

## NUORET HELSINGISSÄ 2011 –TUTKIMUS

*Nuoret Helsingissä 2011 -tutkimus on Helsingin kaupungin tietokeskuksen, opetusviraston ja nuorisoasiainkeskuksen yhteishanke. Tutkimuksella tuetaan tietoa nuorten vapaa-ajasta ja harrastuksista. Osa kysymyksistä koskee nuorten koulunkäyntiä ja tulevaisuuden suunnitelmia, perhettä ja muita asioita kuten yleistä viihtymistä omalla asuinalueella, vaikutusmahdollisuuksia ja ympäristöasenteita. Tutkimus jatkaa Helsingin kaupungin nuorisotutkimuksen perinteitä, sillä nuorten vapaa-aikaa on tietokeskuksessa tutkittu aiemmin myös vuosina 1982, 1990 ja 2000.*

*Tarkempaa tietoa tutkimuksesta löytyy Nuoret Helsingissä 2011 -tutkimuksen Internet-sivuilla, joilla voit tutustua muihin jo julkaistuihin artikkeleihin ja esittää kysymyksiä suoraan tutkijoille. Uusia artikkeleita julkaistaan sivuilla viikoittain. Tulokset julkaistaan tutkimusraporttina vuoden 2012 aikana Helsingin kaupungin tietokeskuksen tutkimuksia -sarjassa. Tutkimusaineisto koostuu peruskoulun 5.–9. luokkalaisten ja lukion 1. ja 2. vuositasen oppilaiden, eli iältään 11–19-vuotiaiden vastauksista 42 koulusta eri puolelta Helsinkiä.*

### **Yhteystiedot:**

**Tutkija Vesa Keskinen,**  
puh. 040 334 4784,  
vesa.keskinen(at)hel.fi

**Projektitutkija  
Anna Sofia Nyholm,**  
puh. 040 334 4785,  
sofia.nyholm(at)hel.fi

**Nuoret Helsingissä 2011  
-tutkimuksen internet-sivut:**  
[http://www.hel2.fi/tietokeskus/  
Nuoret\\_Helsingissa\\_2011/](http://www.hel2.fi/tietokeskus/Nuoret_Helsingissa_2011/)

**Helsingin kaupungin  
tietokeskuksen internet-sivut:**  
<http://www.hel.fi/hki/Tieke/fi/Etusivu>

## LIIKUNTAHARRASTUKSET

Kaikki tarvitsevat liikuntaa. Liikunnan pitäisi olla iloista ja inostavaa. Lasten ja nuorten liikunta on kuitenkin liian usein kilpailuhenkistä ja ”huippu-urheilumaista”. Seuraavassa yksi näkökulma nuorten liikkumiseen.

Vuonna 2000 tutkimuksessa nuorten liikkumista tutkittiin varsin seikkaperäisesti 35 liikuntalajin tai -muodon tarkkuudella. Keväällä 2011 liikuntaharrastuksia kysyttiin hieman karkeammalla tasolla eli 24 liikuntamuodon osalta. Palloilulajien harrastamista kysyttiin nyt kokonaisuutena, ei yksittäisen lajin tarkkuudella. Vuoden 2011 kyselyn uusia lajeja olivat parkour sekä sirkuslajit akrobatia ja diabolo. Moottoriurheilun yleisyyttä tutkittiin mopoilun sekä kartingin ja motocrossin harrastamisella.

Mopoiilu on rajatapaus liikuntaharrastuksen joukossa. Asiaa haluttiin kuitenkin selvittää, sillä mopoharrastus on yleistynyt viime vuosina huomasti skootterityyppisten ajopelien tullessa muotiin. Helsingissä oli vuonna 2005 rekisterissä 5 700 mopoa. Vuoden 2010 lopussa niitä oli yli kaksinkertainen määrä eli 12 500 (TraFi 2011). Pojista mopoilee joka viides, tytöistä joka seitsemäs.

Taulukko 1. Mopoilun harrastaminen 15–19-vuotiaiden keskuudessa Helsingissä keväällä 2011, N=623

	Viikoittain	Kuukausittain	Harvemmin	Ei aja mopolla	%	N
Kaikki	17	5	11	67	100	623
Tyttö	14	4	12	70	100	324
Poika	20	7	10	63	100	299

### Liikuntaharrastukset pitkässä juoksussa

Nuorten vapaa-aikatutkimukset tekevät mahdolliseksi nähdä, miten eräiden liikuntaharrastusten suosio on muuttunut vuosikymmenten saatossa. Vaikka luvut eivät ole täysin vertailukelpoisia koko tarkasteluajanjaksolla, voidaan niistä kuitenkin vetää joitakin suuntaviivoja muuttuneista liikuntatottumuksista ja muotilajeista.

