

KONTIOLAHTI



LIIKKUMISOHJELMA

NUORTEN KYSELYN PÄÄTULOKSET

A photograph showing a person's feet wearing bright yellow sneakers with white laces and white soles. The person is wearing dark blue jeans. Other people's feet and shoes are visible in the background, suggesting a group setting.

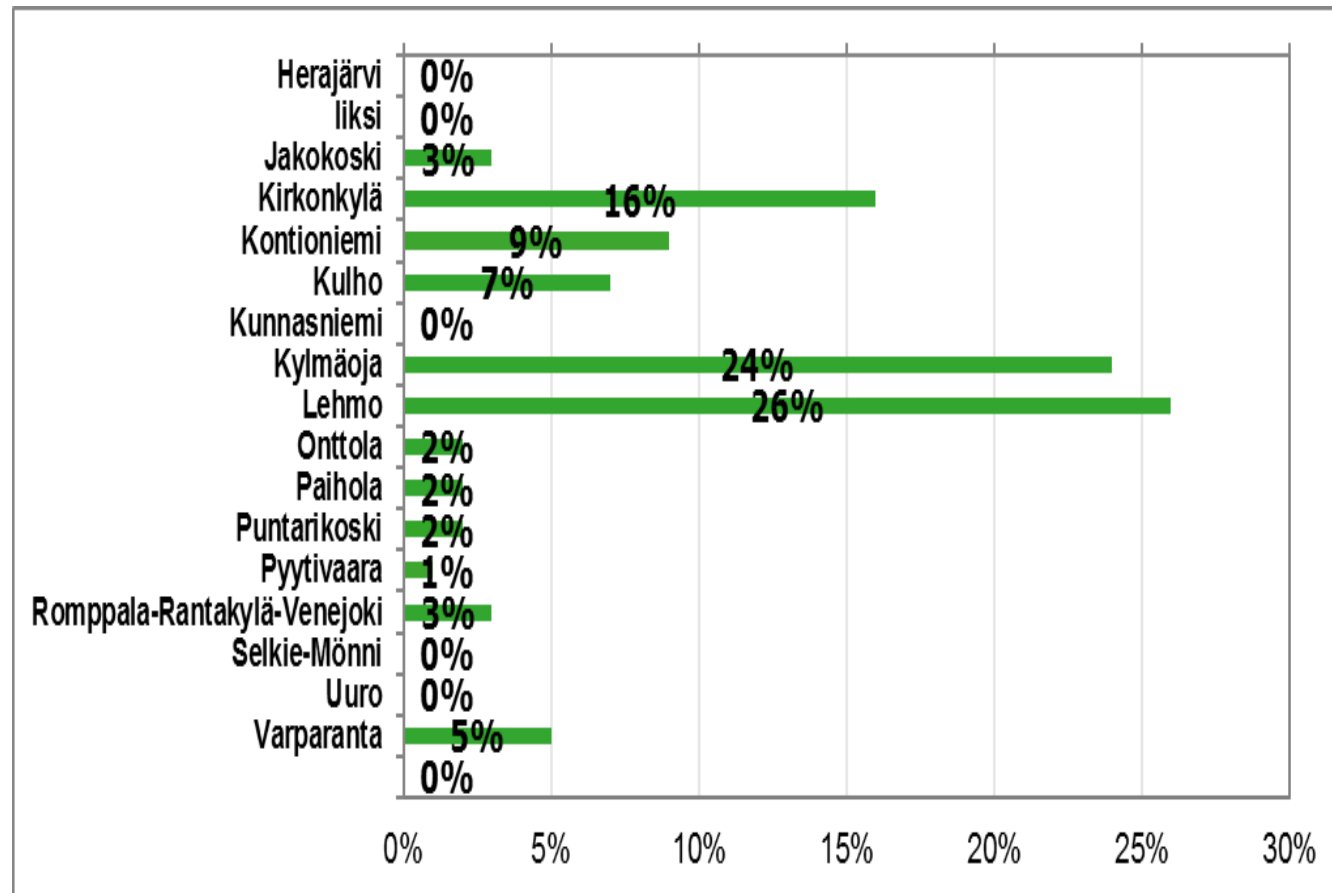
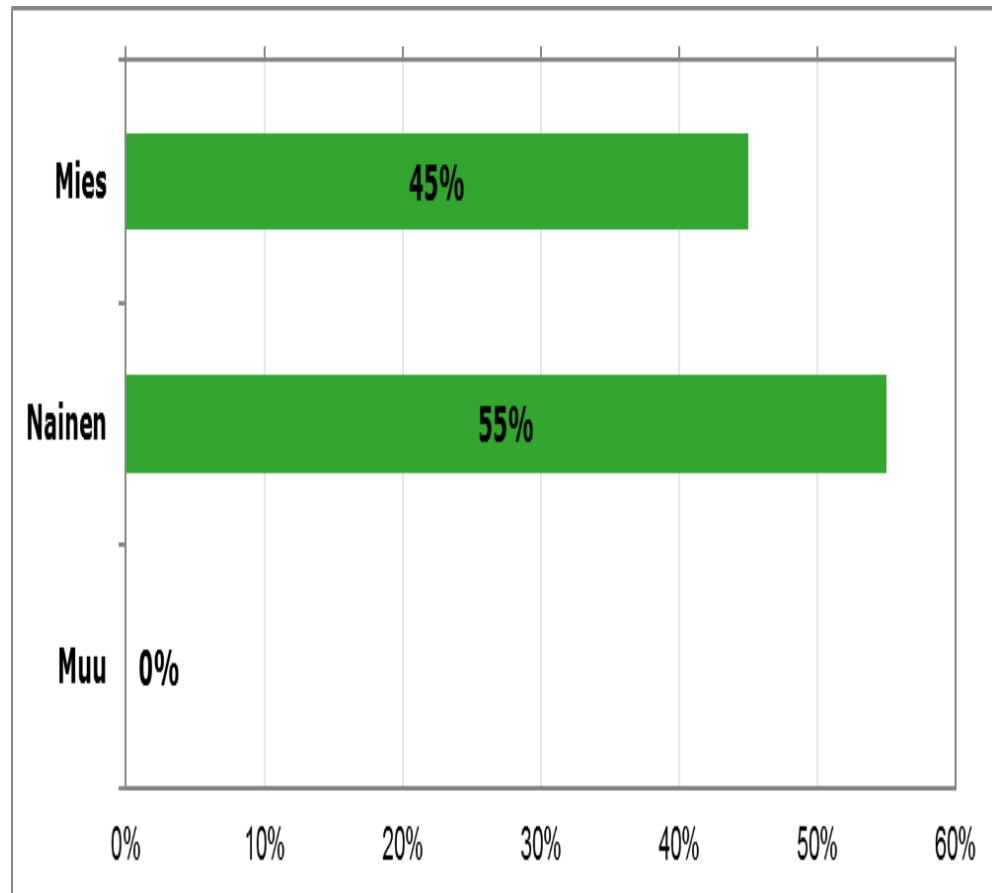
Taustatietoja kyselystä

