

Opetus- ja kulttuuriministeriö

Undervisnings- och kulturministeriet

Liikunta

# Liikunta ja tasa-arvo 2017

**Katsaus sukupuolten tasa-arvon nykytilaan liikunta-alalla**

Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2018:6





Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisu 6/2018

## Liikunta ja tasa-arvo 2017

Katsaus sukupuolten tasa-arvon nykytilaan liikunta-alalla

Opetus- ja kulttuuriministeriö

ISBN PDF: 978-952-263-548-8

Taitto: Valtioneuvoston hallintoyksikkö, Julkaisutuotanto / Erja Kankala

Kannen kuva: Salla Turpeinen

Helsinki 2018



## Kuvailulehti

<b>Julkaisija</b>	Opetus- ja kulttuuriministeriö	2018
<b>Tekijät</b>	Turpeinen Salla ja Hakamäki Matti (toimittajat)	
<b>Julkaisun nimi</b>	Liikunta ja tasa-arvo 2017; Katsaus sukupuolten tasa-arvon nykytilaan liikunta-alalla	
<b>Julkaisusarjan nimi ja numero</b>	Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2018:6	
<b>Diaarinumero</b>		<b>Teema</b> liikunta
<b>ISBN PDF</b>	978-952-263-548-8	<b>ISSN PDF</b> 1799-0351
<b>URN-osoite</b>	<a href="http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-548-8">http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-548-8</a>	
<b>Sivumäärä</b>	89	<b>Kieli</b> suomi
<b>Asiasanat</b>	liikunta, urheilu, naiset, miehet, sukupuolten tasa-arvo	
<b>Tiivistelmä</b>	<p>Tämä katsaus on jatkoa aiemmin ilmestyneelle selvitykselle "Liikunta ja tasa-arvo 2011". Katsauksessa esitellään liikunnan ajankohtaisia teemoja sukupuolten tasa-arvon näkökulmasta, raportoidaan tuoreimpia tutkimustuloksia sukupuolittain eriteltynä sekä verrataan keskeisiä tietoja kuuden vuoden takaiseen tilanteeseen. Keskeisinä näkökulmina ovat fyysinen aktiivisuus sekä päätöksenteko ja johtaminen. Rakenne ja sisällöt palvelevat liikuntatoimen strategista ohjaamista, joka perustuu tiedolla johtamisen periaatteelle sekä vaikutusten jatkuvalla arvioinnilla.</p> <p>Objektiivisten mittausten ansiosta tieto fyysisen aktiivisuuden eroista sukupuolten välillä on lisääntynyt ja tarkentunut. Pojat liikkuvat enemmän ja intensiivisemmin kuin tytöt. Ero on havaittavissa jo varhaiskasvatustilanteissa, on suurimmillaan alakoulussa ja pienenee nuoruudessa. Miehillä kertyy enemmän reipasta tai riittävää liikuntaa kuin naisille, kun taas naisille kertyy enemmän kevyttä liikuntaa.</p> <p>Naisten määrä liikunta-alan johto- ja päätöksentekotehtävissä sekä verkostoissa ja työryhmissä on kasvanut tällä vuosikymmenellä. Kuntien liikunnan johtavista viranhaltijoista 45 % on naisia. Liikuntajärjestöjen hallituksen jäsenistä naisia on 32 %, puheenjohtajista 16 % ja toiminnanjohtajista 34 %. Eri liikuntajärjestöissä sukupuolijakaumat kuitenkin vaihtelevat runsaasti. Naisten valmentamista ja johtamista on tuettu viime vuosina useilla mentorointi- ja koulutushankkeilla sekä verkostoitumisella ja palkitsemisilla.</p> <p>Raportin tulokset osoittavat, että sukupuolten tasa-arvo ja sen tietopohja ovat liikunta-alalla parantuneet viime vuosina. Liikuntapolitiittisen päätöksenteon ja liikunnan edellytysten luomisen tueksi tarvitaan jatkossakin sukupuolittain eriteltyä tietoa. Tiedon keräämistä tulee jatkaa säännöllisesti ja systemaattisesti. Tiedonkeruuta tulee myös laajentaa uusille alueille, kuten liikuntavuorojen ja muiden resurssien jakoon. Tiedon keräämisen ja systemaattisen hyödyntämisen avulla voidaan tunnistaa eri sukupuolten tarpeita, seurata muutosta ja kohdistaa tarpeen mukaan toimenpiteitä erikseen naisille ja miehille, tytöille ja pojille.</p>	
<b>Kustantaja</b>	Opetus- ja kulttuuriministeriö	
<b>Painopaikka ja vuosi</b>		
<b>Julkaisun jakaja/ myynti</b>	Sähköinen versio: <a href="http://julkaisut.valtioneuvosto.fi">julkaisut.valtioneuvosto.fi</a> Julkaisumyynti: <a href="http://julkaisutilaukset.valtioneuvosto.fi">julkaisutilaukset.valtioneuvosto.fi</a>	

## Presentationsblad

<b>Utgivare</b>	Undervisnings- och kulturministeriet	2018
<b>Författare</b>	Turpeinen Salla och Hakamäki Matti (redaktörer)	
<b>Publikationens titel</b>	Idrott och jämställdhet 2017; Översikt över nuläget för jämställdhet mellan kvinnor och män inom idrottsområdet	
<b>Publikationsseriens namn och nummer</b>	Undervisnings- och kulturministeriets publikationer 2018:6	
<b>Diarienummer</b>		<b>Tema</b> idrott
<b>ISBN PDF</b>	978-952-263-548-8	<b>ISSN PDF</b> 1799-0351
<b>URN-adress</b>	<a href="http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-548-8">http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-548-8</a>	
<b>Sidantal</b>	89	<b>Språk</b> finska
<b>Nyckelord</b>	idrott, motion, sport, kvinnor, män, jämställdhet mellan kvinnor och män	
<b>Referat</b>	<p>Denna översikt är en fortsättning på den tidigare utgivna utredningen "Liikunta ja tasa-arvo 2011". I översikten presenteras aktuella teman inom idrott och motion med tanke på jämställdheten mellan kvinnor och män, rapporteras om färsk forskningresultat med könsvis specifikation och jämförs centrala uppgifter med situationen för sex år sedan. Den viktigaste synvinkeln är fysisk aktivitet samt beslutsfattande och ledning. Strukturen och innehållet tjänar den strategiska styrningen av idrottsväsendet, som baserar sig på principen om ledning genom kunskap samt på kontinuerlig konsekvensbedömning.</p> <p>Tack vare objektiva mätningar har informationen om skillnader mellan könen när det gäller fysisk aktivitet ökat och preciserats. Pojkar rör på sig i större utsträckning och mera intensivt än flickor. Skillnaden är märkbar redan inom småbarnspedagogiken, är som störst i lågstadiet och minskar i puberteten. Män idkar mera rask eller tung fysisk aktivitet än kvinnor, medan kvinnor idkar mera lätt idrott.</p> <p>Antalet kvinnor inom lednings- och beslutsfattandeuppdrag på idrottsområdet samt i nätverk och arbetsgrupper har ökat under detta decennium. Av kommuneras ledande tjänsteinnehavare inom idrott och motion är 45 % kvinnor. Av styrelsemedlemmar inom idrottsorganisationer är 32 % kvinnor, av ordförande 16 % och av verksamhetsledare 34 %. Könsfördelningen varierar dock stort inom olika idrottsorganisationer. Kvinnors träning och ledning har understötts under de senaste åren genom flera mentorskaps- och utbildningsprojekt samt genom nätverkande och belöning.</p> <p>Resultaten i rapporten visar att jämställdheten mellan kvinnor och män och dess informationsunderlag har förbättrats under de senaste åren på idrottsområdet. Som stöd för det idrottspolitiska beslutsfattandet och för att skapa förutsättningar för idrott och motion behövs också i fortsättningen könsvis specificerad information. Insamlandet av information ska ske regelbundet och systematiskt. Datainsamlingen ska även utvidgas till att omfatta nya områden, såsom fördelningen av idrottsturer och andra resurser. Med hjälp av den insamlade informationen och systematiskt utnyttjande därav kan man identifiera behoven för de olika könen, följa med förändringen och rikta åtgärder enligt behov separat för kvinnor och män, flickor och pojkar.</p>	
<b>Förläggare</b>	Undervisnings- och kulturministeriet	
<b>Tryckort och år</b>		
<b>Distribution/ beställningar</b>	Elektronisk version: <a href="http://julkaisut.valtioneuvosto.fi">julkaisut.valtioneuvosto.fi</a> Beställningar: <a href="http://julkaisutilaukset.valtioneuvosto.fi">julkaisutilaukset.valtioneuvosto.fi</a>	

## Description sheet

<b>Published by</b>	Ministry of Education and Culture	2018
<b>Authors</b>	Turpeinen, Salla and Hakamäki, Matti (editors)	
<b>Title of publication</b>	Sport and Equality; A report on the current state of gender equality in the Sports sector	
<b>Series and publication number</b>	Publications of the Ministry of Education and Culture, Finland 2018:6	
<b>Register number</b>		<b>Subject</b> sport
<b>ISBN PDF</b>	978-952-263-548-8	<b>ISSN (PDF)</b> 1799-0351
<b>Website address (URN)</b>	<a href="http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-548-8">http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-548-8</a>	
<b>Pages</b>	89	<b>Language</b> Finnish
<b>Keywords</b>	exercise, sport, women, men, gender equality	
<b>Abstract</b>	<p>This report is a continuation for an earlier document titled 'Sport and Equality 2011'. The report discusses topical themes related to sports and physical activity from the gender equality perspective, relates the latest research findings by gender, and compares key data to the situation six years ago. Its key viewpoints include physical activity as well as decision-making and management. The report's structure and contents serve the strategic steering of municipal sports and sport services based on the principle of guidance by information as well as continuous impact assessment.</p> <p>Objective measurements have provided more information and more accurate data on differences in physical activity between the genders. Boys take more exercise and exercise more intensively than girls. While this difference can already be observed in the early childhood education and care age, it is the greatest in lower primary school and becomes less prominent in teenage years. Men take more brisk or strenuous exercise than women, whereas women accumulate more hours of light physical activity.</p> <p>The number of women in managerial and decision-making roles as well as in the networks and working groups of the sports sector has increased in this decade. Of leading office holders in the municipal sports and exercise sector, 45% are women. Women account for 32% of board members, 16% of chairpersons and 34% of executive directors in sports organisations. However, there are major differences in the gender distribution between various sports organisations. In recent years, women in coaching and management roles have been supported by several mentoring and training projects as well as through networking and awards.</p> <p>The report's findings indicate that gender equality and the knowledge base related to it have improved in the sports and sport sector in recent years. Data itemised by gender will also be needed in the future to support decision-making on sports policy and creating preconditions for exercise. Data collection should be continued regularly and systematically. It should also be expanded to new areas, including the allocation of bookings in sports facilities and other resources. The collection and systematic utilisation of data may help to identify the needs of the two genders, monitor changes and target separate measures at women and men, or girls and boys, as necessary.</p>	
<b>Publisher</b>	Ministry of Education and Culture, Finland	
<b>Printed by (place and time)</b>		
<b>Distributed by/ publication sales</b>	Online version: <a href="http://julkaisut.valtioneuvosto.fi">julkaisut.valtioneuvosto.fi</a> Publication sales: <a href="http://julkaisutilaukset.valtioneuvosto.fi">julkaisutilaukset.valtioneuvosto.fi</a>	

# Sisältö

<b>Esipuhe</b> .....	9
<b>1 Johdanto</b> .....	11
<b>2 Liikunnan tasa-arvon normiperusta</b> .....	13
2.1 Tasa-arvolaki .....	13
2.2 Liikuntalaki.....	14
2.3 Hallituksen tasa-arvo-ohjelma .....	15
2.4 Kansainväliset sitoumukset ja suositukset.....	16
<b>3 Fyysinen aktiivisuus ja kunto</b> .....	18
3.1 Lapset ja nuoret.....	19
3.2 Koulupäivän aikainen liikkuminen.....	29
3.3 Aikuiset.....	36
<b>4 Miesten ja naisten ohjautuminen eri lajeihin</b> .....	44
4.1 Osallistuminen urheiluseuratoimintaan.....	44
4.2 Lisenssien jakautuminen sukupuolittain .....	46
4.3 Lisenssiaineisto lajien kehittämisen välineenä.....	48
<b>5 Kilpa- ja huippu-urheilu</b> .....	52
5.1 Urheilijat.....	52
5.2 Valmentajat.....	54
<b>6 Päätöksenteko ja johtaminen</b> .....	57
6.1 Järjestöt.....	57
6.2 Kunnat.....	62
6.3 Valtio .....	67
6.4 Liikunnan yhteys naisten ja miesten uriin .....	68



<b>7</b>	<b>Tasa-arvo liikunnan edistämistyössä</b> .....	71
7.1	Liikuntajärjestöjen yhdenvertaisuus- ja tasa-arvosuunnitelmat .....	71
7.2	Valtakunnalliset liikunnanedistämishjelmat.....	72
7.3	Kehittämistuet .....	75
7.4	Liikunnan Suomi 100 -tasa-arvototeot.....	77
7.5	Valtion liikuntaneuvoston yhdenvertaisuus- ja tasa-arvojaosto.....	79
<b>8</b>	<b>Johtopäätökset</b> .....	80
	<b>Lähteet</b> .....	82



## ESIPUHE

Sukupuolten tasa-arvosta on tullut maailmanlaajuisesti tärkeä kilpailukykytekijä. Esimerkiksi Maailman talousfoorumi mittaa eri maiden menestystä vuosittain tasa-arvoindeksin avulla. Suomi on ollut niin tässä vertailussa kuin muissa kansainvälisissä tasa-arvovertailuissa vuodesta toiseen kärkikastissa. Voimme siis olla ylpeitä tasa-arvon tilasta yhteiskunnassamme. Samanaikaisesti on tärkeää tunnistaa, että meillä on vielä parannettavaa useilla osa-alueilla. Tällaisia alueita ovat erityisesti työelämä, jossa johtajuus, ammatit ja palkat ovat edelleen vahvasti sukupuolittuneita. Miehet toimivat keskimäärin naisia useammin johtajina ja korkeammissa johtotehtävissä, saavat naisia useammin korkeampaa palkkaa ja toimivat eri ammateissa ja aloilla kuin naiset. Vastaavasti myös perhe-elämän osa-alueella on työtä tehtävänä. Naiset kantavat edelleen tänä päivänä suuremman vastuun kodin ja perheen arjen pyörittämisestä, esimerkiksi kotitöiden ja lasten hoidon määrässä mitattuna.

Tämä tasa-arvoselvitys osoittaa, että vastaavasti yleisen yhteiskunnallisen muutoksen kanssa, myös liikunnan ja urheilun parissa sukupuolten tasa-arvo on edistynyt sitten viimeksi vuonna 2011 laaditun vastaavan tasa-arvoselvityksen tilanteen. Myönteisiä kehityskulkuja on nähtävissä niin johtamisen, valmentamisen kuin liikuntaan ja urheiluun osallistumisen sarjoilla. Myös tasa-arvonäkökulman huomioon ottaminen läpileikkaavasti liikunta-alan toiminnassa on harpannut eteenpäin sitten vuoden 2015 uudistetun liikuntalain, jossa sukupuolten tasa-arvo ja yhdenvertaisuus kirjattiin yhdeksi lain peruslähdekohdaksi. Liikuntalain viesti on selvä: sukupuolten tasa-arvo – tyttöjen ja poikien, naisten ja miesten näkökulmat - tulee ottaa huomioon kaikessa liikunta-alan toiminnassa, ja tasa-arvoa on edistettävä proaktiivisesti.

Tutkitulla tiedolla, tilastoinnilla ja tilanteen systemaattisella, pitkäjänteisellä seurannalla ja arvioinnilla on olennainen merkitys tasa-arvoisemman liikunnan ja urheilun kannalta. Tarvitaan luotettava tietopohja, jotta sukupuolten tasa-arvoa voidaan vaikuttavasti ja oikein kohdistetusti edistää. Liikunnan tasa-arvoselvitys on erinomainen tapa koota säännöllisin väliajoin yhteen tutkittua tietoa temasta. Lisäksi jokainen meistä tarvitsee ”arjen sensitiivisyyttä ja tiedonkeruuta” jokapäiväisissä toimissaan, jotta eriarvoisuus on mahdollista tunnistaa ja ennaltaehkäistä, ja tasa-arvoa edistää.

Tiina Kivisaari  
johtaja  
opetus- ja kulttuuriministeriö, liikunnan vastuualue



# 1 Johdanto

Edellinen Liikunta ja tasa-arvo -katsaus julkaistiin vuonna 2011. Katsauksen kantavana ajatuksena oli sitoa liikunnan tasa-arvo yleiseen yhteiskunnalliseen tasa-arvoon, tarjota asiantietoja miesten ja naisten päätyemisestä liikunnassa erilaisiin asemiin, ajankäyttötapoihin ja kulutusvalintoihin ja kuvata päätymistä selittäviä biologisia, sosiaalisia ja yhteiskunnallisia puhetapoja. Lisäksi pyrittiin selkiyttämään myös liikunta-alalla tasa-arvon käsite miesten ja naisten tasa-arvoksi ja vähentämään sekaannusta yhdenvertaisuuteen. Liikunnan tasa-arvon edistämisen nähtiin saavan käytännön muotonsa erityisesti julkisen vallan ja liikunnan kansalaistoimijoiden vuoropuhelussa, jonka osaksi katsaus tehtiin.

Katsauksen ilmestymisen jälkeen kansalaistoiminta on järjestetty uusiksi keskusjärjestötasolla. Myös normipohja on uudistunut: on säädetty uusi liikuntalaki (390/2015) sekä päivitetty laki naisten ja miesten välisestä tasa-arvosta (1329/2014). Tasa-arvo määritellään edelleen naisten ja miesten tasa-arvoksi. Nyt lain alaan kuuluvat myös sukupuoli-identiteettiin sekä sukupuolen ilmaisuun perustuva syrjintä sekä syrjintä, joka perustuu siihen, että henkilön fyysiset sukupuolta määrittävät ominaisuudet eivät ole yksiselitteisesti miehen tai naisen. Muiden syiden kuin sukupuolen perusteella tapahtuva syrjintä ja sen ehkäiseminen kuuluvat yhdenvertaisuuslain (1325/2014) alaan.

Valtion liikuntaneuvosto on arvioinut eettisten ja yhdenvertaisuus- sekä tasa-arvokysymysten painoarvon liikuntapoliittisessa keskustelussa vahvistuneen sekä Suomessa että kansainvälisesti ja pitänyt tätä kehitystä oikean suuntaisena (VLN 2015). Hallituksen tasa-arvo-ohjelmaan sisältyy ensimmäistä kertaa liikuntaa koskevia kirjauksia. Ohjelmassa on liikunnalle oma toimenpidekohta. Siinä todetaan, että liikuntapaikkojen rakentamista ohjataan molemmat sukupuolet huomioon ottavaksi ja että sukupuolten tasa-arvo otetaan nykyistä paremmin huomioon liikuntajärjestöjen yleisavustusten harkintaperusteena ja muiden liikunnan valtionavustusten myöntökriteereissä. Lisäksi ilmaistaan, että tasa-arvokysymysten toteutumisen arviointi kuuluu valtion liikuntaneuvostolle. (STM 2016a.)

Valtion talousarvioesityksessä 2018 liikuntatoimen tehtäväksi on määritelty liikunnan edistäminen: valtio ja kunnat luovat edellytyksiä. Liikunnan järjestämisestä vastaavat pääasiassa liikuntajärjestöt. Tasa-arvoa edistävien hankkeiden avustaminen on listattu erääksi

keskeiseksi toimenpiteeksi eri väestöryhmien liikunnan harrastamisen lisäämistä koskevan toiminnallisen tavoitteen saavuttamiseksi. (HE 106/2017. 29.90. Selvitysosa.)

Tämän katsauksen tarkoitus on selvittää tasa-arvon tilaa liikunta-alalla Suomessa sekä tarjota tiedolla johtamisen tueksi tarvittavaa tietopohjaa. Katsauksessa seurataan ja noudatetaan liikunnan toimialan määrittelyjä ja tavoitteenasetteluja. Rakenne ja käsiteltävät sisällöt on valittu palvelemaan strategista johtamista ja ohjausjärjestelmiä, jotka perustuvat tiedolla johtamisen periaatteelle sekä vaikutusten jatkuvalle arvioinnille. (HE 106/2017. 29.90. Selvitysosa.)

Vuonna 2013 valmistuneessa ja vuoteen 2017 ulottuneessa liikuntatutkimuksen suunta-asiakirjassa opetus- ja kulttuuriministeriö linjasi ensimmäiseksi teema-alueeksi väestön liikunnan edistämisen: fyysisen aktiivisuuden, liikunnallisen elämäntavan, liikuntaa edistävät toimintamallit ja -käytännöt. (OKM 2013.) Linjaukset ovat vaikuttaneet paitsi katsauksen rakenteeseen, teema-alueiden valintaan ja painotuksiin myös käytettävissä olevaan tietopohjaan: Miesten ja naisten sekä tyttöjen ja poikien fyysisestä aktiivisuudesta on käytössä laajempi tietopohja kuin vuonna 2011. Liikuntaa ja sen tasa-arvoa edistetään uusilla ohjelmilla ja ohjauskeinoilla.

## 2 Liikunnan tasa-arvon normiperusta

### 2.1 Tasa-arvolaki

Tasa-arvolain tarkoituksena on estää sukupuoleen perustuva syrjintä ja edistää naisten ja miesten välistä tasa-arvoa sekä tässä tarkoituksessa parantaa naisten asemaa erityisesti työelämässä. Lain tarkoituksena on myös estää sukupuoli-identiteettiin tai sukupuolen ilmaisuun perustuva syrjintä. (Laki naisten ja miesten välisestä tasa-arvosta 1329/2014.) Tasa-arvolakia sovelletaan pääsääntöisesti kaikessa yhteiskunnallisessa toiminnassa ja kaikilla elämänalueilla.

Tasa-arvolaki uusittiin vuonna 2015 samaan aikaan yhdenvertaisuuslain uudistamisen kanssa. Tasa-arvolakiin sisällytettiin sukupuoli-identiteettiin ja sukupuolen ilmaisuun perustuvan syrjinnän kiellot sekä velvoite tällaisen syrjinnän ennaltaehkäisyyn. Lisäksi ulotettiin tasa-arvosuunnitelmavelvoite peruskouluihin, täsmennettiin työnantajan tasa-arvosuunnitelmaa ja palkkakartoitusta koskevia säännöksiä sekä vahvistettiin tasa-arvovaltuutetun itsenäistä asemaa koskevia säännöksiä. Tasa-arvolain noudattamista valvomaan perustettiin uusi yhdenvertaisuus- ja tasa-arvolautakunta.

Sukupuoli-identiteetillä tarkoitetaan tasa-arvolaissa (3 §) henkilön kokemusta omasta sukupuolestaan. Sukupuolen ilmaisulla tarkoitetaan sukupuolen tuomista esiin pukeutumisella, käytöksellä tai muulla vastaavalla tavalla. Tasa-arvolain syrjintäsäännökset koskevat myös syrjintää, joka perustuu siihen, että henkilön fyysiset sukupuolta määrittävät ominaisuudet eivät ole yksiselitteisesti naisen tai miehen.

Hallituksen esityksessä (HE 19/2014) päädyttiin esittämään yhdenvertaisuuslain ja tasa-arvolain säilyttämistä kahtena erillisenä lakina. Velvoite ehkäistä sukupuoli-identiteettiin tai sukupuolen ilmaisuun perustuva syrjintä olisi ollut mahdollista liittää joko yhdenvertaisuuslakiin tai tasa-arvolakiin. Jälkimmäinen vaihtoehto nähtiin tarkoituksenmukaisemmaksi muun muassa siksi, että "EU-lainsäädännössä sukupuolenkorjaukseen perustu-

van syrjinnän on katsottu olevan osa työelämän tasa-arvodirektiivin uudelleenlaadittua toisintoa, joka on toimeenpantu Suomessa tasa-arvolailla”. Lisäksi transsukupuolisuutta koskevan syrjintäsuojan sekä sukupuoli-identiteetin ja sukupuolen ilmaisun syrjintäsuojan välisen rajanvedon katsottiin olevan niin keinotekoista, että näitä ei erotettu eri lakeihin. Syrjintäperusteista ikä, alkuperä, kansalaisuus, kieli, uskonto, vakaumus, mielipide, poliittinen toiminta, ammattiyhdistystoiminta, perhesuhteet, terveydentila, vammaisuus, seksuaalinen suuntautuminen ja muu henkilöön liittyvä syy kuuluvat yhdenvertaisuuslain (1325/2014) alaan.

Tasa-arvolaki sisältää 40 prosentin kiintiösäännöksen, joka koskee valtion komiteoita, neuvottelukuntia ja muita vastaavia toimielimiä, kunnallisia toimielimiä sekä kuntien välisen yhteistoiminnan toimielimiä. Täten esimerkiksi kuntien liikuntaa käsittelevissä lautakunnissa on lain mukaan oltava sekä naisia että miehiä vähintään 40 %. Järjestöjen toimielimiä säännös ei koske. Tasa-arvolakia on sote- ja maakuntauudistuksen myötä tarkoitus muuttaa siten, että sen säädökset koskevat myös maakuntia (HE 15/2017 vp).

## 2.2 Liikuntalaki

Uusi liikuntalaki (390/2015) tuli voimaan vuonna 2015. Uudistuneen lain kirjauksissa korostuu entistä voimakkaammin tasa-arvon periaate. Liikuntalaki on puitelaki, jolla säädetään viranomaisten toimivallasta, tehtävistä, ohjauskeinoista ja resursseista liikunta-alalla ja jossa esitetään määritelmiä, joilla on oikeutta luovia ja rajaavia vaikutuksia. Hallituksen esityksen mukaan lain sukupuolivaikutus on, että se vahvistaa naisten ja miesten sekä tyttöjen ja poikien tasa-arvoa liikunnassa ja urheilussa. (HE 19/2014.)

Lain tavoitteena on edistää:

1. eri väestöryhmien mahdollisuuksia liikkua ja harrastaa liikuntaa
2. väestön hyvinvointia ja terveyttä
3. fyysisen toimintakyvyn ylläpitämistä ja parantamista
4. lasten ja nuorten kasvua ja kehitystä
5. liikunnan kansalaistoimintaa mukaan lukien seuratoiminta
6. huippu-urheilua
7. liikunnan ja huippu-urheilun rehellisyyttä ja eettisiä periaatteita
8. eriarvoisuuden vähentämistä liikunnassa.

Tavoitteen toteuttamisessa lähtökohtina ovat tasa-arvo, yhdenvertaisuus, yhteisöllisyys, monikulttuurisuus, terveet elämäntavat sekä ympäristön kunnioittaminen ja kestävä kehitys.



Tasa-arvon edistäminen mainitaan myös liikuntalain 12. pykälässä, joka käsittelee järjestöille myönnettävän valtionavustuksen kriteereitä. Lain mukaan valtionavustuksen määrää harkittaessa otetaan huomioon liikuntaa edistävän järjestön toiminnan laatu, laajuus ja yhteiskunnallinen vaikuttavuus sekä se, miten järjestö toteuttaa tämän lain tavoitteita sekä liikunnan ja urheilun eettisiä periaatteita, miten järjestö noudattaa Suomea sitovia kansainvälisiä säännöksiä ja miten järjestö edistää yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoa.

## 2.3 Hallituksen tasa-arvo-ohjelma

Hallituksen tasa-arvo-ohjelma 2016–2019 (STM 2016a) kokoaa yhteen pääministeri Juha Sipilän hallituksen tavoitteet ja toimenpiteet sukupuolten tasa-arvon edistämiseksi. Ohjelma on väline tasa-arvopolitiikan koordinoimiseksi valtioneuvostossa, ja siihen sisältyy kaikkien ministeriöiden toimenpiteitä. Se on pyritty rakentamaan siten, että naisten ja miesten asemaa parantavien toimenpiteiden lisäksi tasa-arvotavoitteet viedään osaksi merkittäviä yhteiskunnallisia uudistuksia ja kärkihankkeita. Ohjelma on järjestyksessä kuudes hallituksen tasa-arvo-ohjelma Suomessa. Hallituksen tasa-arvo-ohjelman julkaisun yhteydessä haluttiin korostaa, että tasa-arvo ei ole itsestäänselvyys vaan tasa-arvon vahvistuminen ja säilyminen edellyttävät, että sen eteen tehdään töitä suunnitelmallisesti ja määrätietoisesti.

Hallituksen tasa-arvo-ohjelmassa on kirjattu kaikille ministeriöille toimenpiteeksi selvittää politiikka-alansa keskeiset tasa-arvohaasteet. Ministeriöitä kehoitetaan varmistamaan toiminnallisten tasa-arvotyöryhmien työskentelymahdollisuudet. Lainvalmisteluun tulee sisällyttää sukupuolivaikutusten arviointi. Ministeriöiden tulee jatkaa valtavirtaistamisen yhteistä kehittämistä muun muassa toiminnallisten tasa-arvotyöryhmien verkostossa. Kaikkien ministeriöiden on varmistettava, että hallinnonalalla tuotetaan sukupuolen mukaan jaoteltua tietoa ja että sitä käytetään valmistelun ja päätöksenteon pohjana. (STM 2016a.)

Tasa-arvo-ohjelman neljännessä luvussa esitetään tasa-arvon edistämisen tavoitteena olevan, että ”Ohjataan liikuntapaikkojen rakentamista molemmat sukupuolet huomioon ottavaksi. Sukupuolten tasa-arvo otetaan nykyistä paremmin huomioon liikuntajärjestöjen yleisavustusten harkintaperusteena ja muiden liikunnan valtionavustusten myöntökriteereissä. Valtion liikuntaneuvosto arvioi tasa-arvo- ja yhdenvertaisuuskysymysten toteutusta.” (STM 2016a.)

Tasa-arvo-ohjelmassa linjataan, että keskeisiin yhteiskunnallisiin ja hallinnollisiin uudistuksiin kuten hallituksen kärkihankkeisiin valtavirtaistetaan sukupuolinäkökulma. Ministeriöt varmistavat, että kärkihankkeissa pyritään määrittelemään tasa-arvotavoitteita, arvioidaan sukupuolivaikutukset uudistuksen eri vaiheissa ja raportoidaan vaikutukset sukupuolten

tasa-arvon kannalta. Lisäksi turvataan riittävä tasa-arvo-osaaminen. Hallitus arvioi hankkeidensa sukupuolivaikutuksia. Liikunta on mukana useammassa kärkihankkeessa. Vahvimmin se on osa opetus- ja kulttuuriministeriön alaista osaamisen ja koulutuksen kärkihanketta ”Uudet oppimisympäristöt ja digitaaliset materiaalit peruskouluihin”, jonka yksi osa on Liikkuva koulu -ohjelman valtakunnallistaminen. Liikunta on osa myös sosiaali- ja terveysministeriön koordinoimaa hyvinvoinnin ja terveyden kärkihanketta ”Edistetään terveyttä ja hyvinvointia sekä vähennetään eriarvoisuutta”. Ministeriöt ovat antaneet hallitukselle ensimmäiset selvityksiä kärkihankkeiden tasa-arvotoimenpiteistä syksyn 2017 aikana.

Tasa-arvolain ja hallituksen tasa-arvo-ohjelman lisäksi keskeinen kansallista tasa-arvopolitiikkaa linjaava asiakirja on valtioneuvoston selonteko naisten ja miesten välisestä tasa-arvosta vuodelta 2010. Selonteko linjaa sukupuolten tasa-arvon edistämistä vuoteen 2020 saakka. Siinä kuvataan hallitusten keskeisiä tavoitteita, jotka ovat keskittyneet muun muassa naisten osuuden kasvattamiseen päätöksenteossa, työelämän ja koulutuksen tasa-arvokysymyksiin, perhevapaiden tasaisempaan jakautumiseen sekä naisiin kohdistuvan väkivallan ehkäisyyn. Eduskunta edellytti selonteon käsittelyn yhteydessä, että työelämä- ja tasa-arvovaliokunnalle annetaan asiasta väliraportti vuonna 2016. Se julkaistiin alkuvuodesta 2017. Väliraportissa (STM 2017a) kuvataan tavoitteiden saavuttamista seitsemällä eri osa-alueella. Raportin mukaan vuosina 2011–2016 monissa asioissa on päästy eteenpäin, kuten työpaikkojen tasa-arvosuunnitelmissa ja siinä, että tasa-arvotiedon keskus Minnan toiminta on vakiintunut ja se toimii keskeisenä Tasa-arvotiedon keskus ylläpitäjänä. Joissakin kysymyksissä taas edistystä ei ole tapahtunut, kuten syrjinnässä raskauden tai perhevapaiden perusteella, tai vähemmistöryhmien ja miesten erityistarpeiden huomioimisessa palvelujen kehittämisessä. Väliraportissa esitetään huoli siitä, että kunta- ja aluetason tasa-arvotyö ei ole kehittynyt toivotulla tavalla resurssien vähyyden vuoksi. Raportissa kirjaetaan, että sukupuolinäkökulman tulee sisältyä laajoihin rakenteellisiin uudistuksiin, kuten sote- ja maakuntauudistukseen.

## 2.4 Kansainväliset sitoumukset ja suositukset

Euroopan komission asiantuntijaryhmän ehdotus sukupuolten tasa-arvoa koskeville strategisille toimille liikunnassa vuosiksi 2014–2020 -asiakirja hyväksyttiin 18.2.2014. Ehdotuksen lähtökohtia olivat havainnot, että naisten ja tyttöjen osallistuminen liikuntaan on vähäisempää kuin miesten ja poikien ja että naisten osuus liikunnan johtotehtävissä on edelleen alhainen. Toisaalta edistykseenä todettiin, että Lontoon olympialaisissa 2012 naiset ja miehet kilpailivat kaikissa urheilumuodoissa ja että Kansainvälisen olympiakomitean 115 henkilöjäsenestä 24 oli naisia.

Strategisten toimien perusteluiksi asiakirjassa ilmaistiin tavoite houkutella enemmän harastajia ja asiakkaita liikunnan pariin, voimaannuttaa, parantaa palvelujen tasoa, edistää urheilun turvallisuutta, vähentää tyttöjen putoamista pois liikunnasta ja tuottaa siten terveyshyötyjä sekä edistää eri alojen kuten urheilumedian taloutta. Erityisenä tehtävänä nähtiin sukupuoleen liittyvään väkivaltaan ja häirintään puuttuminen. Avoimen, kestävän ja turvallisen ympäristön katsotaan asiakirjan mukaan ehkäisevän häirintää ja hyväksikäyttöä sekä toisaalta perusteettomia syytöksiä. Tehokkaan puuttumisen katsotaan vaativan kansallisia strategioita kaikissa EU:n jäsenmaissa. (Gender Equality in Sport 2014.)

Euroopan neuvoston suositus tasa-arvon valtavirtaistamisesta liikunnassa hyväksyttiin 21.1.2015. Suosituksessa kirjataan lähtökohdaksi sport for all -kulttuurin rakentaminen ja edistäminen yhteiskunnassa. Perusteluina ovat, että liikunta kasvattaa tyttöjä ja poikia reiluun peliin, toisten kunnioittamiseen, sääntöjen kunnioittamiseen, joukkuehenkeen, suvaitsevuuteen ja vastuullisuuteen, jotka ominaisuudet edelleen tuottavat vastuullista kansalaisuutta.

