KIHU

LIITU 2022 –tuloksia
Urheilu ja seuraharrastamien

Minna Blomqvist & Kaisu Mononen *- Huippu-urheilun instituutti KIHU*

Pasi Koski *- Turun yliopisto, Kasvatustieteiden tiedekunta*

Sami Kokko *- Jyväskylän yliopisto, Liikuntatieteellinen tiedekunta*

Urheiluseurakysymykset

Vuoden 2022 LIITU –tutkimuksen urheiluseurassa harrastamiseen liittyvillä kysymyksillä kartoitettiin

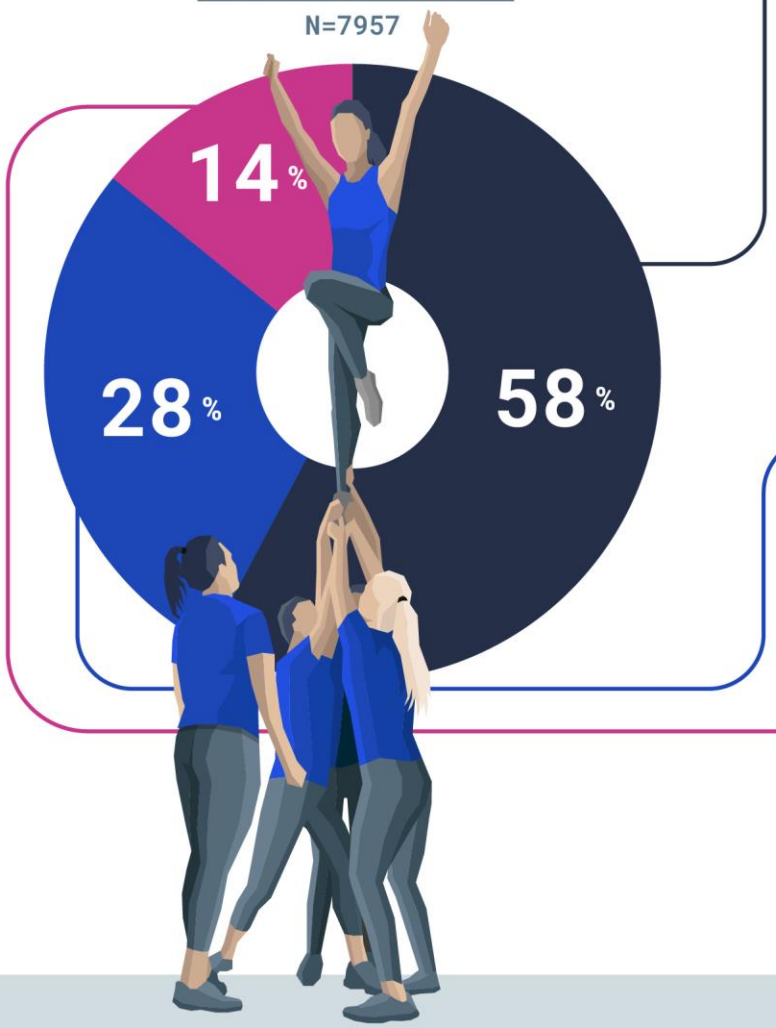
- urheiluseuratoimintaan osallistumista ja itsearvioitua liikunta-aktiivisuutta
- urheiluseuraharrastuksen aloittamista ja harrastettuja lajeja
- harjoittelumääriä, kilpailemista ja tavoitteita päälajissa
- kokemuksia valmentajan toiminnasta sekä harjoittelusta, terveystottumuksista, vapaa-ajasta ja kuormittumisesta
- urheiluharrastuksen lopettamiseen liittyviä syitä.

KIHU

URHEILUSEURASSA HARRASTAMINEN

9–15-VUOTIAILLA

N=7957



LIITU-tutkimuksen tuloksia 2022

KIHU

58 % HARRASTAA URHEILUSEURASSA

ALOITUSIKÄ 6,4 vuotta

PÄÄLAJIN HARJOITTELU

3 ohjatusti krt/vko

2–3 omatoimisesti krt/vko

KILPAILEMINEN

68 % osallistuu kilpailutoimintaan

61 % kilpailee tavoitteellisesti

POIKIEN PÄÄLAJIT

31 % Jalkapallo

13 % Jääkiekko

9 % Salibandy

TYTTÖJEN PÄÄLAJIT

17 % Ratsastus

13 % Jalkapallo

12 % Voimistelu

28 % ON AIEMMIN HARRASTANUT, MUTTA ON LOPETTANUT, KOSKA...

