

LIIKUNNAN- JA TERVEYSTIEDON OPETTAJIEN  
TÄYDENNYSKOULUTUSTOIVEITA

Katja Kettunen

Liikuntapedagogiikan pro gradu –tutkielma

Kevät 2015

Liikuntakasvatuksen laitos

Jyväskylän yliopisto

## TIIVISTELMÄ

Kettunen Katja, 2015. Liikunnan- ja terveystiedonopettajien täydennyskoulutustoiveita. Liikuntapedagogiikan pro gradu –tutkielma. Liikuntakasvatuksen laitos, Jyväskylän yliopisto, 90s.

Tutkielmassa selvitettiin liikunnan- ja terveystiedon opettajien koulutustoiveita Liikunnan ja terveystiedon opettajat ry:lle (Liito ry). Tavoitteena oli selvittää millaista koulutusta liikunnan- ja terveystiedon opettajat halusivat Liito ry:n järjestävän, miten kiinnostus jakautuu naisilla ja miehillä sekä millaisista yksittäisten aihealueiden koulutuksista eri-ikäiset naiset ja miehet ovat kiinnostuneita.

Tutkielma on laadullinen tutkimus ja tutkimusotteena on fenomenografia. Tutkielman kohdejoukkona on 667 ammatissaan toimivaa liikunnan- ja terveystiedon opettajaa, joista naisia on 480 ja miehiä 187. Tutkimusaineisto on yksi osa kuusiosaisesta laajemmasta tutkimusaineistosta, joka toteutettiin yhteistyössä Jyväskylän yliopiston liikuntatieteiden laitoksen ja Liikunnan- ja terveystiedon opettajat ry:n (Liito ry) kanssa. Aineisto on kerätty sähköisellä kyselylomakkeella (liite 1) keväällä 2011. Otannassa käytettiin Liito ry:n jäsenrekisteriä. Kyselylomake lähetettiin kohdejoukolle sähköpostitse. Tässä tutkielmassa käytetyn kyselylomakkeen kysymykset olivat avoimia kysymyksiä. Aineisto analyysissä vastaukset teemoiteltiin, jonka jälkeen pyrittiin muodostamaan kokonaiskuva ja tulkinta liikunnan- ja terveystiedon opettajien koulutustoiveista sekä vertailu siitä, onko iällä tai sukupuolella vaikutusta koulutustoiveisiin.

Tutkimuksen keskeiset tulokset osoittivat, että liikunnan- ja terveystiedon opettajat iästä tai sukupuolesta riippumatta toivoivat Liito ry:n järjestävän koulutusta, jossa paneudutaan mieluummin kouluun sovellettaviin sisältöihin kuin opettajuuden kehittämiseen. Niin naiskuin miesliikunnan ja terveystiedon opettajat kaikissa ikäryhmissä toivoivat eniten lajitaitoihin liittyviä koulutuksia. Terveystiedon opetukseen liittyviä koulutuksia toivoivat kaikki muut paitsi nuoret miesopettajat. Myös lajiuutuuksiin liittyvät koulutustoiveet olivat kysytyjä iästä tai sukupuolesta riippumatta. Naisilla lajikohtaiset koulutustoiveet olivat iästä riippumatta samansuuntaisia. Miehillä lajikohtaiset koulutustoiveet jakautuivat naisia enemmän eri lajien kesken. Lajeista eniten sekä nais- että miesopettajat toivoivat koulutukseen tanssia ja musiikkiliikuntaa, palloilua, voimistelua ja kehonhuoltoa sekä telinevoimistelua. Kaikki miehet iästä riippumatta toivovat koulutusta naisia enemmän opetuksen haasteisiin. Joissain määrin iällä näyttäisi olevan pientä vaikutusta koulutustoiveisiin. Liikunnanopettajan ikääntyessä hän kaipaa koulutusta hyvinvointiin sekä kuntosaliharjoitteluun ja terveystieteiden nuorempia kollegoitaan enemmän.

Tämän tutkielman tuloksia voidaan hyödyntää suunniteltaessa ja kehitettäessä liikunnan- ja terveystiedon opettajien perus- ja täydennyskoulutusta.

Avainsanat: liikunnan- ja terveystiedon opettaja, koulutustoiveet, täydennyskoulutus

# SISÄLTÖ

TIIVISTELMÄ .....	2
SISÄLTÖ .....	3
2 OPETTAJAN TYÖ .....	8
2.1 Opettajan professio ja opettajuus .....	8
2.2 Muutoksia koulumaailmassa .....	12
3 OPETTAJIEN TÄYDENNYSKOULUTUS .....	14
4 LIIKUNNAN OPETTAJAN TOIMENKUVA .....	18
4.1 Liikunnan opetus ja liikunnanopettajan työ .....	18
4.2 Terveystiedon opetus .....	24
4.3 Muutoksia liikunnanopettajan työssä .....	25
5 OPETUKSEN HAASTEITA .....	27
5.1 Kiire .....	27
5.2 Tietotekniikka .....	28
5.3 Heterogeeniset ryhmät .....	28
5.4 Vuorovaikutustaidot .....	29
5.5 Opettajan jaksaminen .....	30
6 TUTKIMUSKYSYMYKSET .....	32
7 AINEISTO JA TUTKIMUSMENETELMÄLLISET RATKAISUT .....	33
7.1 Aineiston hankinta ja tutkimusjoukko .....	33
7.2. Menetelmä .....	36
8 TULOKSET .....	41
8.1 Naisten koulutustoiveita: itsensä kehittäminen vs. kouluun soveltaminen .....	43
8.2 Miesten koulutustoiveita: itsensä kehittäminen vs. kouluun soveltaminen .....	44
8.3 Naisten yksityiskohtaiset koulutustoiveet .....	44
8.4 Miesten yksityiskohtaiset koulutustoiveet .....	56

9 YHTEENVETO TULOKSISTA .....	65
9.1 Naisten ja miesten yleiset koulutustoiveet .....	65
9.2 Naisten ja miesten yksityiskohtaiset koulutustoiveet .....	66
10 POHDINTA .....	71
10.1 Luotettavuuden pohdintaa .....	77
10.2 Tutkielman merkitys ja jatkotutkimusmahdollisuuksia.....	79
LÄHTEET .....	80
LIITTEET .....	88

## JOHDANTO

Nyky-yhteiskunnan arvaamattomuus ja nopeat muutokset heijastuvat väistämättä koulu- maailmaan ja opettajien arkeen. Ryhmäkoot kasvavat ja ovat aiempaa heterogeenisempia, tietotekniikka tuo opetukseen omat mahdollisuutensa, mutta samalla omat haasteensa. Opettajien työmäärä, kiire ja samalla kuormittuneisuus ovat kasvaneet. (Viskari & Vuorikoski 2003.) Työ vie enemmän aikaa ja ulottuu näin osaksi vapaa-aikaa. Opettaja ei ehdi enää palautua työn tuomista rasitteista. Osa opettajista kokee työn liian kuormittavaksi ja harkitsee jopa alan vaihtoa. (Mäkelä 2014; Ruoholinna 2006.) Opettajien olisi pysyttävä ajan mukana, eikä opettajainkoulutuksella millään pystytä antamaan niitä kaikkia valmiuksia, joita opettaja työssään tarvitsee. (Aro 2006; Kaksonen, Karila & Nummenmaa 2006, 221-222; Luukkainen 2004, 213; Mäkelä 2014, 61.) Opettaja on elinikäinen oppija, joka täydennyskoulutuksissa voi saada paitsi täydennettyä omaa ammattitaitoaan, niin myös motivaatiota ja voimavaroja työhönsä. Täydennyskoulutuksia suunniteltaessa, opettajien pitäisi päästä vaikuttamaan koulutustarjontaan. Kun opettaja kokee täydennyskoulutuksen tarpeelliseksi, hän on motivoitunut tullessaan koulutukseen ja todennäköisesti myös helpommin hyödyntää sen antia työssään. (Jokinen & Luoma-Keturi 2006; Turunen 2000.)

Liikunnanopettajan työ poikkeaa muiden aineiden opettajien työstä jo fyysisen opiskeluympäristön, tilojen ja välineiden suhteen. Liikuntatilanteissa oppilas on aktiivinen toimija ja hän tekee töitä omalla kehollaan. Vuorovaikutus oppilaan, opettajan ja liikuntaryhmän kesken on tärkeää liikunnanopetustilanteissa. (Hakala 1999, 96-97.) Liikunnan opettajan työ on fyysisesti kuluttavaa, sillä hän avustaa liikuntasuorituksia, näyttää mallisuorituksia ja siirtelee erilaisia telineitä sekä liikkuu itse eri oppimisympäristöjen välillä (Varstala 1996, 15). Liikunnanopettajan työ on muuttunut aiemmin vahvasta suomalaisen urheiluperinteeseen nojaavasta lajien opettamisesta oppilaiden ja koko koulun kokonaisvaltaiseen läpi elämän kestävään liikunnasta innostamiseen ja fyysiseen aktiivisuuteen (Heikinaro-Johansson 2005; Laakso 2007).

Opettajien työolosuhteista, täydennyskoulutuksesta ja opettajan hyvinvoinnista on tehty lukuisia tutkimuksia. Täydennyskoulutusten tarpeellisuutta, sen vaikutuksia ja sitä, miksi opettajat ovat osallistuneet täydennyskoulutuksiin, ovat tutkineet esimerkiksi Jokinen (2000), Kohonen ja Kaikkonen (2000), Kiviniemi (2000), Korkeakoski (1999), Syrjäläinen (2002) ja Turunen (2000). Liikunnanopettajien työhön sijoittumista ja koulutustyytyväisyyttä ovat tutkineet Nupponen, Herva, Koponen ja Laakso (2000). Liikunnanopettajien työtyytyväisyyttä ja ammatinvaihtoaikkeitä on tutkinut Mäkelä (2014). Lisäksi opettajien koulutustarpeita ovat tutkineet Jakku-Sihvonen ja Rusanen (1999). Opettajien jaksamiseen liittyviä tutkimustuloksia ovat raportoineet Ritvanen (2008), Santavirta, Aittola, Niskanen, Pasanen Tuominen ja Solovieva (2001) sekä Turunen (2000). Liikunnanopettajien jaksamista on tutkinut Parkatti (1994). Ulkomaisen tutkimuksen opettajien jaksamisesta ovat tehneet muun muassa Travers ja Cooper (1996).

Kasvatusalan kirjallisuudessa täydennyskoulutuksista ja niiden tarpeellisuudesta kirjoitetaan paljon. (Jokinen 2000; Kari 1996; Kiviniemi 2000; Kohonen 2000; Korkeakoski 1999; Laakso 2004; Luukkainen 2004) Ulkomaisessa kirjallisuudessa on puhuttu sekä täydennyskoulutuksen merkityksestä (Scales 2011; Man ja MacMillan 1999) että työuupumuksesta (Cherniss 1980; Maslach ja Leiter 1997).

Tutkielma on toteutettu yhteistyössä Liikunnan- ja terveystiedon opettajat ry:n (Liito ry) kanssa, joka vuonna 2012 täyttäessään 100 vuotta, halusi selvittää jäsentensä mielipiteitä toiminnastaan. Liikunnan ja Terveystiedon Opettajat ry (Förbundet för Lärare i Idrott och Hälsokunskap r.f.) on edunvalvontaliitto, joka työskentelee kehittääkseen koko Suomen koulujen liikunnan- ja terveystiedon opetusta sekä muita liikuntatoimintoja ja palveluita. Liito ry valvoo jäsentensä ammattiin liittyviä etuja sekä pyrkii parantamaan liikunnan- ja terveystiedon opettajien asemaa. Liito ry toimii liikunnan- ja terveystiedon opettajankoulutuksen kehittäjänä yhdessä Jyväskylän yliopiston kanssa. Lisäksi se tukee niin kansainvälistä koulutusta kuin edistää jäsenistönsä täydennyskoulutusmahdollisuuksia.

(<http://www.liito.fi/>)

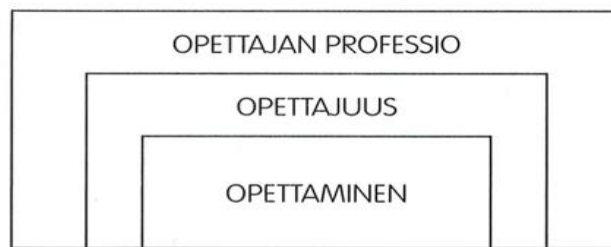
Tässä tutkielmassa perehdytään siihen, millaista koulutusta liikunnan- ja terveystiedon opettajat haluaisivat Liito ry:n järjestävän, miten kiinnostus jakautuu naisilla ja miehillä itsensä kehittämiseen ja kouluun sovellettaviin sisältöihin sekä millaista yksittäisten aihealueiden koulutuksista eri-ikäiset naiset ja miehet ovat erityisen kiinnostuneita. Kohdejoukko ovat ammatissaan toimivat Suomen liikunnan- ja terveystiedon opettajat.

Tutkielma on kvalitatiivinen tutkimus. Koska tarkoituksena on selvittää liikunnan- ja terveystiedon opettajien koulutustarpeita eli heidän ajatuksiaan ja käsityksiään, tutkielma on tutkimusotteeltaan fenomenografinen. Aineistona on käytetty yhtä osaa kuusiosaisesta laajemmasta kyselylomakeaineistosta, joka kerättiin internet-kyselyinä. Aineisto on analysoitu laadullisin aineistoanalyysimenetelmin teemoittamalla. Liikunnan- ja terveystiedon opettajien Liito ry:lle osoittamista koulutustarpeista on pyritty muodostamaan selkeä ja kattava kokonaiskuva ja lisäksi on vertailtu sitä, eroavatko mies- ja naisliikunnanopettajien koulutustarpeet toisistaan.

## 2 OPETTAJAN TYÖ

### 2.1 Opettajan professio ja opettajuus

Opettajuuden juuret ulottuvat antiikin aikoihin ja jopa kauemmas. Jo varhain ihmiskunnan historiassa opettajan nähtiin olevan kulttuurillisen perinnön vaalija ja välittäjä. Opettajan odotetaan tukevan ihmisen kasvua itsenäiseksi ajattelijaksi ja autonomisesti toimivaksi kansalaiseksi sekä kehittävän kulttuurin tuotoksia ja arvioivan niitä kriittisesti. (Välijärvi 2006.) Luukkaisen (2005, 17) mukaan opettajan työ on yhteiskunnallinen tehtävä, jossa opettajat toimivat tietyn tavan mukaan. Hänen mukaansa opettajan profession keskeinen osa-alue on opettajuus. Opettajuuteen kuuluu opettaminen, joka on keskeinen osa opettajan työtä. Professio kuvaa opettajan asiantuntijuutta ja opettajuus nähdään profession osatekijänä. Luukkainen kuvaa opettajan professiota, opettajuutta ja opettamista kuvion 1 avulla.

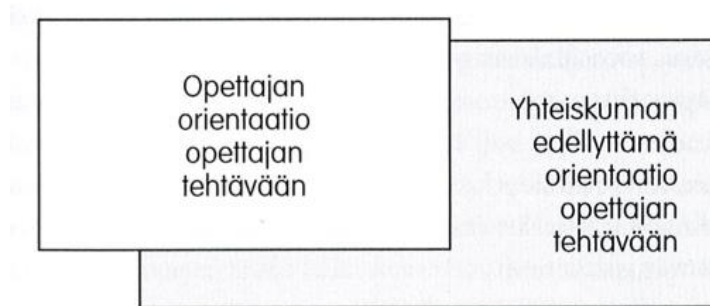


KUVIO 1. Opettajan profession, opettajuuden ja opettamisen suhde (Luukkainen 2005, 17)

Opettajan ammatti on vahva asiantuntija-ammatti, jossa on erikoistunut tietoperusta. Opettajalla itsellään on harkinnanvaltaa työssään ja auktoriteettiasema. Opettajan ammatissa on laaja yhteiskunnallinen vastuu ja opettajan pätevyydelle on asetettu määritykset. Koulutus tapahtuu yliopistopohjaisessa koulutuksessa. Opettajuus on profession osatekijä. (Luukkainen 2005, 20, 27, 41.) Välijärvi (2006) määrittelee opettajuuden professionaalisuuden kyvyksi toimia itsenäisesti ja autonomisesti luottaen omaan asiantuntijuuteensa. Opettajan on tunnistettava omat kehitystarpeensa ja pyrittävä kehittymään niissä. Professionaalisuus on yhteistyössä toimimista eri tahojen kanssa sekä ympäristön odotuksien tunnistamista, mutta silti se on riippumattomuutta ulkoisesta ohjailusta.