- Nuorten kysely toteutettiin toukokuussa 2020 yhteistyössä koulujen kanssa verkkokyselynä.
- Kyselyyn vastaaminen oli mahdollista 11-19-vuotiailla nuorilla Wilmassa olevan verkkolinkin kautta.
- Kyselyyn vastasi 241 nuorta.
- Kysely kuului liikkumisohjelman laadintaprosessiin, sekä hyödytti nuorille suunnatun KonaAction-hankkeen sisältöjen suunnittelua.
- Kyselyllä kerättiin tietoa nuorten liikuntatottumuksista, toiveista harrastettavien lajien suhteen, sekä liikkumista lisäävistä ja estävistä tekijöistä.

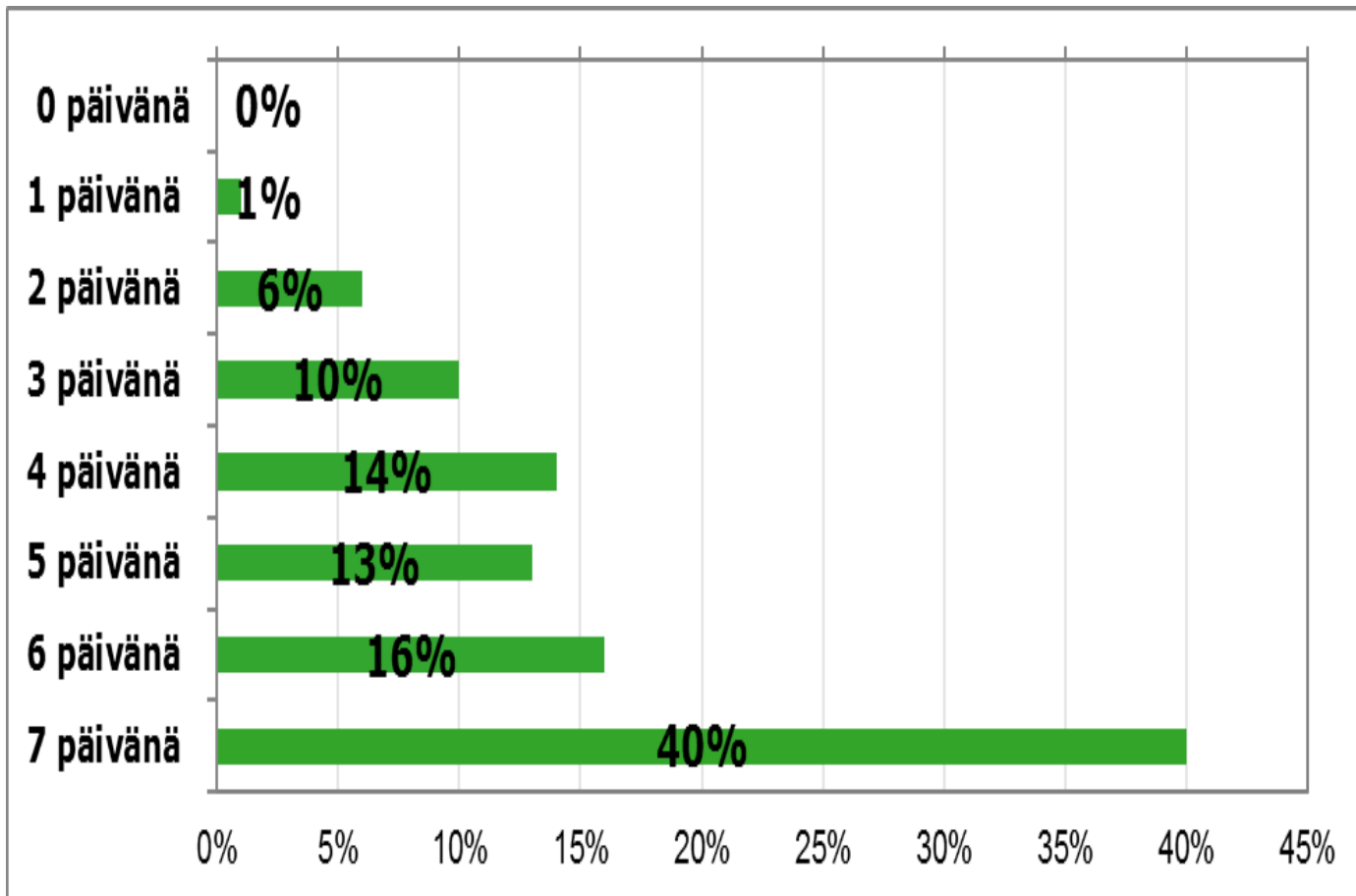
Kyselyn sisältö

- 😊 Sukupuoli & asuinalue
- 😊 Liikuntamäärä & suosituimmat liikuntamuodot
- 😊 Toivotuimmat liikuntamuodot
- 😊 Viestintä
- 😊 Liikuntaa lisääviä ja estäviä tekijöitä

Vastaajien sukupuoli ja asuinalue



Kuinka monena päivänä viikossa harrastat liikuntaa vähintään tunnin verran?



