



Liikunnallisen elämäntavan paikallisten kehittämishankkeiden vuoden 2020 toiminnan tulokset

Elina Tarkiainen, Marianne Turunen & Tuomas Kukko

Tämä raportti tarkastelee liikunnallisen elämäntavan paikallista kehittämisavustusta vuodelle 2020 saaneiden hankkeiden loppuselvityksiä. Kyseessä on opetus- ja kulttuuriministeriön määrärahoista myönnettävä ja aluehallintoviranomaisten jakama valtion erityisavustus. Loppuselvityksessä avustuksensaaja raportoi hankkeen toiminnan tuloksista oman alueensa aluehallintovirastoon.

Tulosten mukaan koronapandemia vaikutti laajasti hankevuoteen 2020. Vaikutukset näkyivät pääosin toiminnan viivästymisinä, muutoksina ja peruuntumisina. Toisaalta hankkeet arvioivat tilanteen edistäneen uusien toimintamallien kehittämistä ja ns. "digiloikkaa".

SISÄLLYS

1	TAUSTA	3
2	AINEISTO JA MENETELMÄT	4
3	HANKKEIDEN TAVOITTEIDEN TOTEUTUMINEN JA TULOKSET	5
3.1	TOTEUTUMINEN TAVOITTEIDEN NÄKÖKULMASTA	5
3.2	KORONAPANDEMIAN VAIKUTUKSET.....	6
3.3	SUKUPUOLTEN TASA-ARVO JA YHDENVERTAISUUS	6
3.4	VERKOSTOT.....	7
4	HANKKEIDEN TALOUS	8
5	LIKKUVAT-KOKONAISUUS HANKKEISSA	9
5.1	LIKKUVA VARHAISKASVATUS -OHJELMA	9
5.2	MUUT KOHDERYHMÄT HANKKEISSA	10
5.3	LIKKUVA AIKUINEN -OHJELMA	11
5.4	IKILIKKUJA-OHJELMA	13
6	YHTEENVETO JA JOHTOPÄÄTÖKSET	14
6.1	YHTEENVETO.....	14
6.2	JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	14
6.3	RAJOITTEET.....	15

Liikunnallisen elämäntavan paikallisten kehittämishankkeiden vuoden 2020 toiminnan tulokset

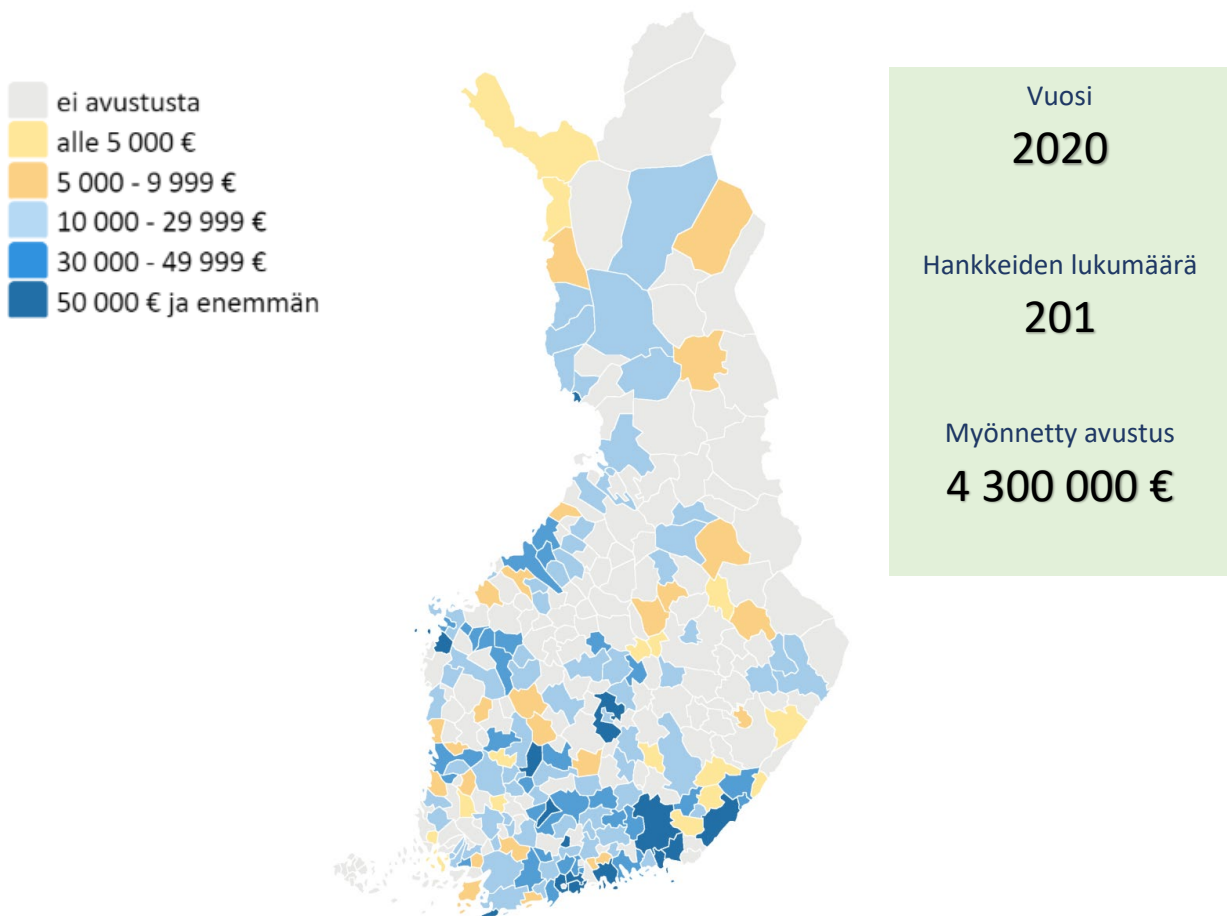
Elina Tarkiainen, Likes, Jyväskylän ammattikorkeakoulu
Marianne Turunen, Likes, Jyväskylän ammattikorkeakoulu
Tuomas Kukko, Likes, Jyväskylän ammattikorkeakoulu

ISBN 978-951-830-665-1

Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu

Rahoitus: opetus- ja kulttuuriministeriö

© Tekijät ja Jyväskylän ammattikorkeakoulu 2022



Kuva 1. Liikunnallisen elämäntavan paikallisten kehittämisavustusten valtakunnallinen jakautuminen vuonna 2020.

1 TAUSTA

Opetus- ja kulttuuriministeriön määrärahoista myönnettäviä liikunnallisen elämäntavan paikallisia kehittämisavustuksia on jaettu nyky muodossa vuodesta 2016 lähtien. Avustusten myöntämisestä vastaavat aluehallintovirastot. Vuonna 2020 kehittämisavustuksia myönnettiin 201 hankkeelle, 159 kuntaan, yhteensä 4,3 miljoonaa euroa (Kuva 1). Avustukset myönnetään harkinnanvaraisesti hakemusten perusteella.

Kehittämisavustuksilla on tuettu valtakunnallisia liikunnan edistämisen linjauksia. Tällaisia ovat ”Muutosta liikkeellä! Valtakunnalliset yhteiset linjaukset terveyttä ja hyvinvointia edistävään

liikuntaan 2020” ja liikuntalaki (390/2015). Avustuksilla on edistetty hallitusohjelmien 2011, 2015 ja 2019 linjausten toimeenpanoa sekä Valtioneuvoston liikuntapoliittisen selonteon (2018) liikunnalliseen elämäntapaan liittyviä ehdotuksia. Vuodesta 2020 lähtien avustuksen avulla on tuettu valtakunnallisten liikunnanedistämishojelmien eli Liikkuvat-kokonaisuuden paikallista toimeenpanoa.

Avustuksen päätavoite on lisätä väestön liikuntaa ja fyysistä aktiivisuutta koko elämäkuluksa, erityisesti vähän liikkuvien keskuudessa (OKM 2020).

Vuosina 2020–2022 avustuksen pääpainopisteet ovat olleet Liikkuva varhaiskasvatus, Liikkuva aikuinen ja Ikiliikkuja-ohjelmat. Vuonna 2020

avustusta myönnettiin eniten Liikkuva varhaiskasvatus -toimintaan kohdistuviin hankkeisiin (liite 1).

Opetus- ja kulttuuriministeriön toimeksiannosta kehittämishankkeiden seurannasta ja arvioinnista on vastannut Likes-tutkimuskeskus (nykyisin Likes, Jamk). Seurannan ja arvioinnin avulla on saatu tietoa kansallisten liikunnanedistämishankkeiden, rahoittajan, kuntien ja tutkijoiden käyttöön hankehakemusten (ks. esim. Turunen, Tarkiainen & Laine 2021) ja vuoteen 2019 saakka hankekyselyjen perusteella. Hankekyselyt toteutettiin avustusprosessista erillisenä seurannan toimenpiteenä. Hankekyselyt korvattiin loppuselvitysaineiston tarkastelulla vuonna 2020. Tässä raportissa hankkeiden toteutumista tarkastellaan ensimmäistä kertaa loppuselvitysten perusteella.

