

Melkein sata vuotta poikien liikkumista – Elämäntapa ja fyysinen aktiivisuus neljän sukupolven lapsuudessa ja nuoruudessa

Mikko Salasuo & Anni Ojajärvi

Viimeisen sadan vuoden aikana suomalaisessa elämäntavassa on tapahtunut merkittäviä muutoksia. Tässä artikkelissa tarkastellaan muutosten vaikutuksia nuorten miesten fyysiseen aktiivisuuteen, liikkumiseen ja liikuntaa, neljän peräkkäisen perhesukupolven arjessa ja vapaa-ajalla. Haastatteluissa piirtyy kuva siitä, miten fyysinen aktiivisuus on muuttunut pakosta vapaaehtoiseksi valinnaksi. Artikkeliksi on sosiaalishistoriallinen puheenvuoro yhteiskunnalliseen aikalaiskeskusteluun, jossa nuorten heikko fyysinen kunto esiintyy jatkuvana kansanterveydellisenä huolenaiheena.

Johdanto

Fyysisesti raskas ja kuormittava toiminta on leimannut ihmiskunnan historiaa. Liikkuminen paikasta toiseen ja ravinnon hankkiminen ovat olleet ihmisten hengissä selviämisen ehto. Vuosisatojen saatossa erilaiset keksinnöt ovat vähentäneet raatamista ja rehkimistä, mutta aina 1900-luvulle saakka kuormittava fyysinen aktiivisuus on ollut ihmiselämän peruspiirre. (Paffenbarger ym. 2001.) Viime vuosisadalla traktori korvasi pelloilla lihasvoiman ja auto pitkät jalkapitkat. Fyysisen aktiivisuuden pakko muuttui sadassa vuodessa vapaavilintaiseksi liikunnaksi ja harrastamiseksi. (Ks. Walker ym. 2003.)

Fyysinen aktiivisuus, liikkuminen ja liikunta, on ollut läpi historian sukupuolittunutta. Poikia on kasvatettu ja kouluttu fyysisesti vahvoiksi, jotta he ovat suoriutuneet maa- ja metsätöistä, metsästyksestä ja pystyneet puolustamaan perhettä ulkoisilta uhilta. 1900-luvun modernisoituvassa yhteiskunnassa panostus poikien fyysiseen kasvatukseen on jatkunut koulutusinstituutioissa, erityisesti koulussa, armeijassa ja urheiluliikkeessä. Viime vuosisadan loppupuolella fyysinen aktiivisuus laajeni myös ulkonäkö- ja terveystieteiden myötä. Huolimatta liikkumisen ja liikunnan historiallisesta perinnöstä ja kiinnittymisestä ulkonäkö- ja terveystieteisiin, on nuorten miesten fyysinen kunto heikentynyt viimeisen sadan vuoden aikana. (Walker ym. 2003; myös Bäckmand 2006, 15.) 2000-luvulla onkin alettu puhua liikkumattomuudesta. Se on metafora vähentyneelle fyysiselle aktiivisuudelle, mutta käsitteestä heijastuu myös siihen liitetty kansanterveydellinen huoli (vrt. Husu ym. 2011).

Tässä artikkelissa jäljitetään poikien fyysisessä aktiivisuudessa tapahtuneita muutoksia 1920-luvulta nykypäivään. Muutoksia jäljitetään seuraamalla fyysisen aktiivisuuden paikkaa neljän peräkkäisen sukupolven lasten ja nuorten elämässä. Artikkelissa etsitään fyysisen aktiivisuuden liittyviä jatkumoa ja katkoksia, joita sukupolvien välisessä vuorovai-

kutuksessa syntyy. Samalla sivutaan modernisaatioksi kutsutun prosessin elämäntapoihin tuottamia muutoksia, jotka ovat vaikuttaneet poikien tapaan liikkua ja olla fyysisesti aktiivisia. Artikkelin tutkimusote nousee erityisesti sosiaalishistorian traditiosta ja kiinnittyy osaksi elämänkulku- ja ylisukupolvisuustutkimusta.

Vertikaalin ja horisontaalin sukupolvikatsannon avulla konstruoidaan niitä murroksia, jotka ovat aiheuttaneet siirtymän niin kutsutusta "fyysisestä pakkoaktiivisuudesta" liikkumattomuuden aikaan. (ks. Salasuo & Ojajärvi 2013.) Artikkelin tutkimuskysymyksenä on: miten fyysisen aktiivisuuden paikka on muuttunut neljän perättäisen sukupolven lasten ja nuorten elämäntavassa. Tutkimuksen tavoitteena on tuottaa kulttuurisesti tiheää, teoreettisesti valveutunutta, kuvausta liikuntaan liittyvistä kokemuksista ja tulkinnoista. Haastatteluaineiston kokonaisuutta tulkitaan sukelluksena elämäkerta- ja teemahaastatteluihin, joiden avulla analysoidaan kulttuurisesti muodostuvia merkitysverkostoja. (Geertz 1973.) Vastausta tutkimuskysymykseen haetaan haastatteluaineistosta (N=82), joka on kerätty vuosina 2004 Päijät-Hämeen ja 2008–2009 Kanta-Hämeen alueella.

Artikkelin pontimina on paljon esillä ollut huoli nuorten liikkumattomuudesta ja heikentyneestä fyysisestä kunnosta (mm. HS 10.10.2013; HS 24.10.2013). Huolella on vahva faktaperustansa (mm. Santtila 2010; Taanila 2013). 2000-luvulla tehdyt tutkimukset ja kyselyt ovat saaneet Maailman terveysjärjestö WHO:n (Lee ym. 2012) nostamaan liikkumattomuuden tupakointiin ja liikalihavuuteen rinnastuvaksi länsimaiseksi kansanterveysongelmaksi. Vuosituhannen vaihteessa tiedot palvelukseen astuvien varusmiesten heikosta kunnosta alkoivat herättää laajempaa kiinnostusta (mm. Santtila 2003; 2010). Kesti kuitenkin vuosia, ennen kuin liikkumattomuuden ongelma tunnistettiin ja sen kansanterveydellisistä seurauksista alettiin huolestua. Huoli realisoitui viimeistään, kun liikkumista ryhdyttiin tutkimaan siihen päivittäin käytetyn ajan mukaan (esim. Husu 2011; Vapaavuori & Paa-janen 2012).

Nykyajan liikkumattomuutta on hankala asettaa mittasuhteisiin, mikäli tapahtunutta muutosta ei jäljitetä historian tutkimuksen keinoin. Sosiaalishistoria tarjoaa mahdollisuuden valottaa fyysisessä aktiivisuudessa tapahtuneita muutoksia. Aineiston kautta konstruoituu kuva neljästä fyysisesti eritavoin aktiivisesta sukupolvesta: raataja-, nivel-, leikkisä- ja viihdeliikuntasukupolvi.

Biologinen ja sosiaalinen rytm

Tämän artikkelin analyysikehyksenä hyödynnetään sosiaalishistorioitsija Antti Häkkisen (2000; 2012; 2013) sovellusta elämänkulkuanalyysistä ja sukupolvisen vuorovaikutuksen mekanismeista (ks. myös Giele & Elder 1998). Analyysikehyksessä yhdistyvät biologinen ja sosiaalinen sukupolvi. Ihmisiä ja elämänkulkuja tarkastellaan oman ikäkohorttinsa jäsenenä ja osana heidän perhesukupolveaan. Vanhan perinteen mukaisesti biologisen sukupolven sisällä pyritään välittämään tärkeitä pääomia eteenpäin, vanhemmilta lapsille ja edelleen heidän lapsilleen. Perhe on leikkauspiste, jossa biologisen sukupolven jäsenet ja heidän elämäntapansa kohtaavat. Häkkinen ja kumppanit (2013, 7–8) käyttävät perheen pöytämetaforana kohtauspaikasta, jonka ääreen suvun jäsenet asettuvat neuvottelemaan arvoista, asenteista sekä opeista ja ajatuksista. Tämän prosessin seurauksena erilaiset pääomat, tavat, tottumukset ja käytännöt, siirtyvät ylisukupolvisesti, katkeavat tai saavat uusia muotoja.