Opettajuus on kulttuurisidonnaista ja näin ollen erilaista eri yhteiskunnissa. Se on kuva opettajan työstä sisältäen työn osa-alueet olematta kuitenkaan luettelo työnsisällöistä. Opettajuudella on kaksi ulottuvuutta: yhteiskunnallinen suuntautuneisuus ja yksilön oma suuntautuneisuus. Yhteiskunnallinen ulottuvuus asettaa odotuksia ja edellytyksiä opettajuudelle, joita opettaja toteuttaa oman näkemyksensä mukaisesti. Opettajuus on siis käsitys opettajan tehtävästä, opettajan työn ilmentymistä yhteiskunnassa. Opettajuus on aikansa ilmiö ja aikaan sidottu. Yhteiskunnan muuttuessa myös opettajuus muuttuu, jolloin opettajan olisi muututtava yhteiskunnan mukana. Historian perusteella opettajuuden osatekijöiksi voidaan luokitella: ihmis-, tiedon- ja oppimiskäsitys, aineen hallinta, eettisyys, itsemääräämisoikeus, yhteiskunnallisen toimijan rooli ja työnsä välttämätön kehittäminen. Ilmentymiä, jotka seuraavat opettajuudesta ovat: opetuksessa käytetyt pedagogiset työtavat, sisältöpainotteiset opetussuunnitelmat, halu työn kehittämiseen ja itsensä kehittämiseen opettajana, yhteistyömuodot niin työyhteisön sisällä kuin eri ammattien edustajien kanssa. Yhteiskunta edellyttää opettajalta orientaatiota tehtävään ja tämä toteutuu opettajan työnä. Opettajan oma näkemys ja yhteiskunnan käsitykset opettajuudesta voivat olla joko hieman tai kokonaan päällekkäisiä (kuvio 2). Yleensä yhteiskunnan näkemykset ja edellytykset opettajuudesta ovat opettajan henkilökohtaista näkemystä laajempia. (Luukkainen 2005, 18-20.)



KUVIO 2. Opettajuuden kaksi ulottuvuutta (Luukkainen 2005, 19)

Opettaja joutuu opettajuudessaan vastaamaan työn haasteisiin yhteisöllisessä ja yhteiskunnallisessa kontekstissa, jotka ovat vahvasti sidottuja suomalaiseen perinteeseen ja kulttuuriin. Ei ole olemassa vain yhtä tiettyihin raameihin sidottua opettajuutta vaan opettajuus muodostuu siitä, miten tilanteessa osallisena oleva opettaja havainnoi ja konstruoi käsitteitään. (Luukkainen 2005, 20.)

Eettinen ulottuvuus on keskeisessä roolissa opettajuudessa. (Luukkainen 2005, 20; Niemi 1995, 29, 34.) Tirri (2002) puhuu väljistä opetustyön eettisistä ohjeista. Opettajan etiikan taustalla keskeisessä roolissa ovat arvot: ihmisarvo, totuudellisuus, oikeudenmukaisuus ja vapaus. Opettajan työssä arvojen tulee näkyä niin opettajan ja oppilaan välisessä vuorovaikutuksessa kuin yhteistyössä opettajan ja kollegoiden välillä. Arvot ovat ohjaamassa opettajan oman persoonan kehittymistä ja hänen suhdetta niin opetustyöhön kuin ympäröivään yhteiskuntaan.

Opettaja on kasvattaja ja kannustaja, jonka päätehtävänä on oppilaiden kasvattaminen tasapainoisiksi, hyviksi, elämänhaluisia ihmisiksi, joilla on tarvittavia valmiuksia ja halua osallistua yhteiskunnan kehittämiseen. Opettajan on osattava huomioida opetuksessaan tämänhetkiset, oppilaita henkilökohtaisesti liikuttavat tapahtumat sekä maailmanlaajuiset tapahtumat. Opetuksen lähtökohtana ovat oppijan tarpeet. Oppilasta autetaan oppimisessa ja tuetaan hänen kehitystehtäväänsä. (Luukkainen 2005, 21-22.)

Opettajalla on merkittävä rooli kansakunnan kasvattajana ja samalla tulevaisuudenrakentajana (Lehtisalo 2002, 186). Opettajan työllä on yhteiskunnallisesti tärkeä rooli ja sillä on syvälinen vaikutus ihmisten elämään: opettamalla ja kasvattamalla lapsia, sivistämällä nuoria ja työikäisiä. Opettajan työllä on vaikutusta koko kansan sivistämiseen. Lasten ja nuorten ohjaaminen, kasvattaminen ja opettaminen on opettajan perustehtävä, joka tapahtuu usein näkymättömissä luokkahuoneiden ovien takana. Yhteiskunnalliset murrokset heijastuvat opettajan työhön nopeasti. Työn vaikutukset ulottuvat kuitenkin pitkälle tulevaisuuteen. (Kohonen 2000; Korpinen, 51-52; Tirri 2002.)

Opetusta ohjaa ja sille raamit luo valtakunnallinen opetussuunnitelma, jonka pohjalta koulut laativat koulukohtaisia opetussuunnitelmia. Luukkaisen (2005, 23) mukaan opetussuunnitelma sisältää opetettavan aineksen, jaksotuksen ja kontekstin, jossa opetus ja oppiminen tapahtuvat. Opettajien on keskusteltava koulukohtaisen opetussuunnitelman laadinnasta ja tunnettava koulutuspoliittiset yhteydet. Lisäksi on tiedostettava koulun toimintaan kohdistuvat yhteiskunnalliset paineet. Nykyisen oppimiskäsityksen mukaan, oppilas nähdään aktiivisena oppijana, jolloin opettajan rooli nähdään mahdollisuuksien avaajana ja kehittymisen tukijana. (Luukkainen 2005, 23; Sahlberg 1996, 18).

Scales (2011, 5) painottaa oppilaiden ohjaamista elinikäisen oppimisen periaatteiden oivaltamiseen. Tirri (2002) muistuttaa, että hyvillä oppimiskokemuksilla on vaikutusta elinikäisessä oppimisessä. Opettajalla on merkitystä hyvien oppimiskokemusten syntymiseen ja sitä kautta oppijan myönteisen itsetunnon vahvistamisessa. Myös Lehtisalo (2002, 185) korostaa, että oppijan rooli muuttuu vastuulliseksi osallistujaksi oppimisprosessissa. Opettajan pitää jatkuvasti pyrkiä innostamaan heikoimpia oppilaita, jotta he kokisivat iloa oppimisesta. Opettaja ei voi tätä opettaa ellei ole jatkuvasti itse valmis kehittymään ja kokemaan oppimisen iloa. Leino ja Leino (1997, 13) muistuttavat, että opettaja oppii myös itse opetus-oppimisprosessissa. Myös Niemi (1995, 38) painottaa niin oppijan kuin opettajan aktiivista roolia oppimisessä. Mikäli opettaja ei ole oivaltanut olevansa aktiivinen oppija, on hänen vaikea opettaa tätä oppilaille. Opettajan on tarkasteltava omaa toimintaansa kriittisesti pohtien. Välijärven (2006) mukaan opettajan työ on vuorovaikutusta oppilaiden, työyhteisön jäsenten, kotien ja muun yhteiskunnan kanssa.

Suomessa opettajan työ määritellään itsenäisenä ja autonomisena professiona, jossa opettaja suunnittelee, toteuttaa ja tutkii. Opettajuuden arvostus on suurta. Suomessa opettajankoulutus tapahtuu yliopistoissa kun taas monissa maissa on vasta viime vuosina sisällytetty opettajankoulutus korkea-asteen opintoihin. Opettajilla on vahva rooli koulun toimintaa koskevassa päätöksenteossa. (Välijärvi 2006.) Luukkainen (2000, 50) näkee opettajan työn sisältävän laajan kasvatusvastuun ja yhteiskunnallisen tehtävän. Välijärvi (2006) korostaa, että opettajilla on paljon vastuuta koulussa annettavasta opetuksen sisällöstä, kurssitarjonnasta ja oppikirjojen valinnasta. Nämä kertovat opettajan korkeasta yhteiskunnallisesta asemasta.

## 2.2 Muutoksia koulumaailmassa

Yhteiskunnasta on tullut monimutkainen ja haavoittuva järjestelmä, jossa ennustaminen on vaikeaa (Luukkainen 2002, 18; Niemi 1995, 25; Rouhelo 2006). Nyky-yhteiskunta on tasa-painoton, sirpaleinen ja epävarma, jossa yllättäviä tilanteita voi ilmaantua hetkessä ja ar-vaamattomasti. (Bauman 1992, 187-204; 1996, 191-215.) Yhteiskunta on riskiyhteiskunta, jossa ongelmat ovat maailmanlaajuisia. Ihmisten ongelmana on pohtia, miten riskeistä saa-daan yhteiskunnalle, luonnolle, ihmiskehelle ja -miehelle hallittavia. (Beck 1992, 13, 19-21; 1995.) Globaalilla tasolla nopeasti tapahtuvat mullistukset kuten luonnonkatastrofit, terro-ri-iskut, konfliktit ja suurten globaalien yritysten konkurssit muuttavat hetkessä maailman kulkua (Jokinen & Luoma-Kenturi 2006; Luukkainen 2002, 19).

Kouluilla on tärkeä tehtävä pysyä ajan mukana ja varustaa oppilaita tiedoilla ja taidoilla, jotka auttavat heitä selviytymään myös vaikeissa, poikkeuksellisissa ja yllättävissä tilan-teissa. Tulevaisuuden sivistynyt ihminen tarvitsee muutoksensietokykyä ja elinikäistä op-pimista. (Fullan 1993; Hargreaves 1992; Luukkainen 2002, 19.) Fullan (1994, 76) muistut-taa, opettajan oppilaan ja yhteiskunnan vuorovaikutuksesta. Jos oppilaiden halutaan menes-tyvän koulutyössään, on opettajien onnistuttava omassa työssään. Jos puolestaan yhteis-kunnan halutaan menestyvän, on oppilaiden onnistuttava. Näin ollen yhteiskunnan menes-tymisen ehdottomat edellytykset ovat oppilas ja opettaja. Kasvatuksen olisi siis tuettava yksilön ja yhteiskunnan kehitystä (Fullan 1994, 110.) Ihmisen toiminnan laajentuessa maa-ilmanlaajuiselle tasolle, opettajuus ei voi olla vain ainedidaktiikkaan ja aineenhallintaan perustuvaa. Opettajan on oltava pedagoginen ajattelija, joka kykenee laaja-alaiseen, tulevai-suuteen suuntautuneeseen ja maailmanlaajuiseen ajatteluun. (Patrikainen 2000). Veenman, van Tulder ja Voeten (1994) korostavat opettajien keskinäisen yhteistyön merkitystä opetta-jan ja opettajayhteisön kehittymisessä. Hargreaves (1994) näkee kouluyhteisön kehittämi-ässä tärkeänä opettajan ammatillisen koulutuksen tukemisen. Lisäksi tarvitaan opettajan ja koulun välistä vuorovaikutusta, jossa molempien niin opettajan kuin koulunkin olisi kehi-tyttävä ja näin tuettava toisiaan. Kummankaan kehittyminen ei ole mahdollista ilman toisen kehittymistä.

Opettajien odotetaan olevan aktiivisia työnsä uudistajia ja koulunsa kehittäjiä. (Fullan 1993; Hargreaves 1992; Viskari & Vuorikoski 2003.) Viskarin ja Vuorikosken (2003) mukaan koulujen ja oppimistulosten lisääntyneen arvioinnin myötä, opettajan työ on yhä enemmän julkisen huomion kohteena. Opetusmenetelmien teknologistuminen ja oppijakeskeisyyden korostuminen ovat tuoneet omat haasteensa ja muutoksensa opettajan työnkuvaan. Oppilasryhmät ovat entistä suurempia ja heterogeenisempia. Oppilaat tarvitsevat aiempaa enemmän henkilökohtaista ohjausta.

Teknologian ja informaatioteknologian kehitys lisäävät opetustyön mahdollisuuksia, mutta samalla myös haasteita ja ongelmia (Niemi 1995, 25). Opettaja joutuu valitsemaan oppilaille parhaiten soveltuvat menetelmät ja välineet sekä rakentamaan parhaan mahdollisen oppimisympäristön oppilailleen. Samalla vaatimukset opettajan työn uudistamiseen kasvavat. Muutosvaatimukset ovat ristiriitaisia, sillä toisaalta koulun odotetaan keskittyvän perinteisten tietojen ja taitojen opettamiseen, toisaalta koulun odotetaan luovan moninaisia valmiuksia uusien tietoympäristöjen käyttöön oppimisen lähteenä. Lisäksi koulun odotetaan ottavan suurempaa vastuuta sosiaalisesta kasvattamisesta. (Väljærvi 2006.) Filander (2006), Kiviniemi (2000, 30) ja Scales (2011, 1) näkevät elinikäisen oppimisen kuuluvan jokaisen yksilön velvollisuudeksi. Patrikainen (2002) huomauttaa, että opettajan on katsottava tulevaisuuteen aktiivisin ottein. Kasvatustehtävässään hänen on pyrittävä lisäämään oppilaiden tietoisuutta omista elämänhallinnan taidoista sekä ottamaan vastuuta koko ihmiskunnan yhteisistä haasteista tekemällä ratkaisuja, joissa pyritään säilyttämään elämää. Opettajat ammattikuntana pystyvät kohtaamaan koko sukupolven ja vaikuttamaan heidän arvomaailman ja ajattelun kehittymiseen.

Ympäröivä maailma heijastuu entistä enemmän koulun seinien sisäpuolella. Yhteiskunnassa tapahtunut elintapojen muutos, perheiden sosiaaliset ongelmat tai mediayhteisön muutokset näkyvät koulun arjessa. Koululla ei ole mahdollisuutta suojautua ei-toivotuilta muutoksilta, jolloin opettajien ammatillisuus korostuu. Opettajan on arvioitava omaa ammatillista osaamista. (Väljærvi 2006.) Opettajan oma henkilökohtainen kasvatusorientaationsa on tärkeä, sillä siihen tukeutuen opettaja voi menestyä työssään ja toimia johdonmukaisena kasvattajana monien eri paineiden ja odotusten keskellä (Kari & Heikkinen 2001.)

### 3 OPETTAJIEN TÄYDENNYSKOULUTUS

Kouluttautumalla eri elämänvaiheissa, aikuisen mahdollisuudet vaikuttaa työhönsä, tekemiinsä valintoihin ja elämään paranevat. Kouluttautumalla ihminen voi hallita paremmin omaa elämäänsä. Kouluttautumalla ihminen pystyy hallitsemaan työnsä paremmin, motivoitumaan enemmän työstään ja menestymään työyhteisön sosiaalisissa suhteissa. Tilastokeskuksen aikuiskoulutustutkimuksen (2002) mukaan aikuiskoulutukseen osallistuneista 75 prosenttia koki työmotivaationsa parantuneen. Koulutuksiin hakeudutaan, koska halutaan kehittää itseä ja ammattitaitoa. Koulutuksiin osallistumalla uuden oppimisen halu lisääntyy. (Jokinen & Luoma-Keturi, 2006.) Nopeat muutokset yhteiskunnassa, elinikäisen oppimisen ja itsensä kehittämisen vaatimukset sekä ammatillinen kehittyminen asettavat vaatimukset opettajien ammattitaidon uudistamiseen, joten täydennyskoulutusta tarvitaan (Heikinaro-Johansson 2005; Kiviniemi 2000, 30; Scales 2011, 1).

Täydennyskoulutus kuuluu opettajan ammattiin, sillä opettajan koulutuksella ei pystytä antamaan valmiuksia kaikkeen opettajan työssä tarvittavaan (Jokinen 2000; Kari 1996, 15; Korkeakoski 1999; Laakso 2004; Leino & Leino 1997, 11; Meriläinen 2002; Mäkelä 2014). Opettajan olisi mielletävä täydennyskoulutus koko työuran kestäväksi ammatin osaksi (Meriläinen 2002). Opettajan pedagogisen ja aineenosaamisen nähdään vaativan jatkuvaa ylläpitoa, koska tietoja on pidettävä ajan tasalla muuttuvassa maailmassa. Koulutusta pidetään kaikille välttämättömänä oikeutena ja velvollisuutena. (Jokinen 2000; Kari 1996, 15; Leino & Leino 1997, 11; Scales 2011, 1.) Ne valmiudet, joita peruskoulutuksessa saadaan vanhenevat hyvin nopeasti. Koulutuksessa ei myöskään ehditä tai kyetä opettamaan kaikkia niitä valmiuksia ja taitoja, joita työelämässä tarvitaan. Tarvitaan siis jatkokoulutusta ja työssä oppimista. (Aro 2006; Kaksonen, Karila & Nummenmaa 2006, 221-222; Luukkainen 2004, 213; Mäkelä 2014, 61.)