2 AINEISTO JA MENETELMÄT

Tämän raportin tavoitteena on kuvata liikunnallisen elämäntavan paikallisten kehittämishankkeiden toteutuminen ja tulokset. Raportissa tarkastellaan hankkeita, jotka saivat avustusta vuodelle 2020 (n=201). Ensisijaisena aineistona ovat hankkeiden loppuselvitykset. Loppuselvitysaineisto rajautuu sellaisiin loppuselvityksiin, jotka hyväksyttiin aluehallinnon sähköisessä asiointipalvelussa maaliskuuhun 2022 mennessä (n=182). Toissijaisena aineistona ovat hankkeiden hakemukset siltä osin, kun tarkasteltiin, miten hankkeiden toimenpiteet toteutuivat suhteessa hakemuksissa asetettuihin tavoitteisiin (ks. kuva 2).

Selvitys toteutettiin monimenetelmällisenä tekstin sisällönanalyyysinä ja määrällisen aineiston riskintaulukointina. Laadullista tietoa myös määriteltiin luokitellen tekstiaineistojen sisältöjä ja laskien esiintymisiä.

AINEISTOT

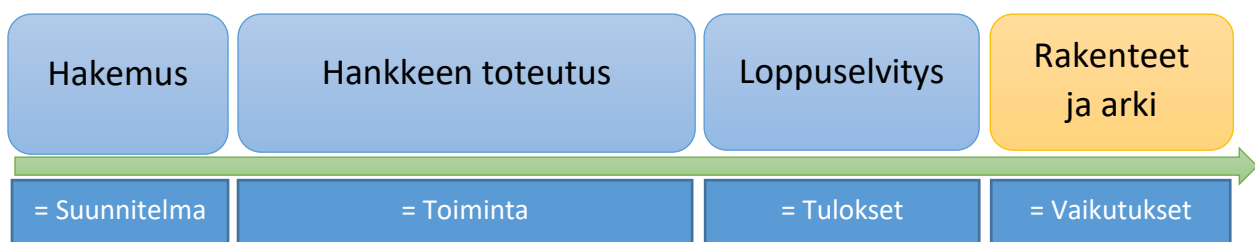
Hakemus

Liikunnallisen elämäntavan paikalliset kehittämisavustukset haetaan aluehallinnon sähköisessä asiointipalvelussa. Hakemukseen kirjataan tekstimuodossa mm. hankkeen tavoitteet, toimintasuunnitelma ja toimintaympäristö. Lisäksi arvioidaan lukuina esimerkiksi osallistujat ja kustannukset. Aluehallinto liittyy avustuspäätöksen jälkeen hakemukseen mm. myönnetyn valtionavustuksen summan ja käyttöajan.

Loppuselvitys

Loppuselvitys on valtionavustuslaissa määritelty avustuksensaajan velvollisuus antaa selvitys avustuksen käyttämisestä valtionapuviranomaiselle. Liikunnallisen elämäntavan paikallisen kehittämisavustuksen loppuselvitys tehdään aluehallinnon asiointipalvelussa avustuksen käyttöajan päättymisen jälkeen.

Hankkeille voidaan hyvistä perusteluista myöntää jatkoajaa, jolloin loppuselvitys toimitetaan jatkoajan päättymisen jälkeen. Loppuselvitykseen kirjataan tekstimuodossa mm. toiminnan kuvaus, arvio toiminnan vaikutuksista, onnistumisiin/vaikeuksiin vaikuttaneet tekijät ja jatkotoimenpiteet. Lukuina ilmoitetaan mm. toteutuneet kustannukset ja osallistujamäärät.



Kuva 2. Liikunnallisen elämäntavan paikallisten kehittämishankkeiden prosessi.

3 HANKKEIDEN TAVOITTEIDEN TOTEUTUMINEN JA TULOKSET

3.1 Toteutuminen tavoitteiden näkökulmasta

Liikunnallisen elämäntavan paikallisen kehittämisavustuksen päätavoite on lisätä väestön liikuntaa ja fyysistä aktiivisuutta koko elämäkuluksessa, erityisesti vähän liikkuvien keskuudessa (OKM 2020). Avustusta vuodelle 2020 saaneiden hankkeiden päätavoitteet olivat linjassa avustuksen päätavoitteen kanssa.

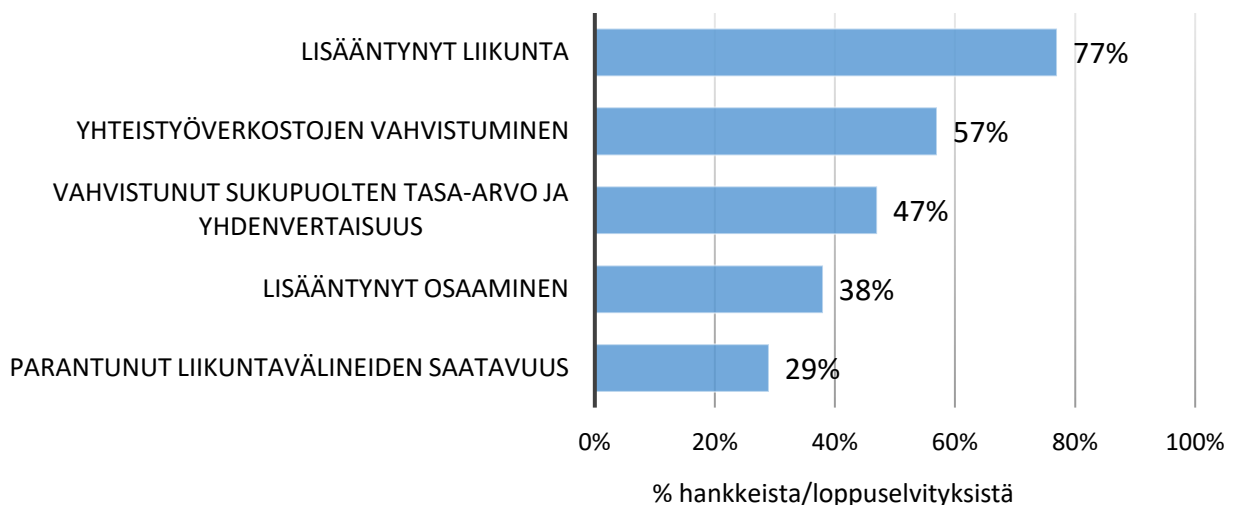
Avustuksen hakijat kuvailivat hankehakemuksissa päätavoitteekseen saada kohderyhmät liikkumaan enemmän ja edistää liikunnallista elämäntapaa. Päätavoite oli sama kohderyhmästä riippumatta. Hankkeiden toimintaa ohjanneet tarkemmat alatavoitteet ja niiden saavuttamiseksi tehdyt toimenpiteet vaihtelivat hankkeiden kohderyhmien mukaan. Liikkuvat-kokonaisuuteen kohdistuvissa hankkeissa tavoitteet noudattelivat ohjelmien menestystekijöitä. Rahoittaja ja ohjelmat määrittivät menestystekijät hankkeille hautilmoituksen yhteydessä (OKM 2022).

Hankkeiden loppuselvityksissä kuvailtuja Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeiden vaikutuksia olivat erityisesti liikunnallisen toimintakulttuurin kehittyminen varhaiskasvatuksessa sekä varhaiskasvatushenkilöstön osaamisen ja huoltajien tietoisuuden lisääntyminen lasten fyysisen aktiivisuuden edistämiseen liittyen.

Liikkuva aikuinen -hankkeet olivat muuttaneet työelämän toimintakulttuuria liikunnallisemmaksi, kehittäneet liikuntaneuvonnan neuvontaprosessia osana laajempaa palveluketjua ja tuoneet matalan kynnyksen liikuntapalveluja kohderyhmän saataville.

Hankkeiden avoimista vastauksista erottui selkein viisi erilaista vaikutusta, joita hankkeet arvioivat saavuttaneensa hankkeen toiminnalla (kuvio 1). Yleisin oli hankkeiden päätavoitteen mukaisesti lisääntynyt liikunta.

Hankkeiden itsearvion mukaan hankkeet toteutuivat suurelta osin, kuten oli suunniteltu. Hankkeista 93 prosenttia (n=169) raportoi hankkeen toteutuneen pääosin hakemuksessa esitetyllä tavalla. Suuri osa hankkeista teki hankekauden 2020 aikana muutos- tai jatkorahoitushakemuksen, mutta itsearvioinnin perusteella hankkeet eivät arvioineet sen vaikuttaneen tavoitteiden toteutumiseen.



Kuvio 1. Kysymys: "Arvioi hankkeen tai toiminnan vaikutuksia tavoitteiden näkökulmasta". Loppuselvitykset; avoin vastaus (luokiteltu).