Tässä artikkelissa erityinen kiinnostus kohdistuu elämäntapaan liittyvän fyysisen aktiivisuuden muutokseen ja katkoksiin. Eric Hobsbawm (1994) kutsuu 1900-lukua "äärimmäisyksien ajaksi". Eräs tapa lukea Hobsbawmin määrittelyä, on ymmärtää se ketjuna rajuja

yhteiskunnallisia murroksia ja tapahtumia. Murrokset ja tapahtumat ovat sysänneet liikkeelle yhteiskunnallisia aaltoja, jotka vaikuttavat suunnilleen samanikäisten nuorten kokemuksiin. Näin syntyneet sosiaaliset sukupolvet ovat pyrkineet ottamaan "tuoreella kosketuksella" haltuun murroksia ja sopeutumaan niihin. (Ks. Mannheim 1954 [1928].) Sukujen hitaan biologisen rytmin rinnalle on noussut samanikäisten nuorten kokemuksiin perustuva sosiaalinen rytmi, joka muokkaa makuja, mieltymyksiä ja käyttäytymistä (Virtanen 2001, 23). Uusi sosiaalinen rytmi ja yhteiskunnallinen muutos ovat vaikuttaneet ihmisten elintapoihin ja samalla tarpeeseen tehdä raskaita töitä, liikkua arjessa ja harrastaa liikuntaa.

Tutkimusaineistot

Tässä artikkelissa käydään vuoropuhelua 20 sukua ja neljä perhesukupolvea käsittävien haastatteluaineistojen kanssa. Aineiston vanhin henkilö on syntynyt 1916 ja nuorin 1990. Aineisto koostuu kolmesta osa-aineistosta. Niistä tärkein on kolme sukupolvea käsittävä Päijät-Häme-haastatteluaineisto. Sen 61 haastattelua on kerätty vuonna 2004 osana Suomen Akatemian rahoittamaa *Health Promotion as Ideology, Policy and Practice in Finland* -tutkimushanketta.[1] Haastattelujen teemoja olivat ravinto, liikunta ja terveys sekä niiden siirtyminen sukupolvien välillä.

Nuorimman sukupolven tavoittamisessa hyödynnettiin 21 haastattelua, jotka tehtiin osana tutkija Anni Ojajärven osallistuvaa havainnointia Parolan Panssariprikaatissa vuosina 2008–2009. Haastatteluja suunnittelussa käytettiin apuna Päijät-Häme-projektin haastattelurunkoa. Nämä haastattelut edustavat nuorinta hämäläistä ikäkohorttia. Aineiston täydentäminen tällä haastattelumateriaalilla mahdollisti sukupolvien ketjun konstruoinnin lähes sadan vuoden ajalta. Parolassa haastatellut nuoret olivat kotoisin Päijät-Hämeen ja Kanta-Hämeen alueelta, joten he ovat saman elinympäristön kasvatteja kuin Päijät-Häme-aineistoon haastatellut henkilöt. Myös laskennallisesti nuorin ikäluokka sopii täydentämään sukupolvien ketjua, sillä 1980-luvun lopulla ja 1990-luvun alussa syntyneinä heidän ajallinen etäisyytensä Päijät-Häme-aineiston nuorimpiin on noin 20 vuotta.

Ikäluokkien määrällisen tasapainon saavuttamiseksi aineistoa täydennettiin vielä vanhimman polven osalta neljällä *Oi Nuoruus* -kirjoituskilpailun[2] nuoruusmuistelulla, jossa kerättiin omaelämäkerrallisia kirjoituksia lapsuudesta ja nuoruudesta. Kilpailuun osallistui neljä miestä, jotka olivat syntyneet vuosina 1927–1929. Heidän kirjoittamisensa nuoruusmuisteluissa liikkuminen ja liikunta ovat vahvasti esillä. Lopullisessa aineistossa on kaikkiaan 43 miestä ja 43 naista. Miesten aineisto jakautuu ikäpolvitasolla seuraavasti:

- 1920-luvulla syntyneitä miehiä on 9 (Raatajasukupolvi)
- 1946–1950 syntyneitä miehiä on 8 (Nivelsukupolvi)
- 1967–1978 syntyneitä miehiä on 12 (Leikkisä liikuntasukupolvi)
- 1985–1990 syntyneitä miehiä on 14 (Viihdeliikuntasukupolvi)

Artikkelin fokus on miesten lapsuudessa ja nuoruudessa, mutta sukupuolten välisten eron-tekosten selventämiseksi kommentoidaan välillä tyttöjen fyysistä aktiivisuutta ja sille annettuja merkityksiä. Naisten mukanaolo mahdollistaa fyysisen aktiivisuuden, liikkumisen ja liikunnan sukupuolittuneisuuden tunnistamisen.

Artikkelissa nuoruuden maantieteellinen kannattelualue on Häme, erityisesti Päijät-Häme. Alue on ollut maanviljelyseutua, jonka keskuksiksi on 1800-luvun lopulla tullut Lahden kaupunki. Väestöpohja koostuu seudulla pitkään asuneista suvuista ja sodan jäl-

keen myös evakoista. Päijät-Häme on ominaispiirteistään huolimatta alue, jonka elämäntavoista ja murroksista piirtyy melko "tyypillisiä" suomalaisia sukutarinoita. (Ks. Vihola 1996.)

Raatajasukupolven pakkoaktiivisuus

Maaseudulla raskas fyysinen työ oli 1920- ja 1930-luvuilla läsnä kaikkialla. Elämän keskipiste oli talo, perhe ja toimeentulo. Keskeinen kasvatusmalli oli kokemusoppiminen. Se tarkoitti lasten sosiaalistamista agraarin elämäntavan käytäntöihin jo varhain (ks. Waris 2003). Lapset ja nuoret olivat työvoimaa, joten isät opettivat pojille miesten töitä ja äidit tyttärilleen naisten töitä (ks. Markkola 2003). Tarkoituksena oli siirtää lapsille sukupuolenmukaisia tietoja ja taitoja:

Isä oli... miten mä nyt tän sitten mainittisin hänen ammattinsa. Ennen aikaan miehet teki näitä metsätöitä ja myöhäsemmäs vaihees hän oli sitten mylläri ja hän kuoli, kun olin ykstoistvuotias. Että ne muistot on siihen asti. Äitini oli entisajan kotiäiti ja teki käsitöitä, kävi taloissa töissä ja hoiti sitä kotia ja hän kuoli seitsemänkytöyksensä vuotiaana. Lapsuus oli tosi niukkaa. (Mies, s. 1925.)

Lainauksen mies muistelee olleensa jo pikkupoikana mukana metsätöissä. Metsätöiden opetteluun lisäksi kaikkien haasteltujen miesten lapsuuteen kuuluivat peltotyöt, marjastaminen ja talon töihin osallistuminen sekä joillakin paimenessa käynti. Vuonna 1917 syntynyt mies puolestaan kuvailee, miten lapsuuden pitkistä jalkapatikoista oli hyötyä, aina suoranaiseksi pääomaksi asti, sotaväessä:

Aikoinaan olen liikkunu aika paljon, että niinku nyt sitten sano toikin, että kun mä olin metsämiehenä, niin noin sehän oli jatkuvaa liikuntaa ja liikuntaa, että kun minä menin sitten asevelvollisuutta suorittamaan ja komppanian päällikkö otti meijät pani meijät kävelemään, niin otti minut eroon siitä ja sitten vasta sano, että kaikki oli hyviä, mut olitpa ihan erikoinen kävelyn puolella, mitä tottakai kun minä en ollu mitään muuta tehny, kun kävelly kävelly ja noin. (Mies, s. 1917.)

