

Loppukysely lasten liikuntaharrastamisesta huoltajille ja lapsille - Myyrmäen Liikuntailtapäiväpilotti 3-luokkalaisille

Linda Uljas, väitöskirjatutkija, Helsingin yliopisto

Vantaan kaupunki

2026

Tiivistelmä

Tässä raportissa tarkastellaan Vantaan kaupungin Heittäydy harrastukseen -kehittämishankkeen osana toteutetun Myyrmäen liikuntailtapäiväpilotoinnin loppukyselyn tuloksia. Pilottihankkeen tavoitteena oli vahvistaa lasten harrastusosallistumista sekä rakentaa toimiva siirtymäpolku Harrastusten Vantaa -toiminnasta urheiluseurojen ja liikuntayhdistysten varsinaiseen harrastustoimintaan.

Keväällä 2026 toteutettuun sähköiseen loppukyselyyn osallistui yhteensä 75 huoltajaa yhdessä liikuntapäivään osallistuneen lapsensa kanssa. Tulosten perusteella liikuntailtapäivä koettiin erittäin myönteisenä ja osallistujat olivat toimintaan hyvin tyytyväisiä. Erityisesti maksuttomuus, ohjatut siirtymät ja välipalojen tarjoaminen näyttäytyivät keskeisinä osallistumista mahdollistavina tekijöinä. Toiminnan arvioitiin lisäävän lasten liikkumista, tarjoavan mielekästä tekemistä koulupäivän jälkeen sekä tukevan perheiden arkea. Kehittämistarpeet liittyivät erityisesti siirtymien turvallisuuteen, ohjauksen puutteeseen sekä viestinnän selkeyteen. Tulokset korostavat rakenteellisten tukitoimien merkitystä harrastamisen saavutettavuudelle. Pilottimallilla nähtiin olevan hyvät edellytykset toiminnan vakiinnuttamiseen ja laajentamiseen.

Johdanto

Vantaan kaupunki käynnisti elokuussa 2025 Heittäydy harrastukseen -kehittämishankkeen, jonka tavoitteena on edistää lasten harrastusosallistumista. Hankkeen pilottivaihe toteutettiin lukuvuonna 2025–2026 Myyrmäen suuralueella ja se kohdennettiin kolmannen vuosiluokan oppilaille. Pilottiin osallistui yhteensä 660 oppilasta sekä seitsemän urheiluseuraa ja liikuntayhdistystä.

Hankkeen tavoitteena oli rakentaa toimiva jatkumo Harrastusten Vantaa -toiminnasta urheiluseurojen ja liikuntayhdistysten varsinaiseen harrastustoimintaan. Tavoitteen edistämiseksi pilotoitiin viikoittainen liikuntailtapäivä, joka toimi uudenaikaisena yhteistyömallina kaupungin ja kolmannen sektorin välillä. Mallin keskiössä oli harrastuspolkujen vahvistaminen sekä kumppanuuteen perustuvien toimintatapojen kehittäminen.

Pilottikokeilun yhteydessä järjestettiin kerran viikossa koulupäivän päätteeksi monilajinen liikuntailtapäivä, jonka tavoitteena oli tarjota kaikille alueen kolmasluokkalaisille maksuton ja matalan kynnyksen mahdollisuus tutustua eri liikuntamuotoihin. Mallia kehitettiin yhteistyössä koulujen, kaupungin eri toimialojen sekä paikallisten urheiluseurojen kanssa.

Pilottivaiheen päätteeksi lapsille ja huoltajille toteutettiin loppukysely. Tässä raportissa tarkastellaan kyselyaineistoa sekä sen perusteella muodostettuja keskeisiä tuloksia ja johtopäätöksiä. Tarkastelun kohteena ovat erityisesti osallistujien kokemukset liikuntailtapäivästä, harrastustausta sekä harrastamiseen liittyvät motivaatiotekijät ja esteet. Lisäksi raportissa arvioidaan toiminnan vahvuuksia ja kehittämiskohteita.

Tutkimusmenetelmät

Tutkimus toteutettiin sähköisellä kyselyllä liikuntailtapäivän pilottikokeilun päätteeksi huhtikuussa 2026. Tutkimukselle myönnettiin Vantaan kaupungin Kasvatuksen ja oppimisen toimialan tutkimuslupa vuonna 2025. Osallistujia tavoiteltiin loppukyselyyn liikuntailtapäivän ilmoittautumisen yhteydessä saatujen yhteystietojen kautta ja heille toimitettiin sähköpostitse tiedote tutkimuksen tarkoituksesta, osallistumisen sisällöstä, tietosuojasta, anonymiteetistä sekä aineiston käyttötarkoituksesta. Tutkimukseen osallistuminen oli vapaaehtoista.

