



SUOMALAINEN TIEDEAKATEMIA
FINNISH ACADEMY OF SCIENCE AND LETTERS
ACADEMIA SCIENTIARUM FENNICA

Tiedesparraus liikkumisen, liikunnan ja urheilun edistämisestä: Systemikuvaus

Systemikuvaus liikkumisen, liikunnan ja urheilun edistämisestä on tuotettu osana tiedeyhteistyötä, jonka tavoitteena on ollut valtion liikuntaneuvoston määrittelemän tietotarpeen mukaisesti **vahvistaa liikuntaneuvoston tulevaisuus- ja ennakointityön tietopohjaa** sekä **lisätä systemistä ymmärrystä** liikunnan, liikkumisen ja urheilun edistämisen taustalla vaikuttavista tekijöistä ja niiden vuorovaikutuksesta.

[Tiedesparraukseen](#) sisältyi Suomalaisen Tiedeakatemian fasilitoima työpaja, joka järjestettiin Kevan Helsinki-tilassa 11. helmikuuta 2025.

Tiedesparrauksen systemityöskentely on koostettu yhteen osoitteessa:

<https://tptiimi.kumu.io/liikkumisen-liikunnan-ja-urheilun-edistaminen?token=Eu4NpXLQIA99wccx>

Tämä dokumentti kokoa systemikuvausta koskevia selitteitä ja avaa tilannekuvassa käytettyjä käsitteitä.

Systemikuvaus on Suomalaisen Tiedeakatemian koostama. Suomalainen Tiedeakatemia fasilitoi työtä osana Jane ja Aatos Erkon säätiön rahoittamaa Ilmiökartta -hanketta.

Tiedesparrauksen työpajan osallistajat:

Outi Aarresola, Jyväskylän yliopisto
Katja Borodulin, Ikäinstituutti
Harri Helajärvi, Paavo Nurmi -keskus, Turun yliopisto
Kati Hyvärinen, Traficom
Jouni Kallio, Jyväskylän kaupunki
Katja Kokko, Jyväskylän yliopisto
Sami Kokko, Jyväskylän yliopisto
Minttu Korsberg, opetus- ja kulttuuriministeriö
Jari Lämsä, Huippu-urheilun instituutti KIHU
Miliza Malmelin, ympäristöministeriö
Toni Piispanen, valtion liikuntaneuvosto
Saku Rikala, valtion liikuntaneuvosto
Petri Tapio, Turun yliopisto
Riikka Turtiainen, Turun yliopisto

Systemikuvauksen keskeiset tekijät

Arkiliikunta on päivittäistä liikkumista paikasta toiseen. Se käsittää esimerkiksi työ- ja koulumatkat sekä arjen asioinnin. Muita arkiliikkumisen muotoja ovat esimerkiksi kotityöt, puutarhanhoito, koiran ulkoilutus sekä luontoon liittyvät aktiviteetit kuten marjastus ja metsästys. Kaikkiaan arkiliikkuminen on luonteva osa tavallista elämää eikä lisäsuoritus arjen keskellä.

Teknologinen kehitys on vähentänyt arkiliikunnan määrää, sillä se on tehnyt elämästä fyysisesti helpompaa esimerkiksi kotiinkuljetuspalvelujen myötä. Arkiliikkumisen edistämässä korostuu arjen ympäristöjen merkitys ja palvelujen saavutettavuus ilman autoa.

Omaehtoinen liikunta käsittää erilaisia vapaa-ajan liikuntamuotoja, joita harrastetaan virallisen ohjauksen tai organisaation ulkopuolella. Omaehtoinen liikunta tapahtuu yksilön omista lähtökohdista ja liikkuja itse päättää liikkumisestaan. Omaehtoista liikuntaa ovat esimerkiksi lenkkeily tai itseohjautuviin epävirallisiin liikuntaryhmiin osallistuminen.

Omaehtoisen liikunnan määrään ovat yhteydessä ihmisten liikkumistottumukset, jotka ovat usein pysyviä ominaisuuksia. Omaehtoisen liikunnan edistämässä on tärkeä kiinnittää huomiota liikuntapaikkojen saavutettavuuteen, ympäristön houkuttelevuuteen sekä fyysiseen- ja henkiseen turvallisuuteen.

Organisoitu liikunta on toimintaa, jota järjestävät seurat, yhdistykset ja kaupalliset toimijat. Vapaaehtoisten merkitys korostuu erityisesti organisoidun liikunnan kohdalla. Kuitenkin perinteisen seuratoiminnan ohella organisoitua liikuntaa harrastetaan yhä enemmän. Organisoitulla liikunnalla on vahva kulttuurinen ja yhteisöllinen merkitys.