3.2 Koronapandemian vaikutukset

Vuonna 2020, kun koronapandemia vaikutti koko yhteiskunnan toimintamahdollisuuksiin, myös hankkeet muokkasivat toimintaansa tilanteiden mukaan. Koronapandemiasta johtuneet tilojen sulkemiset, rajoitukset, sairauslomien ja henkilöiden vaihtuvuus vaikuttivat hankesuunnitelmien toteutumiseen. Valtaosa hankkeista teki alkupe räiseen hakemukseen muutos- tai jatkoaikahakemuksen.

Osa hankkeiden suunnitelmista jouduttiin peruamaan ja toimintoja päätettiin siirtää seuraavalle hankekaudelle. Yhteistyösuunnitelmat jäivät osittain suunnitteluasteelle. Hankkeissa tehtiin suunnittelu- ja pohjatyötä valmiiksi, jotta toimintoja päästiin aloittamaan rajoitustoimien purkautuessa.

Suunniteltuja toimenpiteitä pystyttiin osittain toteuttamaan etäyhteydellä, ulkona tai siirtämällä myöhempään ajankohtaan. Liikuntapaikkojen sulkeutuessa tuotettiin esimerkiksi videoita, ja liikuntaryhmätapaamiset järjestettiin teknologia-välitteisesti. Aktiivinen liikunnan sisällöntuotto sosiaaliseen mediaan lisääntyi.

Liikkuva varhaiskasvatus

Varhaiskasvatuksessa lapsiryhmien ja henkilökunnan sekoittamista pyrittiin välttämään, samoin ylimääräisiä vierailuja ja kokoontumisia henkilökunnan ja huoltajien kesken. Henkilövaihdokset, sairauslomien ja lasten jääminen kotiin jarruttivat hanketoimintaa. Hankekoordinaattorit eivät päässeet kaikkialla kiertämään yksiköissä. Tämän vuoksi toimenpiteitä jäi enemmän henkilöstön ja johdon vastuulle. Pandemia vaikutti yleisestikin henkilöstön jaksamiseen.

Hakemusvaiheessa Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeiden toimintasuunnitelmista 73 prosenttia sisälsi tietoa ja toimintaa myös huoltajille ja perheille. Pandemian aikana perheitä kannustettiin monipuolisesti luontoon ja omatoimiseen liikuttamiseen. Liikuntavälinelainaamoja saatiin perustettua, mutta koronatilanteeseen liittyvät tekijät viivästyttivät lainaamojen käyttöönottoa. Koronarajoitusten aikana toiminnallisia vanhempainiltoja ei pystytty järjestämään suunnitelmien

mukaan, mutta osa vanhempainilloista saatiin toteutumaan ulkotoimintana.

Liikkuva aikuinen

Liikuntaneuvontaa pystyttiin toteuttamaan pääosin hakemuksessa esitetyllä tavalla, mutta rajoitukset vaikeuttivat neuvontaan ohjaamista ja neuvonnan käynnistämistä. Liikuntaneuvonta tapahtui paljon yksilöohjauksina ja osittain etäyhteydellä. Hankkeet toivat vastauksissaan esille, että liikuntaneuvonnan etäohjausmalli on hyödynnettävissä myös poikkeustilan ja rajoitusten päättyessä.

Työyhteisöhankeissa tapahtumia ja ulkopuolisten ohjaajien ohjaamia lajikokeiluja jouduttiin peruamaan. Omatoimiseen liikuntaan kannustaminen korostui. Korona-ajan toiminnoista mainittiin jäävän käyttöön liikuntavälineitä, etäjumppaohjeita, tunti viikoittaista työaikaa liikuntaan ja esimerkiksi työyhteisön oma liikuntavuoro.

Ikiliikkuja

Ikiliikkuja-hankkeissa kehitettiin onnistuneesti korona-aikaan sopivia toimintamalleja muun muassa parvekejumppaa, ohjausta ulkokuntosalilla, omatoimista kuntopiirimahdollisuutta ja etäjumppaa sekä lainattavia liikkumispaketteja. Liikuntaneuvontaa toteutettiin, mutta neuvontaan ohjautumista rajoitti ikäihmisten varovaisuus vallinneessa tilanteessa. VertaisVeturi-toiminta, vertaisohjaajien saaminen ja kouluttaminen, ulkoiluystävätoiminta sekä tapahtumat ja tempaukset eivät toteutuneet suunnitelmien mukaan.

3.3 Sukupuolten tasa-arvo ja yhdenvertaisuus

Liikunnallisen elämäntavan kehittämishankkeiden tavoitteiden lähtökohtana tulee liikuntalain (390/2015) mukaisesti olla sukupuolten tasa-arvo ja yhdenvertaisuus. Loppuselvityksissä hankkeista 47 prosenttia raportoi sukupuolten tasa-arvoon ja yhdenvertaisuuteen liittyviä vaikutuksia.

Sukupuolten välinen tasa-arvo todettiin usein toteutuneeksi. Tällöin osallistujien sukupuolija-kauma oli tasapainoinen ja hankesuunnitelman

mukainen. Varhaiskasvatusta kuvattiin lähtökohdaisesti ja rakenteellisesti tasa-arvoisena instituutiona. Lasten kohdalla tasa-arvon nähtiin toteutuneen liikunnan lisääntyessä eri ikäisillä lapsilla sukupuolesta riippumatta. Työikäisten tasa-arvon edistämässä vaikeudeksi koettiin naisten miehiä innokkaampi osallistuminen (kuviot 2). Ikäihmisten sukupuolten välisen tasa-arvon edistämistä ei mainittu. Loppuselvelyksistä ei käynyt ilmi, mitkä hankkeiden toimenpiteet koettiin tasa-arvoa edistäneiksi.

Yhdenvertaisuutta edistettiin erityisesti soveltavan liikunnan hankkeissa, joissa kohderyhmiin huomioitiin kehitysvammaisia sekä erityistä tukea tarvitsevia lapsia ja nuoria. Maahanmuuttajien liikuntatoiminnassa pystyttiin opettamaan kohderyhmälle esimerkiksi uusia taitoja. Monikielisyys huomioitiin tekemällä materiaaleja eri kielillä. Ikäihmisten hankkeissa yhdenvertaisuuden edistäminen huomioitiin järjestämällä toimintaa toimintakyvyltään heikentyneille.

Eriarvoisuuden vähentämiseksi hankkeissa huomioitiin työttömiä ja heikommassa sosiaalisessa asemassa olevia perheitä. Eriarvoisuutta vähennettiin helposti saavutettavilla, maksuttomilla ja avoimilla tapahtumilla. Lasten, opiskelijoiden ja työntekijöiden käyttöön hankittiin maksuttomia liikuntavälineitä, joita sai osin lainata myös kotiin. Liikuntavälinelainaamojen kautta halukkaat pääsivät lainaamaan välineitä ja kokeilemaan uusia lajeja varallisuudesta riippumatta. Luontoliikunnalla pyrittiin vähentämään eriarvoisuutta kaikenikäisten keskuudessa.

Eriarvoisuutta vähennettiin kuljetuksilla ja maksuttomilla kuntosali- ja liikuntavuoroilla. Palveluja vietiin lähelle kohderyhmiä eri kaupunginosiin.

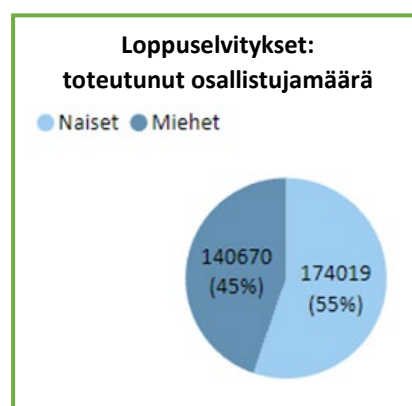
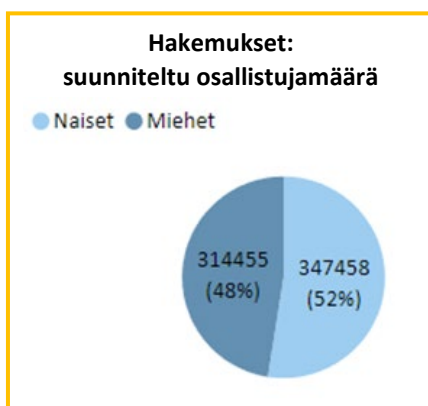
3.4 Verkostot

Hankkeista 57 prosenttia ilmoitti verkostoyhteistyön lisääntyneen hankkeen aikana. Yleisimpiä hankkeiden yhteistyötahoja olivat liikunta- ja urheiluseurat, järjestöt, kunnan liikuntapalvelut, liikunnan aluejärjestöt sekä kunnan sosiaali- ja terveyspalvelut.

