

Tšekin tasavallan liikuntakulttuuri

A l e š S e k o t

Tšekkiläinen yhteiskunta on kokenut suuria muutoksia 1960-luvulta alkaen. Muiden eurooppalaisten valtioiden tavoin Tšekin tasavalta on muuttunut teollisesta yhteiskunnasta tietoyhteiskunnaksi. Työelämän uudistukset ovat määrittäneet uusiksi miesten ja naisten taloudellisia ja sosiaalisia rooleja. Murroksella on ollut vaikutuksensa myös kansalaisten terveyteen sekä liikuntaan ja urheiluun liittyviin asenteisiin. Sosialistisen järjestelmän murtumisen myötä koettujen poliittisten ja taloudellisten muutosten seurauksena kaikkia yhteiskunnan osa-alueita on jouduttu järjestelemään uudelleen. Tämä prosessi on ulottunut myös julkishallintoon, jonka vastuulla on monien muiden asioiden ohella myös liikunta. Julkishallinnon suuret uudistukset alkoivat 1990-luvun alussa ja kulminoituivat vuosiin 2000–2002.

Uudistusten myötä paikallistason julkishallinto on alkanut toimia demokraattisen kansalaisyhteiskunnan tukijalkana. Julkishallinnon käytäntöjä on myös alettu tutkia tieteellisesti, jotta voitaisiin tuottaa teoreettista tietoa uusien hallinnollisten prosessien tukemiseksi. Suuria uudistuksia on tehty myös liikuntapolitiikassa, jolloin etenkin julkisen liikuntasektorin tehtäviä

on organisoitu aivan uusista lähtökohdista.

Myös liikunnan ja julkisen sektorin tutkimuksessa on tehty uusia avauksia. Jotta voidaan lisätä tietoa liikunnan ja urheilun nykyisestä asemasta Tšekin tasavallassa, on ollut perusteltua tutkia kuntapäätäjien linjausten yhteyksiä liikunnan eri tasoihin – selvittää, millaisia muutoksia on tapahtunut ja millaisen aseman urheilu ja liikunta ovat saavuttaneet tšekkiläisessä julkishallinnossa. Tutkimustietoa voidaan hyödyntää liikunta-toiminnan sosiaalista merkitystä ja alueellisia vaikutuksia koskevassa keskustelussa.

Tšekin hallinnon ja liikuntakulttuurin murroksessa kuluneen kahden vuosikymmenen aikana on ollut havaittavissa paljon erityispiirteitä. Valtion alueellinen rakenne muuttui, kun entiset hallinnolliset alueet irrotettiin toisistaan. Uudessa rakenteessa ainoastaan kunnille tarjottiin itsehallinnollinen asema. Muilla tasoilla turvauduttiin valtionhallintoon, ja samat rakenteet jatkoivat toimintaansa vielä silloinkin, kun Tšekkoslovakia jakaantui Tšekin ja Slovakian tasavalloiksi.

Tšekkoslovakian yhtenäinen liikuntajärjestö hajosi vuonna 1989. Kaikki liikuntajärjestöt, liitot ja urheiluseurat, jotka olivat olleet sen jäseniä ja joita oli johdettu suoraan organisaation sisältä, itsenäistyivät, ja niistä tuli oikeussubjekteja. Lisäksi ne suuret järjestöt, jotka oli hajotettu toisen maailmansodan jälkeen – esimerkiksi Sokol – ja joiden piti siirtää omaisuutensa ja toimintansa Tšekkoslovakian liikuntajärjestön alaisuuteen 1950-luvun lopussa, aloittivat toimintansa uudelleen. Vapaaehtoissektori alkoi muotoutua monien läntisen Euroopan maiden kaltaiseksi. Tällainenhan se oli ollut jo vanhassa

Tšekkoslovakiassa ennen vuotta 1948. Uusista liikunnan toimijoista tuli siten ei-valtiollisia, voittoa tavoittelemattomia ja itsenäisiä vapaaehtoissektorin oikeussubjektin aseman omaavia toimijoita.

Liikuntajärjestöjen uudelleen organisoitumisen seurauksena 1990-luvun alusta alkaen syntyi tarve ratkoa monia järjestöjen toimintoihin liittyviä ongelmia. Samalla oli määritettävä uudelleen liikuntajärjestöjen asema osana yhteiskuntaa. Alkuvaiheessa ei ollut olemassa sääntöjä, jotka olisivat määritelleet valtion ja sen elinten tehtävää liikunnan tukemisessa – siitäkin huolimatta, että maassa toimi jo kasvatusta-, nuoris- ja liikuntaministeriö. Vähitellen neuvoa antavat elimet ja julkishallinnolliset yksiköt alkoivat vastata muun muassa tiedotuksesta, kuntoliikunnasta ja liikuntatutkimuksesta. Lähtökohtaisesti liikuntaa eivät säädelleet mitkään lait edes kunnallisella tasolla. Kunnat saivat itse määritellä, millaisiin toimiin ne ryhtyivät liikunnan suhteen.