Vanhemmat hankkivat pojille sukset ja muita harrastevälineitä mahdollisimman varhain. Taustalla oli ainakin kaksi tavoitetta. Ensinnäkin välimatkat kauppaloihin, kouluun ja paimeneen olivat pitkiä. Hiihtäminen oli talvisin ylivertainen tapa siirtyä paikasta toiseen. Hiihtotaitoa tarvittiin myös metsätöissä ja yhteydenpidossa naapureihin. Toinen syy harrastusvälineiden hankkimiseen pojille oli fyysisen voiman kasvattaminen. Talon töissä tarvittiin mahdollisimman monet vahvat kädet ja liikunnan tiedettiin edistävän voiman lisääntymistä.

Pirjo Markkola (2003, 132) kirjoittaa sukupuolittuneesta työnjaosta – töistä, joita naiset eivät maaseudun normiston mukaan voineet tehdä. Tällaisia olivat viikatteella niittäminen, ulkotyöt talviaikana, halkojen ja havujen hakkaaminen, hevosen työajo, kyntäminen, karhitseminen, ojan kaivaminen, kivien vääntäminen, metsästys, olkien ja pehkujen silppuaminen sekä sahaaminen. Ne olivat miesten töitä. Mainitut työt ovat samoja, joissa aineiston vanhin polvi kertoo olleensa aktiivisesti mukana.

Nuorimpien poikien roolit töissä vaihtelivat se mukaan, mihin heidän voimansa ja taitonsa riittivät. Vuonna 1928 syntynyt mies kirjoittaa *Oi nuoruus* -aineistossa lapsuudestaan:

Kesällä kyllä tievarsia riitti lehmälle syötäväksi, mutta talvella olivat heinät lujassa. Se oli kuitenkin onneksi vanhempieni murhe. Minun murheeni oli ainainen paimenessa olo kesäisin. Heti kun kynnelle kykeni oli sinne mentävä.
(Mies, s. 1928.)

Vastapainona työlle oli leikkiminen. Agraariyhteiskunnassa leikin ja työn välinen raja oli vaikeasti tulkittava, mikä näkyy haastateltavien puheessa. Leikit olivat usein sidoksissa asumiseen ja työntekokoon. 1900-luvun alussa leikkiminen nähtiin aikuisuuteen valmistavana vaiheena, johon liittyi kasvatuksellisia pyrkimyksiä (mm. Spasiosu 1989, 170–175; Korkiakangas 1996). Leikkisen historiaa tutkinut Susan Millar (1968, 21) esittää, ettei lasten leikkiä ole järkevää tarkastella tietynä toimintona. Olenaisempaa on se, millaisissa elinoloissa ja olosuhteissa leikkiminen tapahtuu.

Leikkiminen vaikuttaa tämän tutkimuksen aineiston valossa olleen 1930-luvulla sekä kasvatuksen väline että lasten luontaista kanssakäymistä. Jälkimmäisenä se toteutui juoksenteluna, pelailuna, lähimetsissä liikkumisena sekä talvisin hiihtämisenä ja mäenlaskuna. Asumisolot olivat raatajapolven lapsuudessa vielä niin vaatimattomat ja likaiset, ettei hereillä ollessa aikaa sisätiloissa vietetty (ks. myös Häkkinen ym. 2005). Elämä päijäthämäläisissä mökeissä ja niiden ympärillä olikin fyysisesti aktiivista, oli kyse leikistä tai työstä.

Koulun aloittamisikä vaihteli aineiston 1920-luvulla syntyneiden poikien kohdalla 6–8 ikävuoden välillä perheen toimeentulon, koulumatkan pituuden, lapsen terveyden ja vanhempien tahdon mukaisesti. Kansakoulun aloittaminen oli sosiaalisessa iässä käännekohta, joka muutti lapsen asemaa yhteisön silmissä. Koulunkäyntiin kykenevän lapsen katsottiin olevan valmis myös raskaampaan työhön. Koulu ja työ rytmittivät lasten elämää 8–12 vuoden iässä. Vuonna 1928 syntynyt mies kiteyttää muistelussaan sosiaalisessa iässä tapahtuneen siirtymän: Kun olin ”työmiehen kirjoihin” päässyt, niin ei muuta kuin töihin!

Koulumatkat olivat pitkiä. Päijät-Häme -haastatteluaineistossa 14 kansakoululaista tyttöä ja poikaa taittoi päivittäin 6–18 kilometriä kodin ja koulun välillä. Neljä nuorta asui hieman lähempänä koulua ja kahdessa haastattelussa ei koulumatkaa mainita. Jokaista yhdistävä tekijä oli, että koulumatka tehtiin 1930-luvulla jalan tai hiihtäen. Kaksi haastattelua oli onnellisessa asemassa, sillä perheessä oli potkukelkka, jolla koulumatkan sai välillä kulkea.

Muistitiedontutkimuksen eräs perusoletus on, että kerrottu tai kirjoitettu kuvaa merkityksellisiä tapahtumia ja kokemuksia (mm. Fingeroos & Haanpää 2006). Koulumatka on eittämättä ollut aineiston vanhimmalle sukupolvelle merkityksellinen kokemus. Sitä muistellaan haastattelussa ja kuvaukset ovat perusteellisia:

Kahdeksalta mentiin alakansakouluun, kun mä kuljin vielä sieltä (– –), niin mulla oli tommonen kolmen kilometrin koulumatka, eikä ollu katuvaloja. Äiti pani aina myrskylyhdyn käteen tuota aamulla, kun poika lähtee kouluun ja sit oli semmonen virta puro, minkä yli piti mennä ja siin oli tommonen metrin leveä silta ja toisella puolella vaan kaiteet. (Mies, s. 1925.)

Koska fyysinen aktiivisuus oli läsnä arjessa voimakkaasti, jäi koulussa annetun liikuntakasvatuksen merkitys muisteluissa vähäiseksi. Se näyttäytyy aineistossa lähinnä lyhyinä mainintoina, joista siirrytään haastatelussa takaisin kertomaan arjen sekaan lomittuneesta liikkumisesta. Useat vanhemmat pitivät liikuntakasvatusta turhana ajanhukkana. Liikuntakasvatuksen tavoitteet olivat fyysisen kunnon kohentamisen sijaan toisaalla. Poikien kohdalla kyse oli yhtenäiskulttuurin vahvistamisesta, sotilaallisen koulutuksen perustan oppimisesta

ja sosiaalisesta kontrollista. Viimeksi mainittu tarkoitti terveyden, raittiuden ja itsehillinnän edistämistä. (Ks. Itkonen 1996, 160–169; Vasara 1997.)

Poikien liikkumista tuettiin ja siihen kannustettiin. Omaehtoinen liikunta näyttäytyy vahvana muistona aineistoissa. Poikien elämän täytti sotaa edeltäneinä vuosina ja sota-aikana koulu, työ kodin ulkopuolella ja omaehtoinen liikunta. Urheiluliike ei ennen sotia päijäthämäläisiä syrjäkyliä saavuttanut, vaan kisailua käytiin lähinnä kaverien kesken (vrt. Keskinen 2012):

Mä oon ihan pikkupojasta saakka liikkunu. Meil oli aina jalkapalloporukat ja pelattiin semmosella metsäniityllä. Lyötiin äitin seipäitä sinne maaliksi ja potkupalloa pelattiin ihan kuus seittemän vuotiaasta alkaen. Sit vähän vanhempana alettiin hyppää korkeutta ja seivästä ja se oli hurjaa, kun pääsi kaks metriä seipäällä. (Mies 1925.)

