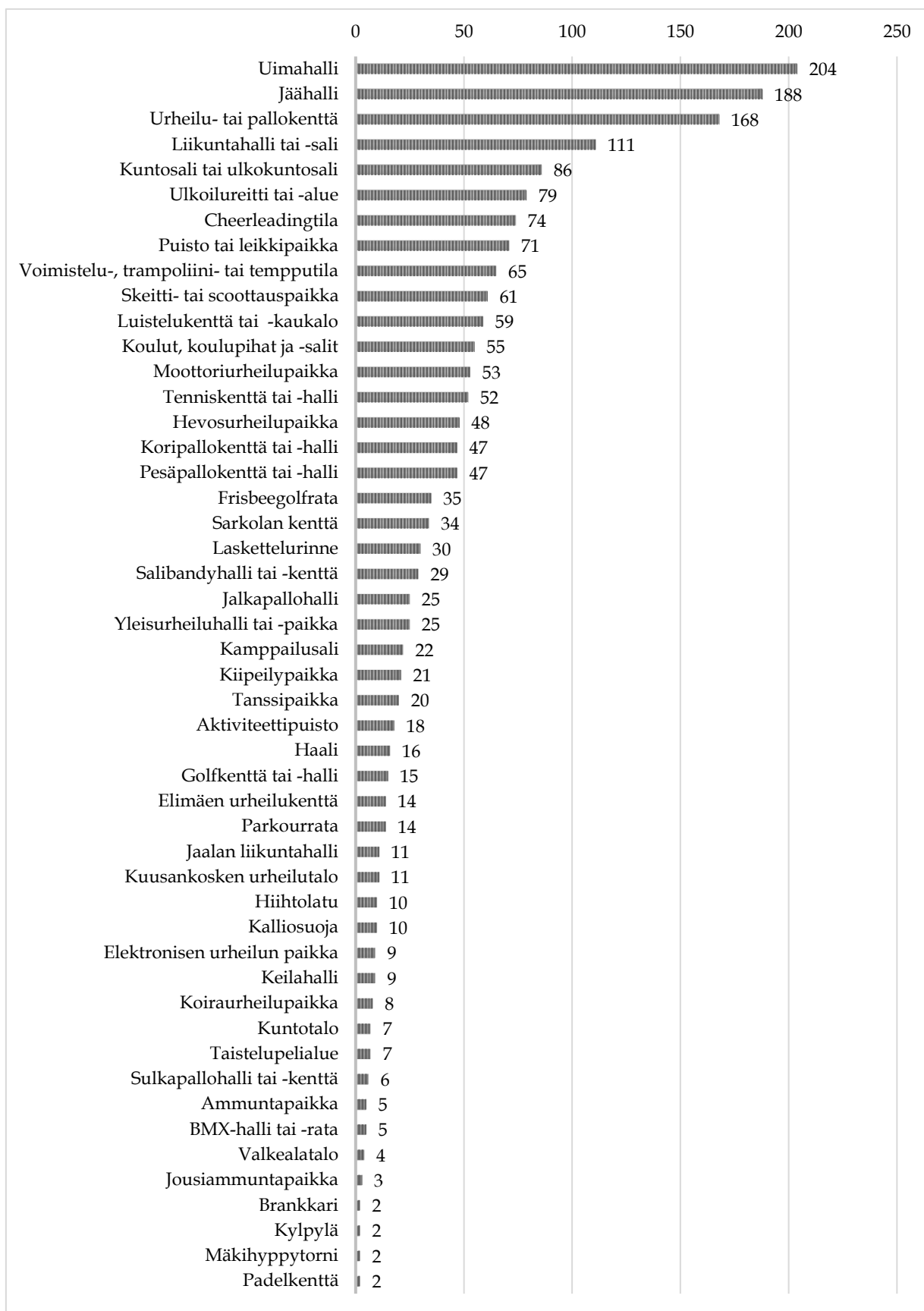
Kuvio 31. Toisen asteen opiskelijoiden toivotat top 10 liikuntaharrastukset (kpl).