Verkostojen ja yhteistyön merkitys korostui hankkeiden loppuselvelyksissä kohderyhmästä riippumatta. Yhteistyöllä saatiin kehitettyä uusia toimintamalleja. Yhteistyöverkoston avulla toteutettiin muun muassa viestintää, koulutuksia, tapahtumia, retkiä, kuntotestejä, liikuntaneuvontaa ja ryhmäliikuntaa. Hanketoiminta myös vahvisti joissain kunnissa poikkihallinnollisia yhteistyörakenteita välillisesti hanketoiminnan seurauksena.

Yhteistyön muodot olivat hioutuneet hankkeiden aikana. Useissa pienissä kunnissa yhteistyö toteutui jouhevasti yli hallintokuntarajojen. Koronapandemia esti osassa hankkeista suunniteltujen yhteistyösuunnitelmien toimeenpanon. Lisäksi poikkihallinnolliset yhteistyöryhmät eivät kokoon-tuneet kaikkialla aktiivisesti pandemian vuoksi.

Hankkeet raportoivat muuntautumiskykyisen yhteistyöverkoston edesauttaneet hankkeen onnistumista. Moni hanke ilmoitti poikkihallinnollisen yhteistyön edelleen jatkuvan ja vahvistuvan tulevaisuudessa. Yhteisesti rakennettuja toimintamalleja arvioitiin jäävän käyttöön myös hankkeen päättymisen jälkeen.



Kuvio 2. Hankkeiden yhteenlaskettu osallistujamäärä sukupuolittain hakemuksissa ja loppuselvelyksissä. Toteutunut hankkeiden kokonaisosallistujamäärä oli 52,5 prosenttia suunniteltua pienempi. Naisia oli osallistujista hieman miehiä enemmän.

4 HANKKEIDEN TALOUS

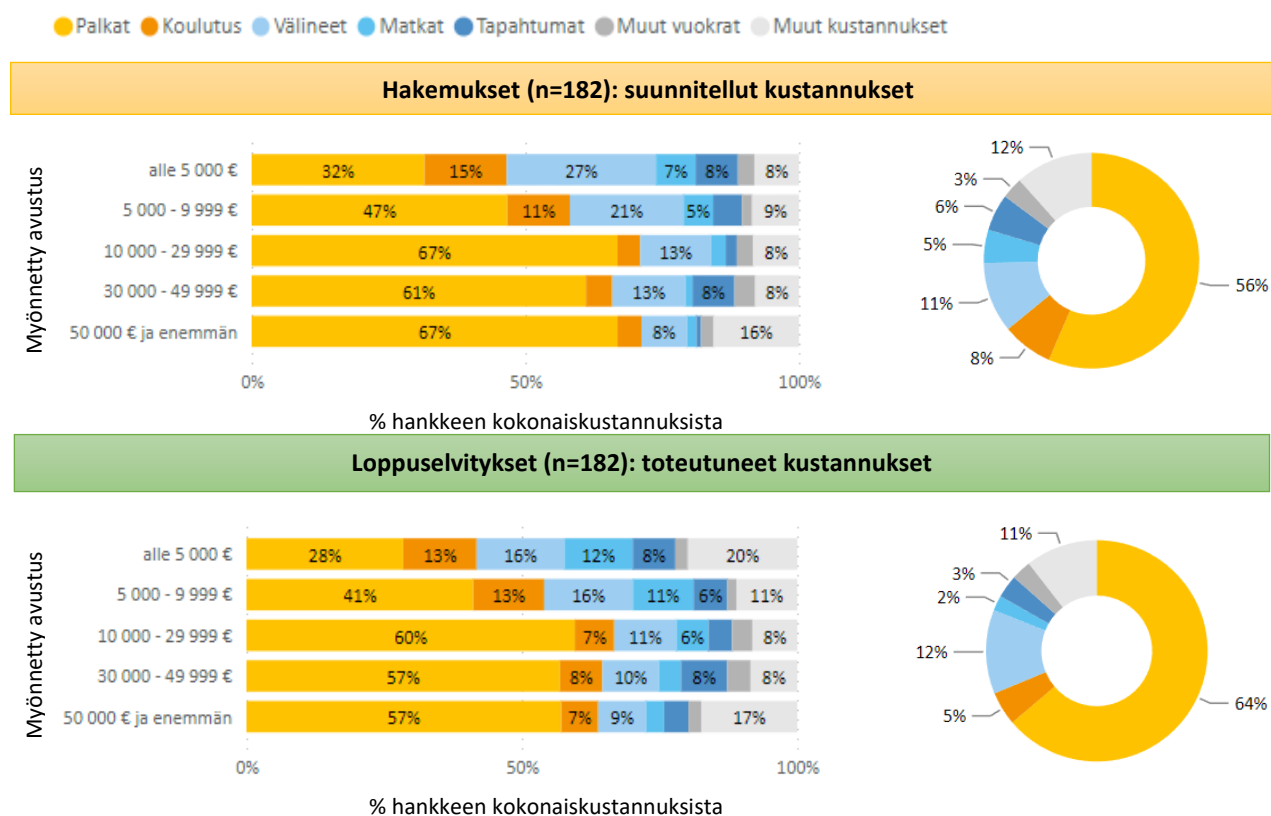
Loppuselvityksen maaliskuuhun 2022 mennessä tehneiden hankkeiden (n=182, 90,5 %) kokonaiskustannuksiksi ilmoitettiin hakuvaiheessa yhteensä 8,7 miljoonaa euroa. Loppuselvityksissä toteutuneiksi kustannuksiksi raportoitiin 8,3 miljoonaa euroa.

Hakemuskuvassa hankkeet budjetoivat kustannuksista suurimman osan palkkoihin (kuvio 3). Toiseksi eniten budjetoitiin välineisiin. Loppuselvitysten mukaan näihin kustannuksiin oli myös käytetty suurin osa kustannuksista.

Loppuselvitysten mukaan palkkoihin käytettiin 8 prosenttiyksikköä suurempi osa kokonaiskustannuksista kuin hakemuksissa suunniteltiin. Välinehankintojen kustannukset kasvoivat yhdellä prosenttiyksiköllä. Koulutuksiin, matkoihin, tapahtumiin ja luokittelemattomiin kustannuksiin

käytetty osuus laski. Vuokratkustannukset pysyivät samalla tasolla. Matkoihin käytetyt kustannukset erosivat loppuselvityksissä suhteellisesti tarkasteltuna eniten suunnitelluista. Niiden osuus oli laskenut 5 prosentista 2 prosenttiin kokonaiskustannuksista.

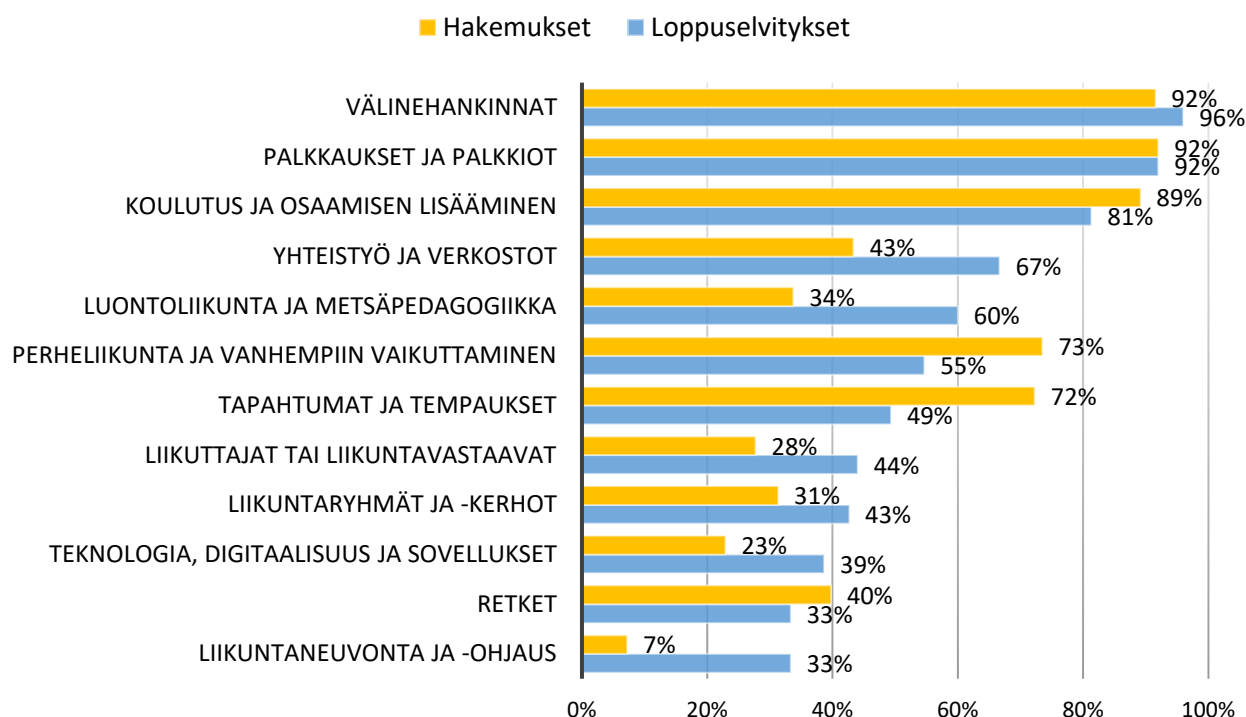
Hankkeiden muuttuneiden kustannusten taustalla vaikutti koronapandemia. Erilaiset pandemian vaikutukset estivät suunnitelmien toteuttamisen hakemuksissa linjatulla tavalla. Aluehallintoviranomaiset hyväksyivät pätevästä syystä jätetyt muutoshakemukset. Välinehankinnat, suunnittelutyö ja yhteistyön kehittäminen olivat yleisiä poikkeusajan hanketoimia. Koulutustilaisuuksiin osallistuminen, matkoja ja tapahtumia jouduttiin perumaan.