Eryteisesti Euroopan neuvosto kehottaa jäsenmaiden hallituksia arvioimaan liikuntalainsäädäntöä, harjoitettavaa liikuntapolitiikkaa, tasa-arvotoimenpiteitä ja niiden tuloksia, toteuttamaan sukupuolivaikutusten arviointeja sekä raportoimaan Euroopan neuvoston toimielimille; varmistamaan, että tasa-arvo on järjestöjen avustamisen yhtenä kriteerinä; perustamaan etenkin kansalliset ohjelmat eri ministeriöiden sekä hallinnonalojen yhteistyölle ja edelleen varmistamaan, että kaikki aihepiiriä koskeva tilastointi on eritelty sukupuolittain. Erikseen kehoitetaan tunnistamaan, mitkä liikunnasta ja urheilusta luopumiseen johtavat syyt ovat erilaisia miehillä ja naisilla tai tytöillä ja pojilla. (Council of Europe 2015.) Suosituksen edistämiseksi Euroopan neuvosto on käynnistänyt Balance in sport -aloitteen. Se tähtää tasa-arvoa koskevista indikaattoreista sopimiseen, systemaattiseen tiedon keräämiseen sekä julkaisemiseen. (EPAS 2017.)

Naisliikuntaverkosto IWG (International Working Group on Women and Sport) julkisti Helsingissä pitämänsä konferenssin johtopäätökset ja suositukset 14.6.2014. Lähtökohdiksi oli otettu terveyttä edistävä liikunta, sen tukeminen tyttöjen ja naisten eri elämänvaiheissa sekä erikseen mainittuna toimet syömishäiriöiden sekä urheiluvammojen ehkäisemiseksi. Myös IWG kirjasi tarpeen tuottaa liikuntaa koskevaa tilastointia sukupuolittain eriteltynä, sekä sukupuolinäkökulman huomioimisen resurssien jaossa. IWG edellytti myös, että hallitukset ja järjestöt raportoivat liikunnan tasa-arvon tilasta kerätystä tiedosta sekä tutkimustuloksista ja jakavat hyviä käytäntöjään sekä menettelytapojaan. IWG totesi myös mentoimisen ja koulutuksen edellytyksinä, jotta naisten osuutta valmentajina ja erotuomareina voidaan kasvattaa. (IWG 2014a.) Samassa yhteydessä IWG julkisti myös julistuksen Brighton Plus Helsinki, jossa listattiin keskeiset moni- ja ylikansalliset sopimukset, julistukset, lauseimat, suositukset sekä ohjeet, joiden noudattamista valtioiden ja hallitusten vaaditaan edellyttävän urheilun ja liikunnan kansallisilta toimijoilta. (IWG 2014b.)

### 3 Fyysinen aktiivisuus ja kunto

Teknologinen kehitys on tuonut fyysisen aktiivisuuden mittaamiseen uusia, objektiivisia, aiempaa tarkempia ja luotettavampia menetelmiä (esim. Aittasalo ym. 2015; Vähä-Ypyä ym. 2015). Tämä mahdollistaa sukupuolten erojen tarkemman tulkitsemisen fyysisen aktiivisuuden eri tasoilla. Liikemittareiden avulla voidaan tutkia liikkumisen lisäksi paikallanolon määrää, esimerkiksi istumista, jonka vähentämiseksi viime vuosina on kampanjoitu (esim. STM 2015). Etenkin lasten ja nuorten fyysisestä aktiivisuudesta on saatu objektiivisten menetelmien ansiosta viime vuosina runsaasti lisää tietoa. Tuloksia raportoidaan sukupuolittain varsin yleisesti.

Fyysisen aktiivisuuden tutkimustuloksia peilataan usein kansallisiin liikuntasuosituksiin: kuinka suuri osa lapsista, nuorista tai aikuisista liikkuu suosituksen mukaisesti. Kansalliset liikuntasuositukset ovat eri sukupuolille samat. Kouluikäisten liikuntasuosituksen mukaan ”kaikkien 7–18-vuotiaiden tulee liikkua vähintään 1–2 tuntia päivässä monipuolisesti ja ikään sopivalla tavalla” (opetusministeriö ja Nuori Suomi 2008, 6). Liikkumalla suositusta enemmän terveyshyödyt lisääntyvät, sillä liikuntasuositus määrittää terveyden kannalta reippaan liikunnan vähimmäismäärän. Suosituksessa ohjeistetaan sisällyttämään jokaiseen päivään rasittavaa liikuntaa. Rasittava liikunta, jossa selvästi hengästyy ja sydämen syke nousee huomattavasti, toteutuu lapsilla yleensä lyhyissä jaksoissa. (Opetusministeriö ja Nuori Suomi 2008.) Maailman terveysjärjestö (World Health Organization 2010) määrittää liikuntasuosituksessaan suomalaisten suositusten kanssa saman vähimmäismäärän eli tunti reipasta liikuntaa päivittäin. Lisäksi se suosittelee rasittavaa liikuntaa vähintään kolme kertaa viikossa.

Varhaisvuosien liikuntasuositukset julkaistiin vuonna 2016 (OKM 2016a). Alle 8-vuotiaille lapsille suositellaan vähintään kolme tuntia monipuolista liikkumista päivittäin. Kolmen tunnin fyysisen aktiivisuuden suositellaan koostuvan kuormittavuudeltaan monipuolisesta liikkumisesta: kevyestä liikunnasta ja reippaasta ulkoilusta sekä erittäin vauhdikkaasta fyysisestä aktiivisuudesta. (OKM 2016b.)

Aikuisten 18–64-vuotiaiden viikoittainen terveysliikuntasuositus on muotoiltu seuraavasti: 1) kestävyyskuntoa parantavaa liikuntaa viikon aikana 2 t 30 min reippaasti tai 1 t 15 min

rasittavasti, sekä 2) lihaskuntoa ja liikehallintaa kehittävää liikuntaa ainakin kaksi kertaa viikossa. Yli 65-vuotiaiden liikuntasuositus korostaa lisäksi lihasvoiman ja tasapainon säilyttämistä: 1) liikuntaa säännöllisesti useana päivänä viikossa, yhteensä ainakin 2 t 30 min reippaasti tai 1 t 15 min rasittavasti, sekä 2) lihasvoimaa, tasapainoa ja notkeutta ainakin kaksi kertaa viikossa. (Käypä hoito 2016.)

### 3.1 Lapset ja nuoret

Lasten ja nuorten fyysistä aktiivisuutta tutkitaan ja seurataan ainakin neljässä valtakunnallisessa tutkimuksessa: Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen (LIITU) kahden vuoden välein, WHO-Koululaistutkimus neljän vuoden välein, Kouluterveyskysely kahden vuoden välein sekä Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus kahden vuoden välein. Viime vuosina valtakunnallista tietoa lasten ja nuorten liikkumisesta on saatu myös Liikkuva koulu -ohjelman seurannasta ja tutkimuksesta. Pääsääntöisesti liikkumisen määrän arviointi tutkimuksessa on perustunut lasten ja nuorten omaan arviointiin kyselyissä, mutta LIITU- ja Liikkuva koulu -tutkimuksissa liikkumista on mitattu myös liikemittareilla ja kaikki kerätty tieto on saatavilla sukupuolittain.

Vuonna 2014 käynnistynyt ja vuonna 2016 toisen kerran toteutettu LIITU on tällä hetkellä kattavin kansallinen tutkimusaineisto, jossa lasten ja nuorten liikuntaa mitataan objektiivisesti. Tutkimus toteutetaan joka toinen kerta WHO-Koululaistutkimuksen yhteydessä ja joka toinen kerta itsenäisenä. Siitä saadaan trenditietoa kolmas-, viides-, seitsemäs- ja yhdeksäsluokkalaisten (9-, 11-, 13- ja 15-vuotiaiden) liikkumisesta. (Kokko ym. 2016.) LIITU-tutkimus vastaa osaltaan siihen tarpeeseen, joka on 2000-luvulla tunnustettu niin valtionhallinnossa kuin tutkimuskentällä: valtakunnan tasoista seurantatietoa lasten ja nuorten liikunnan määrästä, laadusta ja trendeistä ei ole riittävästi. Tietojen hajanaisuuden tai tarvittavan tiedon puuttumisen koetaan vaikeuttaneen myös liikuntapoliittista päätöksentekoa (esim. Korjus & Paajanen 2016). LIITU-tutkimuksessa kerätään tietoa lasten ja nuorten liikunnan määrästä, liikkumisen paikoista, motiiveista, merkityksistä, kokemuksista ja tavoista, liikkumisen esteistä, koululiikunnasta, urheiluseuratoiminnasta sekä liikuntavammoista. Kyselytutkimuksen yhdistäminen objektiiviseen liikemittaukseen auttaa lisäämään ymmärrystä lasten ja nuorten liikunnan kokonaistilasta.

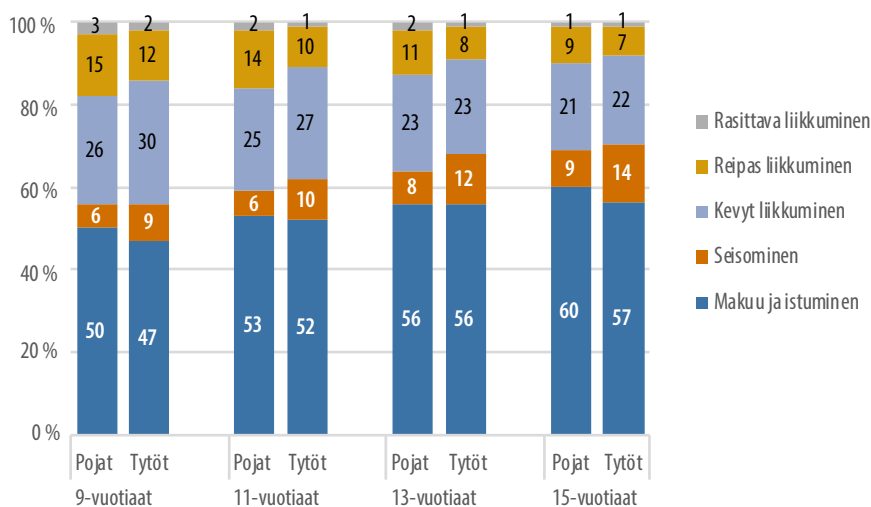
Seuraavassa esitellään tyttöjen ja poikien fyysisen aktiivisuuden sekä liikunnan harrastamisen tutkimustuloksia LIITU- ja Liikkuva koulu -tutkimusten tuoreimpien julkaisujen perusteella. Lisäksi kirjataan tyttöjen ja poikien liikuntaan liittyviä tuloksia muiden kyselytutkimusten perusteella.

## Tyttöjen ja poikien fyysinen aktiivisuus liikemittarilla

LIITU-tutkimuksessa keväällä 2016 lasten ja nuorten paikallaanoloa ja liikkumista mitattiin lantiolla pidettävällä liikemittarilla, jota osallistujat käyttivät viikon (7 päivää) ajan aina valveilla ollessaan. Tulitikkurasian kokoinen mittari oli kiinni kuminauhavyössä, jonka lapset ja nuoret pukivat ylleen aamulla herättyään ja riisuivat illalla nukkumaan mennessään. Mittari riisuttiin myös peseytymisen ja vesiliikunnan ajaksi. Liikkumista ja paikallaanoloa kuvaavat muuttujat laskettiin käyttäen kuuden sekunnin analyysijaksoa (epoch). Paikallaanolosta tunnistettiin istuminen, makaaminen ja seisominen, ja liikkuminen luokiteltiin tehon mukaan kolmeen luokkaan: kevyt, reipas ja rasittava (Suni ym. 2014). Paikallaanoloa ja liikkumista kuvaavina muuttujina käytettiin istumisen/makuulla olon, paikallaan seisomisen ja eri tehoisen liikkumisen keskimääräisiä osuuksia liikemittarin käyttöajasta. Lisäksi tarkasteltiin paikallaanolon ja eri tehoisen liikkumisen kokonaiskeston päivittäisiä keskiarvoja sekä sitä, kuinka monta askelta lapset ja nuoret keskimäärin ottivat päivän aikana. (Husu ym. 2016a, 16.)

Liikemittariaineistoa mitattiin 3 274 oppilaalta, joista 57 % oli tyttöjä. Heistä 90 % (n=2 931, 59 % tyttöjä) oli käyttänyt mittaria vähintään neljänä päivänä, ainakin kymmenen tuntia päivässä, mitä pidettiin tutkimuksessa riittävänä kuvaamaan paikallaanolon ja liikkumisen määrää valveillaoloaikana. Keskimäärin lapset ja nuoret käyttivät liikemittaria 14 tuntia päivässä. (Husu ym. 2016a, 17.)

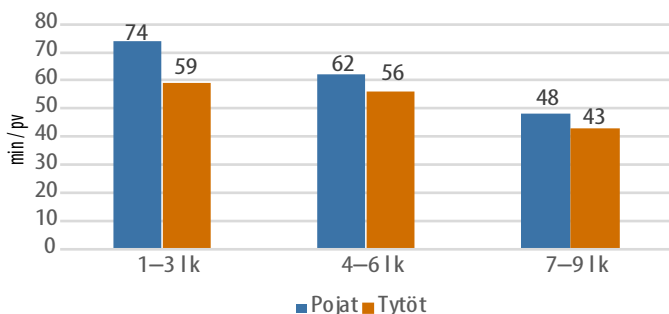
Mitatun tiedon mukaan tytöt ja pojat viettivät keskimäärin puolet valveillaoloajastaan istuen tai makuulla (kuvio 1). Pojille kertyi istuen ja makuulla hieman enemmän aikaa kuin tytöille. Seisomisen osuus oli tytöillä jonkin verran suurempi kuin pojilla. Seisomisen osuus kasvoi hieman nuoremmista vanhempiin ikäryhmiin siirryttäessä, erityisesti tytöillä. Suurin osa tyttöjen ja poikien liikkumisesta oli kevyttä. Tytöillä kevyttä liikkumista oli hieman enemmän kuin pojilla, mutta vanhemmissa ikäryhmissä ero tasoittui. Reipasta ja rasittavaa liikkumista kertyi kaikissa ikäluokissa pojille enemmän kuin tytöille. 15-vuotialla tytöillä rasittavaa liikkumista oli alle prosentti valveillaoloajasta. (Husu ym. 2016a, 18.)



**Kuvio 1.** Poikien ja tyttöjen paikallaanolon ja liikkumisen keskimääräiset osuudet valveillaoloajasta ikäryhmittäin (n = 2 931) (%) LIITU-tutkimuksessa. (Husu ym. 2016a.)

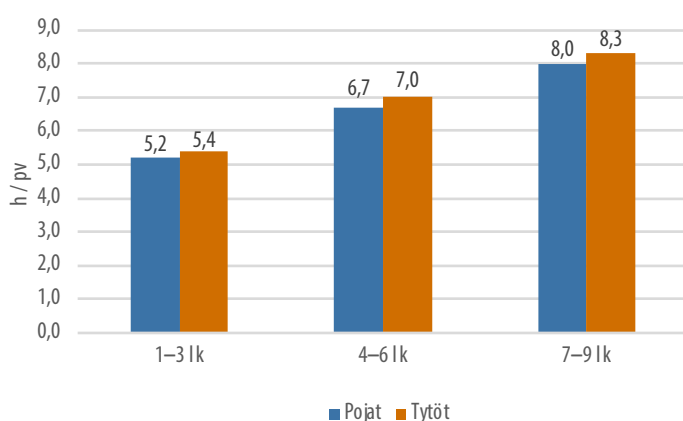
Liikkuva koulu -ohjelman tutkimuksessa ja seurannassa mitattiin vuosina 2010–2015 yhteensä 1 186 oppilaan (45 % poikia, 55 % tyttöjä) fyysistä aktiivisuutta lantiolla pidettävällä ActiGraph-liikemittarilla (Tammelin ym. 2015). Mittaustiedosta laskettiin paikallaanolon eli liikkumattoman ajan määrä sekä eri tehoisen liikunnan määrä koko päivän aikana sekä koulupäivän aikana. Tutkimuksessa käytettiin liikunnan eri tehoalueiden (liikkumaton aika sekä kevyt ja reipas liikunta) määrittämiseen Evensonin ym. (2008) raja-arvoja (Tammelin ym. 2013).

Liikemittarilla mitattujen tulosten mukaan oppilaiden liike vähenee iän myötä, ja tytöille kertyy kaikilla luokka-asteilla vähemmän reipasta liikuntaa kuin pojille (kuvio 2). Tyttöjen ja poikien välinen ero reippaan liikunnan määrässä oli selvä alakoulussa mutta vähäisempi eikä tilastollisesti merkitsevä ylemmillä luokilla. (Tammelin ym. 2015.)



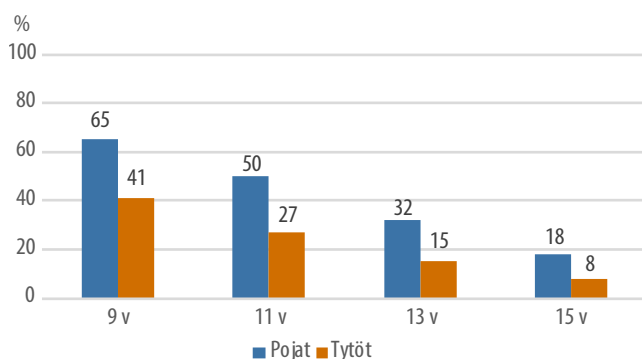
**Kuvio 2.** Liikemittarilla mitattu reippaan liikunnan määrä koko päivän aikana (min/pv) (Tammelin ym. 2015).

Liikkumattoman ajan määrä kasvaa iän myötä (kuvio 3). Eniten liikkumatonta aikaa, yli 8 tuntia valveillaoloaikana, kertyi yläkoululaisille. Tytöille kertyi päivän aikana enemmän liikkumatonta aikaa kuin pojille. Luokilla 1–3 tyttöjen ja poikien välinen ero ei ollut tilastollisesti merkitsevä, mutta 4.–9.-luokkalaisilla sukupuoliero oli tilastollisesti merkitsevä. Liikkumatonta aikaa kertyi vähiten 1.–3. luokkien pojille: 5,2 tuntia päivässä. (Tammelin ym. 2015.)



**Kuvio 3.** Pojille ja tytöille kertynyt liikkumaton aika päivän aikana liikemittarilla mitattuna (tuntia/pv) (Tammelin ym. 2015).

LIITU-tutkimuksessa mitattujen tietojen mukaan kolmasosa (34 %) lapsista ja nuorista saavutti liikuntasuosituksen eli liikkui reippaasti tai rasittavasti vähintään 60 minuuttia jokaisena mittauspäivänä (kuvio 4). Kaikissa tarkastelluissa ikäryhmissä suosituksen saavuttaneita poikia oli enemmän kuin tyttöjä. Liikkumisen väheneminen iän myötä näkyy sekä tytöillä että pojilla selvästi. 15-vuotiaista tytöistä alle kymmenes saavuttaa tunnin päivittäisen liikuntamäärän. (Husu ym. 2016a, 21.)



**Kuvio 4.** Liikuntasuosituksen (vähintään 60 minuuttia reipasta/rasittavaa liikumista jokaisena mittauspäivänä) saavuttavien tyttöjen ja poikien osuudet (n = 2931) (%) LIITU-tutkimuksen objektiivisten mittausten mukaan (Husu ym. 2016a).



Liikkuva koulu -mittausten mukaan liikuntasuosituksen täytti alakoululaisista tytöistä 40 % ja pojista 59 %, ja yläkoululaisista tytöistä 16 % ja pojista 22 %. Tulokset poikkeavat jonkin verran LIITU-tuloksista, joissa on käytetty hieman erilaista kriteeriä suosituksen toteutumisesta. LIITU-tutkimuksessa suosituksen täyttäväksi on laskettu ne oppilaat, joille tuli täyteen tunti liikuntaa jokaisena mittauspäivänä. Liikkuva koulu -tutkimuksessa suosituksen täyttäväksi on laskettu ne oppilaat, joiden seitsemänä päivänä kertyneen liikunnan keskiarvo ylitti tunnin.

LIITU-tulosten vertaaminen muihin kansainvälisiin tai kotimaisiin objektiivisiin mittauksiin on vaikeaa liikemittariaineiston analysointimenetelmiin liittyvien erojen vuoksi. LIITU-tutkimuksessa käytettyä menetelmää ja laskentatapaa on lapsilla ja nuorilla käytetty aikaisemmin vain alueellisesti rajatummassa Naantalin Liikkuva koulu -tutkimuksessa (Husu ym. 2016b). ActiGraph-mittaria käytetään paljon kansainvälisessä tutkimuksessa ja sen käyttäminen mahdollistaa tulosten vertailun. Esimerkiksi suomalaisten ja amerikkalaisten 1.–3.-luokkalaisten (6–8-vuotiaiden) oppilaiden fyysistä aktiivisuutta on vertailtu ActiGraph-mittarilla (Yli-Piipari ym. 2016). Tutkimuksessa pojille kertyi enemmän reipasta tai rasittavaa liikuntaa (MVPA) kuin tytöille sekä Suomen että Yhdysvaltojen aineistossa. Kevyessä liikunnassa ei ollut tilastollisesti merkitsevää eroa sukupuolten välillä. Molemmissa maissa tytöille kertyi enemmän liikkumatonta aikaa kuin pojille. Suomalaisten tyttöjen sekä poikien liikuntaan käyttämästä ajasta suurempi osuus oli koulupäivän aikaista kuin amerikkalaisten tyttöjen ja poikien. (Yli-Piipari ym. 2016.)

Alle kouluikäisten poikien ja tyttöjen liikkumisesta on saatu viime vuosina runsaasti lisää tietoa. Suomessa on meneillään useita varhaiskasvatusikäisten tutkimuksia, kuten Jyväskylän yliopiston tutkimushanke Taitavat tenavat, Folkhälsanin DAGIS-hanke sekä Turun lapsi- ja nuorisotutkimuskeskuksen Hyvän kasvun avaimet -tutkimus, jossa seurataan lasten ja heidän perheidensä hyvinvointia sekä lasten motorisia taitoja. Hyvän kasvun avaimet -tutkimuksen ensimmäisessä fyysistä aktiivisuutta koskevassa kansainvälisessä julkaisussa (Matarma ym. 2016) selvitettiin pienellä aineistolla (62 poikaa, 78 tyttöä) 5–6-vuotiaiden objektiivisesti mitattua liikkumista. Reipasta liikuntaa kertyi pojille hieman enemmän kuin tytöille (6,5 % vs. 5,6 %). Kevyessä tai raskaassa liikunnassa ei ollut eroa tyttöjen ja poikien välillä.

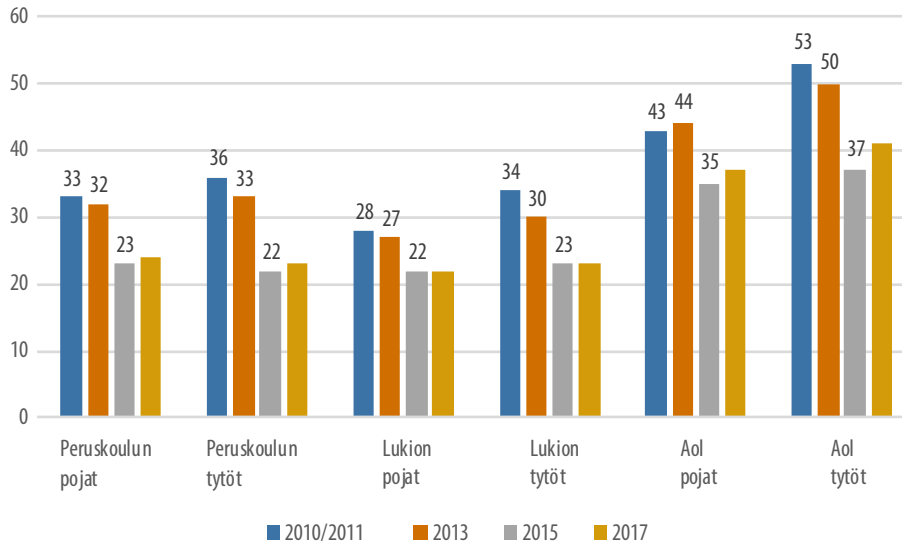
Soini (2015) tutki väitöskirjassaan kolmevuotiaiden lasten liikkumista ActiGraph-liikemittarilla sekä OSRAC-P -havainnointimenetelmällä. Alle kouluikäisten lasten fyysisen aktiivisuuden mittaaminen on sen spontaanin ja ennalta arvaamattoman luonteen vuoksi vaikeaa (mm. Cliff ym. 2009; Oliver ym. 2007; Pate ym. 2010; Trost 2007), ja luotettavien tulosten saamiseksi on suositeltavaa käyttää rinnakkain useita erilaisia, subjektiivisia ja objektiivisia mittaamenetelmiä. Soinin tutkimukseen osallistui syksyn 2010 (elo-lokakuu) aikana 48 poikaa ja 48 tyttöä, ja talven 2011 (tammi-helmikuu) aikana 50 poikaa ja 44 tyttöä.

Soinin (2015) mukaan lasten fyysinen aktiivisuus päiväkodissa oli pääosin intensiteetiltään erittäin kevyttä, ja vain noin 2 % havainnoinneista kuului vähintään kohtuullisesti kuormittavaan leikkiin (Soini ym. 2014b). Jo kolmivuotiaiden joukossa ilmeni sukupuoliero siten, että pojat olivat aktiivisempia kuin tytöt. Poikien fyysinen aktiivisuus oli kuormittavampaa kuin tyttöjen, ja sukupuolten väliset erot korostuivat erityisesti talvella (Soini ym. 2014a) sekä päiväkotipäivien aikana (Soini ym. 2014c). Tulosten mukaan vain harva kolmevuotias liikkui reippaasti kaksi tuntia päivittäin, mikä oli vuoden 2005 Varhaiskasvatuksen liikunnan suositusten määrällinen tavoite. Erityisesti pienten lasten kohdalla suositusten täyttävien osuuden vertailu eri tutkimusten välillä on vaikeaa, koska niissä on käytetty eri suosituskriteerejä ja eri raja-arvoja liikemittareille (Soini 2015).

### Tyttöjen ja poikien fyysinen aktiivisuus kyselyissä

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) toteuttama Kouluterveyskysely tuottaa valtakunnallista seurantatietoa lasten ja nuorten hyvinvoinnista. Liikunnan osoittimena on vuodesta 1996 lähtien käytetty kysymystä ”Kuinka monta tuntia viikossa tavallisesti harrastat liikuntaa vapaa-aikanasi niin, että hengästyit ja hikoilet?”, ja vastausvaihtoehdot ovat en yhtään; noin ½ tuntia; noin 1 tunti; noin 2–3 tuntia; noin 4–6 tuntia; noin 7 tuntia tai enemmän. Kouluterveyskyselyn raportointiin on valittu indikaattoriksi niiden nuorten osuus, jotka harrastavat hengästyttävää ja hikoiluttavaa liikuntaa vapaa-ajalla korkeintaan tunnin viikossa. Tätä voidaan pitää vähän liikkuvien osuutena. Vertailukelpoisia tietoja on kerätty 8.–9.-luokkalaisilta vuodesta 1996, lukioissa vuodesta 1999 ja ammatillisissa oppilaitoksissa vuodesta 2008 alkaen. Alakoulun 4.–5.-luokkalaiset ja heidän huoltajansa ovat olleet mukana vuodesta 2017 alkaen. Kaikki Kouluterveyskyselyn tulokset raportoidaan sukupuolittain.

Vuoden 2017 Kouluterveyskyselyn (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos THL 2017) mukaan 8.–9.-luokkalaisista pojista 24 % ja tytöistä 23 % harrastaa hengästyttävää ja hikoiluttavaa liikuntaa vapaa-ajallaan korkeintaan tunnin viikossa (kuvio 5). Osuus lukiolaisista pojista on 22 % ja tytöistä 23 % sekä ammattikoululaisista pojista 37 % ja tytöistä 41 %. Tämä vähän liikkuvien osuus laski kaikissa ikäluokissa vuosina 2010–2015 eli vähän liikkuvien tyttöjen ja poikien osuus pienentyi. Tuoreimmassa, vuoden 2017 kyselyssä vähän liikkuvien osuus kuitenkin nousi hieman kaikilla muilla paitsi lukiolaisilla. Sukupuolten erot vähän liikkuvien osuudessa ovat tasoittuneet 2010-luvulla ja ovat kussakin ikäluokassa vähäiset.



**Kuvio 5. Vähän liikkuvien osuus: Niiden poikien ja tyttöjen osuus, jotka ilmoittavat harrastavansa hengästyttävää ja hikoiluttavaa liikuntaa vapaa-ajallaan korkeintaan tunnin viikossa. Vakioimattomat prosenttiosuudet peruskoulun 8. ja 9. luokan oppilaista sekä lukion ja ammatillisten oppilaitosten (Aol) 1. ja 2. vuoden opiskelijoista vuosina 2010/2011–2017. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos THL 2017.)**

Vuonna 2017 Kouluterveyskyselyyn lisättiin toinen liikunnan kysymys: ”Mieti kaikkea liikumistasi viimeksi kuluneen 7 päivän aikana. Kuinka monena päivänä olet liikkunut ainakin tunnin päivässä” ja vastausvaihtoehdot olivat 0, 1, 2, 3, 4, 5, 6 tai 7 päivänä. Tästä kysymyksestä saadaan analysoitua niiden lasten ja nuorten osuus, jotka liikkuvat suosituksen mukaan eli vähintään tunnin joka päivä. Samantyylistä kysymysmuotoa on käytetty myös WHO-Koululaistutkimuksessa ja LIITU-kyselyissä. Kysymysmuoto ei kuitenkaan ole täysin sama kaikissa kyselyissä, mikä voi osaltaan selittää eroja eri tutkimusten välillä.

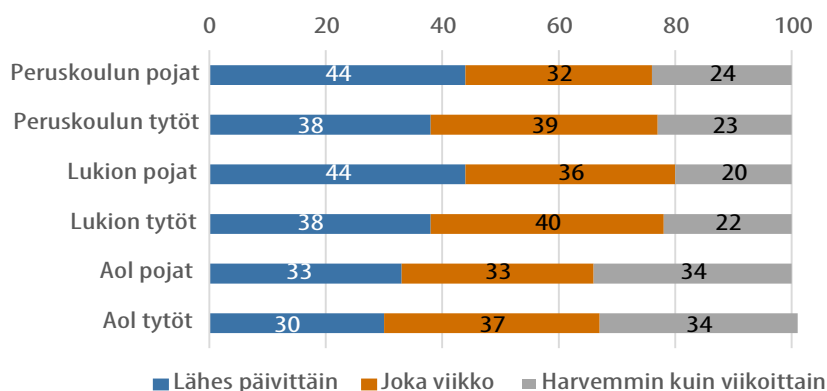
Kouluterveyskyselyn mukaan 4.–5.-luokkalaisista (n=94 766) pojista 50 % ja tytöistä 40 % täyttää tunnin päivittäisen liikuntasuosituksen (taulukko 1). 8.–9-luokkalaisista (n=72 115) pojista suosituksen täyttää 23 % ja tytöistä 16 %, lukion (n=34 674) pojista 16 % ja tytöistä 11 % sekä ammattikoulun (n=30 568) pojista 14 % ja tytöistä 11 %.

LIITU-tutkimuksen (Kokko ym. 2016) kyselyiden (n=7 340) mukaan 36 % pojista ja 27 % tytöistä (9–15 v.) liikkuu suosituksen mukaisesti, vähintään tunnin päivässä joka päivä. Samansuuntaisia tuloksia on saatu vuonna 2014 WHO-Koululaistutkimuksessa, jonka mukaan 33 % pojista ja 23 % tytöistä liikkuu 11–15-vuotiaana suosituksen mukaan (Tuloskortti 2016, 11). Pojat täyttävät liikuntasuosituksen yleisemmin kuin tytöt (Kokko ym. 2016, 11).

**Taulukko 1. Liikuntasuosituksen täyttävien poikien ja tyttöjen osuus (%) kyselytutkimuksissa.**

	Pojat (%)	Tytöt (%)
<b>Kouluterveyskysely 2017</b>		
4–5 lk	50	40
8–9 lk	23	16
lukiolaiset	16	11
ammattikoululaiset	14	11
<b>LIITU 2016</b>		
9–15 v	36	27
<b>WHO-Koululaistutkimus 2014</b>		
11–15 v	33	23

Omatoimisen liikunnan harrastamista on Kouluterveyskyselyssä kartoitettu vuodesta 2015 lähtien yhdellä monivalintakysymyksellä; ”Kuinka usein teet seuraavia asioita kouluajan ulkopuolella?” Kysymyksen osio ”1) harrastan urheilua tai liikuntaa omatoimisesti”. Vastausvaihtoehdot: 1) lähes päivittäin, 2) joka viikko, 3) joka kuukausi, 4) harvemmin, 5) en koskaan. Sukupuolten erot vastauksissa ovat tilastollisesti merkitseviä mutta eivät merkittäviä (kuvio 6). Kaikissa ikäluokissa hieman suurempi osuus pojista kuin tytöistä vastaa harrastavansa omatoimista liikuntaa lähes päivittäin. Vastaavasti hieman suurempi osuus tytöistä kuin pojista vastaa harrastavansa omatoimista liikuntaa joka viikko. Harvemmin kuin viikoittain harrastavissa sukupuolten välillä ei ole juurikaan eroa. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos THL 2017.)

**Kuvio 6. Omatoimisen liikunnan harrastaminen Kouluterveyskyselyn mukaan (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos THL 2017).**

Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimuksessa kartoitetaan 7–29-vuotiaiden vapaa-aikaa, erityisesti mediasuhdetta, harrastamista ja liikuntaa. Tutkimus on jatkoa aiemmin Nuorten vapaa-aikatutkimuksen nimellä kulkeneelle julkaisusarjalle, jonka nimi päivitettiin kohde-ryhmän alaikärajan laskemisen myötä. Jatkossa tutkimukseen on tarkoitus ottaa mukaan

myös esikouluikäiset, sillä hankkeen tutkijoiden mukaan alle kouluikäisten kokemustieto on jäänyt Suomessa katvealueelle (Merikivi ym. 2016, 5). Tutkimuksessa selvitetään liikunnan säännöllisyyttä, liikuntalajeja, liikkumisen tapoja ja paikkoja sekä liikkumattomuuden syitä. Vapaa-aikatutkimus toteutetaan haastatteluin, osin puhelimitse. Sukupuoli kysytään haastattelussa erikseen, ja sukupuoli on mahdollisuus valita tyttö/nainen, poika/mies, muu tai en halua kertoa. (Merikivi ym. 2016, 15). Vapaa-aikatutkimuksen kaikkia tuloksia ei ole raportoitu sukupuolittain.