- harrastaminen ei ollut tarpeeksi innostavaa
- oli kyllästynyt lajiin
- ei viihtynyt joukkueessa/ ryhmässä

74 % olisi kiinnostunut aloittamaan harrastamisen uudestaan

14 % EI HARRASTA, EIKÄ OLE KOSKAAN HARRASTANUTKAAN, KOSKA...

54 % ei ollut löytynyt kiinnostavaa tai sopivaa lajia tai toimintaa

45 % ei ollut motivaatiota

28 % harrastaminen oli liian kallista

26 % ei ollut aikaa

Viittausohje infograafiin:
Blomqvist, M., Mononen, K., Koski, P., Kokko, S. & Kapustamäki, H. 2023. Urheiluseurassa harrastaminen 9–15-vuotiailla lapsilla ja nuorilla. Infograafi. KIHU. Jyväskylä.

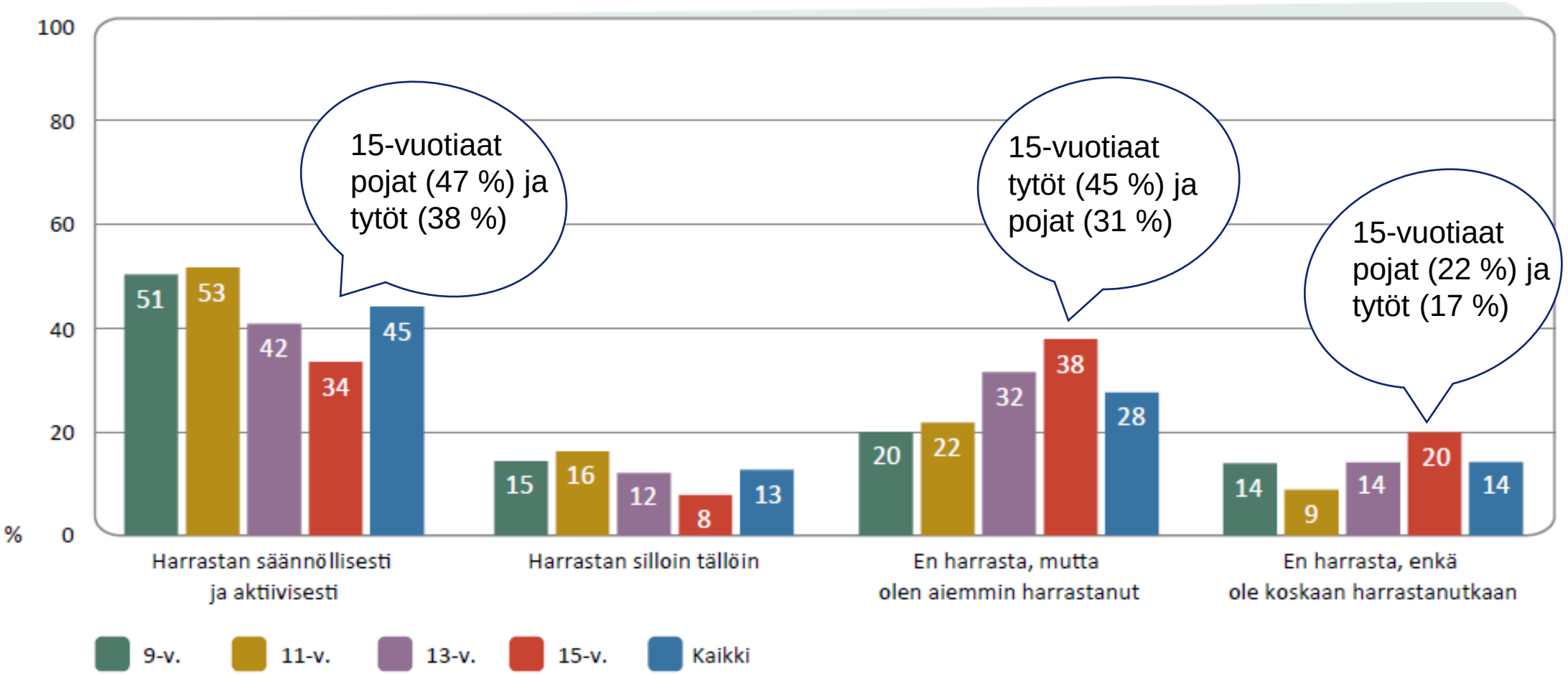
Lähde: Blomqvist, M., Mononen, K., Koski, P. & Kokko, S. 2023. Urheilu ja seuraharrastaminen. Teoksessa S. Kokko ja L. Martin (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa LIITU-tutkimuksen tuloksia 2022. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2023:1, Helsinki: Valtion liikuntaneuvosto, 83–92.