Elinikäistä oppimista korostetaan nyky-yhteiskunnassa. Aikuisen edellytetään kouluttautuvan aktiivisena toimijana, joka elää mieluummin suuntautuen tulevaisuuteen kuin nykyhetkeen tai menneeseen. (Vanttaja & Järvinen, 2006.) Opettajalta itseltään edellytetään aktiivi-

suutta oman ammatillisen osaamisen kehittämisessä. Opettajilla on yhä enemmän vapautta ja vastuuta yhteisöllisessä ja oman työn suunnittelussa ja päätöksenteossa. Nämä lisäävät vaatimuksia ja osaamistarpeita. Opettaja tietää omat tarpeensa suhteessa valtakunnan sisältöihin ja omaan työhönsä. (Kangasoja 2009.)

Maailmantalouden muutokset ja taantumet vaikeuttavat kuntataloutta samalla kun työelämän tahti on kiristynyt. Nykymaailmassa tarvitaan osaamisen suunnitelmallista ylläpitoa esimerkiksi koulutus- ja kehittämissuunnitelmia. Täydennyskoulutuksen osallistumisen määrään vaikuttaisivat henkilön oma ammatillinen osaaminen, työn vaativuus ja toimenkuva. Täydennyskoulutus tarjoaa parhaimmillaan valmiuksia ylläpitää ammatillista tietoa, arvioida ja kehittää omaa työtä ja tuottaa positiivisia kokemuksia. Täydennyskoulutuksilla varmistetaan opettajien ammatillinen osaaminen ja edistetään oppilaitoksen toimintaa. (Kangasniemi 2009; Korkeakoski 1999.)

Opettajan pitäisi kehittyä työssään ja noudattaa elinikäisen oppimisen periaatetta, siltikään kattavaa ja järjestelmällistä täydennyskoulutusta ei juuri ole (Heikinaro-Johansson 2005; Laakso 2004; Turunen 2000). Korkeakosken (1999) mukaan opettajat suorittavat omaehtoisesti työnsä ohella lisäopintoja yliopistoissa. Kouluissa kehitetään yhteistyötä tiimityön ja oppivan organisaation kautta sekä hankitaan uutta osaamista erilaisten kehittämishankkeiden kautta. Opettajat saavat lisäkoulutusta toimiessaan virkavapauksien aikana muissa tehtävissä. Myös opettajien harrastustoiminnan katsotaan tukevan opettajan työtä ja ammatillista kasvua.

Kohonen (2000) muistuttaa, että täydennyskoulutukseen hakeutuessaan opettajan olisi tiedostettava kehitystarpeensa ja luotava ammatillisenkehittymisen toimintasuunnitelma. Kohosen ja Kaikkosen tutkimuksessa (2000) yhtenä tutkimuksen osana selvitettiin, miksi opettajat olivat hakeutuneet täydennyskoulutukseen. Moni opettaja oli hakeutunut täydennyskoulutukseen sattumanvaraisesti sen mukaan millaista koulutusta oli tarjolla. Näin koulutuksen anti jää helposti pirstaleiseksi ja vaikuttavuudeltaan heikoksi. Korkeakosken (1999) tutkimuksessa opettajat hakeutuivat täydennyskoulutukseen omasta halustaan. Osa opettajista on valmis hakeutumaan koulutuksiin mahdollisuuksien niin salliessa, kun taas osa

osallistuu vain virkaehtosopimuksen edellyttämiin koulutuksiin. Turunen (2000) on samoilla linjoilla tutkimuksessaan ja väittää, ettei osa opettajista halua osallistua täydennyskoulutukseen muutoin kuin pakotettuna. Opettajat myös halusivat osallistua täydennyskoulutuksiin työajalla niin kuin muissakin ammateissa ilman huolta sijaisjärjestelyistä. Kiviniemen (2000, 66) tutkimuksen mukaan opettajat kokevat tarvitsevansa täydennyskoulutusta oltuaan lukuisia vuosia töissä. Omiin tietoihin ja näkemyksiin halutaan uudistusta.

Syrjäläisen (2002, 103) tutkimuksessa opettajat mainitsivat yhtenä jaksamista edesauttavana tekijänä täydennyskoulutuksen. Opettajilla on halu ja tarve ammatilliseen kehittymiseen. Tämä auttaa jaksamaan uudistusten keskellä. Jokisen (2000) tutkimuksessa opettajat kaipaivat täydennyskoulutukselta välineitä omaan hyvinvointiin ja työssä jaksamiseen. Jos opettaja voi hyvin, siitä hyötyvät niin oppilaat kuin koko työyhteisö. Myös Kiviniemen (2000, 66) tutkimuksesta käy ilmi, että täydennyskoulutus tuo katkoksia omaan työhön, mikä auttaa jaksamaan ja virkistymään. Samankaltaisia tuloksia on saanut myös Turunen (2000) tutkimuksessa, jossa opettajat näkivät täydennyskoulutuksen välineenä omaan työssä jaksamiseen. Myös Karin (1996, 50) mukaan opettajan ammatissa parhaan työtyytyväisyyden takaa peruskoulutuksen lisäksi jatkuva ja tehokas täydennyskoulutus.

Tampereen yliopiston OK-projektin (1994-1998) mukaan opettajan ammatillinen kehittyminen aineenopettajilla voi hyvin perustua oman oppiaineen hallintaan ja kehittämiseen. Oman oppiaineen jatkokoulutukseen osallistuminen koetaan tärkeäksi. (Kohonen 1999, 59.) Man ja MacMillanin (1999) tutkimuksen mukaan, opettajien tyytyväisyys työhönsä on verrannollinen opettajan kokemaan pätevyyteen, esimerkiksi aineenhallinnassa. Luukkaisen (2004, 199) mukaan aineenopettajien koulutuksessa painotetaan opetettavan aineen sisällöllistä ja didaktista hallintaa. Aineenopettajat ovat kokeneet saavansa koulutukselta riittämättömät valmiudet sosiaalisista tai oppimiseen liittyvistä erityisistä ongelmista kärsivän oppilaan kohtaamiseen. Jokisen (2000) tutkimuksessa opettajat toivoivat täydennyskoulutuksilta valmiuksia matemaattis-luonnontieteellisiin aineisiin, tietotekniikkaan ja kieliin sekä erityispedagogiikkaan, monikulttuurisuuteen ja kansainvälisen tietämyksen kartuttamiseen. Lisäksi toivottiin koulutusta ihmissuhde-, vuorovaikutus- ja yhteistyötaitoihin.



Kiviniemen tutkimuksessa (2000, 67) opettajat toivoivat säännöllistä pidempiaikaista täydennyskoulutusta, jossa täydennyskoulutus ja työ vuorottelisivat keskenään. Jokinen (2000) kannattaa myös säännöllistä muutamien vuosien välein tapahtuvaa täydennyskoulutusta. Myös Välijärvi (2000) painottaa, että täydennyskoulutuksen tulisi olla pitkäjänteistä ja selkeää, että opettaja voisi hakeutua johonkin häntä kiinnostavaan pitkäjänteiseen koulutuslinjaan, jolloin asioihin paneutuminen ja syventyminen olisi tehokkaampaa. Täydennyskoulutuksen tulisi pohjautua arkipäivän tarpeista lähtevään ja tulevaisuuden opettajan työtä huomioivaan koulutukseen.

## 4 LIIKUNNAN OPETTAJAN TOIMENKUVA

### 4.1 Liikunnan opetus ja liikunnanopettajan työ

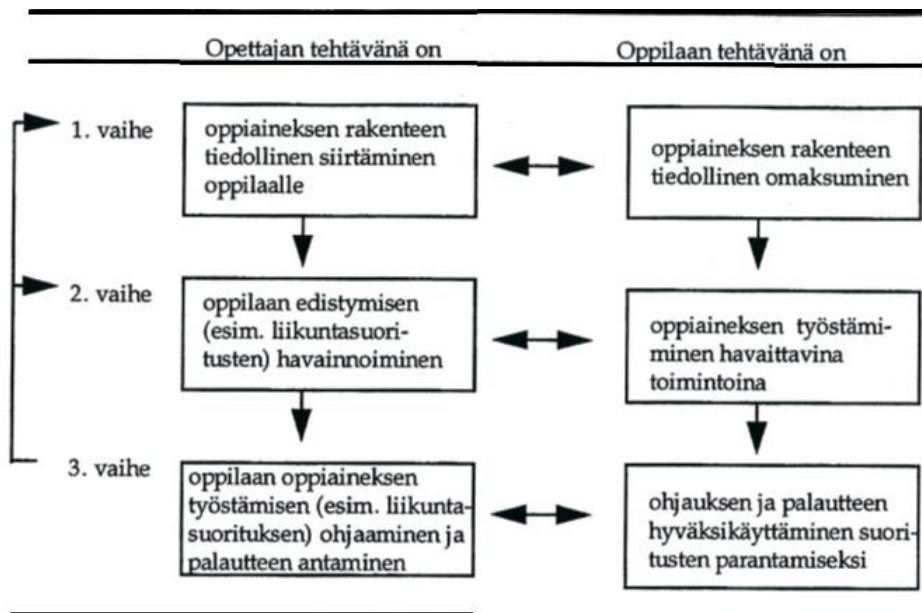
Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden (2004, 248) mukaan liikunnanopetuksen päämääränä on oppilaan kokonaisvaltainen niin fyysinen, psyykkinen kuin sosiaalinen hyvinvointi. Toiminnallisena oppiaineena, leikkien ja taitojen oppimisen kautta oppilasta pyritään innostamaan liikunnalliseen ja terveelliseen elämäntapaan sekä liikunnan omaehtoiseen harrastamiseen, jolloin opetuksessa on huomioitava yksilölliset kehittymismahdollisuudet. Liikunnanopetuksessa on huomioitava yhteisöllisyyden, vastuullisuuden, reilun pelin ja turvallisuuden teemat. Maassa on ollut vahva kansallinen urheiluperinne, johon liikunnanopetus pohjautuu. Liikunta tarjoamine oppimiskokemuksineen vahvistaa oppilaan itsensä tuntemista ja ohjaa suvaitsevaisuuteen. Opetus ja arviointi huomioivat luonnon olosuhteiden ja vuodenaikojen vaihtelun, paikallisten olosuhteiden tuomat mahdollisuudet ja rajoitteet sisältäen koulun ja sen lähiympäristön mahdollisuudet. Opetuksessa ja arvioinnissa huomioidaan myös oppilaan terveydentila ja erityistarpeet.

Liikunnanopettajalla on tiedollista ja taidollista asiantuntijuutta niin oppiaineen hallinnassa kuin oppilaan tuntemuksessa, pedagogisessa sisältötiedossa, ihmissuhdetaidoissa ja yleisesti yhteiskunnallisessa tietämyksessä sekä työelämätaidoissa (Heikinaro-Johansson 2005). Liikunnanopettaja tarvitsee hyviä vuorovaikutustaitoja ja taitoja puuttua ongelmaikäyttäytymiseen (Heikinaro-Johansson 2001).

Liikunnassa pyritään kasvattamaan liikuntaan ja liikunnan avulla sekä lisäämään tietoa liikunnan merkityksestä. Näin ollen liikunnallisten tavoitteiden lisäksi opetustilanteiden suunnittelussa olisi huomioitava oppilaan persoonallisuuden osa-alueet: kognitiivinen, psymotorinen ja sosioemotionaalinen alue. Kognitiivisina eli tiedollisina tavoitteina ovat esimerkiksi liikuntaan liittyvät tiedot ja käsitteet, liiketekijät ja niiden käytön ymmärtäminen sekä soveltaminen, tietojen analysointi, johtopäätösten tekeminen ja arviointi. Psymotorisina eli taidollisina tavoitteina ovat mm. motoriset taidot kuten perus- ja lajitaidot sekä fyysiseen- ja motoriseen kuntoon liittyvät tekijät ja mentaaliset taidot kuten havain-

nointi, rentoutuminen, mielikuvat ja niiden käyttö. Sosioemotionaalisina tai affektiivisina tavoitteina eli asennoitumistavoitteina ovat esimerkiksi minäkäsitys, tunteiden ilmaiseminen, ja säätely, motivaatioilmasto, yhteistoiminta, arvot ja asenteet. (Numminen & Laakso 2010, 41.)

Varstala (1996, 52-55) on luonut liikunnan opetus-oppimistapahtuman sisäisen mallin (Katso kuvio 3), jonka mukaan oppilaan tulisi muodostaa oikea mielikuva esimerkiksi liikesuorituksesta ja toteuttaa tämä mahdollisimman hyvin. Opettajan tehtävänä on liikunta-alan ja kasvatuksen ammattilaisena auttaa oppilasta suoriutumaan tästä prosessista. Oppilas ja opettaja toimivat vuorovaikutuksessa keskenään. Myös eri toimintavaiheet kytkeytyvät toisiinsa, sillä esimerkiksi ohjaus ja palautevaihe vaativat edeltäväksi suoritukseksi suoritus ja havainnointivaiheen.



KUVIO 3. Liikunnan opetus-oppimistapahtuman sisäinen malli (Varstala 1996, 53)

Mallin mukaan liikunnan opettajan tehtäviksi liikuntasuorituksessa muodostuvat: opetussisällön esittely, oppilaan suorituksen tarkkailu ja oppilaan suorituksen ohjaaminen sekä palautteen antaminen. Ensimmäinen vaihe on opetussisällön esittely, jossa opettaja selittää mitä tullaan tekemään. Opettaja voi käyttää havainnollistamisen apuna visuaalista esitystä kuten kuvia. Toisena vaiheena on oppilaan suorituksen tarkkailu, jossa opettaja tarkkailee

ja vertaa oppilaan liikesuoritusta hänen antamaansa oppimistehtävään. Kolmas vaihe on oppilaan suorituksen ohjaaminen ja palautteen antaminen verbaalisesti, ilmein ja elein. Opettaja ei voi ohjata ja antaa palautetta ellei hänellä ole havaintoja itse liikesuorituksesta. Palautteenannon voi antaa tehtäväksi myös toisille oppilaille tai suoritusta tekevälle oppilalle itselleen. (Varstala 1996, 53-54.)

Liikunnanopetuksen luonteeseen kuuluu se, että oppilaat tekevät liikuntasuorituksiaan usein yhdessä, tietyssä tilassa. Liikunnanopettaja joutuu organisoimaan opetustilanteita esimerkiksi ryhmittelemään oppilaita tai ottamaan käyttöön toisia välineitä useaan kertaan oppitunnin aikana. Eri liikuntalajit asettavat omat vaatimuksensa liikunnanopettajan ammattitaidolle. Hänen on ohjattava eri joukkuepelejä, avustettava telinevoimistelussa ja huomioitava turvallisuus esimerkiksi uinninopetuksessa. Opettajalta vaaditaan hallintaa eri opetusmenetelmien käyttöön. Liikunnanopettamiselle ominaista on tavoitteiden, menetelmien, opetussisältöjen ja olosuhteiden runsaus. Opettajan tulee säädellä liikuntatuntien toiminnan motivaatio-, tunne- ja aktiivisuustasoa. (Varstala 1996, 14.) Heikinaro-Johansson (2005) muistuttaa, ettei opettajan työ ole valmiiden mallien soveltamista. Opettaja tarvitsee työssään avointa havainnointikykyä ja taitoa ymmärtää oppilaiden toiminnassa ilmeneviä tapahtumia ja syy-yhteyksiä. Opettajan on oltava valmis nopeastikin muuttamaan omaa toimintaansa saatujen havaintojen ja kokemusten perusteella. Rink (2003) painottaa kommunikointi- ja vuorovaikutustaitojen tärkeyttä liikunnanopettajan työssä. Liikunnanopettajan täytyy osata työssään ohjeistaa tehtäviä selkeästi, antaa palautetta, kuunnella ja ymmärtää oppilasta.