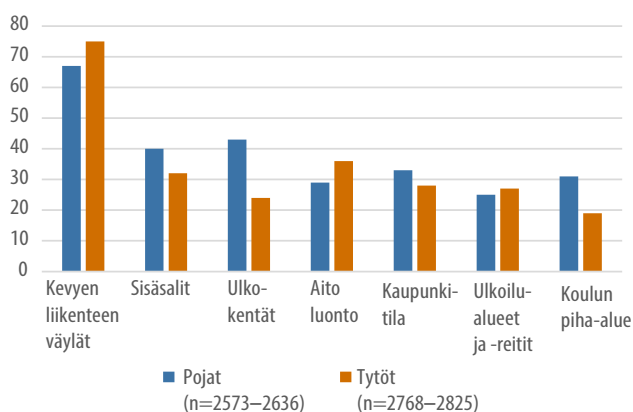
Vapaa-aikatutkimuksen (n=1 205) mukaan 93 % tytöistä ja 90 % pojista harrastaa vapaa-ajallaan jonkinlaista liikuntaa. Tytöistä 3 % ja pojista 6 % ei harrasta eikä edes haluaisi harrastaa liikuntaa. Liikunnan harrastamisen raportoidaan kasvaneen selvästi vuodesta 2012 vuoteen 2015, mutta tutkijat toteavat, että kyselytutkimuksen menetelmin liikkumisesta saadut tulokset ovat osoittautuneet rajallisiksi, eikä liikkujien määrän kasvu välttämättä kuvaa liikkumisen todellista lisääntymistä vaan sitä, että liikunnaksi lasketaan enemmän asioita kuin ennen. (Merikivi ym. 2016, 77–78.)

Hengästyttävän ja hikoiluttavan liikunnan harrastamisen ilmoitetuissa viikkomäärissä ei ole merkitseviä eroja sukupuolten välillä 7–29-vuotiaiden ikäluokassa tarkasteltuna. Tytöistä 25 % ja pojista 28 % ilmoittaa harrastavansa päivittäin hengästyttävää ja hikoiluttavaa liikuntaa ainakin puoli tuntia kerrallaan. Tytöistä 7 % ja pojista 9 % ilmoittaa harrastavansa hengästyttävää ja hikoiluttavaa liikuntaa harvemmin kuin 1–2 kertaa viikossa. (Merikivi ym. 2016, 79.)

Vapaa-aikatutkimuksen (2016) mukaan 7–29-vuotiaiden tyttöjen ja poikien kaksi eniten harrastamaa liikuntalajia ovat juoksu/lenkkeily ja pyöräily. Tyttöillä seuraavaksi eniten mainintoja keräsivät ulkoilu/kävely ja kuntosali, pojilla puolestaan jalkapallo ja kuntosali. Selvin sukupuolten välinen ero suosituimmissa liikuntamuodoissa on jalkapallon harrastamisessa: pojista 20 % vastasi pelaavansa joskus jalkapalloa, tytöistä 7 %. Toinen selvästi sukupuolittunut liikuntaharrastus on raportin mukaan sähly/salibandy: pojista 14 % kertoi pelaavansa ainakin joskus, kun taas tytöistä vain muutamat mainitsivat sählyn/salibandyn. Lajien harrastamisen yleisyys vaihtelee molemmilla sukupuolilla runsaasti iän mukaan. Pyöräily, ulkoilu ja kävely näyttäisivät olevan liikuntamuotoja, jotka säilyttävät suosionsa läpi lapsuuden ja nuoruuden (Merikivi ym. 2016, 90–93.)

Vapaa-aikatutkimuksen mukaan lasten ja nuorten liikkumistavoissa on tapahtunut muutoksia vuosien 2012 ja 2015 kyselyjen välillä. Tutkijat esittävät, että perinteiset liikuntamuodot ovat menettämässä asemiaan ja niiden tilalle on nousemassa uusia tanssimuotoja, trampoliinilla hyppimistä, skeittaamista ja potkulautailua. Samalla kuitenkin toistetaan, että tulosten perusteella on vaikea tehdä pitkälle meneviä johtopäätöksiä, sillä kyse saattaa olla myös liikunnan käsitteen laajenemisesta. (Merikivi ym. 2016, 7.)

LIITU-kyselyssä vuonna 2016 tiedusteltiin lasten ja nuorten käyttämiä liikuntapaikkoja, joiden luokitus perustui valtakunnalliseen LIPAS-liikuntapaikkaluokitteluun. Kyselytulosten mukaan kevyen liikenteen väylät ovat sekä tyttöjen (75 %) että poikien (67 %) käytetyin liikkumisen paikka (kuvio 7) (Suomi ym. 2016). Pojat käyttävät tyttöjä enemmän sisäsälejä, ulkokenttiä ja koulun pihoja, tytöt puolestaan liikkuvat enemmän luonnossa.



**Kuvio 7.** Tyttöjen ja poikien käyttämät liikkumisen paikat kouluajan ulkopuolella vapaa-aikana noin kerran viikossa tai useammin LIITU-kyselyn mukaan (Suomi ym. 2016).

Lasten ja nuorten liikunnan tilasta ja sen edistämisestä koottiin vuonna 2016 tutkimustietoon perustuva yhteenveto Tulokortti (Tammelin ym. 2016; Tulokortti 2016). Tulokortin laadinta oli osa kansainvälistä hanketta, jossa yhteensä 38 maata kokosi vastaavat tiedot maansa lasten ja nuorten liikunnasta. Tulokortissa tarkasteltiin lasten ja nuorten liikunnan kokonaisuutta seuraavien kymmenen osa-alueen kautta: fyysinen kokonaisaktiivisuus, istuminen ja paikallaanolo, varhaiskasvatus, koulu, aktiivinen kulkeminen, omatoiminen liikunta ja leikki, perhe ja kaverit, organisoitu liikunta ja urheilu, kuntatason päätöksenteko ja rakennettu ympäristö sekä valtakunnan tason toimenpiteet. Tulosten tarkastelu sukupuolittain jaoteltuna oli peruseriaate Suomen Tulokortissa. Kansainvälisen tulokorttihankkeen taustalla oleva allianssi Active Healthy Kids Global Alliance ei ole ohjeistanut osallistujamaita tulosten tarkasteluun sukupuolittain, mutta lähes kaikkien osallistujamaiden tulokorteissa sukupuolinäkökulma on huomioitu. Se, että pojat ovat fyysisesti aktiivisempia kuin tytöt, on tulosten mukaan maailmanlaajuinen ilmiö. Tämä näkyy muun muassa fyysisessä kokonaisaktiivisuudessa, organisoidussa liikunnassa, aktiivisessa kulkemisessa ja omatoimisessa liikunnassa. (Tulokortti 2016.)

### Tyttöjen ja poikien fyysinen toimintakyky

Osana Liikkuva koulu -ohjelman seurantatutkimusta toteutettiin vuosina 2013–2015 lasten ja nuorten fyysisen toimintakyvyn Move!-mittaukset yhdeksässä koulussa. Mittaukseen osallistui noin 1 500 oppilasta. Mittauksissa oli neljä osiota, joissa mittaukset olivat

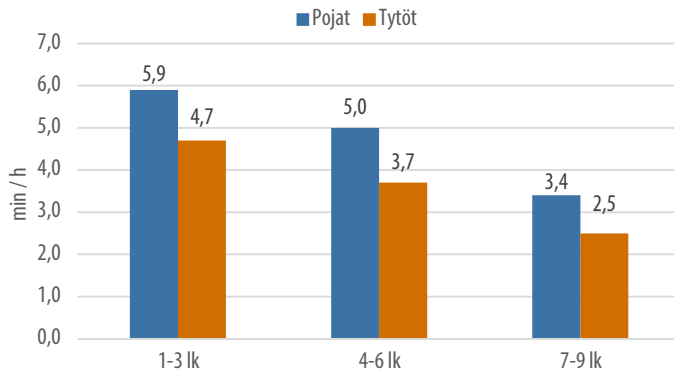
tyttöillä ja pojilla samanlaiset: kestävyyskunnon mittaus 20 metrin viivajuoksulla, ylävartalon kohotus, vauhditon viisloikka ja liikkuvuusmittaukset. (Sääkslahti ym. 2015.) Kahdessa mittausosiossa (etunojapunnerrus ja heitto-kiinniottoyhdistelmä) suoritusohjeet olivat erilaiset tytöille ja pojille. Aiempien tutkimustulosten mukaisesti tutkimusaineisto osoitti, että fyysiset ominaisuudet ovat keskimääräisesti vanhemmilla oppilailla parempia kuin nuoremmilla, ja pojilla parempia kuin tyttöillä (Malina ym. 2004), poikkeuksena liikkuvuus, jossa tytöt saivat parempia tuloksia kuin pojat.

Tätä laajaa tutkimusaineistoa hyödynnettiin paitsi tutkimustarkoituksiin, myös tukemaan fyysisen toimintakyvyn seurantajärjestelmän (Move!) käyttöönottoa. Fyysisen toimintakyvyn seurantajärjestelmä otettiin käyttöön valtakunnallisesti syksyllä 2016 ja se koskettaa vuodesta 2018 alkaen jokaista suomalaista peruskoulussa opiskelevaa 5.- ja 8.-luokkalaista. Move! tuottaa muun muassa tietoa oppilaan fyysisestä toimintakyvystä 5. ja 8. vuosiluokilla tehtäviin laajoihin terveystarkastuksiin. Kokonaisuuteen kuuluvat muun muassa kouluissa toteutettavat fyysisen toimintakyvyn mittaukset, yksilöllinen opettajan ja terveydenhoitajan antama palaute sekä valtakunnallisen aineiston kokoava Harava-tiedonkeruujärjestelmä. Oppilaiden liikunta ja hyvinvointi -seurantatutkimuksen aineistosta muodostettiin viitearvot Move!-järjestelmän palauteosiota varten. Viitearvot on luotu tytöille ja pojille sekä eri ikäryhmille erikseen.

## 3.2 Koulupäivän aikainen liikkuminen

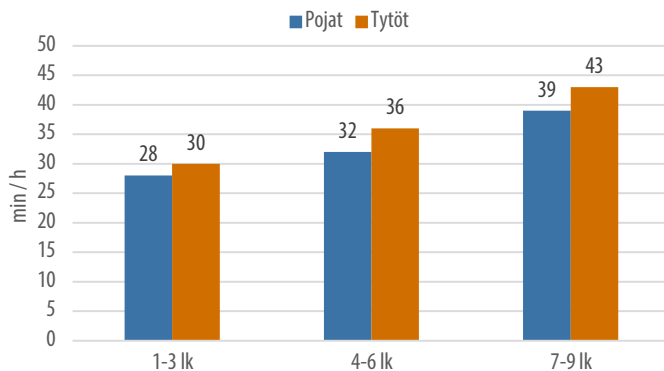
Koulu on merkittävä lasten ja nuorten fyysisistä aktiivisuutta säätelevä tekijä. Liikkuva koulu -ohjelman tutkimuksessa on tarkasteltu oppilaiden liikkumista erikseen koulupäivän aikana ja koko päivän aikana (Tammelin ym. 2015). Keskimäärin kolmasosa (34 %) päivän reipasta liikunnasta kertyy koulupäivän aikana, ja vähän liikkuvilla oppilailla lähes puolet (42 %). Päivittäisestä paikallaanolosta 47 % tapahtuu koulussa.

Koulupäivän aikana pojat liikkuvat selvästi enemmän kuin tytöt. Reipasta liikuntaa koulupäivän aikana kertyy eniten 1.–3. -luokkalaisille pojille (kuvio 8). Vähiten reipasta liikuntaa kertyy 7.–9.-luokkalaisille tytöille. Suurimmillaan sukupuolten välinen ero on 4.–6. -luokkalaisilla, jolloin pojille kertyy keskimäärin 1,3 minuuttia tunnissa enemmän liikettä kuin tytöille. (Tammelin ym. 2015.)



**Kuvio 8.** Tytöille ja pojille kertynyt reippaan liikunnan määrä koulupäivän aikana (min/tunti) (Tammelin ym. 2015).

Liikkumatonta aikaa kertyi koulupäivän aikana tytöille kaikissa ikäluokissa enemmän kuin pojille (kuvio 9) (Tammelin ym. 2015). 1.–3. luokilla sukupuolten välinen ero on 2 minuuttia tunnissa ja 4.–9. luokilla 4 minuuttia tunnissa.



**Kuvio 9.** Tytöille ja pojille kertynyt liikkumaton aika koulupäivän aikana (min/tunti) (Tammelin ym. 2015).

Yli-Piipari ym. (2016) ovat vertailleet suomalaisten ja amerikkalaisten 1.–3.-luokkalaisten (6–8-vuotiaiden) oppilaiden fyysistä aktiivisuutta liikuntatunteja sisältävinä koulupäivinä ja muina koulupäivinä. Molemmissa maissa tytöille kertyi enemmän liikkumatonta aikaa kuin pojille, ja sukupuolierot olivat samanlaisia liikuntatunteja sisältävinä koulupäivinä ja muina koulupäivinä. Molemmissa maissa tytöille ja pojille kertyi enemmän reipasta ja raskasta liikuntaa sellaisina koulupäivinä, jotka sisälsivät liikuntatunteja, verrattuna päiviin, jolloin ei ollut liikuntatunteja. (Yli-Piipari ym. 2016.)



## Liikkuminen välitunneilla

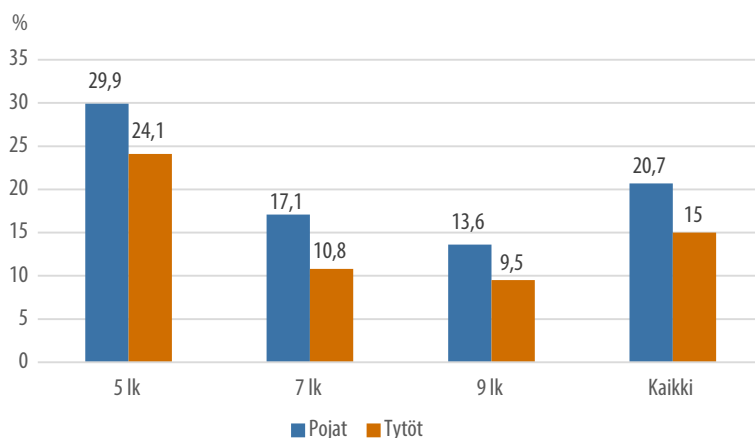
Lapset ja nuoret viettävät aikaa välitunneilla useita tunteja viikoittain, joten välituntiliikunta voi muodostaa merkittävän osan koululaisten liikunta-aktiivisuudesta. Välituntiliikuntaan osallistumisella on yhteys tyttöjen ja poikien kokemiin sosiaalisiin tekijöihin koulussa, kuten vertaissuhteisiin ja yhteenkuuluvuuden tunteeseen sekä kouluilmapiiriin (Haapala ym. 2014).

LIITU-tutkimuksessa välituntiliikuntaa on selvitetty kolmella kysymyksellä (Rajala ym. 2016). Välituntien viettopaikkaa selvitettiin kysymällä, viettävätkö oppilaat välituntinsa sisällä vai ulkona. Välituntiliikunnan määrää selvitettiin tiedustelemalla kahdella eri monivalintakysymyksellä, mitä tytöt ja pojat yleensä tekevät koulussa välitunneilla. Tulokset on raportoitu luokkatason ja sukupuolen mukaan.

Poikien ja tyttöjen välillä ei juurikaan ollut eroa välituntien viettopaikassa. Lähes kaikki alakoululaiset tytöt ja pojat viettivät välituntinsa ulkona. Seitsemäsluokkalaisista pojista 55 % ja tytöistä 45 % vietti välituntinsa ulkona. Yhdeksäsluokkalaisista pojista 46 % ja tytöistä 41 % vietti välituntinsa ulkona. (Rajala ym. 2016, 46.)

Välitunneilla istumista tarkasteltiin erikseen ulko- ja sisävälituntien osalta. Ulkovälitunneilla yläkoululaiset istuivat selvästi enemmän kuin alakoululaiset. Poikien ja tyttöjen välillä ei ollut juurikaan eroja. Sisävälitunneilla istuminen oli huomattavasti yleisempää kuin ulkovälitunneilla. Hieman suurempi osuus pojista kuin tytöistä istui kaikilla tai useimmilla välitunneilla. (Rajala ym. 2016, 47.)

Välituntiliikunnan kokonaismäärää voidaan kuvata niin sanotulla välituntiliikuntaindeksillä (ks. Rajala ym. 2014), joka sisältää kävelyn, liikuntapelit ja -leikit, pallopelit, osallistumisen ohjattuun välituntiliikuntaan sekä toimimisen välituntiliikunnan ohjaajana. Mitä suurempi välituntiliikuntaindeksi on, sitä enemmän ja reippaammin koululaiset liikkuvat välituntien aikana (vaihteluväli 0–63). Välituntiliikunnan kokonaismäärää kuvaavan välituntiliikuntaindeksin luotettavuutta on aikaisemmin tutkittu suhteessa kiihtyvyyssanturimittareilla mitattuun välituntiliikunnan määrään, jolloin mittareiden on todettu mittaavan samaa asiaa. (Rajala ym. 2014.) Välituntiliikuntaindeksin mukaan tarkasteltuna välituntiliikunnan määrässä oli selvä ero alakoululaisten ja yläkoululaisten välillä sekä sukupuolten välillä (kuvio 10). Pojat liikkuivat tyttöjä enemmän kaikilla luokkatasoilla.



**Kuvio 10.** Tyttöjen ja poikien välituntiliikunnan määrää kuvaava välituntiliikuntaindeksi viides-, seitsemäs- ja yhdeksäsluokkalaisilla (vaihteluväli 0-63, n=5446) (Rajala ym. 2016).

## Subjektiiivinen sosiaalinen asema ja liikkuminen

Nuoren subjektiiivinen sosiaalinen asema rakentuu kahdesta ulottuvuudesta: nuoren arviosta hänen omasta paikastaan kouluyhteisön sosiaalisessa arvojärjestyksessä sekä nuoren arviosta hänen perheensä paikasta yhteiskunnallisessa arvojärjestyksessä (Goodman ym. 2001). Subjektiiivisen sosiaalisen aseman ja liikkumisen yhteyttä ei ole juurikaan tutkittu.

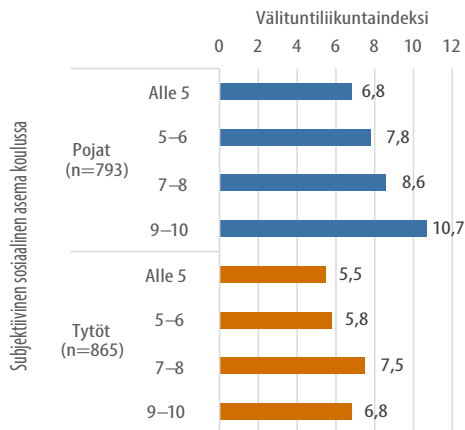
Subjektiiivista sosiaalista asemaa voidaan mitata kymmenportaisen tikapuumallin avulla (Goodman ym. 2001). Tikapuumallissa ylimmät askelmat kuvaavat korkeaksi koettua sosiaalista asemaa ja alimmat askelmat matalaksi koettua asemaa. Suomalaiset yläkoululaiset sijoittivat itsensä sosiaalista asemaa kuvaaville kouluyhteisötikkaille yleisimmin portaille 7–8 (taulukko 2). Pojat sijoittivat tyttöjä useammin itsensä kouluyhteisöä kuvaavien tikapuiden ylimmille askelmille. (Rajala ym. 2014.)

**Taulukko 2.** Poikien ja tyttöjen subjektiiivinen sosiaalinen asema koulussa (Rajala ym. 2014).

Subjektiiivinen sosiaalinen asema koulussa	Pojat (n=809)	Tytöt (n=869)
<b>Keskiarvo (Keskihajonta)</b>	<b>7,0 (2,1)</b>	<b>6,2 (2,1)</b>
Alle 5 (%)	11,2	20,7
5–6 (%)	20,4	29,1
7–8 (%)	47,2	39,4
9–10 (%)	21,1	10,8

Välituntiliikunnan kokonaismäärää mittaavan välituntiliikuntaindeksin keskiarvo oli pojilla korkeampi kuin tytöillä (8,7 vs. 6,5), eli pojat olivat indeksin perusteella välituntisin liikunnallisesti aktiivisempia kuin tytöt. (Rajala ym. 2014.) Sekä poikien että tyttöjen kokema

subjektiivinen sosiaalinen asema koulussa oli yhteydessä välituntiaktiivisuuteen. Ne nuoret, jotka kokivat asettuvansa kouluhierarkian ylemmille portaille, liikkuvat välitunneilla enemmän kuin ne, jotka asettivat itsensä kouluhierarkian alemmille portaille (kuvio 11). Pojat liikkuvat tyttöjä enemmän kaikilla sosiaalisen aseman tasoilla. (Rajala ym. 2014.)



**Kuvio 11.** Poikien ja tyttöjen subjektiivinen sosiaalinen asema koulussa ja liikunta-aktiivisuus välitunneilla välituntiliikuntaindeksin keskiarvojen mukaan (Rajala ym. 2014).

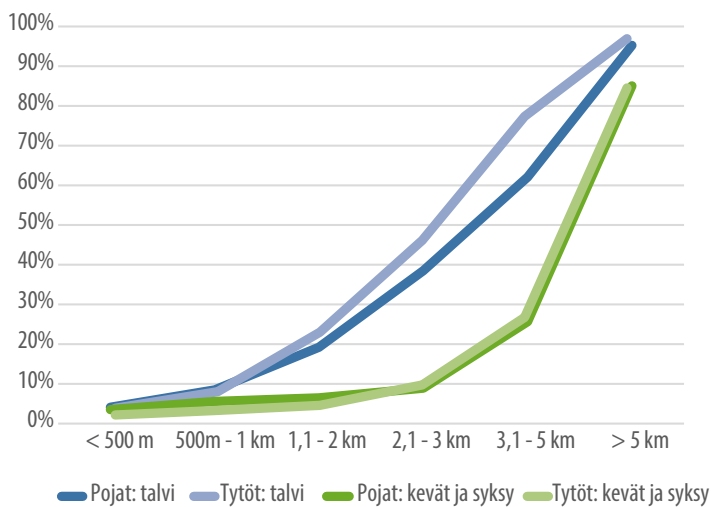
Tutkimuksessa selvitettiin tyttöjen osalta, eroavatko nuorten tiloihin liittämät merkitykset suhteessa nuoren kokemaan subjektiiviseen koulu yhteisöasemaan. Subjektiivisen sosiaalisen asemansa korkeaksi kokevat tytöt liittivät enemmän myönteisiä merkityksiä koulun tiloihin kuin tytöt, joiden subjektiivinen sosiaalinen asema oli matalampi. He kokivat myös fyysisen liikkumisympäristönsä sekä sosiaalisen liikkumisvapautensa laajemmaksi. Erot liittyivät nuorten välisiin vuorovaikutussuhteisiin. (Rajala ym. 2015.) Edellä mainitut seikat voivat selittää, miksi koulu yhteisöasemansa korkeaksi kokevat tytöt liikkuvat koulun tiloissa koulupäivän aikana enemmän kuin tytöt, jotka kokevat oman sosiaalisen asemansa matalaksi.

## Koulumatkojen kulkeminen

Koulumatkojen aktiivista kulkemista on selvitetty osana Liikkuva koulu -ohjelman 2012–2015 seurantaa (Kallio ym. 2016a). Tutkimukseen osallistui oppilaita luokilta 4–9. Yhteensä osallistujia oli 5 107, näistä 51 % oli tyttöjä ja 49 % poikia. Tiedot kerättiin oppituntien aikana verkkokyselyinä, jossa kysyttiin koulumatkan pituutta sekä kulkutapaa keväisin ja syksyisin sekä talvisin.

Suomessa suurin osa sekä tytöistä (93 %) että pojista (92 %) kulkee alle 5 kilometrin mittaiset koulumatkansa omin voimin keväisin ja syksyisin (kuvio 12). Talvisin vastaavat luvut

ovat tytöillä 75 % ja pojilla 79 %. Moottoriajoneuvolla kulkeminen yleistyy molemmilla sukupuolilla samalla tavalla, kun matka kouluun pitenee. Tytöt ovat poikia hieman aktiivisempia keväisin ja syksyisin lyhyillä koulumatkoilla, pojat puolestaan tyttöjä aktiivisempia talvisin 3–5 km matkoilla. Suurimmat sukupuolierot löytyvät aktiivisen kulkutavan valinnassa. Tytöt kävelevät kouluun poikia yleisemmin, poikien keskuudessa puolestaan pyöräily on tyttöjä yleisempää, etenkin talvisin. (Kallio ym. 2016a.)

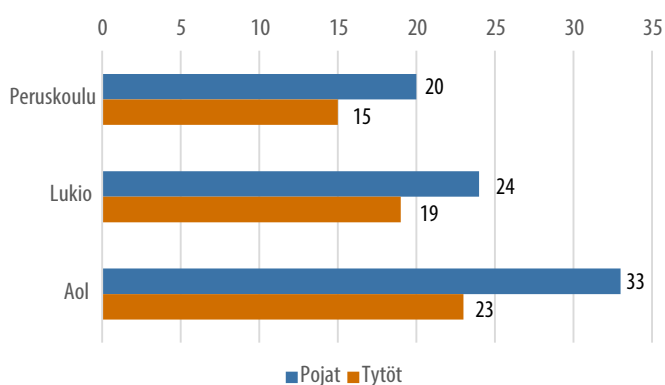


**Kuvio 12.** Koulumatkansa moottoriajoneuvolla kulkevien oppilaiden osuus (%) koulumatkan pituuden mukaan eroteltuna. Osuudet erikseen tytöille ja pojille keväisin (vihreän sävyt) ja syksyisin (sinisen sävyt). (Kallio ym. 2016a.)

Uusimmassa LIITU-kyselyssä on käytetty samoja koulumatkaa selvittäviä kysymyksiä kuin Liikkuva koulu -tutkimuksessa, ja tulokset ovat samansuuntaisia. Koulumatkojen kulkeminen aktiivisesti on yhtä yleistä pojilla ja tytöillä, mutta kulkutavassa on sukupuolten välisiä eroja: pojat pyöräilevät kouluun yleisemmin kuin tytöt, ja tytöt kävelevät kouluun yleisemmin kuin pojat. Ero on suurin talvella, jolloin pojat kulkevat pyörällä kouluun kolme kertaa yleisemmin kuin tytöt (pojat 18 % vs. tytöt 6 %). (Kallio ym. 2016b, 50.)

**POJAT KULKEVAT TALVISIN PYÖRÄLLÄ KOULUUN KOLME KERTAA YLEISEMMIN KUIN TYTÖT.**

Kouluterveyskyselyssä on vuodesta 2015 lähtien kysytty koulumatkan kulkemista kysymyksellä ”Kuinka kauan yleensä kävelet tai pyöräilet koulumatkoillasi? Huomioi myös matka bussipysäkille ja pysäkiltä oppilaitokseen ja kotiin.” Kysymyksestä saadaan selville mopolla tai autolla kulkevien osuus ja opiskelijoiden arvioima aktiiviseen kulkemiseen käytetty aika. Kyselyssä ei erotella matkan pituutta tai aktiivisen kulkemisen tapaa. Moottoriajoneuvolla kulkemisessa sukupuolten erot ovat selvät: pojat tulevat kouluun yleisemmin moottoriajoneuvolla kuin tytöt (kuvio 13). Moottoriajoneuvolla kulkeminen on sekä tytöillä että pojilla yleisintä ammattikoulussa, jossa 33 % pojista ja 23 % tytöistä kulkee koko matkan mopolla tai autolla.



**Kuvio 13.** Koulumatkan moottoriajoneuvolla kulkevien tyttöjen ja poikien osuudet peruskouluissa, lukioissa ja ammattioppilaitoksissa (Aol) (Terveys ja hyvinvoinninlaitos THL 2015).

## Liikunta ja oppiminen

Lasten ja nuorten heikentynyt fyysinen kunto ja vähäinen liikunnan määrä on herättänyt huolta siitä, millaiset vaikutukset istuvalla elämäntavalla ja heikentyneellä fyysisellä kunnolla on – ei pelkästään lasten ja nuorten terveyteen, vaan myös oppimiseen ja koulumenestykseen. Aiemmissa tutkimuksissa runsaampi liikunnan määrä ja hyvä kestävyyskunto on yhdistetty parempaan kognitiiviseen toimintaan ja oppimistuloksiin.

Liikunta, aivot ja oppiminen -tutkimuksessa selvitettiin, miten fyysisen toimintakyvyn eri osa-alueet, kuten kestävyys, voima, nopeus, liikkuvuus ja motoriset taidot, ovat yhteydessä koulumenestykseen. Tutkimukseen osallistui 605 oppilasta vuosiluokilta 4–7 (keski-ikä 13,0 vuotta, tyttöjä 49 %) keväällä 2013. Tutkimuksessa hyvä kestävyyskunto, alaraajojen voima- ja nopeusominaisuudet, ylävartalon voima sekä kehon liikkuvuus olivat positiivisesti yhteydessä koulumenestykseen. Yhteydet olivat pääosin samankaltaiset tytöillä ja pojilla. (Syväoja ym. 2015.)

Liikunnan ja oppimista koskevissa tutkimuksissa yhteydet ovat usein hyvin samankaltaisia tytöillä ja pojilla. Tutkimuksissa päädytään usein raportoimaan yhteydet samassa mallissa

sukupuoli kontrolloiden. Liikunnan ja oppimisen välisen yhteyden vaikutuksen suuruus (efektikoko) on odotetusti pieni, ja sen osoittamiseksi tarvitaan suuri aineisto. Tekemällä analyysi yhdessä tytöille ja pojille saavutetaan suurempi tilastollinen voimakkuus verrattuna siihen, että analyysit tehtäisiin tytöille ja pojille erikseen. Jos yhteydet ovat samankaltaiset tytöillä ja pojilla, on perusteltua tehdä yhteinen analyysi. Tällöin sukupuolten välinen tasoero keskiarvossa (vasteessa) tulee kontrolloida. Yhteydet saatetaan esittää myös tytöille ja pojille erikseen, mutta harvemmin testataan liikunnan ja sukupuolen yhdysvaikutusta. Vasta yhdysvaikutusten tarkastelu osoittaisi, ovatko yhteydet tytöillä ja pojilla erilaisia.

### Koulun henkilökunta

Liikkuva koulu -ohjelman kevään 2017 henkilökuntakyselyn (n=3 687) mukaan naisten ja miesten suhtautumisessa koulupäivän liikunnallistamisen toimenpiteisiin ei ole merkittäviä eroja. Suurin osa koulussa työskentelevistä naisista ja miehistä suhtautuu myönteisesti Liikkuvan koulun toimenpiteisiin.

Henkilökuntakyselyssä sukupuoliero tuli esille kysymyksissä, jotka koskivat opettajien omaa toimintaa liikkumisen edistämisessä koulupäivän aikana (n=3 062). Selvästi suurempi osa naisista kuin miehistä hyödyntää useimmilla tai kaikilla tunneilla toiminnallisia menetelmiä ja katkaisee oppilaiden pitkiä istumisjaksoja.

## 3.3 Aikuiset

Suomalaisten aikuisten vapaa-ajan fyysistä aktiivisuutta on seurattu säännöllisesti erilaisilla kyselyillä. Kyselyillä ja muilla itsearviointimenetelmillä kerätyn tiedon ei nykytiedon valossa katsota kuvaavan riittävästi kokonaisuutta väestön fyysisestä aktiivisuudesta. Kansainväliset objektiivisiin mittauksiin perustuvat tutkimukset ovat osoittaneet, että omaan ilmoitukseen perustuva tieto usein yliarvioi aktiivisuuden määrää ja tehoa (mm. Hagstomer ym. 2010; van Poppel ym. 2010) ja toisaalta aliarvioi paikallaanolon määrää (mm. Clark ym. 2009; Healy ym. 2011). Itsearviointimenetelmillä on erityisen vaikeaa selvittää satunnaista, lyhytkestoista liikuskelua, joka tapahtuu muiden toimien lomassa, tai saada tietoa istumista katkaisevista lyhyistä tauoista, jotka saattavat olla merkittäviä ehkäisemään liikkumattomuuden aiheuttamia terveyshaittoja (esim. de Duvivier ym. 2013; Thosar ym. 2015). Fyysisen aktiivisuuden ja liikkumattomuuden luotettava mittaaminen edellyttää itsearvioinnin rinnalla objektiivisten mittausten menetelmien, kuten kiihtyvyyssmittarien käyttöä (Hallal ym. 2012; Husu ym. 2014; Thorp ym. 2011). Nykyisen suosituksen mukaan kiihtyvyyssi tieto pitäisi kerätä käsittelemättömänä raakamuodossa ilman ennalta määriteltyjä, hankalasti tulkittavia yksiköitä (esim. counts/min) (Bassett ym. 2012; Intille 2012; Matthews

ym. 2012). Todellisen kiihtyvyystiedon käyttö mahdollistaisi eri laitevalmistajien mittareiden ja erilaisen aktiivisuuden luotettavan vertailun tutkimusten välillä (Husu ym. 2014).

Liikkumattomuuden eli paikallaanolon itsenäinen merkitys väestön terveydelle on tunnistettu vasta viime vuosien aikana. Uusimmat tutkimustulokset ovat osoittaneet, että liikkumattomuus, jota usein kuvataan istumiseen käytettynä aikana, on aikuisilla itsenäinen, reippaan ja rasittavan fyysisen aktiivisuuden määrästä riippumaton terveyden riskitekijä (mm. Katzmarzyk ym. 2009; Koster ym. 2012; Patel ym. 2010; Thorp ym. 2011). Suomalaisien aikuisten liikkumattomuudesta ei vielä ole olemassa yhtä kattavia tietoja kuin liikunnasta (Husu ym. 2014).

### Naisten ja miesten fyysinen aktiivisuus liikemittarilla

Suomessa aikuisten fyysistä aktiivisuutta liikemittarilla tutkittiin väestötasolla ensimmäisen kerran osana Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen Terveys 2011 -tutkimusta (Husu ym. 2014; Husu ym. 2016c). Tutkimuksen kohdejoukko oli 18–85-vuotiaat aikuiset, eli mukana oli niin työikäisiä kuin eläkeikäisiä. Tutkimuksessa käytettiin Hookie AM 20 -liikemittaria, ja analyysiin otettiin mukaan ne, jotka olivat käyttäneet liikemittaria onnistuneesti vähintään neljänä päivänä vähintään 10 tuntia päivässä (n=1 587). Kiihtyvyyssmittari kerää tietoa suoraan (100 näytettä/s) kaikesta liikkumisesta kolmisuuntaisesti mitattuina todellisina kiihtyvyyksinä. Kiihtyvyystiedon analysointialgoritmien avulla tunnistetaan eritehoinen aktiivisuus ja liikkumattomuus sekä näiden kestot. Kerätyn tiedon perusteella fyysinen aktiivisuus luokiteltiin kolmeen luokkaan: kevyeen, reippaaseen ja rasittavaan liikuntaan. Askeleiden tunnistaminen tapahtui kiihtyvyydestä johdetun impulssin laskennalla. Askeleeksi luokiteltavan impulssin syntymiseen vaadittiin kävelyä noin nopeudella 3 km/h. Mikäli peräkkäisten askeleiden välisessä kiihtyvyyssignaalissa havaittiin ilmalento, askel luokiteltiin juoksuaskeleeksi. Liikkumattomuudeksi luokiteltiin istuen, makuulla ja seisten vietetty aika valveilla ollessa.