3.9.3 Toivotut liikuntapaikat

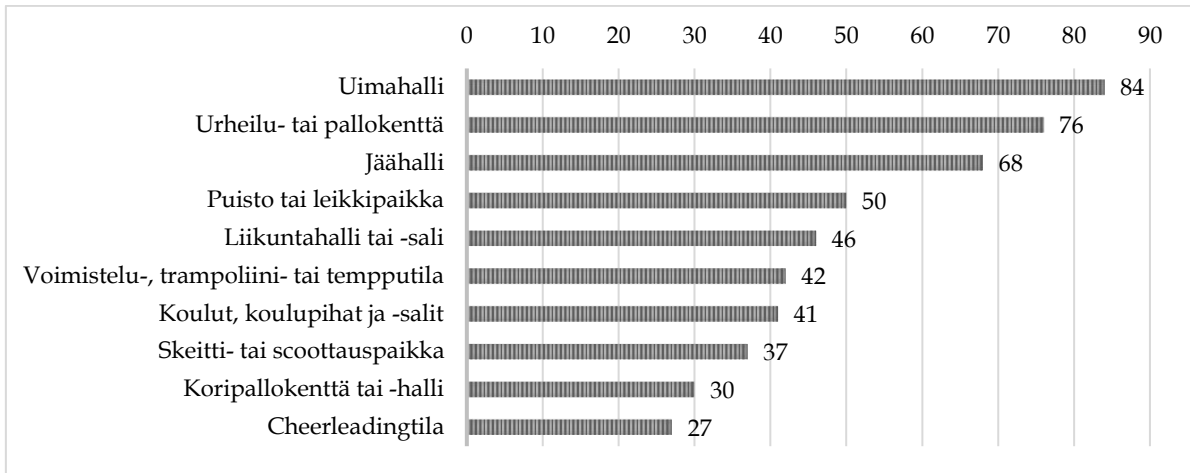
Kyselyssä vastaajia pyydettiin nimeämään kaksi uutta liikuntapaikkaa, jotka he rakentaisivat tai kunnostaisivat ensimmäisenä Kouvolassa. Yhteensä 1 537 vastaajaa jätti yhden tai useamman toiveen liikuntapaikasta. Kyselyssä nousi esiin useita eri liikuntapaikkoja, sillä vähintään kaksi mainintaa sai 49 eri liikuntapaikkaa.

Koululaiset toivoivat Kouvolaan erityisesti uusia uimahalleja sekä näiden kunnostamista (204 kpl). Eniten mainintoja saaneiden joukossa olivat myös jäähalli (188 kpl), urheilu- tai pallokentät (168 kpl), liikuntahalli tai -sali (111 kpl) ja kuntosali tai ulkokuntosali (86 kpl). Yli 50 mainintaa saivat lisäksi ulkoilureitit ja -alueet, cheerleadingtila, puistot tai leikkipaikat, voimistelu-, trampoliini- ja tempputilat, skeitti- ja scoottauspaikat, luistelukentät ja -kaukalot, koulupihat ja -salit, moottoriurheilupaikat sekä tenniskentät ja -hallit. Yksittäisistä liikuntapaikoista korkeimmalle listalla nousivat Sarkolan kenttä (34 kpl), Haali (16 kpl) ja Elimäen urheilukenttä (14 kpl).