Loppukysely toteutettiin sähköisellä Webropol-alustalla ja siihen vastasi yhteensä 75 huoltajaa yhdessä lapsensa kanssa. Syyskaudella liikuntailtapäivätoimintaan osallistui 209 lasta ja kevätkaudella 192 lasta, jolloin vastausosuus oli noin 35–39 prosenttia osallistujista. Kysely sisälsi sekä Likert-asteikollisia että avoimia kysymyksiä, joista avoimet vastaukset analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä. Kyselyn tulokset tallennettiin salasanalla suojattuun verkkotallennustilaan ja aineisto käsiteltiin anonymisoituna siten, ettei yksittäisiä

vastaajia ole mahdollista tunnistaa. Tuloksia tarkastellessa on kuitenkin huomioitava, että kyselyyn vastattiin huoltajan ja lapsen yhdessä, mikä on saattanut vaikuttaa vastausten sisältöön, tulkintaan ja painotuksiin.

Loppukyselyn tulokset

Vastaajat ja taustatiedot

Loppukyselyyn vastasi yhteensä 75 henkilöä. Vastaajista 60 % oli poikia ja 39 % tyttöjä. Lisäksi 1 % vastaajista ei halunnut ilmoittaa sukupuoltaan. Tutkimukseen osallistuneet opiskelivat eri kouluissa Myyrmäen suuralueella (TAULUKKO 1). Vastaajista suurin osa (25 %) oli Kaivokselan koulusta, kun taas pienin osuus vastaajista (3 %) tuli Mårtendahls skolasta.

Taulukko 1. Koulu, jossa vastaaja opiskelee.

	n	%
Askiston koulu	3	4,0%
Kaivokselan koulu	19	25,3%
Martinlaakson koulu	7	9,3%
Pähkinärinteen koulu	11	14,6%
Mårtendals skola	2	2,7%
Hämeenkylässen koulu	5	6,7%
Kivimäen koulu	11	14,7%
Rajatorpan koulu	8	10,7%
Uomarinteen koulu	9	12,0%

Suurimmalla osalla lapsista oli yksi harrastus (70,2 %). Useampaan harrastukseen osallistuminen oli harvinaisempaa. Ensimmäisen liikuntalajin seuraharrastaminen oli kestänyt yleisimmin 1–3 vuotta (41 %). Mikäli lapsella oli useampia harrastuksia, niiden harrastusaika oli useimmiten alle vuoden.

Kotitalouksissa asui tyypillisimmin yksi (33%) tai kaksi (43%) alle 18-vuotiasta lasta.

Valtaosassa perheistä oli kaksi huoltajaa (67%). Perheen tulotaso jakautui melko tasaisesti eri

tuloluokkien välillä. Eniten vastauksista asettui 40 000-59 999 (21%) sekä 60 000- 79 999 (17%) tuloluokkaan.

Huoltajien koulutustaso oli kokonaisuutena tarkasteltuna melko korkea. Tuloksissa havaittiin kuitenkin vaihtelua huoltaja 1:n ja huoltaja 2:n koulutustasojen välillä. Huoltaja 1:n osalta yleisimmät koulutustasot olivat ammattikorkeakoulututkinto (39 %) ja yliopistotutkinto (35 %). Huoltaja 2:n kohdalla yleisimpiä koulutustasoja olivat yliopistotutkinto (32 %), toisen asteen koulutus (30 %) sekä ammattikorkeakoulututkinto (26 %). Pelkästään peruskoulun suorittaneiden osuus oli huoltaja 1:n kohdalla vähäinen (2,4 %), kun taas huoltaja 2:n osalta vastaava osuus oli hieman suurempi (8 %).

Yleisin kotitaloudessa puhuttu kieli oli suomi (noin 75 %), mutta vastaajissa oli myös merkittävä määrä monikielisiä perheitä, joista suurimpia oli englanninkielisten (19%) ja venäjän kielisten osuus (9%)

Kokemukset liikuntailtapäivästä

Tulosten perusteella liikuntailtapäivään oltiin erittäin tyytyväisiä. Yleisarvosanan perusteella 94,7 % vastaajista oli tyytyväisiä tai erittäin tyytyväisiä toimintaan. Kukaan vastaajista ei ilmoittanut olevansa tyytymätön toimintaan. Myös lasten kokemukset olivat pääosin myönteisiä. Suurin osa vastaajista arvioi lapsen pitäneen toiminnasta paljon (37,3 %) tai erittäin paljon (42,7 %).

