

LASTEN JA NUORTEN LIIKUNTAKÄYTTÄYTYMINEN SUOMESSA LIITU 2026/ 1.-luokkien lomake

Opettaja lukee tästä 1.-luokkalaisten lomakkeesta kysymykset oppilaille ääneen.

Olen saanut kirjallista tietoa LIITU 2026 -tutkimuksesta ja mahdollisuuden kysyä siitä lisää.
Ymmärrän, että osallistumiseni on vapaaehtoista ja minulla on oikeus keskeyttää osallistumiseni milloin tahansa syytä ilmoittamatta.

Tutkimustiedote (linkki tiedotteeseen)

Suostuessani osallistumaan LIITU 2026 -tutkimukseen suostun siihen, että kyselyvastauksiani käytetään tutkimuksessa.

Tietosuojailmoitus (linkki tietosuojailmoitukseen)

- Suostun osallistumaan LIITU 2026 -tutkimuksen kyselyyn.

.....

ID-tunnusten avulla yhdistetään liikemittaria käyttäneiden oppilaiden mitatut tiedot kyselyvastauksiin. Ellei oppilas käytä liikemittaria, hänen ID-tunnuksensa poistetaan kyselyaineistosta.

1. Syötä oma ID-tunnusnumerosi tähän. Huom! Kaikki numerot, myös 0, ovat tärkeitä.

2. Syötä oma ID-tunnusnumerosi tähän uudelleen. Huom! Kaikki numerot, myös 0, ovat tärkeitä.

3. Kirjoita koulusi nimi ja paikkakunta _____

4. Sukupuoli

☐ Poika ☐ Tyttö ☐ Muu

5. Minkä ikäinen olet?

☐ 6 vuotta ☐ 7 vuotta ☐ 8 vuotta ☐ Muu

6. Missä maassa olet syntynyt?

☐ Suomessa
☐ Venäjällä tai entisessä
Neuvostoliitossa
☐ Virossa
☐ Ruotsissa
☐ Irakissa
☐ Iranissa
☐ Somaliassa
☐ Afganistanissa
☐ Thaimaassa
☐ Kiinassa
☐ Vietnamin
☐ Muussa maassa

7. Missä maassa äitisi on syntynyt?

☐ Suomessa
☐ Venäjällä tai entisessä
Neuvostoliitossa
☐ Virossa
☐ Ruotsissa
☐ Irakissa
☐ Iranissa
☐ Somaliassa
☐ Afganistanissa
☐ Thaimaassa
☐ Kiinassa
☐ Vietnamin
☐ Muussa maassa

8. Missä maassa isäsi on syntynyt?

☐ Suomessa
☐ Venäjällä tai entisessä
Neuvostoliitossa
☐ Virossa
☐ Ruotsissa
☐ Irakissa
☐ Iranissa
☐ Somaliassa
☐ Afganistanissa
☐ Thaimaassa
☐ Kiinassa
☐ Vietnamin
☐ Muussa maassa

Jos vastasi 6. muualla kuin Suomessa:

9. Kuinka kauan olet asunut Suomessa?

☐ Yli 10 v ☐ 5–10 vuotta ☐ 1–4 vuotta ☐ alle vuoden

Seuraavassa kysymyksessä (10.) liikunnalla tarkoitetaan kaikkea sellaista toimintaa, joka nostaa sydämen lyöntitiheyttä ja saa sinut hetkeksi hengästymään esimerkiksi urheillessa, ystävien kanssa pelatessa, koulumatkalla tai koulun liikuntatunneilla. Liikuntaa on esimerkiksi juokseminen, ripeä kävely, rullaluistelu, pyöräily, tanssiminen, rullalautailu, uinti, laskettelu, hiihto, jalkapallo, koripallo ja pesäpallo.

10. Mieti 7 edellistä päivää. Merkitse, kuinka monena päivänä olet liikkunut yhteensä vähintään 60 minuuttia päivässä? Opettaja: Voit ohjeistaa oppilaita ajattelemaan yhden viikon taaksepäin, xx päivästä lähtien. Apua muisteluun voisi löytyä koulun tapahtumista. Selitä halutessasi, että yksi tunti liikuntaa päivässä on 4 välituntia (4 x 15 min), jolloin joka välitunnilla on esimerkiksi pelannut, juossut tai hyppinyt TAI kävellyt reippaasti puolen tunnin matkan kouluun ja koulusta kotiin TAI että koulun välitunnit ja kotona kavereiden kanssa pelailu tms. tuottavat yhteensä vähintään tuon tunnin liikuntaa päivässä. Viikonloppuisin ulkona touhuillessa kertyy helposti tunti liikuntaa.