Nuorten yleisimmät liikuntamuodot:

Pyöräily 44%

Juoksulenkkeily 36%

Kävely 33%

Frisbeegolf 22%

Voimaharjoittelu 15%

Nuorten toivomat lajit TOP 10 (koottu ja yhdistetty, n=201)

1. Pallopelit (tennis, pesäpallo, sulkapallo, squash, jalkapallo, lentopallo, koripallo) n= 30 (14,7 %)

2. Vesiliikunta (suppailu, uinti, vesihiihto, uimahypyt) n= 27 (13,4 %)

3. Kiipeily (seinäkiipeily, puissa, kallioilla) n= 18 (9 %)

4. Ratsastus n=14 (7 %)

5. Moottoriurheilu (crossi, carting, mopoilu) n=13 (6,5 %)

6. Skeittaus/parkour/skuuttaus n=11 (5,5 %)

7. Frisbeegolf n=7 (3,5 %)

8. (Teline)voimistelu n=7 (3,5 %)

9. Ammunta n=6 (3 %)

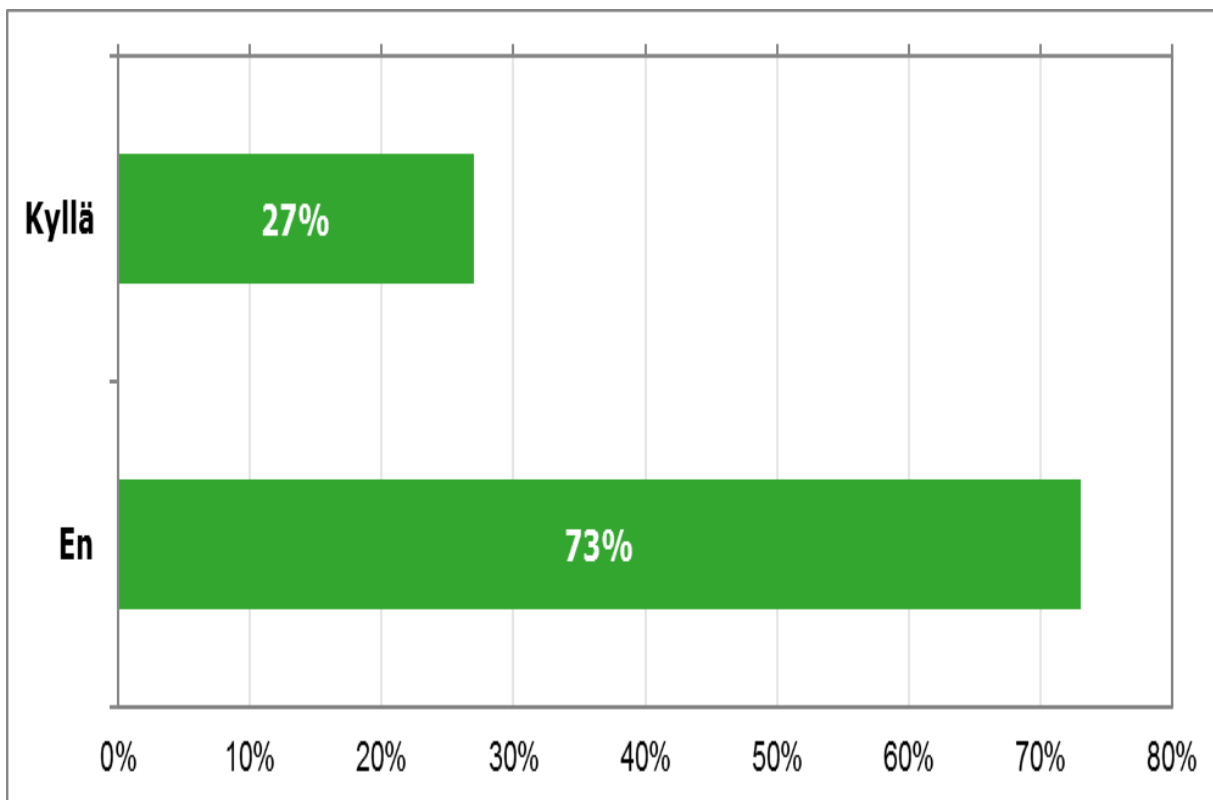
Itsepuolustuslajit n=6 (3 %)