Tulokset osoittivat, että erityisesti maksuttomat ja ohjatut siirtymät olivat merkittäviä lapsen osallistumisen mahdollistajia. Molempia piti erittäin tärkeinä 64 % vastaajista. Myös maksuttomat välipalat koettiin tärkeiksi: lähes puolet vastaajista (48 %) arvioi niiden olevan erittäin tärkeitä. Lyhennettyjen koulupäivien merkitys jakoi vastaajia hieman enemmän, mutta enemmistö (40%) piti niitä erittäin tärkeinä. Tiedonkulku koettiin pääosin onnistuneeksi, sillä 81,3 % vastaajista piti tiedotusta riittävänä ja oikea-aikaisena. Osittain tyytyväisiä tiedotukseen oli 17,4 % vastaajista.

Avoim palaute

Avoimessa palautteessa liikuntailtapäivää kuvailtiin pääosin erittäin myönteisesti. Vastaajat pitivät toimintaa tärkeänä, hyvin järjestettynä ja lapsia innostavana. Erityisesti maksuttomuutta, ohjattuja siirtymiä sekä välipalojen tarjoamista pidettiin merkittävinä osallistumista tukevinä tekijöinä. Useissa vastauksissa toivottiin toiminnan jatkuvan myös tulevinä vuosina ja laajenevan mahdollisesti muihin ikäryhmiin.

Kehitysehdotukset liittyivät erityisesti tiedotuksen selkeyteen sekä turvallisuuteen. Yksittäisissä vastauksissa nousi esiin huoli saattajien toiminnasta jättää lapsi yksin siirtymätilanteissa ja harrastustoiminnassa tapahtuneesta väkivaltatilanteesta. Tiedotuksen osalta toivottiin sen selkeyttämistä ja jatkuvuutta. Lisäksi osa vastaajista toi esiin tarpeen laajentaa vastaavanlaista toimintamallia myös liikunnan ulkopuolisiin harrastus- ja kiinnostuksenkohteisiin.

Johtopäätökset

Myyrmäen liikuntailtapäiväpilotin loppukyselyn perusteella toiminta näyttäytyi kokonaisuutena erittäin onnistuneena ja vaikuttavana. Sekä määrälliset tulokset että avoin palaute muodostavat yhtenäisen kuvan toiminnan vahvuuksista ja keskeisistä kehittämistarpeista.

Kyselyaineisto muodostaa kokonaisuudessaan kattavan yleiskuvan kohderyhmästä, mutta otoksen edustavuudessa on havaittavissa tulosten tulkintaan vaikuttavaa epätasapainoa. Sukupuolijakauman vinous saattaa heijastaa sitä, että liikuntailtapäivään on jo lähtökohtaisesti valikoitunut enemmän poikia kuin tyttöjä tai toiminta tavoittaa sukupuolia eri tavoin. Tämä on keskeinen yhdenvertaisuutta ja saavutettavuutta koskeva havainto, joka indikoi eroja liikuntailtapäivän kyvyssä tavoittaa ja osallistaa eri ryhmiä. Myös vastaajien epätasainen jakautuminen pilottikoulujen välillä rajoittaa tulosten koulukohtaista yleistettävyyttä. Havaittua vinoumaa voi osittain selittää koulujen kokoerot, sillä Kaivokselan koulu on alueen suurimpia oppilaitoksia, kun taas Mårtendahls skola on oppilasmäärältään pienimpiä.

Vastaajajoukon taustatekijöissä korostuvat kahden huoltajan perheet sekä pienet ja keskikokoiset taloudet. Perherakenne on havaittu olevan yhteydessä lasten liikuntaharrastuksiin: yksinhuoltaja- ja uusperheissä asuvat lapset osallistuvat organisoituun urheiluun harvemmin kuin kahden vanhemman perheissä asuvat lapset (McMillan, McIsaac

& Janssen, 2016). Sosioekonomiselta taustaltaan aineisto edustaa pääosin keskiluokkaisia ja korkeasti koulutettuja kotitalouksia. Korkeampi tulotaso ja koulutustausta ovat tutkimuskirjallisuudessa tyypillisesti yhteydessä aktiivisempaan harrastustoiminnan tukemiseen (Aarresola, Villberg, Tammelin & Kokko, 2024).

