

Metkan Liikuntakysely 2024

Virve Murto, tutkija

Syyskuu 2024



OPISKELUN JA
KOULUTUKSEN
TUTKIMUSSÄÄTIÖ

Tuloskoosteen sisältö

- Aineiston painotus, analyysi ja keskeiset muuttujat
- Vuoden 2024 kyselyyn vastanneet 427 opiskelijaa
- Liikunta-aktiivisuus: liikunnan harrastus ja hyötyliikunta
- Liikkuminen
- Säännöllisen liikkumisen ja istumisen tauottamisen hyöty
- Liikkumisen ja taukojen hyödyntäminen opetuksessa
- Kampusten tilat ja palvelut
- Liikunnalliset tapahtumat ja kokonaistyytyväisyys
liikkumismahdollisuuksiin



Aineiston painotus ja tilastollinen tarkastelu

- Vuonna 2024 vastaajia oli vähemmän kuin vuonna 2023 (N=427 vs. N=941)

- | | Miehet | Naiset |
|-----------|--------|--------|
| Arabia | 1,83 | 1,45 |
| Karamalmi | 1,38 | 0,89 |
| Myllypuro | 0,85 | 0,72 |
| Myyrmäki | 1,45 | 1,19 |

- Myllypurossa oli suhteessa eniten vastaajia, vähiten Arabiassa
- Kampusten vastausaktiivisuudessa oli hienoista eroavaisuutta vuosien 2024 ja 2023 välillä
- Analyysimenetelmänä ristiintaulukointi, tyytyväisyydessä Mann-Whitney U ja Kruskal-Wallis
- Tilastollisen merkitsevyydystason testinä Pearsonin χ^2 -testi, raja-arvo $p <$

0,05



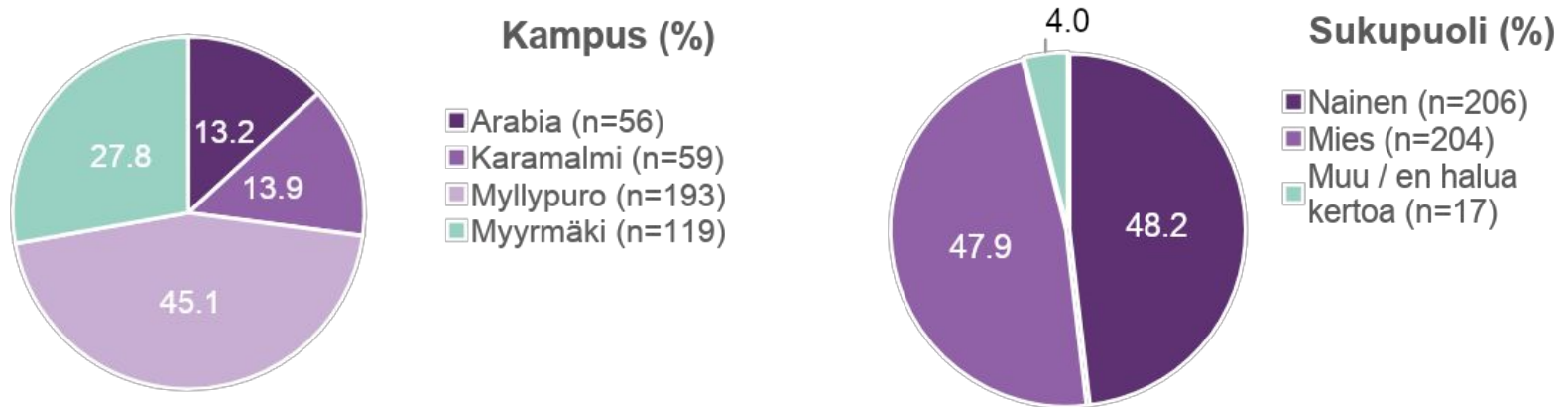
Keskeiset muuttajat

- Sukupuoli
- Kampus
- Opiskelumuoto
- Opintojen aloitusvuosi
- **Liikunta-aktiivisuus**
 - Liikunnan harrastaminen
 - Hyötyliikunta
 - Yhdistetty liikunta-aktiivisuus
- Vastausvuosi

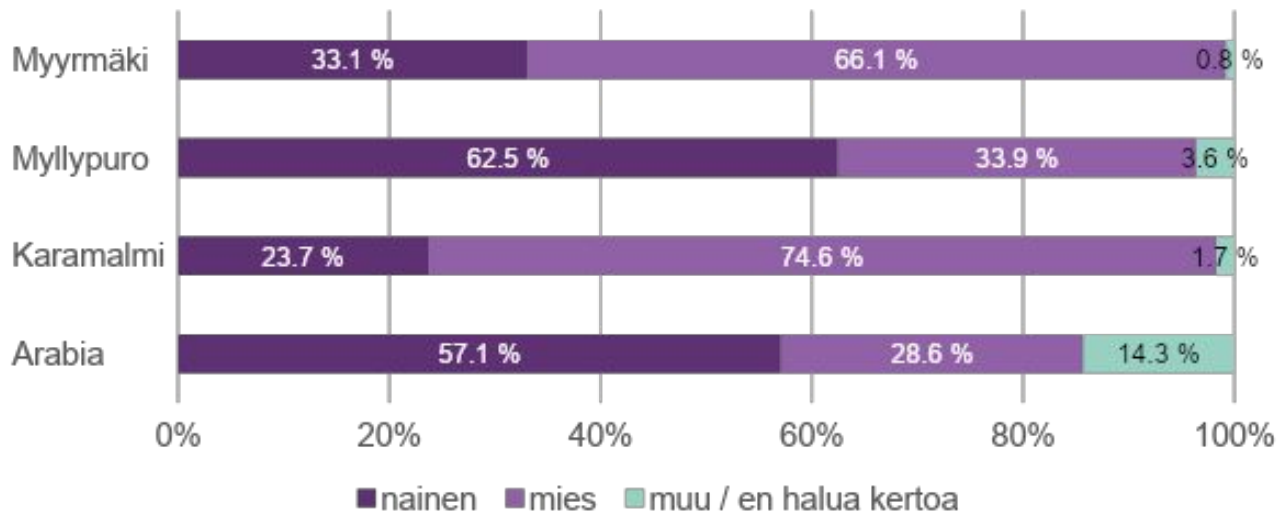
- Tuloksissa on raportoitu keskeiset löydökset



Vastanneet 427 opiskelijaa painotetussa aineistossa



Sukupuolijakauma kampuksilla



Vastaajamäärästä johtuen analyyseissä käytetty binääristä sukupuolijakoa

Vastanneet 427 opiskelijaa painotetussa aineistossa

Tutkinnon muoto (N=410), (%)



Arabiassa lähes kaikki (96 %) opiskelijoista suorittivat opintoja päivämuotoisesti

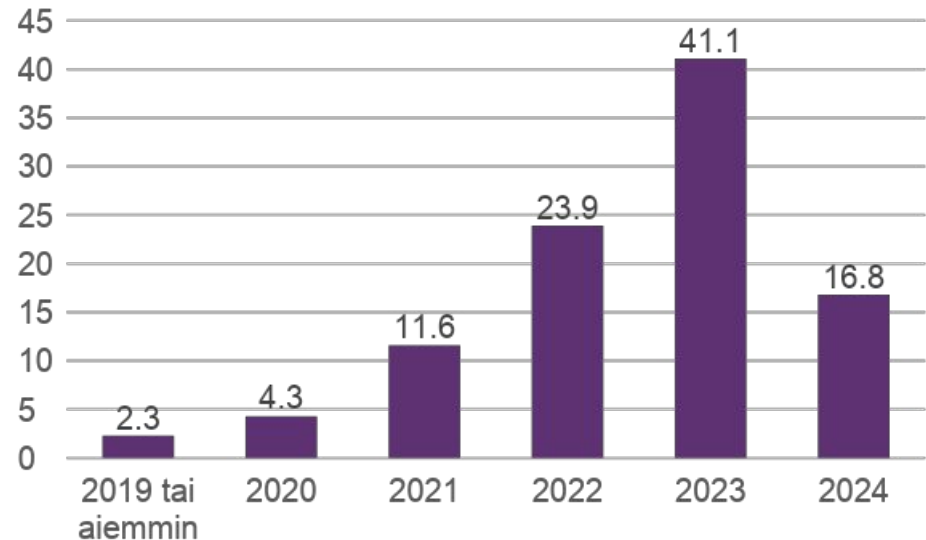
Karamalmilla oli eniten vaihto-opiskelijoita ja englanninkielistä tai top up –tutkintoa tekeviä (15 %)