Vähitellen monet, pääasiassa suuret, kunnat alkoivat ymmärtää liikunnan tärkeyden ja rakensivat omat liikunnan tukemisen käytännöt. Valtio ei ollut osallisena näissä aloitteissa ennen kuin sosiaalipolitiikka vasemmistolaistui vuonna 1998. Valtiollisten säädösten valmistelutyö aloitettiin arvioimalla liikunnan tilaa sekä laatimalla suosituksia kansallisen liikuntapolitiikan tueksi. Ensimmäisiä toimenpiteitä olivat kansallisen urheilun edustusjärjestelmän täytäntöönpano ja nuorten lahjakkaiden urheilijoiden sekä kuntoliikunnan tukeminen. Vapaaehtoissektori etsi yhteistyökumppaneita omista riveistään. Samalla vapaaehtoissektorista tuli yksi aktiiviteettien osapuoli. Toiminta liittyi osaksi Tšekin EU-jäsenyyskehityksen valmistelua ja julkisen hallinnon uudelleen muokkaamista. Keskeisimpinä linjauksina sisäministeriön ohjeistamassa (1999) uudistustyössä oli pyrkimys päästä eroon raskaasta keskittämisestä ja riittämättömistä hallinnon tasoista, joilla olisi voitu mahdollistaa läheisyysperiaate (Slepičková & Staněk, 2007). Käsitteiden kehittymättömyys on edelleen este vapaa-ajan liikunnan ja huippu-urheilun välisen suhteen määrittelylle.

Euroopan unioniin hakeutumisen ohessa syntyi hallinnollinen rakenne, jossa valtio käyttää korkeinta hallintovaltaa. Alueet ovat yhdistelmiä valtionhallinnosta ja julkisesta hallinnosta, ja kunnilla on itsehallinto omissa asioissaan. Läheisyysperiaatteen hengessä kolmannen sektorin liikuntajärjestöt saivat hyvin itsenäisen aseman. Kolmannen sektorin toimijat omistavat esimerkiksi Tšekin suurimman vedonlyöntitoimiston SAZKAN. Liikunta ei sisälly lakeihin, jotka säätelevät alueita ja kuntia, vaan se on pelkästään mainittu yhtenä osa-alueena, jota kunnat voivat toiminnassaan käsitellä. Tämän seurauksena on käynnistynyt useita tutkimusprojekteja, joissa tarkastellaan julkista hallintoa ja liikuntaa (esim. Slepičková 2000 ja 2001).

Linjauksia ja arviointeja

Kunnallista liikuntatoimea tarkasteltaessa on huomattava, että kunnissa toimii sekä vapaaehtoisia liikuntajärjestöjä että yksityisen sektorin toimijoita. Kaupunkirakenteen uudistuminen vaikuttaa voimakkaasti Tšekin tasavallan kuntoliikuntaan. Uusien hallintorakennusten ja ostoskeskusten yhteyteen ja lähistöön on rakennettu kuntosaleja, pyöräilyreitit, rullaluistelurataja, beach volley -kenttiä ja golfkenttiä. Vastuu liikuntatoiminnan päätöksentekosta ja arvioinnista on yleensä delegoitu kunnalliselle opetuksen ja kulttuurin osastolle, jossa työskentelee yksi erikoistunut henkilö, joka vastaa liikuntatoimesta kunnallisten liikuntatilojen kunnossapidosta huolehtivalle ympäristöosastolle. Kunnat tukevat liikuntajärjestöjä avustuksilla ja myöntämällä niiden käyttöön koulujen liikuntatiloja, joskin kunnittain käytännöt vaihtelevat suuresti. Myös yksittäisiä tapahtumia saatetaan sponsoroida. Yleisesti ottaen kuntia kehoitetaan tukemaan laajasti kaikenlaisia liikuntamuotoja.

Kunnallisen tuen kohdentamisen kriteereitä ei ole määritelty tarkasti. Tuesta päättävä toimikunta vastaa myös kulttuurin ja muiden vapaa-ajan toimintojen rahoituksesta. Yleensä varoja myönnetään projekteille, jotka käyttävät saamansa rahoituksen materiaalien ja välineiden

hankintaan. Toiminnan järjestämistä resursoidaan niukemmin. Rahoitusta saaneiden järjestöjen tulee vuosittain raportoida tuen käytöstä esittämällä tilinpäätöksensä. Mitään sääntöjä ja kriteerejä näiden järjestöjen toiminnan laadun ja niiden järjestämisen toiminnan vaikutusten arvioimiseksi ei ole olemassa. Toimintaa arvioidaan pääasiassa julkisten tilaisuuksien aikana, joihin myös paikallishallinnon edustajia on kutsuttu. Heidän osanottonsa tapahtumiin on tosin vapaaehtoista.

