



KARI KALLIOKOSKI

Tiedetään hyvin, että vanhempien asenne liikuntaan vaikuttaa olennaisesti lasten liikunnallisuuden muodostumiseen. Kannustava, kuljettava ja kustantava vanhempi tekee lapselle hyvän palveluksen, joka kantaa jopa pitkälle aikuisuuteen, kuten **Kaisa Kasevan** viimevuotisesta väitöskirjasta selviää (katso myös L&T 5/2017). Voisiko olla myös päinvastoin? Voisiko lapsen liikunnallisuus ruokkia vanhemman innostusta liikunnan ottamiseksi osaksi päivittäisiä rutiineja?

Olen useamman vuoden kuljettanut lastani jalkapalloharrastuksen pariin. Ensin lähikentälle, sitten vähän kauemmaksi ja viime vuodet kuljetin jopa naapurikaupunkiin. Otin tämän mahdollisuutena – pääsin itsekin liikkumaan uusiin ympäristöihin ja uusille reiteille. Muiden vanhempien toimintaa seurattessani panin kuitenkin merkille, että valitettavan harva vanhemmista käytti tätä tilaisuutta hyödykseen. Moni jäi seuraamaan lasten treenejä ja seisomaan, tai pahimmassa tapauksessa jopa istumaan, kentän laidalle. Harmittelin hukattua tilaisuutta. Mieleissäni toki toivoin, että päivittäinen kuntotuokio tulisi heillä tehtyä edes sitten jossain muualla, mutta pahaa pelkään, että niin ei useimpien kohdalla käynyt.

Jalkapallo ja Suomessa erityisesti jääkiekko ovat lajeja, joissa penkkiurheilijoita riittää. Samoin riittää myös harrastajia lapsissa ja nuorissa, ja heitä kuljettavia vanhempia. Mikä mainio tilaisuus kohdennetulle liikuntakampanjalle tilanteessa, jossa liikkumaan lähtemisen kynnys olisi luultavasti normaalia matalampi. Lieneekö jo käytössä jossain päin Suomea vai ottaako joku innokas urheiluseura tai muu toimija tilaisuudesta kiinni? Samanaikainen vanhempien jalkapalloryhmä pyörimään pienelle kentälle tai pieni hikilenkki usein kentänlaidalta lähtevälle

pururadalle. Voisi tuossa olla jonkinlaisen bisneksenteon paikkakin, vaikkapa juokskoululle tai ”nyt lähtee läskit” -ryhmälle.

Myönnän, että tunnen tämän alan liikuntatutkimuskenttää huonosti, mutta minulla on tuntuma, että yksilöurheilussa tilanne on hiukan erilainen. Tiedän monta tapausta, jossa lapsen harrastus on tuonut myös vanhemman harrastuksen pariin, vaikka aikaisempaa lajitaustaa tai ylipäättään liikuntaustaa ei olisi ollutkaan. Olen miettinyt, että tässä lienee yhtenä selittäjänä se, että yksilölajeissa harrastamista voi helpommin tehdä kukin omalla tasollaan. Joukkuelajeissa tai muuten ryhmäliikunnassa panee itsensä ja oman suorituksensa enemmän alttiiksi muiden tarkastelulle.

Vaikka yleensä on niin, että kysyntä luo tarjontaa, uskoisin, että esimerkiksi jalkapallon suhteen voisi löytyä enemmänkin innostusta harrastetasolla pelaamiseen, myös yli nelikymppisillä. Yritin etsiä internetistä tietoa tällaisista mahdollisuuksista. Palloliiton alaisuudessa pyörii kyllä myös harrastesarjoja, joissa toki voivat pelata myös vähän varttuneemmat. Punaisten korttien ja pelikieltojen määrästä päätellen meno voi tosin olla välillä turhankin rajua ikääntyneemmille, jotka varmaan mielellään harrastaisivat oman ikäluokkansa kanssa. Joukkuelajien suhteen ongelmaksi voi tietysti tulla iän myötä vähenevät harrastajamäärät ja siten joukkueiden kasaamisen vaikeus, ainakin pienemmillä paikkakunnilla. Ehkä vaihtelevainen paluu isolta kentältä takaisin lasten sarjojen 5 vastaan 5 peleihin ja pienemmille kentille antaisi paremmat mahdollisuudet jatkaa pidempään omanikäisten kanssa. Kuten viime syksynä liikuntatieteen päivillä **Peter Krustrupin** puheesta kuulimme, tällaisella pelailulla voi olla arvaamattoman suuria ja kokonaisvaltaisia, kehoa ja mieltä hoitavia terveysvaikutuksia.

kari.kalliokoski@utu.fi

Liikunta & Tiede 2–3/2018

Toimitus:

Liikuntatieteellinen Seura
Mannerheimintie 15 b B
00260 Helsinki

puh: 010 778 6600
fax: 010 778 6619
sähköposti: toimisto@lts.fi
internet: www.lts.fi

Päätoimittajat:

Kari Kalliokoski (vast.)
Jari Kanerva

Toimituspäällikkö:

Leena Nieminen

Toimituskunta:

Arto Hautala
Terhi Huovinen
Miikko Julin
Markku Ojanen
Sanna Palomäki
Eila Ruuskanen-Himma
Miikko Salasuo
Timo Ståhl

Kannen kuva:

Lehtikuva/Bockwoldt

Ulkoasu:

Leijart

Julkaisija:

Liikuntatieteellinen Seura ry
Liikunta & Tiede on myös
Liikunnan ja Terveystiedon
opettajat ry:n jäsenetulehti.

Paino:

Forssa Print 2018

Tilaukset:

puh: 010 778 6600
fax: 010 778 6619
sähköposti: toimisto@lts.fi
Kestotilaus: 40 euroa
Vuositilaus: 42 euroa

Liikunta & Tiede -lehdessä käytetyissä kuvituskuviissa esiintyvillä henkilöillä ei henkilöinä ole yhteyttä asiantuntija-artikkeleissa käsitelyihin aiheisiin, ellei kuviin artikkelissa erityisesti viitata.

55. vuosikerta
ISSN-L 0358-7010