Myllypurossa oli toisia enemmän monimuoto-opiskelijoita ja YAMK-suorittavia (39 %)

Vuosina 2023–2024 aloittaneita oli kaikkiaan 58 % vastanneista ja 42 % lukeutui vanhoihin opiskelijoihin (aloittanut 2022 tai aiemmin)

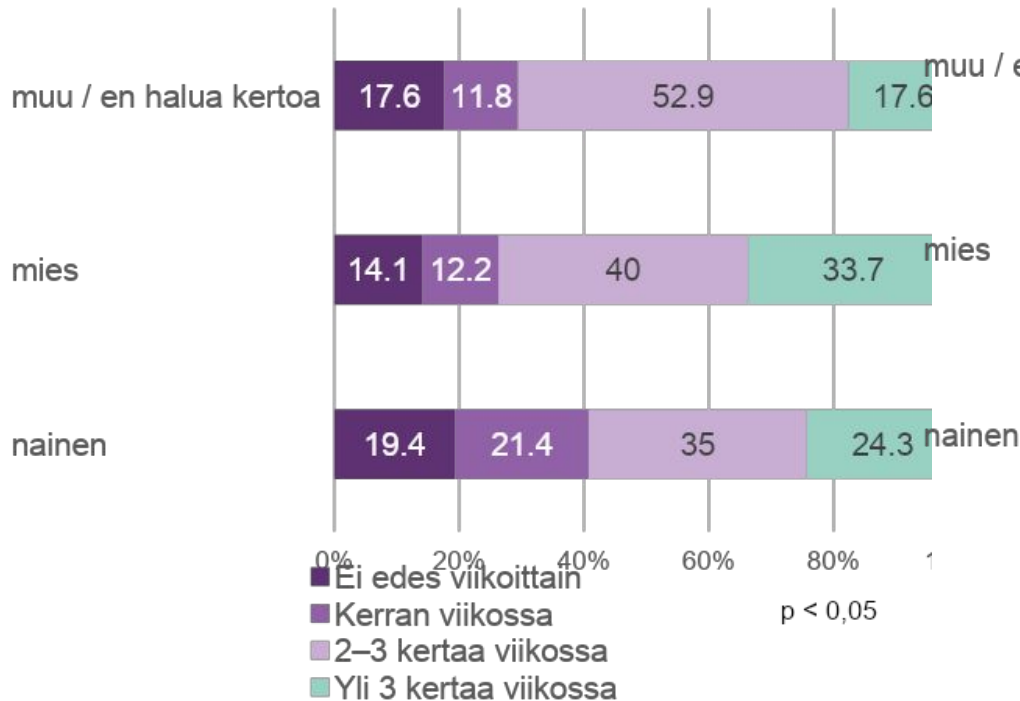
Arabiassa joka 4. oli aloittanut 2020 tai aiemmin. Karamalmilla ja Myllypurossa oli hieman enemmän uusia opiskelijoita. Tilanne oli tältä osin samanlainen kuin vuoden 2023 kyselyssä.

Opintojen aloitusvuosi (n=427), (%)

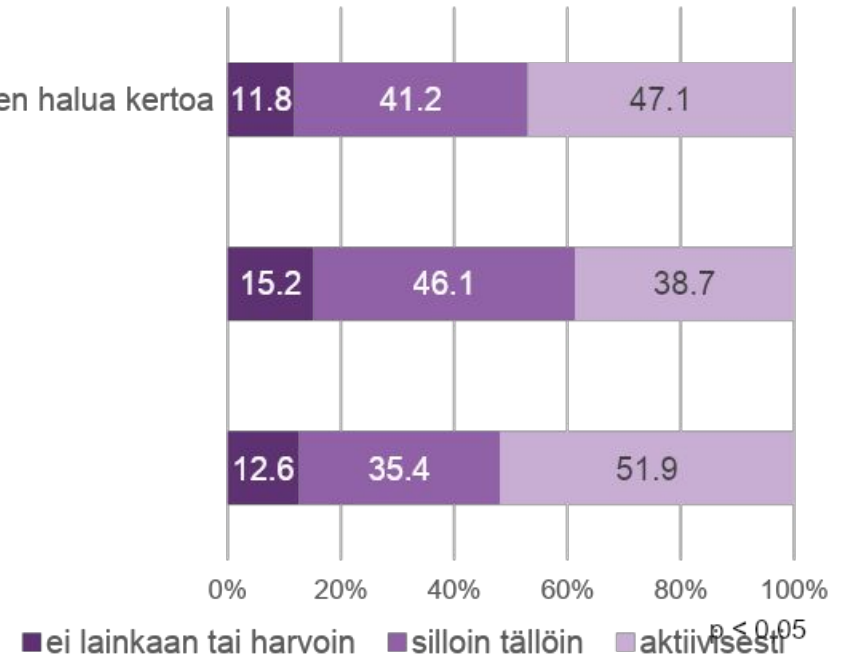


Liikunta-aktiivisuus

Liikunnan harrastaminen sukupuolen mukaan



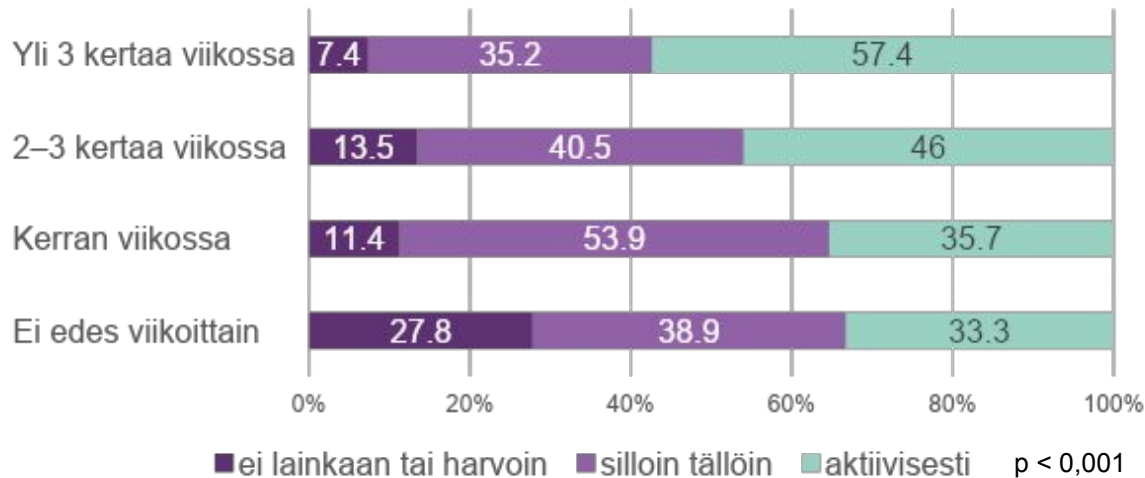
Hyötyliikunta sukupuolen mukaan



- Kampusten välillä oli eroavaisuutta, mutta naisten ja miesten keskuudessa erot paikantuivat sukupuolieroiksi samoin kuin vuonna 2023
- Tutkintomuoto ei ollut til. merk. yhteydessä liikunnan tai hyötyliikunnan harrastamiseen



