

BARN OCH UNGDOMARS MOTIONS- OCH IDROTTSVANOR I FINLAND LIITU 2023–2024 / Frågeformulär för årskurs 3

Läraren läser högt för eleverna frågorna som finns i den här enkäten för årskurs 3.

Jag har fått skriftlig information om LIITU2023–2024 -studien och möjlighet att fråga mera om den. Jag förstår att mitt deltagande är frivilligt och att jag har rätt att avbryta mitt deltagande när som helst utan att ange orsak.

Information om studien (linkki tiedotteeseen)

Dataskyddsmeddelande (linkki tietosuojailmoitukseen)

I och med mitt samtycke att delta i LIITU2023-2024-studien ger jag också mitt samtycke till att mina enkätsvar används i denna studie. *

- ☐ Jag ger mitt samtycke till att delta i LIITU2023–2024-studiens enkätundersökning

.....

ID-identifieringsnummer fylls i ifall klassen deltar i mätning med rörelsemätare. Läraren har då fått en personlig ID-kod för varje elev som skrivs in i punkt 1 och 2.

1. ID-identifieringsnummer fylls i ifall klassen deltar i mätning med rörelsemätare. Andra kan lämna punkten med ID-kod tom. Obs! Alla nummer, även 0, är viktiga

Ge din personliga kod

2. ID-identifieringsnummer fylls i på nytt ifall klassen deltar i mätning med rörelsemätare. Andra kan lämna punkten med ID-kod tom. Obs! Alla nummer, även 0, är viktiga

Ge din personliga kod IGEN

3. Välj din skola

Helsingfors skolor
Andra skolor i Finland

Skriv namnet på din skola och orten var den ligger _____

4. Kön

Pojke Flicka

5. Vilken månad är du född?

Jan	Feb	Mar	Apr	Maj	Juni	Juli	Aug	Sep	Okt	Nov	Dec
-----	-----	-----	-----	-----	------	------	-----	-----	-----	-----	-----

6. Vilket år är du född?

2011	2012	2013	2014	2015	Annat år, vilket? ____
------	------	------	------	------	------------------------

7. Hur lång är du? _____ cm

8. Hur mycket väger du? _____ kg

9. Hurudan ort bor du på för tillfället?

- ☐ I stad, i centrum
☐ I stad, utanför centrum
☐ På landsbygd, i en kyrkby eller annan tätort
☐ På landsbygd, utanför kyrkbyn eller annan tätort

Kysymys 10. näkyy vain Helsinkiläisille:

10. Välj området där du bor från rullgardinsmenyn

11. I vilket land är du född?	12. I vilket land är din mamma född?	13. I vilket land är din pappa född?
☐ I Finland	☐ I Finland	☐ I Finland
☐ I Ryssland eller i före detta Sovjetunionen	☐ I Ryssland eller i före detta Sovjetunionen	☐ I Ryssland eller i före detta Sovjetunionen
☐ I Estland	☐ I Estland	☐ I Estland
☐ I Sverige	☐ I Sverige	☐ I Sverige
☐ I Irak	☐ I Irak	☐ I Irak
☐ I Iran	☐ I Iran	☐ I Iran
☐ I Somalia	☐ I Somalia	☐ I Somalia
☐ I Afghanistan	☐ I Afghanistan	☐ I Afghanistan
☐ I Thailand	☐ I Thailand	☐ I Thailand
☐ I Kina	☐ I Kina	☐ I Kina
☐ I Vietnam	☐ I Vietnam	☐ I Vietnam
☐ I ett annat land, vilket?	☐ I ett annat land, vilket?	☐ I ett annat land, vilket?

Om eleven på fråga 11. Svarade annanstans än i Finland: **Jos vastasi kysymykseen 11. muualla kuin Suomessa:**

14. Hur länge har du bott i Finland?

- ☐ Över 10 år ☐ 5–10 år ☐ 1–4 år ☐ under ett år

I följande fråga (fråga 15) står fysisk aktivitet för all aktivitet som får ditt hjärta att slå snabbare och som för en stund gör dig andfådd. Fysisk aktivitet kan man hålla på med i idrottssammanhang, när

man leker med sina vänner, på sin väg till och från skolan eller på skolans gymnastiktimmar. Några exempel på fysisk aktivitet är att springa, gå snabba promenader, åka rullskridskor, cykla, dansa, åka skateboard, simma, åka slalom, skida, spela fotboll, korgboll och boboll.

15. Tänk på de senaste 7 dagarna. Markera hur många dagar du varit fysiskt aktiv sammanlagt minst 60 minuter per dag? (Lärare: Du kan instruera eleverna att tänka en vecka bakåt från och med dag xx. Hjälp att minnas kan man få t.ex. utgående från händelser i skolan. Om du vill kan du förklara att en timme fysisk aktivitet motsvarar fyra raster (4X15 min), om man har rört på sig varje rast, spelat, sprungit eller hoppat ELLER promenerat en halv timme raskt till skolan och från skolan hem ELLER att raster på skolan och bollspel hemma med kompisar eller motsvarande tillsammans innebär minst en timme fysisk aktivitet per dag.)