Joissain Tšekin kaupungeissa liikuntatiloihin liittyvät strategiat keskittyvät pääosin peruskouluissa sijaitsevien tilojen kunnossapitoon, sillä näitä tiloja pidetään liikunnan ja urheilun kehittämisen perustana. Tilojen käyttöä säädelään paikallishallinnon säännöin, jotka suosivat paikallisten seurojen tekemiä pitkiä vuokrasopimuksia. Monitoimitiloissa vapaiden vuorojen aikana tiloja saavat käyttää myös liikuntaseuroihin kuulumattomat henkilöt. Tiloista huolehtivien ihmisten palkat maksetaan osittain koulun varoista ja osittain kunnan avustuksilla. Eri kaupunginosissa asuville ihmisille järjestettyjä liikunta-aktiiviteetteja mainostetaan jatkuvasti Internetin ja paikallisten uutiskirjeiden välityksellä. Pahin pula paikallisviranomaisten mukaan Tšekissä on tällä hetkellä uimahalleista, joiden kunnossa on runsaasti kohentamista.

Kaupunginosien leikkipuistoja hallinnoi yleensä ympäristöosaston valtuuttama henkilö, joka seuraa puistojen kuntoa ja toimivuutta. Myös poliisit torjuvat vandalismia, joka on suuri ongelma tšekkiläisessä yhteiskunnassa. Lähialueiden asukkaat avustavat paikallishallintoa raportoimalla mahdollisista ongelmista ja vandalismista. Liikuntapaikkojen sijoittaminen peruskoulujen yhteyteen takaa niiden helpon saavutettavuuden. Koulujen sisätilojen käytöstä päättävät koulujen rehtorit. Vuokrat määrittää paikallishallinto. Ulkotilat ovat asukkaiden käytössä ilmaiseksi. Vahtimestarit, vartijat ja muu henkilökunta saavat palkkansa koulun varoista.

Tšekin kuntien suhtautuminen liikuntatoimintaan vaihtelee suuresti useasta eri syystä. Vaikuttavia tekijöitä ovat sekä päättäjien po-

liittinen kanta että henkilökohtainen kiinnostus liikuntaa kohtaan. Päättäjien ammatilliset taidot ja halukkuus hyödyntää tutkimuksia ja selvityksiä kunnan tilanteesta on tällöin hyvin keskeinen asia – mukaan lukien tiedot liikunnasta ja urheilusta. Myös vapaaehtoissektorin osallistuminen vaikuttaa kokonaistilanteeseen. Yleisesti ottaen voidaan arvioida, että yleistä mallia liikunnan päätöksenteon käytännöiksi ei ole vielä olemassa. (Slepičková & Staněk 2007.)

Tšekin liikunnan ja paikallishallinnon yhteensovittamisessa taloudellisilla rajoitteilla ja poliittisilla prioriteeteilla, kuten myös päättäjien ammatillisella osaamisella ja henkilökohtaisilla mieltymyksillä, on suuri rooli. Eri kaupunginosien suhtautuminen liikuntaan vaihtelee suuresti ja niillä on usein omat linjauksensa. Myös liikuntapaikoista huolehtiminen ja niiden kehittäminen on vaihtelevaa. Lähes kaikkialla Tšেকেissä korostetaan koulutilojen kunnostamista. Monesti kuitenkin liikuntatilojen avoimuus kansalaisille ja tilojen kaupallinen käyttö aiheuttavat yhteentörmäyksiä. (Staněk & Flemr 2007, 294–297.)

Tšekit liikkeessä

Nykykulttuurissa arvostetaan nuoruutta, kauneutta ja ruumiillisuutta – kehon esillepanoa. Valitettavasti kuvat terveistä, hyväkuntoisista ihmisistä ja viestit terveyden merkityksestä eivät ole vaikuttaneet juurikaan tšekkiläisten fyysisen aktiivisuuden lisääntymiseen. Useat tutkimukset osoittavat, että tšekkiläiset eivät liiku riittävästi. Liikuntaharrastukset näyttäytyvät ennemmin muotina kuin luonnollisena osana jokapäiväistä elämää. Liikunta on yhä enemmän rikkaiden ja hyväosaisten tapa osoittaa sekä varallisuuttaan ja että mahdollisuuksiaan käyttää vapaa-aikaa haluamallaan tavalla.