LIITU
Lasten ja nuorten
liikuntakäyttäytyminen Suomessa

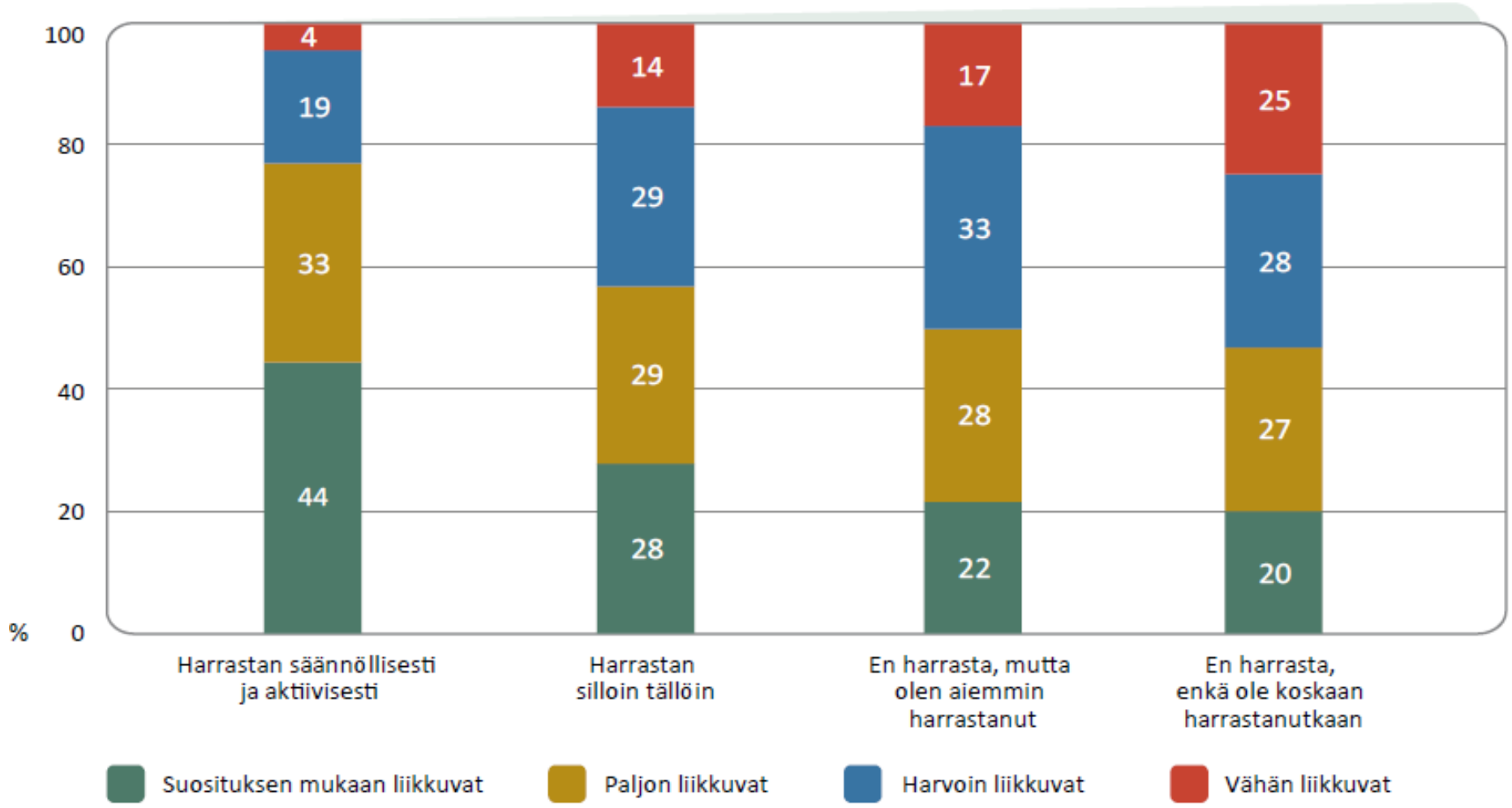
KIHU

Urheiluseuratoimintaan osallistuminen ja itsearvioitu liikunta-aktiivisuus

Lasten ja nuorten urheiluseura-harrastaminen iän mukaan (n=7957)



Lasten ja nuorten viikoittaisen liikkumis-suosituksen toteutuminen urheiluseurassa harrastamisen mukaan (n=7892)



LIITU
Lasten ja nuorten
liikuntakäyttäytyminen Suomessa

KIHU

Urheiluseurassa harrastavat
- -aloitusikä
- -suosituimmat päälajit
- -harjoittelumäärät
- -kilpaileminen ja tavoitteet päälajissa