0 dagar	1	2	3	4	5	6	7 dagar
---------	---	---	---	---	---	---	---------

I följande fråga (fråga 16) står ansträngande fysisk aktivitet för all sådan aktivitet som får ditt hjärta att slå snabbare och du blir klart andfådd. Ansträngande fysisk aktivitet är t.ex. fartfyllda spel, lekar, löpning eller skidning.

16. Tänk på en vanlig vecka. Ange hur många dagar i veckan du håller på med ansträngande fysisk aktivitet?

0 dagar	1	2	3	4	5	6	7 dagar
---------	---	---	---	---	---	---	---------

17. Tycker du att din fysiska aktivitet under de senaste 12 månaderna har...?

- ökat mycket
- ökat i någon mån
- hållits oförändrad
- minskat i någon mån
- minskat mycket
- kan inte säga

18. De följande frågorna handlar om ditt deltagande i olika motions- och idrottstillfällen. Svara på varje rad. Hur ofta rör du på dig på din fritid på följande sätt? (Läraren: Instruera eleverna att de kan igen tänka på en vanlig vecka Upprepa frågan "Hur ofta rör du på dig på din fritid?" för varje påstående.)

Mindre än en gång per vecka eller inte alls	En gång per vecka	2–3 dagar per vecka	4–5 dagar per vecka	6–7 dagar per vecka
---	-------------------------	------------------------------	------------------------------	------------------------------

I en idrottsklubb ordnad i skolan efter

lektionerna (lektionerna i skolan räknas inte till detta)

I en idrottsförening där man ordnar träningar, tävlingar eller matcher

I en annan förening eller klubb

som ordnar tillfällen där man rör på sig (arrangören kan vara t.ex. scouterna, församlingen eller byföreningen). Här skall du inte räkna med idrottsföreningen

I fysisk aktivitet som ordnas av företag (t.ex. konditionssal,

aktivitetshall, slalomcenter, dansskola, ridstall).

På egen hand (t.ex. spel och lekar på gården, olika spel för skojs skull)

19. Hur viktigt tycker du att följande saker är i skolgymnastiken? (Lärare: upprepa frågan: "hur viktigt tycker du att det är i skolgymnastiken att...." vid varje påstående)

	Inte alls viktigt	Endast lite viktigt	I någon mån viktigt	Viktigt	Väldigt viktigt
Jag blir andfådd och svettas under lektionen					
Jag lär mig fungera ansvarsfullt i grupp					
Jag lär mig nya idrottsfärdigheter					
Jag lär mig ta hand om min hälsa och mitt välbefinnande					
Läraren är rättvis och behandlar alla bra					

20. . Hur färdas du oftast på din skolväg? Välj det vanligaste alternativet. Lärare: upprepa frågan "Hur färdas du oftast på din skolväg?" vid båda påståendena.

	Gående	Med cykel	Förälder skjutsar	Med skolskjuts	Med annat motorfordon
På vintern					
På hösten och våren					

21. Hur lång väg har du till skolan?

- ☐ 0 - 1,0 km
- ☐ 1,1 - 3,0 km
- ☐ 3,1 - 5,0 km
- ☐ 5,1 - 10,0 km
- ☐ 10,1 - 20,0 km
- ☐ över 20 km

22. Var är du oftast på skolans raster? Välj det alternativ som passar bäst in på dig.

- ☐ Jag är alla raster utomhus
- ☐ Jag är mest utomhus på rasterna, men då och då är jag inne
- ☐ Jag är mest inomhus på rasterna, men då och då är jag ute
- ☐ Jag är alla raster inomhus

23. Har du deltagit i följande aktiviteter i skolan? (Lärare: Upprepa frågan "Har du deltagit i följande aktiviteter i skolan?" för varje påstående. Du kan här hjälpa eleven med att konstatera att ifall det inte låter bekant så har eleven antagligen inte deltagit i planeringen eller i arrangerandet av aktiviteterna)

	Ja	Nej
I planeringen av skolans utrymmen och gårdsplan		
I planeringen av rastaktiviteter		
I planeringen av lektioner		
I arrangerandet av skolans temadagar, fester, utflykter eller lägerskola		

24. Välj det svarsalternativ som bäst beskriver läget i din skola just nu. (Lärare: Upprepa frågan ” som bäst beskriver läget i din skola just nu?” för varje påstående.)