Ihmiset valitsevat passiivisia vapaa-ajan käyttömuotoja: katsovat urheilua ennemmin kuin liikkuvat itse. Ylipainoiset ja huonokuntoiset aikuiset asettavat itsensä suureen riskiin sairastua tai vammautua. Lääketieteen asiantuntijat ennakoivatkin, että nykyinen huonokuntoisten tšekkiläisten lasten sukupolvi kasvaa kaikki-

en aikojen lihavimmaksi aikuissukupolveksi Tšekin historiassa. Passiivinen elämäntapa kiusaa tšekkiläistä yhteiskuntaa Yhdysvaltojen ja monien Euroopan maiden tavoin. Niinpä onkin kysyttävä: Miksi ihmiset eivät liiku tarpeeksi? Mitkä ovat fyysisesti aktiivisen elämäntavan saavuttamisen esteet? Lisäksi voidaan kysyä: Onko tässä epäaktiivisessa, postmodernissa virtuaalisesti orientoituneessa maailmassa mahdollista muuttaa ihmisiä fyysisesti aktiivisemmiksi? Millaisia realistisia mahdollisuuksia on muuttaa yhteiskuntaa terveysellisempään suuntaan? Onko mahdollista poistaa esteitä, joita monet perinteiset lähestymistavat liikunnan edistämiseen kohtaavat? Onko mahdollista löytää innovatiivinen strategia, jolla voimme lisätä liikunta-aktiivisuutta kotona, koulussa ja kunnissa.

Monet elämäntapaan ja elintasoon liittyvät tekijät vaikuttavat ihmisten fyysiseen aktiivisuuteen. Tällaisia tekijöitä ovat muun muassa työelämä, ravinto, asuminen, ympäristö, vapaa-aika ja matkustaminen. Osa tekijöistä on yhteiskuntapoliittisen suunnittelun kontrollissa, mutta jotkin aktiivisen elämäntavan kehittämisen esteet eivät. Joka tapauksessa fyysisen aktiivisuuden systemaattista tutkimusta tulisi lisätä.

Tšekin tilanne liikalihavuuden suhteen on hälyttävä: 21 % miehistä ja 31 % naisista on liikalihavia (liikalihavien ja ylipainoisten osuus on 68 % naisista ja 72 % miehistä), 66 % miehistä ja 54 % naisista ikäryhmässä 20–65 vuotta on ylipainoisia tai liikalihavia, kun ”vain” 17 % miehistä ja 21 % naisista on liikalihavia. Lapista 7–8 % on ylipainoisia ja 6–7 % liikalihavia (13–15 % on joko ylipainoisia tai liikalihavia). Erityinen piirre Tšekin tilanteessa on, että liikalihavuutta esiintyy kaikissa sosiaaliryhmissä (Šeráková 2007, 814–815; Fort 2004). Kaikki Tšekin liikalihavuudesta raportoivat tutkijat esittävät liikalihavuuden lisääntyvän huomattavasti, vaikkakaan tilanne ei ole niin kriittinen kuin tiedotusvälineet antavat ymmärtää.

Tšekissä ei ole juurikaan tehty sosiologista tutkimusta fyysisestä aktiivisuudesta osana ihmisten elämäntapaa. Muutamia selvityksiä nuorten vapaa-ajasta on kuitenkin olemassa.

Myös liikunnan ja urheilun asemaa tšekkiläisten elämässä on tutkittu. Yhteen Prahan Kaarlen yliopiston tekemään tutkimukseen saatiin 952 yli 18-vuotiaan vastaajan tiedot. Tutkimus osoitti, että liikuntaa ja urheilua arvostetaan paljon tšekkiläisessä yhteiskunnassa (Slepička & Slepičková 2002). Samalla selvisi myös jo kauan tiedetty asia, että tämä positiivinen suhtautuminen ei valitettavasti siirry jokapäiväisiksi liikunnallisiksi aktiviteeteiksi. Vain kolmasosa vastaajista kertoi harrastavansa säännöllisesti liikuntaa ainakin kerran viikossa. Viidennes vastaajista liikkuu epäsäännöllisesti tai silloin tällöin. Tšekkiläisistä 70 % ei kuulu mihinkään liikuntajärjestöön tai -seuraan. Myös positiivinen suhtautuminen joukkoliikunnan tärkeyteen on vähentymässä. Kyseinen tutkimus ei valaissut ainoastaan tšekkiläisten mielipiteitä liikunnan merkityksestä nyky-yhteiskunnassa vaan jäljitti myös kiinnostusta vaihtoehtoihin liikuntamuotoihin, olemassa olevia liikunta-aktiivisuuden esteitä, liikuntapaikkojen saavutettavuutta sekä passiivisia ja aktiivisia liikunta-asenteita. Vastajat arvioivat liikunnan ja urheilun tärkeyttä tšekkiläisille seuraavasti:

Ei tärkeää	2,4 %
Tärkeää vain joillekin	17,5 %
Tärkeää, etenkin nuorille	21,6 %
Tärkeää kaikille ikäluokille	58,3 %
Ei vastausta	0,1 %