Kuvio 3. Kustannusten jakautuminen hankkeiden hakemuksissa ja loppuselvityksissä (n=182).



5 LIKKUVAT-KOKONAISUUS HANKKEISSA



Kuvio 4. Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeiden yleisimmät toimenpiteet vuoden 2020 hankesuunnitelmissa (n=83) ja loppuselvityksissä (n=75), osuus hankkeista, jotka maininneet toimenpiteen.

5.1 Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelma

Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeiden (n=75) yhteenlaskettu osallistujamäärä oli 147 971 osallistujaa (liite 2). Osallistujamäärä oli 14 prosenttia suunniteltua suurempi. Osallistujat koostuivat sekä lapsista että aikuisista. Osallistujista naisia ja tyttöjä oli 52 prosenttia.

Hankkeet, joiden päätavoitteena oli edistää Liikkuva varhaiskasvatus -toimintaa, kirjasiivat hankehakemuksiinsa toimenpiteistä yleisimmin välinehankintoja, koulutuksia, perheliikuntaa ja vanhempiin vaikuttamista sekä tapahtumia (kuvio 4). Loppuselvityksissä hankkeet raportoivat osin samoja toimenpiteitä kuin hakemusvaiheessa.

Koronapandemian vaikutuksesta varsinkin luonto- ja ulkoliikunta, liikuntaneuvonta ja yhteistyö

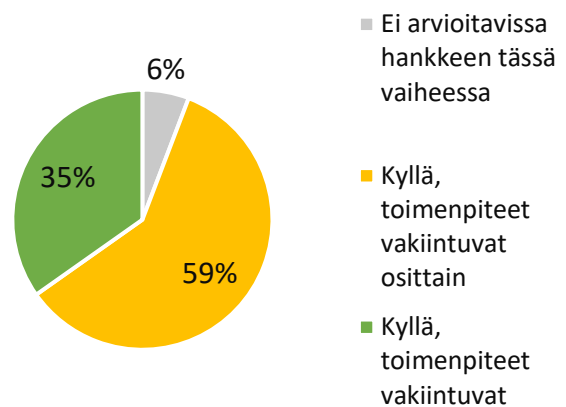
näkyivät useampien hankkeiden toimenpiteissä kuin oli alun perin suunniteltu. Tapahtumat, perheliikunta, koulutukset ja retket vähenivät. Hankkeet olivat tehneet valtionapuviranomaiselleen näissä tapauksissa muutoshakemuksen. Uusina tai ensikertaa laajalle levinneinä toimenpiteinä tulivat materiaalien ja tuotteiden valmistaminen (56 %), omaehtoisen liikkumisen tukeminen (31 %) ja pandemiatilanteeseen vastaaminen, kuten etäliikunta (25 %).

Loppuselvitysten avointen vastausten mukaan varhaiskasvatuksen henkilöstön tietoisuus fyysisen aktiivisuuden merkityksestä vahvistui ja henkilöstön positiivinen suhtautuminen lasten liikkumiseen lisääntyi. Varhaiskasvatuksen toimintakulttuuri muuttui liikunnallisemmaksi. Liikunnan eri osa-alueisiin ja tavoitteellisuuteen kiinnitettiin toiminnan suunnittelussa enemmän huomiota.

Avointen vastausten mukaan liikunta otettiin osaksi päiväkotien arkea muun muassa siirtymä- ja odotustilanteisiin sekä pedagogisiin toimintoihin. Ulkoilun määrä ja ulkona toteutettavat liikuntaleikit ja oppimishetket lisääntyivät. Muutos auttoi henkilöstöä oivaltamaan ulkoilun ja toiminnallisen oppimisen mahdollisuuksia. Koulutukset, uusitut ympäristöt ja lasten ilo motivoivat henkilöstöä. Etätyöskentelytaitojen lisääntyessä varhaiskasvatushenkilöstö pystyi osallistumaan useisiin koulutuksiin. Joissain hankkeissa koulutusta järjestettiin myös johtajille, jotta toimintarakenteiden muutokset vakiintuisivat. Varhaiskasvatusjohdon sitoutuminen vaikutti myönteisesti hankkeisiin.

Varhaiskasvatusyksiköihin hankittiin liikuntavälineitä ja liikunnallista toimintaa tukevaa materiaalia. Ne koettiin tärkeiksi ja lapset ottivat liikuntavälineet päivittäiseen käyttöön. Liikunnallinen vuosikello koettiin hyvänä toiminnan rytmittäjänä. Päivittäessään vuosikelloa ryhmät voivat huomioida lasten ikä- ja kehitystason sekä ryhmän tarpeet. Perheiden liikuntatietoisuutta onnistuttiin usein lisäämään ja siitä saatiin kiitosta. Perheliikuntaneuvonta vaatii vielä kehittämistyötä. Yhä useampi päiväkotiyksikkö liittyi Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelmaan ja yksiköissä toteutettiin nykytilan arviointia.

Tarve, sen kartoittaminen ja tarkka suunnitelma jo ennen hankerahoituksen varmistumista auttoivat toimenpiteiden läpiviennissä. Hankkeiden toimintaa saatiin vakiintumaan muun muassa kirjaamalla liikuntaa varhaiskasvatussuunnitelmiin. Kokopäiväisellä liikuntakoordinaattorin työpanoksella oli selkeä vaikutus tavoitteiden toteutumiseen. Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeista 94 prosenttia arvioi, että toimenpiteet vakiintuvat osittain tai täysin osaksi kunnan palvelujärjestelmää (kuvio 5.)



Kuvio 5. Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeiden arviot toimenpiteiden vakiintumisesta osaksi kunnan pysyvää palvelujärjestelmää (n=69, kuusi hanketta ei vastannut kysymykseen).

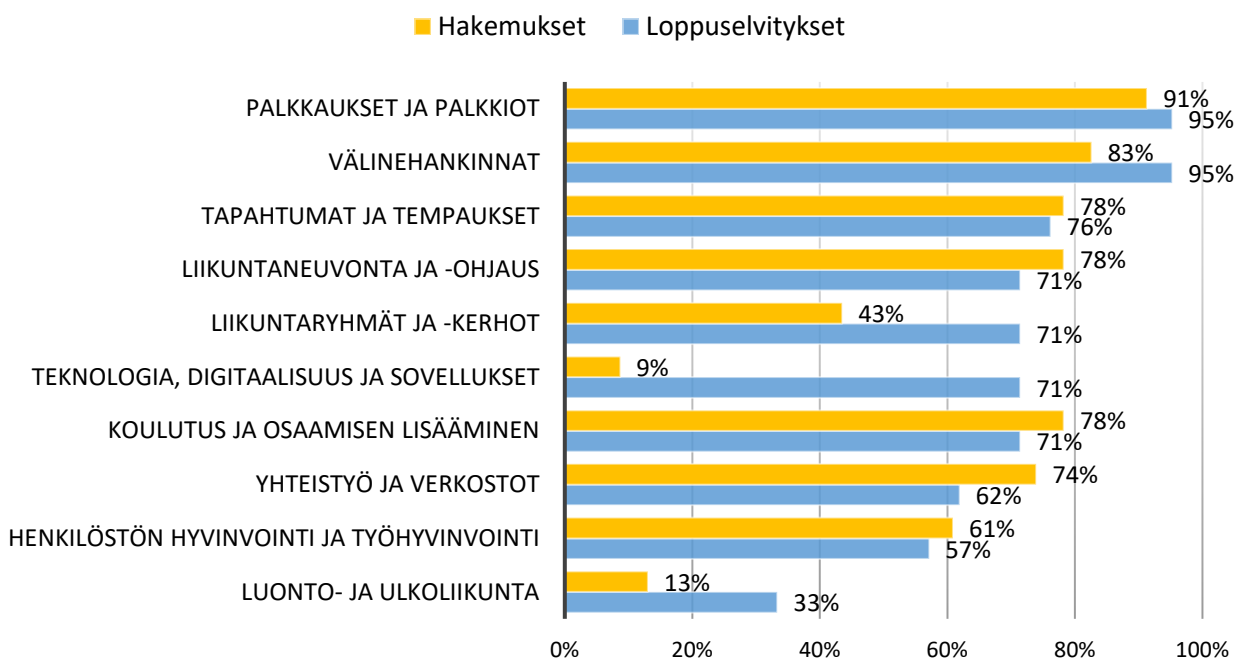
5.2 Muut kohderyhmät hankkeissa

Elämäntilanne, muut lapset ja nuoret, useita ohjelmia

Vuonna 2020 kehittämisavustuksilla tuettiin yhteensä 27 hanketta, jotka eivät kohdistuneet suoraan Liikkuvat-kokonaisuuteen. Lisäksi avustusta sai 42 hanketta, joissa oli useiden eri ohjelmien toimintasisältöjä niillä, ettei hanketta ollut mahdollista luokitella vain yhden ohjelman hankkeeksi.