Liikunnan harrastamisen yhteys hyötyliikuntaan



Kolmannes heistä, jotka eivät harrastane edes viikoittain liikuntaa olivat aktiivisia hyötyliikkuja

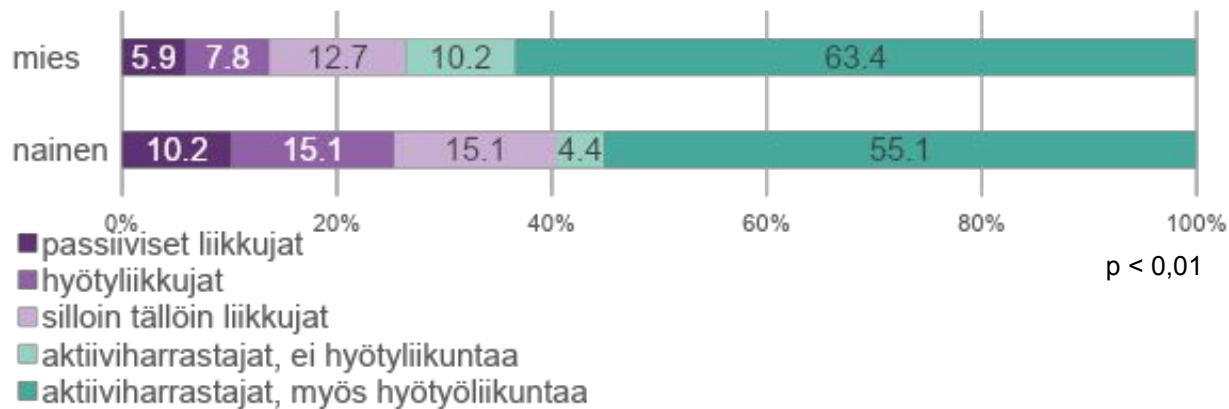
Liikunnan ja hyötyliikunnan välinen yhteys oli samankaltainen kuin kyselyssä vuonna 2023

Liikunta-aktiivisuus (%)



Vuoden 2023 kyselyn tavoin yli puolet vastaajista oli aktiivisia harrastajia, jotka harrastivat myös hyötyliikuntaa.

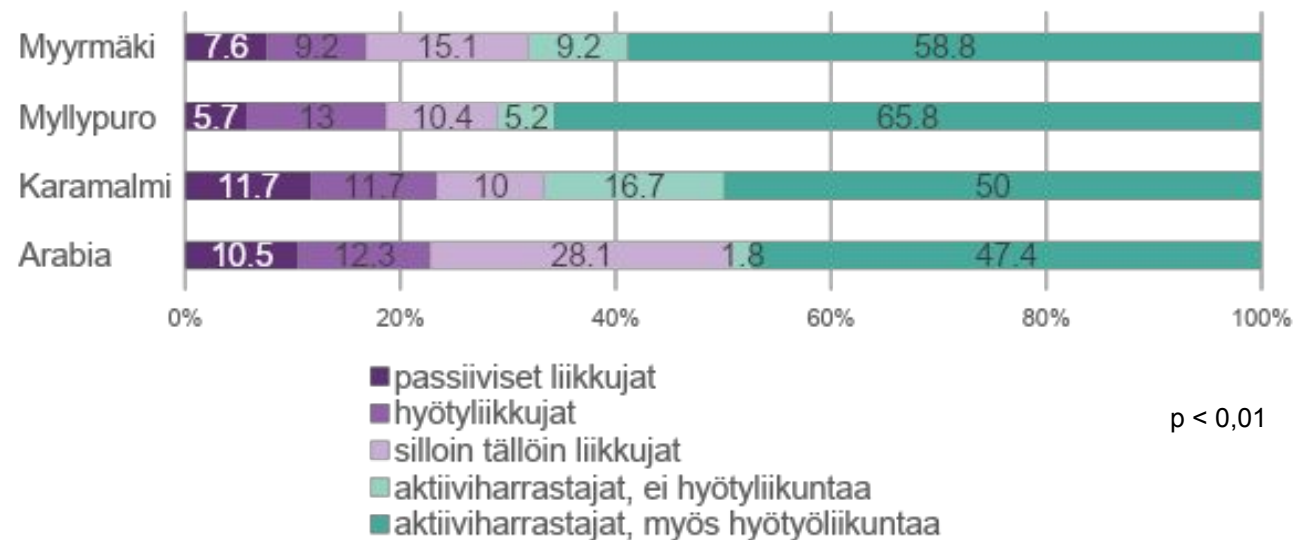
Liikunta-aktiivisuus, binäärinen sukupuoli



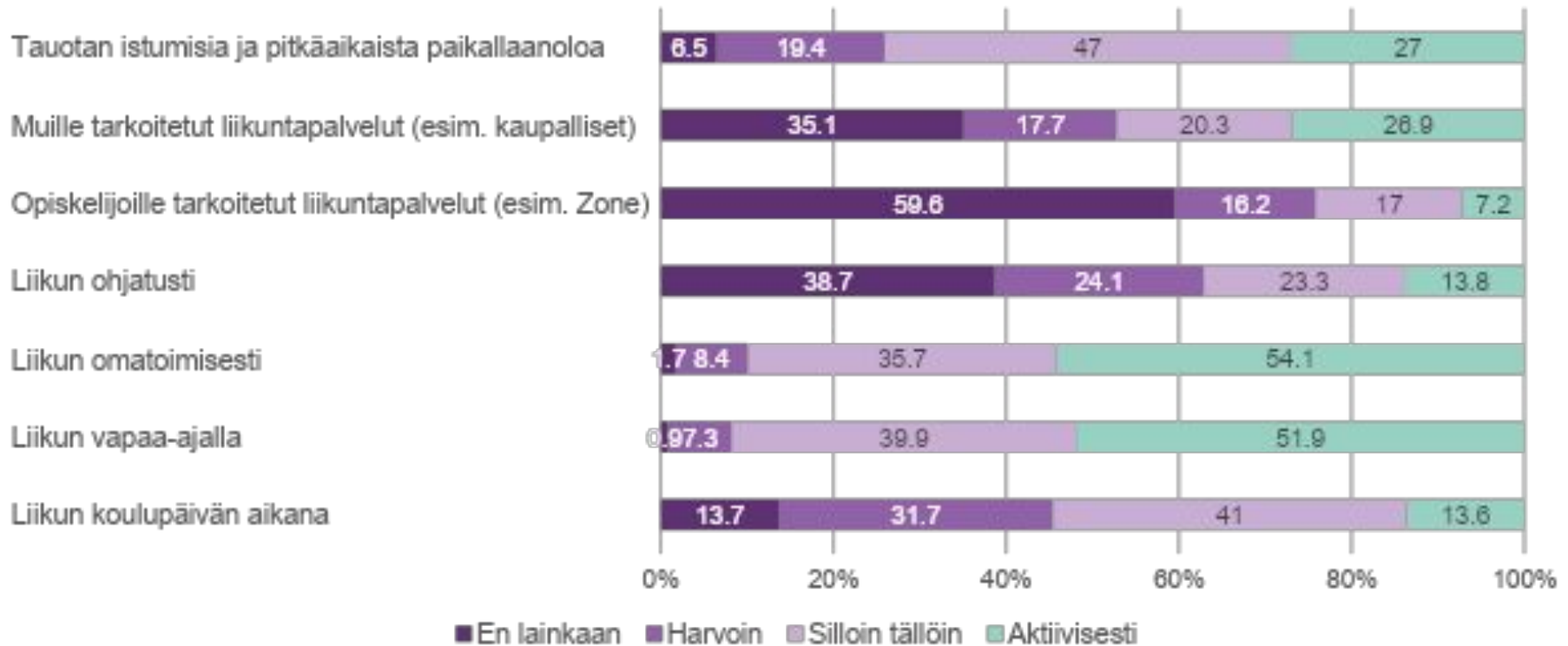
Miehet olivat naisia useammin aktiiviharrastajia