Taulukko 2. Eräiden liikuntalajien harrastamisen useus 1982, 1990, 2000 ja 2011 Helsingissä, 10–15-vuotiaat

	Vähintään kerran viikossa	Kuukausittain	Harvemmin	Ei lainkaan
1982	%			
Hiihto	29	29	19	1
Luistelu	42	22	20	15
Tanssi	11	4	8	76
Voimistelu	21	10	22	47
Budolajit	-	-	-	-
1990				
Hiihto	10	16	34	39
Luistelu	28	26	28	17
Tanssi	10	4	11	74
Voimistelu	14	10	19	56
Budolajit	6	2	5	85
2000				
Hiihto	9	12	33	46
Luistelu	14	15	32	39
Tanssi	18	8	17	57
Voimistelu	17	11	21	53
Budolajit	8	2	9	82
2011				
Hiihto*	20	21	36	22
Luistelu**	22	15	39	25
Tanssi	22	6	16	56
Voimistelu	10	6	22	62
Budolajit	11	5	15	68

\*vuonna 2011 hiihto, laskettelu, lumilautailu

\*\*vuonna 2011 jääliikunta (jääkiekko, jäätanssi, curling...)

**Taulukko 3. Eri liikuntamuotojen suosio Helsingissä 2011 eri tavoin tarkasteltuna, 11–19-vuotiaat, %**

	Lajit harrastamisen mukaan (%)	
	Yleensä (pl. ei lainkaan)	Viikoittain
Palloilu ulkona (jalkapallo, pesäpallo, tennis, (golf...))	87,6	42,7
Pyöräily	83,8	47,9
Kävely- tai juoksulenkkeily	83,7	41,2
Palloilu sisällä (lentopallo, koripallo, salibandy, squash, sulkapallo...)	81,2	27,9
Hiihto, laskettelu, lumilautailu	72,0	16,0
Jääliikunta (jääkiekko, jäätanssi, curling...)	69,4	18,3
Yleisurheilu	64,8	9,8
Luonnossa liikkuminen, retkeily, kalastus...	64,4	14,2
Kuntosali	55,6	18,7
Rullalautailu (skeitti), potkulautailu	40,6	16,0
Tanssiminen (baletti, breikkaus, lattarit...)	40,0	19,4
Rullaluistelu	34,7	8,2
Jotain muuta	34,3	24,1
Aerobic, zumba...	32,5	6,4
Teline- tai muu voimistelu	32,2	8,2
Suunnistus	32,1	2,9
Purjehtiminen, melonta...	30,3	3,2
Kamppailu- ja itsepuolustuslajit (judo, nyrkkeily, paini...)	30,0	11,1
Mopolla ajelu	28,1	10,6
Parkour	24,4	5,4
Ratsastus	24,0	8,2
Jooga, pilates	23,3	3,6
Sirkus (akrobatia, diablo...)	20,3	5,0
Muu moottoriurheilu (karting, motocross...)	20,0	4,1

Talvilajien eli lumen tai jään päällä tapahtuva liikkuminen on selvästi yleistynyt kymmenessä vuodessa. Yhtenä syynä tähän on varmaankin ollut parin viime vuoden erinomaiset lumitalvet.

Myös lumilautailu lisää talvilajien harrastajia verrattuna aikaisempiin tutkimusvuosiin<sup>1</sup>. Lumilautailun suosiota on lisännyt suksien tekninen kehitys. Uusien suksien tiimalasimuoto helpottaa käännökseen lähtöä ja käännöksissä kantin pito-ominaisuudet ovat aivan toista luokkaa kuin aiemmin. Laskeminen on kevyempää eikä voimia tarvita paljon.

Voimistelun suosio on selvästi laskenut ja itsepuolustuslajien kasvanut. Tanssin harrastus on samalla tasolla kuin vuonna 2000.

### Suosituimmat liikuntalajit vuonna 2011

Mitkä kysytyistä 24 liikuntalajista ovat suosituimpia 11–19-vuotaiden keskuudessa? Vastaus ei ole yksiselitteinen. Lajien suosituimmuusjärjestys vaihtelee jonkin verran sen mukaan jos asiaa tutkitaan:

- aktiivisen, vähintään kerran viikossa tapahtuvana toimintana
- lajin harrastamistiheyden mukaan eli vaihtoehtojen lähes päivittäin – ei lainkaan keskiarvon perusteella
- yleensä harrastamisen mukaan eli pl. ei lainkaan harrastavat kymmenen vuotta sitten.

Pyöräily on nuorten yleisin liikuntalaji. Näin oli myös vuonna 2000. Itse asiassa kärjen neljä liikuntamuotoa ovat samoja kuin kymmenen vuotta sitten.