Liikunta oli erityisesti pojille läpi tutkimusaineiston hyväksytty tapa viettää vapaa-aikaa. Pojat saivat rakentaa peli-, hyppy- ja heittopaikkoja kylien läheisyyteen. Monessa tapauksessa kylien aikuiset miehet auttoivat, järjestivät esimerkiksi hyppytelineiden rakentamiseen tarvittavat materiaalit, ja osallistuivatpa itsekkin kisailuun.

Tyttöjen paikka maalaisyhteisöissä oli 1930- ja 1940-luvuilla tiukasti kiinni kotitalouksissa ja kotipiirissä. Kummankin sukupuolen arki ja työt olivat fyysisesti raskaita ja kuormittavia. Sota toi nuorten elämään lisätöitä. Muutokset elämäntavoissa ja fyysisessä kuormituksessa alkoivat näkyä vasta raatajapolven lasten elämässä.

Nivelsukupolvi pyöräilee

Sotaa seuranneina vuosina syntyi runsaasti lapsia. Sodan keskeyttämä nuorten elämä jatkui ja lapsia syntyi ennätystahtiin vuosina 1945–1950 (mm. Karisto 2005). Semi Purhonen (2008, 19) kirjoittaa suurten ikäluokkien edustajista eroosioagentteina, jotka pyyhkivät kaiken vanhan tieltään. Kun heidän elämänsä katsotaan retrospektiivisesti kuluneen 60 vuoden ajalta, on tulkinta perusteltu. Sen sijaan tämän artikkelin muistitietoaineistojen valossa, nivelsukupolven edustajien kronologista ikää seuraten, maaseutuelämän muutos näyttää vielä suurten ikäluokkien varttuessa hitaalta ja vaivalloiselta prosessilta.

Tärkeä elämäntapaa määrittävä tekijä oli asuinpaikka. Moni tutkimusaineiston miesten perheistä (5) muutti sodan jälkeen työn perässä tiheämmin asutuille alueille ja jätti syrjäseudut taakseen. Näihin perheisiin vuosina 1945–1950 syntyneet pojat kasvoivat omien vanhempiensa nuoruudesta poikkeavaan elämäntapaan. Sen sijaan aineiston maaseutuyhteisöön jääneiden pojat (3) syntyivät hyvin samankaltaisiin oloihin, joissa aineiston vanhin polvi oli kasvanut. Erot asuinpaikkojen välillä nousevat aineistossa esille, kun tarkastellaan fyysisistä aktiivisuutta. Vuonna 1950 syntyneen, ja lapsuutensa isovanhempien hoivissa eläneen, miehen ensimmäinen lapsuusmuisto on paljon puhuva: ”Siinä oli. Siinä sitä tuli oltua ite mukana näis töis aina”. Agraarin kasvatusmallin mukaisesti poika pistettiin heti jaloilleen päästyään mukaan talon töihin, kokemusoppimaan ja osallistumaan. Haastatteluisissa muistoja maatilan töihin osallistumisesta tulee myös tällä polvella esille:

Kyllä siellä aina oltiin mukana töissä että tuota vaikkakin ehkä nyt sitte ne oli semmosta niinku leikin varjollakin sitä työhommaa mutta kyllä niinku muistan heinätyötkin niin kyllä mä heinäseipäät toki mä aina laitoin seipäät pelolla niin ojan yli ja kävelin ja vedin aina perässä ja vein niitä sinne tuota alle kouluikäisenäkin. (Mies, s. 1950)

Se vissiin ku ruvettiin kävelemään. Siit, mitä siitä sitten neljä viis jonkunlaista heinäharavaa perässä vedettiin. (– –) Et siinä tosiaan kun maataloa oli niin tuota, semmosta pientä, ennen kaikkea tietysti justiin tätä, kesällä haravoita taikka sienä taikka marjamettiin ja tällasta. (Mies, 1949.)

Lapsuuden osalta edelliset muistelut eivät poikkeaa raatajapolven kokemuksista. Muutoksia agraariajan perinteiseen elämäntapaan tuli vasta kansakoulun jälkeen, jolloin fyysisen työn ja aktiivisuuden kuvaus jää aineistossa taustalle.

Mikäli aineiston maaseudulla syntyneiden miesten muistelua tulkitsee merkityksellisten asioiden esiin nostamisen kautta, vaikuttaa vapaa-ajan kasvatuksellinen normatiivisuus hitaasti löytyvän. Fyysinen aktiivisuus ei ole enää muistelua läpäisevä kerronnan osa, vaan raataminen alkaa painua 1960-luvulla taka-alalle. Hiihtämisen ja pitkien koulumatkojen tilalle haastatteluihin tulee uusi arkiliikkumisen väline (ks. Männistö-Funk 2012):

Mä olin varmaan vähä toistakymment silloin, se oli vielä kolmivaihteinen pyörä ja sen pyörän merkki oli stadikki, se oli ihan uus pyörä. Ja...polkupyöräl me ajettiin pitkiä matkoja, mul asu serkut, yks asu Nastolassa ja Villähteellä ja sinne ajettiin paljon. Se oli ihan normaalia lähteä Villähteelle polkupyörällä. Se oli tommonen viistoist kilsaa, mitä siitä tuli. (Mies, s. 1948.)

1960-luvun puolivälissä modernisoituvaa yhteiskuntaa vaikuttaa löytävän tiensä myös tämän tutkimusaineiston miesten elämään. 1960-luvulla vanhempien rooli liikuntaan sosiaalistamisessa alkaa loistaa poissaolollaan. Aineiston vanhimman polven edustajat olivat 1960-luvulla jo nelissäkymmenissä. Läpi sukupolvien kestänyt fyysisen aktiivisuuden pakko ja sen mukanaan tuoma tiukka sukupuolenmukainen kasvatusta näyttää tämän tutkimuksen aineiston perusteella katkeavan heidän nuoruuteensa. Kolme aineiston suurten ikäluokkien pojista sai lapsuudessa maaseutuelämän sukupuolenmukaisen fyysisen kasvatuksen – valmiudet jatkaa elämää vanhan agraariyhteiskunnan ehdoilla –, mutta sen tarpeettomuus modernisoituvassa Suomessa näyttää läpäisevän 1960-luvulla niin maaseudulla, pienemmissä taajamissa kuin kaupungeissakin asuneiden perheiden kasvatuskäytännöt.

Kysyttäessä suurten ikäluokkien miesten vanhemmilta heidän liikunnan harrastamiseen liittyneitä kasvatuskäytäntöjä, ei sellaisista ollut juurikaan muistoja. 1920-luvulla syntynyt agraarioloista lähtöisin ollut sukupolvi, joka modernisaation myötä pääsi vihdoin irti loputtomasta fyysisestä raatamisesta, ei enää 1960-luvulla pitänyt lastensa rehkimistä järkevänä, pikemminkin päinvastoin.

Aiempien pakkojen poistuminen avasi nuorille mahdollisuuden laajentaa elinpiiriään. Polkupyörä tarjosi siihen maaseudulla, taajamissa ja kaupungeissa välineen:

No sit nyt on, millon missäkin riennetty ja pyöräilty sillonhan se on paljon, kun ei ollu mopoo, no alko niit sitten olee. Aika pirun pitkältä sit joutu polkupyörällä varas..varaan. (Mies, s. 1949.)

Myös järjestetystä liikunnasta alkaa aineiston suurten ikäluokkien miesten nuoruudessa näkyä jälkiä. Aktiivisempi harrastaminen aloitetaan kuitenkin vasta aikuisiässä, kuntoliikuntana tai pelailuna työpaikkasarjoissa:

[Lapsena] Ei mitään säännöllistä varsinaista liikuntaa. No sillon kun oli koirra, niin koiran kanssa kuljin paljon pitkin mettiä ulkona. Ei minkääläist muuta, mä en oo ikinä tykänny mistään ohjatus varsinaisest liikunnasta. Sitte seitkytäsettä mä olen ensimmäisen kerran istunu hevosen selkään, niin

se on ollu sit ihan säännöllinen liikuntamuoto. Alkuun vähintään kerran viikossa, sitten vuosien saatossa paljon enemmän, monta kertaa viikossa ja tunteja paljon. (Mies, s. 1950.)