Avustusta myönnettiin yhteensä 24 hankkeeseen, jotka kohdistuivat kuntalaisiin koko elämäntilanteella. Näitä nimitetään elämäntilannehankkeiksi. Hankkeiden kohderyhmänä oli kunnan koko väestö tai melkein koko väestö lapsista ikäihmisiin. Elämäntilannehankkeissa kuntalaisten terveyttä edistettiin kehittämällä matkailun kynnyksen liikuntapalveluja. Koko kunnan hankkeiden onnistumisia olivat toimiva tiedonkulkun, innovatiiviset liikuntahaasteet, hankekoordinaattorin koordinoiva rooli sekä kuntalaisten tietoisuuden lisääminen lähiympäristön omaehtoisista liikuntamahdollisuuksista. Hankkeiden yleisimpiä toteutuneita toimenpiteitä olivat omatoimiliikuntaan kannustaminen erilaisin keinoin, liikuntaneuvonta ja verkostoyhteistyön kehittäminen. Koronapandemian vaikutuksesta etäjumppat, luontoliikunta ja liikunnan sisällöntuotto sosiaaliseen mediaan lisääntyivät. Tapahtumat, retket ja koulutukset vähenivät.

Kolme hanketta oli muita lasten ja nuorten hankkeita. Näissä hankkeissa edistettiin maahanmuuttajataustaisten lasten ja nuorten liikuntamahdollisuuksia ja kehitettiin nuorten liikuntaneuvontamallia.



Kuvio 6. Liikkuva aikuinen -hankkeiden yleisimmät toimenpiteet vuoden 2020 hankesuunnitelmissa (n=23) ja loppuselvityksissä (n=21), osuus hankkeista, jotka maininneet toimenpiteen.

5.3 Liikkuva aikuinen -ohjelma

Liikkuva aikuinen -hankkeiden yhteenlaskettu osallistujamäärä oli 5 441 osallistujaa (liite 2). Osallistujamäärä oli 68 prosenttia suunniteltua pienempi. Osallistujista naisia oli 71 prosenttia.

Liikkuva aikuinen -hankkeet hakivat ennen hankkeen alkamista avustusta yleisimmin palkkauksiin, välinehankintoihin, tapahtumiin, liikuntaneuvontaan ja koulutuksiin (kuvio 6). Yleisimpiä loppuselvityksissä raportoituja toimenpiteitä olivat palkkaukset, välinehankinnat, tapahtumat, liikuntaneuvonta, liikuntaryhmät, teknologisten sovellusten hyödyntäminen ja koulutus.

Koronapandemian vaikutuksesta varsinkin etäliikunta, teknologiset sovellukset, omatoimiliikunta, materiaalien valmistaminen ja kuntotestaus lisääntyivät. Osa mainituista toimenpiteistä ei näy

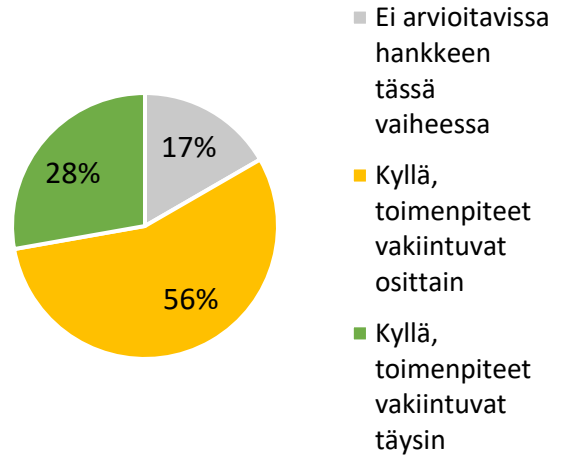
kuviossa, koska toimenpiteitä ei ole hakemuksissa korostettu ja näin niitä ei ole tarkasteltu.

Liikkuva työelämä -hankkeissa työntekijöitä saatiin aktivoitua liikkumaan liikuntaneuvonnalla, luennoilla, mittauksilla, liikuntalukujärjestyksellä, matalan kynnyksen ryhmillä, terveydenedistämisyhmän toiminnoilla, liikuntavälineillä, Ergo Pro -ohjelmalla ja kampanjoilla. Hankkeiden toimenpiteet lisäsivät työntekijöiden jaksamista, yhteisöllisyyttä ja työhyvinvointia.

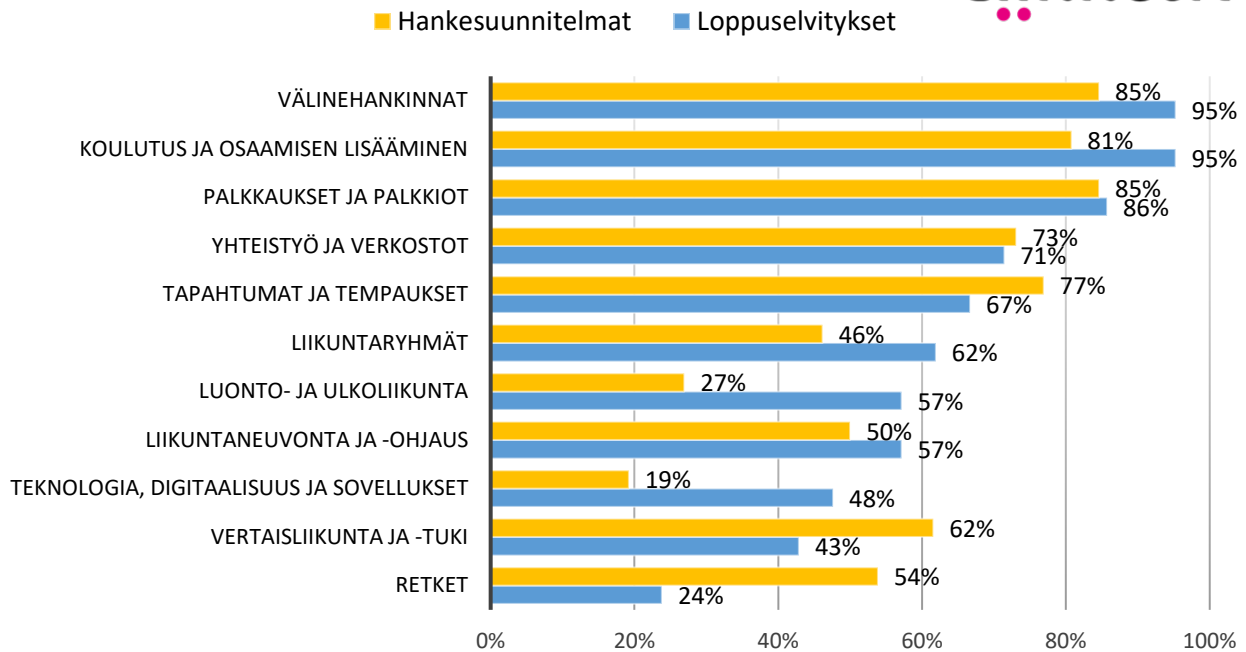
Osa liikuntaryhmistä toteutui suunnitelmien mukaan. Työntekijöiden vapaa-ajan liikuntaa tuettiin erilaisin keinoin muun muassa aktiivisuusmittareilla, jumppavideoilla, liikuntavälineillä, keräämällä liikuntasuorituksia ja tarjoamalla liikuntavuoroja. Liikuntahaasteiden toteutus työyhteisöissä onnistui. Kokonaisuutena hankkeiden suunniteltuja toimintoja jouduttiin osin soveltamaan ja perumaan.

Liikuntaneuvonnan palveluketjua kehittämissä hankkeissa onnistuttiin kehittämään toimivia liikunta- ja elintapaneuvonnan prosesseja ja käytänteitä. Liikuntaneuvonnan kautta tavoitettiin liian vähän liikkuvia työkäisiä ja aktivoitiin heitä liikkumaan yksilöiden omien toiveiden ja tavoitteiden mukaisesti. Liikuntaneuvontaan ohjautumisen polulla oli haasteita. Liikuntaneuvonnan ryhmäohjaus onnistui vaihtelevasti.