<sup>1</sup> Vuoden 2000 kyselyssä nuorista 8 % harrasti lumilautailua viikoittain.

Joka kolmas nuori kertoi harrastavansa myös muita kuin lomakkeella mainittuja liikuntalajeja. Vuonna 2000 näitä vaihtoehtoja oli vain joka kymmenennellä vastaajalla (9 %). Huomattava ero johtuu luonnollisesti siitä, että vuonna 2000 valmiita vastausvaihtoehtoja oli huomattavasti enemmän kuin tuoreessa kyselyssä (35 kpl vuonna 2000/24 kpl vuonna 2011).

Vuoden 2000 kyselyssä toiseksi yleisin liikuntalaji oli uinti. Vuoden 2011 kyselyssä uintia ei kysytty lainkaan. Tämä oli valittava ”työtapaturma”, vaihtoehto oli pudonnut lomakkeelta vahingossa. Uinti ei tule kuitenkaan esiin mitenkään merkittävänä lajina avovastauksissa. Uinti, kilpauinti, uimahypyt tai vesipallo mainittiin 23 vastauksessa. Useita mainintoja saivat myös miekkailu, cheerleading, seinäkiipeily, trampoliinihyppy ja koiran tai kissan kanssa ulkoilu.

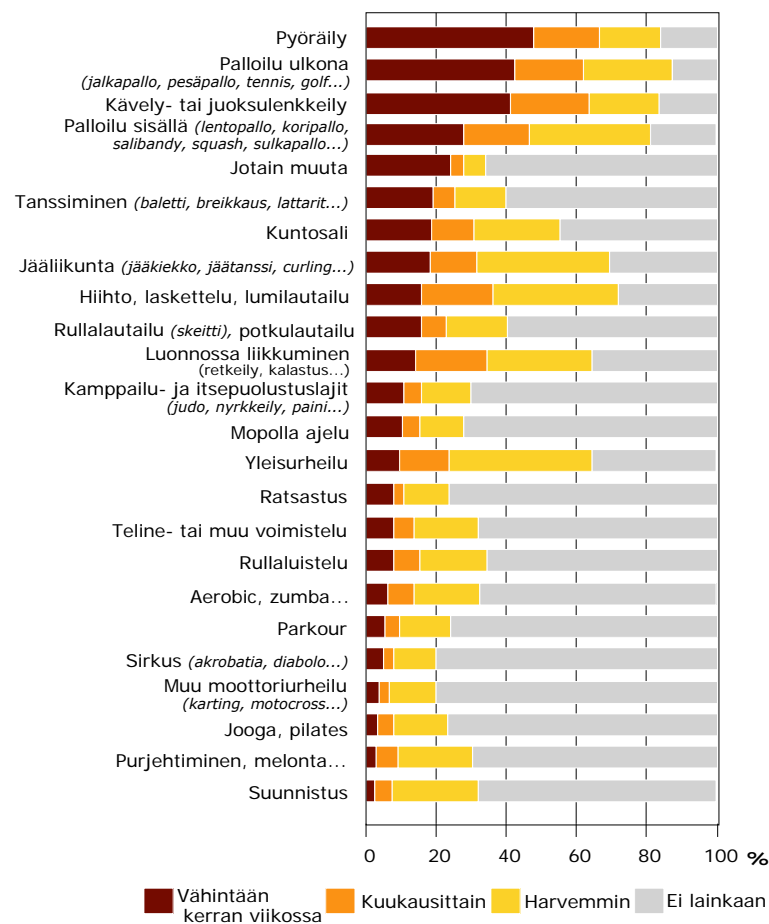
Nuorista pyöräilee säännöllisesti joka toinen. Pyöräilyä harrastavat yhtäläillä tytöt ja pojat. Polkupyörää käytetään arkisena hyötyliikuntamuotona mm. koulumatkoilla. Pyöräilykausi on Helsingissä verrattain pitkä. Helsinkiin on rakennettu kevyen liikenteen väyliä myös kaupungin keskustaan. Pyöräilyn suosioita on lisännyt myös se, että nyt on trendinä yksinkertaiset kaupunkipyörät ja retro-mallit kuten Jopo. Monivaihteiset city-pyörät olivat kalliita ja niitä varastettiin herkästi. Suosittuja ovat myös ”tuunatut” fix-pyörät.

Läheskään kaikki eivät pyöräile kuntoilumielessä vaan päästäkseen helposti paikasta toiseen. Pyöräily, kävely ja juoksulenkkeily ovat liikuntamuotoja, joita pystyy harjoittamaan lähes missä tahansa.