Koululiikunnan oppimistilanne eroaa muista koulun oppimistilanteista. Aineelle erityispiirteensä luo muista oppiaineista poikkeavat oppimisympäristöt, oppilaiden vapaa kokonaisvaltaisuus oppimistilanteissa, fyysinen tekeminen ja oman kehon käyttö liikuntasuorituksissa, yhteistoiminnallisuus, mahdollinen riippuvuus muista sekä suoritusten avoin näkyminen. (Hakala 1999, 96-97.) Liikuntatunneilla yksittäisen oppilaan suoritukset, niin liikuntasuoritukset kuin lopputulos ovat muiden oppilaiden nähtävissä ja sitä kautta myös arvioitavissa. Osa opettajan ohjauksesta ja palautteesta on kaikkien kuultavissa, joten opettajan on oltava tarkka sanoissaan. Oma keho on liikuntatunneilla oppilaan työvälineenä, jolloin ke-

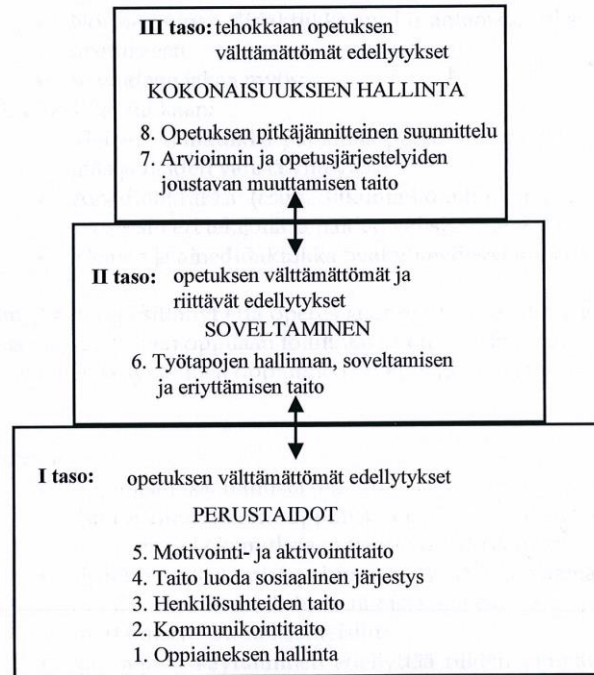
hon mahdolliset viat ja puutteet ovat kaikkien nähtävillä. Opettajan on huomioitava oppilaan fyysiset mahdollisuudet suoriutua liikuntasuorituksesta sekä oppilaan pelot liikuntasuorituksissa ja oppilaan arkuus esimerkiksi ylipainon, arpien tai kuukautisten suhteen. Liikunnanopettajalta vaaditaan sopivaa kasvatuksellista tilannetajua. (Varstala 1996, 14-15.)

Luodakseen myönteisen ilmapiirin liikuntatunneille on liikunnanopettajan osattava asettaa realistisia tavoitteita ja suunnitella tunteja, joissa huomioidaan yksittäisten oppilaiden tarpeet (Heikinaro-Johansson 2001). Liikunta tarjoaa hyviä eväitä lasten ja nuorten fyysiselle, psyykkiselle ja sosiaaliselle kasvulle. Siinä on myös riskinsä, sillä monesti liikuntaympäristön perusuonteeseen kuuluu vertailu. Kasvuikässä sosiaalinen vertailu, kilpailullisuus ja tulosten korostaminen voivat tuoda kielteisiä liikuntakokemuksia, jotka voivat tappaa innon liikuntaan. (Jaakkola 2002; Korhonen 2000.) Jos oppilas kokee arkuutta, turvattomuutta tai nolostuu liikuntatunneilla, saattaa sillä olla negatiivista vaikutusta liikuntaan osallistumiseen tai harrastamiseen. Liikunnanopettajan tärkeä tehtävä on kehittää ryhmän vuorovaikutusta ja ryhmähenkeä, joiden avulla mahdollistetaan myönteisiä liikuntakokemuksia. Liikunnanoppimisen oppimisympäristö olisi myös luotava innostavaksi ja turvalliseksi, jolloin emotionaalinen hyvinvointi ja motivaatio lisääntyvät sekä stressi vähenee. (Rovio 2009.) Liikuntatunneilla oppilaan mahdolliset tunne-elämän vaikeudet voivat ilmetä luokkatilanteita helpommin. Liikuntatuntien oppimisympäristö tulkitaan usein luokkatiloja vapaammaksi, jolloin häiriökäyttäytyminen voi lisääntyä. (Hakala 1999, 98.)

Liikunnanopettajan työtä pidetään kuluttavana, sillä opetustyö on osittain fyysistä (Varstala 1996, 15; Mäkelä 2014, 62). Opettaja avustaa, näyttää liikesuorituksia sekä siirtelee telineitä ja välineitä. Opettajan työolosuhteet vaihtelevat liikuntalajien mukaan saleista, ulkotiloihin ja erilaisiin halleihin. Opettaja joutuu usein muuttamaan suunnitelmiaan esimerkiksi sääolosuhteiden takia. (Varstala 1996, 15.) Oppituntien ulkopuolella liikunnanopettaja varaa liikuntatiloja, välineitä, kuljetuksia ja tiedottaa oppilaille liikuntaohjelmiin liittyvistä asioista. Liikunnanopettaja järjestää erilaisia tapahtumia ja on yhteyshenkilö liikuntaa järjestävien tahojen kanssa. Työyhteisössä liikunnanopettaja tekee yhteistyötä muiden liikunnanopettajien ja opettajien kanssa erilaisissa projekteissa. (Heikinaro-Johansson 2001.) Hakala (1999, 115-116) on määritellyt liikunnan opetukselle lähestymistapoja. Hän jakaa

liikunnan opetuksen eri lähestymistapoihin: fyysis- motorinen, terveydellinen, kasvatuksellinen, elämyksellinen ja itsearvoinen lähestymistapa. Fyysis- motorisen lähestymistavan mukaan liikunnanopetuksen tehtävänä on oppilaan toimintakyvyn eli motoristen perustaitojen, liikehallinnan ja kunnon harjaannuttaminen. Perustaitoja ja lajitaitoja harjoittelemalla voidaan päästä näihin tavoitteisiin. Terveydellisen lähestymistavan mukaan liikunnanopetuksen tavoitteena on fyysis-motorisen toimintakyvyn lisäksi harjaannuttaa oppilaan henkistä toimintakykyä, terveyttä ja turvallisuutta. Tavoitteena on oppia liikunnallinen elämäntapa, jolla voidaan edistää niin omaa kuin muidenkin hyvinvointia. Kasvatuksellisen lähestymistavan mukaan liikunnanopetus on kasvatuksen väline. Liikuntatunnilla on paljon tilanteita, joiden avulla pystytään tukemaan oppijan kasvua ja kehitystä kohti hyvää elämäntapaa. Elämyksellisen lähestymistavan mukaan liikuntatunneilla saatujen elämysten myötä oppijan itsetunto kehittyy. Liikunnanopetuksen avulla oppija tulee tietoiseksi omista kyvyistään ja hänen itsearvostuksensa kehittyy. Itsearvoisen lähestymistavan mukaan liikunnanopetuksen tehtävänä on antaa oppijalle tietoja ja taitoja, joiden avulla hänen on mahdollista osallistua, ymmärtää ja kehittää yhteiskunnan liikuntakulttuuria.

Alkujaan Clarken (1970) ja Lahdeksen ym. (1986) laatiman mallin liikunnanopettajan opetuksellisista taidoista mukaan liikunnanopettajan opetukselliset taidot on jaettavissa kolmelle tasolle. (Katso kuvio 4.) Ensimmäisellä tasolla opetuksen välttämättömänä edellytyksenä ovat perustaidot, joissa opettajan on hallittava opettamansa aineen sisältö, osattava kommunikointi- ja henkilösuhteiden taito, kyky luoda sosiaalinen järjestys liikunnanopetustilanteeseen ja lisäksi osata motivoida ja aktivoita oppilaat toimintaan. Hallitakseen ensimmäisen tason edellyttämät asiat opettaja voi siirtyä seuraavalle tasolle eli soveltamisen tasolle, johon on ryhmitelty opetuksen välttämättömät ja riittävät edellytykset. Näitä ovat erilaisten työtapojen hallinta sekä niiden soveltaminen ja eriyttäminen ryhmälle sopivaksi. Ylimmällä eli kolmannella tasolla on tehokkaan opetuksen välttämättömät edellytykset eli kokonaisuuksien hallinta. Saadakseen opetuksesta tehokkaan, on opettajan suunniteltava pitkäjänteisesti omaa opetustaan sekä muutettava joustavasti opetustaan ja arviointiaan. (Numminen & Laakso 2010, 34-35.)



KUVIO 4. Liikunnanopettajan opetukselliset taidot (Numminen & Laakso 2010, 34, Clarcken 1970 ja Lahdeksen ym. 1986 mukaan)

Nuoposen (2001) mukaan lajijajattelu on voimakkaasti läsnä liikunnanopetuksessa ja se on ollut lähtökohtana opetukselle. Lajijajattelulla saatiin 1980-luvulla lisättyä liikunnanopetuksen yhtenäisyyttä. Nykyisin uusia lajeja syntyy jatkuvasti, käytettävissä oleva aika on rajallinen ja monet lajit ovat yksipuolisia. Koulun liikuntatunneilla on mahdollisuus opettaa vain murto-osa liikunnan moninaisesta sisältöalueesta. Koulun liikunta on koululiikuntaa laajempi termi ja se sisältää koulun kerhot, liikunnalliset monitoimipäivät, välituntiliikunnan, kilpailutoiminnan ja koulumatkat. Näitä resursseja olisi hyödynnettävä paremmin liikunnan lajikirjon esittelemiseksi. Laakson (2007) mukaan taidot ovat keskeisessä roolissa liikunnanopetuksessa. Liikunnan opetuksessa olisi huomioitava yhteiskunnassa tapahtuvat nopeat muutokset. Lajit muuttuvat nopealla tahdilla ja suosittujen lajien ennustaminen on vaikeaa. Siksi olisikin keskityttävä opetukseen, jossa panostetaan oppimaan oppimiseen, monipuolisesti fyysis-motorisia taitoja kehittäviin harjoitteisiin ja vaihteleviin oppimiskemuksiin. Nuoponen (2001) puhuu ominaisuusopetuksesta, jossa opettaja pohtii harjoitetta valitessaan, mitä on tarkoitus tavoitella ja mitä ominaisuuksia harjoite kehittää.

## 4.2 Terveystiedon opetus

Koulukasvatuksen tehtäviin on kautta aikojen kuulunut oppilaiden terveyden edistäminen. Omaksi oppiaineeksi terveystiedon opetus hyväksyttiin peruskoulun opetussuunnitelmaan 2004. Aikaisemmin terveystietoa opetettiin osana liikuntakasvatusta. Terveystiedon oppiainekohdattaiset sisällöt on esitelty valtakunnallisissa opetussuunnitelman perusteissa (2004). (Kalaja, Koponen & Siponen 2004.) Monet liikunnanopettajat opettavat liikunnan lisäksi terveystietoa.

Peruskoulun opetussuunnitelman perusteiden (2004) mukaan terveystiedon opetus peruskoulussa pohjautuu monitieteelliseen tietoperustaan. Opetuksen tarkoituksena on oppilaiden terveys-, hyvinvointi- ja turvallisuusosaamisen tukeminen. Opetuksen tehtävänä on oppilaiden tiedollisten, sosiaalisten, tunteiden säätelyä ohjaavien, toiminnallisten ja eettisten valmiuksien kehittäminen. Terveystiedon opetuksen lähtökohtana nähdään terveyden ymmärtäminen fyysiseksi, psyykkiseksi ja sosiaalisesti kokonaisuudeksi. Opetuksessa pyritään kehittämään taitoja ja tietoja terveydestä, elämäntavasta, terveystottumuksista ja sairauksista. Tavoitteena on parantaa oppilaan valmiuksia vastuunottoon omasta ja muiden terveydestä. Terveystieto oppiaineena on oppilaslähtöinen, toiminnallisuutta ja osallistuvuutta tukeva, jonka opetuksessa kehitetään tiedonhankinta- ja soveltamistapoja sekä edistetään terveyden- ja hyvinvoinnin kriittistä arvopohdintaa. Opetus pohjautuu lapsen ja nuoren arkeen, kasvuun ja kehitykseen sekä ihmisen elämäntavoihin huomioiden koulu- ja paikkakuntaiset ajankohtaiset terveyden ja turvallisuuden liittyvät asiat. Vuosiluokilla 1-4 terveystietoa opetetaan osana ympäristö- ja luonnontietoa, vuosiluokilla 5-6 osana biologiaa, maantietoa, fysiikkaa ja kemiaa. Itsenäisenä oppiaineena terveystietoa opetetaan vuosiluokilla 7-9. (Opetushallitus, Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet 2004, 200.)

Lukion opetussuunnitelman perusteiden mukaan terveystiedon opetus nojautuu perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden 2004 tavoin monitieteelliseen tietoperustaan ja oppiaineen tarkoituksena on tukea terveyttä, hyvinvointia ja turvallisuutta koskevaa osaamista. Osaaminen ilmenee tiedollisina, sosiaalisina, tunteiden käsittelyä ohjaavina, toiminnallisina, eettisinä ja tiedonhankintavalmiuksina. Opetussuunnitelmassa puhutaan terveysosaamisesta, joka tarkoittaa sitä, että osataan ottaa vastuuta omasta ja muiden terveyden edistä-



misestä. Opetuksessa huomioidaan niin yksilön, perheen, yhteisön ja yhteiskunnan näkökulmat. Terveystiedon opiskelussa terveyteen ja sairauteen liittyviä asioita opiskellaan niin tutkimus- kuin kokemustiedon valossa unohtamatta arvopohdintaa. Lukion kurssitarjonnassa terveystietoa on valittavissa pakollisina ja lisäksi valinnaisina kursseina. (Opetushallitus, lukion opetussuunnitelman perusteet 2003, 210.)

#### 4.3 Muutoksia liikunnanopettajan työssä

Aikaisemmin liikuntaperinne nojautui urheilukulttuuriin, kun taas nykysuuntauksena on koko väestön terveydestä ja hyvinvoinnista huolehtiminen liikunnan avulla. (Heikinaro-Johansson 2005; Laakso 2007.) Huoli lasten ja nuorten terveydestä sekä fyysisen aktiivisuuden kokonaismäärän vähentymisestä on lisännyt liikunnanopettajan merkitystä laaja-alaisena hyvinvoinnin ammattilaisena ja ihmissuhdeosaajana. Liikunnanopettajan tärkeä tehtävä on auttaa oppilasta omaksumaan aktiivinen elämäntapa. (Heikinaro-Johansson 2005.) Oppimiskäsitysten muuttuessa liikunnanopettajasta on tullut hyvinvointi- ja ihmissuhdeosaaja, jonka olisi autettava oppilasta löytämään liikuntamuotoja, jotka johtaisivat läpi elämän kestävään harrastuneisuuteen. Tähän päästäkseen, on liikunnanopettajan tunnettava konstruktivistisen oppimiskäsityksen merkitys sekä hyödynnettävä opetuksessa monipuolisesti erilaisia opetusmenetelmiä. Liian lajisidonnaisesta opetuksesta olisi päästävä monipuolisesti eri liikuntataitoja kehittäviin harjoitteisiin, jolloin oppilaalla olisi mahdollisuus lajikirjon muuttuessa omaksua uusia liikuntamuotoja. (Laakso 2007.)

Liikuntakasvatuksessa suurimman haasteen muodostavat ryhmät, joiden liikkumattomuus uhkaa toimintakykyä. Liikunnanopettaja on laaja-alainen hyvinvoinnin asiantuntija, jolla on tietämystä liikunnasta ja liikuntakulttuurista, liikunnan biolääketieteellisiä lähtökohdista sekä käyttäytymistä ohjaavista käyttäytymis-yhteiskunnallisista perusteista. Liikunnanopettaja on muutospaineiden keskellä, joita kohdistuu kouluun instituutiona, oppimiskäsityksiin sekä oppilaisiin ja heidän taustoihin. (Laakso 2007.) Nykyisin liikunnanopettaja kohtaa työssään paljon eri kulttuureista tulevia oppilaita. Lisähaasteen työhön tuovat ylipainoiset ja heikkokuntoiset oppilaat, joiden määrä kasvaa jatkuvasti. (Glenn 2005, 181.) Liikunnanopettajalta vaaditaan luovuutta, joustavuutta sekä erilaisuuden- ja muutoksensietokykyä

(Laakso 2007). Opettajalta edellytetään henkilökohtaisten opetussuunnitelmien (HOPS) ja henkilökohtaisten opetuksen järjestämistä koskevan suunnitelman (HOJKS) tekemistä. Liikunnanopettajalta vaaditaan myös markkinointi- ja viestintätaitoja, sillä hänen on osattava myydä oppiainettaan päättäjille, oppilaille ja muulle työyhteisölle muita oppiaineita tukevana oppiaineena. (Numminen & Laakso, 2010, 15-16.)

Suuren muutoksen liikunnanopettajan toimenkuvaan ovat tuoneet oppituntien ulkopuoliset tehtävät. Tulevaisuudessa liikunnanopettajan työ tulee koostumaan oman liikunnanopetuksen lisäksi koko koulun liikunnan ja hyvinvoinnin huolehtimisesta. Ohjatuilla liikuntakerhoilla on kysyntää kouluissa. Lisäksi liikunnanopettajalta odotetaan fyysisen aktiivisuuden edistämistä kouluissa ja lähiympäristössä: liikuntaympäristöjen rakentamisen suunnittelua, koulujen perinteisen aikakäsityksen muuttamista sekä elpymis- ja liikuntataukojen pitämistä oppituntien välissä ja lomassa. (Laakso 2007; Heikinaro-Johansson 2005.)