Liikunnan olosuhteiden erikoistuminen, kuten sisähallien ja tekonurmien yleistyminen, on yhteydessä organisoidun liikunnan saavutettavuuteen. Esimerkiksi harrastusmatkat ovat pidentyneet ja kustannukset ovat kasvaneet.

Kilpaurheilu on tavoitteellista ja pitkäjänteistä toimintaa, jossa systemaattinen harjoittelu ja kilpailu ovat keskeisiä elementtejä. Kilpaurheilua harrastetaan pääosin urheiluseuroissa, mutta myös kasvavassa määrin kaupallisten toimijoiden järjestämissä kilpailuissa. Lasten ja nuorten urheilu on tärkeä osa-alue niin fyysisen aktiivisuuden kuin huippu-urheilun tulevaisuuden kannalta.

Kilpaurheilulajien lukumäärä kasvaa ja lajit eriytyvät toisistaan. Osa lajeista toimii kaupallisuuden ja ammattilaisuuden piirissä, mutta suurin osa säilyy pääosin vapaaehtoisten ylläpitämänä harrastetoimintana. Kuntien erilaiset suorat ja epäsuorat tuet urheilutoimintaan ja -tiloihin muodostavat perustan kolmannen sektorin urheilutoiminnalle.

Huippu-urheilu on kansainväliseen menestykseen tähtäävää toimintaa, johon voidaan laskea kuuluvaksi myös kansallisen tason ammattiurheilu. Huippu-urheilu koskettaa Suomessa melko rajattua joukkoa ihmisiä verrattuna liikunnan harrastajiin ja kilpaurheilijoihin. Kaupallisuuden ja ammattimaisuuden ohella

huippu-urheiluun liittyy yhä vahvemmin median kiinnostus, mikä erottaa sen kilpaurheilusta.

Huippu-urheilun toimintaympäristö on muuttunut globalisaation ja digitalisaation myötä, kun viihdearvon ja taloudellisten intressien merkitys on kasvanut. Markkinoiden merkitys huippu- ja ammattiurheilussa tulee kasvamaan edelleen ja haastamaan perinteisiä eurooppalaisia urheilumalleja. Huippu-urheiluun kohdistuu myös erilaisia uhkia, kuten doping, kilpailumanipulaatio ja korruptio, jotka voivat heikentää sen yhteiskunnallista arvostusta.

Systeemikuvauksen tasot: yksilö-, yhteisö- ja yhteiskuntatasot

Yksilötaso käsittää yksilön lähimmän sosiaalisen järjestelmän. Tämä on yksilön jokapäiväinen ympäristö, kuten koti, koululuokka tai läheinen kaveripiiri.

Yhteisötaso on laajempi sosiaalinen ympäristö, jossa tapahtuu vuorovaikutusta eri yksilötason ympäristöjen välillä. Tähän kuuluu esimerkiksi kodin ja työpaikan, tai koulun ja harrastusryhmien välinen yhteistyö ja kommunikaatio.

Yhteiskuntataso edustaa ympäröivää kulttuuria ja yhteiskuntaa kokonaisuutena. Tällä tasolla vaikuttavat esimerkiksi lait, yhteiskunnan arvot, poliittiset päätökset ja kulttuuriset normit. Se muodostaa kehyksen, joka vaikuttaa epäsuorasti kaikkien yksilöiden elämään.

Systeemikuvauksen tekijöiden luokittelu

Systeemikuvauksen tekijät ovat luokiteltu PESTEL¹ -luokittelua hyödyntäen. Luokittelu ei kuitenkaan huomioi yksilöllisiä tekijöitä, kuten persoonallisuutta. Näiden tekijöiden vaikutus heijastui kuitenkin vahvasti keskustelussa, joten päädyimme lisäämään luokitteluun myös yksilölliset tekijät.

Poliittinen: veropolitiikka; ympäristösäätely; kaupan rajoitukset ja uudistukset; tullit; poliittinen vakaus.

Taloudellinen: taloudellinen kasvu / taantuma; korko-, valuuttakurssi-, inflatio- ja palkkataso; minimipalkka; työajat; työttömyys; luottojen saatavuus; elinkustannukset.

Sosiokulttuurinen: kulttuuriset normit ja odotukset; terveystietoisuus; väestönkasvu ja ikäjakauma; työelämäasenteet; terveys; turvallisuus.

Teknologinen: uudet teknologiat ja niiden kehitys; robotiikka ja tekoäly.

Ekologinen: ilmastonmuutos; resurssikestävyys; eettinen kulutus; ympäristön tila.

¹ <https://www.sitra.fi/caset/peste/>

Lainsäädäntö: lainsäädännön muutokset, jotka vaikuttavat työllisyyteen, materiaalien saatavuuteen, kiintiöihin, resursseihin, tuontiin ja vientiin sekä verotukseen.

Yksilölliset tekijät: persoonallisuus; ikä; sosioekonominen asema; sosiodemografiset tekijät; terveys.