

VUONNA 2019 VALTTI-OHJELMAAN OSALLISTUNEIDEN PERHEIDEN SEURANTAKYSELY

Koonnut Heidi Leppä

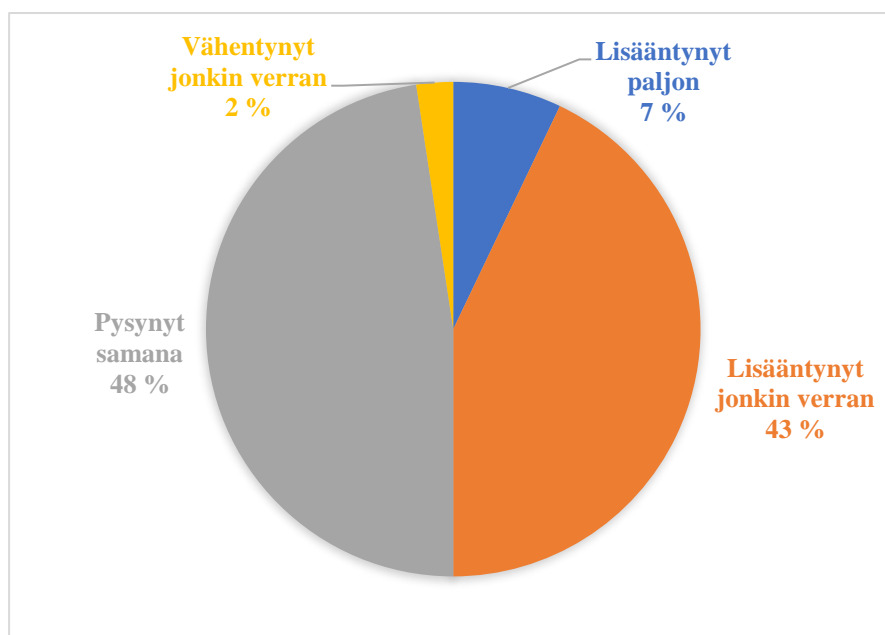
1 KYSELYYN VASTANNEIDEN TAUSTATIEDOT

Tässä raportissa kuvataan seurantatuloksia niiden perheiden osalta, jotka osallistuivat Valtti-ohjelmaan syksyllä 2019 ja vastasivat seurantakyselyyn 21.2.2021 eli noin vuosi Valtti-ohjelmaan osallistumisen jälkeen. Vuonna 2019 Valtti-ohjelmaan osallistui yhteensä 198 lasta tai nuorta ja heistä 42 (21 %) vastasi seurantakyselyyn. Seurantakyselyyn vastanneiden keski-ikä oli 11.8 (6 – 22) ja vastaajista 31 (81 %) ilmoitti olevansa poikia.