Aktiiviharrastajia oli suhteessa eniten Myllypurossa, Arabiassa silloin tällöin liikkujien osuus oli suurin

Liikunta-aktiivisuus kampuksilla



Liikkuminen

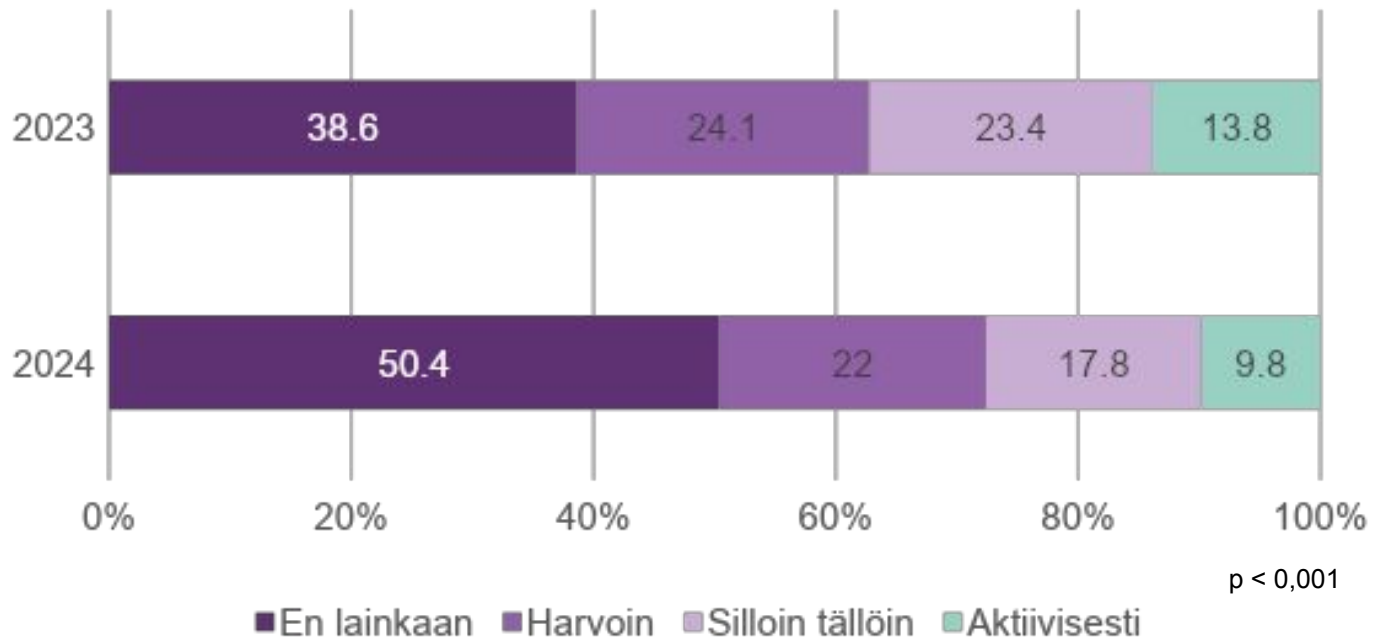


Vuoden 2023 tavoit:

- Liikkuminen painottui enemmän vapaa-ajalle kuin opiskelupäivän lomaan
- Omatoimisesti liikkuminen oli vastaajien kesken suosituimpaa kuin ohjattu liikkuminen ->
- Heijastui myös liikuntapalveluiden käyttöön



Ohjattu liikuminen eri vuosina

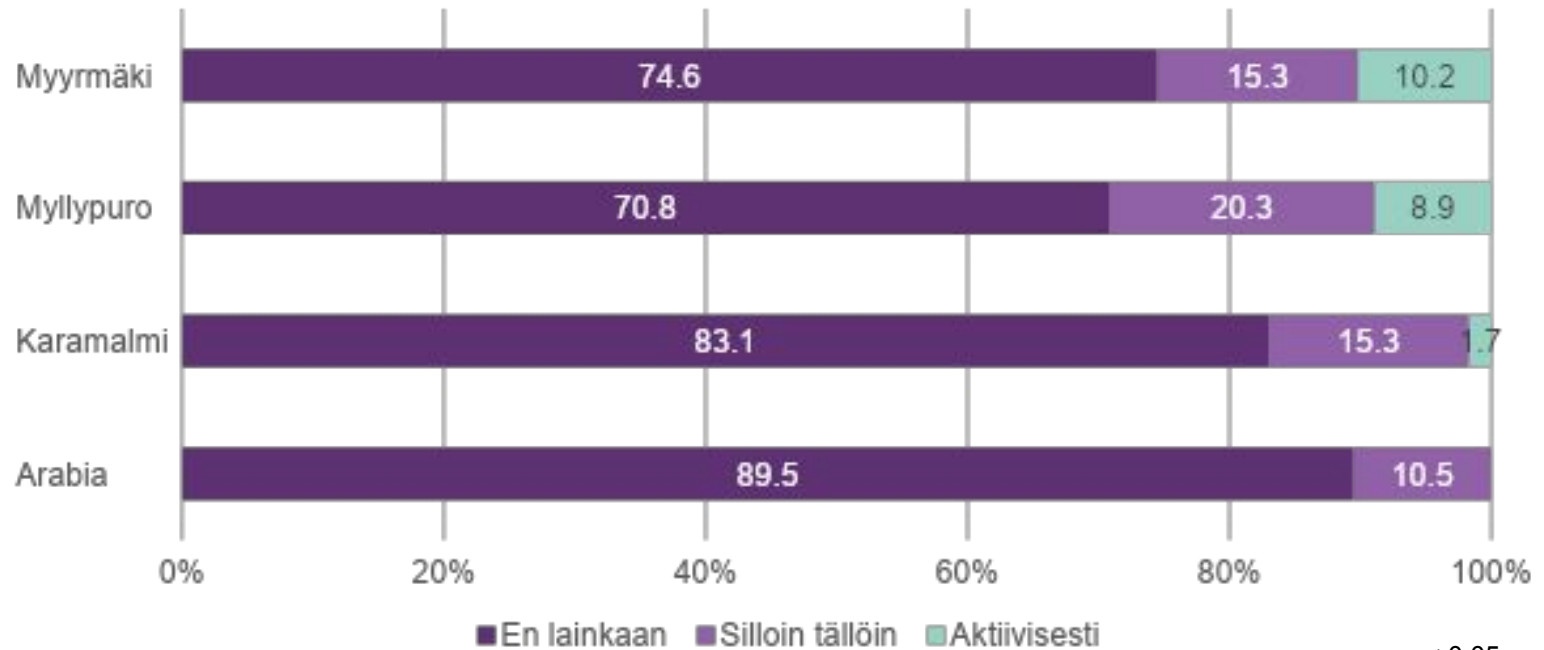


Ohjattu liikkuminen oli hieman suositumpaa vuonna 2024 kuin 2023, sen sijaan omatoimisessa liikkumisessa ei ollut til. merk. eroja

Ohjatun liikunnan harrastamisessa oli myös vähemmän vastaajaryhmien välisiä eroavaisuuksia vuonna 2024 kuin vuonna 2023



Opiskelijoille tarkoitetut liikuntapalvelut (esim. Zone)