☐ 0 päivänä ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ 6 ☐ 7 päivänä

11. Onko liikkumisesi viimeisen 12 kuukauden aikana mielestäsi...?

Lisääntynyt paljon

Lisääntynyt jonkin verran

Pysynyt ennallaan

Vähentynyt jonkin verran

Vähentynyt paljon

En osaa sanoa

Seuraavissa kysymyksissä (12.–16.) tiedustellaan osallistumistasi erilaisiin liikunta- ja urheilutilaisuuksiin. Vastaa jokaiseen kohtaan. Liikutko säännöllisesti vapaa-aikanasi...? (Opettaja: jokainen väittämä on sähköisessä lomakkeessa omalla rivillään. Toista kysymys ”Liikutko säännöllisesti vapaa-aikanasi?” jokaisen väittämän kohdalla.

Kyllä

En

12. Koulussa oppituntien jälkeen pidettävissä liikuntakerhoissa (Opettaja: koulun oppitunteja ei lasketa mukaan)

13. Urheiluseurassa (Opettaja: tässä voit luetella paikallisten urheiluseurojen nimiä.)

14. Uimakoulussa (Opettaja: tässä tarkoitetaan nimenomaan ohjattua)

15. Ratsastaen, lasketellen, tanssitunneilla tai sisäliikuntapuistossa (Tiedoksi opettajalle: näillä haetaan liikunta-alan yritysten järjestämään toimintaan osallistumista.)

16. Omatoimisesti, esimerkiksi pihapeleissä ja -leikeissä

17. Kuinka monena päivänä viikossa harrastat liikuntaa tai urheilua urheiluseurassa? (Opettaja: voit ohjeistaa tässä laittamaan 0:n, jos vastasi edellisessä kysymyksessä urheiluseuran kohdalla En)

☐ 0

☐ 1

☐ 2

☐ 3

☐ 4

☐ 5

☐ 6

☐ 7

Kuinka kuljet koulumatkasi yleensä? Valitse yksi yleisin kulkutapa. (Opettaja: Toista kysymys ”Kuinka kuljet koulumatkasi yleensä?” molempien väittämien kohdalla.)

Kävelen

Pyörällä

Vanhempien
kyydillä

Koulukyydillä tai
bussilla

18. Talvella

19. Syksyllä ja keväällä

20. Missä olet yleensä koulun välitunneilla? Valitse itsellesi sopivin vaihtoehto.

☐ Ulkona

☐ Sisällä

Oletko osallistunut seuraaviin koulusi toimintoihin? (Opettaja: väittämät ovat omilla riveillään.
Toista kysymys ”Oletko osallistunut seuraavaan koulusi toimintoon?” jokaisen väittämän kohdalla.
Tässä voit auttaa lapsia toteamalla, että jos asia ei kuulosta tutulta, niin et luultavasti ole
osallistunut toimintojen suunnitteluun tai järjestämiseen.)

	Kyllä	En
21. Koulun tilojen ja piha-alueiden suunnittelu	☐	☐
22. Välituntitoiminnan suunnittelu	☐	☐
23. Oppituntitoiminnan suunnittelu	☐	☐
24. Koulun teemapäivien, juhlien, retkien tai leirikoulun järjestäminen	☐	☐

Valitse, mikä vastausvaihtoehto kuvaa parhaiten koulusi tämänhetkistä tilannetta. (Opettaja: väittämät ovat omilla riveillään.)

	Kyllä	Ei
25. Välitunneilla mennään yleensä ulos	☐	☐
26. Meidän koululla on joka päivä yksi pitkä välitunti (Opettaja: täällä tarkoitetaan vähintään puolen tunnin (30 min) pituista välituntia)	☐	☐
27. Välitunneilla on oppilaita, jotka auttavat liikkumaan välitunnilla (Opettaja: voit kertoa, millä nimellä nämä oppilaat mahdollisesti tunnetaan teidän koulussanne, esim. välkkäri.)	☐	☐
28. Koulussa on riittävästi välituntivälineitä	☐	☐
29. Koulussa kannustetaan oppilaita liikkumaan koulumatkat kävellen tai pyöräillen	☐	☐
30. Koululla on liikuntakerhoja	☐	☐

31. Onko sinulla oma puhelin?

- ☐ Kyllä ja siinä on nettiyhteys
☐ Kyllä, mutta siinä ei ole nettiyhteyttä
☐ Ei

Kysely päättyi.

Kiitos osallistumisestasi!