Vastaukset osoittavat korkeaa positiivista suhtautumista. Arvioidessaan liikunnan merkitystä elämälleen ihmiset nostavat tärkeimmiksi seikoiksi liikunnan positiiviset vaikutukset terveyteen, kuntoon, hyvinvointiin ja sosiaaliseen asemaan. Vastaukset ilmentävät korkeaa arvostusta ja panostusta terveyteen kaikissa ikäluokissa ja sukupolvissa. Samalla liikunnan merkitys välttämättömänä sosiaalistajana ja tärkeänä vapaa-ajanvieton muotona kasvaa. Seuraavissa vastauksissa nousevat esiin tulkinnat joukkoliikunnan tarpeellisuudesta:

Tarvitsemme enemmän aktiivista liikuntaa	62 %
Tarvittavat vaatimukset täyttyvät	25 %
Meillä on liikaa liikuntaa	3,2 %
Ei mielipidettä	9,1 %
Ei vastausta	0,1 %

Kyseinen taulukko osoittaa positiivisten liikunta-asenteiden ja todellisen liikunta-aktiivisuuden välisen ristiriidan (Slepička & Slepičková 2002, 15). Kiinnostavia ovat myös vastaukset kysymykseen: ”Mikä on tärkein liikunnallisen passiivisuuden syy?”

	Samaa mieltä, %	Eri mieltä, %
Ihmiset ovat liian laiskoja	86,3	13,7
Ihmiset ovat liian kiireisiä	81	19
Tarjolla ei ole tarpeeksi liikunta-tiloja	34	66
Liian kallista suurimmalle osalle ihmisiä	52	48
Tarjolla ei ole sopivaa kaveria tai ryhmää	38	62
Ihmisillä on muita huolenaiheita	83	17
Tehokkaan edistämisen puute	37	63

Vastaukset viestivät tšekien sosiaalisista ja kulttuurisista tulkinnoista uudistusten jälkeisessä yhteiskunnallisessa tilanteessa. Ihmiset eivät ole tarpeeksi johdonmukaisia voittaakseen laiskuutensa. He ovat liian kiireisiä ja keskittyneitä jokapäiväisiin taloudellisiin ongelmiinsa. Heillä ei ole tarpeeksi ymmärrystä, ja he eivät osaa nauttia säännöllisen fyysisen aktiivisuuden tuottamasta virkistyksestä osana stressin poistoa. Kysymykseen ”Mielipiteenne joukkoliikunnan tulevaisuuden kehittymisestä” saatiin seuraavia vastauksia:

Kyllä % Ei % Ei mielipidettä %

Ihmiset osallistuvat enemmän liikunta-aktiiviteetteihin	36,6	29,1	34,1
Huippu-urheilun ja joukkoliikunnan ero kasvaa	70,4	9,9	19,4
Lisääntyvä tarve näyttäytyä liikkumalla	44,3	19,7	35,5
Aktiivisen liikunnan kustannukset kasvavat	88,4	2,8	8,3
Osa liikunnasta vain erittäin varakkaita varten	81,4	6,6	11,6

Vallitsevat skeptiset mielipiteet kertovat meneillään olevasta huippu-urheilun ja joukkoharrasteliikunnan välisen kuilun kasvamisesta, mikä on samalla osoitus nykyliikunnan kuluttajaluontoisuudesta. Miehillä tärkein liikunnan harrastamisen syy on fyysisen kunnan ja vartalon muokkaaminen sekä sosiaalisen arvostuksen lisääminen. Naiset sen sijaan ovat skeptisempiä mahdollisuuksiinsa harrastaa liikuntaa säännöllisesti valittaen vapaa-ajan puutetta, taloudellisia mahdollisuuksiaan ja organisatorisia esteitä. Kuntoaan vastaajat arvioivat seuraavasti:

Olen hyvässä fyysisessä kunnossa	27,7 %
Olen suhteellisen hyväkuntoinen	41,7 %
En ole kovin hyvässä kunnossa	20,7 %
Voin fyysisesti erittäin huonosti	12,9 %

Vastaajat ilmoittavat harrastavansa liikuntaa suhteellisen säännöllisesti:

Säännöllisesti	33,1 %
Silloin tällöin	20,7 %
Vain joskus aiemmin	18,5 %
En koskaan, mutta haluaisin	5,6 %
Käytännössä en koskaan	22,1 %

Kolmasosa vastaajista ilmoittaa harrastavansa aktiivista liikuntaa vähintään kerran viikossa (miehet 37 % ja naiset 29 %). Naiset harrastavat liikuntaa vähemmän säännöllisesti (22,7 %) kuin miehet (14,6 %). Naiset ovat myös useammin täysin passiivisia liikkujia kuin miehet. Esitetty

aineisto heijastelee tšekkiläisten lisääntyvää liikunnallista passiivisuutta. Fyysistä passiivisuutta perustellaan vapaa-ajan puutteella, tarpeellisen motivaation puutteella ja terveysongelmilla. Jopa 40 % fyysisesti epäaktiivisista myöntää tuntevansa huomattavaa vastenmielisyyttä liikuntaan, 28,5 % ilmoittaa terveysongelmista ja 20 % vapaa-ajan puutteesta. Liikuntatilojen puute ja taloudelliset seikat nousevat esille vain vähäisessä määrin (Slepička & Slepičková 2002, 19–21).