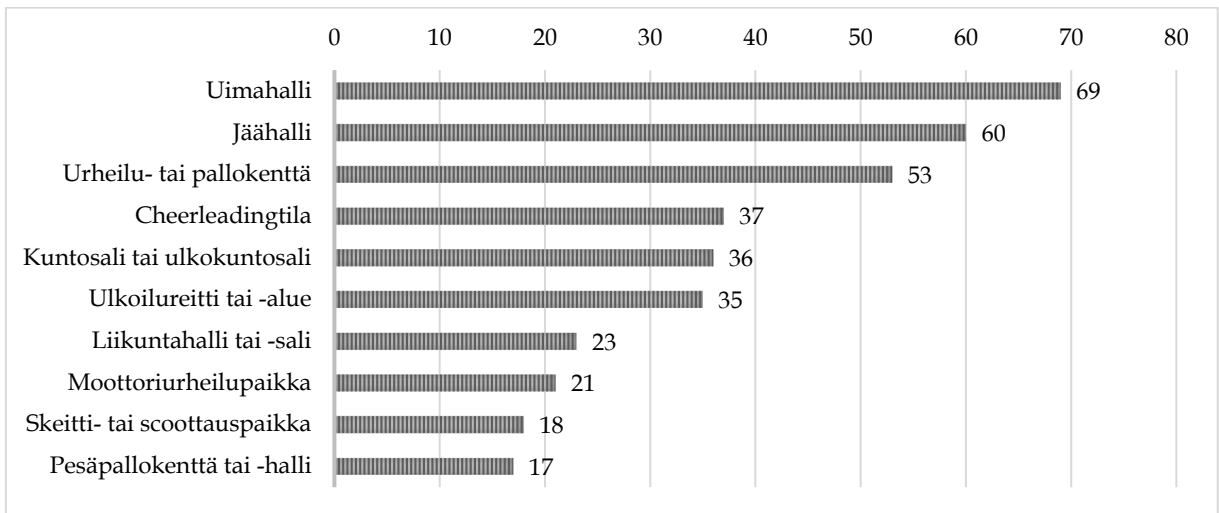
Kaikkien kouluasteiden vastauksissa korostuivat uimahallin, jäähallin, urheilu- ja pallokenttien ja liikuntahallien ja -salien tarve. Alakouluikäisten toiveet erosivat muista siten, että puistot- ja leikkipaikat, voimistelu-, trampoliini- ja tempputilat, koulupihat ja -salit sekä koripallokentät nousivat kymmenen toivotuimman paikan listalle. Skeitti- ja scoottauspaikat sekä cheerleadingtila löytyvät sekä ala- että yläkouluikäisten top 10 -listalta. Yläkouluikäisten ja toisen asteen opiskelijoiden kymmenen toivotuimman paikan joukkoon kuuluivat myös kuntosalit, ulkoilureitit ja -alueet, moottoriurheilupaikat ja pesäpallokentät. Ulkojäät ja tenniskentät korostuivat vielä toisen asteen opiskelijoiden maininnoissa.



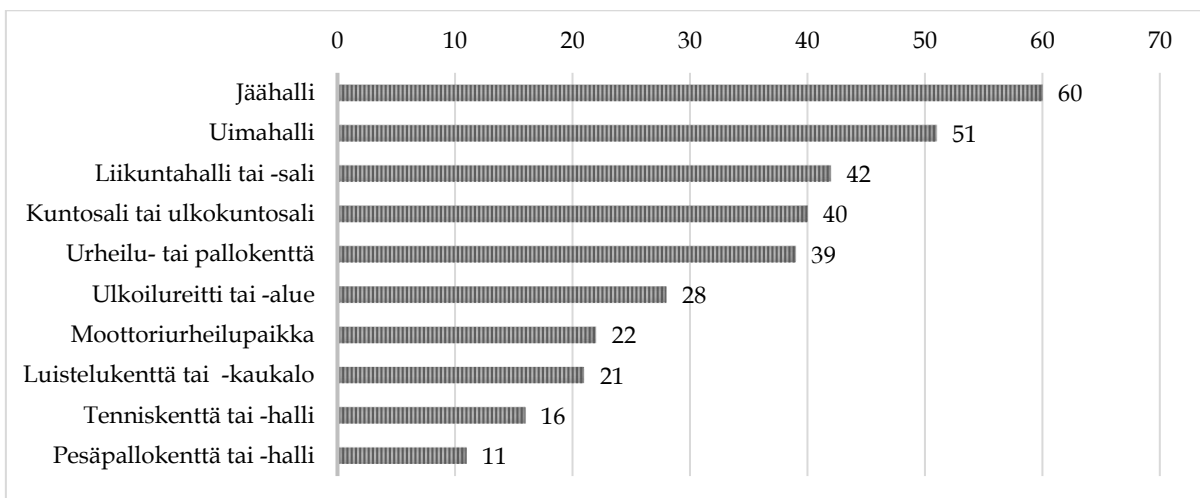
Kuvio 32. Toivotut uudet ja kunnostettavat liikuntapaikat (kpl).



Kuvio 33. Alakouluikäisten toivomat top 10 uudet ja kunnostettavat liikuntapaikat (kpl).



Kuvio 34. Yläkouluikäisten toivomat top 10 uudet ja kunnostettavat liikuntapaikat (kpl).