Haastateltujen miesten tapa kertoa liikkumisesta ja liikunnasta muuttuu 1970-luvulle tultaessa. Mikäli muuttunutta puhetapaa pitäisi kuva yhdellä sanalla, olisi se leikkisyys. Liikunta ja fyysinen aktiivisuus liitetään muistelussa lähinnä vapaa-aikaan ja vapaaehtoisuuteen – edellisessä lainauksessa ratsastukseen. Tämä käänne konkretisoituu suurten ikäluokkien lasten elämässä ja heidän muistoissaan.

Leikkisä liikuntasukupolvi

Aineiston kolmannen polven pojat (s. 1967–1978) syntyvät toisenlaiseen maailmaan, kuin missä heidän vanhempansa ja isovanhempansa olivat varttuneet. Tämä sukupolvi pääsi mukaan suomalaiseen elämäntapaan vaiheessa, jossa hyvinvointivaltio eli kukoistuksen ja kasvun kautta (ks. Hoikkala & Paju 2008). Haastatteluista löytyy enää vähäisiä viitteitä heidän isovanhempiensa ja vanhempiensa lapsuuden ja nuoruuden elämäntavasta. Kolmannen polven vanhemmat olivat kasvaneet sisään hyvinvoinnin tuomiin mahdollisuuksiin ja vapauteen (ks. Siltala 2013, 160).

Muuttuneet elinolot ja mentaliteetti heijastuivat sukupolvien väliseen vuorovaikutukseen. Sirkka Ahonen (1998, 60) muotoilee 1970-luvun asetelman seuraavasti: ”Kiihtynyt modernisaatio teki uudesta kiehtovaa ja vanhasta joutavaa.” Lapsuuden läpäisevää kokemusoppimista ei enää tarvittu entisessä määrin – eikä sellaisesta löydy aineistossa jälkiä. Leikkiminen tapahtui uusissa yhteiskunnallisissa oloissa ja vanhempien työorientoituneet kasvatustavoitteet siirtyivät etäämmälle lapsuudesta. Lapsuus sosiaalisena ikänä irtosi agraareista ”kahleista”. Kaari Utrion (1998, 13) kuvausta mukailen, myös tämän aineiston vanhemmat katsoivat 70-luvulla lastensa tienneen paremmin, mitä he kunakin aikana tarvitsivat.

Fyysisen aktiivisuuden paikka lasten ja varhaisnuorten elämässä koki aineiston kolmannessa polvessa murroksen. Merkittävintä oli työn häviäminen lapsuusmuistoista. Muutokset asuinoloissa mahdollistivat mielekkään ajanvieton sisätiloissa, joka osaltaan passivoi lapsia ja nuoria. Tämä näkyy kaikkien aineiston kolmannen polven edustajien haastatteluisissa. Lapsuus ja nuoruus olivat fyysisesti aiempia sukupolvia kevyempiä ja arkiliikunnan määrä vähäisempää (ks. myös Zacheus 2008, 267). Fyysinen (pakko)aktiivisuus vaihtui tämän polven elämässä vapaaehtoiseksi aktiivisuudeksi, joka sai konkreettisen muodon leikeissä ja leikkisissä peleissä:

Sillon tenavana tuli liikuttua erittäin paljon ja se on jatkunu sitten sen jälkeenkin. Et siel oli sellanen hyvä porukka siellä Ahtialan suunnalla, että tuli kavereitten kanssa liikuttua. Tuli leikittyä sotaa ja juoksenneltua metässä erittäin paljon. (Mies, s. 1974.)

Vastaavia muistoja ja kuvauksia oli kaikkien tämän polven miesten muisteluissa. Vuonna 1972 syntynyt mies kiteyttää fyysisistä pakoista vapaan lapsuuden haastattelussa:

Ei mitään sellasta tota, ikinä treenannu silleen skidinä mitään tollasta mitään tiettyä lajii tai mitään, en käyny missään treen...faija nyt on ollu nuorena kova urheilumies, et se opetti noi suunnistukset ja muut. Me skidit keskenään jotain oltiin kovii kilpailemaan, otettiin keskenään jotain matseja. Lajis kun lajis tietenkkin se menee aina poikien kesken kilpailuks. (Mies, s. 1972.)

Aineistosta välittyy kuva yhteiskunnassa tapahtuneesta paradigman muutoksesta, jossa lasten ja nuorten fyysinen aktiivisuus, liikkuminen ja liikunta, irtoaa historiallisista raatumisen kahleista. Kansanterveysajattelu teki vasta tuloaan ja keskustelu ulkonäköihanteista roihahhti vasta 1980-luvun lopulla. Aineiston kolmannen polven lapsuus ja nuoruus näyttävät sukupolvien ketjussa poikkeamalta. He ovat kohortti, jonka fyysistä aktiivisuutta ei pakotettu ulkopuolisten, vanhempien tai yhteiskunnan toimesta.

Matti Kortteinen (1982, 126) kirjoittaa siitä yhteiskunnallisesta muutostilasta, jossa lasten ja nuorten fyysinen aktiivisuus muuttui hetkellisesti vapauden leikkikentäksi:

Maaltamuuttajien elämäntapojen muutosta voi ymmärtää kivuliaana uudelleen-sosiaalistumisprosessina, jossa vähitellen – henkilöhistoriallisten vaiheiden kautta – paljastuu se, kuinka huonosti perinteiset arvot uusiin elinolosuhteisiin soveltuvat, prosessina, jonka kuluessa yritetään löytää uusissa olosuhteissa tapahtuvalle elämiselle uusia, kestäviä sosiaalisia muotoja.

Eivät aineiston pojat passivoituneet, vaikka liikkumisen pakko, koululiikuntaa lukuun ottamatta, väistyi syrjään. Liikuntakulttuurissa liu'uttiin kohti teknistymisen ja tuotteistumisen aikakautta (ks. Zacheus 2008, 29). Järjestetty harrastaminen, erikseen liikuntaa varten rakennetut ympäristöt ja liikuntakuluttaminen imaisivat aineiston 12 pojasta 10 mukaansa. Lajikirjo oli kattava: punttisali (3 poikaa), squash (2 poikaa), jalkapallo, sulkapallo, pyöräily ja alamäkienduro, trial ja uinti. Haastateltava kertoo urheilullisuuden olleen sekä ulkonäköön että urheilun harrastamiseen kytkeytynyt ihanne:

Haastattelija: Muistatko, mikä sai sut aloittamaan tän punttisalin?

Joo, kyl se varmasti hyvin pitkälle oli tää silloseenkin ajankuvaan liittyvä juttu, että et tietyl tavalla alko sitten tulla näitä ihanteita, et pitää niinku olla sporttinen ja pitää pitää sitten olla vähän pattii ja näin. (Mies, s. 1972)

Haastattelija: Joo, mistä ikävaiheesta mihin sä harrastit (jalkapalloa) noin aktiivisesti?

No se alko tota oisko mä ollu seittemän tai kaheksan, just silleen että kun koulu..kouluun on menny, niin tota näit oli näit tälläsii nappulakouluja mitä, joo niin tota kesällä, se oli varmaan yks tai kaks kesää kun meni ensin niissä ja sen jälkeen sitten niinku käytännössä siihen seuratoimintaan silleen mukaan kokonaan. Ja se oli sitten se oli aktiivista. Et jos ois...oiskohan meil ollu, hallihan oli silloin jo, minä vuonna se tuli, en muistakaan, mut siel oli harjoitusvuorot. (Mies, s. 1971.)