Liikuntaan sosiaalistuminen

Viimeisin sosiologinen tutkimus tšekkiläisten fyysisestä aktiivisuudesta toteutettiin vuosina 2003–2004. Tutkimuksen tavoitteena oli tuottaa ajanmukaista tietoa tšekkiläisten liikunta-aktiivisuudesta, jotta voitaisiin tehdä vertailuja muihin maihin. Tutkimustulokset osoittivat kävelyn olevan harrastetuin liikuntamuoto. Sekä miesten että naisten osallistuminen organisoituun liikuntatoimintaan vähenee selvästi iän myötä (Frömel et al. 2006, 16–22).

Säännöllinen väestön liikuntamäärän ja -muotojen tutkiminen on tärkeä osa väestön terveydentilan ja elämäntyylin seuranta. Tutkimusten perusteella huomiota tulisi kiinnittää seuraaviin liikuntaan liittyviin seikkoihin. Niin vanheneville miehille kuin naisillekin tulisi tarjota lisää liikkumisen mahdollisuuksia. Aktiivisten harrasteliikkujien liikuntamahdollisuuksia tulisi lisätä. Koululiikunnalla tulisi aktivoida elinikäiseen liikuntainnostukseen. Kävelyä tulisi kannustaa harrastetuimpana liikuntamuotona (Frömel et al. 2006, 21).

Tšekissä on koululiikuntaa kaksi tuntia viikossa, mikä ei ole tarpeeksi. Nykyiseksi koululiikunnan tavoitteeksi määritellään lasten ja nuorten valmistaminen osallistumaan liikuntakulttuurin eri muotoihin. Koululiikuntaa pidetään myös liikuntakulttuurin perustana. Liikunnanopetuksen humanistisen määritelmän mukaan koululiikunnankin tehtävä on ”kouluttaa ihmistä huolehtimaan kehostaan”.

Toinen edustava liikuntaa ja urheilua luotaava tutkimus, johon otti osaa lähes kuusituhatta 18–55-vuotiaasta henkilöä paljasti, että miehet kaikissa ikäryhmissä käyttivät enemmän aikaa liikuntaan kuin naiset. Ainoastaan kävelyssä naiset olivat aktiivisempia kaikissa ikäryhmissä. Vähän liikuntaa sisältävä elämäntapa, jota mitattiin päivittäiseen istumiseen käytettynä aikana, oli tyypillisempää naisille. Voidaankin sanoa, että tšekkiläiset eivät harrasta riittävästi sellaista liikuntaa, joka ylläpitää tai parantaa fyysistä kuntoa. Päivittäinen kohtalainen liikkuminen vähintään 30 minuuttia päivässä on siis valittavasti ainoastaan suositus, ei todellisuutta. Tšekkiläisille suositellaan enemmän tehokasta ja kohtuullista liikuntaa ja vähempää fyysistä toimettomuutta (Frömel et al. 2004, 173).

Vapaa-ajan aktiviteettien näkökulmasta on selvää, että liikunta on tärkeämpi osa tšekkiläisten lasten kuin aikuisten elämää. Pojat harrastavat enemmän ohjattua liikuntaa kuin tytöt, vaikka viime vuosina tyttöjen osallistuminen pääosin ei-ohjattuun liikuntaan on lisääntynyt. 42 % pojista ja 34 % tytöistä osallistuu ohjattuun liikuntatoimintaan. 30 % nuorista on kiinnostunut niin sanotuista uusista liikuntamuodoista kuten seikkailu-urheilusta. Monet uudet liikuntamuodot ovat ohittamassa suosiossa perinteisiä lajeja. Hälyttävää on kuitenkin mitään lajia harrastamattomien määrä, koska se ennakoii mahdollisia terveysriskejä. Tarkasteltaessa sukupuolta, ikää ja liikunnan muotoja voidaan todeta, että tšekkiläiset pojat osallistuvat kaikissa ikäryhmissä (9–24-vuotiaat) useammin tehokkaaseen tai kohtalaisen tehokkaaseen liikuntaan kuin tytöt. Keskimääräinen poikien käyttämä aika päivittäiseen liikuntaan on 51 minuuttia, kun se tyttöillä on 33 minuuttia. Mitään suuria eroja poikien ja tyttöjen välillä ei havaittu niin sanotuissa kävelypäivissä (Rychtecký 2007, 205).