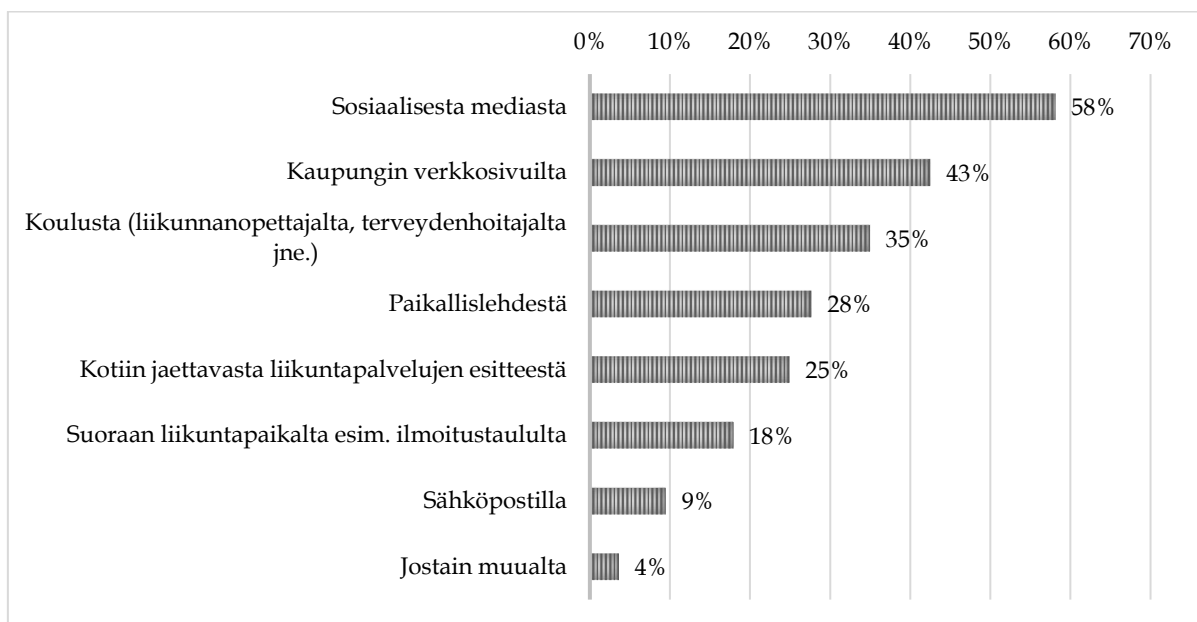
Kuvio 35. Toisen asteen opiskelijoiden toivomat top 10 uudet ja kunnostettavat liikuntapaikat (kpl).