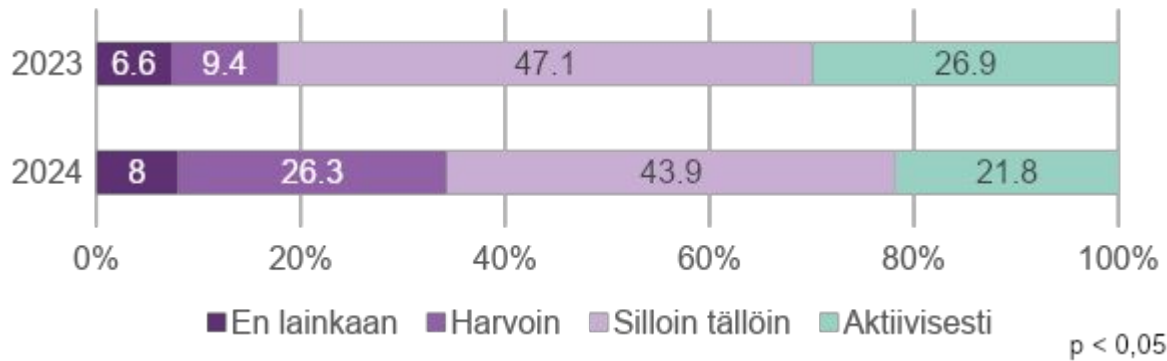


p < 0,05

- Opiskelijoiden aktiivisuus käyttää opiskelijoille tarkoitettuja liikuntapalveluita (esim. Zone) vaihteli kampusten välillä, sen sijaan til.merk. eroa ei ollut muille tarkoitettujen liikuntapalveluiden käytössä
- Liikuntapalveluiden käyttö oli sidoksissa erityisesti liikunnan harrastamiseen ja liikunta-aktiivisuuteen
- Verrattuna vuoteen 2023, opiskelijoille tarkoitettujen liikuntapalveluiden samoin kuin muille tarkoitettujen liikuntapalveluiden käyttö on hieman yleisempää – ei lainkaan käyttävien osuudet ovat hieman matalammat (70 % vs. 60 % ja 44 % vs. 35 %)

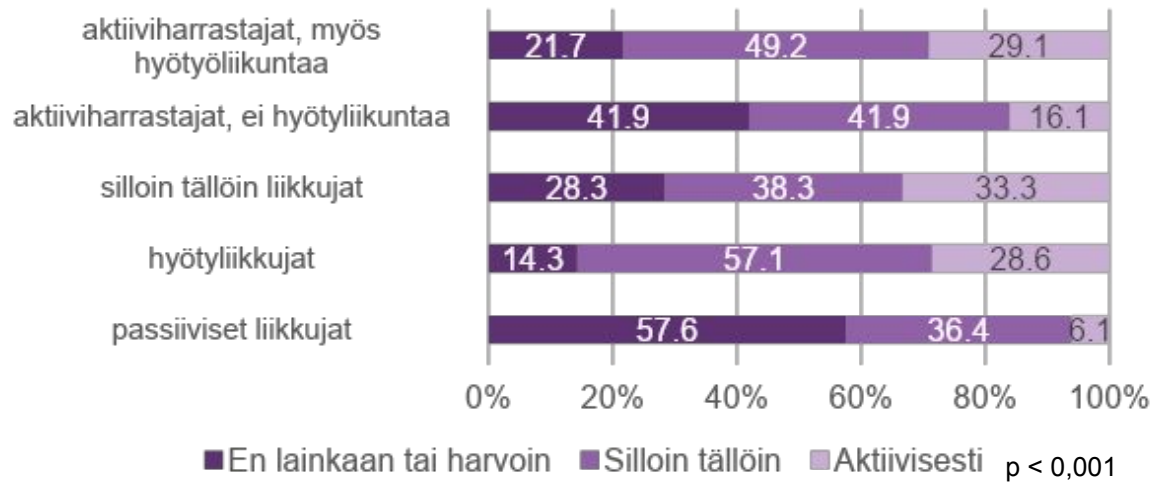


Istumisen ja pitkäaikaisen paikallaanolon tauottaminen, kyselyvuosi



Istumisen ja pitkäaikaisen paikallaanolon tauottaminen oli hieman yleisempää vuonna 2024 kuin vuonna 2023

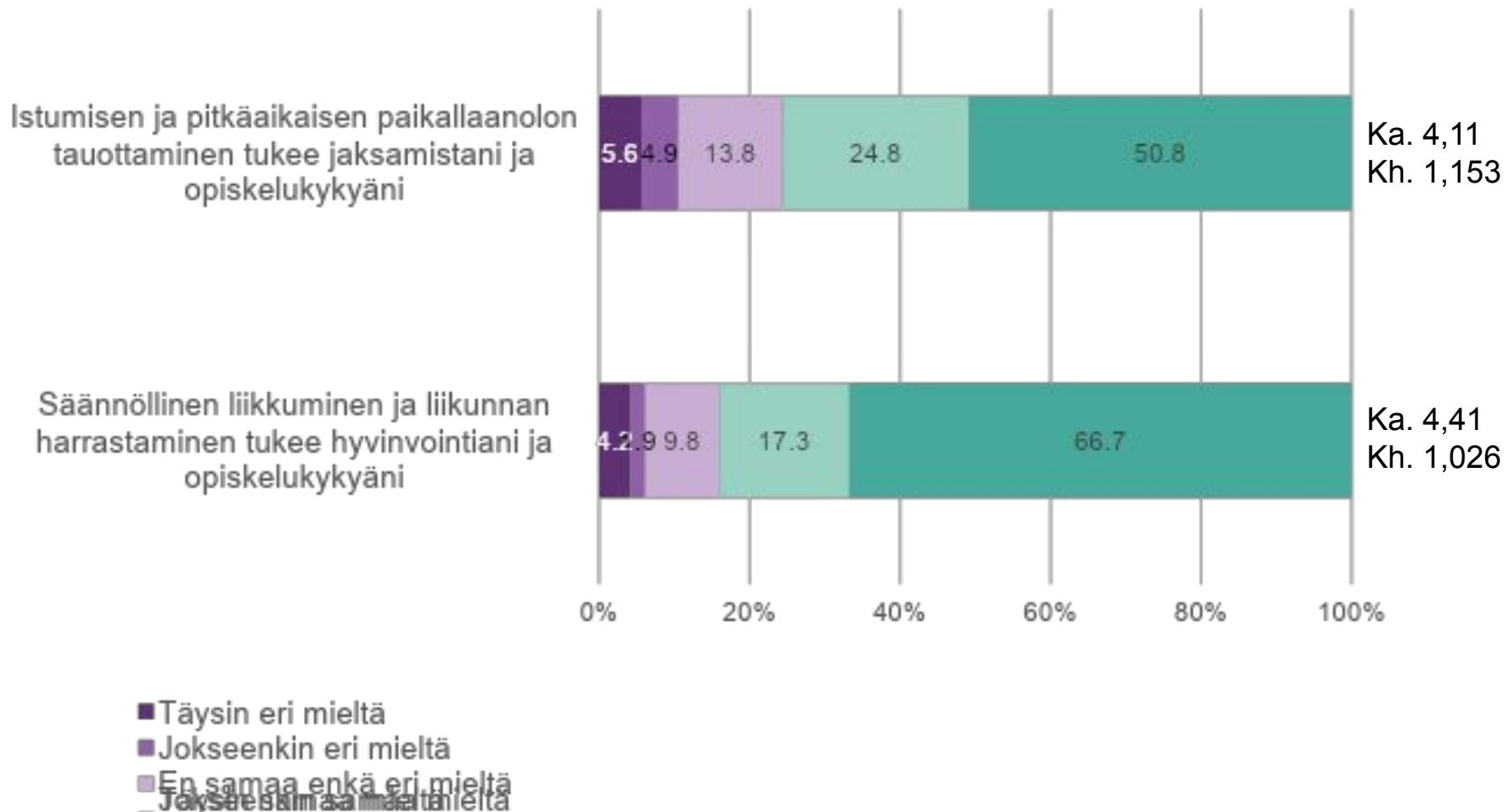
Istumisen ja pitkäaikaisen paikallaanolon tauottaminen, liikunta-aktiivisuus



Yhteistä vuosille oli se, että liikunta-aktiivisuus ja hyötyliikunnan harrastaminen olivat yhteydessä tauottamiseen