Urheiluseurassa harrastavat

- Urheiluseurassa harrastaminen oli aloitettu keskimäärin 6-vuotiaana.
- Suosituimmat päälajit (n=4590).
  - Jalkapallo 22 %
  - Ratsastus 9 %
  - Jääkiekko 7 %
  - Voimistelu 6 %
  - Tanssi ja kilpatanssi 6 %
  - Salibandy 6 %

Suosituimmat pää-lajit sukupuolittain

POIKIEN PÄÄLAJIT

31 %
Jalkapallo

13 %
Jääkiekko

9 %
Salibandy

TYTTÖJEN PÄÄLAJIT

17 %
Ratsastus

13 %
Jalkapallo

12 %
Voimistelu

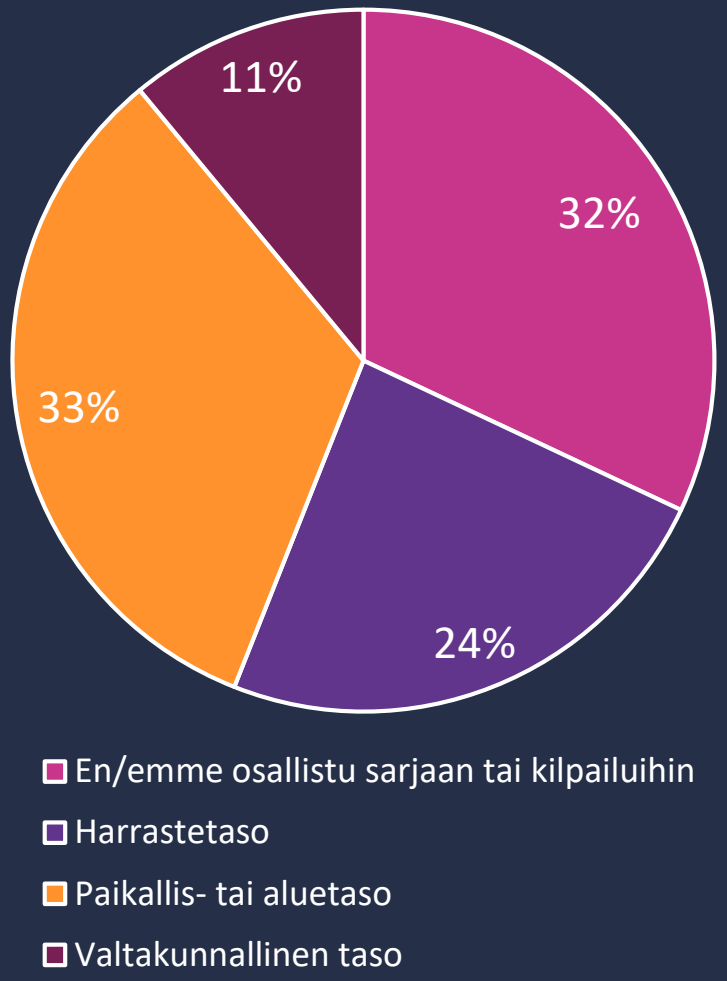
Harjoittelu valmenta-jan johdolla (n=4438)

- Valmentajan ohjaamia päälajin harjoituksia keskimäärin 3 krt/vko.
- 74 % harjoitteli vähintään 2 krt/vko.
- 18 % harjoitteli kerran viikossa.
  - 9-vuotiaat 25 %
  - tytöt 24 %
- 30 % harjoitteli vähintään 4 krt/vko.
  - 15-vuotiaat 39 %
  - pojat 36 %

Harjoittelu omatoimisesti (n=4332)

- Omatoimisia päälajin harjoituksia keskimäärin 2-3 krt/vko.
- 53 % harjoitteli omatoimisesti vähintään 2 krt/vko.
- 29 % ei harjoitellut omatoimisesti lainkaan.
  - 9-vuotiaat 40 %
  - tytöt 32 %
- 25 % harjoitteli omatoimisesti vähintään 4 krt/vko.
  - pojat 31 %