3.9.4 Toivotut tiedotuskanavat

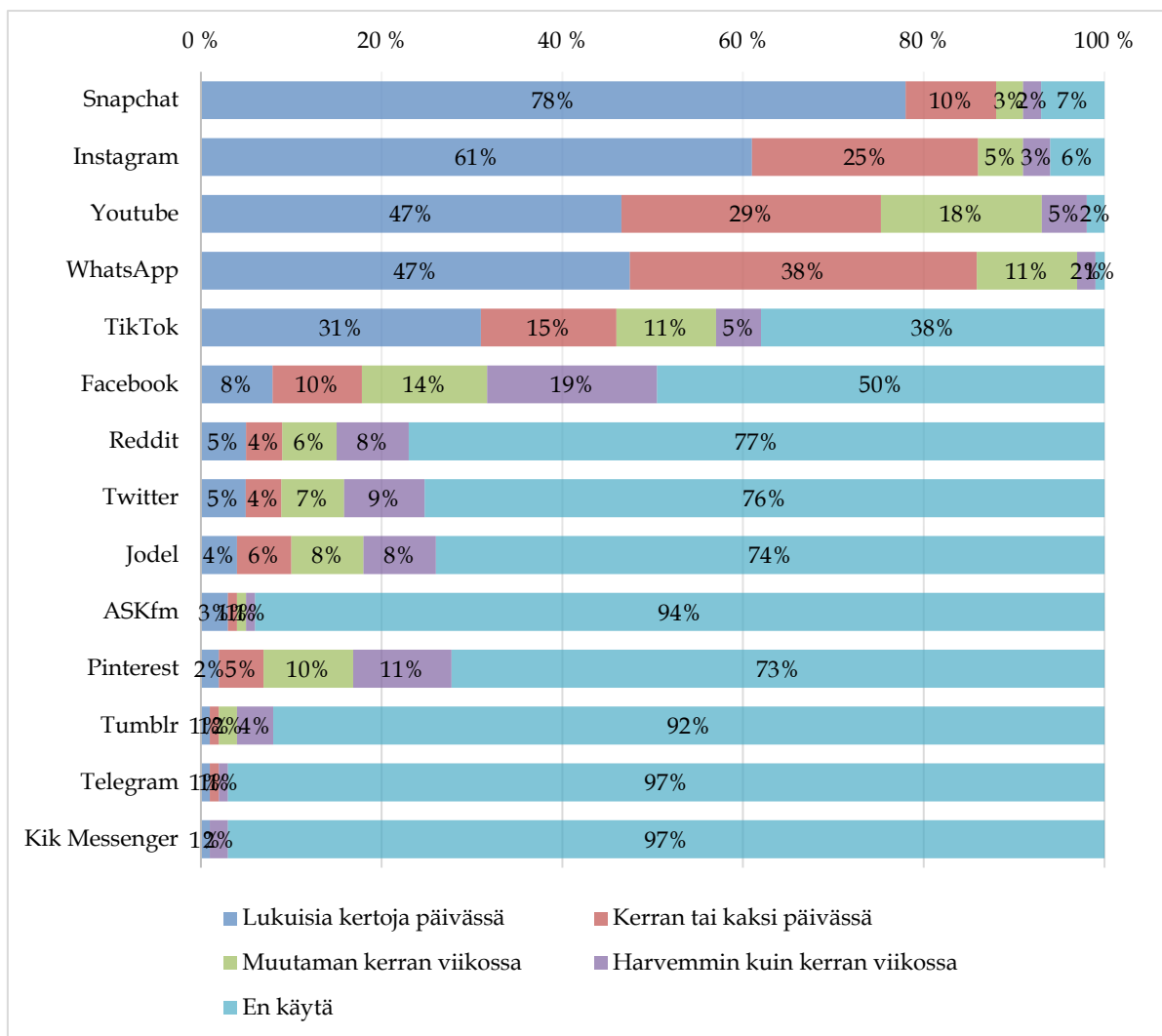
Yläkoulu- ja lukio-/ammattikouluikäisiltä vastaajilta kysyttiin, mitä kautta he haluaisivat ensisijaisesti saada tietoa Kouvolan liikuntamahdollisuuksista. Yli puolet vastaajista toivoi saavansa tietoa ensisijaisesti sosiaalisen median kautta. Tietoa liikuntapalveluista ja -paikoista toivottiin välitettävän myös kaupungin verkkosivujen (43 %) ja koulun (35 %) kuten liikunnanopettajien tai terveydenhoitajien kautta. Lisäksi paikallislehdestä tieto saavuttaisi 28 prosenttia ja kotiin jaettavasta liikuntatoimen esitteestä 25 prosenttia nuorista. Ilmoitustauluja ja sähköpostia ei sen sijaan pidetty kovin hyvinä tiedotuskanavana. Vastaajista neljä prosenttia haluaisi saada tietoa jostain muualta kuin edellä mainituista lähteistä. Avoimessa kysymyksessä kirjattuja tiedotuskanavia olivat muun muassa vanhemmat ja Internet.

Tyttöjen ja poikien välillä oli hieman eroa siinä, mitä kautta tiedotusta toivottiin. Sosiaalinen media, tiedotus koulun kautta ja liikuntapalvelujen esite herättivät tytöissä kiinnostusta poikia enemmän. Vastaavasti pojat tavoitettaisiin paremmin kaupungin verkkosivuilta, paikallislehden kautta ja liikuntapaikkojen ilmoitustauluilta. Yläkouluikäiset vastaajat toivoivat vanhempia ikäluokkia useammin tiedotusta sosiaalisen median kautta. Koulun kautta tieto puolestaan tavoitettaisiin parhaiten yläkoulua ja lukiota käyvät. Ammattikoulussa opiskelevat haluavat muita useammin tietoa kaupungin verkkosivuilta.