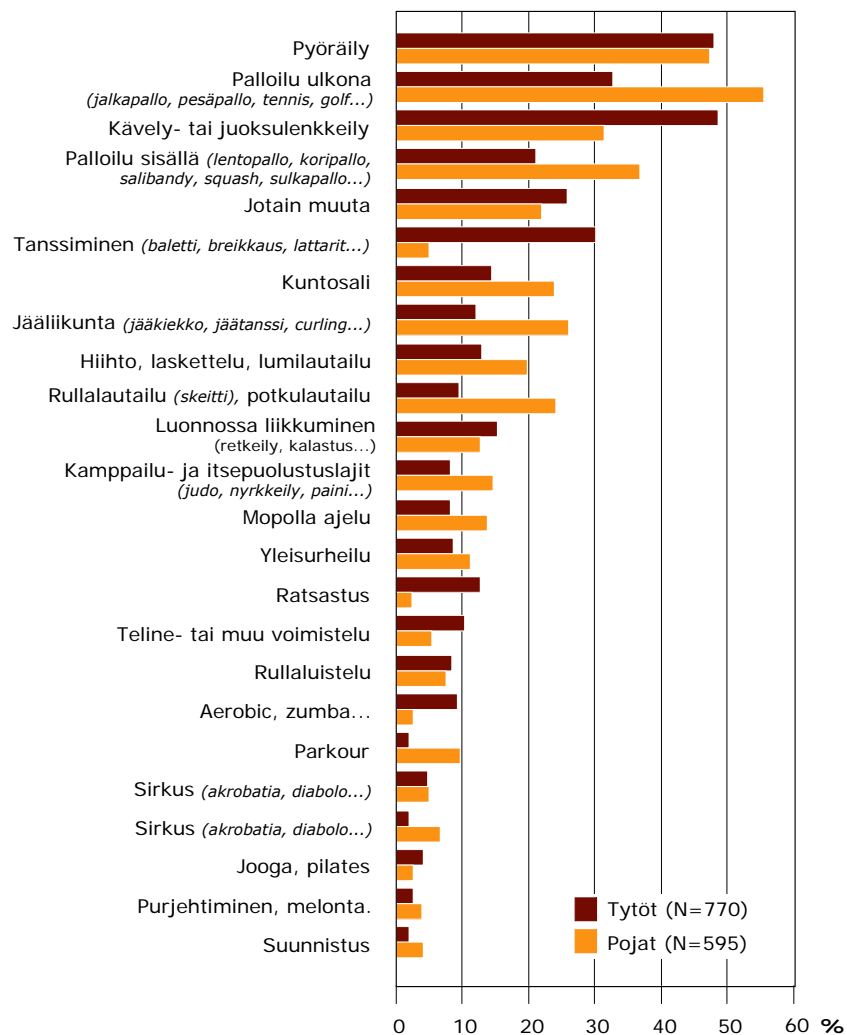
Palloilulajit ovat edelleen enemmän poikien juttuja, mutta ei enää siinä määrin kuin kymmenen vuotta sitten. Tytöt ovat tulleet suurella joukolla pelaamaan niin jalkapalloa, koripalloa kuin salibändyä. Rullalautailu ja jääkiekko ovat myös edelleen enemmän poikien lajeja.

Tanssi, kävely- ja juoksulenkkeily, ratsastus sekä aerobic ovat puolestaan enemmän tyttöjen omia lajeja.

**Kuvio 1. Nuorten, 11–19-vuotiaiden liikuntaharrastukset viikoittain harrastamisen mukaisessa järjestyksessä Helsingissä 2011, N=1 365**



**Kuvio 2. Tyttöjen ja poikien liikuntaharrastukset vähintään viikoittain harrastamisen mukaan**



Ruotsinkielisten koulujen oppilaiden harrastuksina korostuivat laskettelu ja lumilautailu.

Kysytyistä liikuntamuodoista rullalautailu, pyöräily, yleisurheilu ja sekä hiihto, laskettelu & lumilautailu ovat selvästi nuorempien vastaajien omimpia lajeja. Kävely ja juoksulenkkeily sekä tyttöjen ratsastusharrastus ovat iästä riippumattomia. Kuntosalilla käynti yleistyy vasta hieman myöhemmällä iällä.

Kokonaan liikuntaa harrastamattomia oli vuoden 2000 tutkimuksessa 6,5 prosenttia vastaajista. Keväällä 2011 tuo osuus oli 5,4 prosenttia. Suhteellisesti eniten liikuntaa harrastamattomia on 18-vuotiaissa (9 %).

Lähteet/viitteet:  
TraFi 2011. Ajoneuvokantatilastot,  
<http://www.ake.fi/AKE/Tilastot/Ajoneuvokanta/>