Terveys 2011 -tutkimuksessa osallistujien keski-ikä oli 52 vuotta ja 57 % heistä oli naisia. Objektivistien mittausten (Husu ym. 2014; Husu ym. 2016c) mukaan naisten ja miesten valveillaoloajasta suurin osa vietetään paikallaan eli istuen, makuulla tai seisten. Suurin osa fyysisestä aktiivisuudesta on kevyttä eikä yllä nykyisten suositusten mukaiselle terveyttä edistävän liikunnan tasolle. Miehillä kertyi kaikissa ikäluokissa enemmän reipasta tai rasittavaa liikuntaa. Kevyen liikunnan määrässä ei ollut merkittäviä sukupuolieroja. Kaikissa ikäryhmissä oli sekä todella aktiivisia että todella inaktiivisia naisia ja miehiä. Nuoremmille kertyi reipasta tai rasittavaa liikuntaa enemmän kuin vanhemmille, mutta yksilöllinen vaihtelu oli suurta, etenkin alle 30-vuotiailla miehillä.

ESTER-tutkimuksessa (Ennenaikainen syntymä, raskaus ja lapsen terveys aikuisiässä) mitattiin vuosina 2009–2011 nuorten aikuisten fyysistä aktiivisuutta liikemittarilla. Mittauk-

siin osallistui 224 miestä ja 314 naista, iältään 19–26-vuotiaita. Naisille kertyi enemmän kevyttä liikuntaa kuin miehille (Kantomaa ym. 2016). Miehille kertyi enemmän reipasta tai rasittavaa liikuntaa. Sukupuolten välinen ero reippaassa ja rasittavassa liikunnassa hävisi, jos liikkumisen edellytettiin olevan yhtäjaksoista (vähintään 10 minuuttia kestävä). Tulokset tukevat käsitystä, että miesten ja naisten liikkuminen on erityyppistä.

**MIEHILLE KERTYY PÄIVÄN AIKANA ENEMMÄN REIPASTA JA RASITTAVAA  
LIIKUNTAA KUIN NAISILLE. NAISILLE KERTYY ENEMMÄN KEVYTTÄ  
LIIKUNTAA.**

Aikuisille kertyviä askeleita on mitattu LASERI-tutkimuksessa (Lasten ja nuorten sepelvaltimotautien riskitekijät) vuosina 2007 ja 2011. Vuonna 2011 mittauksiin osallistui 392 miestä ja 641 naista. Naiset ottivat päivittäin enemmän askeleita kuin miehet. Askeleita kertyi päivittäin naisilla 8029 ja miehillä 7049 (mediaaniarvo, Salin ym. 2015). Sen sijaan Terveys 2011 -tutkimuksessa miehille kertyi keskimäärin enemmän askeleita kuin naisille (Husu ym. 2014). Tuloksiin saattaa vaikuttaa tutkimusjoukon edustavuus. Terveys 2011 -tutkimuksessa riittävästi kiihtyvyyksmittaridataa oli vain kolmanneksella tutkimukseen kutsutuista, mikä rajoittaa tulosten yleistettävyyttä. Riittävästi mittaria käyttäneet olivat keskimäärin korkeammin koulutettuja ja kokivat terveystensä paremmaksi kuin mittaria liian vähän tai ei lainkaan käyttäneet. 30–44-vuotiaista miehistä tutkimukseen osallistui vain 36 % kutsutuista, mikä saattaa vaikuttaa tulosten edustavuuteen.

Terveys 2011 -tulosten mukaan miehille kertyi päivän aikana keskimäärin enemmän istumista kuin naisille (8 h 40 min/pv vs. 8 h 4 min/pv). Naisille kertyi keskimäärin vähemmän pitkiä (≥ 30 min) istumisjaksoja kuin miehille. Seisomista naisille kertyi enemmän kuin miehille. Naisille kertyi päivässä keskimäärin kolme istumisen katkaisevaa seisomaannousua enemmän kuin miehille. (Husu ym. 2016.)

**MIEHILLE KERTYI PÄIVÄN AIKANA ISTUMISTA 8 TUNTIA 40 MINUUTTIA,  
NAISILLE 8 TUNTIA 4 MINUUTTIA.**

Terveys 2011 -tutkimuksessa vajaa neljännes osallistujista täytti kestävyysliikunnan terveysliikuntasuosituksen, mikä on huomattavasti vähemmän kuin aiempien kyselytutkimusten mukaan on raportoitu. Objektiiivisten mittausten mukaan naiset täyttivät suosituksen miehiä useammin 18–39- ja 50–59-vuotiaiden ikäluokissa, miehet puolestaan naisia useammin 40–49- ja yli 60-vuotiaiden ikäluokissa. (Husu ym. 2014.)

Reippaan ja rasittavan liikunnan määrät Terveys 2011 -tutkimusjoukossa olivat keskimäärin korkeampia kuin aiemmissa kansainvälisissä tutkimuksissa (esim. Hansen ym. 2012; Healy



ym. 2008; Spittaels ym. 2012), mutta tutkimusten välinen vertailu on vaikeaa, koska tässä tutkimuksessa käytetty liikemittari ei ole laajalti käytössä ja lisäksi analyysitavat sekä käytetyt raja-arvot vaihtelevat eri tutkimuksissa. Liikemittareiden heikkoutena voidaan pitää sitä, etteivät ne luotettavasti tunnista ala- tai yläraajojen liikkeillä tuotettua aktiivisuutta, jossa keho ei ole pystyasennossa, eivätkä ne ole vedenkestäviä. Siksi esimerkiksi kuntosaliharjoittelun, joogan ja uinnin intensiteetti ei tallennu mittareihin todellisesti. Myös pyöräilyn ja hiihdon tehon mittaamisessa nykyiset analysointialgoritmit ovat epätarkkoja. (Husu ym. 2014.)

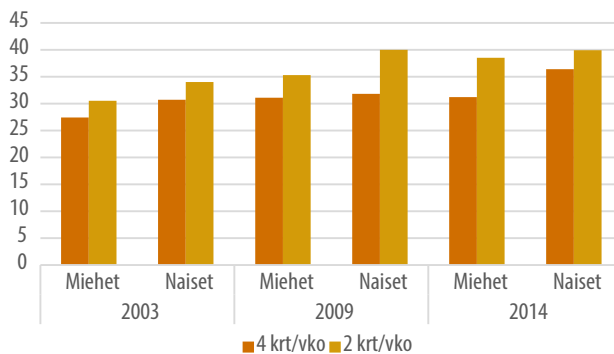
Naisten lisääntymisterveyden ja liikunta-aktiivisuuden yhteyksiä selvittävän ERMA-tutkimuksen osana on mitattu objektiivisesti 48–55-vuotiaiden naisten fyysistä aktiivisuutta. 703 naista ohjeistettiin pitämään ActiGraph-mittaria valveillaoloajan seitsemänä päivänä peräkkäin. Hyväksyttävän datan rajaksi määriteltiin 10 tunnin pitoaika vähintään neljänä päivänä. Osallistujista 94 % piti mittaria kaikkina seitsemänä päivänä. Keskimäärin mittaria pidettiin 15 tuntia vuorokaudessa. Tutkittavista 39 % täytti suosituksen edellyttämän 150 minuutin viikoittaisen MVPA-ajan vaatimuksen. Osa fyysisen aktiivisuuden määrän vaihtelusta selittyy lantionpohja- ja menopaussioireilla, mikä tulee huomioida liikunnan edistämässä. (Laakkonen ym. 2017.)

## Naisten ja miesten fyysinen aktiivisuus kyselyissä

Työikäisten (15–64-vuotiaat) terveyttä ja elintapoja on seurattu vuosittaisten Aikuisikäisen väestön terveystyöryhmien ja terveys (AVTK) postikyselytutkimusten avulla vuosina 1978–2014. Postikyselyihin vastaaminen on tällä ajanjaksolla muuttunut: Ensimmäisissä kyselyissä 17 % miehistä ja 14 % naisista jätti vastaamatta. Vuonna 2014 naisista 41 % ja miehistä jo 54 % jätti vastaamatta (Helldán & Helakorpi 2015, 10). Vuodesta 2015 AVTK-tutkimus on ollut osa Aikuisten terveys-, hyvinvointi- ja palvelututkimusta (ATH), jonka avulla seurataan hyvinvoinnin ja terveyden muutoksia väestössä ja eri väestöryhmissä. Eläkeikäisten liikunnasta on saatu vuoteen 2014 saakka tietoa THL:n Eläkeikäisen väestön terveystyöryhmien ja terveys (EVTK) tutkimuksesta. EVTK-tutkimus on toteutettu postikyselytutkimuksena joka toinen vuosi vuodesta 1985 alkaen. Vuosina 1985–1989 tutkimuksen kohdeväestö oli 65–79-vuotiaat, ja vuosina 1993–2013 kohdeväestönä olivat 65–84-vuotiaat. Vuodesta 2015 alkaen myös EVTK-tutkimus tuli osaksi Aikuisten terveys-, hyvinvointi- ja palvelututkimusta (ATH). Syksystä 2017 alkaen ATH-tutkimus jatkuu nimellä FinSote-tutkimus.

AVTK-tutkimuksen mukaan vapaa-ajan liikunta on 1970-luvun lopulta alkaen lisääntynyt sekä miehillä että naisilla mutta työmatkaliikunta vähentynyt. Vapaa-ajan liikunta on lisääntynyt kaikissa koulutusryhmissä, mutta miehillä ylimmässä koulutusryhmässä harastetaan vapaa-ajan liikuntaa jonkin verran enemmän kuin alemmissä koulutusryhmissä. Naisilla taas koulutusryhmien väliset erot vapaa-ajan liikunnassa ovat edelleen pieniä. (Helldán & Helakorpi 2015.)

Vuonna 2014 miehistä 54 % ja naisista 60 % ilmoitti vapaa-ajan liikunnan harrastamisesta vähintään kolme kertaa viikossa. Vähiten tällaista vapaa-ajan liikuntaa raportoivat 35–44-vuotiaat: miehistä 48 %, naisista 55 %. Miehistä 70 % ja naisista 76 % sanoi harrastavansa vapaa-ajan liikuntaa ainakin puoli tuntia kerrallaan vähintään kaksi kertaa viikossa. Vähintään neljä kertaa viikossa ilmoitti harrastavansa 31 % miehistä ja 36 % naisista. Vähintään neljä kertaa viikossa vapaa-ajan liikuntaa harrastavien osuus on pysynyt jokseenkin samalla tasolla 1990-luvun puolivälistä lähtien, josta alkaen trendiä on ollut mahdollista seurata tässä tutkimuksessa. (Helldán & Helakorpi 2015, 19–20.) Vähintään kaksi ja vähintään neljä kertaa viikossa vapaa-ajan liikuntaa harrastavien miesten ja naisten osuutta vuosina 2013–2014 on havainnollistettu kuviossa 14.

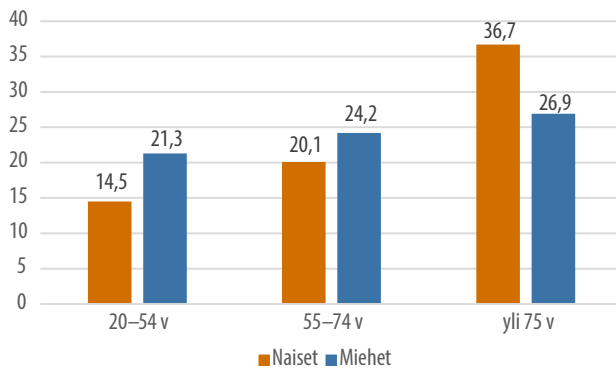


**Kuvio 14.** Vähintään kaksi kertaa viikossa ja vähintään neljä kertaa viikossa ainakin puoli tuntia kerrallaan vapaa-ajan liikuntaa harrastavien osuus 15–64-vuotiaista miehistä ja naisista vuosina 2003–2014 AVTK-kyselyn mukaan (Helakorpi ym. 2003; Helakorpi ym. 2010; Helldán & Helakorpi 2015).

Työmatkaliikunta on suositumpaa naisten kuin miesten keskuudessa. Työssä käyvistä miehistä 32 % kertoi kävelevänsä tai pyöräilevänsä työmatkoillaan vähintään 15 minuuttia päivässä, naisilla vastaava osuus oli 41 %. Vähintään 30 minuuttia työmatkoihin päivässä pyöräillen tai kävellen käytti 15 % sekä miehistä että naisista. (Helldán & Helakorpi 2015, 19–20.)

Aikuisten terveys-, hyvinvointi- ja palvelututkimuksessa (AHT) tulokset esitetään aikasarjaraportteina Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) maksuttomassa verkkopalvelussa. Liikunnan viisi indikaattoria ovat: 1) vakituisesti useita tunteja viikossa vähintään kuntoliikuntaa harrastavien osuus (%), 2) vapaa-ajan liikuntaa harrastamattomien osuus (%), 3) suosituksen mukaisesti kestävyysliikuntaa ja lihaskuntoharjoittelua harrastavat (%), 4) osittain suosituksen mukaisesti kestävyysliikuntaa tai lihaskuntoharjoittelua harrastavat (%), sekä 5) riittämättömästi kestävyysliikuntaa ja lihaskuntoharjoittelua harrastavat (%). Vastaukset on mahdollista erotella sukupuolen mukaan sekä esimerkiksi ikäluokittain, alueittain tai koulutusasteittain. (Kaikkonen ym. 2015; Murto ym. 2016.)

AHT-tulosten mukaan 25 % miehistä ja 20 % naisista ilmoittaa harrastavansa kuntoliikuntaa vakituisesti useita tunteja viikossa. 23 % miehistä ja 19 % naisista ilmoittaa, ettei harrasta vapaa-ajan liikuntaa ollenkaan. Osuus kasvaa ikäluokittain (kuvio 15). 20–74-vuotiaiden ikäluokassa suurempi osuus miehistä kuin naisista ilmoittaa, ettei harrasta vapaa-ajan liikuntaa, mutta yli 75-vuotiaiden ikäluokassa suurempi osuus naisista kuin miehistä ilmoittaa, ettei harrasta liikuntaa. (Kaikkonen ym. 2015.) Liikuntaa harrastamattomien osuus kasvaa edelleen iän karttuessa. THL:n (2014) raportin mukaan yli 80-vuotiaista naisista 49 % ja miehistä 34 % ilmoitti, ettei harrasta liikuntaa (Sainio ym. 2014).



**Kuvio 15.** Vapaa-ajan liikuntaa harrastamattomien naisten ja miesten osuus (%) ikäluokittain AHT-kyselytutkimuksen mukaan (Kaikkonen 2015).

Terveys 2011 -kyselyn tulokset (Mäkinen ym. 2012) ovat saman suuntaisia AVTK- ja AHT-aineistojen tulosten kanssa: työkäisinä naiset liikkuvat vapaa-ajalla miehiä useammin, mutta eläkeiässä asetelma kääntyy toisinpäin. Työmatkoilla naiset liikkuvat enemmän. 30–64-vuotiaista naisista yli neljäsosa ilmoitti liikkuvansa työmatkat kävellen tai pyöräillen, mutta miehistä vain joka kuudes. Työmatkaliikunnan yleisyys väheni miehillä iän mukana, mutta naisilla ikäryhmien välillä ei ollut eroa. (Mäkinen ym. 2012.)

Vapaa-ajan liikunnan harrastaminen oli vähäisintä 75 vuotta täyttäneillä: miehistä 42 % ja naisista 55 % ilmoitti, ettei harrasta ollenkaan liikuntaa vapaa-ajalla. Liikuntaa harrastamattomien osuudet olivat suuria myös nuoremmassa ikäluokassa: 30–64-vuotiaista miehistä ja 45–54 -vuotiaista naisista lähes kolmasosa ei harrastanut vapaa-ajan liikuntaa. (Mäkinen ym. 2012.)

Terveys 2011- ja AHT-kyselyissä on tarkasteltu terveysliikuntasuosituksen täyttymistä (Kaikkonen ym. 2015; Mäkinen ym. 2012). AHT-kyselyn mukaan 15 % miehistä ja 20 % naisista harrastaa liikuntaa aikuisten terveysliikuntasuosituksen mukaisesti (Kaikkonen 2015). Terveys 2011 -tutkimuksessa lukemat ovat alhaisempia; tutkijoiden mukaan on erityisen huo-

lestuttavaa, että 90 % suomalaisista ei täytä terveystieteiden suositusta. Sukupuolten välillä ei ollut merkittäviä eroja. (Mäkinen ym. 2012.)

Stenholm ym. (2016) ovat tutkineet fyysisessä aktiivisuudessa tapahtuvia muutoksia eläkkeelle siirryttäessä. Tutkimuksen kohdejoukkona oli 9 488 julkiselta sektorilta vuosina 2000–2011 eläkkeelle jäänyttä työntekijää. Aineistoa kerättiin neljään otteeseen aikavälillä 10 vuotta ennen eläköitymistä ja 10 vuotta eläköitymisen jälkeen. Fyysisen aktiivisuuden neljä muuttujaa (kokonaisaktiivisuus, reipas liikunta, rasittava liikunta ja inaktiivisuus) laskettiin erikseen miehille ja naisille. Tutkimuksesta julkaistussa artikkelissa ei kuvata tarkasti miesten ja naisten välisiä eroja, mutta artikkelin liitteissä on esitetty sukupuolten väliset erot. Tulosten mukaan miehet ovat keskimäärin aktiivisempia kuin naiset. Fyysisen aktiivisuuden neljä muuttujaa käyttäytyvät sekä miehillä että naisilla hyvin samalla tavalla, eli fyysisen aktiivisuuden useus ja intensiteetti muuttuu eläkkeelle siirryttäessä miehillä ja naisilla hyvin samankaltaisesti: juuri ennen eläkeikää naisten ja miesten fyysinen aktiivisuus laskee mutta nousee eläkkeelle siirryttäessä, kunnes kääntyy taas laskuun muutaman eläkevuoden jälkeen. (Stenholm ym. 2016.)

Ikääntyneillä kuilu liikunnan haluamisen ja toteutumisen välillä kasvaa. Elinpiirin kutistuminen vähentää autonomiaa ja heikentää elämänlaatua. Elinpiiri voi kutistua myös omaishoitajuuden takia. (Rantakokko 2017.)

## Naisten ja miesten fyysinen kunto

Terveys 2011 -tutkimuksen liikunta-alaotoksessa mitattiin ensimmäistä kertaa 18–74-vuotiaiden naisten ja miesten fyysistä kuntoa koko väestöä edustavassa isossa otoksessa. Mitaukset tehtiin UKK-instituutin terveystestitesteillä, joiden tulokset antavat tietoa yksilön fyysisen toimintakyvyn edellytyksistä ja ennustavat tulevaa terveyttä ja toimintakykyä. Kuntotesteihin kuului neljä erilaista testiä: yhden jalan seisontatesti, ponnistus-hyppy-testi, muunneltu punnerrus ja kuuden minuutin kävelytesti. Vähintään yksi terveystesti tehtiin onnistuneesti 809 miehelle ja 1 009 naiselle. Miesten tulokset olivat kaikissa terveystestitesteissä keskimäärin parempia kuin naisten tulokset. Miehet suoriutuivat naisia paremmin erityisesti ponnistushyppystä ja kävelytestistä. Sekä miehillä että naisilla vanhempien ikäryhmien kunto oli keskimäärin huonompi kuin nuorempien ikäryhmien. (Suni ym. 2012.)

Kunnossa kaiken ikää -ohjelma on julkaissut syksyn 2016 Matka hyvään kuntoon -rekkiertueen aikana 40 paikkakunnalla testattujen aikuisten tuloksia. Aineistossa on yhteensä 6 683 naista ja 4 503 miestä. Naisista 50 % ja miehistä 40 % ilmoitti kokevansa työpäivän jälkeen kohtuutonta uupumusta usein tai silloin tällöin. Mitä parempi fyysinen kunto oli ja mitä paremmaksi miehet ja naiset arvioivat työkykynsä, sitä vähemmän he kokivat uupumusta. (Matka hyvään kuntoon -rekkiertueen 2016 tulokset.)

LIKESin vuosina 2007–2017 tekemissä testeissä (naisia 12 060 ja miehiä 18 888) naisista 45 % ja miehistä 42 % ilmoitti kokevansa työpäivän jälkeen kohtuutonta uupumusta usein tai silloin tällöin. Kestävyyskuntoa kuvaavia tuloksia on 53 459 henkilöltä. Aineistossa naisten keskimääräinen maksimaalinen hapenottokyky (VO<sub>2</sub>max) on 33,9 ml/kg/min ja miesten 40,2 ml/kg/min. Kestävyyskunto on suositeltavalla tasolla noin 70 prosentilla sekä miehistä että naisista. (Julkaisematon aineisto.)

#### FYYSINEN AKTIIVISUUS JA SUKUPUOLIEROT

- Pojat liikkuvat enemmän ja intensiivisemmin kuin tytöt. Sukupuoliero on havaittavissa jo kolmevuotiailla, on suurimmillaan alakoulussa ja pienenee nuoruudessa.
- Kaikissa ikäryhmissä liikuntasuosituksen saavuttavia poikia on enemmän kuin tyttöjä.
- Fyysisen toimintakyvyn ominaisuudet ovat pojilla parempia kuin tytöillä.
- Miehillä kertyy enemmän reipasta tai rasittavaa liikuntaa kuin naisille.
- Naisille kertyy enemmän askeleita ja kevyttä liikuntaa kuin miehille.
- Naisten ja miesten päivästä suurin osa kuluu istuen, makuulla tai seisten. Miehillä kertyy enemmän aikaa istuen kuin naisille.
- Terveyskuntotesteissä miesten tulokset ovat keskimäärin parempia kuin naisten tulokset.

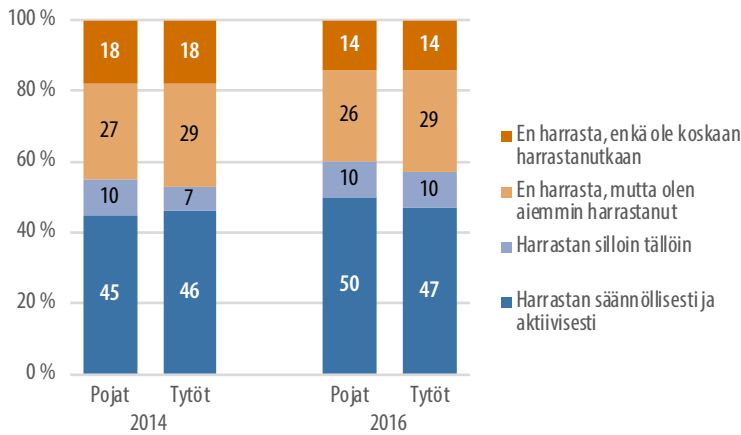
## 4 Miesten ja naisten ohjautuminen eri lajeihin

Liikunta- ja urheilukentän elinvoiman osoittaminen eli aktiviteettien tilastointi on nähty liikunnan yhteiskunnallisen perustelun välineenä (VLN 2013). Kansalaistoiminnalle tietopohja ja sen käyttö ovat kehittämisen edellytyksiä. Rekistereistä saadaan tieto sukupuolittain eriteltynä. Kehittämisen kannalta oleellista on, miten liikuntajärjestöt itse käyttävät tietoja.

### 4.1 Osallistuminen urheiluseuratoimintaan

Urheiluseuratoiminta on edelleen merkittävä lasten ja nuorten liikuttaja sekä harrastusten tarjoaja. Suurin osa sekä tytöistä että pojista harrastaa urheiluseurassa jossain vaiheessa lapsuutta tai nuoruutta.

LIITU-kyselytutkimuksen (n=4 550) mukaan 9–15-vuotiaista pojista 60 % ja tytöistä 57 % harrasti urheiluseurassa vuonna 2016 (kuvio 16). Tutkimuksessa tulkittiin sekä poikien että tyttöjen harrastamisen urheiluseurassa yleistyneen vuodesta 2014 vuoteen 2016. (Mononen ym. 2016, 29–30.)



**Kuvio 16.** Urheiluseurassa harrastavien tyttöjen ja poikien osuudet vuonna 2014 (n=2 736) ja 2016 (n=4 550) LIITU-kyselytutkimuksen mukaan (Mononen ym. 2016).

Nuorten vapaa-aikatutkimuksen (n=1 118) mukaan 37 % pojista ja 33 % tytöistä harrastaa liikuntaa urheilu- tai liikuntaseurassa (Merikivi ym. 2016, 84). Lukemat ovat selvästi alhaisempia kuin LIITU-tutkimuksessa, sillä vapaa-aikatutkimuksen ikäryhmä on laajempi (7–29-v.) ja seuraharrastamisen tiedetään vähentyvän iän myötä.

Sekä tyttöjen että poikien urheiluseuraharrastamisen laantuminen näyttäytyy vapaa-aikatutkimuksessa nopeampana kuin muissa tutkimuksissa (esim. Aira ym. 2013; Myllyniemi & Berg 2013). Vapaa-aikatutkimuksen mukaan tytöt lopettavat seuraharrastamisen keskimäärin 14,8-vuotiaana ja pojat 14,3-vuotiaana. Lopettamista tapahtuu jo nuorempaanakin, mutta huippukohta osuu molemmilla sukupuolilla 14–15 ikävuoden välille. 15-vuotiaista tytöistä 26 % ja pojista vain 22 % kertoi harrastavansa liikuntaa urheiluseurassa – yli puolet pojista siis lopettaa 14. ikävuoden jälkeen. (Merikivi ym. 2016, 85–87.) Vapaa-aikatutkimuksen raportissa tulosten epäillään viittaavan urheiluseuraharrastamisessa tapahtuneeseen käänteeseen, jonka seurauksena yhä harvempi, vain noin neljännes nuorista jatkaa harrastamista 15-vuotiaana. Vaikka poikien urheiluseuraharrastaminen hieman elpyy iän myötä, on teini-iässä tapahtuva harrastajamäärien lasku jyrkkä. Tulokset ovat johtaneet tutkijat pohtimaan, miksi seuraharrastamisen väheneminen teini-iässä on niin radikaalia. Selityksiksi esitetään harrastamisen hintaa, lisääntynyttä kilpailullisuutta urheiluseuroissa sekä 15–19-vuotiaiden vähentynyttä kiinnostusta urheiluseuraliikkumista kohtaan. (Merikivi ym. 2016.)

Seuroissa harrastetuissa lajeissa on eroja sukupuolten välillä. Pojilla suosituimmat aloituslajit olivat LIITU-kyselyn mukaan jalkapallo (38 % vastaajista), jääkiekko (13 %) ja salibandy (12 %), ja tytöillä vastaavasti tanssi (17 %), voimistelu (15 %) ja ratsastus (13 %). Suosituimmat pääajit olivat pojilla jalkapallo (27 %), salibandy (15 %) ja jääkiekko (14 %), jotka erotuivat selvästi muista lajeista. Poikien neljänneksi suosituin pääajit oli koripallo (3 %). Tyttöjen suosituimmat pääajit urheiluseuroissa olivat tanssi (17 %), ratsastus (16 %), jalkapallo

(10 %) ja voimistelu (9 %). Harrastettujen lajien määrässä ei ollut sukupuolten välisiä eroja. (Mononen ym. 2016, 28, 119.)

Urheiluseurassa harrastavien lasten ja nuorten harjoituskertojen määrässä oli jonkin verran sukupuolten välistä eroa. Valmentajan johdolla tehdyissä harjoituksissa tyttöjen osuus oli suurempi kerran viikossa harjoittelevista ja vastaavasti poikien yli neljä kertaa viikossa valmentajan ohjauksessa harjoittelevista. Omatoimisia päälajin harjoituksia vähintään kaksi kertaa viikossa ilmoitti tekevänsä pojista lähes kolme viidesosaa ja tytöistä noin puolet. Tyttöjen osuus oli suurempi joukossa, joka ilmoitti, ettei harjoittele lainkaan omatoimisesti. LIITU-kyselyn perusteella pojat harjoittelevat sekä valmentajan ohjauksessa että omatoimisesti hieman tyttöjä useammin. Lisäksi pojilla päälajin omatoimisen harjoittelukerran kesto (77 minuuttia) oli pidempi kuin tytöillä (63 minuuttia). (Mononen ym. 2016, 30–31.)

Valtaosa (76 %) urheiluseurassa harrastavista tytöistä ja pojista (n = 3 054) osallistui tai oli viimeksi kuluneen kauden aikana osallistunut kilpailutoimintaan. Pojat osallistuivat tyttöjä yleisemmin sekä paikallis- tai aluetason että valtakunnallisen tason sarjaan tai kilpailuihin. Tytöistä suurempi osuus ei osallistunut lainkaan tai osallistui vain harrastetason kilpailuihin. (Mononen ym. 2016, 31–32.) Urheiluseuroissa harrastavista pojista suuremmalla osalla kuin tytöistä oli kilpailullisia tavoitteita eli pyrkimys menestyä junioreiden tai aikuisten sarjoissa kansallisesti tai kansainvälisesti. Kilpailullisia tavoitteita ei ollut 31 prosentilla pojista ja 41 prosentilla tytöistä. (Mononen ym. 2016, 32.)

Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry:n Sporttiklubiin kuului vuoden 2017 alussa 850 lasta tai nuorta, joista 36 % tyttöjä. Erytystä tukea tarvitseville lapsille suunnattuun Valtti-ohjelmaan, jossa henkilökohtainen ohjaaja tai konsultti toimii harrastuksen pariin saattajana, haki 367 henkilöä vuonna 2016. Heistä tyttöjä oli kolmasosa. Vammaisurheilun maajoukkueissa naisten osuus on alhaisempi. Kilpailujen vähäinen osallistujamäärä tuottaa negatiivisen kierteen: lajeja perutaan ja luokkia yhdistetään. (Saari 2017.)

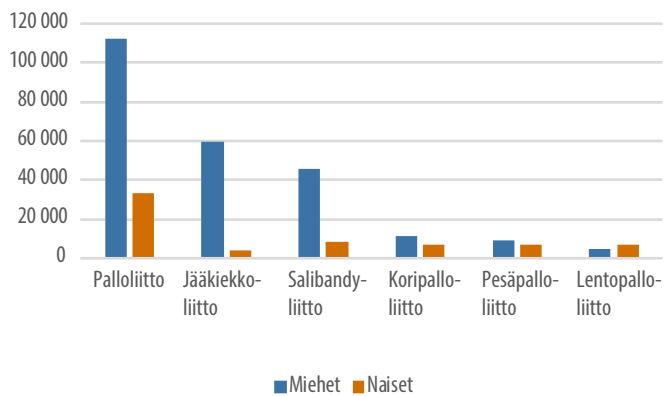
## 4.2 Lisenssien jakautuminen sukupuolittain

Urheilun lisenssijärjestelmän kautta saadaan tietoa eri lajien harrastajien sukupuolijakautumisesta. Lisenssijärjestelmät ovat lajikohtaisia ja eri lajien lisenssijärjestelmissä on huomattavia eroja. Lisenssien kirjaamisen perusteet ja tilastointitapa vaihtelevat, ja kukin lajiliitto ylläpitää omaa järjestelmäänsä lajinsa tarpeista lähtien. Siksi aineiston käyttömahdollisuudet ovat rajalliset eikä eri lajien harrastajamäärien vertailu keskenään luotettavasti ole mahdollista.

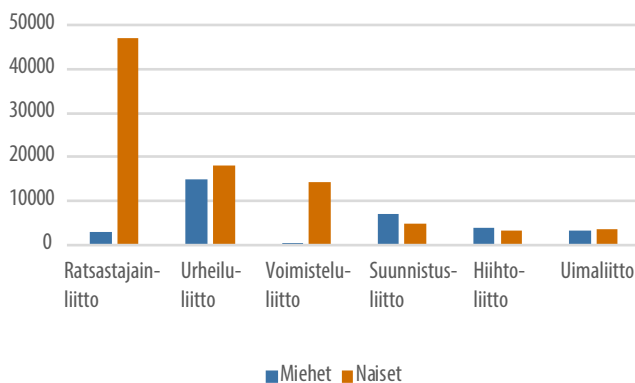


Tässä raportissa esiteltävät lajiliittojen lisenssitiedot perustuvat Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus KIHUn sekä Liikunnan ja kansanterveyden edistämisseätiö LIKESin keräämään kyselyaineistoon sekä niin sanottuun lajiliittojen seurantakorttiaineistoon. Molemmissa aineistoissa lisenssitiedot ovat lajiliittojen itsensä ilmoittamia.

Lisenssien määrällä mitattuna eniten harrastajia on jalkapallolla, yli 140 000 lisenssin lunnastanutta pelaajaa. Jalkapallon lisensseistä 77 % on miehillä ja 23 % naisilla. Suurissa joukkuelajeissa miehet ovat selvänä enemmistönä (kuvio 17). Yksilölajeissa sukupuolijakauma näyttäisi olevan tasaisempi kuin joukkuelajeissa (kuvio 18). Yksilölajeista voimistelu, ratsastus ja taitoluistelu ovat selvästi naisvaltaisia.



**Kuvio 17.** Kuuden suurimman joukkuelajin lisenssien määrä miehillä ja naisilla.



**Kuvio 18.** Kuuden suurimman yksilölajin lisenssien määrä miehillä ja naisilla.

Lisenssijärjestelmä on vain yksi tapa saada tietoa eri lajien harrastajien sukupuolijakaumista. Läheskään kaikissa lajeissa lisenssijärjestelmä ei tuo esille kokonaisharrastajaprofiilia, koska lajeja voi harrastaa organisoidusti myös ilman lisenssiä. Esimerkiksi voimistelussa on runsaasti harrastajia lisenssijärjestelmän ulkopuolella, ja seurat, alueet ja liitot järjestävät

omia kilpailutapahtumiaan, joihin osallistuminen ei vaadi lisenssiä. Vuonna 2016 Suomen Voimisteluliitto jakoi lasten liikuntaan tarkoitettuja voimistelupasseja seuroihin 48 275 kappaletta, mikä on yli kolminkertainen määrä lisensseihin nähden. Myös suunnistuksessa harrastajamäärät ovat moninkertaisia verrattuna lajin lisenssien määrään, sillä suurin vo-lyymi harrastajista liikkuu viikoittaisilla kuntorasteilla, joihin osallistuminen ei vaadi lisenssiä eikä seuran jäsenyyttä.