Heiltä, jotka vastasivat haluavansa tietoa sosiaalisen median kautta, kysyttiin jatkokysymyksenä, mitä sosiaalisen median palveluita he käyttävät ja kuinka usein. Neljä selvästi suosituinta sosiaalisen median sovellusta olivat Snapchat, Instagram, Youtube ja Whatsapp. Näitä vähintään päivittäin käytti 76-88 prosenttia vastaajista. Vain yksi prosentti vastaajista ei käyttänyt Whatsappia lainkaan. Myös Tiktok ja Facebook olivat vastaajien keskuudessa kohtuullisen suosittuja, sillä vähintään joka toinen käytti näitä sovelluksia. Redditiä, Twitteriä, Jodelia, ja Pinterestiä käytti noin viidesosa vastaajista. ASKfm, Tumblr, Telegram ja Kik Messenger olivat puolestaan selvästi tuntemattomampia, sillä vain muutamalla prosentilla vastaajista oli käytössä jokin näistä sovelluksista.



Kuvio 36. Mistä tiedotuskanavista tietoa Kouvolan liikuntapalveluista ja -paikoista haluttaisiin saada.



Kuvio 37. Mitä sosiaalisen median palveluita käytetään ja kuinka usein (n= 1 682).

3.9.5 Avoimet kehittämissuhteet

Koululaiset ja toisen asteen opiskelijat saivat kertoa vapaasti kehittämissuhteita, omia ideoita ja toivomuksiaan liikunta-aktiivisuuden lisäämiseksi. Yhteensä 509 vastaajaa jätti oman palautteensa, jotka teemoiteltiin sisältönsä perusteella eri luokkiin. Liiteraportissa on esitelty teemoittain kaikki kehittämissuhteet.

Eniten kehittämissuhteita ja kommentteja kohdistui liikunta-aiheisiin (124 kpl). Koululaiset toivoivat erityisesti urheilu- ja pallokenttien, vesiliikunta-aiheiden ja luistelukenttien ja -kaukaloiden kehittämistä. Cheerleadingitilat saivat myös useampia kommentteja, kuten myös kiipeily- ja temppupaikat sekä ulkoilureitit. Muista liikunta-aiheista kommentteja saivat muun muassa kuntosalit, liikuntahallit ja -salit, moottoriurheilu-aiheiden, frisbeegolf-aiheiden ja skeitti- ja scoottauspaikat.

Liikunta-aktiivisuuden lisäämisessä koululaiset katsoivat myös koululla ja koululiikunnalla olevan oma roolinsa. Kommentteja koululiikuntaan liittyen annettiin yhteensä 64 kappaletta. Kommenteissa korostuivat erityisesti liikuntatunnit, joita toivottiin lisättävän kouluissa. Myös koulun liikuntapaikkoihin ja -välineisiin kaivattiin parannuksia. Mainintoja oli myös välituntiin liittyen sekä koulun liikuntakerhoihin ja -kurseihin liittyen.

Esimerkkejä koululiikuntaan liittyvistä kommentteista:

"Oisi enemmän liikka tunteja viikossa"

"No koulunpihamme ei kannusta liikkumaan lähes ollenkaan, sen haluaisin korjata"

"uudet jalkapallo maalit. kiipeily teline. tampoliinineja. pyörä rata. utin koululle uutta tekemistä!!"

"että koulussa olisi sisäväälkkiä liikuntasalissa kaikkia kivoja leikkejä"

"Motivoitaisiin oppilaita harrastamaan ja liikkumaan omalla ajalla esimerkiksi lukiossa antamalla kurssi jos harrastaa esimerkiksi 4 kertaa viikossa.."

Liikuntaharrastuksiin liittyviä kommentteja annettiin 55 kappaletta. Koululaiset ja toisen asteen opiskelijat toivoivat erilaisia harrastusmahdollisuuksia eri lajien parista Kouvolaan. Eri-tyisesti vastaajat haluaisivat harrastaa eri pallopelejä. Useammassa vastauksissa korostettiin matalan kynnyksen toiminnan merkitystä. Kommenteissa korostui toive päästä kokeilemaan erilaisia lajeja ja etteivät kaikki harrastukset olisi niin kilpailuhenkisiä.

