

## Perusraportti

### Kysely seuroille liikuntaluokkatoiminnasta

Vastaajien kokonaismäärä: 11

#### Yhteystietosi

Vastaajien määrä: 11

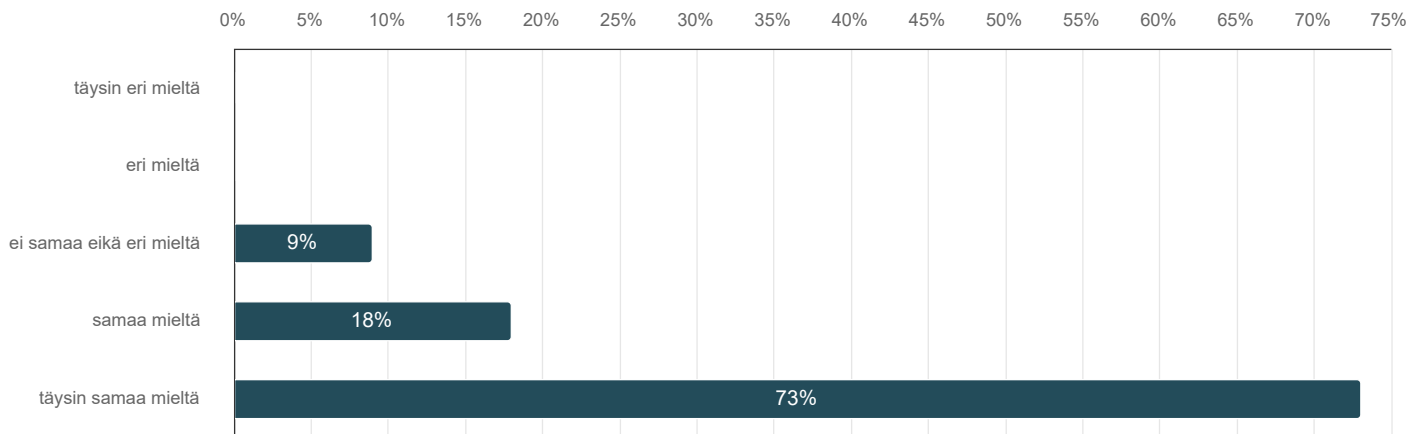
#### Kouluarvosanasi liikuntaluokkatoiminnalle seurasi näkökulmasta

Vastaajien määrä: 11

Minimiarvo	Maksimiarvo	Keskiarvo	Mediaani	Summa	Keskihajonta
7,0	10,0	9,0	9,0	108,0	1,0

#### Liikuntaluokkatoiminta on mielestäni tarpeellista

Vastaajien määrä: 11



	n	Prosentti
täysin eri mieltä	0	0,0%
eri mieltä	0	0,0%
ei samaa eikä eri mieltä	1	9,1%
samaa mieltä	2	18,2%
täysin samaa mieltä	8	72,7%

## Miten liikuntaluokkatoiminta tukee seuratoimintaa?

Vastaajien määrä: 11

Vastaukset
Pienillä seuroilla ei ole resursseja järjestää riittävästi ohjattuja harjoituksia urheilijan ammattia tavoitteville. Tärkeä lisä urheilijoille
Liikuntaluokkatoiminta mahdollistaa urheilijoille lisää ohjattuja harjoituksia viikkoon, sekä opettaa nuorille urheilijoille urheilijan rytmitystä aamuharjoituksilla!
Liikuntaluokalle päässeet ovat esikuvia nuoremmille seuran urheilijoille, jotka haaveilevat samasta mahdollisuudesta. Nuoret saavat lisää intoa, se tarttuu kavereihin, ja seuraan tulee uusia harrastajia. Tärkeintä tässä: lasten ja nuorten liikkuminen ja harrastaminen lisääntyy. Myös kaikenlainen yhteistyö tukee tämän kokoisessa paikassa jokaista osapuolta.
Kaikki liikkuminen edistää nuoren urheilijan polkua
Kaikki liikkuminen edistää nuoren urheilijan polkua
Valmennettavat saavat sieltä peruskuntoa sekä lihaskuntoa joten harjoituksissa voi keskittyä pääosin lajiharjoitteluun.
Liikuntaluokkatoiminta tukee seuratoimintaa tarjoamalla nuorille mahdollisuuden kehittää urheilullisia taitojaan ja fyysistä kuntoaan, mikä parantaa heidän valmiuksiaan osallistua seuraharjoituksiin ja kilpaurheiluun. Toiminta kasvattaa motivaatiota liikuntaan, auttaa löytämään uusia harrastajia seuroihin ja vahvistaa koulun ja urheiluseurojen välistä yhteistyötä, mikä edistää koko paikallista urheilukulttuuria.
Yleinen liikkuminen ja monipuolinen toiminta - tämä tosin oletama aiempien vuosien perusteella, sillä toiminnasta ei juuri ole kerrottu seuroille (tai ainakaan itse en ole tietoinen).
Se takaa niille, jotka tähtäävät korkealle paremmat mahdollisuudet harjoitella ja silloin seuratoimintaa on helpompi organisoida, kun seuran sisällä kaikkia voidaan harjoitusmäärien osalta kohdella tasapuolisemmin.
Antaa tietenkin lisää treeniaikaa
Mahdollistaa oheisharjoittelun lajiharjoittelun rinnalla. Tosin ei hajuakaan mitä liikuntaluokan treeneissä tehdään