Viihdeliikunnan sukupolvi tekee valintoja

Aineistossa nuorimman sukupolven muisteluissa perheen rooli näyttää jälleen vahvistuvan (ks. Siltala 2013, 167–168). Liikkuminen ja liikunta värittävät poikien elämää uudenlaisen kasvatusotteen siivittäminä: koti kasvattaa ja koulu opettaa (ks. Vesikansa 2009). Yhteiskunta, joka otti suuret ikäluokat ja heidän lapsensa institutionaaliseen syleilyyn, pyrki palauttamaan vastuun lapsista ja kasvatuksesta takaisin perheille (Vesikansa 2009, 249–250).

Kehitystä edisti lasten elinpiiri kaventuminen. Itsenäiseen leikkimiseen ja pelailuun ei ollut enää mahdollisuutta entiseen tapaan, sillä vanhempien riskiajattelu ja turvasääntely

leimasivat vuosituhaten vaihteen lapsuutta (Koskela 2009, 132–148). Jos 1920-luvulla syntynyt lapsi astui pirtin ovesta suoraan fyysiseen (pakko)aktiivisuuteen, niin 1990-luvulla pirpanaa ei päästetty kotiovesta edes rappukäytävään ilman vanhempien valvontaa. Liikuntaa harrastettiin pääosin erikseen sitä varten rakennetuissa tiloissa (Kyttä 2003). Vanhemmat kuljettivat lapset liikuntapaikoille, joissa toiminta tapahtui ohjatusti. Kehitys näkyy aineistossa vahvana niin kaupungeissa kuin maaseudulla eläneiden kohdalla. Koulu- matkojen kulkeminen jalan tai polkupyörällä vaihtui linja-autoon tai autokyytiin. (Ks. myös Kyttä ym. 2009.) Nämä muutokset toistuvat läpi nuorimman polven liikuntamuisteluiden. Liikunta-aktiivisuudesta tuli pakon tai edes vapaaehtoisuuden sijaan vanhempien sääntelemää. Aineiston nuoret miehet liikkuvat osin myös siksi, koska kokivat vanhempiensa halunneen heille (seura)liikuntaharrastuksen. Vanhempien toive pysyvästä harrastuksesta siirtyi kuitenkin vuonna 1988 syntyneellä miehellä pian teini-iässä omavalintaisiin lajeihin:

Mä oon pelannu korista, sählyä, ja, no siinä ne oliki oikeestaan. Mä alotin fudiksen, ootas olinkohan mä eka vai, mä olin ekalla tai tokaluokalla kun mä alotin fudiksen...

Haastattelija: Sä oot aloittanu kaikki aika aikasin.

Joo, sillei ku, porukat yritti saada mulle jotain semmoista pysyvää harrastusta niinku viel. Mut en mä siitä pallon perässä juoksemisesta tykänny yhtään. Pari vuotta pelasit sit vähän niinku porukoitten mieliks sillo kun olin niin pieni ja, se loppu sit joskus 9–10-vuotiaana ja sit koripalloo vähän aikaa ja se ei ollu yhtään mun juttu. Sit vaan pysyttiin tosiaan tos laskemisessa, et talvet laskettiin ja kesät ajettiin [motocrossia]. (Mies, s. 1988.)

Tapa merkityksellistää liikkumista ja liikuntaa sai nuorimman polven poikien haastatteluisa uuden sävyn. Kysyttäessä liikunnasta tai liikkumisesta se yhdistettiin lähes poikkeuksetta erikseen harrastettavaan liikuntaan ja urheiluun. Haastatteluista löytyi vain muutamia mainintoja omaehtoisesta liikkumisesta. Vuonna 1987 syntynyt poika kuvaa omaehtoista liikkumistaan seuraavasti:

No sillon mä kävin vähän nyrkkeilee ja, mut ihan vaan semmoista niin ku halusin vaan jotain harrastaa ni. [– –] Kavereittenkin kaa käytiin ja sitten kuntoilumielessä. (Mies, s. 1987.)

Liikunnan kokeiluluontoisuus puolestaan nousee esiin vuonna 1989 syntyneen pojan haastattelussa:

No mä oon, mitä mä oon ennen niin mä harrastin kolme vuotta tennistä, sitten mä lopetin sen, sitten mä oli puoli vuotta kung-fu:ssa, sitten mä lopetin senkin, sitten mä pelasit hetken golfia, mutta senkin mä lopetin, ja nyt mä en oo oikeestaan tehny oikeen mitään.

Haastattelija: Joo. Mitä varten sä sitten lopetit, onks siihen joku?

No mää todennäköisesti kyllästyin, tai mää tulin siihen tulokseen että ei tää oo oikeen mun juttuni ja sitten mä lopetin. Nyt ainoa liikunnallinen asia mitä

mää teen on tanssipelit eli sekin on tietokoneella tehtävä semmoinen, että kytetään semmoinen tanssimatto tietokoneeseen ja siinä sitten. (Mies, s. 1989.)

Pojan kuvausta liikunnasta voi kutsua *liikuntasukkuloinniksi* (vrt. Lähteenmaa 1991). Samankaltainen kertomus toistuu aineiston haastatteluissa. Nuorimman polven lähes kaikki pojat olivat harrastaneet useita lajeja, moni peräti 4–6 eri urheilulajia. Näistä jalkapallo, jääkiekko ja pesäpallo mainittiin useimmin. Liikunnasta vaikutti tuleen tämän aineiston nuorimmalle polven pojille valinta muun vapaa-aikatarjonnan rinnalle. Yksilöllisen valinnan aikakaudella kokeiltiin ja valikoitiin – etsittiin uusia elämyksiä. Uusia urheilulajeja aloitettiin ja niihin kyllästyttiin nopeasti.

Aineistosta käy ilmi, miten vanhemmat pyrkivät tuomaan aktiivisesti perheen pöytään omia liikuntakokemuksiaan, kansanterveysajattelun ja yhteiskunnan heille säilyttämän kasvatusvastuun. Vanhemmat puolestaan näyttivät haluavan siirtää vastuun edelleen liikunta-seuroille. Viihdeliikunnan sukupolvi lähti vanhempiensa kannustamana lapsuudessaan masamäärin harrastamaan liikuntaa urheiluseuroihin (ks. myös Kansallinen liikuntatutkimus 2010; Myllyniemi & Berg 2013). Kahta lukuun ottamatta aineiston pojat kuitenkin lopettivat liikunnan harrastamisen viimeistään saavutettuaan iän, jossa vanhempien kasvatusvastuu ja -valta heikkenivät. Syiksi mainittiin: ei enää huvittanut, tarjolla oli parempaa tekemistä, muut asiat kiinnostivat enemmän, aika ei riittänyt ja liikunnan harrastaminen oli liian vakavahenkistä ja kallista.

[–] Jääkiekkoo pelannu kuudentoista ikäseksi ikäkausiedustusjoukkueessa ja. Sen jälkeen en oo tehny oikeestaan yhtään mitään urheilua.

Haastattelija: No mites ne jäi?

No kun mulla oli lähinnä se jääkiekko, et se oli enemmänkin kavereiden kanssa tekemistä eikä niinkään NHL-pelaajaksi haluamista ni ei oikeen enää nappannu siinä vaiheessa sitten se touhu rupes olemaan kymmenen kertaa viikossa reenejä. (Mies, s. 1988.)

Aineiston nuorin polvi syntyi maailmaan, jossa informaatio- ja viihdeteknologia oli tehnyt massiivisen läpimurron, erinomaisuuden tavoittelusta oli tullut eräs nuoruuden keskeinen määre, suomalainen urheiluliike oli tuotteistanut itsensä ja yksilöllisyys ja erityisyys alkoivat leimata nuorten mentaliteettia. Uudelle vuosituhannele tultaessa oli muotoutunut elämäntapa, jossa fyysisestä aktiivisuudesta oli tullut kulutusvaihtoehto, terveyteen ja ulkonäköön liittyvä valinta. Haastatteluhetkellä nuorimman polven pojat olivat noin 20–23 vuoden iässä. Kaksi 15-vuotiaana lopettanutta oli palannut liikunnan pariin, joten viihdeliikunnan sukupolvesta neljä poikaa liikkui säännöllisesti ja neljä taas ei harrastanut lainkaan liikuntaa. Lopuilla (6) liikunnan omaehtoinen harrastaminen vaihteli lajin ja aktiivisuuden suhteen hyvin paljon.