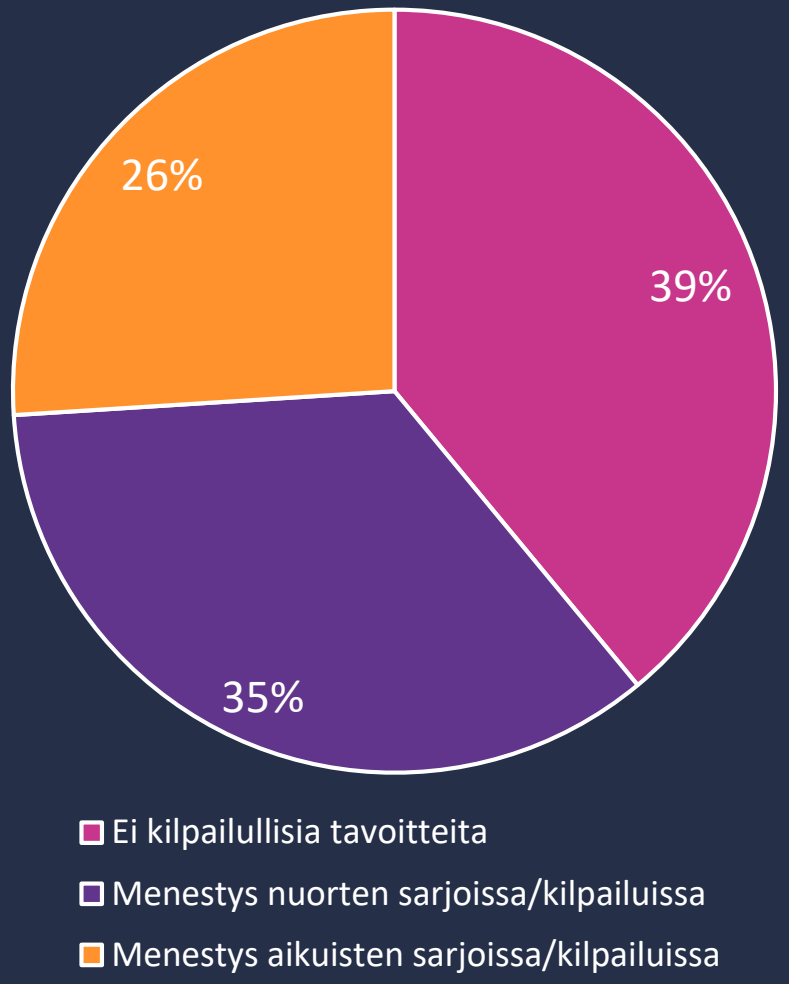
Osallistuminen kilpailu-toimintaan (n=2159)



Kilpaileminen 11–15-vuotiailla

- Ei osallistunut sarjaan tai kilpailuihin.
  - 11-vuotiaat 34 %
  - tytöt 34 %
- Kilpaili harrastetasolla.
  - 11-vuotiaat 28 %
  - tytöt 26 %
- Kilpaili paikallis- tai aluetasolla.
  - 15-vuotiaat 36 %
  - pojat 38 %
- Kilpaili valtakunnallisella tasolla.
  - 15-vuotiaat 16 %
  - pojat 13 %

Kilpailulliset tavoitteet (n=2069)