10. Tanssillinen liikunta n=5 (2,5 %)

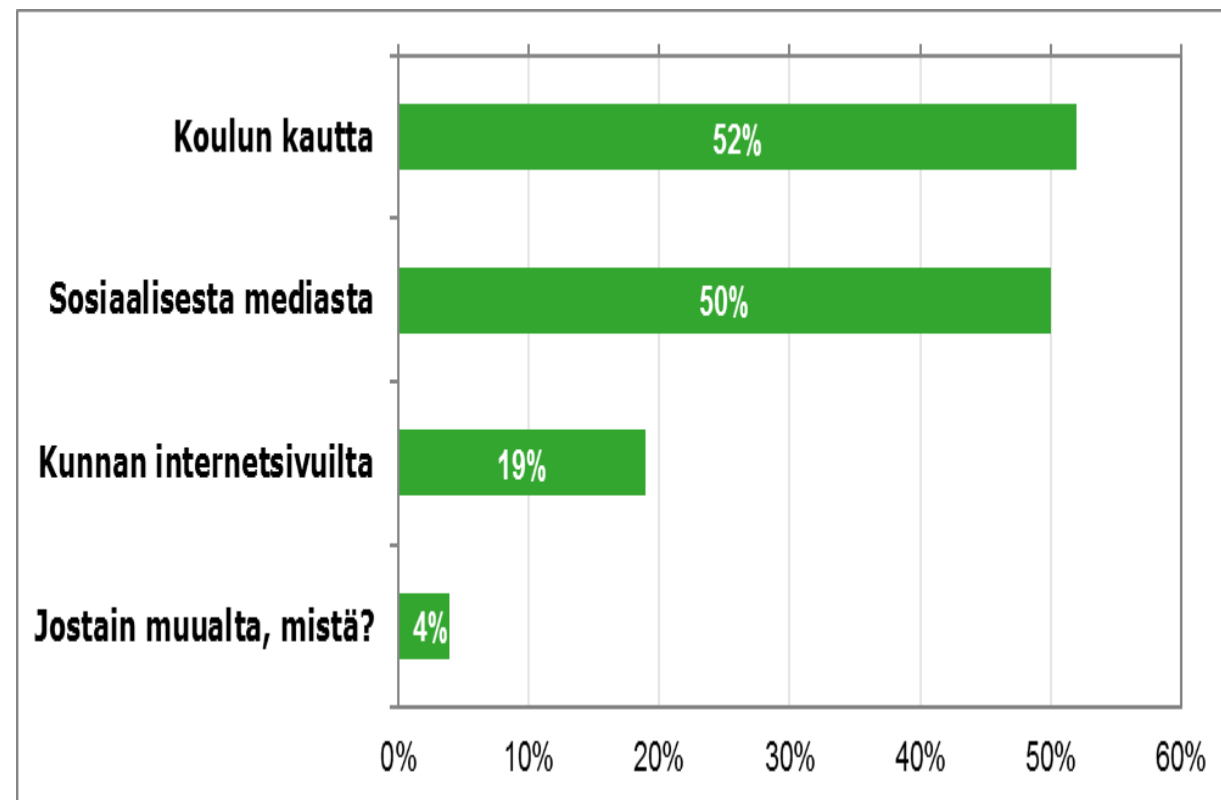
*Noin kolmannes vastauksista oli en tiedä/en mitään (vastauksia oli 67 kpl)

Viestintä

Olisitko kiinnostunut saamaan maksutonta liikuntaneuvontaa?



Mistä haluaisit saada tietoa liikuntamahdollisuuksista?



Liikuntamotivaatio

Mitkä tekijät lisäävät kiinnostustasi liikkumiseen? (Enintään 3 vaihtoehtoa)



Mitkä tekijät estävät liikkumistasi? (Enintään 3 vaihtoehtoa)