## 5 OPETUKSEN HAASTEITA

Opetusalan kirjallisuudessa korostuvat erilaiset muutokset koulumaailmassa. Opettajien työhön lisähaasteita tuovat kokoajan lisääntyvä kiire, vaatimusten kasvaminen työnkuvan muuttuessa ja sitä kautta opettajan jaksamiseen liittyvät kysymykset. Opettajien jaksamista ovat tutkineet mm. Ritvanen (2008), Santavirta ym. (2001) sekä Turunen (2000). Opettajan edellytetään omaksuvan suhteellisen nopeasti esimerkiksi uusia tietoteknisiä valmiuksia ja mahdollisuuksia (Välijärvi 2006). Opetusryhmät ovat entistä suurempia ja heterogeenisempia. Opettaja kohtaa työssään myös erilaisia kriisitilanteita, joihin hän tarvitsee hyviä vuorovaikutustaitoja (Kiviniemi 2000, 128-151; Välijärvi 2000; Weissberg ym. 2003).

### 5.1 Kiire

Nyky-yhteiskunnassa kiire on läsnä jatkuvasti. Kiire ulottuu myös opettajien toimintaan ja koulutyöhön. Tavoitteet ovat tiukkoja ja tuloksia olisi saavutettava nopeasti. (Turunen 2000.) Työelämässä ajankohtaisia ovat yksilön tasolla ilmenevät ongelmat kuten työssä jaksamattomuus, työelämän ja yksilön välisten intressien kohtaamattomuus ja ristiriidat (Jokinen, Luoma-Keturi, 2006). Kiire työssä kuormittaa niin fyysisesti kuin psyykkisesti. Toipuminen raskaasta työpäivästä vaatii enemmän aikaa, joten vapaa-aikaa ei jää paljon. Työ tunkeutuu näin osaksi vapaa-aikaa ja kuormittaa entistä enemmän. (Ruoholinna 2006). Tampereen yliopiston OK-projektin (Oppija, opetussuunnitelma ja kulttuurinmuutos 1994-1998) yhtenä tavoitteena on ollut opettajien ammatillisen kasvun tukeminen koulutautumisen yhteydessä. Tutkimuksessa käy ilmi opettajien kiire ja aikapula. Aika ei riitä tärkeiden asioiden tekemiseen ja jatkuva kiire rasittaa opettajan jaksamista. (Kohonen 1999.) Syrjäläisen tutkimuksessa (2001, 74-78) opettajat valittavat opettajan muuttuneen työnkuvan ja lisääntyneet työmäärän uuvuttavan opettajan ja aiheuttavan jopa loppuun palamisen. Finkin ja Stollin tutkimuksista käy ilmi (1998, 299), että lisätyötä tuovat uudistukset väsyttävät opettajia. Opettajat eivät enää jaksaa innostua uudistuksista, koska he tietävät sen aiheuttavan lisää työtä muutenkin kiireiseen arkeen. Fullanin (2001, 157) mukaan työyhteisön vuorovaikutus ja yhteistyö auttavat opettajan työssä jaksamiseen ja työhön motivoitumiseen.

## 5.2 Tietotekniikka

Yhteiskunnallinen muutos on tuonut mukanaan teknologian lisääntymistä opettajan työhön (Mäkelä 2014). Tieto- ja viestintäteknikan avulla osallistutaan yhteiskunnallisiin toimintoihin ja ne ovat kehittämässä ajattelua ja ongelmanratkaisutaitoja. Yhteiskunnassa toimimiseen tarvittavan tiedon määrä ja luonne ovat tieto- ja viestintäteknologian myötä lisääntyneet huomasti. Yhteiskunnassa selvitäkseen on osattava käyttää uudenlaista lukutaitoa, jossa valtavasta tietomäärästä on osattava kriittisesti ja nopeasti selata, etsiä ja poimia tarvittava tieto. (Aro & Olkinuora, 2006.) Turunen (2000) muistuttaa, että tietokoneiden merkityksen jatkuvasti kasvaessa, olisi kiinnitettävä huomiota tietoteknisten välineiden järkeviin pedagogisiin käyttötapoihin. Jokisen (2000, 79) tutkimuksessa käy ilmi, että opettajat pelkäävät, etteivät heidän tietotekniset valmiudet pysy nopean yhteiskunnallisen kehityksen mukana. He kaipaavat koulutusta tietotekniseen osaamiseen.

## 5.3 Heterogeeniset ryhmät

Perusopetuslain mukaan koulu on kaikkia oppilaita varten ja jokainen oppija on oma ainutlaatuinen yksilönsä. Kasvatus- ja opetustyössä haasteena nähdään yksilöllisen opetuksen järjestäminen jokaiselle oppilaalle. Opetuksessa pitäisi pystyä eriyttämään, yksilöllistämään ja mukauttamaan. Jotta näitä tukitoimia pystyttäisiin tarkoituksenmukaisesti käyttämään, vaaditaan opettajalta hyvää oppilaantuntemusta. (Ikonen & Mäkirinta 2002.) Oppimisen ongelmista kärsivät oppilaat vaativat opettajalta yhä enemmän aikaa (Kari 1996, 77). Opettajan muuttunut työnkuva ja entistä heterogeenisempien oppilasryhmien opetus vaativat opettajaa kouluttautumaan ja perehtymään uusimpiin tutkimustuloksiin perustuviin tietoihin ja taitoihin sekä kaikenlaisten oppilaiden kohtaamiseen ja ohjaamiseen (Heikinaro-Johansson 2010). Penttisen väitöskirjan mukaan liikuntaa opettavat opettajat kokivat ammatillista riittämättömyyttä erityistarpeita omaavien oppilaiden opettamiseen. (Penttinen 2003, 44.) Luukkainen (2004, 199) korostaa erityispedagogisen osaamisen merkitystä kaikkien opettajien työssä sekä koko kouluyhteisössä.

#### 5.4 Vuorovaikutustaidot

Penttinen (2003) sekä Virta ja Lintunen (2009) painottavat vuorovaikutustaitojen olevan keskeisessä roolissa opettajan työssä. Opettajan työ on ihmissuhdeammatti, jossa toimitaan omalla persoonalla jatkuvassa vuorovaikutuksessa. Klemola ja Heikinaro-Johansson (2006) muistuttavat, että työskentely kasvavien lasten ja nuorten kanssa on myönteistä, mutta samalla kuormittavaa. Opettajien perus- ja täydennyskoulutuksen ennakoitihankkeen (OPEPRO) tutkimusten tuloksista käy ilmi, että opettajien työnkuva on muuttunut vaativammaksi ja vaikeammaksi. Opettajat tarvitsevat valmiuksia erilaisten ongelmatilanteiden ja kriisien kohtaamiseen. Yhtenä ratkaisuna nähdään vuorovaikutustaitojen kehittäminen. (Kiviniemi 2000, 128-151; Välijärvi 2000; Weissberg ym. 2003.) Vuorovaikutus- ja tunnetaidoista käytetään nimitystä sosioemotionaaliset taidot, joiden avulla opettaja tukee oppimista ja luokan ilmapiiriä, ennaltaehkäisee ja ratkaisee ongelmia sekä osoittaa välittämistä (Klemola & Heikinaro-Johansson 2006).

Klemola ja Heikinaro-Johansson (2006) tutkivat, millaisia vuorovaikutustilanteita liikunnanopettajaksi opiskelevat kohtaavat opetusharjoittelun aikana kouluissa sekä millaisia kokemuksia heillä on sosioemotionaalisten taitojen käytöstä. Tutkimuksen tulosten mukaan sosioemotionaalisten taitojen opiskelu auttoi opiskelijoita tiedostamaan vuorovaikutustilanteita ja auttoi niissä toimimisessa. Kielteiset kokemukset muuttuivat osalla opiskelijoista myönteisiksi käytettäessä sosioemotionaalisia taitoja. Kauko ja Klemola (2006) tutkivat, millaisin keinoin liikunnanopettajat tukevat oppilaidensa sosiaalista kasvua liikuntatunneilla ja millaisia kokemuksia heillä on tukemisesta. Tutkimuksen mukaan myös opettaja itse oppii vuorovaikutuksessa oppilaiden kanssa sosiaalisia vuorovaikutuksessa tarvittavia taitoja. Oppilaiden sosiaalisen kasvun tukeminen vaikuttaa niin yksittäisen oppilaan yksilöllisten taitojen kehittymiseen kuin koko oppilasryhmän sosiaaliseen toimintaan. Liikunnanopetus tarjoaa toiminnallisen ja yhteistyötä korostavan luonteensa takia paljon tilanteita, joita voidaan käyttää sosiaalisen kasvun tukemiseen. Tutkimuksen mukaan liikunnanopettajat kokevat oppilaiden sosioemotionaalisen kasvun tukemisen haastavaksi, eikä heillä ole tarpeeksi osaamista vuorovaikutustilanteissa.

## 5.5 Opettajan jaksaminen

Ihmisläheisissä töissä, joissa oma persoona on tärkeä työväline, esiintyy usein työuupumusta (Cherniss 1980, 13; Maslach & Leiter 1997, 20). Ritvanen on tutkinut väitöskirjassaan opettajien psykofysiologista kuormittumista eli stressin palautumista ja kasautumisprosesseja. Opettajan työssä on keskimääräistä enemmän henkisiä kuormitustekijöitä, jotka voivat aiheuttaa stressaantumista ja uupumista. Työn jatkuva muutos vähentää voimavaroja. Opetustyössä resursseja leikataan ja opetusryhmien koot ovat suuria. Hyvän työkyvyn edellytyksenä on, että työntekijän fyysiset ja psyykkiset voimavarat ja työhön kohdistuvat odotukset sekä työn vaatimukset ja mahdollisuudet ovat tasapainossa keskenään. (Ritvanen 2008.) Mikäli hyvän työkyvyn edellytykset eivät ole tasapainossa keskenään, voi työntekijälle kehittyä krooninen stressioireyhtymä, työuupumus eli burnout (Maslach & Leiter 1997, 9). Ritvasen (2008) tutkimuksen mukaan opettajien psykofysiologinen kuormittuminen oli yhtä korkea työpäivinä mitattuna sekä lokakuussa, joulukuussa että maaliskuussa. Elimistön palautumisprosessi käynnistyi vasta kesälomalla heinäkuussa. Tutkimus osoitti myös sen, että stressistä palautuminen hidastuu iän myötä. Parkatin tutkimuksesta (1994) käy ilmi liikunnanopettajan työn rasittavuus. Tutkimuksen mukaan 55-59 -vuotiailla naisliikunnan opettajilla työkyky oli alentunut samanikäisiä miehiä enemmän. Liikunnanopettajan työn haitoiksi nähtiin kiire ja melu. Kiireinen opettaja oli ahdistunut, masentunut ja tyytymätön työhönsä. Santavirta, Aittola, Niskanen, Pasanen Tuominen ja Solovieva (2001, 10-43) tutkivat suomalaisten peruskoulun ja lukion opettajien työssä jaksamista ja työtyytyväisyyttä sekä koulujen toimintaympäristöjä. Tutkimuksen mukaan opettajat ovat uupuneita. Eniten työuupumusta aiheuttivat jatkuva kiire, puutteet fyysisessä työympäristössä, opetuksen valmistelu ja työrauhan ylläpito. Ritvanen (2008) korostaa, että raskaiden työjaksojen aikana tarvitaan stressinhallintakeinoja kuten työajan suunnittelua, esimiehen tukea, hyviä työoloja, rentoutustekniikoiden hallintaa ja rauhoittumistaukoja myös työpäivän aikana. Myös Kohonen (2000) muistuttaa, että työkykyä edistää henkinen itsensä vahvistaminen ja omasta jaksamisesta huolehtiminen. Parkatti (1994) näkee opettajan hyvinvoinnin edistämisen keinoina työmotivaation, mielekkyyden ja henkisen vireyden säilyttämisen.

Lisääntynyt työmäärä, pienenevät resurssit, lisääntyneet vaatimukset ja kasvavat oppilasmäärät heikentävät koulun toimintakykyä. Ylhäältä hallinnon puolelta tulevat uudistukset

vaativat koulussa muutoksia, joiden sisäistäminen vaatii kouluissa aikaa, jota muutosten keskellä ei ole. Opettajat tunnollisena ammattiryhmänä, yrittävät selviytyä niin kauan kuin jaksavat. (Willman 2000.) Opettajat kokevat välineet oman työnsä uudistamiseen puutteelliseksi, jolloin ahdistus omaa työtä kohtaan kasvaa. Opettajat ovat ammattiryhmänä vastuullisia ja kantavat huolta lapsista ja nuorista. Opettaja tarvitsee tähän tukea. Yksin hän ei jaksaa. (Turunen 2000.) Kiviniemen tutkimuksen (2000, 90, 179) mukaan kouluihin on tullut kilpailun ja tehokkuuden ilmapiiri, joka lisää uupumusta. Ryhmäkoot kasvavat ja lisäävät työmäärää sekä väsymystä. Lisäksi opettajilta odotetaan jatkuvaa kouluttautumista.

Ulkomaisen tutkimuksen mukaan opettajien työolot ovat kuluttavia ja työuupumus on yleistä. Stressiä opetustyössä aiheuttavat oppilaiden häiriökäyttäytyminen, opettajien heikot ja puutteelliset työolot, huono ilmapiiri työpaikalla ja kiire. (Travers & Cooper 1996, 36-60.)

## 6 TUTKIMUSKYSYMYKSET

Tutkielmassa halutaan perehtyä siihen, millaista koulutusta liikunnan- ja terveystiedon opettajat haluaisivat Liito ry:n järjestävän.

Tutkimuskysymykset ovat seuraavat:

1. Millaisten aihealueiden koulutuksia liikunnan- ja terveystiedon opettajat haluaisivat Liito Ry:n järjestävän?
  - 1.1 Miten naisten ja miesten kiinnostus jakautuu itsensä kehittämiseen ja kouluun sovellettaviin sisältöihin?
  
2. Millaisista yksityiskohtaisista aihealueiden koulutuksista eri-ikäiset naiset ja miehet ovat erityisen kiinnostuneita?
  - 2.1 Miten ikä tai sukupuoli vaikuttaa yksityiskohtaisiin koulutustoiiveisiin?



## 7 AINEISTO JA TUTKIMUSMENETELMÄLLISET RATKAISUT

### 7.1 Aineiston hankinta ja tutkimusjoukko

Tutkielma toteutettiin yhteistyössä Liikunnan- ja terveystiedon opettajat ry:n (Liito ry) kanssa. Liito ry:n täyttässä 100 vuotta, vuonna 2012, se halusi selvittää jäsentensä mielipiteitä toiminnastaan. Tutkielman kohderyhmänä ovat Suomen liikunnan- ja terveystiedon opettajat, joiden sähköpostiosoitteet saatiin Liito ry:n jäsenrekisteristä. Otanta kattaa koko Suomen, mutta tutkimukseen otettiin mukaan vain aineistonkeruun aikana ammatissaan toimivat liikunnan- ja terveystiedon opettajat, joita oli yhteensä 1150. Tutkimusaineisto kerättiin 10.2.2011-8.4.2011 Internet-kyselynä. Kysely laadittiin Jyväskylän yliopistossa yhteistyössä opiskelijoiden, Jyväskylän yliopiston liikuntatieteiden laitoksen sekä Liikunnan- ja terveystiedon opettajat ry:n henkilöstön kanssa.

Hirsjärvi, Remes ja Sajavaara (2000, 173) jakavat aineistonkeruussa saatavan aineiston primaariaineistoksi eli tutkijan itse keräämäksi aineistoksi ja sekundaariaineistoksi eli muiden keräämäksi aineistoksi. Monesti on olemassa paljon käyttämättömiä aineistoja, joita tutkielman tekijät voisivat hyödyntää. Aina ei ole tarkoituksenmukaista kerätä aineistoa itse. Tämän tutkielman aineisto on sekundaarista, sillä tutkielman tekijä itse, ei ole ollut mukana laatimassa tutkielmassa käytettyä kyselylomaketta tai lähettämässä kyselyä, vaan tässä tutkielmassa on käytetty yhtä osaa kuusiosaisen kyselylomakkeen vastauksista. Tässä tutkielmassa perehdytään koulutusosioon. (Katso Liite 1.)