Tavoitteet 11–15-vuotiailla

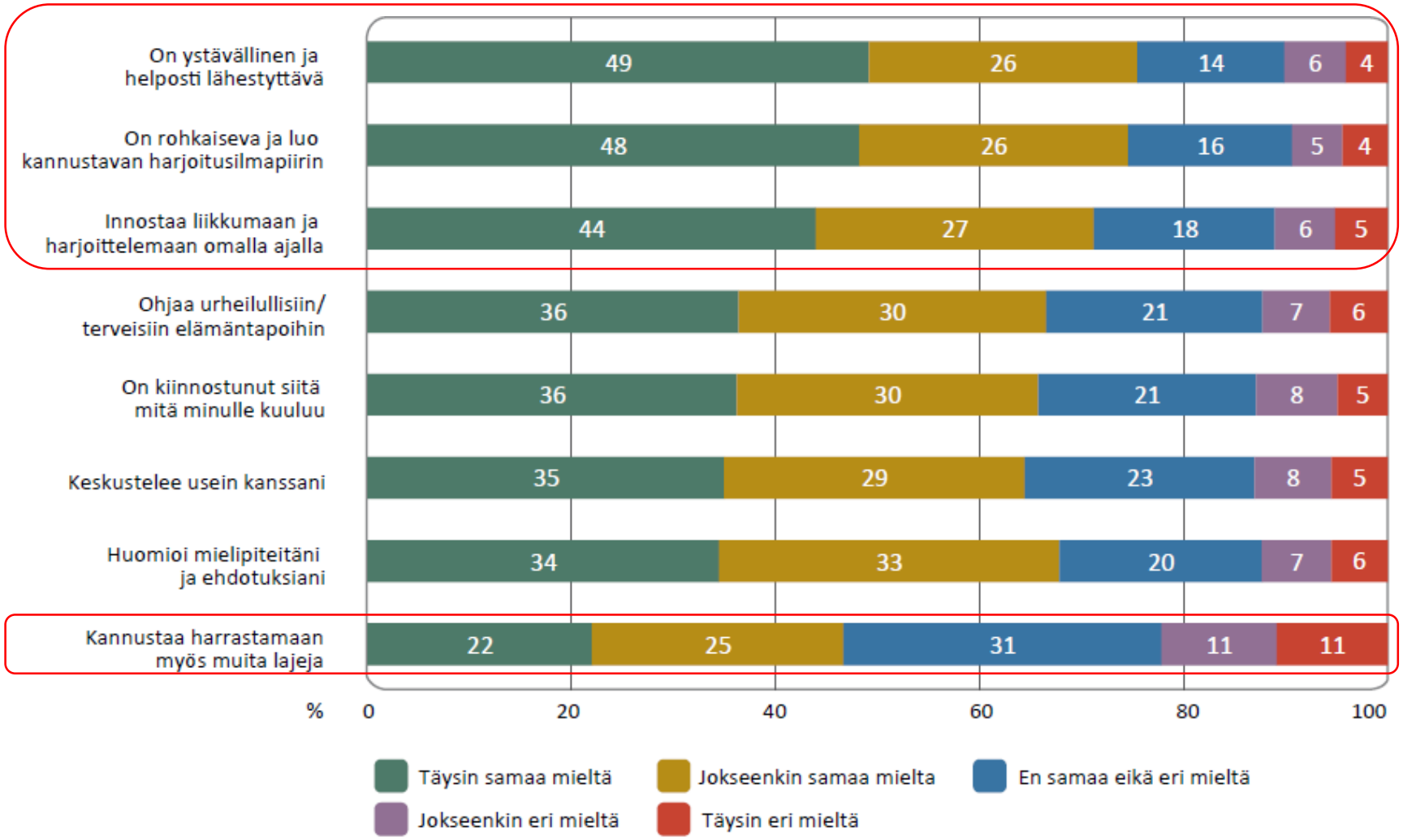
- Ei ollut kilpailullisia tavoitteita.
  - 15-vuotiaat 43 %
- Tavoitteena oli menestys nuorten sarjoissa.
  - 11-vuotiaat 40 %
  - Tytöt 41 %
- Tavoitteena oli menestys aikuisten sarjoissa.
  - 13-vuotiaat 29 %
  - Pojat 35 %