Vaikka enemmistö vastaajista oli suomenkielisiä, aineistossa oli myös merkittävä osuus monikielisiä perheitä. Tämä viittaa siihen, että hanke on tavoittanut osallistujia erilaisista kieli- ja kulttuuritaustoista. Havainto korostaa saavutettavan ja monikielisen viestinnän merkitystä, jotta tieto toiminnasta tavoittaa yhdenvertaisesti kaikki kohderyhmät ja tukee osallistumismahdollisuuksia.

Harrastamisen osalta tulokset viittaavat siihen, että lasten harrastaminen painottuu yhteen harrastuslajiin ja harrastuspolut ovat monilla vielä kehittymässä ja muotoutumassa.

Liikuntailtapäivä näyttääkin tarjoavan matalan kynnyksen väylän tustustua eri harrastusmahdollisuuksiin ennen harrastuksen vakiintumista. Tämä lisää hankkeen merkitystä liikuntaan kannustavana ja harrastamisen polkuja rakentavana interventiona.

Liikuntailtapäivä koettiin osallistujien keskuudessa erittäin onnistuneeksi ja hyvin toteutetuksi. Korkea keskiarvo (4,5 asteikolla 1–5) sekä myönteiset kokemukset viittaavat siihen, että toiminta vastasi hyvin osallistujien odotuksia ja tarpeita. Tulokset osoittavat myös, että toteutettu malli on toimiva ja sillä on vahva hyväksyntä kohderyhmän keskuudessa.

Avoimen palautteen perusteella toiminta vastaa selvästi todelliseen tarpeeseen lasten ja perheiden arjessa. Hankkeen koettiin tukevan lasten hyvinvointia lisäämällä liikkumista, tarjoamalla mielekästä tekemistä koulupäivän jälkeen sekä edistämällä vanhempien arjen sujuvuutta. Hankkeen keskeisenä vahvuutena nähtiin matalan kynnyksen toimintamalli, jossa maksuttomuus, ohjatut siirtymät sekä välipalan tarjoaminen tukivat lasten osallistumista ja paransivat harrastustoiminnan saavutettavuutta. Rakenteelliset tukitoimet ovat erityisen tärkeitä perheille, joissa taloudelliset, ajalliset tai muut resurssit voivat rajoittaa lasten mahdollisuuksia osallistua harrastustoimintaan. Myös koulupäivän yhteyteen sijoitettu harrastustoiminta koettiin tukevan osallistumista merkittävästi.

Vaikka hanketta pidettiin kokonaisuutena onnistuneena, sen toteutuksessa havaittiin kehittämistarpeita erityisesti turvallisuuden ja yhdenvertaisuuden osalta. Ohjausresurssien riittämättömyys ja käytännön järjestelyihin liittyvät haasteet voivat heikentää toiminnan

laatua ja lisätä turvallisuusriskejä osallistujille. Viestinnän selkeyteen ja saavutettavuuteen liittyvät puutteet viittaavat siihen, että tieto ei tavoittanut kaikkia osapuolia riittävän tehokkaasti tai ymmärrettävästi. Tämä voi heikentää osallistumismahdollisuuksia sekä vaikeuttaa toiminnan sujuvaa toteutumista. Toiveet sisällön monipuolistamisesta, kohderyhmien laajentamisesta ja lapsilähtöisyyden vahvistamisesta kertovat, että toiminnalta odotetaan jatkokehittämistä ja entistä inklusiivisempaa otetta.

Liikuntailtapäiväpilotti vastaa kokonaisuutena tehokkaasti harrastamisen keskeisiin haasteisiin madaltamalla osallistumiskynnystä, lisäämällä lasten liikkumista ja tuottamalla myönteisiä kokemuksia. Toiminnan keskeiset vahvuudet liittyvät sen saavutettavuuteen, rakenteeseen ja sosiaaliseen luonteeseen. Hankkeen kehittämistarpeet kohdistuvat erityisesti turvallisuuden varmistamiseen, viestinnän kehittämiseen sekä harrastamisen jatkuvuuden tukemiseen. Tulosten perusteella pilottimallilla katsottiin olevan merkittävää potentiaalia toiminnan vakiinnuttamiseen sekä laajentamiseen.

Lähteet:

Aarresola, O., Villberg, J., Tammelin, M., & Kokko, S. (2025). Liikunnan eriarvoisuus: Perheen taloustilanteen yhteys lasten ja nuorten liikkumiseen ja liikuntaharrastamiseen. *Yhteiskuntapolitiikka*, 25(4), 317-329.

McMillan, R., McIsaac, M., & Janssen, I. (2016). Family structure as a correlate of organized sport participation among youth. *PloS one*, 11(2), <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0147403>