Cohenin, Manionin ja Morrissonin (2000, 246-247) mukaan kyselylomakkeen suunnitteluvaiheessa on suositeltavaa tehdä alustava suunnitelma siitä, miten kysymykset mahdollisesti etenevät ja millaisia vastauksia niihin saataisiin. Suunnitteluvaiheessa määritellään tavoite. Pääavoitteeseen keskeisesti liittyvät asiat ja ilmiöt tulisi tunnistaa ja eritellä. Näiden perusteella on mahdollista perehtyä eri ulottuvuuksiin ja laatia kyselylomake. Hirsjärven ym. (2002, 184) mukaan kyselylomakkeiden avulla saadaan tietoa käyttäytymisestä, arvoista, asenteista, käsityksistä ja mielipiteistä. Tämän tutkielman keskeiseksi päämääräksi muodos-

tui selvittää liikunnan- ja terveystiedon opettajien näkemyksiä siitä, millaista koulutusta he haluaisivat Liito ry:n järjestävän. Kyselyssä käytettiin strukturoituja ja avoimia kysymyksiä. Tutkimusaihetta rajatessa, aineistonanalyysiin otettiin mukaan vain kaksi avointa opettajien toiveita kartoittavaa kysymystä (3g ja 3h). Cohenin ym. (2000, 247) mukaan avoimet kysymykset soveltuvat hyvin kysymyslomakkeisiin, joissa halutaan runsaasti henkilökohtaista tietoa. Kyselyyn vastaajalla on mahdollisuus omin sanoin kirjoittaa vastauksensa. Näin ollen avoimin kysymyksin kerätty tutkimusaineisto sopi hyvin tämän tutkielman aineistoksi.

Hirsjärvi ym. (2000, 185) korostavat kyselylomakkeen laadinnan merkitystä ja kysymysten tarkkaa suunnittelua koko tutkimuksen onnistumisen kannalta. Cohenin ym. (2000, 258) ja Vallin (2001) mukaan kyselylomakkeen ulkonäön merkitys on tärkeä. Oleellista on selkeys ja yksinkertaisuus. Kyselylomakkeen olisi näytettävä kiinnostavalta ja helposti täytettävältä. Kyselylomakkeen eri osat voidaan otsikoida ja esitellä erikseen, jolloin kyselylomakkeesta tulee selkeämmän näköinen. Tämän tutkielman koko kuusiosaisessa kyselyssä, jokainen osa-alue oli otsikoitu ja numeroitu erikseen. Itse kysymykset oli merkattu kirjainakkosilla esimerkiksi koulutusosiossa kirjaimin a-h. Kyselylomaketta esiteltiin testausjoukolla, johon kuului Liito Ry:n henkilökuntaa, Jyväskylän yliopiston työntekijöitä ja liikunnanopettaja-opiskelijoita. Esitestauksesta saadun palautteen pohjalta koko kuusiosaista kyselyä tarkennettiin ja muokattiin. Cohen ym. (2000, 260) sekä Hirsjärvi ym. (2000, 191) korostavat esitestaamisen välttämättömyyttä. Testauksen tarkoituksena on koetella ja lisätä luotattavuutta, validiteettia sekä kyselyn käytännöllisyyttä. Hirsjärvi ym. (2000, 191) muistuttavat, että esitestaamisella saadun palautteen ansiosta kyselylomakkeen kysymyksiä voi tarkentaa varsinasta tutkimusta varten.

Kysely lähetettiin valitulle kohdejoukolle yhteensä kolme kertaa. Ensimmäinen Internet-kysely lähetettiin liikunnan- ja terveystiedon opettajille sähköpostitse 10.2.2011. Noin kuukauden kuluttua 7.3.2011 lähetettiin uusintakysely samalla tavoin sähköisesti. Vastaamattomille opettajille lähetettiin toinen uusintakysely 30.3.2011. Kyselyyn vastaamisaika päättyi 8.4.2011. Ensimmäiseen kyselyyn vastasi 221 liikunnan- ja terveystiedon opettajaa. Kahden uusintakyselyn jälkeen vastanneita oli 688, jolloin kyselyn vastausprosentiksi muodostui 58 prosenttia. Cohen ym. (2000, 263) muistuttavat uusintakyselyiden tai muistutusten lähettä-

misen tärkeydestä riittävän aineiston saamiseksi. Uusintakyselyiden lähettäminen näytti lisäävän vastaajien määrää huomattavasti ja oli tämän tutkimuksen luotettavuuden kannalta tärkeää.

Tämän tutkielman aineiston muodottavat kaksi avointa kysymystä: Millaista koulutusta LIITO:n tulisi mielestäsi tarjota nykyistä enemmän? Esimerkiksi oletko kiinnostunut kouluun sovellettavasta sisällöstä vai onko itsesi kehittäminen tärkeämpää? (3g) ja Millaisten aihealueiden koulutuksista olisit erityisen kiinnostunut? (3h) Kaikki tutkimukseen osallistuneet eivät olleet vastanneet kaikkiin kysymyksiin. Taulukoissa 1 ja 2 on esitetty kysymysten vastausprosentit.

TAULUKKO 1. Tutkielmassa käytetyn kysymyksen 3g vastausprosentit

	Kysymykseen vastanneet	Kysymykseen ei vastanneet	Kaikkiaan mukana	Vastaus- prosentti
Naiset	355	145	480	74,0
Miehet	115	72	187	61,5

TAULUKKO 2. Tutkielmassa käytetyn kysymyksen 3h vastausprosentit

	Kysymykseen vastanneet	Kysymykseen ei vastanneet	Kaikkiaan mukana	Vastaus- prosentti
Nuoret naiset	36	21	57	63,2
Keski-ikäiset naiset	177	86	263	67,3
Ikääntyneet naiset	97	63	160	60,6
Nuoret miehet	12	8	20	60,0
Keski-ikäiset miehet	57	59	118	48,3
Ikääntyneet miehet	28	21	49	57,1

## 7.2. Menetelmä

Tämän tutkielman aineisto muodostuu avoimiin kysymyksiin kirjoitetusta tekstistä, jossa on liikunnan- ja terveystiedon opettajien ajatuksia koulutustoiveista. Jokainen vastaus on osana tämän tutkielman aineistoa ja on siten mukana aineistonalyysissä ja tutkielman tuloksissa. Koska aineisto on kirjoitettua tekstiä, joka muodostuu ihmisten ajatuksista, kokemuksista ja tuntemuksista, on aineistoanalyysissä tarkoituksenmukaista hyödyntää laadullisia aineistonkäsittelymenetelmiä. Hirsjärvi ja Hurme (2001, 28) toteavat, että laadullisilla menetelmiä käytettäessä päästään lähemmäksi niitä merkityksiä, jotka tutkittavat antavat ilmiöille ja tapahtumille. Laadullisia tutkimusmenetelmiä käytettäessä saadaan tietoa tutkittavien näkökulmista. Laadullisen analyysiin toteuttamiseen on paljon erilaisia ja jopa hieman päällekkäisiä tapoja. Syrjäläinen ym. (2007, 7) muistuttavat, että juuri tutkimustehtävä sanelee sen, millaisilla menetelmillä saadaan parhaiten vastauksia määritettyihin tutkimuskysymyksiin. Hirsjärven ym. (2000, 211) mukaan analyysitavan valinnassa pääperiaatteena on valita sellainen analyysitapa, jonka avulla on parhaiten mahdollista saada vastauksia tutkimusongelmaan tai tutkimustehtävään.

Laine (ks. Tuomi & Sarajärvi 2002, 93-94) on esittänyt rungon laadullisen analyysin pääkohdista. Aluksi aineistoa luetaan ja sieltä poimitaan tutkimuksen kannalta oleellinen aines, muut rajataan tutkimuksen ulkopuolelle. Analyysiin sisältyvät asiat etsitään, merkitään ja erotellaan. Näin valmistaudutaan varsinaiseen aineiston analyysiin, jolloin jo valmiiksi eritelty aineisto voidaan esimerkiksi luokitella, teemoitella tai tyypitellä. Lopuksi analysoidusta aineistosta kirjoitetaan yhteenveto. Hirsjärvi ym. (2000, 207) muistuttavat, että koko tutkimuksen ydinosaa ovat kerätyn aineiston analyysi, tulkinta ja johtopäätösten teko.

Tässä tutkielmassa puhutaan kysymyksestä 3g ensimmäisenä kysymyksenä ja kysymyksestä 3h toisena kysymyksenä. Ensimmäisen kysymyksen aineisto analysoitiin kokonaan ennen toisen kysymyksen aineiston analyysia. Tutkielman aineisto on suhteellisen laaja käsiteltäväksi laadullisin tutkimusmenetelmin, joten oli tarkoituksenmukaista analysoida vastauksia kysymys kerrallaan. Tutkielmassa haluttiin saada selkeä näkemys yhteen kysymykseen annetuista vastauksista. Tämä olisi ollut hankalaa ja työlästä, mikäli kysymyksiä vastauksia olisi analysoitu yhdessä. Edellä mainituiden syiden nojalla, aineistoa käsiteltiin kysymys

kerrallaan. Syrjäläinen ym. (2007, 8) pitävät laadullisen tutkimuksen haasteena aineiston analyysiä, joka vaatii tutkijalta luovuutta ja oman aineiston hyvää tuntemista. Aineisto pyrittiin saamaan tutuksi, lukemalla vastauksia läpi useaan kertaan. Molempiin kysymyksiin esitettiin kysymyksen kannalta keskeisiä asioita, joista muodostui luokiteltuja teemoja. Ensimmäiseen kysymyksen, millaista koulutusta opettajat haluavat, teemoja muodostui kolme: itsensä kehittävää, kouluun sovellettavaa vai molempia. Tähän kysymykseen teemat muodostuivat hyvin nopeasti ja niiden nimeäminen oli helppoa. Toisen kysymyksen teemat muodostuivat aineistosta, joten niiden lopullinen nimeäminen ei heti alkuun onnistunut. Teemat kulkivat aluksi ennen varsinaista nimeämistä työnimillä, jotka usean lukemisen jälkeen saivat kuvaavammat lopulliset nimensä. Jokaiselle teemalle annettiin oma värikoodi. Samaan teemaan liittyvät aineiston tekstit yliviivattiin tai alleviivattiin kyseisellä värillä. Aluksi teemoja tuli paljon ja osa niistä oli hieman päällekkäisiä, joten teemoja yhdisteltiin. Esimerkiksi kuntosali ja kuntoilu yhdistyivät teemaksi kuntosali ja voimailu. Eskola ja Suoranta (1998, 155-158) kutsuvat tätä työvaihetta koodaamiseksi. Koodatessa aineistoaan tutkija lukee aineistoaan useasti läpi ja koodaa esiin nousevia asioita koodimerkeillä tai indekseillä. Tutkijan elämäntilanne tai tutkielman tekemisen ajankohta voivat vaikuttaa koodiluettelon tekemiseen, jolloin koodiluettelo elää ja muuttuu koodauksen aikana. Laadullisessa tutkimuksessa aineistossa on paljon tietoa ja uusia näkökulmia tutkia asiaa. Kaikkea ei ole mahdollista analysoida samassa tutkimuksessa, siksi pitäisi pyrkiä koodaamaan aineisto ainoastaan riittävästi. Täydellinen, kaikenkattava koodaus ei laadullisessa tutkimuksessa ole edes mahdollista.

Kyselyyn koulutuksesta vastasi 678 liikunnan- ja terveystiedonopettajaa. Yksi vastaus ei ollut luettavissa aineistoa analysoitaessa, joten yhteensä tutkielman aineistona on 677 liikunnan- ja terveystiedon opettajan vastaus. Vastanneista naisia oli 480 ja miehiä 187. Ensimmäisen kysymyksen aineiston analyysissä tarkasteltiin naisia ja miehiä erikseen. Aineistanalyysissä laskettiin kuinka monen naisen vastaukset kuuluivat mihinkin neljästä teemasta. Lisäksi näistä laskettiin prosenttiluvut. Samoin toimittiin miesten kohdalla. Osa vastanneista oli kirjoittanut kysymykseen, myös esimerkkejä siitä, millaista koulutusta he haluaisivat, mutta tämä jätettiin huomioimatta ensimmäisen kysymyksen aineistonanalyysissä, sillä kysymyksiä yksi ja kaksi käsiteltiin erikseen. Lisäksi toinen kysymys hakee vastauksia tähän

kysymykseen. Kysymyksestä yksi ei poimittu vastauksia kysymykseen kaksi, koska aineiston suuri koko ja laadullisten tutkimusmenetelmien käyttö olisivat tehneet tutkimuksen tekemisestä hyvin työlää ja aineistosta vaikeasti hallittavan. Tämä olisi voinut haitata tutkielman luotettavuutta.

Toisen kysymyksen aineistonanalyysissä naiset ja miehet pidettiin edelleen erillään, mutta lisäksi molemmat sukupuolet jaettiin iän mukaan kolmeen ryhmään: nuoret naiset ( $\leq 30$ ), keski-ikäiset naiset (31-49) ja ikääntyneet naiset ( $\geq 50$ ), nuoret miehet ( $\leq 30$ ), keski-ikäiset miehet (31-49) ja ikääntyneet miehet ( $\geq 50$ ). Nämä sukupuolen ja iän mukaan jaetut ryhmät koodattiin samalla tavoin. Toisessa kysymyksessä ei laskettu naisten ja miesten määriä kuten ensimmäisessä kysymyksessä, sillä kattavampi tulos saatiin laskemalla maininnat. Jokaisen ryhmän kohdalla laskettiin, kuinka monta mainintaa aineistosta löytyi aina kyseiseen ryhmään. Esimerkiksi palloilua haluavan vastauksesta:

”-- *tenniksen, sulkapallon ja pöytätenniksen tekniikan harjoitteet*” (N2/92),

on laskettu jokainen laji omanaan palloilusarakkeeseen. Yhdellä vastaajalla saattoi näin olla useampi eri palloilulaji maininta omassa vastauksessaan. Molempien sukupuolien jokaisen ikäryhmän maininnoista laskettiin prosenttiluvut ja piirrettiin kuviot tulosten selkeyttämiseksi. Lopuksi vielä vertailtiin naisten ja miesten sekä eri-ikäisten koulutustoiveita. Tätä selkeyttämään on piirretty kuvio, jossa näkyy kaikkien ikäryhmien koulutustoiveet ja lajikohtaiset koulutustoiveet. Tuloksista kirjoitettaessa puhutaan vain prosenttiosuuksista eli kuinka paljon kyseisen esimerkiksi jonkin lajin maininnat ovat prosentteina kaikista maininnoista. On siis hyvä muistaa, että tässä tutkielmassa prosenttiosuudet kuvaavat mainintoja eivätkä esimerkiksi naisten määrää. Kaikki erityisten koulutustoiveiden maininnat ja prosentit on koottu taulukkoon 6.

Aineistolainauksien tunnisteet on määritelty seuraavasti:

Ensimmäisessä kysymyksessä n tarkoittaa naista ja m miestä. Näiden perässä oleva numero, kuvaa sitä monentenako kyseisen naisen tai miehen vastaus on aineistossa. Esimerkiksi n5, tarkoittaa naisen vastausta, joka on aineistossa viidentenä. Toisessa kysymyksessä aineisto on merkitty siten, että kirjain kertoo sukupuolen, numero tämän jälkeen kuvaa sitä, mihin

ryhmään nuoriin, keski-ikäisiin vai ikääntyneisiin vastaaja kuuluu ja kauttaviivan jälkeinen numero puolestaan kertoo sen, kuinka monentena vastaajan vastaus on aineistossa kyseisessä ryhmässä. Esimerkiksi (N2/1) tarkoittaa keski-ikäisen naisen vastausta, joka on kirjoittanut vastauksensa ensimmäisenä keski-ikäisten naisten ryhmässä. Taulukossa 3 on esitetty ensimmäisen kysymyksen ryhmät ja koodit. Taulukossa 4 on esitetty toisen kysymyksen pääluokat. Taulukko 5 puolestaan kuvaa toisen kysymyksen lajitaitojen alaluokkia.

TAULUKKO 3. Ensimmäisen kysymyksen ryhmät ja koodaus

Koodi	Ryhmä
N1	nuoret naiset ( $\leq 30$ )
N2	keski-ikäiset naiset (31-39)
N3	ikääntyneet naiset ( $\geq 50$ )
M1	nuoret miehet ( $\leq 30$ )
M2	keski-ikäiset miehet (31-49)
M3	ikääntyneet miehet ( $\geq 50$ )

TAULUKKO 4. Toisen kysymyksen pääluokat

Yksityiskohtaisten koulutustoioiden pääluokat
Arviointi
Hyvinvointi
Lajitaidot
Monipuolisesti kaikkea
Muut
Opetuksen haasteet
Pelit ja leikit
Teknologia
Terveystieto
Uutuudet
Vuorovaikutus

## TAULUKKO 5. Toisen kysymyksen lajitaitojen alaluokat

---

Yksityiskohtaisissa koulutustoiveissa lajitaitojen  
alaluokat

---

Hiihtolajit

Jääliikunta

Kamppailulajit

Kuntoliikunta

Kuntosali ja voimailu

Lajitaidot yleisesti

Palloilulajit

Suunnistus ja luontoliikunta

Tanssi ja musiikkiliikunta

Telinevoimistelu

Vesiliikunta

Voimistelu

Yleisurheilu



## 8 TULOKSET

Tulososio rakentuu siten, että luvuissa 8.1 ja 8.2 käsitellään sitä, miten naisten ja miesten kiinnostus jakautuu itsensä kehittämiseen ja kouluun sovellettaviin sisältöihin. Luvussa 8.3 esitellään millaisista yksityiskohtaisista aihealueiden koulutuksista eri-ikäiset naiset ovat kiinnostuneita. Lopuksi luvussa 8.4 esitellään miesten vastaavat yksityiskohtaiset koulutustoiveet.