Hankkeiden onnistumisiin vaikuttivat hyvin tehdyt suunnitelmat ja valmistelutyö, osaavan hanke-työntekijän rekrytointi, joustava ja kokeilunhaluinen kulttuuri työyhteisössä, uudenlaiset etäyhteyskäytännöt, johdon tuki ja positiivinen asenne sekä sujuva yhteistyö muiden toimijoiden kanssa. Palautekyselyiden mukaan hankkeiden toiminnat koettiin hyödyllisinä. Liikkuva aikuinen -hankkeista 84 prosenttia arvioi, että toimenpiteet vakiintuvat osittain tai täysin osaksi kunnan palvelujärjestelmää (kuvio 7).



Kuvio 7. Liikkuva aikuinen -hankkeiden arviot toimenpiteiden vakiintumisesta osaksi kunnan pysyvää palvelujärjestelmää (n=18, kolme hanketta ei vastannut kysymykseen).



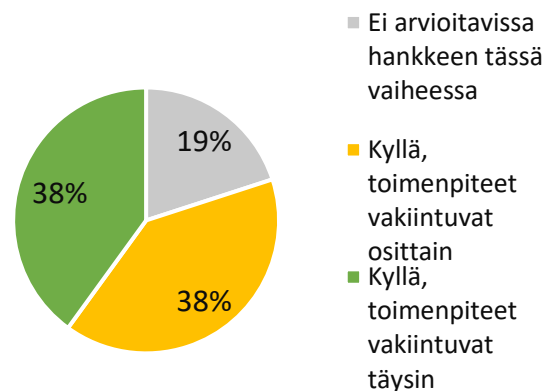
Kuvio 8. Ikiliikkuja-hankkeiden yleisimmät toimenpiteet vuoden 2020 hankesuunnitelmissa (n=26) ja loppuselvityksissä (n=21), osuus hankkeista, jotka maininneet toimenpiteen.

5.4 Ikiliikkuja-ohjelma

Ikiliikkuja-hankkeiden yhteenlaskettu osallistujamäärä oli 13 864 osallistujaa (liite 2). Osallistujamäärä oli 52 prosenttia suunniteltua pienempi. Osallistujista naisia oli 65 prosenttia.

Ikiliikkuja-hankkeet hakivat avustusta yleisimmin välinehankintoihin, palkkauksiin, koulutukseen, tapahtumiin, yhteistyöverkoston kehittämiseen ja vertaisliikuntaan (kuvio 8). Loppuselvityksissä toimenpiteiden painopisteet olivat erilaiset kuin hakemusvaiheessa. Liikuntaryhmien luontoliikunnan ja teknologisten ratkaisujen tuottaminen yleistyivät. Tapahtumat ja vertaisliikunta vähenivät. Hankkeet toteuttivat uusina innovaatioina omatoimiliikuntaan (38 %), etätoteutukseen (48 %) ja materiaalien tuotantoon (38 %) liittyviä toimenpiteitä. Tavoitteena oli mm. toteuttaa liikuntaneuvontaa. Koronapandemian vaikutuksesta hankkeet tekivät yleisesti muutoshakemuksia. Poikkeusoloissa ikäihmisten liikkuminen nähtiin entistä tärkeämpänä, mikä vahvisti Ikiliikkuja-hankkeiden merkitystä. Niin sanottu ”digiloikka” madalsi kynnystä etäjumppien kehittämisen sekä puhelinavun tarjoamiseen.

Hankkeiden onnistumisiin vaikuttivat huolellinen hankesuunnittelu ennen avustuspäätöstä, joustavuus hankkeen toteutustapojen suhteen, uudet kohderyhmän tavoittamisen muodot sekä yhteistyö. Osassa hankkeista ikäihmisten liikkumista ei saatu edistettyä tavoitteiden mukaisesti pandemian vuoksi. Ikiliikkuja-hankkeista 76 prosenttia arvioi, että toimenpiteet vakiintuvat osittain tai täysin osaksi kunnan palvelujärjestelmää (kuvio 9).



Kuvio 9. Ikiliikkuja-hankkeiden arviot toimenpiteiden vakiintumisesta osaksi kunnan pysyvää palvelujärjestelmää (n=20, yksi hanke ei vastannut kysymykseen).

6 YHTEENVETO JA JOHTOPÄÄTÖKSET

6.1 Yhteenveto

Tämän raportin tulokset perustuvat liikunnallisen elämäntavan paikallisten kehittämishankkeiden loppuselvityksiin (n=182). Avoimista vastauksista tunnistettiin hankkeiden tuloksia kuvaavia sisältöjä temaattisesti ja kohderyhmittäin. Vastaukset olivat hankkeiden subjektiivisia arvioita toiminnan toteutumisesta.

Hankkeiden loppuselvityksistä nousseita läpileikkaavia teemoja olivat koronapandemian vaikutus, sukupuolten tasa-arvo ja yhdenvertaisuus ja sekä verkostoyhteistyö. Koronapandemiasta johtuneet tilojen sulkemiset, rajoitukset, sairauslomien ja henkilöiden vaihtuvuus vaikuttivat hankesuunnitelmien toteutumiseen kaikilla hankkeilla. Suuri osa hankkeista teki muutoksen ja anoi toiminnalle jatkoaikaa. Hankkeista 77 prosenttia arvioi kohderyhmän liikunnan lisääntyneen hankkeessa.

Lähes puolet hankkeista nosti esille tasa-arvon, yhdenvertaisuuden edistämisen ja/tai eriarvoisuuden vähentämisen toiminnassaan. Hankkeiden arvioiden mukaan toteutetut toimet lisäsivät sukupuolten tasa-arvoa ja mahdollistivat kohderyhmän yhdenvertaisen osallistumisen toimintaan. Näistä teemoista hankkeet kuvasivat konkreettisesti eriarvoisuuden vähentämiseen liittyviä toimenpiteitä, joissa huomioitiin esimerkiksi palvelujen saavutettavuus ja maksuttomuus. Verkostojen ja yhteistyön merkitys korostui hankkeiden loppuselvityksissä kohderyhmästä riippumatta. Yli puolet hankkeista ilmoitti verkostoyhteistyön lisääntyneen hankkeen aikana.

Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeissa varhaiskasvatuksen toimintakulttuuri muuttui liikunnallisemmaksi. Tämä tarkoitti hankkeissa pieniä, mutta merkityksellisiä muutoksia arjessa. Liikunta muun muassa otettiin osaksi siirtymä- ja odotustilanteisiin sekä pedagogisiin toimintoihin, ulkoilua lisättiin ja lapset saivat liikuntavälineitä päivittäiseen käyttöön.

Liikkuva aikuinen -hankkeissa työelämän liikunnallistaminen onnistui työyhteisön sisäisillä toimenpiteillä sekä etäliikunnan mahdollisuuksilla. Liikuntaneuvonnan osalta palveluun ohjautumisessa oli haasteita, mutta neuvonnan avulla tavoitettiin oikea kohderyhmä.

Ikiliikkuja -hankkeiden toiminnassa näkyi ikäihmisten varovaisuus vallinneessa pandemiatilanteessa. Vertaisohjaajakoulutukset ja tapahtumat eivät useinkaan toteutuneet, mutta ulko- ja etäliikuntaa toteutettiin onnistuneesti.

Keskeisiä toimenpiteiden onnistumista auttavia tekijöitä hankkeissa olivat hyvin tehty suunnitelma ja valmistelutyö, joustavuus hankkeen toteutustavoissa, toimiva tiedonkulku, kokopäiväinen ja osaava hankekoordinaattori, kokeilunhaluinen organisaatiokulttuuri, toimivat etäyhteydet, johdon positiivinen asenne ja tuki hankkeen taustalla sekä sujuva yhteistyö kumppaneiden kanssa. Samassakin hankkeessa oli usein sekä onnistumisia että epäonnistumisia. Epäonnistumiset liittyivät yleensä pandemia-aikaan.

6.2 Johtopäätökset ja pohdinta

Koronapandemia vaikutti vuonna 2020 laajasti koko yhteiskunnan toimintaan. Pandemiasta huolimatta hankkeet toteuttivat toimintaansa haasteisiin nähden yllättävän hyvin. Hankkeet eivät jumiutuneet ennakkoon tehtyihin suunnitelmiin, vaan tekivät toiminnalle muutos- ja jatkoaikahakemuksia. Toimintasuunnitelmien muutoksista huolimatta, hankkeet saavuttivat yleensä tavoitteensa. Liikuntapaikkojen sulkeutuessa ja kokoontumisrajoitusten tullessa voimaan monet hankkeet siirtyivät ulkoliikuntamuotoihin ja kehittivät etäyhteydellä toteutettavaa toimintaa. Näitä toimijat voivat hyödyntää myös jatkossa. Pandemia-ajan vaikutukset hankkeissa otettujen digiloikkien myötä voivat olla kauaskantoisia.