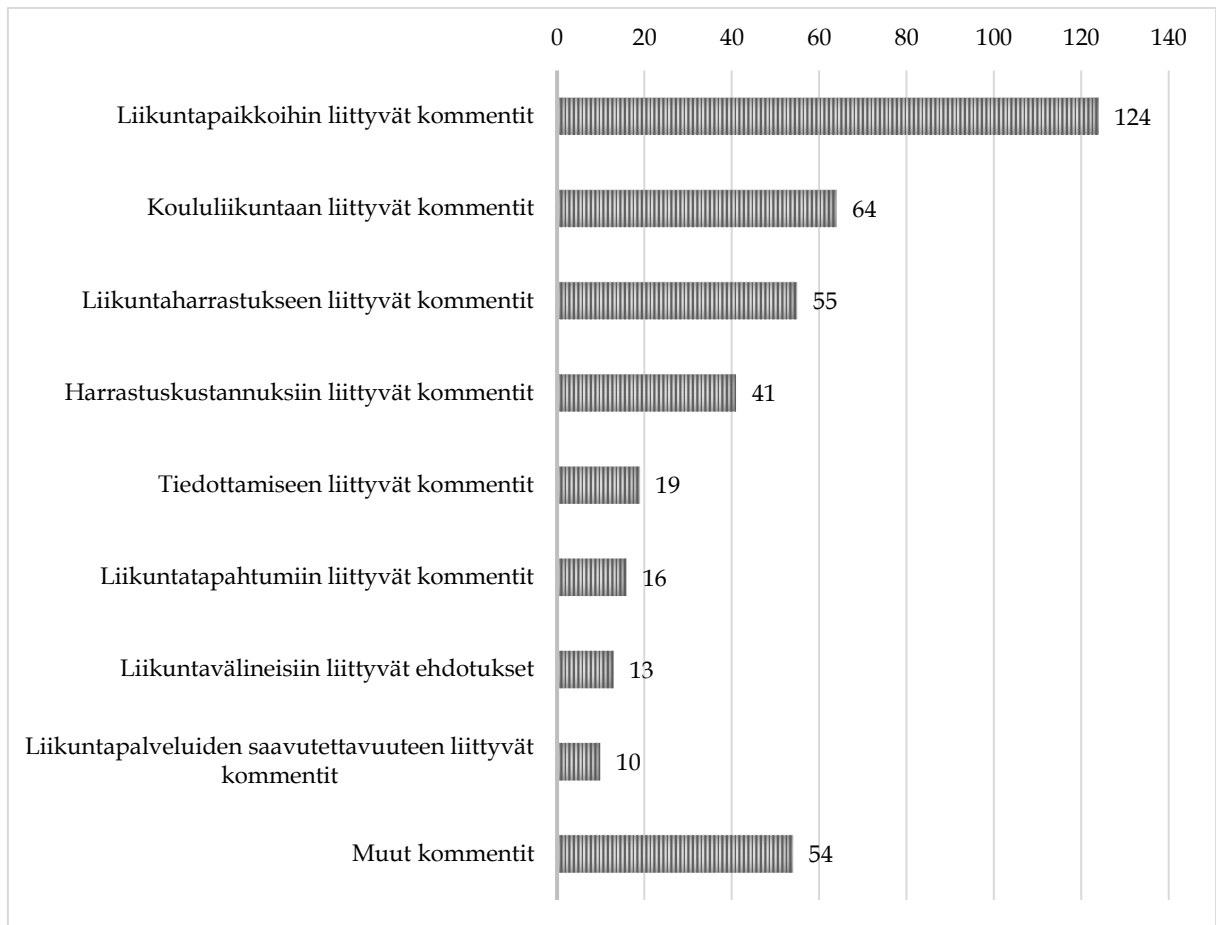
Esimerkkejä liikuntaharrastuksiin kohdistuvista kommentteista:

" Erilaisia liikuntaryhmiä, joissa ei ole tasovaatimuksia, vaan esimerkiksi viikoittain kävisi ryhmä kokeilemassa jotakin uutta urheilulajia tms."

"Ryhmiä kaikenikäisille! Esim. Inkeröisten liikuntaseuran sekä Anjalan jumppaseuran nuorten ryhmät loppuu 12-vuotiaisiin"

"Enemmän eri lajien harrastusmahdollisuuksia ja niille sopivia tiloja"

Avoimissa kehittämissuosituksissa saatiin kommentteja myös koskien harrastuskustannuksia (41 kpl). Vastaajat toivoivat lisää edullisempia ja kokonaan ilmaisia harrastusmahdollisuuksia. Kehittämissuosituksia kohdistui lisäksi tiedottamiseen (19 kpl), liikuntatapahtumiin (16 kpl), liikuntavälineisiin (13 kpl) ja liikuntapalveluiden saavutettavuuteen (10 kpl) liittyen.



Kuvio 38. Avoimet kehittämissuhteet (kpl)