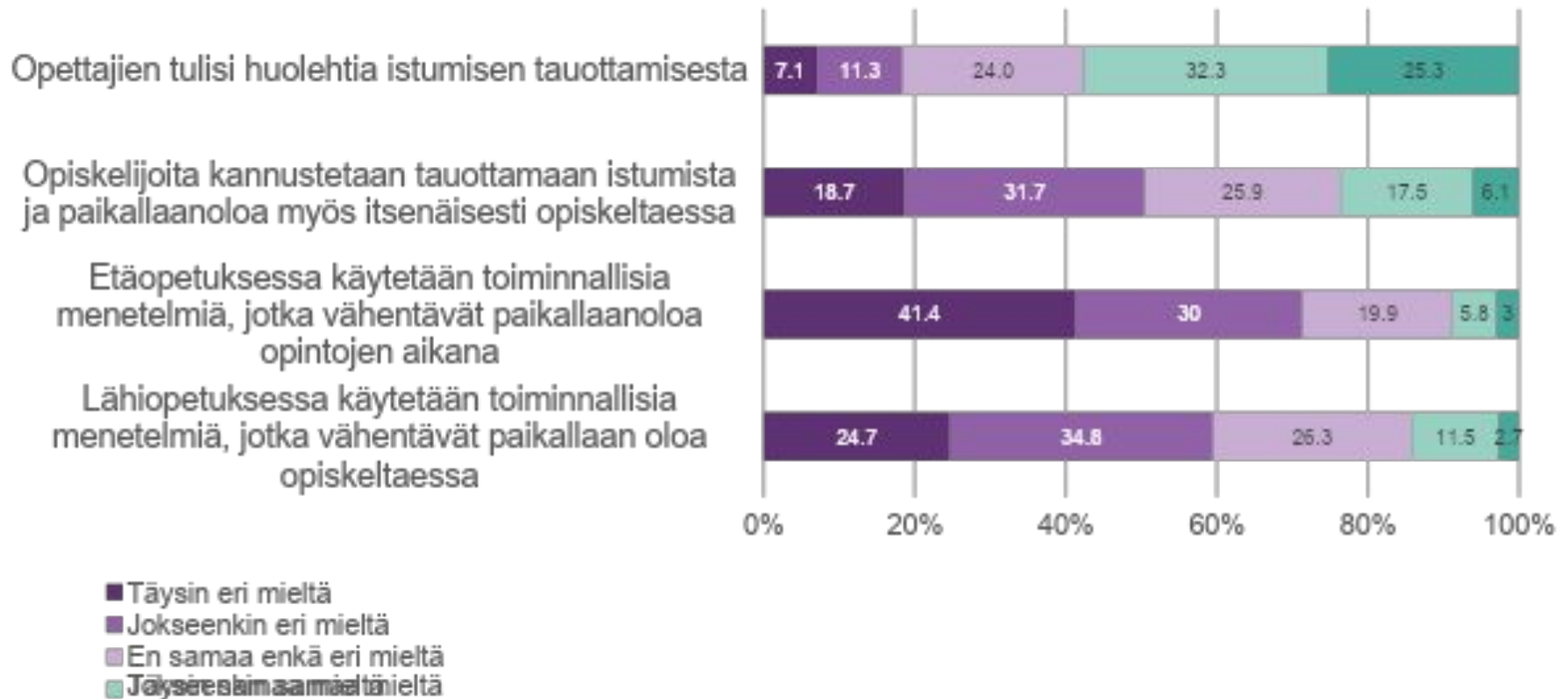
Säännöllisen liikkumisen ja istumisen tauottamisen hyödyt



Vastaukset vuonna 2024 yhtenäisemmät kuin vuonna 2023
– eroa voi selittää aineiston pienempi koko



Liikkumisen ja taukojen hyödyntäminen opetuksessa

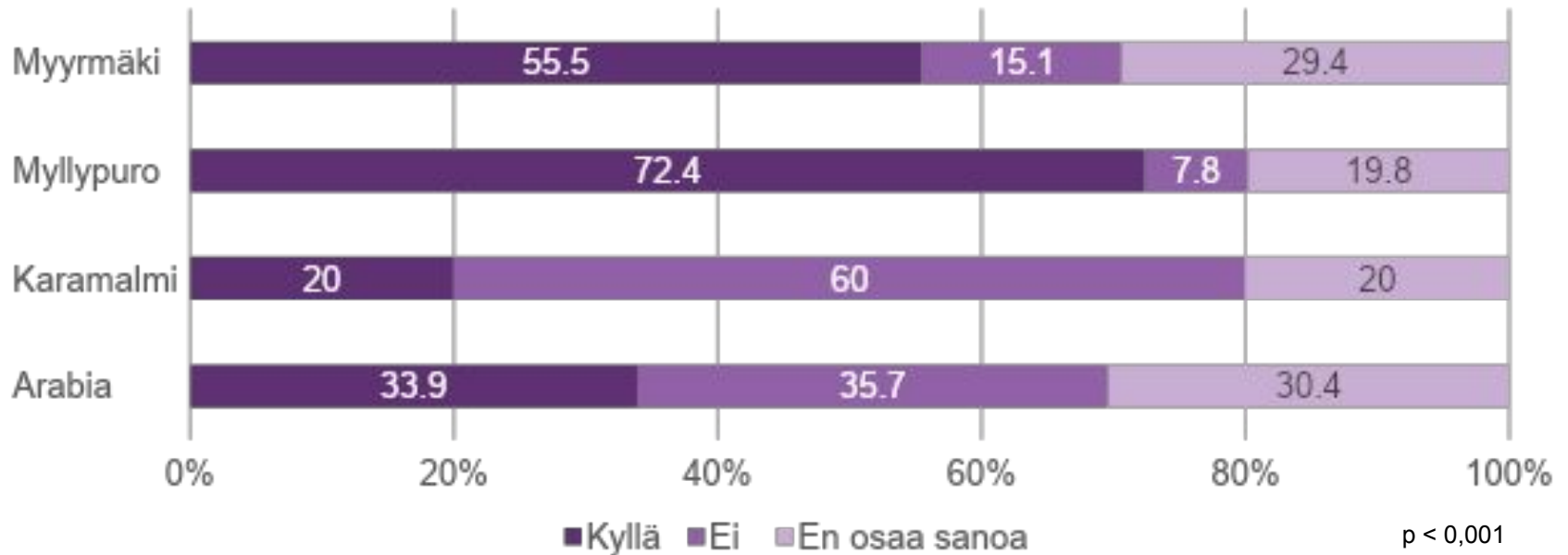


Vastaajien kesken oli vain harvoja eroavaisuuksia mielipiteissä. Eniten samaa mieltä oltiin siitä, että opettajilla on vastuu istumisen tauottamisesta. Eniten eri mieltä oltiin etäopetuksen toiminnallisista menetelmistä.

Vastausten perusteella tilanne ei ole näyttäisikään juurikaan muuttuneen eikä vuoteen 2023 verrattuna ilmennyt til. merk. eroja.