Lajitaidot yleisesti luokassa vastaajat mainitsivat aineistossa haluavansa koulutuksen painottuvan lajitaitoihin yleisesti. He eivät kirjoittaneet tarkemmin mitään yksittäistä lajitoivetta. Aineiston tulkinnassa pääluokat muodostavat yhden kokonaisuuden ja pääluokkien maininnat ovat yhteensä sata prosenttia. Lisäksi lajitaitojen alaluokkia tulkitaan itsenäisenä kokonaisuutena, jonka maininnat muodostavat yhteensä saman prosenttiosuuden, jonka lajitaidot saavat pääluokissa. Näin ollen sekä lajitaitojen alaluokkia, että pääluokkia on mahdollista vertailla keskenään. Taulukkoon 6 on koottu kaikkien ryhmien yksityiskohtaisten koulutustoiveiden maininnat sekä prosenttiosuudet. Tulososissa puhutaan vain prosenttiosuuksista, mutta taulukosta 6, lukija voi halutessaan vertailla myös mainintojen määriä.

TAULUKKO 6. Yksityiskohtaiset koulutustoiheet mainintoina ja prosentteina iän ja sukupuolen mukaan

	Nuoret naiset		Keski-ikäiset naiset		Ikääntyneet naiset		Nuoret miehet		Keski-ikäiset miehet		Ikääntyneet miehet	
	maininnat	%	maininnat	%	maininnat	%	maininnat	%	maininnat	%	maininnat	%
Terveystieto	15	19	65	16	31	15	0	0	9	7	7	18
Uutuudet	8	10	40	10	17	8	6	23	26	21	4	10
Teknologia	0	0	13	3	6	3	1	4	4	3	0	0
Hyvinvointi	0	0	13	3	13	6	0	0	3	2	0	0
Pelit ja leikit	1	1	3	1	6	3	0	0	4	3	1	2
Arviointi	1	1	1	0	5	2	0	0	1	1	0	0
Opetuksen haasteet	1	1	18	4	12	5	3	11	8	7	4	10
Oppilaan kohtaaminen	2	2	5	1	6	3	2	8	8	7	1	2
Monipuolinen koulutus	2	2	10	2	4	2	0	0	4	3	6	14
Muut	0	0	13	3	15	7	0	0	7	6	4	10
Lajitaidot	51	64	237	57	97	46	14	54	49	40	14	34
Yhteensä	81	100	418	100	212	100	26	100	123	100	41	100
Tanssi- ja musiikkiiliiikunta	20	25	89	22	36	17	4	14	11	8	2	5
Palloilulajit	12	15	49	13	18	8	0	0	12	9	3	8
Voimistelu ja kehonhuolto	6	8	33	8	15	7	2	8	1	1	0	0
Kuntosali ja voimailu	1	1	6	1	4	2	0	0	1	1	2	5
Suunnistus ja luontoliik.	0	0	6	1	1	0	1	4	2	2	2	5
Hiihtolajit	0	0	2	0	1	0	0	0	3	2	1	2
Telinevoimistelu	6	8	12	3	5	2	2	8	8	7	1	2
Vesiliikunta	1	1	9	2	2	1	2	8	0	0	0	0
Kuntoliikunta	1	1	10	2	5	2	0	0	1	1	2	5
Yleisurheilu	1	1	4	1	4	2	1	4	2	2	0	0
Jääliikunta	0	0	5	1	5	2	0	0	2	2	0	0
Kamppailulajit	1	1	4	1	1	0	0	0	2	2	0	0
Lajitaidot yleisesti	2	3	8	2	6	3	2	8	4	3	1	2
Yhteensä	51	64	237	57	97	46	14	54	49	40	14	34

## 8.1 Naisten koulutustoiveita: itsensä kehittäminen vs. kouluun soveltaminen

Vastauksissaan naisliikunnan- ja terveystiedon opettajista 182 naisopettajaa näkivät tärkeimmäksi koulutustarpeeksi kouluun sovellettavien sisältöjen koulutukset (54,3 %). Koulutusten tulisi olla sellaisia, joista saisi hyötyä ja ideoita omaan opetustyöhön. Naiset toivoivat kouluun sovellettavia koulutuksia mm. seuraavasti: ”*Koulutyöhön sovellettavaa, käytäntöä opetustyössä palvelevaa*” (n70).

Molempia, niin kouluun sovellettavia sisältöjä kuin itsensä kehittäviä koulutuksia, piti tärkeänä 93 naisvastaajaa (27,8%). Naisliikunnan- ja terveystiedon opettajat toivoivat koulutuksia, joissa keskityttäisiin itsensä kehittämiseen, jotta opettajat jaksaisivat työssään: ”*Esimerkeistä molemmat ovat tärkeitä: ensimmäinen on tärkeää ajan tasalla pysymisen ja oman toiminnan laajuuden säilyttämiseksi. Toinen on hyväksi omalle jaksamiselle ja työmotivaatiolle.*” (n32) Samalla he kuitenkin pitivät tärkeinä koulutuksia, joista saisi uusia ajatuksia ja ideoita oppitunneille: ”*-- on hyvä saada vinkkejä tuntien pitoon*” (n42).

Itsensä kehittämiseen painottuvia koulutuksia piti ensisijaisena 6,9 prosenttia eli 23 vastaajaa. Heidän mukaansa koulutuksia kouluun sovellettavista sisällöistä on jo valmiiksi riittävästi. Tämä näkyi naisten vastauksissa esimerkiksi näin: ”*Enemmän itsensä kehittämistä, sisällöistä on jo koulutusta paljon.*” (n20) Toisaalta asia nähtiin niin, että omien taitojen ja valmiuksien karttuessa saadaan kehitettyä myös omaa työtä: ”*-- Näen asian niin, että itseäni kehittämällä ja omia tietoja lisäämällä saan ideoita kouluun vietäväksi.*” (n55).

Osa vastauksista (11,0 %) oli sellaisia, ettei niitä pystynyt luokittelemaan mihinkään kolmesta edellisestä teemasta. Ne muodostivat teeman muut. Naisliikunnan- ja terveystiedon opettajien vastauksissa korostui se, että monipuolista koulutusta on tarjolla nykyisinkin jo paljon. Liito Ry:n koulutuksia kiiteltiin ja ne saivat kehuja: ”*Koulutus on ollut monipuolista. En osaa sanoa erityisiä toiveita. Kiitos Liitolle!!!*” (n65). Toisaalta monipuolista koulutustarjontaa oli opettajien mielestä paljon, ongelmana nähtiin se, että: ”*Liiton koulutus painottuu peruskouluun. Myös toisen asteen opetukseen uusia tuulia.*” (n193)

## 8.2 Miesten koulutustoiveita: itsensä kehittäminen vs. kouluun soveltaminen

Myös mies liikunnan- ja terveystiedon opettajille kouluun sovellettavien sisältöjen koulutukset ovat toivotuimpia. Vastanneista 115 miesopettajasta puolet halusi koulutusta, joka keskittyisi kouluun sovellettaviin sisältöihin. Miesten vastauksissa tämä koulutustoive näkyi esimerkiksi seuraavasti: ”*Kouluun liikuntatunneille liittyvät sisällöt tärkeämpiä.*” (m26)

Molempia, niin itseään kehittäviä kuin kouluun sovellettavien sisältöjen koulutusta, piti tärkeänä 33 miesopettajaa (28,7%). Kouluun sovellettavaa koulutusta pidettiin tärkeänä, sillä sen avulla opetukseen saadaan uusia ajatuksia. Itsensä kehittäminen nähtiin tärkeänä, sillä oman motivaation säilyminen auttaa myös työssä jaksamisessa. Kouluun sovellettavia ja itseä kehittäviä koulutuksia toivottiin miesliikunnan- ja terveystiedon opettajien vastauksissa esimerkiksi seuraavasti: ”*Kouluun sovellettava sisältö tuo virikkeitä ja itsensä kehittäminen antaa lisää resursseja ja motivaatiota.*” (m36)

Itseään kehittäviä koulutuksia toivoi 15 miesopettajaa (13,0%). Koulutuksista haluttaisiin täydennystä omaan osaamiseen. Toiveet itseä kehittäviin koulutuksiin näkyivät miesliikunnan- ja terveystiedon opettajien vastauksissa esimerkiksi seuraavasti: ”*oman osaamisen lisääminen*” (m86). Pieni osa miesten vastauksista (9 vastausta, 7,8 prosenttia) lukeutui teemaan muut. Tähän teemaan muut sisältyivät kaikki ne vastaukset, joita ei pystytty sijoittamaan mihinkään kolmesta aiemmasta teemasta.

## 8.3 Naisten yksityiskohtaiset koulutustoiveet

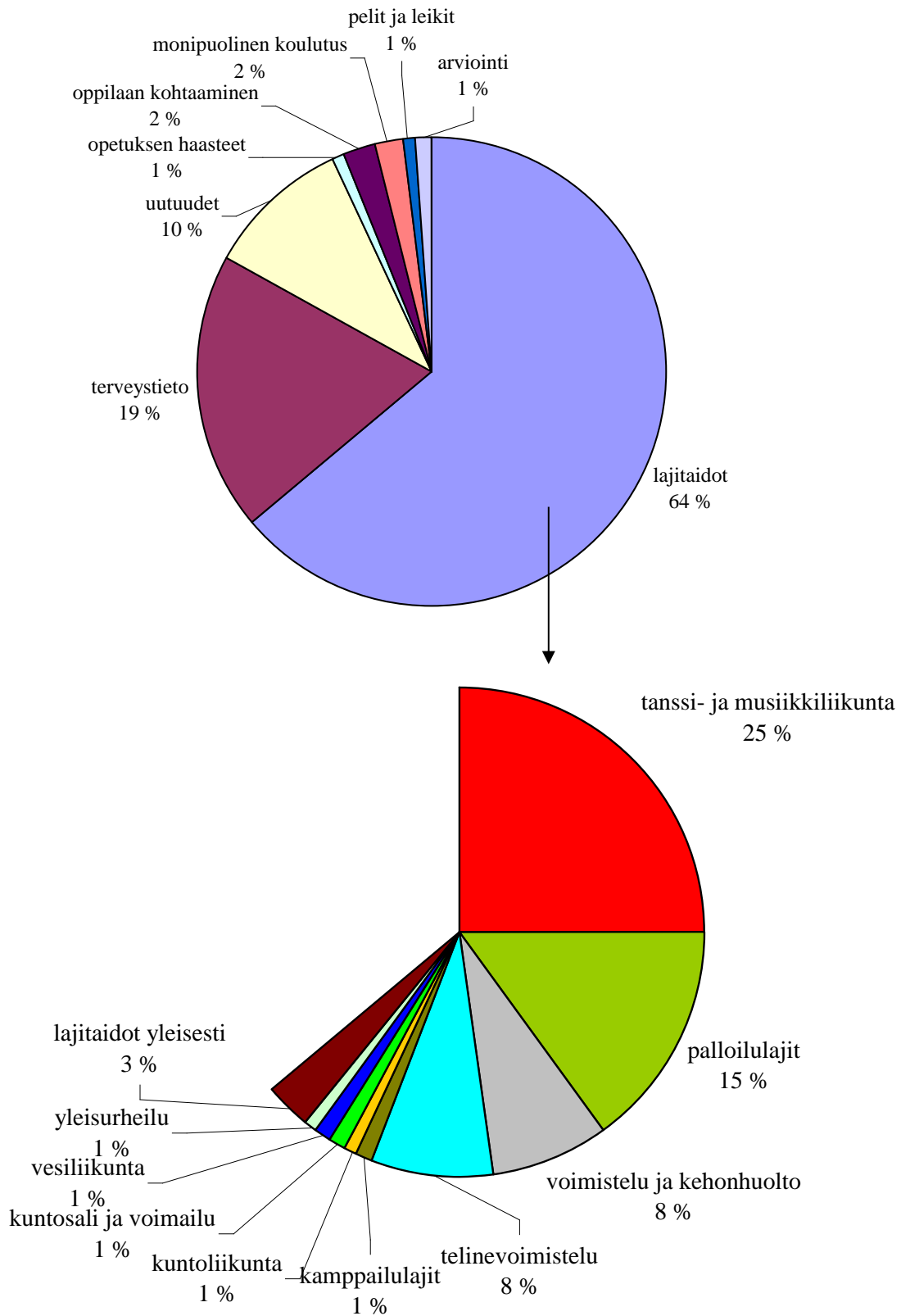
### Nuoret naiset

Ryhmässä nuoret naiset oli kaiken kaikkiaan mukana 57 (≤30) naisliikunnan- ja terveystiedon opettajaa. Heistä 36 vastasi kysymykseen, jossa selvitettiin millaisten aihealueiden koulutuksista he olisivat erityisen kiinnostuneita, 21 naista ei vastannut kysymykseen. Tämän kysymyksen vastausprosentiksi muodostui 63,2. Kaiken kaikkiaan mainintoja aineis-

tossa oli 81. Nuorten naisten yksityiskohtaiset koulutustoiveet näkyvät kuviossa 5 ja heidän koulutustoiveensa on esitelty seuraavaksi.

Selkeästi eniten (64 %) koulutusta toivottiin lajitaitoihin. (Katso kuvio 5.) Lajitaidoista puolestaan neljännes, joka oli selkeästi suurin lajikohtainen koulutustoive, haluttiin koulutusta erilaisista tansseista ja musiikkiliikunnasta. Tutkimukseen vastanneet liikunnan- ja terveystiedon opettajat kokevat, että he haluaisivat lisäkoulutusta tanssi- ja musiikkiliikunnan opettamiseen. Aineistossa mainittiin koulutustoiveina esimerkiksi: *”afrotanssi”* (N1/n1), *”-- ilmaisuliikunta --”* (N1/n26), *”-- vanhat tanssit, tansseja kouluun --”* (N1/n27) sekä yleisesti *”tanssi ja liikeilmaisuus --”* (N1/n22). Tanssisarjojen pitäisi olla sellaisia, että niitä pystyisi helposti hyödyntämään kouluopetuksessa. Opettajat toivoivat *”-- valmiita musiikkiliikuntatuntimalleja”* (N1/n33), joita voisi suoraan käyttää omassa opetuksessa.

Eri palloilulajit ovat suosittuja liikuntatuntien sisältöjä. Palloilun lajikirjo on laaja ja nuoret naisliikunnanopettajat (15 %) toivovatkin täydennyskoulutuksesta eri palloilulajeihin koulutusta. Aineistosta nousi esiin yleisesti se, että erilaisiin palloilulajeihin ja peleihin kaivataan koulutusta, mutta vastanneet nuoret naisliikunnan- ja terveystiedon opettajat eivät tarkemmin eritelleet, minkä palloilulajien koulutusta he haluaisivat. Mailapelit ja muutama erikoisempi, ei niin perinteinen koulupalloilulaji, kuten: *”-- lacrosse”* (N1/n2) eli haavipallo, *”-- kouluun sovellettu golf ja jenkifudis --”* (N1/n2) mainittiin palloilulajien koulutustoiveena, muita lajeja ei mainittu. Lisäksi tutkimukseen osallistuneiden nuorten naisten selkeä koulutustoive oli: *”palloilun tuomarointi --”* (N1/n20).



KUVIO 5. Nuorten naisten yksityiskohtaiset koulutustoiveet

Myös voimistelu ja kehonhuolto sekä telinevoimistelu koettiin tärkeiksi ja niihin molempiin haluttiin koulutusta 8 prosentissa aineiston vastauksista. Nuorten naisten vastauksissa mainitaan koulutustoiveina ”-- telinevoimistelu --” (N1/n2), ”-- kehonhuolto --” (N1/n10) ja ”--voimistelu --” (N1/n20), mutta vastaajat eivät eritelleet tarkemmin toivomuksia siitä, millaista koulutusta he näihin lajeihin haluaisivat.

Hyvin pieni osa eli prosentti koulutustoiveista kohdistui kuntoliikuntaan ja voimailuun, uintiin, kamppailulajeihin ja yleisurheiluun. Eräs vastaaja toivoi yleisurheiluun hieman tarkennettua koulutusta kirjoittamalla: ”Yleisurheilu ilman kenttää, --” (N1/n35). Muutamassa prosentissa koulutustoiveista toivottiin yleisesti lajitaitoihin liittyvää koulutusta.