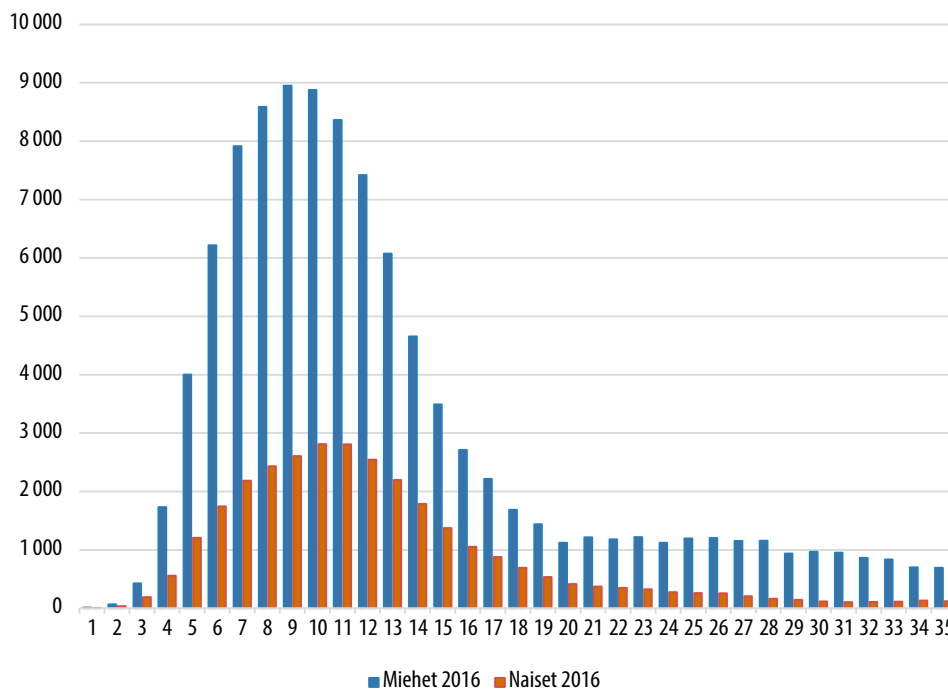
### 4.3 Lisenssiaineisto lajien kehittämisen välineenä

Harrastajien rekisteröinti – yleensä lisenssijärjestelmän avulla – on konkreettinen tieto siitä, miten eri sukupuolta olevat osallistuvat lajiliiton toimintaan. Lajien harrastajamäärät ja sukupuolijakaumat eivät ole pysyviä, vaan niitä on mahdollista muuttaa. Lisenssiaineisto voi toimia lajiliitoille yhtenä seurantatiedon lähteenä ja siten kehittämisen välineenä harrastajamäärän kasvattamistavoitteissa sekä vähemmistönä olevan sukupuolen osuuden kasvattamisessa.

#### Jalkapallo

Palloliitossa lisenssiaineistosta saatavaa tietoa on käytetty tietoisesti lajin kehittämiseen 2000-luvun alkupuolelta saakka. Pelaajien määrän kehitystä on seurattu lisenssiaineistosta vuosittain, sukupuolittain ja alueittain. Jalkapallo on ollut nopeimmin sukupuolijakaumaa muuttamaan pystyneitä lajeja. Jalkapallossa tyttö- ja naisharrastajien määrä lähti kasvuun jo 1980-luvun lopussa ja kasvu voimistui 2000-luvun alussa. Kansallisen liikuntatutkimuksen (2007) perusteella tiedettiin, että kiinnostus lajin aloittamista kohtaan oli edelleen suurempaa kuin todelliset harrastajamäärät. Palloliitto kykeni edelleen kasvattamaan tyttöpe-laajien määrää nopeasti muun muassa omilla seurakehitysohjelmillaan. Lisäksi tavoitteena on ollut varhentaa harrastamisen aloituskäytäntöä, joka on tytöillä ollut korkeampi kuin pojilla. Tähän on vastattu esimerkiksi Tanskasta omaksutulla Prinsessa-futis konseptilla (Hokka 2014). Palloliitto onnistui myös valjastamaan Helsingissä pelatun naisten EM-turnauksen tyttöjen jalkapallon edistämiseen (Hakamäki 2014). Tyttöjen ja naisten osallistumista jalkapalloon edistetään edelleen myös kansainvälisesti. Kansainvälinen jalkapalloliitto UEFA lanseerasi kesäkuussa 2017 uuden Together #WePlayStrong -kampanjan, jonka tavoitteena on edistää tyttö- ja naisjalkapalloilua. Palloliitossa ollaan tyytyväisiä tyttöpelaa- jien kasvaneeseen määrään, mutta liitossa haluttaisiin naisia enemmän myös seura- ja liittotoi- mijoiksi. Harrastajamääriin nähden naiset ovat aliedustettuina etenkin päätöksenteossa ja valmennuksessa. Tähän on vastattu Naiset jalkapallojohtajina -koulutuksella, joka alkoi vuonna 2015. (Korsberg 2017.)

Kuviossa 19 esitetään jalkapallon lisenssien määrä iän ja sukupuolen mukaan vuonna 2016. Tyttöjen ja poikien määrän laskemisen lisäksi kuviota voi tarkastella esimerkiksi aloitusiän tai drop outin näkökulmasta. Tässä esimerkissä pojilla on eniten lisenssejä noin 9-vuotiaina ja tytöillä 10-vuotiaina. Pojilla drop out on jyrkempi eli harrastajien määrä alkaa laskea nopeammin kuin tytöillä. Useimpien lajien lisenssikuvio on muodoltaan samanlainen: lisenssejä on eniten 10–12-vuotiailla ja tämän jälkeen määrä laskee.



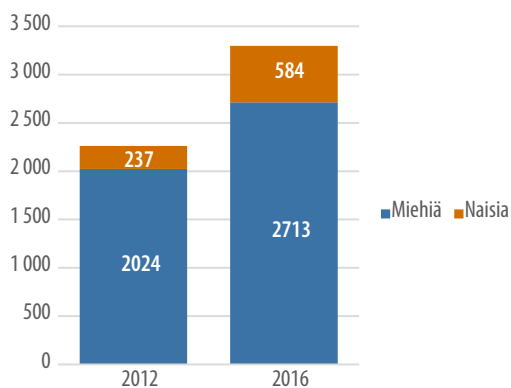
**Kuvio 19.** Suomen Palloliiton rekisteröityneet pelaajat vuonna 2016 iän ja sukupuolen mukaan.

## Amerikkalainen jalkapallo

Suomen Amerikkalaisen Jalkapallon Liitossa (SAJL ry) on viime vuosina kiinnitetty huomiota sukupuolten väliseen tasa-arvoon. Naisten ja tyttöjen sarjatoiminnan kehittäminen on näkynyt vahvasti lajiliiton strategiassa. Liikuntajärjestöiltä veloitettavan yhdenvertaisuussuunnitelman tekeminen aloitettiin liitossa syksyn 2015 strategiatyön ja vuoden 2016 toiminnan suunnittelun yhteydessä. Suunnitelma käsittelee keinoja edistää sukupuolten tasa-arvoa ja ehkäistä sukupuolisyrittä. Yhdenvertaisuussuunnitelman tekeminen aloitettiin liiton nykytilaa kartoittavalla kyselyllä. Kysely lähetettiin 51:lle SAJL:n toimijalle: hallitus, henkilöstö, valiokunnat, maajoukkueiden toimijat, vapaaehtoiset ja sarjapäälliköt. Yhteensä 34 henkilöä (66,7 %) vastasi kyselyyn (22 miestä, 8 naista, 2 muu/ei halua ilmoittaa ja 2 jätti kohdan tyhjäksi). Kyselyssä kysyttiin muun muassa, mitä yhdenvertaisuuden osa-alueita vastaajien mielestä tulisi kehittää. Vastaajista 36,7 % piti sukupuolten välistä tasa-arvoa tarpeellisenä tai erittäin tarpeellisenä osa-alueena. Sukupuolten tasa-arvon osalta suunnitelmassa esitetään toimenpiteiksi seuraavaa: 1) jatketaan Valmentaa kuin nainen

-hankkeesta alkanutta työtä naisvalmentajien määrän lisäämiseksi, 2) käynnistetään tyttö-junioritoiminta, 3) panostetaan Naisten Vaahteraliigan kehittämiseen, sekä 4) päivitetään ohjeistus sukupuoltaan korjanneiden osallistumisesta. Liiton suunnitelma on hyväksytty vuoden 2016 kevätiliittokokouksessa. (SAJL 2016.)

Amerikkalainen jalkapallo on aggressiivinen kontaktipeli, joka on yhdistelmä voimaa ja taktiikkaa. Lajilla on maskuliininen historia ja leima. Lajin historiikit ovat miehisiä, ja lajikulttuuri vilisee maskuliinisia termejä. Suomessa ensimmäisiä amerikkalaisen jalkapallon otteluja pelattiin 1970-luvun puolivälissä. Naisia ei tuolloin ollut mukana. Suomen Amerikkalaisen Jalkapallon Liitto ry perustettiin vuonna 1979. Vuonna 1990 liitolla oli 2 045 harrastajaa, joista kaikki olivat miehiä. Naisia ja tyttöjä oli mukana liiton cheerleader- ja lippupallotoiminnassa. Naisten sarjaa pelattiin ensimmäistä kertaa vuonna 1998, ja sarjaan osallistui kuusi joukkuetta. Vuonna 2003 naisten sarjassa oli mukana 11 joukkuetta ja harrastajamäärä oli kivunnut lähelle 200 pelaajaa. (Halttunen ym. 2009.) Vuonna 2016 amerikkalaisen jalkapallon lisenssin oli lunastanut 584 naista ja 2 713 miestä (kuvio 20). Lajin harrastajamäärä on viime vuosina kasvanut kokonaisuudessaan merkittävästi: sekä mies- että naisharrastajien määrä on kasvanut. Naisten lisenssien osuus on noussut vuosien 2012–2016 aikana 10 prosentista 18 prosenttiin.



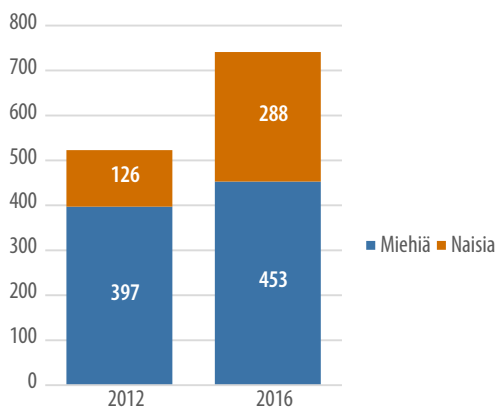
**Kuvio 20.** Miesten ja naisten lisenssien määrä amerikkalaisessa jalkapallossa vuosina 2012 ja 2016.

## Painonnosto

Painonnostoa harrastaa tällä hetkellä 288 lisenssin lunastanutta naista ja 453 miestä (kuvio 21). Perinteisesti voimailulajit ovat olleet miesvaltaisia, mutta naisten määrä on lisääntynyt selvästi viimeisen vuosikymmenen aikana. Vuonna 2004 painonnoston lisenssin lunastaneista 14 % oli naisia, vuonna 2012 osuus oli noussut 24 prosenttiin, ja nyt naisten osuus painonnoston ja kahvakuulaurheilun lisensseistä on 39 %. Painonnosto on saanut lisää naisharrastajia erityisesti kahvakuulan ja crossfitin myötä.

Suomen Painonnostoliitto on perustettu vuonna 1934, ja siitä lähtien se on toiminut painonnoston kotimaisena kattojärjestönä. Kahvakuulaurheilu tuli painonnoston rinnalle liiton lajivalikoimaan vuonna 2008, mikä on lisännyt naisten määrää liiton lajien harrastajissa. Samoin crossfit-lajin rantautuminen Suomeen on tuonut lisää harrastajia painonnostoon 2000-luvulla. Suomen Painonnostoliitossa on 2000-luvulla alettu kiinnittää huomiota sukupuolten välisen tasa-arvon edistämiseen. Liitto julkaisi oman tasa-arvo-ohjelmansa vuonna 2008 ja yhdenvertaisuussuunnitelman vuonna 2016. (SPNL 2016.)

Painonnostoliiton yhdenvertaisuussuunnitelmaan (SPNL 2016) on kirjattu liiton nykytilaa sukupuolinäkökulmasta. Painonnostoliiton kahdeksanjäsenen johtokunnan jäsenistä kaksi eli 25 % on kahvakuulaurheilun edustajia. Jäsenistä yksi on nainen. Liiton toimintäsäännöissä on määrätty liittojohtokunnan osalta yksi kiintiöpaikka vähemmistöä edustavalle sukupuolelle. Naisia on suhteessa eniten päätöksiä valmistelevissa valiokunnissa (33 %). Naisten osuuden valmentajista ja tuomareista arvioidaan olevan samaa luokkaa, vaikka tarkkoja lukuja liitolla ei ole tiedossa. Palkatun henkilöstön osalta molemmat sukupuolet ovat edustettuina: henkilöstöön kuuluu yksi mies ja kaksi naista. Suunnitelmassa todetaan, että ”naistoimijat voivat vaikuttaa siten, että toimintaan saadaan lisää naisharrastajia ja -urheilijoita”. Yhdenvertaisuussuunnitelmassaan Painonnostoliitto lisäksi linjaa, että sen liittojohtokunnassa, valiokunnissa, työryhmissä sekä muissa vastaavissa valmistelu-, suunnittelu- ja päätöksentekokelemissä on tavoitteena vähintään 40 prosentin osuus naisia. (SPNL 2016.)



**Kuvio 21.** Miesten ja naisten lisenssien määrä painonnostossa vuosina 2012 ja 2016.

## 5 Kilpa- ja huippu-urheilu

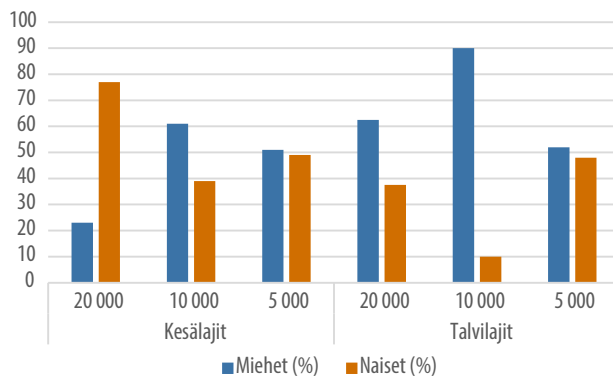
### 5.1 Urheilijat

Urheilu on Suomessa mielletty työksi noin 20 vuoden ajan. Vuonna 2013 Suomessa urheili Tapaturmavakuutuslaitosten liiton mukaan yhteensä 1 195 vakuutuksen alaista ammattiuurheilijaa. Kyseisellä mittarilla katsottuna ammattiuurheilu on Suomessa lähes täysin miesten työtä, sillä naisia oli ainoastaan 2 % ammattiuurheilijoiden kokonaismäärästä (18 henkilöä). Vuosien 2010–2013 välisenä aikana Suomessa on ollut 10–18 naisammattiuurheilijaa vuodessa. Suurin osa ammattilaisuurheilijoista on jääkiekkoilijoita ja jalkapalloilijoita. Yksilölajeissa menestyneitä huippu-urheilijoita ei juurikaan ole mukana tässä tilastossa, koska heillä ei ole yhtä työnantajaa, joka olisi velvoitettu vakuuttamaan urheilijat. Yksilöurheilijat rinnastuvat näin joko yrittäjiin tai luovilla aloilla toimiviin niin sanottuihin itsensä työllistäjiin. (Lämsä 2014.)

Opetus- ja kulttuuriministeriö jakaa urheilijoille vuosittain valmennus- ja harjoitteluapurahoja, joilla pyritään turvaamaan urheilijan mahdollisuus täysipainoiseen harjoitteluun. Valmennus- ja harjoitteluapuraha on suuruudeltaan 5 000, 10 000 tai 20 000 euroa vuodessa. Apurahaa myönnettäessä huomioidaan lajien erityispiirteet, kansainvälinen arvostus ja taso sekä kilpailuihin osallistuvien maiden ja urheilijoiden määrä. Harkinnan mukaan huomioon otetaan sekä naisten että miesten menestymismahdollisuudet lajeittain tavoitteena sukupuolten välisen tasa-arvon edistäminen huippu-urheilussa. Apurahoja on myönnetty vuodesta 1996 lähtien, ja apurahan saajien sukupuoli on tilastoitu vuodesta 2006 lähtien. (OKM 2017a, b.) Vuoden 2017 apurahojen jakautuminen sukupuolittain on esitetty kuviossa 22. Vuonna 2017 kaikista jaetuista apurahoista (n=216) 44 % kohdistui naisurheilijoille ja 56 % miesurheilijoille. Kesälajien apurahoista kohdistui naisille 49 % ja talvilajien apurahoista 36 %. Kesälajien apurahojen jakautuminen on ollut vuosien mittaan tasa-arvoisempaa kuin talvilajien.

Isoin 20 000 euron apuraha on tarkoitettu ensisijaisesti ehdottomalla kansainvälisellä huipulla oleville yksilölajien urheilijoille (OKM 2017a, b). 20 000 euron apurahoista suurempi osa meni naisille (55 %) kuin miehille (45 %). 10 000 euron apuraha voidaan myöntää sel-

laisille urheilijoille, jotka ovat menestyneet kansainvälisissä arvokilpailuissa tai tasoltaan vastaavissa muissa kilpailuissa ja jotka arvioidaan tulevaisuuden arvokilpailujen mitaliehdokkaiksi. Apuraha voidaan myöntää myös urheilu-uransa nousujohteisessa kehitysvaiheessa oleville erityisen lahjakkaille nuorille urheilijoille, jotka arvioidaan potentiaalisiksi tulevaisuuden aikuisten arvokilpailumenestyjiksi (OKM 2017a, b). 10 000 euron apurahoista 29 % jaettiin naisille ja 71 % miehille. Pieni 5 000 euron apuraha on tarkoitettu sellaisille nuorille urheilijoille, jotka myös muiden kuin yllä mainittujen kansainvälisten näyttöjen sekä urheilu-uran kehityksen perusteella arvioidaan tulevaisuuden arvokilpailumenestyjiksi. Apuraha voidaan myös myöntää yksilölajien joukkueen urheilijoille, joilla arvioidaan kansainvälisten näyttöjen perusteella olevan mahdollisuus mitalisijoihin joukkue- tai viestikilpailussa seuraavissa olympialaisissa, paralympialaisissa tai lajin MM-kilpailuissa (OKM 2017a, b). Pienet 5 000 euron apurahat jakautuivat sukupuolen mukaan tasaisimmin: 49 % naisille ja 51 % miehille.



**Kuvio 22.** Miesten ja naisten osuudet (%) kesä- ja talvilajien urheilijoiden valmennus- ja harjoitteluapurahojen saajista kolmessa eri apurahaluokassa vuonna 2017.

Taulukossa 3 on esitetty OKM:n jakamien apurahojen saajien määrä, naisten osuus saajista sekä apurahan määrä euroissa. Apurahojen yhteenlaskettu määrä on noussut 2000-luvulla ja oli vuonna 2017 yli 1,8 miljoonaa euroa. Apurahan saajien määrä on noussut merkittävästi sen jälkeen, kun apurahaan lisättiin vuonna 2014 uusi 5 000 euron apuraha. Taulukon aineistona on käytetty opetus- ja kulttuuriministeriön vuosittain julkaisemiin Liikuntatoimi tilastojen valossa -raportteihin kirjattuja lukuja.

**Taulukko 3. Urheilijoiden valmennus- ja harjoitteluapurahojen saajien määrä sekä naisten osuus vuosina 2006–2017.**

Vuosi	Apurahan saajia yhteensä	Naisia (%)	Apurahan määrä yhteensä (euroa)
2006	58	45	770 000
2007	64	38	860 000
2008	-	38	991 500
2009	95	32	1 236 500
2010	125	34	1 700 000
2011	129	34	1 700 000
2012	129	38	1 700 000
2013	78	36	1 700 000
2014	157	36	1 700 000
2015	152	36	1 700 000
2016	167	40	1 685 000
2017	216	44	1 866 000

## 5.2 Valmentajat

Suomessa ei ole valtakunnallista valmentajarekisteriä tai muuta tilastoa, josta valmentajien määrää voisi seurata. Valmentaja ei ole käsitteenä yksiselitteinen: raja valmentajan ja ohjaajan välillä on liukuva ja nimitykset vaihtelevat lajeittain. Joillakin lajiliitoilla on oma valmentajarekisteri. Osa lajeista rekisteröi myös tuomarit, joten sukupuolijakaumaa on mahdollista seurata. Useissa lajeissa kyse on urheilutapahtumia ohjaavista toimitsijoista, joita ei rekisteröidä.

KIHUn teettämien kyselyiden perusteella vuonna 2016 Suomessa toimi 1 682 päätoimista ammattivalmentajaa. Luku on melko lähellä Tilastokeskuksen ylläpitämän ammattirekisterin tietoja, joiden mukaan Suomessa oli vuonna 2014 yhteensä 1 556 urheiluvalmentajan tai toimitsijan ammattinimikkeellä työskentelevää henkilöä. Heistä 1 003 oli miehiä ja 553 naisia. Suurin osa valmentajista, 73 %, työskenteli urheiluseuroissa. Lajiliitoissa ja aluetasolla työskenteli 10 % valmentajista. Urheiluopistoilla, urheiluakatemoissa, urheiluoppi-



laitoksissa, Puolustusvoimissa sekä yrittäjinä tai toiminimellä työskenteli yhteensä 17 % valmentajista. (Puska ym. 2016, 9.)

KIHUn raportin (Puska ym. 2016) mukaan arvio naisten osuudesta ammattivalmentajista vaihtelee lähteestä riippuen. Lajiliitoille suunnatun kyselyn perusteella 78 % ammattivalmentajista oli miehiä ja 22 % naisia. Vuonna 2012 esitetyt arviot olivat hyvin samankaltaisia: tuolloin miehiä oli lajiliittojen arvioiden mukaan 79 % ja naisia 21 % ammattivalmentajista. Tilastokeskuksen ammattirekisterin perusteella urheiluvalmentajan tai toimitsijan ammattinimikkeellä toimineista miehiä oli 64 % ja naisia 36 %. Naisia näyttäisi siis toimivan ammattivalmentajina selvästi vähemmän kuin miehiä.

Suomen Ammattivalmentajat SAVAL:n jäsenistä 73 % on miehiä ja 27 % naisia (taulukko 4). Lähes puolet jäsenistä, 47 %, on 30–49-vuotiaita miehiä. (Puska ym. 2016, 14.)

**Taulukko 4.** Suomen Ammattivalmentajien (SAVAL) jäsenkunta sukupuolittain ja ikäryhmittäin eriteltynä (Puska ym. 2016).

SAVAL:n jäsenet			
		n	%
Miehet	16–29 v	48	5
	30–39 v	223	24
	40–49 v	218	23
	50–59 v	158	17
	yli 60 v	45	5
Yhteensä		692	73
Naiset	16–29 v	35	4
	30–39 v	108	11
	40–49 v	63	7
	50–59 v	36	4
	yli 60 v	13	1
Yhteensä		255	27
Kaikki yhteensä		947	100

Naisvalmentajuutta on pyritty 2000-luvulla edistämään erilaisten hankkeiden ja mentoiminnin avulla. Valtakunnallisen yhteistyö-, koulutus- ja edunvalvontayhteisö Suomen Valmentajien yksi tavoite on edistää naisvalmentajuutta. Erityistoimenpiteenä valmentajuuden edistämiseksi ovat viime vuosina olleet kaksi tasa-arvoa edistävää hanketta: kansallinen Valmentaa kuin nainen -hanke sekä kansainvälinen Erasmus-hanke SCORE (Strengthening Coaching with the Objective to Raise Equality). (Suomen Valmentajat 2016, SCORE 2016.)

Valmentaa kuin nainen -hankkeessa Suomen Valmentajilla on hallinnoijan ja koordinaattorin asema. Hanke kohdistuu palloilulajeihin ja siinä ovat mukana jalkapallo, käsipallo, ringette, salibandy, jääkiekko, amerikkalainen jalkapallo, pesäpallo ja lentopallo sekä vammaisurheilun palloilulajit. Hankkeen tavoitteena on lisätä naisvalmentajien ja urheilun naistoimijoiden määrää. Hankkeen vaikuttavuutta seurataan vuoteen 2018 saakka. (Suomen Valmentajat 2016.)

Valmentaa kuin nainen -hanke tuotti partneri- ja asiantuntijuusroolin ENGSON koordinoimassa Erasmus+ SCORE -hankkeessa. Hankkeessa Suomen Valmentajien vastuulla oli mentorointikoulutus. Lisäksi kaikissa hankkeessa mukana olevissa maissa, myös Suomessa, järjestettiin koulutus hankkeessa luodusta työkalupakista, joka toimi suunnittelupohjana naisvalmentajien määrän lisäämiseksi. Yhteensä hankkeella oli partnereita kahdeksasta Euroopan maasta. (Suomen Valmentajat 2016, SCORE 2016.)

## 6 Päätöksenteko ja johtaminen

Johtamisen voi kuvata tapahtuvan organisaatioiden virallisten päätöksentekorakenteiden ja niihin sisältyvien valtapositioiden kautta. Näin ajateltuna johtamisen sukupuolittuneisuus on mitattavissa vertaamalla eri asemissa olevien henkilöiden sukupuolijakaumaa. Toisaalta tutkimuksessa on kiinnitetty huomiota myös johtamis- ja päätöksentekoverkoston yhteiskunnallisen olemisen tilana ja tapana toimia. Suuri osa vaikuttamisesta, ohjauksesta, kontrollista, informaation saamisesta ja säätelystä sekä intressien edistämisestä tapahtuu virallisissa työryhmissä ja komiteoissa, toisten järjestöjen toimielimissä tai epävirallisina muotoina ihmisten kesken. Suomalaisessa yhteiskuntamallissa liikunnan kansalaisjärjestöjen ja valtion sekä kuntien vuorovaikutus näyttyy symbioottisten suhteiden kimpuna. 2010-luvulla niiden naisten määrä, jotka ovat useiden työryhmien ja keskusjärjestöjen hallitusten jäseniä, on kasvanut. (Lehtonen 2017, 127, 138.)

Päätöksentekoa ja johtamista tapahtuu suhteiden kimpuna jokaisessa solmukohtassa ja joka tasolla. Tässä selvityksessä johtamisen ja päätöksenteon sukupuolittuneisuutta kuvataan miesten ja naisten määrillä liikuntajärjestöjen, kuntien sekä valtion liikuntahallinnon palkatuissa ja luottamusjohtotehtävissä. Lisäksi nostetaan esiin näkökulmia liikunta-alan työurista ja niiden yhteyksistä liikuntaan.

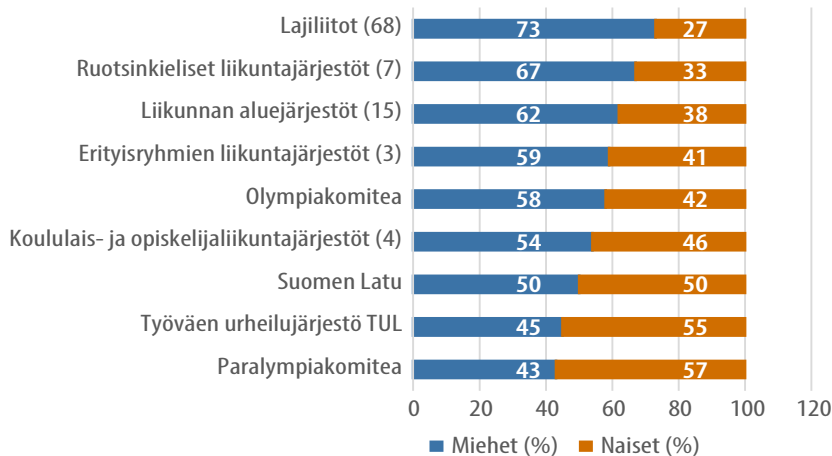
### 6.1 Järjestöt

Liikunnan päätöksenteko- ja johtotehtävät ovat vuosikymmeniä olleet suurelta osin miesten hallussa. Viimeisten 20 vuoden aikana naisten määrä liikunta-alan johdossa ja päätöksenteossa on noussut. Liikunnan ja urheilun järjestörakenteen murros eli toimiala- ja keskusjärjestöjen määrän väheneminen vaikuttaa päätöksentekuelinten henkilöpaikkoihin ja myös sukupuolijakaumaan.

Liikuntajärjestöjen 2010-luvun murrosta on tulkittu vastaukseksi toimintaympäristön muutokseen. Logiikkana oli, että järjestörakennetta muuttamalla saavutettaisiin taloudellisia hyötyjä, purettaisiin organisaatorakenteita, poistettaisiin päällekkäisyyttä ja selkey-

tettäisiin rooleja – rationalisoitaisiin. Samaa tavoiteltiin myös 1990-luvun hajauttavassa rakenneuudistuksessa. (Lehtonen 2015.) Keskus-, toimiala- tai kattojärjestöjen määrän väheneminen muuttaa järjestökentän luonnetta, ja määrällisissä tarkasteluissa lajiliittojen osuus on suurempi kuin ennen.

Yhteenlaskettuna kaikkien liikuntajärjestöjen hallituksissa on vuoden 2017 alun tilastojen mukaan 877 jäsentä, joista 600 on miehiä (68 %) ja 277 naisia (32 %). Päätöksentekovelinten sukupuolittuneisuus vaihtelee runsaasti eri järjestöissä ja eri tehtävissä. Suomen Olympiakomitea on liikunnan uusi kattojärjestö. Sen hallituksen jäsenistä 42 % on naisia. Paralympiakomitean hallituksen jäsenistä naisia on 57 %. Lajiliittojen hallituksissa naisten osuus on pienin: 27 %. (Kuvio 23.) Miesten ja naisten määrän laskeminen ei ota kantaa siihen, millainen on näiden henkilöiden rooli ja vaikutus päätöksentekoon/politiikkaan.

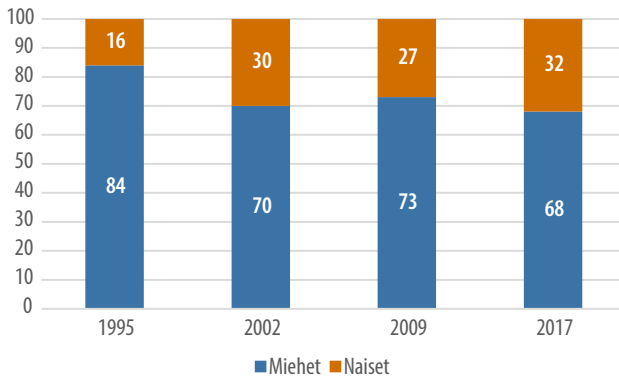


**Kuvio 23.** Liikuntajärjestöjen hallitusten sukupuolijakaumat vuoden 2017 alussa.

Liikuntajärjestöjen päätöksentekovelinten sukupuolijakaumia on tilastoitu vuodesta 1995 lähtien. Tilastointia ovat tehneet kattojärjestöt Suomen Liikunta ja Urheilu ry. (SLU), Valtakunnallinen liikunta- ja urheiluorganisaatio ry. (Valo) sekä viimeisimpänä Suomen Olympiakomitea. Tietoja ei ole kerätty systemaattisesti tai säännöllisin väliajoin. Kerätyistä tilastoista voidaan kuitenkin päätellä jotain järjestöjen päätöksentekovelinten sukupuolittuneisuudesta. Seuraavassa esitellään liikuntajärjestöjen (lajiliitot, ruotsinkieliset liikuntajärjestöt, liikunnan aluejärjestöt, erityisryhmien liikuntajärjestöt, Olympiakomitea, koululais- ja opiskelijaliikuntajärjestöt, Suomen Latu, Työväen urheilujärjestö ja Paralympiakomitea, n=101) hallitusten, puheenjohtajien ja toiminnanjohtajien sukupuolijakaumat vuosien 1995–2017 aikana. Lajiliittojen osuus painottuu, koska niitä on moninkertainen määrä muihin järjestöihin verrattuna. Tarkastelun ulkopuolelle on edelleen jätetty valtionapukelpoiset liikuntaa edistävät järjestöt, joista ei ole vertailutietoa myöskään aiemmilta vuosilta.

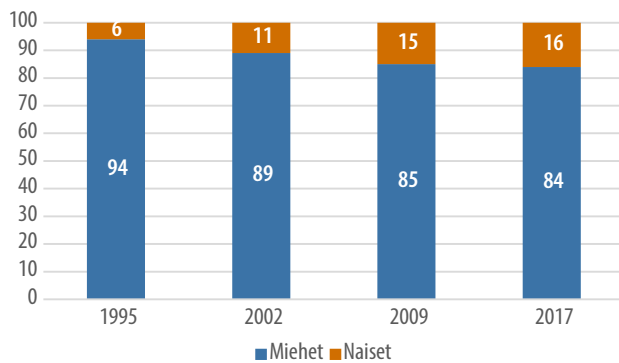
Naisten yhteenlaskettu osuus liikuntajärjestöjen hallituksissa on kasvanut (kuvio 24). Vuodesta 1995 vuoteen 2017 naisten osuus on noussut 16 prosentista 32 prosenttiin, mutta

muutos ei ole ollut suoraviivaista. Kehitykseen ovat vaikuttaneet monet asiat, etenkin järjestökentällä tapahtuneet useat rakenteelliset muutokset.



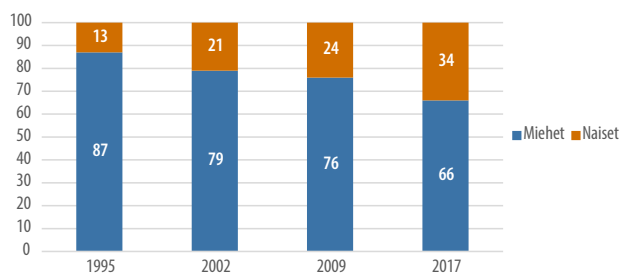
**Kuvio 24.** Miesten ja naisten yhteenlaskettu osuus (%) liikuntajärjestöjen hallituksissa vuosina 1995–2017.

Puheenjohtajistossa naisia on vähiten (kuvio 25). Vuodesta 1995 vuoteen 2017 naisten osuus on noussut kuudesta prosentista 16 prosenttiin eli lähes kolminkertaistunut.



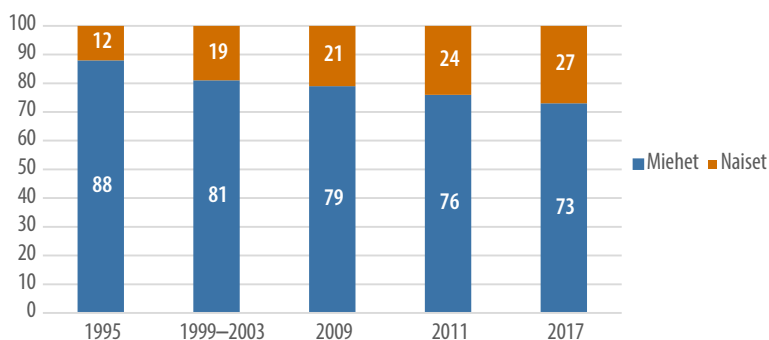
**Kuvio 25.** Miesten ja naisten osuus (%) liikuntajärjestöjen puheenjohtajista vuosina 1995–2017.

Liikuntajärjestöjen toiminnanjohtajien joukossa naisten osuus on kasvanut viimeisen 10 vuoden aikana selvästi (kuvio 26). Vuodesta 1995 vuoteen 2017 naisten osuus on noussut 13 prosentista 34 prosenttiin.