Kampusten liikuntatilat ja -palvelut

Kampuksen tilat tukevat fyysistä aktiivisuutta



Vuoden 2023 tavoin:

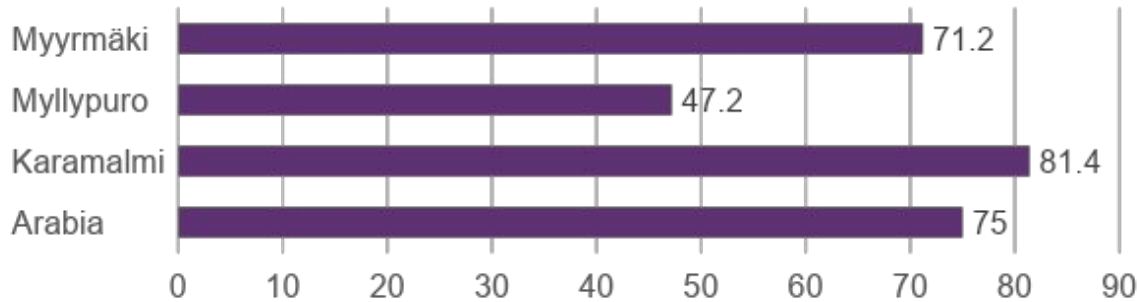
- Myllypuron kampus ajateltiin useimmin fyysistä aktiivisuutta tukevaksi, Karamalmi oli tältä osin heikoin kampus
- Liikunta-aktiivisuus ei ollut til. merk. yhteydessä ajatukseen tiloista fyysistä aktiivisuutta edistävinä

Sen sijaan vuonna 2024 sukupuolien välillä ei ollut til. merk. eroavaisuutta



Lähes kaksi kolmesta (62 %) vastanneista tiesi pöytäpeleistä, osuus suurempi kuin vuonna 2023 (54 %) ($p < 0,01$)

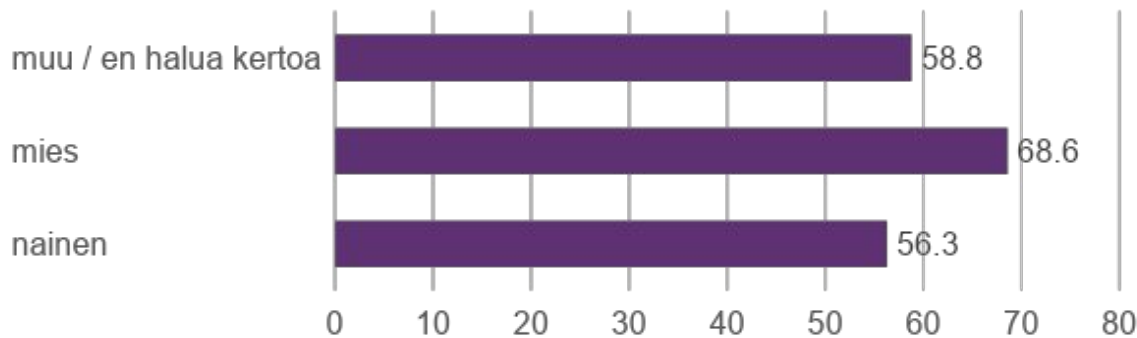
Tietää pöytäpeleistä, kampus (%)



Kampuskohtaiset erot säilyivät, vaikka huomioitiin binäärinen sukupuoli

$p < 0,001$

Tietää pöytäpeleistä, sukupuoli (%)



Eroja naisten ja miesten kesken tietämyksessä vain Arabian kampuksella, vuonna 2023 Myllypurossa

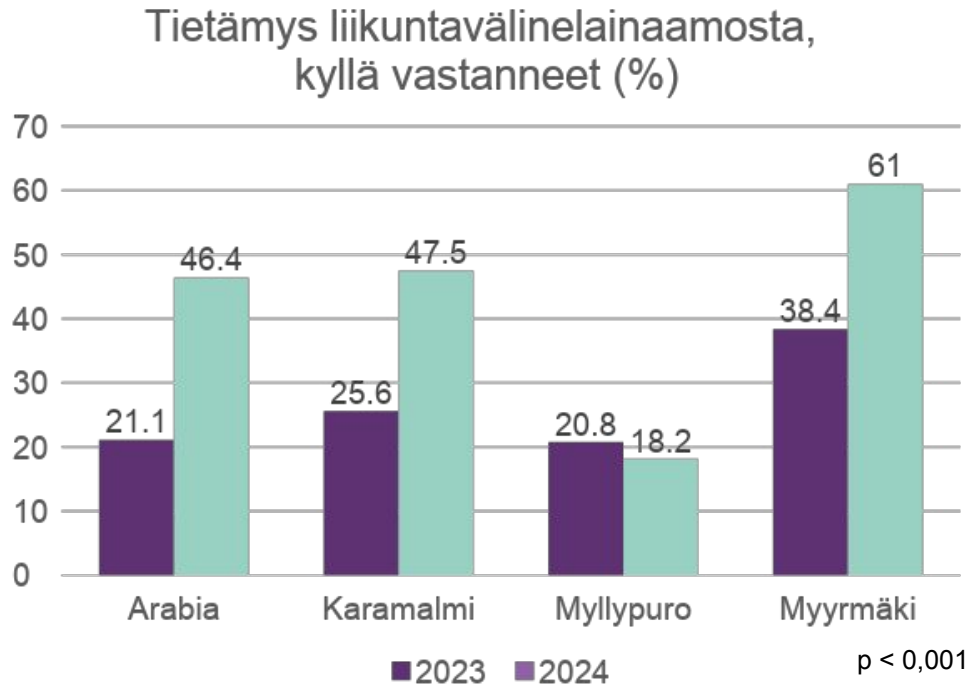
$p < 0,05$

Jos oli tiennyt pöytäpeleistä, niin

- puolet (51 %) oli pelannut pöytäpelejä
- miehet olivat pelanneet naisia useammin (62 % vs. 40 %) ($p < 0,001$)
- kampuksella ei ollut til. merk. yhteyttä toisin kuin vuonna 2023



Joka kolmas (38 %) vastanneista tiesi liikuntavälinelainaamoista, osuus oli suurempi kuin vuonna 2023 (27 %) ($p < 0,001$)



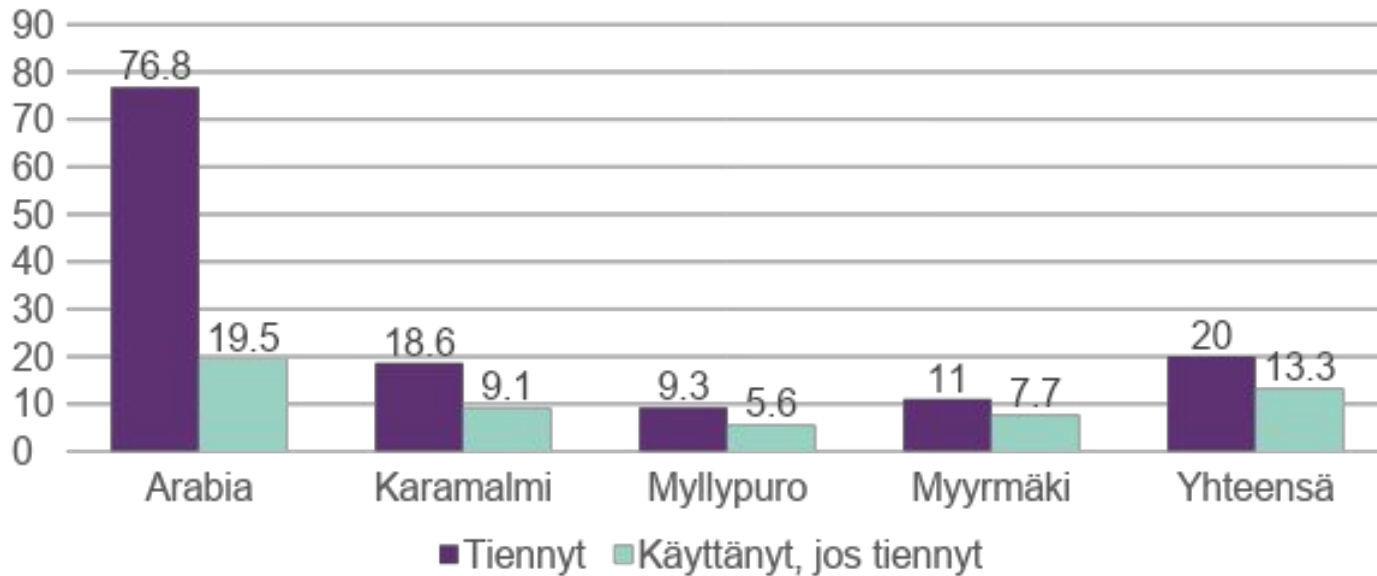
Myyrmäessä opiskelevilla paras tietämys, Myllypurossa vain viidennes tiesi palvelusta

Muilla kampuksilla osuudet olivat kasvaneet verrattuna vuoteen 2023

Vain 7,5 % lainaamoista tienneistä oli käyttänyt palvelua. Osuus samansuuruinen kuin vuoden 2023 kyselyssä.