LIITU
Lasten ja nuorten
liikuntakäyttäytyminen Suomessa

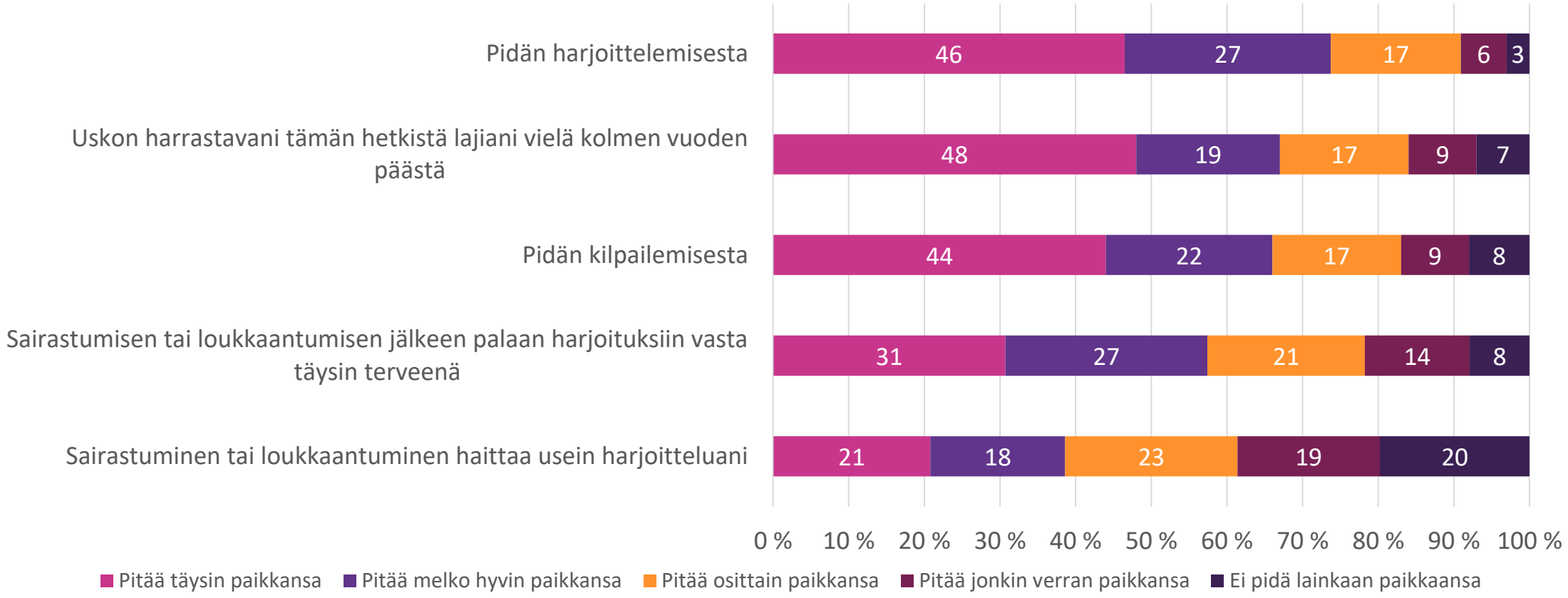
KIHU

Kokemukset valmentajan toiminnasta ja arjen harjoittelusta

Urheiluseurassa harrastavien arviot valmentajan toiminnasta (n=1965–1992)



Urheiluseurassa harrastavien arviot arjen harjoittelusta (n=2016–2087)



LIITU
Lasten ja nuorten
liikuntakäyttäytyminen Suomessa

KIHU

Miksi urheiluseuraharrastus loppuu tai sitä ei aloiteta?

En harrasta, mutta olen aiemmin harrastanut (n=1839)

- Urheiluseuraharrastus oli lopetettu keskimäärin 11-vuotiaana.
- Lopettaneista 74 % oli halukkaita aloittamaan uudelleen.
- Lopettamisen tärkeimpiä syitä (11–15-vuotiaat).
  - harrastaminen ei ollut tarpeeksi innostavaa
  - kyllästyin lajiin
  - en viihtynyt joukkueessa/ryhmässä
- Lopettamisen tärkein syy (9-vuotiaat).
  - kyllästyin lajiin 44 %

En harrasta, enkä ole koskaan harrastanutkaan (n=821)

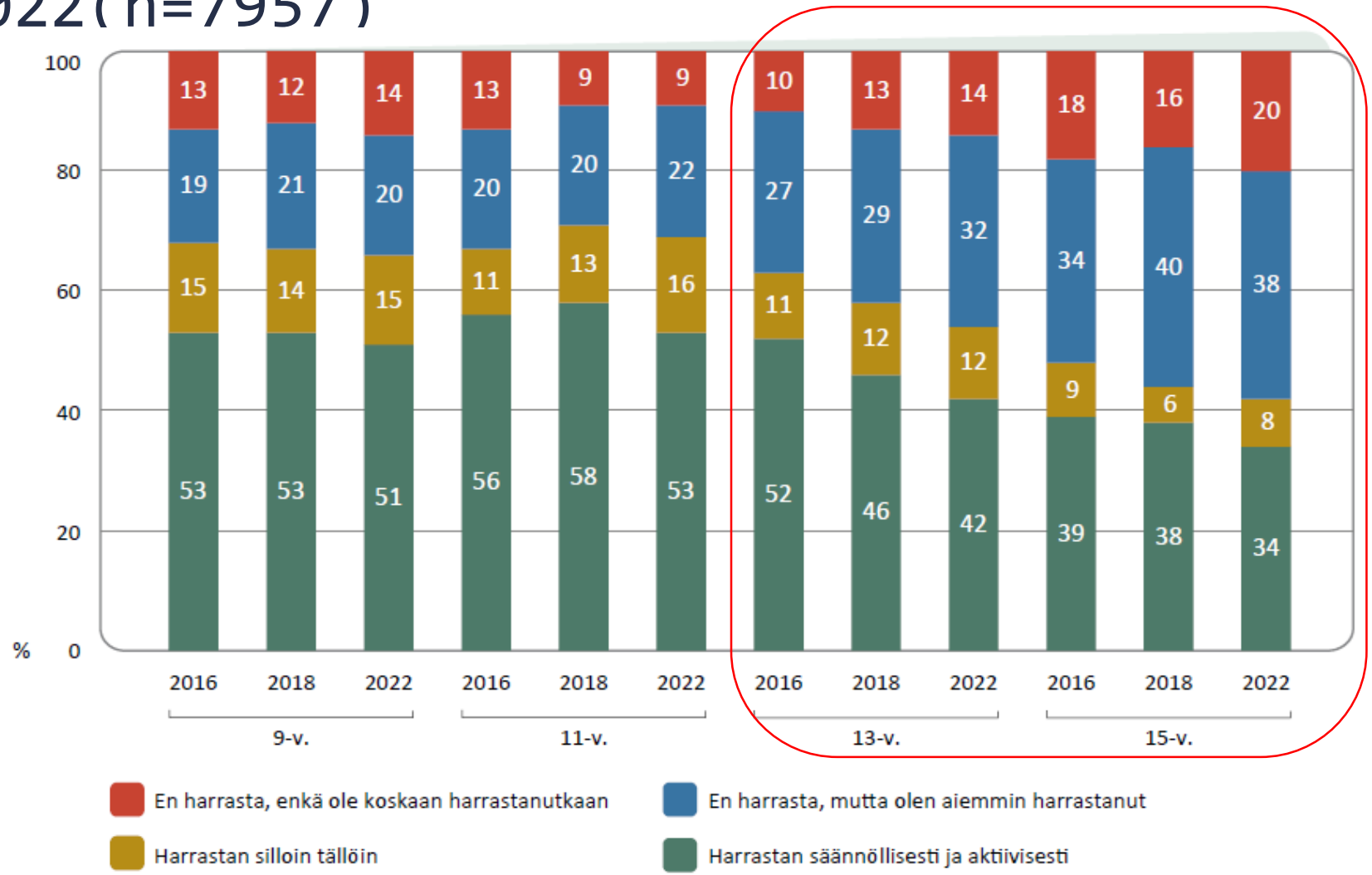
- 47 % oli harkinnut urheiluseura-harrastuksen aloittamista.
  - tytöt 51 % ja pojat 44 %
- Yleisimpiä syitä sille, miksi lapsi tai nuori ei ollut vielä mennyt mukaan urheiluseuratoimintaan.
  - ei ollut löytynyt kiinnostavaa tai sopivaa lajia 54 %
  - ei ollut motivaatiota 45 %
  - harrastaminen oli liian kallista 28 %