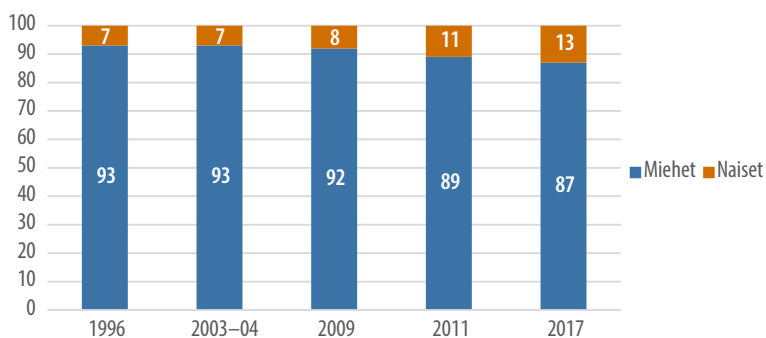
**Kuvio 26.** Miesten ja naisten osuus (%) liikuntajärjestöjen toiminnanjohtajista 1995–2017.

Lajiliittojen päätöksenteossa miesten osuus on suurempi kuin muissa liikuntajärjestöissä. Naisten osuus on kuitenkin kasvanut jokaisella tilastointikerralla vuodesta 1995 alkaen. Lajiliittojen hallituksissa naisten osuus on 20 vuoden aikana noussut 12 prosentista 27 prosenttiin (kuvio 27).



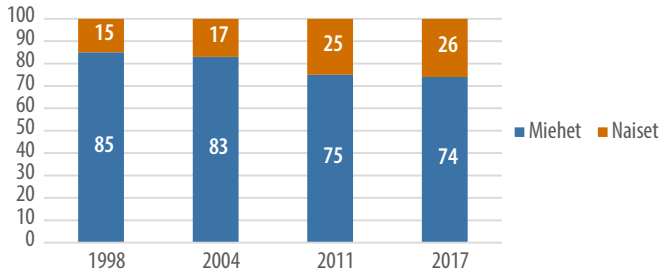
**Kuvio 27.** Miesten ja naisten osuus (%) lajiliittojen hallitusten jäsenistä vuosina 1995–2017.

Naiset ovat vähissä etenkin lajiliittojen luottamustehtävissä. Vuonna 1996 lajiliittojen puheenjohtajista seitsemän % oli naisia. Vuonna 2017 puheenjohtajistosta 13 % on naisia (kuvio 28).



**Kuvio 28.** Miesten ja naisten osuus (%) lajiliittojen puheenjohtajista vuosina 1995–2017.

Lajiliittojen toiminnanjohtajista noin neljännes on naisia vuonna 2017 (kuvio 29). Osuus kasvoi etenkin vuosien 2004–2010 välillä, mutta ei juurikaan enää 2010-luvulla.



**Kuvio 29.** Miesten ja naisten osuus (%) lajiliittojen toiminnanjohtajista vuosina 1995–2017.

Miehiä on kaikkien lajiliittojen hallituksissa. Neljän lajiliiton hallituksessa ei ole ollenkaan naisia. Vastaava ei olisi mahdollista esimerkiksi Norjassa. Norjan urheiluliitossa on kirjattu vuonna 1987 kiintiösääntö, jonka mukaan kaikissa urheilun päättävissä elimissä tulee olla sekä miehiä että naisia siinä suhteessa kuin jäsenistössäkkin. Säännön mukaisesti esimerkiksi urheiluseurojen hallituksissa tulee olla sekä mies- että naisjäseniä. Säännön toteutumista valvotaan järjestöjen vuosittaisten raporttien perusteella. (Hokka 2014, 11.) Norjan sääntöä voidaan pitää edistyksellisenä ja voimakkaasti ohjaavana. Norjalainen kattava normi on mahdollinen silloin, kun järjestö rakenne on selkeä ja hierarkkinen ja keskusjärjestön on mahdollista sanella jäsenilleen ehtoja (Hakamäki 2014). Suomessa vastaava säännös ei tällä hetkellä ole mahdollinen, sillä nykyinenkin yhdistyslaki (YhdL 26.5.1989/503) korostaa yhdistysten autonomiaa. Suomalaisen urheilun kattojärjestö Olympiakomitea voi toki asettaa jäsenjärjestöilleen suosituksia, jos se haluaa pyrkiä ohjaamaan järjestöjen ja seurojen hallitusten tasa-arvoa.

Ruotsin urheiluliiton (Riksidrottsförbundet, RF) säännöissä on 1990-luvun puolivälistä lähtien ollut kirjaus sukupuolikiintiöistä hallitusten jäsenille. Jokaisen urheiluliiton jäsenorganisaation tulee pyrkiä siihen, että sukupuolten välinen tasa-arvo toteutuu hallituksissa, nimitysvaliokunnissa ja komiteoissa ja että nuoria on mukana kyseisissä päättävissä elimissä (Riksidrottsförbundet 2013, 5). Ruotsissa asetettiin vuonna 2011 tasa-arvotyölle uudet tavoitteet (Jämställldhetsmål), joiden mukaan molempia sukupuolia on kaikissa päättävissä ja neuvoa-antavissa elimissä, valmennustehtävissä ja urheiluorganisaatioiden johtavissa tehtävissä vähintään 40 % (Hokka 2014, 13).

## 6.2 Kunnat

Vuonna 2015 voimaan tullessa uusituslaissa liikuntalaissa (390/2015, 5 §) määritellään kunnan vastuu seuraavasti:

Yleisten edellytysten luominen liikunnalle paikallistasolla on kuntien tehtävä. Kunnan tulee luoda edellytyksiä kunnan asukkaiden liikunnalle:

1. järjestämällä liikuntapalveluja sekä terveyttä ja hyvinvointia edistävää liikuntaa eri kohderyhmät huomioon ottaen;
2. tukemalla kansalaistoimintaa mukaan lukien seuratoimintaa; sekä
3. rakentamalla ja ylläpitämällä liikuntapaikkoja.

Edellä 1 momentissa tarkoitettujen tehtävien toteuttamisen kunnassa tulee tapahtua eri toimialojen yhteistyönä sekä kehittämällä paikallista, kuntien välistä ja alueellista yhteistyötä sekä huolehtimalla tarvittaessa muista paikallisiin olosuhteisiin ja tarpeisiin sopivista toimintamuodoista. Kunnan tulee kuulla asukkaitaan liikuntaa koskevissa keskeisissä päätöksissä osana kuntalain (410/2015) 22 §:ssä säädettyä kunnan velvollisuutta huolehtia asukkaiden osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksista. Kunnan tulee arvioida asukkaitensa liikunta-aktiivisuutta osana terveydenhuoltolain (1326/2010) 12 §:ssä tarkoitettua terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä. Kunnan hoitaessa 1 momentissa tarkoitettuja tehtäviä kunta ei toimi kilpailutilanteessa markkinoilla, ellei niitä toteuteta liiketoiminnallisina tavoittein ja perustein.

Kuntien tärkeänä tehtävänä on siis luoda edellytyksiä asukkaiden liikunnalle esimerkiksi järjestämällä liikuntapalveluita, ylläpitämällä liikuntapaikkoja sekä tukemalla liikuntaseuroja. Kunnan tulee kuulla asukkaitaan liikuntaa koskevissa keskeisissä päätöksissä. Kuntien liikuntapolitiikka on väestön hyvinvoinnin kannalta olennaista, sillä kunnat vaikuttavat päätöksillään laaja-alaisesti koko väestön liikuntamahdollisuuksiin. Kuntien liikuntapolitiikassa tulee huolehtia sukupuolten tasa-arvosta ja yhdenvertaisuudesta. Tästä näkökulmasta on erittäin merkityksellistä, minkälainen kuntien käyttövuoropolitiikka on ja minkälaisia palveluja kunnat päättävät järjestää. Päätöksenteko kunnissa vaikuttaa oleellisesti siihen, minkälaiset liikkumisen olosuhteet ja kulttuuri kuntaan muodostuvat.

Tasa-arvolaki (1329/2014) velvoittaa kunnan viranomaiset edistämään naisten ja miesten välistä tasa-arvoa kaikessa toiminnassaan tavoitteellisesti ja suunnitelmallisesti. Velvoite koskee kaikkia kuntien viranomaisia ja pätee kaikilla toimialoilla. Kuntien toimielimiä valittaessa on otettava huomioon tasa-arvolain 4 a §:n 1 momentti:



*Valtion komiteoissa, neuvottelukunnissa ja muissa vastaavissa toimielimissä sekä kunnallisissa ja kuntien välisen yhteistoiminnan toimielimissä lukuun ottamatta kunnanvaltuustoja tulee olla sekä naisia että miehiä kumpiakin vähintään 40 %, jollei erityisistä syistä muuta johdu.*

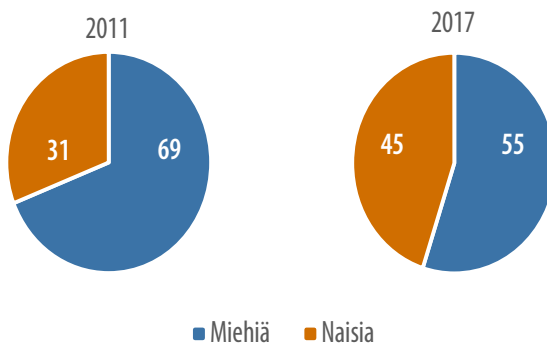
Sukupuolikiintiö koskee kaikkia kunnan toimielimiä lukuun ottamatta kuntien valtuustoja, jotka valitaan yleisillä vaaleilla. Kunnan toimielimiä ovat kuntalain 30 §:n mukaan valtuuston lisäksi kunnanhallitus ja sen jaostot, lautakunnat tai valiokunnat ja niiden jaostot, johtokunnat ja niiden jaostot sekä toimikunnat. Sukupuolikiintiöstä voidaan poiketa erityisesti syystä. Erityinen syy voi olla esimerkiksi, että jollakin erityisalalla on vain joko nais- tai miespuolisia asiantuntijoita. Jos kiintiöstä poiketaan, syy on kirjattava valintapäätökseen. Erityiset syyt oikeuttanevat varsin harvoin poikkeamaan kiintiöstä kunnallisia toimielimiä valittaessa (Myllymäki 2017).

Valtioneuvoston selonteko miesten ja naisten tasa-arvosta (STM 2010) arvioi, että kiintiöillä on ollut paitsi määrällistä myös laadullista vaikutusta kunnalliseen päätöksentekoon. Perinteinen sukupuolten mukainen työnjako erityisesti lautakuntatyössä on vähentynyt. Lautakuntiin on saatu monipuolisempaa asiantuntemusta, ja asiantuntemuksen eriytyminen sukupuolen mukaan on vähentynyt. Kiintiösäännöksen toimeenpano ei silti juurikaan ole lisännyt sukupuolinäkökulman huomioon ottamista kunnallisessa päätöksenteossa eikä aktivoinut kuntien tasa-arvotyötä (STM 2010, 101).

Kuntien liikuntaa käsittelevien luottamuselimiä sukupuolijakaumista ei ole saatavilla tuoretta tietoa. Kuntaliitto ei seuraa asiaa säännöllisesti. Tuoreimmat tiedot ovat vuodelta 2009, jolloin liikuntaa käsittelevien lautakuntien jäsenistä 48 % ja puheenjohtajista 36 % oli naisia (Turpeinen ym. 2011, 51).

Liikunnan johtavien viranhaltijoiden joukossa naisten osuus on kasvanut viime vuosina merkittävästi. Viimeisimmän kuntasektorin palkkatilaston (2016) mukaan liikunnan johtavista viranhaltijoista (n=126) 55 % on miehiä ja 45 % naisia (kuvio 30) (Kuntasektorin palkat 2016). Naisten määrän nousu miesten määrän tasolle on tapahtunut noin 40 vuodessa. 1970-luvulla kunnan liikuntatoimen johdossa ei ollut yhtään naista (Heinilä 1977). 1980-luvun alussa liikuntatoimenjohtajina oli kaksi (Tulisalo 1985) ja 1990-luvun lopussa yhdeksän naista (Aalto 2003). Vuonna 2011 liikunnasta vastaavista johtavista viranhaltijoista 31 % (25 hlö) oli naisia (Turpeinen ym. 2011, 51). Eri vuosien vertailu on kuitenkin vain suuntaa antavaa, sillä lukujen laskemisessa käytetyt lähteet ovat vaihdelleet. Vuosien 2011 ja 2017 lukemat on saatu Tilastokeskuksen Kuntasektorin palkat -tilastosta, mutta niidenkin välillä tilastointitapa on muuttunut. Myös liikunnasta vastaavien viranhaltijoiden nimikkeiden kirjo vaikuttaa laajenevan koko ajan, ja tällä hetkellä kuntien liikunnan ylimpinä viranhaltijoina on esimerkiksi vapaa-aikajohtajia, nuorisotoimenjohtajia, urheilujohtajia ja erityisesti pienemmissä kunnissa edellisten yhdistelmiä kuten liikunta- ja nuorisopäällikköjä. Myös

liikuntasihteeri-nimikkeellä johdetaan liikuntatoimea edelleen useissa kunnissa. Kuntien muuttuvaa toimintakenttää ennakoiden muutamissa kunnissa nimike on muuttunut laajemmaksi hyvinvointijohtajuuden suuntaan.



**Kuvio 30.** Liikunnan johtavien viranhaltijoiden sukupuolijakauma kunnissa vuosina 2011 ja 2017.

Pitkään valmisteltu sote- ja maakuntauudistus muuttaa kuntien päätöksentekoa ja johtamista lähivuosina. Sote- ja maakuntauudistuksessa perustetaan uudet maakunnat, uudistetaan sosiaali- ja terveydenhuollon rakenne sekä siirretään maakunnille uusia tehtäviä. Uudistuksen on tarkoitus tulla voimaan 1.1.2020. Suurin muutos on jako kolmeen hallinnon tasoon: valtio, maakunta ja kunta. Uudistus muuttaa merkittävästi kuntien tehtäväkenttää. Sote-uudistuksen jälkeen kunnat eivät enää vastaa sosiaali- ja terveyspalveluista vaan niistä vastaavat maakunnat. Sen sijaan kuntalaisten hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä kunnat vastaavat myös jatkossa. Kunta on edelleen vastuussa esimerkiksi varhaiskasvatuksesta ja koulutuksesta, liikuntamahdollisuuksista ja kaavoituksesta.

Kunnan tehtävät hyvinvoinnin ja terveyden edistämässä (STM 2016b):

- kunnan asukkaiden hyvinvoinnin ja terveyden sekä niihin vaikuttavien tekijöiden seuraaminen väestöryhmittäin
- kuntalaisten hyvinvoinnista ja terveydestä sekä toteutetuista toimenpiteistä raportointi valtuustolle vuosittain
- kerran valtuustokaudessa valmistettava laajempi hyvinvointikertomus valtuustolle
- paikallisiin olosuhteisiin ja tarpeisiin perustuvat hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen tavoitteet ja toimenpiteet
- hyvinvointi- ja terveysvaikutusten ennakoarviointi ja huomioon ottaminen
- kunnan palveluissa toteutettujen toimenpiteiden seuraaminen
- hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen vastuutahojen nimeäminen.

Hyvinvoinnin edistämisen kannusteeksi kuntiin on suunniteltu niin sanottua HYTE-kerrointa. Sillä tarkoitetaan hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen lisäosaa kuntien peruspalvelujen val-

tionosuuteen, alustavasti noin 55 miljoonaa euroa. Päämääränä on varmistaa kuntien aktiivinen hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen myös sote-uudistuksen jälkeen. HYTE-kerroin täyttää samat vaatimukset kuin valtionosuuden muutkin kriteerit, eli tiedot ovat saatavilla kaikista kunnista ja kerroin päivittyy vuosittain. HYTE-kertoimen suunnitellaan sisältävän toimintaa kuvaavia indikaattoreita ja tulosindikaattoreita (STM 2016b). Liikunnasta on tulossa mukaan kymmenen toimintaa kuvaavaa indikaattoria (kuvio 31). Indikaattoreissa ei ole tasa-arvon edistämiseen liittyviä kirjauksia, eikä niissä ole mainittu sukupuolten mukaan eriteltyjä tietoja. Kuitenkin esimerkiksi Kouluterveyskyselystä otettavaksi suunnitelluista indikaattoreista on mahdollista saada sukupuolitieto, jos halutaan. Nämä ovat kuntatasolla tehtäviä päätöksiä.

**Kuntalaisten liikunta-aktiivisuuden ja liikuntapalvelujen käytön seuranta ja raportointi luottamushenkilöjohdossa – 2 indikaattoria:**

1. Lasten ja nuorten liikunta-aktiivisuutta seurataan vähintään joka toinen vuosi.
2. Lasten ja nuorten liikunta-aktiivisuutta raportoidaan vuosittain hyvinvointikertomuksessa tai vastaavassa.

**Kuntalaisten ja liikuntatoimen välisen yhteistyön toteuttaminen – 3 indikaattoria:**

3. Liikuntaseurojen ja yhdistysten sekä kunnan yhteinen asiantuntijaelin kokoontuu säännöllisesti.
4. Seurojen, yhdistysten ja kunnan yhteiskokous järjestetään säännöllisesti.
5. Kunta toteuttaa liikuntapaikkojen tai -palveluiden käyttäjille asiakaspalautekyselyjä vähintään joka toinen vuosi.

**Kunnassa järjestetyt liikkumisryhmät ja liikuntaneuvonta – 1 indikaattori:**

6. Kohdennettuja liikkumisryhmiä järjestetään liikuntaseuratoiminnan ulkopuolella oleville lapsille ja nuorille.

**Liikunnan poikkihallinnollisen yhteistyön toteuttaminen kunnassa – 4 indikaattoria:**

7. Viimeksi laadittuun kunnan hyvinvointikertomukseen sisältyy kuvaus kuntalaisten liikunta-aktiivisuudesta.
8. Kunnassa on määritetty, mikä hallintokunta koordinoi terveyttä ja hyvinvointia edistävää liikuntaa kokonaisuutena.
9. Liikunnan edistämisestä vastaavat viranhaltijat ovat osallistuneet lautakuntapäätösten vaikutusten ennakkoarviointiin (EVA).
10. Kunnassa toimii poikkihallinnollinen työryhmä, jossa käsitellään liikunnan edistämistä.

**Kuvio 31.** Alustava ehdotus HYTE-kertoimen liikunnan alan toimintaa kuvaaviksi indikaattoreiksi (STM 2016b).

Hallituksen esityksessä sote- ja maakuntauudistuksesta (HE 15/2017 vp) kirjataan, että uudistuksella on mahdollisesti merkittäviä ja moniulotteisia tasa-arvovaikutuksia. Uudistuksen vaikutukset kohdistuvat eri tavoin naisiin ja miehiin palvelujen käyttäjinä ja niiden tuottajina. Uudistuksella on myös erilaisia vaikutuksia miehiin ja naisiin työntekijöinä tai päättäjinä. Hallituksen tasa-arvo-ohjelmassa 2016–2019 linjataan, että sosiaali- ja terveydenhuollon uudistuksen sekä maakuntauudistuksen sukupuolivaikutuksia arvioidaan valmistelussa, toimeenpanossa ja seurannassa. Ensimmäinen sukupuolivaikutusten arviointi valmistui 31.8.2016. Siinä käsitellään palveluiden käyttämistä, henkilöstövaikutuksia, maakuntavaaleja, valinnanvapautta, verotusta ja yhtiöittämistä. Arvioinnissa kirjataan muun muassa, että palveluiden käytössä on eroja sukupuolten välillä, mikä tulee ottaa huomioon palveluja kehitettäessä. Systemaattisella tiedonkeräämisellä, strategisella suunnittelulla ja henkilöstön kouluttamisella voidaan vaikuttaa siihen, että naiset ja miehet saavat tarpeen mukaisia palveluita oikea-aikaisesti ja yhdenvertaisesti. Tiedon keräämisen avulla voidaan tunnistaa sukupuolispesifejä palvelutarpeita ja kohdistaa sukupuolierityisiä palveluita. (Maakuntauudistukseksi ja sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisuudistukseksi laaditun hallituksen esitysluonnoksen sukupuolivaikutusten arviointi 2016.)

## Kuntien liikuntapaikkoja koskeva päätöksenteko

Liikuntapaikkojen rakentaminen, ylläpito ja liikuntapaikkavuorojen jako sekä se, toteutuko tasa-arvo vuorojaossa miesten ja naisten kesken, on herättänyt epäilyjä, kohdellaanko eri sukupuolia perusteettomasti eri tavalla. Asiasta ei ole kattavaa tietoa. Tasa-arvovaltuutettua on pyydetty selvittämään miesten ja naisten liikuntapaikka- tai liikuntavuoro-olosuhteita useaan otteeseen.

Vuonna 2008 kyse oli ollut kunnan liikuntatoimen jäävuoroja koskeneesta muutoksesta. Pyytäjä oli kuitenkin puhelimitse peruuttanut selvittämispyyntön ja ilmoittanut, että muutosta ei ollut toteutettu. (Tasa-arvovaltuutettu 2008.)

Vuonna 2011 pyyntö koski sitä, olivatko piirien otteluvuorojaot tasa-arvolain mukaisia. Yhteydenotossa epäiltiin, että naisten otteluiden olosuhteet olisivat järjestelmällisesti huonommat kuin miesten ja että naisten otteluja olisi ollut hiekkakentällä, vaikka vieressä olisi ollut tyhjä nurmi- tai tekonurmikenttä. Lisäksi naisten otteluja olisi ollut hiekkakentällä, vaikka samanaikaisesti vieressä olisi harjoitellut poikien juniorijoukkue. Olosuhteita verrattiin miesten Kolmosen ja naisten Kolmosen välillä, jotka ovat ylimmät piirin tasot.

Selvitykset pyydettiin Palloliiton Helsingin ja Uudenmaan piireiltä sekä Vantaan ja Helsingin kaupungeilta. Asiasta järjestettiin yhteinen tapaaminen, jonka perusteella selvityspyynnöt peruttiin. Piiritason otteluihin pelivuoroja varataan kaupungin kentiltä ottelupaikkoja varten. Tekonurmikentillä voidaan pelata seurojen omien harjoitusvuorojen aikana, jos seura niin haluaa. Jos ei, niin vuoro osoitetaan hiekkakentälle. Seuroille osoitetaan harjoitusvuoroja joukkueiden määrän perusteella. Palloliittojen sarjat pelataan pääasiassa

nurmikentillä, sikäli kun se on nurmikentän rajoitetun käyttöajan puitteissa mahdollista. Liikuntapalvelut ovat ohjeistaneet seuroja jakamaan harjoitusvuoronsa siten, että nurmikentillä harjoittelevat juniorit ja ne joukkueet, jotka myös pelaavat nurmikentillä. Alasarjojen mies- ja naisjoukkueet eivät harjoittele nurmikentillä. Miesten Kolmosta ja Naisten Kolmosta ei yhtenevistä nimistään huolimatta pidetty vertailukelpoisina sarjatasoina, koska naisilla sarjatasoja on vähemmän. Yhtenäistämistä ei pidetty järkevänä myöskään siksi, että se nostaisi naisten lisenssien hintoja.

Tasa-arvovaltuutettu totesi, että seurat usein päättävät, millä kentillä ottelut pelataan, että on keskeistä, että seurat ovat tietoisia vastuustaan ja tukevat yhtäläisten resurssien tarjontaa, ja että kunnat sekä Palloliiton piirit ovat toimialueellaan avainasemassa. Lisäksi kirjattiin lausuma: "Kukin taho voinee tarvittaessa ja tarvittavin toimin myötävaikuttaa sen varmistamiseksi, että tosiasiallinen tasa-arvo toteutuu eikä synny tarpeettomia epäilyjä syrjinnästä otteluiden kenttäolosuhteissa". (Tasa-arvovaltuutettu 2011.)

Tasa-arvovaltuutettu on antanut lausunnon myös transsukupuolisten henkilöiden asemasta liikuntapalvelujen käyttäjänä. Ongelmia aiheuttaa muun muassa se, että pukeutumis- ja pesutiloissa ei ole mahdollisuutta intymiteettisuojaan. Intymiteettisuoja on tärkeä etenkin sukupuolenkorjausprosessin aikana. Tarve voi olla myös jatkuva, koska aina ei tehdä genitaalikorjauksia, vaan vain ns. juridinen ja sosiaalinen sukupuolen korjaus. Tasa-arvovaltuutettu totesi, että transsukupuolisten henkilöiden liikuntamahdollisuuksia voidaan edistää järjestämällä heille intymiteettisuoja liikuntatilojen pesu- ja pukuhuoneissa. (Tasa-arvovaltuutettu 2006.)

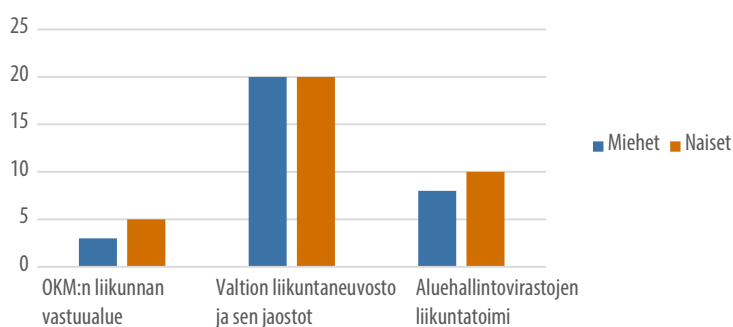
Perhe- ja peruspalveluministeri Juha Rehula ilmoitti osallistuvansa 100 tasa-arvotekoa -hankkeeseen selvittämällä liikuntavuorojen jakautumista tyttöjen ja poikien sekä miesten ja naisten kesken (STM 2017b). Tiedotteen mukaan näkemys siitä, että liikuntavuoroja jaetaan kunnissa epätasa-arvoisesti riippuen siitä, onko kyse tytöille vai pojille tyypillisistä lajeista, on yksi esimerkki sukupuolijärjestelmästä.

## 6.3 Valtio

Tasa-arvolain mukaan valtion komiteoissa, neuvottelukunnissa ja muissa vastaavissa toimielimissä sekä kunnallisissa että kuntien välisen yhteistoiminnan toimielimissä lukuun ottamatta kunnanvaltuustoja tulee olla sekä naisia että miehiä kumpiakin vähintään 40 %, jollei erityisistä syistä muuta johdu (Laki miesten ja naisten välisestä tasa-arvosta 1329/2014). Työhön ottoa puolestaan säätelee saman lain 8 §, jonka mukaan kiellettyinä syrjintänä pidetään sitä, että työnantaja tehtävään valittaessa syrjäyttää henkilön, joka on ansioituneempi kuin valituksi tullut toista sukupuolta oleva henkilö, jollei työnantajan menettely

ole johtunut muusta hyväksyttävästä seikasta kuin sukupuolesta taikka jollei menettelyyn ole työn tai tehtävän laadusta johtuvaa painavaa ja hyväksyttävää syytä.

Opetus- ja kulttuuriministeriössä liikunnan vastuualuetta johtaa nainen, ylitarkastajista ja kulttuuriasiainneuvoksista miehiä on kolme ja naisia neljä (kuvio 32). Valtion liikuntaneuvoston ja sen jaostojen puheenjohtajista kaksi on miehiä ja kaksi naisia. Jäseninä on yhteensä 18 miestä ja 18 naista. Valtion aluehallintovirastojen liikuntatoimissa ylitarkastajina ja johtajina työskentelee 15 henkilöä, joista miehiä on kahdeksan ja naisia seitsemän. Valtiolla tilanne näyttää siis melko tasa-arvoiselta.



**Kuvio 32. Miesten ja naisten määrä valtion liikuntahallinnon johto- ja päätöksentekotehtävissä.**

Lehtonen on tutkinut viiden eri liikunnan keskusjärjestön hallitusjäsenyydet sekä 16 liikuntapoliittisen työryhmän jäsenyydet ja asiantuntijana kuulemiset vuosilta 1993–2014 ja rakentanut niiden pohjalta eliittiverkoston. Kokonaisverkostossa tarkastelujaksolla oli 373 henkilöä, joista 75 % oli miehiä. Naisten osuus oli kasvanut koko ajan. Suurlinkkaajiksi määritellään keskeiset henkilöt eli ne, joilla on eniten eri keskusjärjestöjen hallitus- ja työryhmjäsenyyksiä. Näistä naisten osuus on kasvanut tarkastelujaksolla 18 prosentista 50 prosenttiin. (Lehtonen 2017.) Tarkastelutapa on rakenteellinen: Se ei mittaa henkilöiden ominaisuuksia tai vaikuttamisen määrää. Kuuluminen verkostoon ja linkittyminen useaan eri työryhmään sekä toimielimeen mahdollistaa tiedonsaannin, kuulluksi tulemisen, edunvalvonnan ja kontrollin.

## 6.4 Liikunnan yhteys naisten ja miesten uriin

Liikunta on yhdistetty tutkimuksissa työmarkkinoilla menestymiseen erityisesti silloin, kun mittarina on käytetty vuotuisia ansiotuloja tai työllistymisen todennäköisyyttä. Tasa-arvonäkökulma on kuitenkin huomioitu vaihtelevasti. Osassa tutkimuksista mallinnukset on tehty erikseen naisille ja miehille (esim. Eide & Ronan 2001; Kosteas 2012; Lechner 2009; Rooth 2011) ja osassa on keskitytty ainoastaan miehiin (esim. Barron ym. 2000; Cabane

2010; Ewing 1998; Hyytinen & Lahtonen 2013). Toisinaan merkitseviä tuloksia on saatu ai-noastaan miesten osalta (esim. Long & Caudill 1991), kun taas osa tutkimuksista ei ole huo-mioinut sukupuolta lainkaan, vaan naiset ja miehet on mallinnettu samassa mallissa (esim. Kavetsos 2011).

Liikunta ja työurat -tutkimuksessa selvitettiin, miten lapsuudessa ja nuoruudessa harras-tettu vapaa-ajan liikunta on yhteydessä koulumenestykseen peruskoulun päättyessä sekä koulutusvuosien määrään ja pitkän aikavälin ansiotuloihin aikuisuudessa. Tutkimus on osa LASERI-seurantatutkimusta (Lasten Sepelvaltimotaudin Riskitekijät), jossa samoja henki-löitä on seurattu yli 30 vuoden ajan vuodesta 1980 lähtien. Tutkimuksessa on hyödynnetty kyselyin mitattuja tietoja lapsuuden liikunta-aktiivisuudesta 9-, 12- ja 15-vuotiaana sekä koulumenestyksestä 12- ja 15-vuotiaana. Peruskoulun jälkeiset koulutus- ja työmarkkina-tiedot on kerätty suoraan Tilastokeskuksen rekistereistä vuosilta 1997–2010.

Tutkimuksen mukaan lapsuudessa harrastetulla vapaa-ajan liikunnalla on yhteys sekä kou-lumenestykseen peruskoulun päättyessä että koulutusvuosien määrään aikuisuudessa. Paljon liikkuvien tyttöjen ja poikien peruskoulun päättötodistuksen keskiarvo oli keski-määrin puoli arvosanaa korkeampi verrattuna vähän liikkuneisiin tyttöihin ja poikiin. Koulu-tusvuosien osalta ero paljon liikkuvien ja vähän liikkuvien tyttöjen ja poikien välillä oli noin vuosi. Koulumenestyksen osalta tulokset olivat tilastollisesti merkitseviä sekä tytöillä että pojilla riippumatta siitä, mitä taustatekijöitä analyyseissä huomioitiin (mm. lapsen terveys, vanhempien koulutus, perheen tulotaso, perheen koko ja lapsen aiempi koulumenestys).

Koulutusvuosien osalta aiemmalla koulumenestyksellä oli merkitystä erityisesti tyttöjen kohdalla: Kun analyyseissä huomioitiin aiempi koulumenestys, vapaa-ajan liikunnan ja koulutusvuosien yhteys ei ollut enää tilastollisesti merkitsevä. Pojilla liikunnan yhteys kou-lutusvuosiin säilyi taustatekijöistä riippumatta. (Kari ym. 2017.)

Ansiotulotietoja koskevan tutkimuksen mukaan (Kari ym. 2016) Suomessa erityisesti poi-kien liikunta on yhteydessä korkeampiin ansiotuloihin aikuisuudessa. Lapsuudessa harras-tettu liikunta oli yhteydessä keskimäärin 10–20 % korkeampiin pitkän aikavälin ansiotuloihin. Tyttöillä vastaavaa yhteyttä ei havaittu.

Saadut tulokset ovat esimerkkejä siitä, miksi yhteyksiä tulee tarkastella sukupuolittain erik-seen. Liikunnan harrastamisessa (niin preferensseissä kuin liikunnan intensiteetissä) ja en-nen kaikkea koulutus- ja työurien kehityksessä on eroa naisilla ja miehillä. Tämä on yksi sel-litys sille, miksi edellä esitetyt tutkimustulokset poikkeavat toisistaan. (Kari ym. 2016; 2017.)

Aalto-Nevalaisen (2017a, b) mukaan johtamisuria on liikunta-alalla tutkittu sukupuolten näkökulmasta hyvin vähän. Aalto-Nevalainen tutki nais- ja miesliikuntajohtajien (n=329) uramenestystä ja siihen yhteydessä olevia tekijöitä julkisella ja kolmannella sektorilla Suo-

nessa. Uramenestysindikaattoreina tutkittiin palkkaa, uramenestystyytyväisyyttä ja työn ja perhe-/yksityiselämän tasapainoa. Tutkimuksen tulosten mukaan miesliikuntajohtajat saivat parempaa palkkaa ja olivat tyytyväisempiä uramenestykseensä kuin naisliikuntajohtajat. Liikuntajohtajien uramenestyksellä oli yhteyttä osaan tutkimuksen liikuntaan liittyvistä tekijöistä. Esimerkiksi liikunnan ja urheilun harrastamisen korkeammalla tasolla lapsuudessa ja nuoruudessa (1=Ei harrastanut liikuntaa – 5=Kilpaurheilua kansainvälisellä tasolla) oli yhteyttä korkeampaan palkkaan sekä nais- että miesliikuntajohtajilla.



## 7 Tasa-arvo liikunnan edistämistyössä

### 7.1 Liikuntajärjestöjen yhdenvertaisuus- ja tasa-arvosuunnitelmat

Uusia valtionavustuksen määrän harkintaperusteita ovat Suomea sitovien kansainvälisten säännösten noudattaminen sekä yhdenvertaisuuden ja sukupuolten tasa-arvon edistäminen (Liikuntalain §2:ssa määritellyt tavoitteet, ks. myös Laki naisten ja miesten välisestä tasa-arvosta ja Yhdenvertaisuuslaki). Liikuntaa edistäviltä järjestöiltä edellytetään yhdenvertaisuus- ja tasa-arvosuunnitelmaa oman toimintansa osalta. Mikäli liitolla ei ole yhdenvertaisuus- ja tasa-arvosuunnitelmaa, voidaan järjestön valtionapukelpoisuus jatkossa perua. Yhdenvertaisuus- ja tasa-arvoasioita kysytään myös yleisavustushakemuksessa (lomake 23/24). Lomakkeeseen kirjataan keskeiset toimenpiteet yhdenvertaisuus- ja tasa-arvosuunnitelmasta sekä viittaus valmiiseen ohjelmaan tai, jos suunnitelma on kesken, mahdolliset jo tiedossa olevat toimenpiteet, joista yksi voi olla yhdenvertaisuus- ja tasa-arvosuunnitelman tekeminen.