	Ja	Nej
I regel går man ut på rasterna		
I vår skola har vi varje dag minst en 30 min lång enhetlig rast för rastaktiviteter		
Elever leder andra elever i rastaktiviteter		
I skolan finns tillräckligt med rastredskap		
Skolans gymnastiksal används för rastaktiviteter		
I skolan uppmuntras eleverna att färdas till och från skolan till fots eller med cykel.		
Det finns idrottsbetonad klubbverksamhet i skolan		

LÄRARE: Svaret på följande fråga (fråga 25) avgör hur övriga frågor om idrottsföreningsverksamhet öppnas upp. Efter att eleverna har svarat på dessa fortsätter de tillsammans från och med fråga 27 (skärmtid).

25. Utövar du motion eller idrott i en idrottsförening? (Lärare: här kan du igen räkna upp namnet på lokala idrottsföreningar)

- ☐ a. Ja, jag håller på regelbundet och aktivt
- ☐ b. Ja, jag håller på nu och då
- ☐ c. Nej inte just nu, men jag har gjort det tidigare
- ☐ d. Nej inte nu och har aldrig gjort det

26A. . Vid svar 23. a eller b: Vilken idrottsgren utövar du för tillfället i en idrottsförening? Välj från rullgardinsmenyn den idrottsgren som är viktigast för dig. (Lärare: en lista med idrottsföreningar öppnas genom att klicka)

26B. Vid svar 23. a eller b: Hur många gånger under en vanlig vecka har du träningar eller spel/tävlingar i den idrottsgren som du valde som den viktigaste? (skriv ut hur många gånger per vecka, ingen gång=0)

Träningar som en tränare leder _____

Träningar på egen hand _____

26C. Vid svar 23. c: I vilken ålder slutade du sporta eller idrotta i en idrottsförening? (välj det alternativ som passar bäst från rullgardinsmenyn)

(Lärare: här är också en rullgardinsmeny. Svarsalternativen är mellan 3 år eller yngre och 11 år.)

26D. Vid svar 23. c: Skulle du vara intresserad att på nytt börja sporta eller idrotta i en idrottsförening?

- ☐ Ja, i tävlingssyfte
- ☐ Ja, som hobby
- ☐ Ja, jag kunde pröva på det
- ☐ Nej

26E. Vid svar 23. c: Välj den viktigaste orsaken till varför du beslöt dig att sluta med din idrottshobby i idrottsföreningen?

Min grupp/mitt lag upphörde

Mina kompisar slutade också

Jag tröttnade på grenen

Ja ville hålla på med en annan idrottsgren

Jag tyckte inte om min tränare

På grund av coronapandemin (t.ex. lång paus i träningarna/tävlingarna/spelen)

26F. Vid svar 23. d: Har du någonsin tänkt på att du skulle kunna idrotta eller sporta i en idrottsförening?

Ja

Nej

LÄRARE: alla elever fortsätter tillsammans från och med den här skärmtidsfrågan (fråga 27).

27. Tänk på en för dig vanlig vecka. Hur många dagar under en vecka använder du över 2 timmar per dag på att titta på videon, filmer, eller TV serier (YouTube, NETFLIX, TV osv.)?

0 dagar

1

2

3

4

5

6

7 dagar

28. Hur många nära vänner har du just nu?

☐ Tre eller flera

☐ Två

☐ En

☐ Inte en enda

29. Känner du dig någonsin ensam?

☐ Nej

☐ Ja, ibland

☐ Ja, ganska ofta

☐ Ja, mycket ofta

30. Hur tycker du din hälsa är?

☐ Mycket bra

☐ Bra

☐ Någorlunda

☐ Dålig

31. Äger din familj en bil (person-, paket- eller lastbil)?

☐ Ja, två eller flera

☐ Ja, en

☐ Nej

32. Har du eget rum?

☐ Ja

☐ Nej

33. Hur många datorer (PC, laptops och surfplattor, men inte spelkonsoler eller smartphones) har din familj?

☐ Mer än två

☐ Två

☐ En

☐ Ingen

34. Hur många badrum (rum med badkar eller dusch) har ni hemma?

☐ Mer än två

☐ Två

☐ En

☐ Inget

35. Har ni diskmaskin hemma?

☐ Ja

☐ Nej

36. Hur många gånger har du rest utomlands på semester med din familj det senaste året?

☐ Fler än två gånger

☐ Två gånger

- ☐ En gång
 - ☐ Ingen gång
-

37. Vilken uppfattning har du om din familjs ekonomi?

- ☐ Min familj klarar sig mycket bra ekonomiskt
- ☐ Min familj klarar sig ganska bra ekonomiskt
- ☐ Min familj klarar sig ungefär genomsnittligt
- ☐ Min familj klarar sig inte riktigt bra ekonomiskt
- ☐ Min familj klarar sig inte alls bra ekonomiskt

**Frågeformuläret är besvarat.
Tack för att du deltog!**