2 LIIKKUMISEN MÄÄRÄ JA LIIKUNNAN HARRASTAMINEN

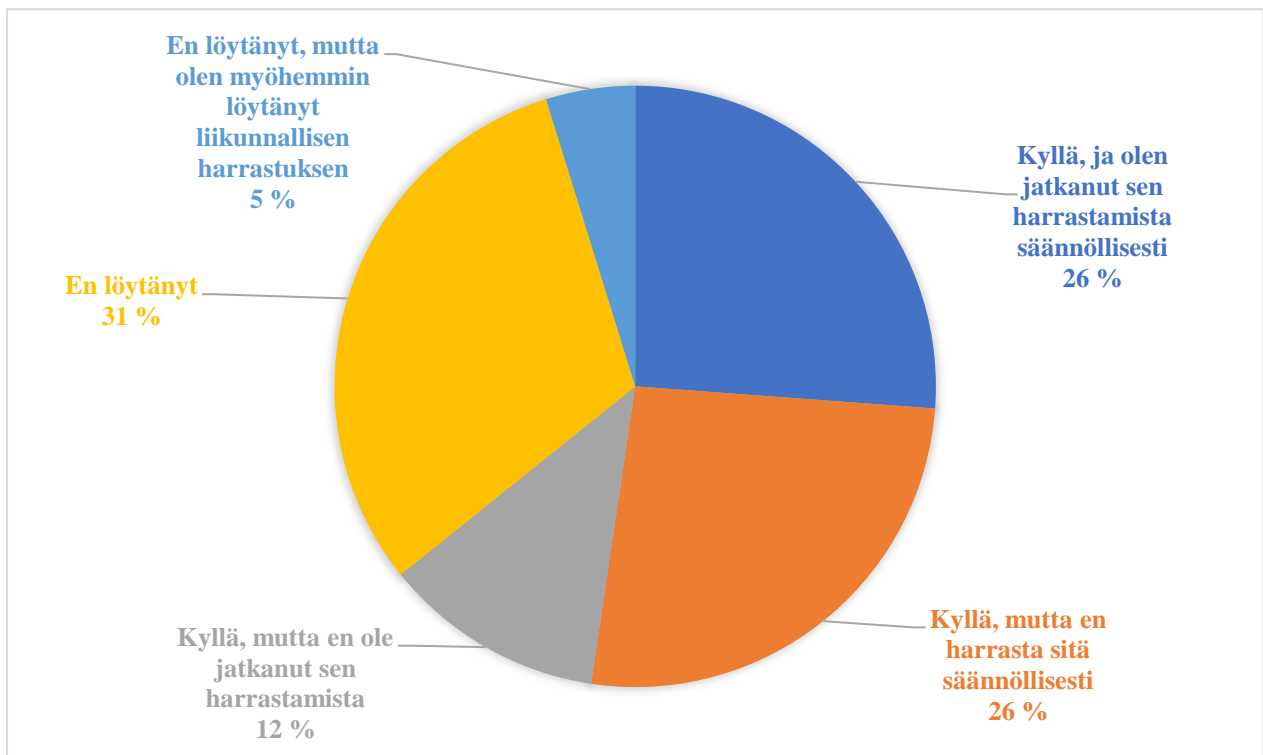
Suurin osa vastaajista kertoi liikkumisensa määrän pysyneen samana (48 %, n=20) tai lisääntyneen jonkin verran (43 %, n=18) verrattaessa nykyistä tilannetta kevääseen, jolloin he hakivat mukaan Valtti-ohjelmaan vuonna 2019 (Kuvio 1).

Kuvio 1. Jos vertaat alkutilannetta vuonna 2019, jolloin hait mukaan Valtti-ohjelmaan, ja tätä hetkeä, onko liikkumisesi määrä (esim. koulumatkat, vapaa-ajan liikunta, koululiikuntaan osallistuminen) mielestäsi...? (n=42).



Seurantakyselyyn vastanneista 36 % raportoivat, että he eivät olleet löytäneet Valtti-ohjelman aikana harrastusta (Kuvio 2). Heistä kuitenkin 5 % oli löytänyt liikunnallisen harrastuksen myöhemmin. Sen sijaan 26 % vastanneista oli löytänyt Valtti-ohjelman aikana harrastuksen, jonka harrastamista oli jatkanut säännöllisesti, kun taas 26 % oli löytänyt harrastuksen, jota he eivät olleet jatkaneet säännöllisesti. Vastanneista 12 % oli löytänyt harrastuksen, mutta ei ollut jatkanut sitä enää.

Kuvio 2. Löysitkö Valtti-ohjelman avulla harrastuksen? (n=42).