Vuoden 2016 valtion yleisavustushakemuksiin liitettävien yhdenvertaisuus- ja tasa-arvosuunnitelmien tavoitteena on syrjinnän tunnistaminen, toiminnan ja käytäntöjen arviointi ja kehittäminen sekä osallisuuden lisääminen. Yhdenvertaisuus- ja tasa-arvosuunnitelmassa kuvataan, miten edistetään yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoa ja miten puututaan syrjintään, kuten sukupuoliseen häirintään ja hyväksikäyttöön.

Liikuntajärjestöt ovat ilmoittaneet vuotta 2016 koskevassa haussa valtionapuhakemusten yhdenvertaisuus- ja tasa-arvokohdat hyvin kirjavalla tavalla ja eritasoisesti. Suurella osalla yhdenvertaisuus- ja tasa-arvosuunnitelma ei kuitenkaan ollut vuonna 2016 vielä valmis. Osassa järjestöjä ei ole ymmärretty yhdenvertaisuuden ja tasa-arvon käsitettä ja tarkoituserää.

Arvioitaessa yhdenvertaisuussuunnitelmia kiinnitetään erityistä huomiota yhdenvertaisuuden ja tasa-arvon käsitteiden ymmärtämiseen ja siihen, mitä se tarkoittaa liiton toiminnan osalta. Lisäksi huomiota kiinnitetään konkreettisten toimenpiteiden esille tuomiseen asian

edistämiseksi sekä siihen, miten yhdenvertaisuuden ja tasa-arvon toteutumista seurataan. Valtionapukelpoisten järjestöjen osalta voidaan sanoa, että vuotta 2016 koskevat yhdenvertaisuus- ja tasa-arvosuunnitelmat olivat kolmasosalla järjestöistä hyvällä tai erinomaisella tasolla, kolmasosalla tyydyttävällä tasolla, ja kolmasosa ei ollut tehnyt suunnitelmaa tai se oli hyvin puutteellinen.

Suurin osa liitoista on aloittanut työn toteuttamalla yhdenvertaisuus- ja tasa-arvokyselyn henkilöstölle ja luottamushenkilöille. Asiaa on käsitelty useimmissa liitoissa hallitustasolla sekä liiton eri tiimeissä/työryhmissä. Joissain liitoissa prosessi kulkee rinnakkain strategiatyön kanssa samoja työryhmiä hyödyntäen ja yhteisellä aikataululla. Kaikissa liitoissa pidetään tärkeänä, että toimenpiteet kirjataan heti osaksi toimintasuunnitelmaa. Suunnitelman tarkoituksenmukainen päivittämissyrytmi vaihtelee eri liitoissa 1–3 vuoden välillä; arviointi tehdään vuosittain.

Suunnitelman tekemiseen on nimetty liitoissa 1–2 vastuhenkilöä ja/tai työryhmä, jossa on hallituksen ja usein myös seurojen edustaja. Luottamushenkilöt koetaan tärkeänä linkkinä yhdenvertaisuus- ja tasa-arvoajattelun etenemiseksi myös seuroihin. Tilanekartoituksen aineistoa on kerätty kyselyjen lisäksi toimintakertomuksista, toiminnan rekistereistä ja tilastoista sekä eri työryhmissä keskustelemalla.

Prosessin käynnistäminen on jo synnyttänyt monella taholla keskustelua ja vaikuttanut toimintaan. Osa liitoista pitää järkevänä tarkastella alusta lähtien liittoa ja sen seurakenttää kokonaisuutena. Näin järjestön tavoitteiden jalkauttaminen saadaan käyntiin myös seuraatasolla. Suunnitelmassa on hyvä keskittyä niihin toimenpiteisiin, joita liitto voi tehdä tunnistettujen tavoitteiden edistämiseksi ja ongelmakohtien ratkaisemiseksi.

## 7.2 Valtakunnalliset liikunnanedistämishjelmat

### Ilo kasvaa liikkuen

Ilo kasvaa liikkuen on varhaiskasvatukseen kohdistuva valtakunnallinen liikkumis- ja hyvinvointiohjelma. Vuonna 2015 julkistetun ohjelman tavoitteena on mahdollistaa jokaiselle lapselle liikkumisen ilo sekä riittävä päivittäinen fyysinen aktiivisuus. Ohjelma pohjaa uuteen varhaiskasvatustalakiin (580/2015), varhaiskasvatussuunnitelman perusteisiin (OPH 2016) ja varhaiskasvatuksen liikunnan suosituksiin (OKM 2016a). Varhaiskasvatustalain tavoitteissa (2§) määritellään, että varhaiskasvatuksen tavoitteena on antaa kaikille lapsille yhdenvertaiset mahdollisuudet varhaiskasvatukseen ja edistää sukupuolten välistä tasa-arvoa. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa kirjataan seuraavaa: ”Varhaiskasvatus edistää suomalaisen yhteiskunnan demokraattisia arvoja, kuten yhdenvertaisuutta, tasa-arvoa ja moninaisuutta. Lapsilla tulee olla mahdollisuus kehittää taitojaan ja tehdä

valintoja esimerkiksi sukupuolesta, syntyperästä, kulttuuritaustasta tai muista henkilöön liittyvistä syistä riippumatta.” Kirjaukset muodostavat pohjan tasa-arvon edistämiseksi Ilo kasvaa liikkuen -ohjelmassa.

Ilo kasvaa liikkuen -ohjelma-asiakirjassa ei toistaiseksi ole eritelty tavoitteita sukupuolittain eikä ohjelman arviointiaineistojen tietoja ole kerätty sukupuolittain. Ohjelman viestintämateriaalissa on otettu tietoisesti huomioon sekä tytöt että pojat. Ilo kasvaa liikkuen -ohjelma siirtyi elokuussa 2017 Liikkuva koulu -ohjelman yhteyteen. Liikkuva koulu -ohjelman tasa-arvotavoitteet ja hallituksen kärkihankkeilta vaadittava sukupuolinäkökulman valtavirtaistaminen tulevat jatkossa koskemaan myös Ilo kasvaa liikkuen -ohjelmaa.

## Liikkuva koulu

Liikkuva koulu on osa hallituksen kärkihanketta ”Uudet oppimisympäristöt ja digitaaliset materiaalit peruskouluihin”. Hallituksen tasa-arvo-ohjelman mukaisesti kaikkiin kärkihankkeisiin valtavirtaistetaan sukupuolinäkökulma; ”kärkihankkeissa pyritään määrittelemään tasa-arvotavoitteita, arvioidaan sukupuolivaikutukset uudistuksen eri vaiheissa ja raportoidaan vaikutukset sukupuolten tasa-arvon kannalta. Lisäksi turvataan riittävä tasa-arvo-osaaminen.” Ministeriöt varmistavat, että tehtävä toteutuu. (STM 2016a, 18.)

Liikkuva koulu -ohjelman tavoitteena on saada jokainen peruskouluikäinen lapsi ja nuori liikkumaan vähintään tunnin päivässä. Liikkuvan koulun tavoitteena on aktiivisempi ja viihtyisämpi koulupäivä. Jokainen koulu voi toteuttaa liikkuvampaa koulupäivää omalla tavallaan. Tärkeää koulujen toiminnassa ja ohjelman toteutuksessa on oppilaiden osallisuus, oppiminen sekä liikkeen lisääminen ja istumisen vähentäminen. Marraskuussa 2017 Liikkuvaksi kouluksi oli rekisteröitynyt 2 048 koulua, mikä on 84 % Suomen peruskouluista.

Liikkuvässä koulussa on kyse laaja-alaisesta toimintakulttuurin muutoksesta ja siihen sisältyy useita erilaisia toimia koulupäivän liikunnallistamiseksi: hyvien käytäntöjen hyödyntäminen ja levittäminen, opettajien osaamisen kehittäminen, toiminnallisten opetusmenetelmien laajempi käyttöönotto, rakennetun ja luonnon ympäristön hyödyntäminen ja kehittäminen, välitunti- ja koulumatkaliikunnan lisääminen, koulumatkaliikunnan olosuhteiden parantaminen, liikunnallisen harrastustoiminnan järjestäminen koulujen aamu- ja iltapäivissä sekä laaja-alainen eri sidosryhmien yhteistyö, erityisesti kunnan eri toimialojen ja kolmannen sektorin kanssa. Toimenpide toteutetaan vuosina 2016–2018. Toimenpiteisiin on varattu näille vuosille yhteensä 21 miljoonaa euroa. Vuosina 2017–2018 Liikkuvaa koulua laajennetaan toiselle asteelle ja korkeakouluihin sekä varhaiskasvatukseen Ilo kasvaa liikkuen -ohjelman myötä.

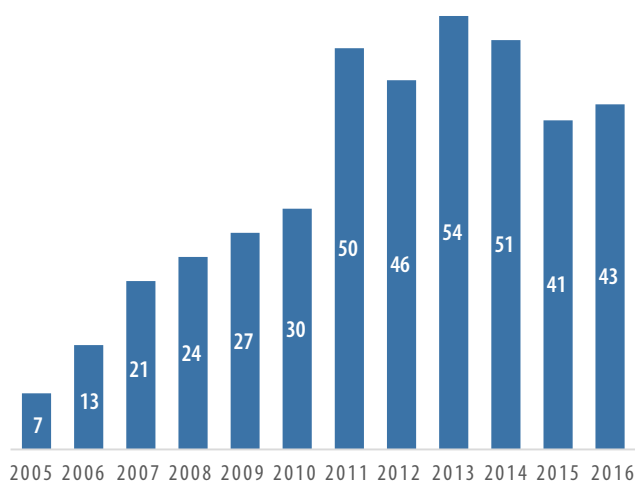
Tasa-arvon edistäminen Liikkuva koulu -ohjelmassa näkyy ohjelman eri tasoilla. Liikkuva koulu -toimintaan myönnettävissä kehittämisavustuksissa sukupuolten tasa-arvo sisältyy sekä hakukohtaisiin erityisperusteisiin että yleisperusteisiin. Hakuohjeissa todetaan, että tyttöjen liikunnan lisäämiseen tulee kiinnittää erityistä huomiota, koska tyttöjen fyysinen aktiivisuus on poikien fyysistä aktiivisuutta alhaisempaa kaikissa ikäryhmissä. Liikkuva koulu -ohjelmaan liittyvässä tutkimuksessa tiedot kerätään ja keskeiset tulokset esitetään sukupuolittain. Kyselyissä sukupuolet ovat tyttö ja poika. Ohjelma on kiinnittänyt huomiota tarpeeseen viestiä sukupuolitietoisesti. Seminaareissa ja koulutuksissa sukupuolinäkökulma on pyritty huomioimaan. Erityisaiheina seminaarissa on ollut esimerkiksi yläkoulun tyttöjen näkökulma. Ohjelman alueellisissa seminaareissa vuonna 2018 sukupuoli ja tasa-arvo ovat teemoina.

Vuosina 2016–2017 Liikkuvan koulun alla toimi työjaosto ”Yhdenvertaisuus, tasa-arvo ja esteettömyys”, jossa pohdittiin ja linjattiin tasa-arvon edistämistä ohjelmassa. Työryhmä esitti tasa-arvon edistämiseen liittyen seuraavia kehittämistoimenpiteitä: 1) Valtakunnallisessa ja alueellisessa ohjauksessa nostetaan teemaksi tasa-arvo sekä sukupuolittuneiden rakenteiden esiin tuominen ja purkaminen, 2) Liikkuva koulu -viestintämateriaalia päivitetään tavalla, joka tekee näkyväksi moninaiset oppilaat, sekä 3) Lisätään yhdenvertaisuuteen, tasa-arvoon ja esteettömyyteen liittyvää läpileikkaavaa sisältöä opettajankoulutukseen. (Liikkuva koulu -ohjausryhmän yhdenvertaisuus, tasa-arvo ja esteettömyys -työjaosto 2017.)

Liikkuvan koulun tutkimustuloksia on esitelty tämän raportin aiemmissa osioissa.

## Kunnossa kaiken ikää -ohjelma

Kunnossa kaiken ikää (KK!) on vuodesta 1995 toiminut valtakunnallinen liikunnan edistämishjelma, joka on suunnattu työikäisille ja juuri eläkkeelle siirtyneille miehille ja naisille. Ohjelman kautta tuetaan vuosittain noin kahtasataa hanketta. Hankehakemusten perusteella huomattiin 2000-luvun alussa, että huonokuntoisille miehille kohdennettua matalan kynnyksen liikuntatarjontaa oli vähän. SuomiMies seikkailee -kampanja käynnistettiin vuonna 2007 kannustamaan miehiä liikuntaan ja terveellisiin ruokailutottumuksiin. Kampanja nosti esille miesten terveyden myös liikunta- ja terveysalan toimijoille. Kampanjan keinoja olivat muun muassa seminaarit, rekkakiertueet, valmiit viestintämateriaalit ja kuntotestit. Ohjelma vaikutti niin, että liikuntatarjonta monipuolistui, miehille suunnattujen hankkeiden hakemusmäärä kasvoi ja tuettujen paikallishankkeiden määrä vakiintui 40–50 hankkeen vuositasolle. KKI tukee taloudellisesti vuosittain noin 200 hanketta (kuviot 33).



**Kuvio 33.** Kunnossa kaiken ikää (KKI) -ohjelman rahoittamat miehille suunnatut paikallis- ja kehittämishankkeet vuosina 2005–2016.

## 7.3 Kehittämistuet

### Nuorten harrasteliikunnan kehittämishankkeet

Nuorten harrasteliikunnan kehittämishankkeita 1999–2011 tarkastelleessa raportissa (Lehtonen 2012) todetaan, että liikunnallisen iltapäivätoiminnan kaikilla hankekausilla osallistujina on ollut enemmän poikia kuin tyttöjä. Tyttöjen osallistumista on pyritty tukemaan ja lisäämään. Hankkeissa on esimerkiksi suunnattu tarjontaa tyttöjä kiinnostaviin lajeihin tai korostettu toiminnan ei-kilpailullista puolta.

Monissa hankkeissa on huomattu, että toisinaan liikuntaryhmiä on järjestettävä erikseen tytöille ja pojille, jotta tasa-arvoiset osallistumismahdollisuudet toteutuisivat. Myönteisiä kokemuksia on saatu tyttöjen ja poikien yhteisistä ryhmistä sekä erikseen toteutetuista ryhmistä. Asia on ratkaistava aina tapauskohtaisesti. Liikunnallisen iltapäivätoiminnan kaikilla kausilla on pyritty lisäämään tyttöjen osallisuutta ja osallistumista. Toimivat keinot tyttöjen osuuden kasvattamiseksi ovat eri hankkeissa erilaisia. Oleellista on lasten omien tarpeiden kuuleminen ja paikallisten olosuhteiden ja tilanteen tunteminen. (Lehtonen 2012, 34–35.)

### Seuratoiminnan kehittämistuki

Seuratoiminnan kehittämistuki (seuratuki) on tarkoitettu urheilu- ja liikuntaseurojen toiminnan kehittämiseen. Seuratukea myönnetään lasten ja nuorten liikuntaan sekä perhe- ja liikuntaan liikuntalain (390/2015) 14 §:n nojalla. Seuratuen avulla toteutetaan hallitusoh-

selman linjauksia erityisesti lasten ja nuorten harrastusmahdollisuuksien tasa-arvosta ja yhdenvertaisuudesta sekä edistetään matalan kynnyksen seuratoiminnan kehittämistä ja toimenpiteitä. (OKM 2017c.)

Seuratuki on suurin valtion jakama avustusmuoto ruohonjuuritason kehittämistyölle urheiluseuroissa. Seuratukea on myönnetty vuosien 2013–2017 aikana yhteensä 20,8 miljoonaa euroa 1 453 eri seuratukihankkeelle. Seuratukea on suunnattu erityisesti matalan kynnyksen liikuntaan ja työntekijöiden palkkaamiseen. Seuratuella on pyritty tukemaan sellaisia hankkeita, joiden tähtäimenä on saada yhä useampi lapsi ja nuori ohjatun liikunnan harrastamisen piiriin sekä monipuolistaa organisoidun liikunnan harrastusmahdollisuuksia. Rahallisesti suurin osa seuratuesta on kohdistettu työntekijöiden palkkaamiseen seuroissa. Tuen avulla on palkattu työntekijä 400 seuraan. (Turpeinen ym. 2018.)

Seuratuen jakokriteerien painopisteet ovat vaihdelleet vuosittain. Tasa-arvoisten ja yhdenvertaisten harrastusmahdollisuuksien parantaminen on sisältynyt kriteereihin joka vuosi, toisina vuosina painotetummin kuin toisina. Tuoreimpien jakokriteerien (OKM 2017c) mukaan tuettavien hankkeiden tulee toteuttaa yhtä tai useampaa opetus- ja kulttuuriministeriön listaamaa alatavoitetta, joista yksi liittyy sukupuolten väliseen tasa-arvoon: ”edistää yhdenvertaisia, tasa-arvoisia ja saavutettavia harrastusmahdollisuuksia”. Seuratuki myönnetään harkinnanvaraisena erityisavustuksena. Hankkeiden laajuuden ja vaikuttavuuden arvioinnin perusteena olevassa yhdeksän kohdan listassa yksi liittyy erityisesti sukupuolten tasa-arvon huomioimiseen. Kohdassa nostetaan esille esimerkiksi liikuntaryhmien perustaminen poikavaltaisissa lajeissa tytöille ja tyttövaltaisissa lajeissa pojille. (OKM 2017c.) Vuosina 2013–2017 seuratuki on esittelijän mukaan ”myönnetty kaikille sellaisille hakijoille, joiden hankkeessa on ollut tavoitteena vähemmistösukupuoleen kohdistuvien harrasteryhmien perustaminen”.

Seuratuen hankehakemuksissa tasa-arvon edistämisen tavoitteena on useimmiten lajin vähemmistösukupuolen harrastajamäärien lisääminen uusien ryhmien avulla. Joissain hankkeissa on järjestetty erityisiä tapahtumia tai muuta markkinointia houkuttelemaan lajin parissa vähemmistönä olevan sukupuolen edustajia mukaan toimintaan. Seuratukihakemusten vuosittaisissa arvioinneissa on laskettu niiden hankkeiden määrä, joiden hakemuksissa on mainittu erityisesti tyttöjen tai poikien harrastuksen edistäminen. Tällaisten tavoitteiden osuus hankkeiden hakemuksissa on vuosina 2013–2017 vaihdellut 6–17 prosentin välillä kaikista hakemuksista. Tyttöjen erityishuomiointi on mainittu tavoitteissa yleisemmin kuin poikien erityishuomiointi. Vuosien 2016–2017 seuratukea saaneiden joukossa oli poikien harrastamista edistäviä hankkeita enemmän kuin aiempina tarkasteluvuosina. Esimerkiksi tanssi- ja voimisteluseurat aikovat useassa hankkeessa houkuttaa aiempaa enemmän poikaharrastajia mukaan toimintaansa (Metsälä 2017).

Seuratuen avulla palkatuille työntekijöille tehdyn kyselyn (Riekki & Hentunen 2017) mukaan seuratyöntekijöistä 58 % oli miehiä ja 41 % naisia (n=168). Yhden työntekijän sukupuolta ei määritelty. Koulutustaustassa oli sukupuolten välisiä eroja: Miehet olivat keskimäärin korkeammin koulutettuja kuin naiset. Joka toisella miehellä (52 %) oli korkeakoulututkinto, naisista 44 prosentilla. Keskiasteen tutkinnon suorittaneita oli naisista 51 %, miehistä 38 %. Naiset työskentelivät miehiä useammin seuroissa osa-aikaisina; päätoimisista työntekijöistä miehiä oli 63 %. Myös seuratyöntekijöiden nimikkeissä ja työtehtävissä oli sukupuolten välisiä eroja. Valmentajista ja valmennuspäälliköistä 72 % oli miehiä. Seurakehittäjän tai -koordinaattorin tehtävät taas olivat yleisempiä naisilla (66 %). Toiminnanjohtajan tehtävät jakautuivat tasaisemmin: naisten osuus oli 55 ja miesten 45 %. (Riekki & Hentunen 2017.)

Vaikka tasa-arvo on ollut yksi OKM:n asettamien seuratuon kriteerien painotuksista, siihen on kiinnitetty hankkeissa vain vähän huomiota. Seuratukiaineiston perusteella urheiluseuroissa tarvitaan tukea tasa-arvon edistämiseksi.

### **Kehittämisyhteistyö maahanmuuttajien kotouttamiseen liikunnan avulla**

Opetus- ja kulttuuriministeriö on jakanut avustusta maahanmuuttajien kotouttamiseen liikunnan avulla vuodesta 2011 alkaen. Rahoitettujen hankkeiden osallistujista vuosina 2015 ja 2016 kaksi kolmasosaa oli maahanmuuttajia ja kolmasosa kantaväestöä. (Pasanen & Laine 2017.) Maahanmuuttajataustaisten naisten ja tyttöjen tavoittaminen oli yksi kehittämisyhteistyön erityisistä painopistealueista (Pyykönen 2016). Seurannan perusteella valtaosalla vuosina 2015 ja 2016 rahoitetuista hankkeista on vaikeuksia maahanmuuttajataustaisten tyttöjen, naisten ja (koti)äitien tavoittamisessa. Raportin perusteella usein ”haasteet liittyvät islamin uskontoon liittyviin pukeutumistapoihin”. (Pasanen & Laine 2017.)

## **7.4 Liikunnan Suomi 100 -tasa-arvot**

Opetus- ja kulttuuriministeri Sanni Grahn-Laasonen ilmoitti ministeriön osallistuvan Suomen itsenäisyyden juhluvuoden 100 tasa-arvotekoa -hankkeeseen haastamalla liikunnan ja urheilun lajiliitot ja muut organisaatiot konkreettisiin tekoihin edistämään sukupuolten tasa-arvoa. Erityisesti edistettäväksi teemaksi todettiin naisten osuuden lisääminen johto- ja valmennustehtävissä. Opetus- ja kulttuuriministeriö toteutti haasteen Suomen Olympiakomitean ja Paralympiakomitean kanssa. (OKM 2017d.) Opetus- ja kulttuuriministeriö palkitsi parhaimmat teot Sinivalloiset Piikkarit -palkinnolla niiden tekojen joukosta, jotka hyväksyttiin mukaan Naisjärjestöjen keskusliiton koordinoimaan 100 tasa-arvotekoa -hankkeeseen. (OKM 2017e.)

100 tasa-arvotekoa -hankkeeseen hyväksytyjä tekoja liikunnan ja urheilun alalta ovat:

- Football for refugee women festival (Monaliiku)
- Heikoilla jäillä -dokumenttielokuva (Mahla Films)
- Joensuu-Jukola 2017:n kilpailujohtajana ensimmäistä kertaa nainen ja Suomi 100 Venlojen juhlaviesti (Joensuu-Jukola 2017)
- Johtaa kuin nainen (Suomen olympiakomitea)
- Judo on tyttöjen juttu -hanke ja suurleiri (Jigotain judojaos)
- Kohti tasa-arvoisempaa urheilujournalismia: kartoitus tasa-arvon toteutumisesta sisällöissä ja toimet sen pohjalta (Yleisradio)
- Kohti tasa-arvoista jenkifutisjargonia (Suomen Amerikkalaisen Jalkapallon Liitto)
- Naiset Jalkapallojohtajina -koulutusohjelma (Suomen Palloliitto)
- Naiset yhdessä liikkumaan (Helsingin liikuntavirasto)
- Naisten osallistumisen vahvistaminen pesäpallon tuomaritoiminnassa (Suomen Pesäpalloliitto)
- Päätös ryhtyä UN Womenin kuukausilahjoittajaksi (Hämeenlinnan Tarmon yleisurheilujaosto)
- Selvitys kuntien liikuntavuorojen jakautumisesta sukupuolten kesken (sosiaali- ja terveysministeriö)
- Sata tyttöjäkiekkotapahtumaa (Suomen Jääkiekkoliitto)
- Tasa-arvoista liikuntakulttuuria edistävä tunnustuspalkinto (Oulun liikuntapalvelut)
- Tyttöjen tie tähtiin -tapahtumat Helsingissä ja Rovaniemellä (Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ja Suomen Paralympiakomitea)
- Urheilu voimaannuttajana -paneelikeskustelu (Suomen voimisteliitto)
- Valmentaa kuin nainen (Suomen valmentajat ja palloilulajiliitot)
- Yhtä jalkaa – Ratsastuksen Reilu peli -työkirja ja koulutus (Suomen Ratsastajainliitto)
- #AllMaleSports -somekampanja, jolla herätetään keskustelua naisten roolista urheilujournalismissa ja urheilumaailmassa (Opiskelijoiden liikuntaliitto)

Liikunnan ja urheilun tasa-arvotekoista Yleisradio palkittiin Sinivalkoiset Piikkarit -palkinnolla. Suomen Palloliitto ja Jyväskylän Jigotain judojaos palkittiin tunnustuspalkinnolla.



## 7.5 Valtion liikuntaneuvoston yhdenvertaisuus- ja tasa-arvojaosto

Valtion liikuntaneuvosto on opetus- ja kulttuuriministeriön asiantuntijaelin, jonka tehtävänä on käsitellä liikunnan kannalta laajakantoisia ja periaatteellisesti tärkeitä asioita ja erityisesti arvioida valtionhallinnon toimenpiteiden vaikutuksia liikunnan alueella, tehdä aloitteita ja esityksiä liikunnan kehittämiseksi sekä antaa lausuntoja toimialansa liikuntamäärärahojen käytöstä. Neuvostolla on jaostoja asioiden valmistelua varten. (Liikuntalaki 390/2015.) Yhdenvertaisuus- ja tasa-arvojaosto on näistä yksi. Valtioneuvoston asetuksella liikunnan edistämisestä (550/2015) liikuntaneuvoston tehtäväksi on lisäksi säädetty aloitteiden tekeminen ja lausuntojen antaminen muun muassa tasa-arvoa koskevista asioista.

## 8 Johtopäätökset

Liikunta ja tasa-arvo 2017 -raportin teemat perustuvat uudistuneeseen lainsäädäntöön sekä liikuntapoliittisissa asiakirjoissa ilmaistuihin tavoitteisiin ja tietotarpeisiin. Selvityksen keskeisiä sisältöjä ovat fyysinen aktiivisuus sekä johtaminen ja päätöksenteko. Kantava ajatus on, että liikuntapolitiikan ja tasa-arvoa koskevien kannanottojen tulisi perustua tutkittuun tietoon.

Määrällisesti tarkasteltuna eri sukupuolten välillä on eroja niin fyysisessä aktiivisuudessa kuin johtamisessa ja päätöksenteossa. Objekttiivisten mittausten mukaan tytöille kertyy vähemmän fyysistä aktiivisuutta kuin pojille. Tyttöjä on vähemmän mukana organisoidussa liikunnassa kuin poikia. Tämä osaltaan vaikuttaa siihen, että naisia on vähemmän liikunnan ja urheilun toimijoina. Naisten osuus liikuntajärjestöjen ja kuntien liikuntatoimen johtavina työntekijöinä ja viranhaltijoina on kasvanut melko paljon. Sen sijaan naisten osuus liikuntajärjestöjen luottamushenkilöinä on kasvanut hitaammin. Naisia on kuitenkin edelleen keskimäärin miehiä vähemmän liikunta-alan johtotehtävissä.

Tilannetta on pyritty muuttamaan toimenpiteillä, joista osa koskee organisoitua liikuntaa ja liikuntajohtamista. Keinoja ovat olleet esimerkiksi valtion yleisavustusta saaville liikuntajärjestöille asetettu vaatimus tasa-arvo- ja yhdenvertaisuussuunnitelmasta. Naisten valmentamista ja johtamista on tuettu mentorointi- ja koulutushankkeilla sekä verkostoitumisella ja palkitsemisilla. Viimeisimpänä uutena toimena opetus- ja kulttuuriministeriö haastoi vuonna 2017 liikuntajärjestöt 100 tasa-arvotekoa -hankkeeseen edistämään tasa-arvoa sekä erityisesti lisäämään naisten määrää liikunnan johto- ja valmennustehtävissä.

Organisoidun liikuntakulttuurin ulkopuolelle ulottuvia liikuntapoliittisia vaikutuskeinoja ovat kansalliset liikunnanedistämishjelmat. Kunnossa kaiken ikää -ohjelmassa yhtenä pyrkimyksenä on ollut käyttää miesten terveyskäyttäytymiseen vaikuttavia keinoja. Hallituksen kärkihankkeena Liikkuva koulu -ohjelmalta vaaditaan sukupuolinäkökulman valtavirtaistamista osaksi kaikkea ohjelman toimintaa.

Liikunta-alan tietopohja eri sukupuolten näkökulmista on viime vuosina vahvistunut, mutta liikuntapoliittisen päätöksenteon tueksi tarvitaan edelleen lisää tietoa myös vähemmän

tutkituilta alueilta, kuten liikuntapaikkojen käytön osalta eli olosuhderessurssien jaosta naisten ja miesten liikuntaan ja urheiluun. Kun se puuttuu, keskustelu perustuu yleistyksiin tai mielikuviin. Sosiaali- ja terveysministeriössä valmisteltava selvitys liikuntavuorojen jaosta tulee osaltaan vastaamaan tähän tietotarpeeseen.

Jatkossa mielenkiinnon tulisi kohdistua myös liikuntalain kuvaamaan edellytysten luomiseen, kun sote- ja maakuntauudistus muuttavat merkittävästi kuntien ja maakuntien tehtäväkenttää. Sukupuolten väliset erot liikkumisessa tulisi ottaa huomioon palveluja kehitettäessä. Systemaattisella tiedonkeruulla – esimerkiksi hyvinvointikertomusten mitareiden hyödyntämisellä – voidaan vaikuttaa siihen, että kuntalaiset saavat tasa-arvoisia palveluita. Säännöllisen, sukupuolten mukaan eritellyn tiedon keräämisen ja systemaattisen hyödyntämisen avulla voidaan tunnistaa eri sukupuolten tarpeita, seurata muutosta ja tarvittaessa kohdistaa toimenpiteitä erikseen naisille ja miehille, tytöille ja pojille.

## LÄHTEET

- Aalto, P. 2003. Naiset liikuntajohtajina. Teoksessa Lämsä, A-M. (toim.) Näköaloja naisjohtajuuteen. Jyväskylän yliopisto. Taloustieteiden tiedekunnan julkaisuja 137, 151–178.
- Aalto-Nevalainen, P. 2017a. Johtajien uramenestys liikunta-alalla naisten ja miesten näkökulmista. Liikunta ja Tiede 54 (4).
- Aalto-Nevalainen, P. 2017b. Career success of women and men sport managers', from the viewpoint of equality. European Business Ethics Network EBEN Conference 15.6.2017. Jyväskylä.
- Aira, A. & Kämppi, K. (toim.) 2017. Kohti aktiivisempia ja viihtyisämpiä koulupäiviä. Liikkuva koulu -ohjelman väliraportti 1.8.2015–31.12.2016. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 329. Jyväskylä: LIKES-tutkimuskeskus.
- Aira, T., Kannas, L., Tynjälä, J., Villberg, J. & Kokko, S. 2013. Hiipuva liikunta nuoruusiässä. Drop off -ilmiön aikaterendejä ja kansainvälistä vertailua WHO-Koululaistutkimuksen (HBSC Study) aineistoilla 1986–2010. Terveyden edistämisen tutkimuskeskus, julkaisuja 5. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Aittasalo, M., Vähä-Ypyä, H., Vasankari, T., Husu, P., Jussila, A-M. & Sievänen H. 2015. Mean amplitude deviation calculated from raw acceleration data: a novel method for classifying the intensity of adolescents' physical activity irrespective of accelerometer brand. BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation 7, 18. Epub 2015/08/08.
- Bangsbo, J. et al. 2016. The Copenhagen Consensus Conference 2016: Children, Youth, and physical activity in schools and during leisure time. British Journal of Sports Medicine: 1–2. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27354718>.
- Barron, J.M., Ewing, B.T. & Waddell, G.R. 2000. The effects of high school athletic participation on education and labor market outcomes. Review of Economics and Statistics 82(3), 409–421.
- Bassett, D.R., Rowlands, A. & Trost, S.G. 2012. Calibration and validation of wearable monitors. *Medicine and Science in Sports and Exercise* 44(S1), S32–38.
- BFD 2017. Saksan jalkapalloliiton internetsivut.
- Cabane, C. 2010. Do sporty people have access to higher job quality? SOEPpapers on Multidisciplinary Panel Data Research 308. Berlin, June 2010.
- Clark, B.K., Sugiyama, T., Healy, G.N., Salmon, J., Dunstan, D.W. & Owen, N. 2009. Validity and reliability of measures of television viewing time and other non-occupational sedentary behaviour of adults: a review. *Obesity Reviews* 10, 7–16.
- Cliff, D.P., Reilly, J.J. & Okely, A.D. 2009. Methodological considerations in using accelerometers to assess habitual physical activity in children aged 0–5 years. *Journal of Science and Medicine in Sport* 12, 557–567.
- Council of Europe 2015. Recommendation CM/Rec (2015)2 of the Committee of Ministers to member states on gender mainstreaming in sport (Adopted by the Committee of Ministers on 21 January 2015 at the 1217th meeting of the Ministers' Deputies).
- Duvivier B. M., Schaper N. C., Bremers M. A., van Crombrugge G., Menheere P. P., Kars M. & Savelberg, H. C. M. 2013. Minimal intensity physical activity (standing and walking) of longer duration improves insulin action and plasma lipids more than shorter periods of moderate to vigorous exercise (cycling) in sedentary subjects when energy expenditure is comparable. *PLoS One*. 9 (8), e105135.
- Eide, E. R. & Ronan, N. 2001. Is participation in high school athletics an investment or a consumption good? Evidence from high school and beyond. *Economics of Education Review* 20(5), 431–442.
- Eisenmann, J.C., Wickel, E.E., Welk, G.J. & Blair, S.N. 2005. Relationship between adolescent fitness and fatness and cardiovascular disease risk factors in adulthood: The Aerobics Center Longitudinal Study (ACLS). *American Heart Journal* 149(1), 46–53.
- EPAS 2017. Enlarged partial agreement on sport. Draft report. Preparation of the Balance in sport 2018 project ("BIS 2").
- Evenson, K.R., Catellier, D.J., Gill, K., Ondrak, K.S. & McMurray, R. G. 2008. Calibration of two objective measures of physical activity for children. *Journal of Sports Sciences* 26 (14), 1557–1565.
- Ewing, B.T. 1998. Athletes and work. *Economics Letters* 59, 113–117.
- Gender Equality in Sport 2014. Proposal for strategic actions 2014–2020. Approved by the group of experts 'Gender Equality in Sport' at its meeting in Brussels on 18 February 2014.
- Goodman, E., Adler, N. E., Kawachi, I., Frazier, A. L., Huang, B. & Colditz, G. A. 2001. Adolescents' perceptions of social status: development and evaluation of a new indicator. *Pediatrics* 108 (2), E31.
- Hagströmer, M., Ainsworth, B.E., Oja, P. & Sjöström, M. 2010. Comparison of a subjective and an objective measure of physical activity in a population sample. *Journal of Physical Activity and Health* 7, 541–550.