Tšekkiläisten poikien osallistuminen kilpailullisesti organisoituun, erittäin intensiiviseen liikuntaan on suurinta 9–11-vuotiaiden keskuudessa, jolloin 27 % ilmoittaa olevansa erittäin kiinnostunut huippu-urheilijan urasta. Aktiivi-

simmat intensiiviseen liikuntaa osallistuvat pojat ovat 12–13-vuotiaita. Sen sijaan 9–11-vuotiaista lapsista 32 % ei ilmoita harrastavansa liikuntaa. Tytöt ovat aktiivisimmillaan liikunnan harrastajina 16–19-vuotiaina, sillä 32 % ilmoittaa harrastavansa intensiivisesti urheilua. Tyypillisimmät passiiviset liikunnan harrastajat löytyvät 9–11-vuotiaiden keskuudesta (Rychtecký 2007, 203–204).

Liikuntaharrastuksiin osallistuminen on hyvin monimutkainen ilmiö, jonka yksi tärkeimmistä osa-alueista on liikkumiseen motivoituminen. Tutkittaessa 956 tšekkinuoren fyysistä aktiivisuutta selvisi muutamia kiinnostavia asioita. Tutkimus kohdistui sekä liikuntaa harrastaviin että liikunnallisesti passiivisiin 15–24-vuotiaisiin nuoriin. Tärkeimmäksi syyksi poikien liikunnan harrastamiseen nousi ajanvietto kavereiden kanssa (28,4 %), hyvän ulkonäön saavuttaminen sekä terveyden edistäminen. Liikkuville tytöille oli tärkeintä hyvä ulkonäkö (25,0 %), ajanvietto ystävien kanssa ja terveyden edistäminen (Sekot 2006a, 45). Esteettiset ja terveydelliset syyt selittivät kaikkein voimakkaimmin tyttöjen aktiivista liikunnan harrastusta.

Vastaavanlainen tutkimus nuorten terveyskäyttäytymisestä paljasti tiettyjä elämäntyyliin liittyviä riskejä. Selvitettyä opiskelijoiden liikunta-aktiivisuuden määrää vain kolmannes ilmoitti harrastavansa liikuntaa kolme kertaa tai enemmän viikossa. Sen sijaan esimerkiksi runsas neljännes sairaanhoitajaopiskelijoista ilmoitti istuvansa päivittäin 10–14 tuntia. Oppikoululaisista 29,3 % vastasi kävelevänsä päivässä vähemmän kuin tunnin. Kyseiset tulokset viestivät nykyisen tšekkinuorisoin vapaa-ajanvietosta. Samalla ne selittävät liian vähäisestä liikunnasta aiheutuvia sairauksia, särkyjä ja kipuja. Näin ollen kouluissa olisi käynnistettävä liikuntaohjelmia, jotka tukisivat konkreettisesti terveyden edistämisen aktiviteetteja. Kyseiset aktiviteetit eivät saisi olla kertatapahtumia, vaan niiden pitäisi olla pitkäkestoisia ja säännöllisiä. (Říhová 2007, 137–138.)

Tulevat haasteet

Tšekkiläisessä yhteiskunnassa kaivataan syvempää hallinnon hajauttamista ja alueellisesti ammattitaitoisempaa tiedottamista. Näiden tavoitteiden saavuttaminen edellyttää eri-ikäisten liikuntaharrastusten seurantaa sekä kaikenikäisten kansalaisten fyysisen kunnon arviointia. Tällöin on lisättävä fyysiseen aktiivisuuteen kannustavia mahdollisuuksia, kohennettava palveluja ja aineellisia resursseja, koulutettava ammattilaisia, kehitettävä valmentajien ja ohjaajien koulutusta ja lisättävä valtiollista tukea joukkoliikunnan organisointiin. Kuntoliikunnan tulee olla jatkossa erottamaton osa terveyden edistämistä, kasvatusta ja socialisaatiota. Liikunta- ja urheiluorganisaatiot tarvitsevat toimintansa järjestämiseen täyden paikallisen, alueellisen ja kansallisen tuen. Näiden tavoitteiden saavuttamiseksi on esitetty seuraavia toimenpiteitä:

1. Pitää kehittää strategioita, joilla saataisiin liikuntaharrastuksen piiriin liikunnallisesti passiiviset henkilöt.
2. On selkiytettävä liikunta- ja urheiluseurojen profiilia siten, että ne keskittyisivät joko kilpaurheiluun tai virkistävään vapaa-aikaliikuntaan.
3. Tulee kohentaa ohjaajien ja valmentajien tasoa.
4. Pitää korostaa ulkoliikuntaa järjestävien ruohonjuuritason urheilukeskusten kuntoliikuntatoimintaa.
5. On taattava vapaaehtoisten ja puoliammattilaisien urheiluseuratoimijoiden korkea liikuntakasvatuksellinen ja pedagoginen taso.