Kaikki vastaajat (N=42) ilmoittivat harrastavansa jotakin liikuntalajia tällä hetkellä (Taulukko 1). Säännöllisesti, 1-2 kertaa viikossa, liikuntaa harrastavia oli yhteensä noin puolet (52 %) vastaajista. Uinti oli edellisten vuosien tapaan selvästi yleisin harrastus. Muita yleisimpiä harrastuksia olivat jalkapallo, ratsastus, koripallo, salibandy ja tanssi. Useimmiten vastaajat ilmoittivat harrastavansa uintia harvemmin kuin kerran viikossa, mutta 9 vastaajaa ilmoitti harrastavansa uintia 1-2 kertaa viikossa. Kaikista kyselyyn vastanneista ainoastaan 8 vastaajaa ilmoitti harrastavansa jotain liikuntalajia useammin kuin 3 kertaa viikossa. He raportoivat harrastavansa useimmiten omaehtoista liikuntaa, kuten pyöräilyä, lenkkeilyä, kävelyä tai potkulautailua.

Taulukko 1. Yleisimmät harrastukset (n=42)

Harrastus	Kuinka usein harrastat?		
	Harvemmin kuin kerran viikossa	1-2 kertaa viikossa	Useammin kuin 3 kertaa viikossa
Uinti	16	9	0
Jalkapallo	17	5	1
Ratsastus	15	2	1
Koripallo	13	2	0
Salibandy	12	2	0
Tanssi	12	2	0
Liikuntakerho	11	2	0
Judo	10	2	0
Kuntosali	14	1	0
Sulkapallo	13	1	0
Sirkus	11	1	0
Keilaus	16	0	0
Jääkiekko tai kelkkajääkiekko	13	0	0
Yleisurheilu	12	0	0
Kiipeily	11	0	0

3 MITKÄ TEKIJÄT VAIKUTTAVAT LIIKUNNAN HARRASTAMATTOMUUTEEN?

Vastaajilta kysyttiin myös, mitkä tekijät ovat vaikuttaneet siihen, että he eivät harrasta liikuntaa tällä hetkellä. Tänä vuonna kyselyyn vastanneista kaikki harrastivat tällä hetkellä liikuntaa, mutta silti 30 vastaajista oli vastannut tähän kysymykseen (Taulukko 2). Vaikuttaisikin siltä, että osa vastaajista on vastannut tähän kysymykseen ottaen huomioon yleisesti kokemiaan haasteita liikunnan harrastamisessa.

Aiempien vuosien tapaan harrastamattomuuden syyt liittyivät lähinnä harrastamisen tukitoimiin. Useimmiten esteiksi raportoitiin kuljetushaasteet ja avustajan puute tai kaverin puute. Osa vastaajista oli myös kirjannut muihin syihin, että korona-ajan rajoitukset olivat hankaloittaneet liikuntaharrastuksiin osallistumista.

Taulukko 2. Arvioi seuraavien väittämien avulla, mitkä tekijät ovat vaikuttaneet siihen, että et harrasta liikuntaa (kyllä/ei). Mikäli harrastat liikuntaa säännöllisesti, voit halutessasi hypätä tämän kysymyksen yli (n=30). Järjestetty prosenttiosuuksien mukaan.

	Kyllä, % (n)
Minulla ei ole avustajaa, joka voisi jatkaa harrastusta kanssani.	37 (11)
En pysty kulkemaan itsenäisesti harrastuspaikalle.	30 (9)
Koen, että en pärjää tai pysty.	30 (9)
Minulla ei ole kaveria, jonka kanssa käydä liikkumassa.	27 (8)
En pidä liikunnasta.	17 (5)
Minulla ei ole kuljetuspalvelua harrastuspaikalle.	13 (4)
Harrastusta ei voinut jatkaa ilman soveltuvaa ryhmää.	13 (4)
Terveydelliset syyt	13 (4)
Liikuntaharrastus on liian kaukana.	7 (2)
Kokeilemissani lajeissa ei ollut hyvää ohjaajaa.	7 (2)
Minulla ei ole aikaa liikuntaan.	0 (0)
Minulla ei ole liikuntaan soveltuvia apuvälineitä.	0 (0)
Haluamaani liikuntapaikkaan ei ole esteetöntä pääsyä.	0 (0)

4 AVOIN PALAUTE JA KEHITYSEHDOTUKSET

Vastaajista 35 oli antanut avointa palautetta Valtti-ohjelmasta ja sen toteutuksesta. Vastauksista suurin osa oli positiivisia (89 %). Vanhemmat muun muassa kokivat Valtti-ohjelman kokonaisuudessaan tärkeäksi ja merkitykselliseksi avuksi liikuntaharrastuksen löytymisessä:

”Loistavaa, että tällaista järjestetään. Lapsi löysi säännöllisen harrastuksen ja myös pikkuveli aloitti vuotta myöhemmin saman harrastuksen eri ryhmässä.”