Arabian joogatilan tietämys ja käyttö, %



Vuoteen 2023 verrattuna tietämys joogatilasta hieman suurempi (20 % vs. 16 %) ($p < 0,05$)

Käytössä ei til. merk. eroja

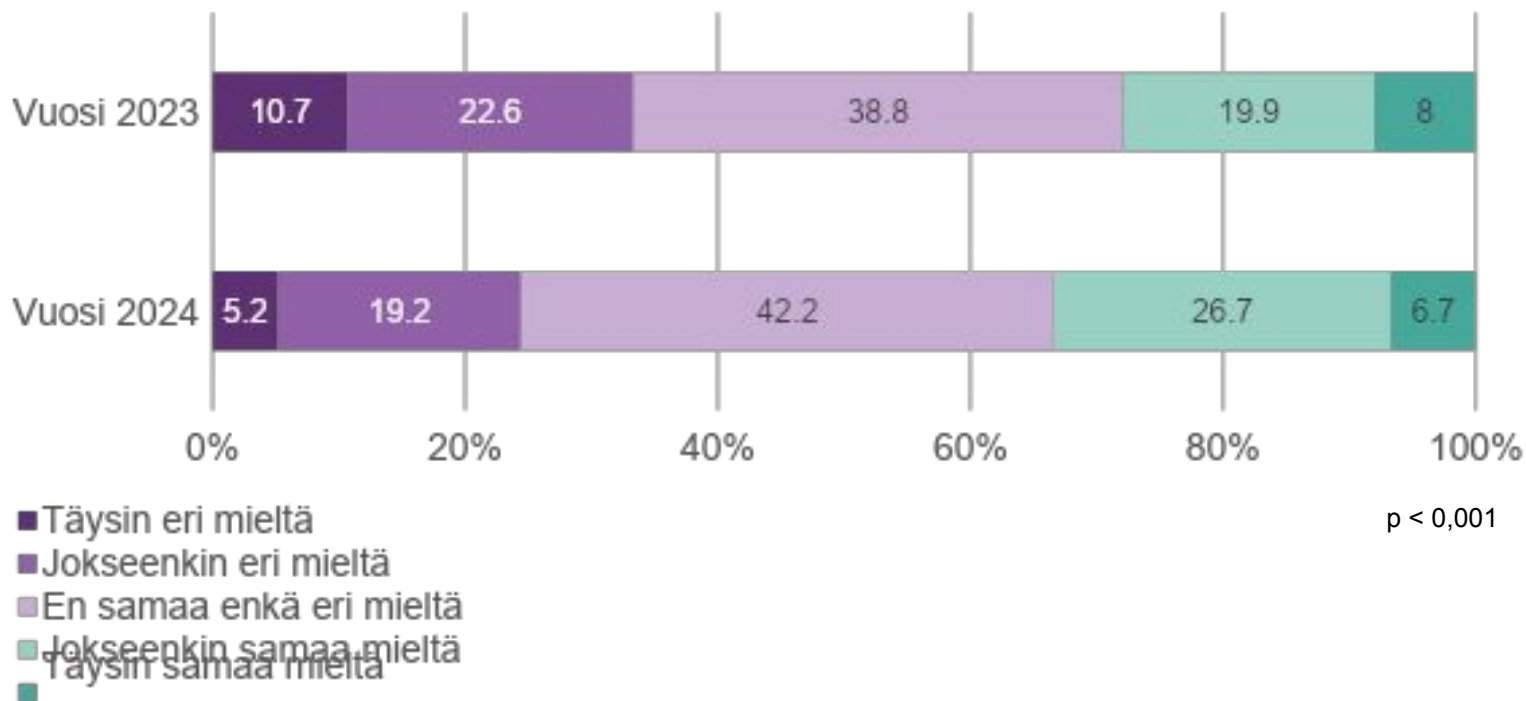
Arabian kampuksella:

- Erot ei til. merk., vuonna 2023 tienneiden osuus oli 66 %
- Vuosina 2023–2024 aloittaneet opiskelijat tiesivät joogatilasta hieman aiemmin aloittaneita useammin (90 % vs. 63 %) ($p < 0,05$)



Metropolian liikunnalliset tapahtumat

Metropoliassa on riittävästi liikunnallisia tapahtumia opiskelijoille



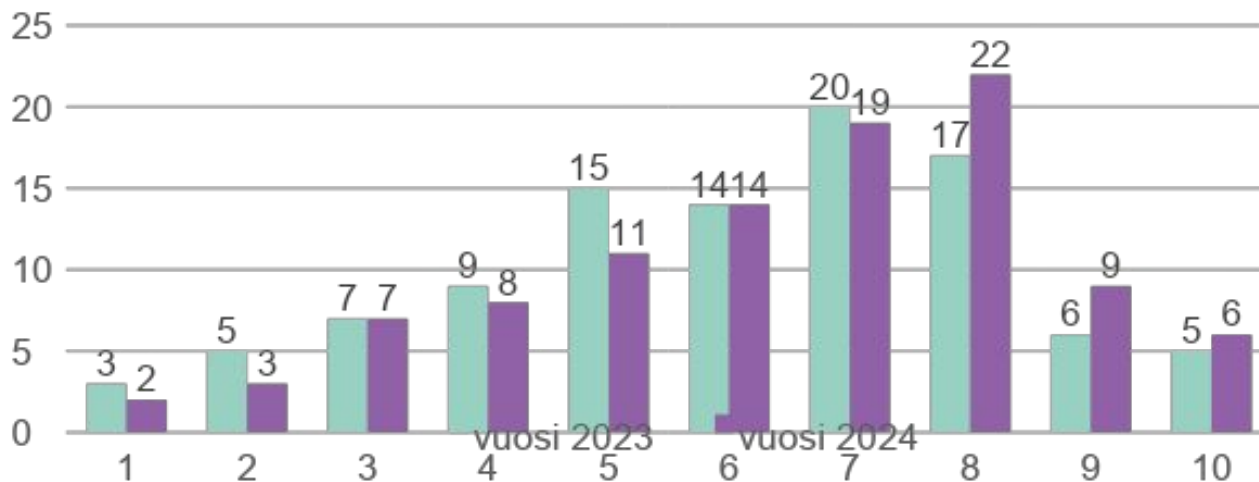
Liikunnallisten tapahtumien riittävyys jakoi vastaajia. Kuitenkaan ei til. merk. eroja vastaajaryhmien välillä.

Vuoden 2024 vastaajat olivat hieman useammin samaa mieltä liikunnallisten tapahtumien riittävydestä kuin vuoden 2023 vastaajat



Kokonaistyytyväisyys liikkumismahdollisuuksiin

Tyytyväisyys liikkumismahdollisuuksiin
Metropoliassa, %-osuus



Vuosi 2023:
ka. 6,07 ja kh. 2,18

Vuosi 2024:
ka. 6,42 ja kh. 2,16

($p < 0,001$)

Selvä enemmistö vastanneista oli kokonaisuudessaan tyytyväinen liikkumismahdollisuuksiin Metropoliassa. Myllypurossa (ka. 7,03) ja Metropoliassa (ka. 6,26) vastaajat olivat tyytyväisempiä kuin Arabiassa (ka. 5,51) tai Karamalmilla (ka. 5,61) ($p < 0,001$).

Tulos oli hyvin samanlainen kuin vuotta aiemmin, joskin vuoden 2024 vastaajat olivat keskimäärin hivenen tyytyväisempiä. Vastaajaryhmien välillä oli vuonna 2024 vähemmän til. merk. eroja kuin vuonna 2023