Hankkeiden yhteenlaskettu toteutunut osallistujamäärä oli vain puolet suunnitellusta kokonaisosallistujamäärästä. Tosin Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeissa osallistujamäärä oli muista kohderyhmistä poiketen suunniteltua suurempi. Vaikka koronapandemiaan liittyvät rajoitustoimet vaikuttivat tapahtumien ja koulutusten toteuttamiseen ja näin osallistujamääriin, osallistujakato ei ollut todellisuudessa aivan näin suuri. Hakemusvaiheessa osa hankkeista ilmoitti koko väestöryhmän koon kunnassa tavoitelluksi osallistujamääräksi (esim. kaikki kunnan kutsuntaikäiset nuoret) ja loppuselvityksessä raportoitii vain ryhmiin ja toimenpiteisiin osallistuneet. Ero saattoi olla tuhansien osallistujien suuruinen hakemuksen ja loppuselvityksessä raportoidun välillä. Avustuksen hakijat eivät ole luultavasti realistisesti arvioineet koko kohdejoukon osallistuvan hankkeeseen.

Liikuntaneuvonnan palveluketjun osalta tavoitteena on, että jokaisessa kunnassa on tarjolla suositusten mukaista liikuntaneuvontaa. Hankkeiden raportoinnin perusteella ei voida vetää johtopäätöksiä, kuinka monessa hankkeista liikuntaneuvonta oli suositusten mukaista. Liikkuva varhaiskasvatus ja Liikkuva työelämä -hankkeissa toimintakulttuurin muuttamiseksi liikunnalliseksi tehtiin monia konkreettisia asioita, mutta niiden pysyvyyttä ei voi vielä tässä vaiheessa todentaa. Toimintakulttuurin muuttamisessa johdon rooli on merkittävä ja siihen hankkeissa voidaan tulevaisuudessa panostaa enemmän.

Hankkeiden arvioiden perusteella hankkeiden toimenpiteet tulevat vakiintumaan joko osittain tai täysin osaksi palvelujärjestelmää. Tämän perusteella hankkeiden toiminta oli erittäin onnistunutta.

Sukupuolten tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden tarkasteluissa oli huomioitavaa, että hankkeet käsitivät nämä teemat monilla erilaisilla tavoilla. Esimerkiksi tasa-arvon toteutumisella saatettiin viitata palvelujen tasa-arvoiseen saavutettavuuteen (eli eriarvoisuuden vähentämiseen). Vastauksista jäi puuttumaan myös konkretiaa. Esimerkiksi toimintaympäristön todettiin olevan tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta edistävä, mutta ei tarkemmin kerrottu, millä tavoin näitä edistettiin.

6.3 Rajoitteet

Loppuselvitysaineistot ovat suurelta osin tekstimuotoisia. Tätä raporttia varten näitä tietoja kvantifioitiin eli tekstistä laskettiin tiettyjen teemojen esiintymistä ja tekstiä muutettiin numeromuotoon. Tämä on huomioitava lukuja tulkittaessa. Teemojen esiintyminen riippuu paljon kysymyksen muotoilusta, sen ohessa annetuista esimerkeistä ja lomakkeen täyttäjän tiedoista ja taidoista. On ymmärrettävä, että jonkin näkökulman puuttuminen hankkeen loppuselvityksestä ei tarkoita sitä, ettei se ole hankkeessa toteutunut. Lisäksi kvantifiointiin liittyy paljon lukijasidonnaisuutta eli lukijan tai tutkijan ymmärrys ja motivaatiot voivat vaikuttaa valintoihin. Subjektii-visuutta on pyritty vähentämään yhteisten luokittelusääntöjen laatimisella.

LÄHTEET

Liikuntalaki 1.5.2015/390.

Likes. 2022. Liikunnallisen elämäntavan kehittämisavustusten seuranta. <https://www.likes.fi/tutkimus/paikallisten-hankkeiden-arviointi/>

Opetus- ja kulttuuriministeriö (OKM). 2020. Liikunnallisen elämäntavan paikalliset kehittämisavustukset (erityisavustus). Viitattu 2.12.2019. <https://okm.fi/-/liikunnallisen-elamantavan-paikalliset-kehittamisavustukset>

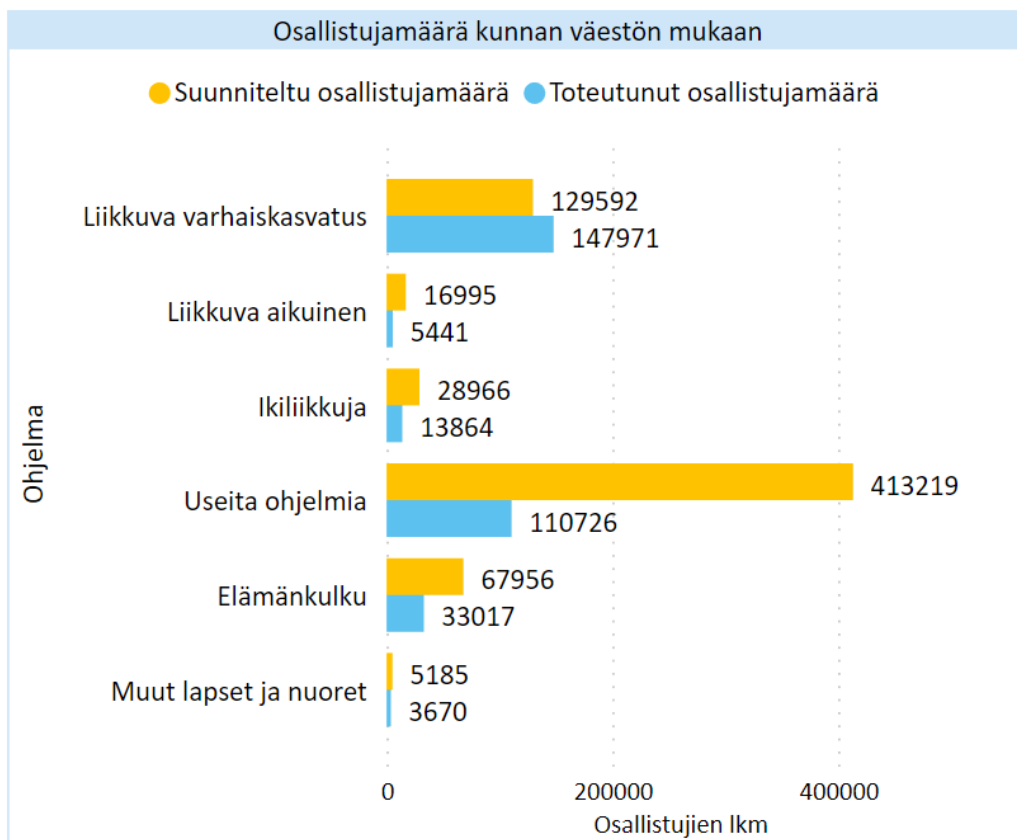
Turunen, M., Tarkiainen, E. & Laine, K. 2021. Perustietoa hankesuunnitelmista. Liikunnallisen elämäntavan paikalliset kehittämissankkeiden seuranta ja arviointi 2021. Likes.

LIITTEET

Liite 1. Liikunnallisen elämäntavan paikallista kehittämisavustusta vuonna 2020 saaneiden hankkeiden lukumäärät, loppuselvityksen tehneiden lukumäärä maaliskuuhun 2022 mennessä ja aineiston ulkopuolelle jääneiden hankkeiden lukumäärät ohjelman tai painopisteen mukaan.

Ohjelma tai painopiste hankkeessa	Avustettujen hankkeiden lukumäärä hakemuksissa	Aineisto; hyväksytyt loppuselvitykset 03/2022 mennessä	Ei mukana aineistossa; loppuselvitystä ei jätetty 03/2022 mennessä
Liikkuva varhaiskasvatus	83	75	8
Liikkuva aikuinen	23	21	2
Ikiliikkuja	26	21	5
Useita ohjelmia	42	40	2
Elämänkulku	24	22	2
Muu lapset ja nuoret	3	3	-
YHTEENSÄ	201	182	19

Liite 2. Liikunnallisen elämäntavan paikallista kehittämisavustusta vuonna 2020 saaneiden hankkeiden osallistajat hankehakemuksissa suunniteltuina ja loppuselvityksissä toteutuneina.



Useita ohjelmia -kohderyhmän eräissä hankehakemuksessa merkittiin tavoitelluiksi osallistujiksi koko perusjoukko kunnassa. Tämä tarkoittaisi esimerkiksi kaikkia kunnan 15–18-vuotiaita. Loppuselvityksessä osallistujat raportoitiin kuitenkin toteutuneen tapahtumiin, ryhmiin tai muuhun toimintaan osallistumisen mukaisesti. Muutamit hakijat ovat ilmoittaneet hakemuksessa osallistujiksi koko kunnan väestömäärän. Tämän vuoksi hakemusten osallistujamäärän ja loppuselvityksiin raportoidun osallistujamäärän välillä voi olla suuri ero, vaikka hanke on toteutunut kokonaisuutena tavoitteiden mukaisesti.