Lopuksi

Lasten ja nuorten liikkumattomuus on noussut kansalliseksi huoleksi. Tämän artikkelin välityksellä piirtyy kuva siitä, miten poikien fyysisen aktiivisuuden, liikkumisen ja liikunnan väheneminen liittyy läheisesti elämäntapojen muutokseen. Aineistossa on vahvoja viitteitä siitä, kuinka voima, jaksaminen, kestävyyskunto ja arkiliikkuminen eivät siirtyneet 1900-luvulla agraarimallin mukaisesti sukupolvelta toiselle (ks. Zacheus 2008). Moderni-

saatio aiheutti fyysiseen aktiivisuuteen katkoksia. Nuoret sukupolvet antoivat liikkumiselle ja liikunnalle uusia merkityksiä, joihin ei liittynyt enää arjen pakkoja tai ajatuksia perheen elämäntavan jatkamisesta.

1920-luvulla syntyneen päijäthämäläisen maaseutuköyhälistön raatamisen mentaliteetti siirtyy vielä muutamille maalle jääneille suurten ikäluokkien pojille, mutta 1960- ja 1970-luvuilla syntyneiden ajattelussa vaikuttaa tapahtuvan paradigman muutos. Suhtautuminen liikkumiseen ja liikuntaan kiinnittyy ennen kaikkea vapaa aikaan ja saa leikkisän sävyn. (Ks. myös Itkonen 1996.) Aineiston nuorimman polven pojat näyttävät siirtyvän liikunta-sukkulointiin, jossa liikunnan harrastaminen on yksi vapaa-ajan valinta muiden joukossa. Samalla suhde liikkumiseen ja liikuntaa saa elämyksellisiä ja kokemuksellisia sävyjä.

Tämä artikkeli ei ole kattava otos suomalaispoikien elämäntavan ja fyysisen aktiivisuuden muutoksista. Se avaa kuitenkin näköaloja siihen, millaisia muutoksia fyysisessä aktiivisuudessa, liikkumisessa ja liikunnassa, on tapahtunut neljän sukupolven aikana. Sukupolvien väliset neuvottelut tuottivat jatkumoa, katkoksia ja muuttivat maailmaa. Antti Häkkinen (2013, 55) sanoin: "[M]uutoksen mukana muuttui koko elämäntapa: työ, elämäntapa, harrastukset ja perhe".

Viitteet

- [1] Hankkeen vastuullisena johtajana toimi professori Pertti Haapala ja aineiston keräämiseen osallistuivat Antti Häkkinen, Pirkko Leino-Kaukiainen, Kaisa Kauranen, Martti Korhonen, Eila Linnanmäki ja Heikki Vuorinen.
- [2] Nuorisotutkimusseuran, Nuoren Voiman Liiton ja Suomalaisen Kirjallisuuden Seuran (SKS) 15.5.–30.11.2010 järjestämä kirjoituskilpailu.

Lähteet

Painamattomat lähteet

Oi Nuoruus -kirjoituskilpailun 1920-luvulla syntyneiden miesten tekstit. Nuorisotutkimusseuran, Nuoren Voiman Liiton ja Suomalaisen Kirjallisuuden Seuran (SKS) 15.5.–30.11.2010 järjestämä kirjoituskilpailu. Aineisto tallennettuna Nuorisotutkimusverkostossa ja Suomalaisen kirjallisuuden Seurassa.

Haastattelut

Päijät-Häme-haastatteluaineisto. Kerätty vuonna 2004 osana Suomen Akatemian rahoittamaa Health Promotion as Ideology, Policy and Practice in Finland -tutkimushanketta. Anni Ojajärven haastatteluaineisto. Kerätty vuosina 2008–2009 osana Suomen Akatemian rahoittamaan VARU-tutkimushanketta Parolan Panssariprikaatissa vuosina 2008–2009.

Sanomalehdet

Helsingin Sanomat 10.10.2013. Lapset kärsivät aikuisten sairauksista [www-lähde]. < <http://www.hs.fi/urheilu/a1381293297437> > (Luettu 6.11.2013).

Helsingin Sanomat 24.10.2013. Kaksikymppisten miesten lihaskunto heikentynyt kaksikymmentä vuotta [www-lähde]. < <http://www.hs.fi/kotimaa/Kaksikymppisten+miesten+lihaskunto+heikentynyt+kaksikymment%C3%A4+vuotta/a1382585279604> > (Luettu 6.11.2013).

Vapaavuori, Jan & Paaajanen, Minna 2012. Viimeinen aika herätä liikkumattomuuteen. Aamulehti 25.10.2013 [www-lähde]. < <http://www.liikuntaneuvosto.fi/files/241/aamulehti.pdf> > (Luettu 10.10.2013).

Kirjallisuus

Ahonen, Sirkka 1998. Historiaton sukupolvi. Historian vastaanotto ja historiallisen identiteetin rakentuminen 1990-luvun nuorison keskuudessa. Helsinki: Suomen Historiallinen Seura.

Bäckmand, Heli 2006. Fyysisen aktiivisuuden yhteys persoonallisuuteen, mielialaan ja toimintakykyyn. Pitkäaikaisseurantatutkimus ikääntyvillä miehillä. Helsingin yliopiston kansanterveystieteen laitos.

Fingeroos, Outi & Peltonen, Ulla-Maija 2006. Muistitieto ja tutkimus. Teoksessa Fingeroos, Outi, Haanpää, Riina, Heimo, Anne & Peltonen, Ulla-Maija (toim.), Muistitietotutkimus. Metodisia kysymyksiä. Helsinki: Suomen Kirjallisuuden Seura, 7–24.

Giele, Janet & Elder, Glen 1998. Life Course Research. Development of a Field. Teoksessa Giele, Janet & Elder, Glen (toim.), Methods of Life Course Research. Qualitative and Quantitative Approaches. London: SAGE, 5–27.

Geertz, Clifford 1973. The interpretation of cultures: selected essays. New York: Basic Books.

Hobsbawm, Eric 1994. The Age of Extremes: The Short Twentieth Century, 1914–1991. New York: Vintage Books.

Hoikkala, Tommi & Paju, Petri 2008. Entä nuoremmat sukupolvet? Sukupolvitutkimus ja nuorisopolitiikka. Teoksessa Purhonen, Semi, Hoikkala, Tommi & Roos, J.P. (toim.), Kenen sukupolveen kuulut? Suurten ikäluokkien tarina. Helsinki: Gaudeamus, 270–294.

Husu, Pauliina, Paronen, Olavi, Suni, Jaana & Vasankari, Tommi 2011. Suomalaisten fyysisen aktiivisuus ja kunto. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriö.

Häkkinen, Antti, Linnanmäki, Eila & Leino-Kaukiainen, Pirkko 2005. Suomi, johon suuret ikäluokat kuuluivat. Teoksessa Karisto, Antti (toim.), Suuret ikäluokat. Tampere: Vastapaino, 61–91.

Häkkinen, Antti 2012. Johan Adolf Kock: elämäntutkimus ja historia. Historiallinen Aikakauskirja 4/2012, 378–389.

Häkkinen, Antti, Salasuo, Mikko, Ojajärvi, Anni & Puuronen Anne 2013. Johdanto. Teoksessa Häkkinen, Antti, Puuronen, Anne, Salasuo, Mikko & Ojajärvi, Anni, Sosiaalinen albumi. Elämäntavat sukupolvien murroksissa. Helsinki: Nuorisotutkimusseura/Nuorisotutkimusverkosto, 7–20.