”Tykkäsin Valtti-ohjelmasta, vaikka uutta harrastusta ei löytynytäkään. Sain kokeilla uusia asioita.”

”Valtti-ohjelma on loistava. Se rohkaisi, sai ulos neljän seinän sisältä, ”pakottikin” luottamaan lapsen liikenteeseen jonkun muun kanssa kuin vanhemman, herätti mielenkiinnon eri lajeihin, loi tietä kohti liikunnallisempaa elämää. KIITOS <3”

”Valtti ohjelma oli hyvä ja motivoiva tapa lapselle tutustua eri harrastusmuotoihin”

Jälleen kerran palautteista kävi ilmi, että Valtti-ohjaajan toiminnalla ja yhteistyön sujumisella perheen kanssa on suuri merkitys Valtti-ohjelman onnistumisen kannalta:

”Idea hyvä, vaikka meille sattuihin vähän huono (arka ja oma-aloitteeton) ohjaaja, kun vaihtui viime hetkellä sairastumisen/loukkaantumisen vuoksi. Käytännössä vanhemmat määrittivät mitä lapsi käy kokeilemassa, kuten ennen valttiohjelmaakin. Nyt vain piti aikataulut sovittaa myös ohjaajan omiin hankaliin aikatauluihin. Hän kun ei asunut paikkakunnalla, eikä omistanut autoa. Lapsemme on jo ennen valtti-ohjelmaakin käynyt kokeilemassa useita eri urheilulajeja ja on ollut innokas liikkuja pienestä asti.”

”Oliko Valtti-ohjaajia ohjeistettu, että heidän tehtävänsä olisi selvittää, onko lähitöllä sopivaa ryhmää/paikkaa, jossa lapsen toivomaa lajia voisi kokeilla? Vai oliko se edes tarkoitus? Meidän tapauksessamme tämä selvitystyö jäi perheelle.”

”Ohjelma oli hyvin suunniteltu ja toteutettu. Tyttäremme Valttiohjaaja oli loistava!”

”Ohjaaja oikein innokas ja valmis tekemään, lapsemme tilanne ei ollut ohjaajasta kiinni vaan muut asiat vaikutti.”

”Tämä oli todella hyvä ja tärkeä juttu. Ohjaajat olivat kannustavia ja pojalle löytyi kaksi mielekästä harrastusta.”

”Meillä oli ihanat Valtit ja olen jakanut tietoa Valtti-ohjelmasta toisille erityislastenvanhemmille.”

Osa vastaajista oli jättänyt myös kehitysehdotuksia Valtti-ohjelman kokonaisuuden parantamiseksi:

”Valtti ohjelma ajatuksena hyvä, mutta lapseni tapauksessa olisi vaatinut ohjaavaa suorittamista yhdessä lajissa kauemmin kuin kerran. Yksi kokeilukerta per laji ei kerro todellisuudessa pystyykö lajia harrastamaan”

”Ohjelma oli mieluisa, joskin aika tiivis aikataulu oli kokeiluissa. Ehkä hieman enemmän olisi voinut tulla ideoita, joita ei itse tiennyt olevan vaihtoehtoina. Olimme tosin jo kokeilleet joitain lajeja, mikä ehkä kavensi vaihtoehtoja.”

”Valtti-ohjelma oli hyvä ja mukava kokemus. Ehkä olisi pitänyt keskittyä vain erityisryhmien etsimiseen (tosin monet ovat jo täynnä, eikä kokeilemaankaan pääse).”