- Haapala, H., Hirvensalo, M., Laine, K., Laakso, L., Hakonen, H., Kankaanpää, A., Lintunen, T. & Tammelin, T. 2014. Recess physical activity and school-related social factors in Finnish primary and lower secondary schools: cross-sectional associations. *BMC Public Health* 14, 1114.
- Hakamäki, M. 2014. Ne kiintiöt, ne kiintiöt. *Liikunta ja Tiede* 51 (2–3), 23–26.
- Hallal, P.C., Andersen, L.B., Bull, F.C., Guthold, R., Haskell, W. & Ekelund, U. 2012. Global physical activity levels: surveillance progress, pitfalls, and prospects. *Lancet* 380, 247–257.
- Hallituksen tasa-arvo-ohjelma 2016–2019. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2016:4.
- Halttunen, H., Noronen, R., Salonen, R. & Sorsa, M. 2009. 30 vuotta jenkkiputista Suomessa. Suomen Amerikkalaisten Jalkapallon liiton historiikki. SAJL ry.
- Hansen, B. H., Kolle, E., Dyrstad, S. S., Holme, I. & Anderssen S. A. 2012. Accelerometer-determined physical activity in adults and older people. *Medicine and Science in Sports and Exercise* 44 (2), 266–272.
- HE 19/2014. Hallituksen esitys eduskunnalle yhdenvertaisuuslaiksi ja eräksi siihen liittyviksi laeiksi.
- HE 15/2017 vp. Hallituksen esitys eduskunnalle maakuntien perustamista ja sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisen uudistusta koskevaksi lainsäädännöksi sekä Euroopan paikallisen itsehallinnon peruskirjan 12 ja 13 artiklan mukaisen ilmoituksen antamiseksi.
- HE 106/2017. Hallituksen esitys eduskunnalle valtion talousarvioesitykseksi vuodelle 2018. HE 106/2017. Selvitysosa.
- Healy, G.N., Matthews, C.E., Dunstan, D.W., Winkler, E.A. & Owen, N. 2011. Sedentary time and cardiometabolic biomarkers in US adults: NHANES 2003–06. *European Heart Journal* 32, 590–597.
- Heinilä, K. (toim.) 1977. Nainen suomalaisessa liikuntakulttuurissa. Jyväskylän yliopisto. Liikuntasuunnittelun laitoksen tutkimuksia 15.
- Helldán, A. & Helakorpi, S. 2015. Suomalaisen aikuisväestön terveyskäyttäytyminen ja terveys, kevät 2014. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL), Raportti 6/2015.
- Helakorpi, S., Patja, K., Prättälä, R., Aro, A. R. & Uutela, A. 2003. Suomalaisen aikuisväestön terveyskäyttäytyminen ja terveys, kevät 2003. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B17.
- Helakorpi, S., Laitalainen, E. & Uutela, A. 2010. Suomalaisen aikuisväestön terveyskäyttäytyminen ja terveys, kevät 2009. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, raportti 7.
- Hokka, L. 2014. Miesten ja naisten tasa-arvon edistäminen liikuntapolitiikassa. Hyviä käytäntöjä Suomessa, Ruotsissa ja Norjassa. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 9.
- Husu, P., Suni, J., Vähä-Ypyä, H., Sievänen, H., Tokola, K., Valkeinen, H., Mäki-Opas, T. & Vasankari, T. 2014. Suomalaisien aikuisten kiihtyvyyssmittarilla mitattu fyysinen aktiivisuus ja liikkumattomuus. *Suomen Lääkärilehti* 69 (25–32), 1860–1866.
- Husu, P., Jussila, A.-M., Tokola, K., Vähä-Ypyä, H. & Vasankari, T. 2016a. Objektivisesti mitattu paikallaanolo ja liikkuminen. Teoksessa S. Kokko & A. Mehtälä (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2016:4, 16–22.
- Husu, P., Vähä-Ypyä, H. & Vasankari, T. 2016b. Objectively measured sedentary behavior and physical activity of Finnish 7- to 14-year-old children – associations with perceived health status: a cross-sectional study. *BMC Public Health* 16(1), 338.
- Husu, P., Suni, J., Vähä-Ypyä, H., Sievänen, H., Tokola, K., Valkeinen, H., Mäki-Opas, T. & Vasankari, T. 2016c. Objectively measured sedentary behavior and physical activity in a sample of Finnish adults: a cross-sectional study. *BMC Public Health* 16, 920.
- Hyytinen, A. & Lahtonen, J. 2013. The effect of physical activity on long-term income. *Social Science and Medicine* 2013;96, 129–37.
- Intille, S.S., Lester, J., Sallis, J.F. & Duncan, G. 2012. New horizons in sensor development. *Medicine and Science in Sports and Exercise* 44(S1), S24–31.
- Isosomppi, S. 2014. Seuratuki 2014. Tuettujen hankkeiden hakemusarviointi. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 291. Jyväskylä: LIKES.
- IWG 2014a. The Legacy Document: Annex 2: Conclusions and recommendations of the 6<sup>th</sup> IWG World Conference on Women and Sport “Lead the change, Be the Change”.
- IWG 2014b. The Legacy Document: Annex 1: Brighton Plus Helsinki 2014 Declaration on Women and Sport.
- Kaikkonen, R., Murto, J., Pentala, O., Koskela, T., Virtala, E., Härkänen, T., Koskenniemi, T., Ahonen, J., Vartiainen, E. & Koskinen, S. Alueellisen terveys- ja hyvinvointitutkimuksen perustulokset 2010–2015. Verkkojulkaisu: [www.thl.fi/ath](http://www.thl.fi/ath).
- Kallio, J., Turpeinen, S., Hakonen, H. & Tammelin, T. 2016a. Active commuting to school in Finland, the potential for physical activity increase in different seasons. *International Journal of Circumpolar Health* 75, 33319.
- Kallio, J., Hakonen, H., Kämppi, K. & Tammelin, T. 2016b. Koulumatkaliikunta. Teoksessa S. Kokko & A. Mehtälä (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 4, 48–50.
- Kantomaa, M. T., Tikanmäki, M., Kankaanpää, A., Väärämäki, M., Sipola-Leppänen, M., Ekelund, U., Hakonen, A., Järvelin, M.-R., Kajantie, E. & Tammelin, T. 2016. Accelerometer-Measured Physical Activity and Sedentary Time Differ According to Education Level in Young Adults. *PLoS ONE* 11 (7), e0158902.

- Kari, J. T., Tammelin, T., Viinikainen, J., Hutri-Kähönen, N., Raitakari, O. & Pehkonen, J. 2016. Childhood physical activity and adulthood earnings. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 48 (7), 1340–1346.
- Kari, J. T., Pehkonen, J., Hutri-Kähönen, N., Raitakari, O., Tammelin, T. H. 2017. Longitudinal Associations between Physical Activity and Educational Outcomes. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 49 (11); 2158–2166.
- Karvinen, J., Sääkslahti, A., Pönnkö, A., Fonsén, E., Kempainen, T., Soukainen, U., Palosaari, T., Korhonen, N. & Ketola, H. 2015. Ilo kasvaa liikkuen. Varhaiskasvatuksen uusi liikkumis- ja hyvinvointiohjelma. Ohjelma-asiakirja. Valon julkaisusarja 1/2015.
- Katzmarzyk, P.T., Church, T.S., Craig, C.L. & Bouchard, C. 2009. Sitting time and mortality from all causes, cardiovascular disease, and cancer. *Medicine and Science in Sports and Exercise* 41, 998– 1005.
- Kavetsos, G. 2011. The impact of physical activity on employment. *Journal of Socio- Economics* 40, 775–779.
- Kokko, S. & Mehtälä, A. (toim.) 2016. Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2016:4.
- Kokko, S., Mehtälä, A., Husu, P., Jussila, A.-M., Villberg, J. & Vasankari, T. 2016. LIITU 2016 -tutkimus: Mitattu tieto tarkentaa itsearvioitua tietoa – kolmasosa suomalaislapsista ja -nuorista liikkuu riittävästi. *Liikunta & Tiede* 53 (6), 25–28.
- Korjus, T. & Paajanen, M. 2016. Valtion liikuntaneuvoston alkusanat. Teoksessa S. Kokko & A. Mehtälä (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 4, 4–5.
- Korsberg, M. 2017. Puheenvuoro Liikunnan 100 tasa-arvotekoa -starttitilaisuudessa 21.9.2017, Helsinki.
- Kosteas V. 2012. The effect of exercise on earnings: evidence from the NLSY. *Journal of Labor Research* 33, 225–250.
- Koster, A., Caserotti, P., Patel, K.V., Matthews, C.E., Berrigan, D., Van Domelen, D.R., Brychta, R. J., Chen, K. Y. & Harris, T. B. 2012. Association of sedentary time with mortality independent of moderate to vigorous physical activity. *PLoS One* 7, e37696.
- Kuntalaki 410/2015. Annettu Helsingissä 10.4.2015.
- Kuntaliitto 2017. Mitä kunta tekee tulevaisuudessa? <https://www.kuntaliitto.fi/ajankohtaista/2017/mita-kunta-tekee-sote-ja-maakuntaudistuksen-jalkeen>.
- Kuntasektorin palkat 2016. KT Kuntatyönantajilta saatu, Tilastokeskuksen aineistoon perustuva tieto 7.6.2017.
- Kämppi, K., Tammelin, T., Inkinen, V. & Laine, K. 2017. Liikkuvien koulujen henkilökuntakyselyn tuloksia, kevät 2017. Jyväskylä: LIKES-tutkimuskeskus.
- Kärmeniemi, M. 2012. Valmentaminen ammattina Suomessa 2012. KIHUn julkaisusarja nro 34.
- Käypä hoito 2016. Liikunta (online). Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin ja Käypä hoito -johtoryhmän asettama työryhmä. Helsinki: Suomalainen Lääkäriseura Duodecim, 2016. [www.kaypahoito.fi](http://www.kaypahoito.fi). [Viitattu 28.6.2017.]
- Laakkonen E. K., Kulmala J., Aukee P., Hakonen H., Kujala U. M., Lowe, D. A., Kovanen, V., Tammelin T. & Sipilä, S. 2017. Female reproductive factors are associated with objectively measured physical activity in middle-aged women. *PLoS ONE* 12(2), e0172054.
- Laki miesten ja naisten välisestä tasa-arvosta 1329/2014. Annettu Helsingissä 30.12.2014.
- Lechner M. 2009. Long-run labour market and health effects of individual sports activities. *Journal of Health Economics* 28, 839–854.
- Lehtonen, K. (toim.) 2012. Nuorten harrasteliikunnan kehittäminen 1999–2011. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2012:2.
- Lehtonen, K., Paukku, J., Hakamäki, M. & Laine, K. 2013. Seuratuki 2013. Haku- ja jakoprosessin arviointi. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 286. Jyväskylä: LIKES.
- Lehtonen, K. 2015. Suomalaisen urheiluliikkeen muutosprosessi systeemiteoreettisesti tulkittuna. *Hallinnon Tutkimus* 4/2015.
- Lehtonen, K. 2017. Luolamiehet ja suurlinkkaajat suomalaisessa liikunnan ja urheilun eliittiverkostossa. *Yhteiskuntapolitiikka* 82 (2).
- Liikkuva koulu -ohjausryhmän yhdenvertaisuus, tasa-arvo ja esteettömyys -työjaosto 2017. Liikkuva koulu -ohjausryhmän työjaoston yhdenvertaisuus, tasa-arvo ja esteettömyys -toimenpide-esitykset. Muistio 31.5.2017.
- Liikuntalaki 390/2015. Annettu Helsingissä 10.4.2015.
- Long, J. E. & Caudill, S. B. 1991. The impact of participation in intercollegiate athletics on income and graduation. *The Review of Economics and Statistics* 73, 525–531.
- Lämsä, J. 2014. Suomessa 1195 ammattilaisurheilijaa. Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus. <http://www.sport.fi/kirjasto/teos/suomessa-1195-ammattilaisurheilijaa>.
- Maakuntaudistukseksi ja sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisuudistukseksi laaditun hallituksen esitysluonnoksen sukupuolivaikutusten arviointi 31.8.2016. <http://alueuudistus.fi/soteuudistus/selvitykset-ja-arvioinnit>.
- Malina, R. M., Bouchard, C. & Bar-Or, O. 2004. Growth, maturation and physical performance growth, maturation and physical activity. 2<sup>nd</sup> ed. Champaign: Human Kinetics.

- Matarma, T., Tammelin, T., Kulmala, J., Koski, P., Hurme, S. & Lagström, H. 2016. Factors associated with objectively measured physical activity and sedentary time of 5–6-year-old children in the STEPS Study. *Early Child Development and Care*.
- Matka hyvään kuntoon – rekkakiertueen 2016 tulokset.  
[https://www.matkahyvaankuntoon.fi/application/files/7714/8793/2868/MHK\\_tulokset2016\\_infograafi.pdf](https://www.matkahyvaankuntoon.fi/application/files/7714/8793/2868/MHK_tulokset2016_infograafi.pdf)
- Matthews, C.E., Hagströmer, M., Pober, D.M. & Bowles, H.R. 2012. Best practices for using physical activity monitors in population-based research. *Medicine and Science in Sports and Exercise* 44(S1), S68–76.
- Merikivi, J., Myllyniemi, S. & Salasuo, M. 2016. Media hanskassa. Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2016 mediasta ja liikunnasta. Valtion nuorisoasiain neuvottelukunnan julkaisuja 55.
- Metsälä, L. 2017. Seuratoiminnan kehittämistuki 2016–2017. Tuettujen hankkeiden hakemusarviointi. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 337. Jyväskylä: LIKES.
- Murto, J., Kaikkonen, R., Pentala-Nikulainen, O., Koskela, T., Virtala, E., Härkänen, T., Koskeniemi, T., Jussmäki, T., Vartiainen, E. & Koskinen, S. 2016. Aikuisten terveys, hyvinvointi- ja palvelututkimus ATH:n perustulokset 2010–2016. Verkkajulkaisu: [www.thl.fi/ath](http://www.thl.fi/ath).
- Myllymäki, R. 2017. Kunnanhallituksen, lautakuntien ja muiden toimielinten valinnat. Yleiskirje 11/2017, Kuntaliitto.
- Myllyniemi, S. & Berg, P. 2013. Nuoria liikkeellä! Nuorten vapaa-aikatutkimus 2013. Nuorisoasiain neuvottelukunnan julkaisuja (verkkajulkaisu), nro 49.
- Mäkinen, T., Valkeinen, H., Borodulin, K. & Vasankari, T. 2012. Fyysinen aktiivisuus. Teoksessa S. Koskinen, A. Lundqvist & N. Ristiluoma (toim.) *Terveys, toimintakyky ja hyvinvointi Suomessa. Terveystieteiden tutkimuskeskus (THL), Raportti 68*, 55–58.
- OKM 2013. Linjaukset liikuntatutkimuksen tukemiseksi vuoteen 2017. Liikuntatutkimuksen suunta-asiakirja. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2013:15.
- OKM 2014. Seuratoiminnan kehittämistuki. Hakuohje vuodelle 2015. Opetus- ja kulttuuriministeriö.  
[http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Liikunta/liikuntapolitiikka/avustukset/avustukset\\_liitteet/Seuratuki\\_2015\\_hakuohjeet\\_final.pdf](http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Liikunta/liikuntapolitiikka/avustukset/avustukset_liitteet/Seuratuki_2015_hakuohjeet_final.pdf). [Viitattu 24.9.2015.]
- OKM 2016a. Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016. Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 21. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriö.
- OKM 2016b. Tieteelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 22. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriö.
- OKM 2017a. Liikuntatoimi tilastojen valossa. Perustilastot vuodelta 2015. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 1. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriö.
- OKM 2017b. Urheilijoiden valmennus- ja harjoittelupurahat.  
[http://minedu.fi/avustukset/avustus/-/asset\\_publisher/urheilijoiden-valmennus-ja-harjoittelupurahat](http://minedu.fi/avustukset/avustus/-/asset_publisher/urheilijoiden-valmennus-ja-harjoittelupurahat). [Viitattu 5.6.2017.]
- OKM 2017c. Seuratoiminnan kehittämistuki (seuratuki). [http://minedu.fi/avustukset/avustus/-/asset\\_publisher/seuratoiminnan-kehittamistuki-seuratuki-](http://minedu.fi/avustukset/avustus/-/asset_publisher/seuratoiminnan-kehittamistuki-seuratuki-). [Viitattu 29.5.2017.]
- OKM 2017d. Ministeriö tavoittelee sataa tasa-arvolupausta liikunnassa ja urheilussa. Tiedote 31.3.2017. [http://minedu.fi/artikkeli/-/asset\\_publisher/ministerio-tavoittelee-sataa-tasa-arvolupausta-liikunnassa-ja-urheilussa](http://minedu.fi/artikkeli/-/asset_publisher/ministerio-tavoittelee-sataa-tasa-arvolupausta-liikunnassa-ja-urheilussa).
- OKM 2017e. Liikunnan Suomi 100 tasa-arvototeet palkitaan joulukuussa. Tiedote 22.6.2017.  
[http://minedu.fi/artikkeli/-/asset\\_publisher/liikunnan-suomi-100-tasa-arvototeet-palkitaan-joulukuussa](http://minedu.fi/artikkeli/-/asset_publisher/liikunnan-suomi-100-tasa-arvototeet-palkitaan-joulukuussa).
- Oliver, M., Schofield, G.M. & Kolt, G.S. 2007. Physical activity in preschoolers. Understanding prevalence and measurement issues. *Sports Medicine*, 37(12), 1045–1070.
- Opetusministeriö ja Nuori Suomi 2008. Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 7–18-vuotiaille. Helsinki: Opetusministeriö ja Nuori Suomi ry.
- OPH 2016. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016. Opetushallitus. Määräykset ja ohjeet 2016:17.
- Pasanen, S. & Laine, K. 2017. Monikulttuuriset liikuntahankkeet. Vuosien 2015–2016 hankesuurannan tuloksia. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 236. Jyväskylä: LIKES.
- Pate, R.R., O'Neill, J.R. & Mitchell, J. 2010. Measurement of physical activity in preschool children. *Medicine and Science in Sports and Exercise* 42, 508–512.
- Patel, A.V., Bernstein, L., Deka, A., Feigelson, H.S., Campbell, P.T., Gapstur, S.M., Golditz, G.A. & Thun, M.J. 2010. Leisure time spent sitting in relation to total mortality in a prospective cohort of US adults. *American Journal of Epidemiology* 172, 419–429.
- Puska, M., Lämsä, J. & Potinkara, P. 2016. Valmentaminen ammattina Suomessa 2016. KIHUn julkaisusarja, nro 53.
- Pyykönen, J. 2015. Seuratuki 2015. Tuettujen hankkeiden hakemusarviointi. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 311. Jyväskylä: LIKES.
- Pyykönen, J. 2016. Kehittämisyhteistyön kunnille maahanmuuttajien kotouttamiseksi liikunnan avulla. Vuonna 2015 aloitettujen hankkeiden esittely. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 311. Jyväskylä: LIKES.
- Rajala, K., Itonen, H., Kankaanpää, A., Tammelin, T. & Laine, K. 2014. Yläkoululaisten subjektiivisen sosiaalisen aseman yhteys välituntiliikuntaan ja osallisuuteen. *Liikunta & Tiede* 51 (6), 63–70.

- Rajala, K., Itkonen, H. & Laine, K. 2015. Yläkouluikäisten tyttöjen subjektiivinen sosiaalinen asema ja koulun tilojen merkityksellisyys liikkumisympäristönä. *Kasvatus* 46 (5), 448–459.
- Rajala, K., Haapala, H., Kämppi, K., Hakonen, H. & Tammelin, T. 2016. Välituntiliikunta. Teoksessa S. Kokko & A. Mehtälä (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016. *Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja* 2016:4, 46–48.
- Rantakokko, M. 2017. Tasa-arvoiset osallistumismahdollisuudet liikuntaan vanhuudessa. *Liikuntatieteen päivät* 31.8.2017.
- Rieki, M. & Hentunen, J. 2017. Työntekijän palkkaaminen seuratuella avulla. Kyselyn tuloksia työntekijän rekrytoimisesta urheiluseuraan vuosilta 2013–2016. *Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja* 322. Jyväskylä: LIKES.
- Riksidrottsförbundet 2013. RF:s Stadgar. [www.rf.se/ImageVaultFiles/id\\_35323/cf\\_394/RFs\\_stadgar\\_2013.PDF](http://www.rf.se/ImageVaultFiles/id_35323/cf_394/RFs_stadgar_2013.PDF).
- Rooth, D.O. 2011. Work out or out of work – the labor market return to physical fitness and leisure sports activities. *Labour Economics* 18, 399–409.
- Ruiz, J.R. et al. 2016. Cardiorespiratory fitness cut points to avoid cardiovascular disease risk in children and adolescents; what level of fitness should raise a red flag? a systematic review and meta-analysis. *British Journal of Sports Medicine*. <http://bjsm.bmj.com/lookup/doi/10.1136/bjsports-2015-095903>.
- Saari, A. 2017. (Nais)urheilu kaipaa ripauksen burleskia. <http://www.vammaisurheilu.fi/ajankohtaista/blogit/4908-nais-urheilu-tarvitsee-ripauksen-burleskia>.
- Sainio, P., Koskinen, S., Sihvonen, A-P., Martelin, T. & Aromaa, A. 2014. Iäkkään väestön terveyden ja toimintakyvyn kehityslinjoja. Teoksessa A. Noro & H. Alastalo (toim.) Vanhuspalvelulain 980/2012 toimeenpanon seuranta. Tilanne ennen lain voimaantuloa vuonna 2013. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL), raportti 13/2014.
- SAJL 2016. Suomen Amerikkalaisen Jalkapallon Liiton yhdenvertaisuussuunnitelma 2016–2017.
- SAL 2016. Suomen Ampumaurheiluliiton yhdenvertaisuus- ja tasa-arvosuunnitelma.
- Salin, K., Hirvensalo, M., Magnussen, C. G., Telama, R., Hurti-Kähkönen, N., Viikari, J., Raitakari, O. & Tammelin, T. 2017. Changes in Daily Steps and Body Mass Index and Waist to Height Ratio during Four Year Follow-up in Adults: Cardiovascular Risk in Young Finns Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 14(9).
- SCORE 2016. Hankkeen [www.sivu](http://www.sivu). <http://www.score-coaching.eu/>.
- Sjöholm, K. 2016. Liikunta tulevaisuuden kunnassa ja yhdyspinnat. Kuntaliiton erityisasiantuntija Kari Sjöholm esitys Aluehallintoviraston tilaisuudessa Liikunnan asema tulevaisuuden kunnassa ja rajapintayhteistyö. 29.11.2016, Jyväskylä.
- Soini, A., Tammelin, T., Sääkslahti, A., Watt, A., Villberg, J., Kettunen, T., Mehtälä, A. & Poskiparta, M. 2014a. Seasonal and daily variation in physical activity among three-year-old Finnish preschool children. *Early Child Development and Care* 184 (4), 586–601.
- Soini, A., Villberg, J., Sääkslahti, A., Gubbels, J., Mehtälä, A., Kettunen, T. & Poskiparta, M. 2014b. Directly observed physical activity among 3-year-olds in Finnish childcare. *International Journal of Early Childhood*, 46 (2), 253–269.
- Soini, A., Watt, A., Tammelin, T., Soini, M., Sääkslahti, A., & Poskiparta, M. 2014c. Comparing the physical activity patterns of 3-year-old Finnish and Australian children during childcare and homecare days. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 6(3), 171–182.
- Soini, A. 2015. Always on the move? Measured physical activity of 3-year-old preschool children. *Studies in Sport, Physical Education and Health* 216. Jyväskylä: University of Jyväskylä.
- Spittaels, H., Van Cauwenberghe, E., Verbestel, V., De Meester, F., Van Dyck, D., Verloigne, M., Haerens, L., Deforche, B., Cardon, G. & De Bourdeaudhuij, I. 2012. Objectively measured sedentary time and physical activity time across the lifespan: a cross-sectional study in four age groups. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 9, 149.
- SPNL 2016. Yhdenvertaisuussuunnitelma. Suomen Painonnostoliitto SPNL ry ja Suomen Voimanolliitto SVN ry.
- Stenholm, S., Pulakka, A., Kawachi, I., Oksanen, T., Halonen, J. I., Aalto, V., Kivimäki, M. & Vahtera, J. 2016. Changes in physical activity during transition to retirement: a cohort study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 13, 51.
- STM 2010. Valtioneuvoston selonteko naisten ja miesten välisestä tasa-arvosta. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2010:8. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.
- STM 2015. Istu vähemmän – voi paremmin! Kansalliset suositukset istumisen vähentämiseen. Sosiaali- ja terveysministeriön esitteitä 2015.
- STM 2016a. Hallituksen tasa-arvo-ohjelma. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2016:4.
- STM 2016b. Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen sote-uudistuksessa. Sosiaali- ja terveysministeriön muistio 30.8.2016.
- STM 2017a. Valtioneuvoston selonteko naisten ja miesten välisestä tasa-arvosta 2010 – Väliraportti 2016. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2017:11.



- STM 2017b. Ministeri Rehulan tasa-arvoteko: Kuntien liikuntavuorojen jakautumista sukupuolten kesken selvitetään. Sosiaali- ja terveysministeriön tiedote 29.6.2017. [http://valtioneuvosto.fi/artikkeli/-/asset\\_publisher/1271139/ministeri-rehulan-tasa-arvoteko-kuntien-liikuntavuorojen-jakautumista-sukupuolten-kesken-selvitetaan](http://valtioneuvosto.fi/artikkeli/-/asset_publisher/1271139/ministeri-rehulan-tasa-arvoteko-kuntien-liikuntavuorojen-jakautumista-sukupuolten-kesken-selvitetaan).
- Suni, J., Husu, P., Valkeinen, H. & Vasankari, T. 2012. Mitattu fyysinen kunto. Teoksessa S. Koskinen, A. Lundqvist & N. Ristiluoma (toim.) *Terveys, toimintakyky ja hyvinvointi Suomessa*. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos (THL), Raportti 68, 125–127.
- Suni, J., Husu, P., Aittasalo, M. & Vasankari, T. 2014. Liikunta on osa liikkumista. Paikallaolon määritelmää täsmennetään parhaillaan. *Liikunta & Tiede* 51 (6), 30–32.
- Suomen Valmentajat 2016. Vuosikertomus 2015. Suomen Valmentajat ry.
- Suomi, K., Mehtälä, A. & Kokko, S. 2016. Liikuntapaikat ja -tilaisuudet. Teoksessa S. Kokko & A. Mehtälä (toim.) *Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa*. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2016:4, 23–26.
- Syväoja, H., Kallio, J., Hakonen, H., Oksanen, H., Joensuu, L. & Tammelin, T. 2015. Hyvät tulokset fyysisen toimintakyvyn Move!-mittauksissa ovat yhteydessä hyvään koulumenestykseen. Suullinen esitys Liikuntatieteen päivät 10.–11.6.2015, Jyväskylä.
- Sääkslahti, A., Jaakkola, T., Iivonen, S., Huotari, P. & Pietilä, M. 2015. Move! on räätälöity suomalaisen kouluun. *Liikunta & Tiede* 52 (4), 55–59.
- Tammelin, T., Laine, K. & Turpeinen, S. (toim.) 2012. Liikkuva koulu -ohjelman pilottivaiheen 2010–2012 loppuraportti. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 261. Jyväskylä: LIKES-tutkimuskeskus.
- Tammelin, T., Laine, K. & Turpeinen, S. (toim.) 2013. Oppilaiden fyysinen aktiivisuus. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 272. Jyväskylä: LIKES-tutkimuskeskus.
- Tammelin, T., Kulmala, J., Hakonen, H. & Kallio, J. 2015. Koulu liikuttaa ja istuttaa. Liikkuva koulu -tutkimuksen tuloksia 2010–2015. Jyväskylä: LIKES-tutkimuskeskus.
- Tammelin, T. H., Aira, A., Hakamäki, M., Husu, P., Kallio, J., Kokko, S., Laine, K., Lehtonen, K., Mononen, K., Palomäki, S., Ståhl, T., Sääkslahti, A., Tynjälä, J. & Kämppe, K. 2016. Results from Finland's 2016 Report Card on physical activity for children and youth. *Journal of Physical Activity and Health* 13 (Suppl 2), S157–S164. [www.likes.fi/reportcard](http://www.likes.fi/reportcard).
- Tasa-arvovaltuutettu 2006. Tasa-arvovaltuutetun lausunto (TAS 285/06).
- Tasa-arvovaltuutettu 2008. Puhelinmuistio (Dnro TAS 394/08).
- Tasa-arvovaltuutettu 2011. Tasa-arvovaltuutetun lausunto (Dnro TAS 238/2011).
- Terveysten ja hyvinvoinnin laitos THL 2017. Kouluterveyskyselyn tulokset. <https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tutkimustuloksia>.
- Terveys- ja hyvinvoinnin laitos THL 2010. Annettu Helsingissä 30.12.2010.
- Thorp, A.A., Owen, N., Neuhaus, M., Dunstan, D.W. 2011. Sedentary behaviors and subsequent health outcomes in adults, a systematic review of longitudinal studies, 1996–2011. *American Journal of Preventive Medicine* 41, 207–215.
- Thosar, S.S., Bielko, S.L., Mather, K.J., Johnston, J.D. & Wallace, J.P. 2015. Effect of prolonged sitting and breaks in sitting time on endothelial function. *Medicine and Science in Sports and Exercise* 47 (4), 843–849.
- Tieteelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille 2016. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:22.
- Tremblay, M. S., Barnes, J. D., González, S. A., Katzmarzyk, P. T., Onywera, V. O., Reilly, J. J., Tomkinson, G. R. & the Global Matrix 2.0 Research Team. 2016. Global Matrix 2.0: Report Card grades on the physical activity of children and youth comparing 38 countries. *Journal of Physical Activity and Health* 13 (Suppl 2), S343–S366.
- Toiminnallisen tasa-arvon työryhmä 2015. Oulun kaupungin toiminnallisen tasa-arvon suunnitelma 2015–16. Oulun kaupunki. [https://www.ouka.fi/c/document\\_library/get\\_file?uuid=340e68ae-23d3-41a6-89a8-15148a4cc045&groupId=52058](https://www.ouka.fi/c/document_library/get_file?uuid=340e68ae-23d3-41a6-89a8-15148a4cc045&groupId=52058), luettu 26.5.2017.
- Trost, S.G. 2007. Measurement of physical activity in children and adolescents. *American Journal of Lifestyle Medicine* 1, 299–314.
- Tulisalo, E. 1984. Kunnan liikuntavirkailijan tausta ja työ. Jyväskylän yliopisto. Liikunnan sosiaalitieteiden laitos. Pro gradu -tutkielma.
- Tuloskortti 2016. Lasten ja nuorten liikunta Suomessa. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 318. Jyväskylä: LIKES-tutkimuskeskus.
- Turpeinen, S., Jaako, J., Kankaanpää, A. & Hakamäki, M. 2011. Liikunta ja tasa-arvo 2011. Sukupuolten tasa-arvon nykytila ja muutokset. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2011:33.
- Turpeinen, S., Lehtonen, K., Hentunen, J. & Laine, K. 2018. Seuratoiminnan kehittämistuki vuosina 2013–2017. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja. Jyväskylä: LIKES. (Julkaisematon.)
- Valmentaa kuin nainen 2016. <http://www.suomenvalmentajat.fi/hankkeet/valmentaa-kuin-nainen/>.

- VLN 2013. Liikunnan kansalaistoiminnan tietopohja. Opetus- ja kulttuuriministeriön ja valtion liikuntaneuvoston esipuhe. Valtion liikuntaneuvoston julkaisu 6, 4–5.
- VLN 2015. Liikunnan ja urheilun perustan varmistaa eettinen toiminta. Valtion liikuntaneuvoston kannanotto 13.5.2015.
- van Poppel, M.N., Chinapaw, M.J, Mokkink, L.B., van Mechelen, W. & Terwee, C.B. 2010. Physical activity questionnaires for adults: a systematic review of measurement properties. *Sports Medicine* 40, 565–600.
- Varhaiskasvatuslaki 580/2015. Annettu Helsingissä 8.5.2015.
- Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016. Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisu 2016:21.
- Vähä-Ypyä, H., Vasankari, T., Husu, P., Suni, J. & Sievänen, H. 2015. A universal, accurate intensity-based classification of different physical activities using raw data of accelerometer. *Clinical Physiology and Functional Imaging* 35 (1), 64–70.
- Welk, G.J., Laurson, K.R., Eisenmann, J.C. & Cureton, K.J. 2011. Development of youth aerobic-capacity standards using receiver operating characteristic curves. *American Journal of Preventive Medicine* 41 (4), S111–116.
- World Health Organization 2010. Global recommendations on physical activity for health. Geneva: World Health Organization.
- Yhdenvertaisuuslaki 1325/2014. Annettu Helsingissä 30.12.2014.
- Yli-Piipari, S., Kulmala, J., Jaakkola, T., Hakonen, H., Fish, J. C. & Tammelin, T. 2016. Objectively measured school day physical activity among elementary students in the United States and Finland. *Journal of Physical Activity and Health* 13 (4), 440–446.

## LIITE 1. Raportin sisällön tuottamiseen osallistuneet henkilöt ja heidän taustaorganisaationsa

Aalto-Nevalainen Päivi, opetus- ja kulttuuriministeriö  
Aira Annaleena, Liikunnan ja kansanterveyden edistämissätiö  
Hakonen Harto, Liikunnan ja kansanterveyden edistämissätiö  
Heiskanen Jarmo, Liikunnan ja kansanterveyden edistämissätiö  
Inkinen Virpi, Liikunnan ja kansanterveyden edistämissätiö  
Joensuu Laura, Jyväskylän yliopisto  
Kallio Jouni, Liikunnan ja kansanterveyden edistämissätiö  
Kari Jaana, Jyväskylän yliopisto  
Korhonen Nina, Ilo kasvaa liikkuen -ohjelma  
Kuosmanen Sari, Olympiakomitea  
Kämppi Katariina, Liikunnan ja kansanterveyden edistämissätiö  
Laine Kaarlo, Liikunnan ja kansanterveyden edistämissätiö  
Lehtonen Kati, Liikunnan ja kansanterveyden edistämissätiö  
Lämsä Jari, Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus  
Malvela Miia, Kunnossa kaiken ikää –ohjelma  
Piispanen Toni, Valtion liikuntaneuvosto  
Puurunen Anna, Kunnossa kaiken ikää –ohjelma  
Rajala Katja, Liikunnan ja kansanterveyden edistämissätiö  
Syväoja Heidi, Liikunnan ja kansanterveyden edistämissätiö  
Tammelin Tuija, Liikunnan ja kansanterveyden edistämissätiö







Opetus- ja kulttuuriministeriö

Undervisnings- och kulturministeriet

Ministry of Education and Culture

Ministère de l'Éducation et de la Culture

ISBN 978-952-263-548-8 (PDF)

ISSN 1799-0351 (PDF)