Häkkinen, Antti 2013. Suomalaiset sukupolvet, elämäntapa, ja historia – sukupolvesta sukupolveen. Teoksessa Häkkinen, Antti, Puuronen, Anne, Salasuo, Mikko & Ojajärvi, Anni, Sosiaalinen albumi. Elämäntavat sukupolvien murroksissa. Helsinki: Nuorisotutkimusseura/Nuorisotutkimusverkosto, 21–56.

Itkonen, Hannu 1996. Kenttien kutsu. Tutkimus liikuntakulttuurin muutoksesta. Tampere: Gaudeamus.

Kansallinen liikuntatutkimus 2010. Liikuntatutkimus 2009–2010. Lapset ja nuoret. Helsinki: SLU.

Karisto, Antti 2005. Suuret ikäluokat kuvastimena. Teoksessa Karisto, Antti (toim.), Suuret ikäluokat. Tampere: Vastapaino, 17–60.

- Keskinen, Lauri 2012. Seura tekee kaltaisekseen. Poliittinen sosialisaatio varsinaissuomalaisissa työväenurheiluseuroissa vuosisadan vaihteesta 1920-luvun alkuun. Turun yliopiston julkaisuja C 327.
- Kortteinen, Matti 1982. Lähiö. Tutkimus elämäntapojen muutoksesta. Helsinki: Otava.
- Korkiakangas, Pirjo 1996. Muistoista rakentuva lapsuus. Agraarinen perintö lapsuuden työteon ja leikkien muistelussa. Helsinki: Suomen Muinaismuistoyhdistys.
- Koskela, Hille 2009. Pelkokierre. Pelon politiikkaa, turvamarkkinat ja kamppailua kaupunkitilasta. Helsinki: Gaudeamus.
- Kyttä, Marketta 2003. Children in outdoor contexts. Affordances and independent mobility in the assessment of environmental child friendliness. Teknillinen korkeakoulu. Espoo: Teknillinen korkeakoulu.
- Kyttä, Marketta, Broberg, Anna & Kahila, Maarit 2009. Lasten liikkumista ja terveyttä edistävä urbaani ympäristö. *Yhdyskuntasuunnittelu* 47 (2), 6–25.
- Lee, I-Min, Shiroma, Eric, Lobelo, Felipe, Puska, Pekka, Blair, Steven & Katzmarzyk, Peter 2012. Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy [www-lähde]. < <http://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736%2812%2961031-9/fulltext> > (Luettu 20.8.2012).
- Lähtenmaa, Jaana 1991. Hip-hoppareita, lähiöläisiä ja kultturelleja. Nuorisoryhmistä 80-luvun lopun Helsingissä. Helsingin kaupunki: Nuorisoasiankeskus.
- Mannheim, Karl 1952. The Problem of Generations. Teoksessa Keckskemeti, Paul (toim.), *Essays on the Sociology of Knowledge by Karl Mannheim*. New York: Routledge and Kegan Paul, 276–320.
- Markkola, Pirjo 2003. Moninainen maalaisnuoriso. Teoksessa Aapola, Sinikka & Kaarninen, Mervi (toim.), *Nuoruuden vuosisata. Suomalaisen nuorison historia*. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, 129–160.
- Millar, Susan 1968. *The Psychology of Play*. Harmondsworth: Middlesex, 21.
- Myllyniemi, Sami & Berg, Päivi 2013. Nuoria liikkeellä! Nuorten vapaa-aikatutkimus 2013. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriö, Valtion liikuntaneuvosto, Nuorisoasiain neuvottelukunta & Nuorisotutkimusverkosto.
- Männistö-Funk, Tiina 2012. The Prime, decline and recalling of rural cycling. *Bicycle practices in the 1920s' and 1930s' Finland remembered in 1971–1972*. *Transfers – Interdisciplinary Journal of mobility studies* 2 (2), 49–69.
- Paffenbarger, Ralf, Blair, Steven & Lee, I-Min 2001. A History of Physical Activity, Cardiovascular Health and Longevity: The Scientific Contributions of Jeremy N. Norris, DSc, DPH, FRCP. *International Journal of Epidemiology* 30, 1184–1192.
- Purhonen, Semi 2008. Johdanto: Suuret ikäluokat sukupolvena? Teoksessa Purhonen, Semi, Hoikkala, Tommi & Roos, J.P. (toim.), *Kenen sukupolveen kuulut? Suurten ikäluokkien tarina*. Helsinki: Gaudeamus, 9–32.
- Salasuo, Mikko & Ojajärvi, Anni 2013. Sukupolvia liikkeessä – fyysisestä pakkoaktiivisuudesta liikkumattomuuteen. Teoksessa Häkkinen, Antti, Puuronen, Anne, Salasuo, Mikko & Ojajärvi, Anni, *Sosiaalinen albumi. Elämäntavat sukupolvien murroksissa*. Helsinki: Nuorisotutkimusseura/Nuorisotutkimusverkosto, 111–180.
- Santtila, Matti 2003. Varusmiesten fyysisen koulutuksen perusteet. Teoksessa Nissinen, Vesa (toim.), *Kehittyvä varusmieskoulutus*. Helsinki: Puolustusvoimien koulutuksen kehittämiskeskus, 111–174.

- Santtila, Matti 2010. Effects of Added Endurance or Strength Training on Cardiovascular and Neuromuscular Performance of Conscripts During the 8-week Basic Training Period. University of Jyväskylä: Studies in Sport, Physical Education and Health.
- Siltala, Juha 2013. Nuoriso. Mainettaan parempi? Helsinki: WSOY.
- Spariosu, Mihail 1989. Dionysus Reborn. Play and the Aesthetic Dimension in Modern Philosophical and Scientific Discourse. New York: Cornell University.
- Vasara, Erkki 1997. Valkoisen Suomen urheilevat soturit: Suojeluskuntajärjestön urheilu- ja kasvatustoiminta vuosina 1918–1939. Helsinki: Suomen Historiallinen Seura.
- Vihola, Teppo 1996. Lahden historia 3: Lahden talouselämän historia. Jyväskylä: Lahden kaupunki.
- Vesikansa, Sari 2009. Kuka kasvattaa, kuka opettaa? Genealoginen tutkimus perheen ja koulun välisen kasvatusvastuun politiikasta. Helsingin yliopiston sosiologian laitoksen tutkimuksia 261.
- Utrio, Kaari 1989. Lapsen historia – idylli vai helvetti? Teoksessa Pyykkönen, Teijo, Telama, Risto & Juppi, Joel (toim.), Liikkuvat lapset. Lapset liikunnan harrastajina ja urheilijoina. Helsinki: Liikuntatieteellinen seura, 11–18.
- Virtanen, Matti 2001. Fennomanian perilliset. Poliittiset traditiot ja sukupolven dynamiikka. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- Walker, Alexander, Walker, Betty & Adam, Fatima 2003. Nutrition, diet, physical activity, smoking, and longevity: From primitive hunter-gatherer to present passive consumer – How far can we go? Nutrition 19 (2), 169–173.
- Waris, Elina 2003. Tytöt, pojat ja yhteisö. Teoksessa Aapola, Sinikka & Kaarninen, Mervi (toim.), Nuoruuden vuosisata. Suomalaisen nuorison historia. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, 109–128.
- Zacheus, Tuomas 2008. Luonnonmukaisesta arkiliikunnasta liikunnan eriytymiseen. Suomalaiset liikuntasukupolvet ja liikuntakulttuurin muutos. Turun yliopiston julkaisu C 268.

***Mikko Salasuo** on vastaava tutkija Nuorisotutkimusverkostossa.*

***Anni Ojajärvi** työskentelee tutkijana Nuorisotutkimusverkostossa.*