LIITU
Lasten ja nuorten
liikuntakäyttäytyminen Suomessa

KIHU

Muutokset urheiluseuratoimintaan osallistumisessa 2016–2022

Urheiluseuraharrastaminen iän mukaan vuosina 2016 (n=6922), 2018 (n=5683) ja 2022(n=7957)



Huomioita…

- Seurassa harrastaminen ja kilpailutoimintaan osallistuminen oli hieman vähäisempää vuoteen 2018 verrattuna.
- Urheiluseuraharrastuksen lopettaminen oli yleisintä 15-vuotiailla tytöillä (45 %). Lisäksi lopettaneiden osuus oli kasvanut vuoteen 2016 verrattuna erityisesti tytöillä.
- Säännöllisesti ja aktiivisesti urheiluseurassa harrastavista 9–15-vuotiaista alle puolet täytti liikkumissuosituksen.

KIHU

LIITU
Lasten ja nuorten
liikuntakäyttäytyminen Suomessa

Huomioita…

- Kokemukset seurassa harrastamisesta olivat pääosin myönteisiä
  - kokivat valmentajan ystävälliseksi, rohkaisevaksi ja innostavaksi
  - pitivät harjoittelusta ja kilpailemisesta sekä uskoivat harrastavansa lajiaan vielä kolmen vuoden päästä

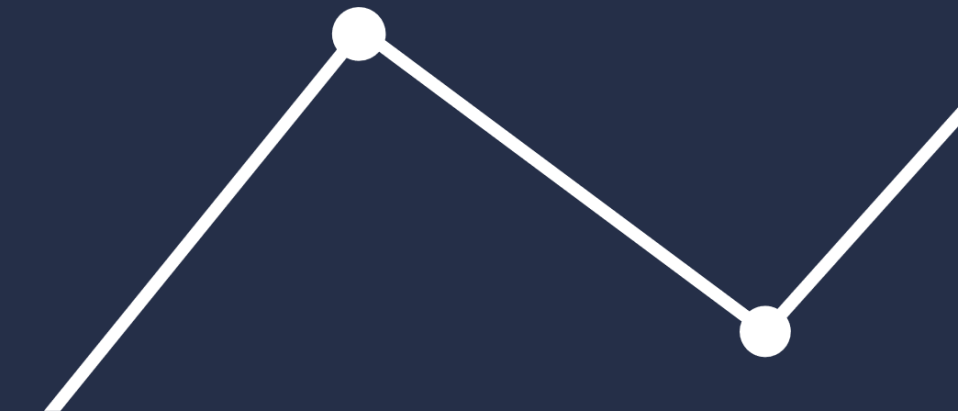
  toisaalta

  - vajaa puolet arvioi valmentajan kannustavan harrastamaan myös muita lajeja
  - noin kaksi viidestä koki sairastumisen tai loukkaantumisen haittaavan usein harjoittelua

KIHU

LIITU
Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa

KIHU

Kiitos!

minna.blomqvist@kihu.fi
kaisu.mononen@kihu.fi