Jälkitekollisessa yhteiskunnassa on vallalla lyhytkestoinen kiinnittyminen sosiaalisiin toimintoihin sekä perinteisten arvojen kieltäminen. Tämä johtaa siihen, että edellytykset sekä yhteisöllisille että yksilöllisille fyysisen aktiivisuuden suotuisille muutoksille kapenevat. Terveyden edistämisen kannalta synnytetään kaupallisia vääranlaisia tähtikultteja ja idoleita, jotka estävät osaltaan suuntaamasta huomiota aidon fyysisen aktiivisuuden kysymyksiin.

Poliitikot eivät ole tšekkiläisessä yhteiskunnassa toistaiseksi kiinnittäneet riittävästi huomiota sen enempää julkisen sektorin mahdollisuuksiin terveyden edistäjänä kuin terveellisiin elämäntapoihin. Tämä olisi kyllä mahdollista, koska valtaosa ihmisistä näkee terveellisten elämäntapojen olevan hyväksi sekä yhteisölle että yksilöille. Liian vähäinen liikkuminen rasittaa yksilöä ja kanssaihmiä, aiheuttaa ylimääräisiä kustannuksia ja on riski sekä yksilölle itselleen että laajemminkin yhteiskunnalle. Kokonaan

toinen kysymys on, miten pitkälle julkinen valta voi mennä ohjatussa ihmisiä fyysiseen aktiivisuuteen. Ihmiset eivät kaipaa ohjastusta syömisensä, juomisensa ja liikkumisensa suhteen. Joka tapauksessa fyysisesti aktiivisen yhteiskunnan saavuttamisen edellytyksenä on terveyttä edistävän elämäntavan mahdollistaminen kaikille kansalaisille.

Englannista suomentanut Auli Toiviainen.

Lähteet

- Flemer, L. (2007), Podmínky pro aktivní životní styl dětí perspektivou pedagogů tělesné výchovy. – *Aktuální otázky sociologie sportu*. Praha: Karlova univerzita.
- Fort, P. (2004), *Stop dětské obezitě*. Praha: Ikar.
- Frömel, K. et al. (2004), *Physical Activity of Men and Women 18 to 55 Years of Age in Czech Republic*.
- Frömel, K., Bauman, A. et al. (2006), Intenzita a objem pohybové aktivity 15–69 leté populace České republiky. – *Česká kinantropologie*. 10(1), 13–27.
- Hobza, V., Cíkl, R. (2007), Subvenční politiky ve sportu a tělevýchově v české republice. – *Česká kinantropologie* 2, 67–82.
- Rychtecký, A. et al. (1995), Effect of Different Physical Activities on Physical and Some Psychological Characteristics of Youngsters Aged 11–14 Years. – *Kinesiologia Slovenica* 2(1), 44–49.
- Rychtecký, A. (2007), Active Lifestyles of Young People – Benefits and Outcomes. – *Obesity in Europe. Young People's Physical Activity and Sedentary Lifestyles*. Berlin, Oxford: Peter Lang, 199–218.
- Říhová, M., Skálová L., Komárek, L., (2007), Health Behaviour of Young People. – *School and Health* 21. Brno: Masarykova univerzita a Paido, 125–139.
- Sekot, A. (2006), *Sociology of Sport: Topical Issues*. Brno: Masaryk University and Paido.
- Šeráková, H. (2007), Present Views on Obesity and Overweight in Common Population of Children and Adults. – *School and Health*. Brno: Masarykova univerzita a Paido.
- Slepička, P. & Slepičková, I. (2002), Sport z pohledu české společnosti. – *Česká kinantropologie* 1, 7–23.
- Slepičková, I. (2000), Sport Delivery at Municipality Level. – *Sport, stát, společnost-dodatek*. Praha: UK-FTVS, 38–46.
- Slepičková, I. (2001), Public Sector in Sport Delivery – Role of Municipalities and Cities in the European Union and Czech Republic. – *Sport v České republice na začátku nového tisíciletí*. Proceedings of national conference. Part 2. Praha: UK-FTVS, 75–78.
- Slepičková, I. & Staněk, M. (2007), The Impact of Public Administration Reform on Sport Policy in Czech Republic. – *Local Sport in Europe*. 4th EASS Conference Proceedings.
- Staněk, M. & Flemer, L. (2007), The Role of Local Authorities of Czech Cities in Support of Sport: A Case Study of the Capital City of Prague. – *Local Sport in Europe*. 4th EASS Conference Proceedings.
- Vaverka, F. (2007), (ed.) *Movement and Health*. Olomouc: Univerzita Palackého.