## Miten liikuntaluokkatoiminta mielestäsi tukee nuoria urheilijoita?

Vastaajien määrä: 11

Vastaukset
Kolmessa vuodessa pystytään opettamaan urheilijan elämäntapa. Fyysisen merkityksen lisäksi ei pidä unohtaa tärkeintä eli psykologista vaikutusta.
Liikuntaluokkatoiminta tukee nuorten monipuolista liikkumista ja kannustaa liikkumaan.
Luokalla on samanhenkisiä, urheilevia nuoria, joilla tavoitteet korkealla. Tämä motivoi ja yhdistää heitä. Koulun treenit ovat osa treenikokonaisuutta. Liikuntaluokalla olevat ovat tavoitteellisesti urheilevia, joten heidän kokonaisliikuntamäärää saadaan myös nostettua. Toki treenejä on omastakin takaa, mutta monipuolinen liikunta ja paljon liikkumista nuorena, on yksi tekijä matkalla kohti urheilijan tavoitteita. Urheilijaksi kasvetaan. Samanhenkinen porukka ympärillä auttaa tässä kasvussa. Kannatan ehdottomasti liikuntaluokan jatkoa tulevina vuosina. Tämä on yksi Karkkilan valttikorteista tarjota tällaista mahdollisuutta.
Nuoren urheilijan keskimääräinen liikkumisen tarve on noin 25h/vko jos meinaa kasvaa urhelijaksi
Nuoren urheilijan keskimääräinen liikkumisen tarve on noin 25h/vko jos meinaa kasvaa urhelijaksi
Pääsevät pikkaisen käsitykseen urheilijan elämästä
Liikuntaluokkatoiminta tukee nuoria urheilijoita tarjoamalla heille mahdollisuuden yhdistää koulunkäyntiä ja tavoitteellinen harjoittelu, mikä helpottaa ajankäytön hallintaa ja vähentää kuormitusta. Se luo puitteet monipuoliselle fyysiselle kehitykselle, lajitaidoille ja urheilulliselle elämäntavalle, samalla tarjoten tukea motivaation ylläpitämiseen sekä henkiseen kasvuun niin urheilussa kuin koulussa.
Toivottavasti siten, että oppivat monipuolisen liikkumisen merkityksen ja antaa välineitä tehdä urheilua itsenäisesti. Sekä tuo kaivattua liikuntaa enemmän arkeen ja helpottaa itse lajisuorittamista.
Se antaa valmiuksia harjoitella myöhemmässä vaiheessa "oikeasti" kovaa. Kun harjoittelu ja koulu yhdistetään, niin se helpottaa sekä koulunkäyntiä että harjoittelua.
Auttaa urheilullisten elämäntapojen omaksumisessa
Mahdollistaa lisäharjoittelun

## Miten kehittäisit liikuntaluokkatoimintaa?

Vastaajien määrä: 11

### Vastaukset

Ottaisin seurojen valmennuspäälliköt mukaan luokan valintaprosessiin sekä harjoitussisällön kehittämiseen. Heillä on paras tietämys urheilijoiden tarpeista. Lisäksi fysioterapeutin mukanaolo urheilijoiden tarpeiden kartoituksessa ja ohjaamisessa toisi melkoisesti lisäarvoa. Tavoitteena kolmessa vuodessa oppia että urheilija on itse vastuussa omasta kropastaan.

Kehittäisin liikuntaluokkatoimintaa niin, että urheiluseurat olisi mukana toiminnassa! Sekä urheilijoiden valinnassa, että harjoitusten suunnittelussa.

Periaatteessa liikuntaluokalle voi päästä, vaikka lapsi ei olisi tavoitteellisesti urheilleva, sillä vain testit ratkaisevat. Mutta ymmärrän, näin on selkeä vetää raja, kuka pääsee ja kuka ei. Mutta, pitäisikö jollain tapaa selvittää myös taustat: kauanko urheilut, motivaatio, todellinen tavoitteellisuus, tulostaso.. (tai näitähän hakemuksessa kysytään, mutta ilmeisesti niillä ei merkitystä). Tämä siis vain ajatus.

Tähän en osaa vastata koska en tiedä tarkkaan luokan liikunnan sisällöstä juuri mitään

Tähän en osaa vastata koska en tiedä tarkkaan luokan liikunnan sisällöstä juuri mitään

Enemmän oman lajin oheistreenejä.

Kehittäisin liikuntaluokkatoimintaa lisäämällä yhteistyötä paikallisten urheiluseurojen kanssa, jotta harjoitukset tukisivat entistä paremmin lajikohtaista kehittymistä. Lisäksi panostaisin monipuolisuuteen tarjoamalla eri lajien kokeilumahdollisuuksia sekä lisäämällä valmennuksellista tukea, kuten ravinto- ja palautumisopetusta. Myös yksilöllisen harjoittelun ja koulutuksen joustavaa yhdistämistä voisi kehittää, jotta nuorten kokonaiskuormitus pysyisi hallittuna.

Liikuntaluokkaröinnasta voisi avoimesti kertoa sen sisällöstä, sisäänpääsyn kriteereistä sekä ottaisin mukaan eri lajien edustajia, jotka voisivat antaa oman näkemyksen mitä kaipaisivat liikuntaluokan sisältöön laji- tai yleistekemisen osalta.

Minusta liikuntaluokan kokoa voisi kasvattaa vastaamaan yhtä normaalia koululuokkaa. Se alentaisi kustannuksia. Lisäksi olisi hienoa, jos lukujärjestyksessä olisi yksi lisäkerta harjoittelua viikossa siten, että seurat voisivat järjestää omien resurssiensa mukaa lajiharjoittelua sille tunnille. Liikuntaluokkatoimintaa pitäisi myös jalostaa kattamaan lukio. Minulla on tähän ajatuksia, jotka olisi kaupungille lähes ilmaisia ja mielelläni niistä keskustelisin.

Nyt on luokalla kolme tyttöä. Parittomuus on iso ongelma varsinkin nimenomaan liikuntaluokan urheilutulleilla.

Liikuntaluokallehan pääsevät kaikki, jotka läpäisevät pääsykokeen. Eli ei siellä on myös nuoria, jotka eivät välttämättä harrasta kovinkaan aktiivisesti mitään. Eli valinnassa pitäisi korostaa sitä, että oikeasti harrastaa jotain lajia aktiivisesti/tavoitteellisesti

## Vapaa sana

Vastaajien määrä: 7

### Vastaukset

Olen tarjonnut ulkopuolista rahoitusta luokan toimintaan, mutta en ole saanut vastakaikua ehdotukselle. Jos luokan lopetuksella saadaan aikaan säästöjä, se olisi helppo korvata ulkopuolisella rahoituksella jos siihen vain suostuttaisiin. Jotenkin pidän outona että tätä kyselyä ei lähetetty meikäläiselle. Olen Vaplan jäsen ja liikuntaluokan rakentanut Jormalaisen Arton kanssa. Hyvä että nyt. Pääsin vastaamaan. Tästä puuttuu vielä melkoisesti ajatuksia, mitä tämän kehittämiseksi voisi tehdä, jos vain niin halutaan. Olen jo tähän uhrannut muutaman sata talkootyötuntia, ja mielerläni uhraan lisää, jos vaan annetaan.

Liikuntaluokkatoiminta pitää säilyttää tulevaisuudessakin! Kun se on saatu käyntiin, olisi se sääli ja surkeus, jos se yhtäkkiä loppuu ja kaikki työ valuisi hukkaan. Luoko säästötoimenpiteet liikuntaluokan jatkolle paineita? Jos, olisi mielenkiintoista nähdä, mitkä ovat todelliset säästöt. Älkää säästäkö tässä. Ollaan ylpeitä, että meillä on Karkkilassa liikuntaluokka - jatkossakin!

Liikunnan tarve (luokka)lapsille ja nuorille urheilijan alueille on ehdoton edellytys terveeseen elämään ja uraan jopa huippu urheiliaksi

Liikunnan tarve (luokka)lapsille ja nuorille urheilijan alueille on ehdoton edellytys terveeseen elämään ja uraan jopa huippu urheiliaksi

Urheilijoiden valmentajat olisi hyvä ottaa mukaan suunnittelemaan oheisharjoitteita ja tutustumaan liikuntaluokkatoimintaan.

Liikuntaluokka tarjoaa oppilaille tärkeän mahdollisuuden kuulua ryhmään, jossa jaetaan yhteinen kiinnostus liikuntaan ja hyvinvointiin. Se luo ympäristön, jossa nuoret voivat kasvaa itsevarmoiksi, oppia yhteistyötaitoja ja kokea onnistumisen elämyksiä. Liikuntaluokka tuo koulun arkeen elinvoimaa ja iloa Sen tarjoamat kokemukset voivat jättää pysyvän positiivisen vaikutuksen nuorten elämään. Tällaiset mahdollisuudet ovat korvaamattomia nuorten kasvun ja kehityksen kannalta.

On ihan poikkeuksellisen hienoa, että meillä on suht pienillä resursseilla pystytty käynnistämään tällainen luokka. Minusta on hieman "hölmöä", että tätä ei tuoda enempää esiin esimerkiksi kaupungin markkinoinnissa. Monet haluavat tarjota lapsilleen laadukasta valmennusta sekä mahdollistaa koulun ja harrastuksen yhdistämiseen.