Lajitaitojen jälkeen seuraavaksi eniten eli 19 prosenttia koulutustoiveista kohdistui terveystiedon eri osa-alueisiin liittyviin koulutuksiin. Koulutusta toivottiin yleisesti terveystiedon eri sisältöihin. Varsinkin: ”-- mielenterveys, ravitsemus --” (N1/n26) ja ”seksuaalikasvatus --” (N1/n21) oli eritelty vastauksiin. Nuoret naiset toivoivat saavansa koulutuksista vinkkejä toiminnallisten tuntien pitoon. Tätä toivottiin muun muassa seuraavasti: ”Terveystiedon erilaiset toiminnalliset sovellukset” (N1/n25). Opettajat kaipasivat myös koulutuksia, joiden teemana olisi: ”terveystiedon yo-kirjoitukset --” (N1/n28).

Oppilaat haluavat kokeilla uusia trendilajeja. Näihin ei kaikilla opettajilla resursseja joko opetuksen määrärahojen puitteissa tai opettajan omassa osaamisessa. Liikunnan ja terveystiedon opettajat toivovat koulutusta, joissa teemana olisivat: ”erikoisempien lajien” (N1/n7) esittelyt, ”kaikki sen hetkiset trendilajit --” (N1/n10) ja ”-- uudet lajit” (N1/n34). Vanhoihin tuttuihin lajeihin toivotaan piristystä ja uusia ideoita: ”uusia tuulia tuttuihin lajeihin --” (N1/n33). Aineiston maininnoista 10 prosenttia koski uutuuslajeja.

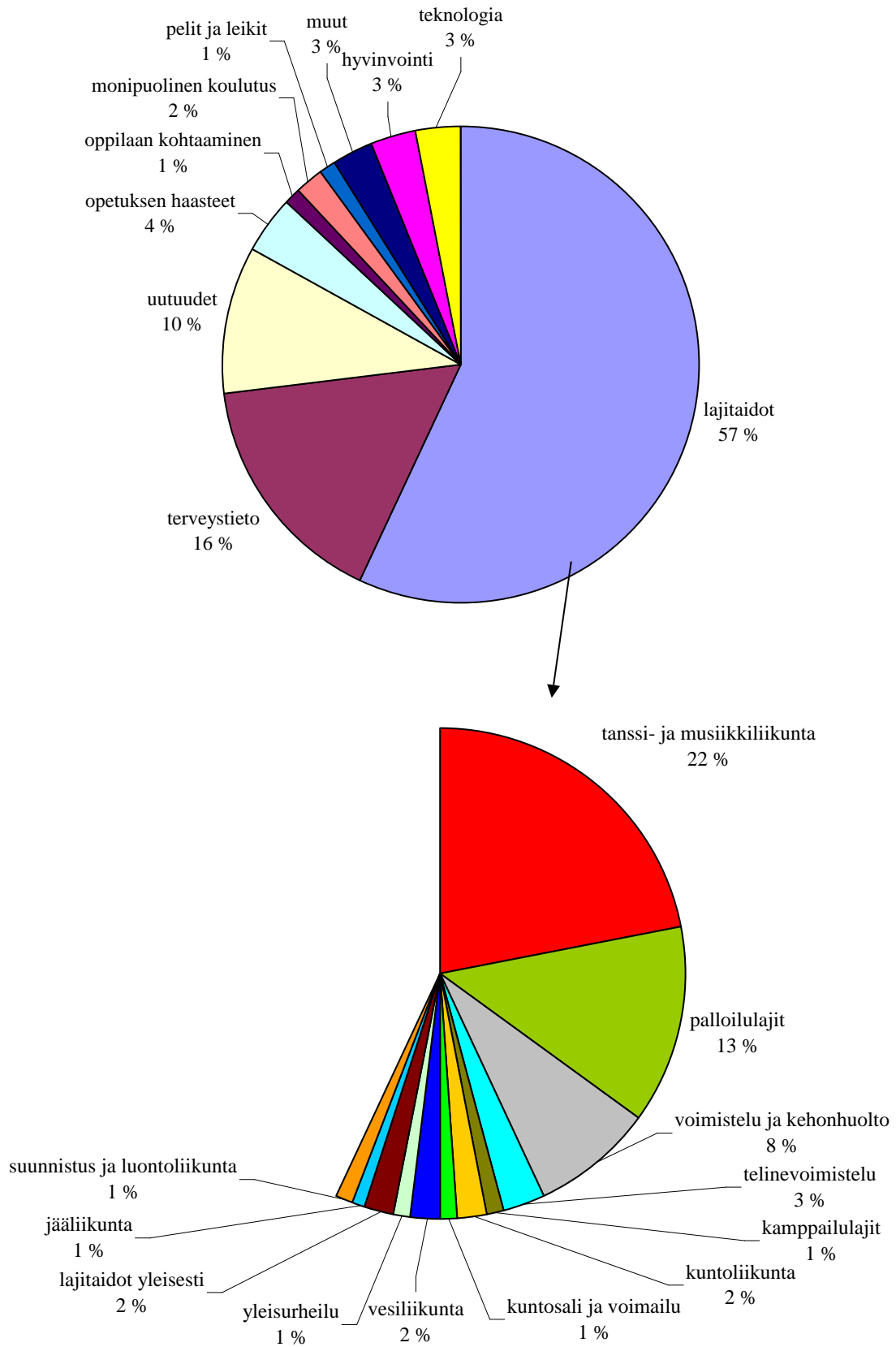
Pari nuorta naisliikunnan- ja terveystiedon opettajaa oli huolissaan koulussa opiskelevasta oppilasaineksesta ja he toivoivat koulutuksen keskittyvän seuraaviin teemoihin: ”ongelmaoppilaiden kohtaaminen” (N1/n19) ja ”-- vuorovaikutustaidot” (N1/n31). Yhdet maininnat liittyivät peleihin ja leikkeihin sekä ”-- arviointiin --” (N1/n32). Edellä mainitut koulutustoiveet mainittiin vain joitakin kertoja ja niitä oli alle pari prosenttia koulutustoiveista.

## Keski-ikäiset naiset

Keski-ikäisten naisten ryhmässä (31-49 -vuotiaat) 177 naista vastasi kysymykseen, 86 ei vastannut ja kaiken kaikkiaan tutkimuksessa oli mukana 263 tähän ryhmään kuuluvaa naista. Vastausprosentiksi muodostui 67,3 prosenttia. Mainintoja aineistossa oli 418. Keski-ikäisten naisten yksityiskohtaiset koulutustoiveet näkyvät kuviossa 6.

Myös keski-ikäisten naisten aineistossa eniten koulutusta haluttiin lajitaitoihin. Lajitaitoihin suuntautui 57 prosenttia kaikista keski-ikäisten naisten koulutustoiveista. Lajikohtaiseen koulutukseen löytyi kolme ryhmää: tanssi ja musiikkiliikunta, palloilu sekä voimistelu, joihin haluttiin selkeästi enemmän koulutusta verrattuna muihin ryhmiin. (Katso kuvio 6.) Keski-ikäisten naisten ryhmään kuuluvat liikunnan- ja terveystiedon opettajat toivovat saatavansa koulutuksissa tanssiopetusta, jossa tanssitaan helppoja ja yksinkertaisia suoraan kouluopetukseen soveltuvia tansseja eri tanssisuuntauksista. He halusivat tanssikoulutuksista mukaan valmiit sarjat, jotka on tehty helposti saatavilla oleviin musiikkeihin. Edellä mainittuja asioita toivotaan aineistossa esimerkiksi seuraavasti: *”tanssi, musiikkiliikunta, yksinkertaisia valmiita sarjoja valmiisiin musiikkeihin --”* (N2/n106). Keski-ikäiset opettajat pitävät tärkeänä sitä, että koulutuksissa huomioidaan: *”-- Tanssin eri muodot erityisesti, mutta koulutasoisina!”* (N2/n38). Aineistossa mainitaan tarkempina tanssitoiveina: *”-- Tanssikurssi (afro, hip hop, showtanssi) ja eri tanssisuuntauksien yhdistelmäkurssi”--* (N2/n1). Vanhojen tanssit ovat monen lukion liikunnan opettajan arkipäivää joka vuosi, joten myös vanhojen tansseihin kaivataan lisäkoulutusta kirjoittamalla: *”-- tanssit (vanhat tanssit ja uudemmat tanssisuuntauksien)”* (N2/n2). Lajikohtaisista koulutustoiveista 22 prosenttia koski tanssi- ja musiikkiliikunnan koulutuksia.





KUVIO 6. Keski-ikäisten naisten yksityiskohtaiset koulutustoiveet

Toiseksi eniten koulutusta kaivattiin palloilulajeihin, 13 prosenttia. Keski-ikäiset naisliikunnan- ja terveystiedon opettajat toivoivat koulutuksia, joissa he saisivat erilaisia ideoita: ”-- tyttöjen tunneille” (N2/n136), tietoa: ”-- palloilusovelluksista” (N2/n14) ja harjoittaa: ”palloilun yleistaitoja --” (N2/n73). Pelit sekä niiden säännöt uudistuvat, joten tyttöjen liikunnan opettajat haluaisivat oppia tuomaritoimintaa. Näin ollen yhtenä koulutustoiveena mainittiin: ”-- tuomarointi” (N2/n97). Eriyttävään opetukseen keski-ikäiset naisliikunnan- ja terveystiedon opettajat toivovat saavansa koulutuksista: ”-- eri pallopelien taktiikkajutut, valmennustyyppinen juttu paremmille oppilaille --” (N2/n97).

Voimistelu ja kehonhuolto oli kolmas suuri ryhmä, johon toivottiin koulutusta (8 % lajikohtaisista koulutustoiveista). Liikunnanopettajat haluaisivat koulutusta, jossa painottuisi: ”-- perusvoimistelu” (N2/n112) ja: ”-- Välineet voimistelussa” (N2/n48). Lisäksi toivottiin koulutuksia, joissa keskityttäisiin kehon hyvinvointiin liittyviin harjoitteisiin: kehon rentouttaminen, lihaksiston huoltaminen ja vahvistaminen. Esimerkkeiksi oli lueteltu: ”-- rentoutus/venyttelyt” (N2/n4) sekä ”-- taiji, jooga, pilates” (N2/n82).

Telinevoimistelua haluttiin kolmessa prosentissa vastauksista. Telinevoimistelu koetaan haasteellisena opetettavana aiheena, sillä monilla kouluilla välineet, mikäli niitä edes on, ovat vanhoja ja uudet maksavat paljon, eikä niiden hankintaan ole rahallisia resursseja. Lisäksi oppilaiden taidolliset tasoerot ovat huomattavia ja ne korostuvat voimisteltaessa telineillä. Koulutustoiveissa edellä mainituista asioista oli kirjoitettu esimerkiksi seuraavasti: ”Telinevoimistelu (kaikilla ei ole hienoja telinevoimistelusaleja, kuinka toteuttaa toimiva kokonaisuus minimivälineillä ja erittäin eritasoisille oppilailla)” (N2/n5).

Kahdessa prosentissa eli hyvin pienessä osassa vastauksista toivottiin koulutuksia vesiliikuntaan, jossa koulutustoiveiksi tarkentuivat: ”vesiliikunnan eri mahdollisuudet (vesijump-pa pötkylöiden ym. välineiden kanssa) ja hengenpelastus” (N2/n87). Sama pari prosenttia koulutustoiveista kohdistui kuntoliikuntaan. Nämä kuntoliikunnan koulutustoiveet jäävät aineistossa vain yleiselle tasolle: ”kuntoliikunta” (N2/n100).

Suunnistuksen- ja luontoliikunnan koulutustoiveina mainittiin esimerkiksi seuraavia: ”luontoliikunta” (N2/n99), ”-- seikkailukoulutukset --” (N2/n160) sekä yleisesti: -- ”suunnistus”-- (N2/n174). Kuntosaliin ja voimailuun toivottiin: ”-- virikkeitä monipuoliseen kunto- ja lihaskuntoharjoitteluun --” (N2/n128). Luistelu- ja jääliikuntaan koulutustoiveina oli yleisesti: ”-- luistelu” (N2/n134) ja hieman tarkennettuna: ”-- muodostelma-luistelu” (N2/n95). Kamppailulajeista mainittiin, että: ”-- erilaiset itsepuolustuslajit tuntuvat olevan oppilaiden suunnalta kysytyjä” (N2/n125). Yleisurheilu ja hiihtolajit mainittiin vain lajeina yleisesti. Kukin edellä mainittu laji sai hyvin pienen osan aineiston maininnosta prosentoin tai alle tämän.

Toiseksi eniten lajitaitojen jälkeen koulutusta kaivattiin myös keski-ikäisten naisten ryhmässä terveystiedon eri osa-alueiden opetukseen, 16 prosenttia. Vastanneet liikunnan- ja terveystiedon opettajat kaipasivat enemmän valmiuksia lukion terveystiedon opettamiseen, varsinkin ylioppilaskirjoituksiin valmentaminen koettiin tärkeäksi lisäkoulutusta vaativaksi koulutussisällöksi: *Miten preppaan paremmin terveystiedon kirjoittajia - kurssi lukion opettajille! --*” (N2/n1). Opettajat halusivat myös lisätietoa monipuolisesti eri terveystiedon sisältöalueisiin niin yläkoulun kuin lukion puolelle. Varsinkin ”*seksuaalisuus, päihteet ja mielenterveys*” (N2/n86) nousivat aineistosta esiin sisältöinä, joiden opettamiseen haluttiin lisää koulutusta. Tietojen lisäksi haluttiin: ”*lukion terveystietoon käytännön vinkkejä*” (N2/n55) ja opetuksen tueksi yhdeksi terveystiedon koulutussisällöksi toivottiin: ”*terveystiedon vaihtelevat työskentelytavat*” (N2/n136).

Uudet lajit ja perinteisten koulussa opettavien lajien uudistaminen innostivat myös keski-ikäisten naisten ryhmään kuuluvia opettajia. Uutuuksiin liittyviä koulutuksia haluttiin 10 prosentin verran. Valinnaisliikuntatunnit ovat hyviä mahdollisuuksia tutustua uusiin lajeihin: ”-- *Voisi olla myös joitakin uusia/ erikoisempia lajeja valinnaisliikuntatunteja varten --*” (N2/n43). Opettajat toivovat, että koulutuksissa keskityttäisiin sellaisiin uutuuslajeihin, joita pystyy soveltamaan koulun liikunnanopetuksen resurssien puitteissa. Kouluilla ei ole varaa hankkia uusia välineitä moniin lajeihin, vaan hankittavien välineiden tulisi olla sellaisia, joita pystyy käyttämään eri lajeissa. Uutuuslajit saisivat olla sellaisia joita pystyisi harrastamaan niillä perusvälineillä, joita koulujen liikuntavälinevarastossa on: ”-- *Uusia juttu-*

*ja, mitä voi tehdä vanhoilla välineillä.*” (N2/n117). Opettajat halusivat myös, että kouluksissa esiteltäisiin ideoita, joilla vanhoja perinteisiä koululiikunnan lajeja saisi uudistettua: *”Uusiin ”trendeihin” tutustumista ja perinteisten pakkopullien piristystä”* (N2/n163).

Neljä prosenttia koulutustoiveista kohdistui opetukseen liittyviin haasteisiin. Oppilasryhmät ovat heterogeenisiä ja tasoerot valtavia. Ryhmissä pitäisi pystyä eriyttämään ja huomioimaan kaikki oppilaat. Passivoituneet lapset ja nuoret pitäisi saada motivoitumaan liikunnasta. Näihin opetuksen haasteisiin toivottiin apua koulutuksista: *”uuden ops:n tuomat haasteet -liikkumattomat liikkeelle -lihaviin nuorten tilanne -onnistumisen elämykset perusliikuntataidoista --”* (N2/n3) sekä *”Eriyttäminen massaopetuksessa --”* (N2/n17).

Lähes yhtä paljon koulutusta eli kolme prosenttia koulutustoiveista liittyi teknologiaan ja hyvinvointiin. Opettajat ovat huolissaan niin oppilaiden kuin omasta jaksamisesta: *”Jaksaminen työssä”* (N2/n23). Teknologian tiedetään mahdollistavan uusien sisältöjen opettamisen, mutta koulutuksilta kaivattaisiin käytännön vinkkejä siihen, miten teknologiaa voidaan opetuksessa hyödyntää: -- *”Uusi teknologia opetuksen apuna: käytännön esimerkkejä.”* (N2/n159). Myös musiikin hankkimiseen ja käyttöön opetuksessa toivottiin koulutusta: *”-- musiikin etsiminen, soveltaminen ja käyttö liikunnanopetuksessa --”* (N2/n15).

Ryhmässä muut oli sama kolme prosenttia koulutustoiveista. Monipuolista koulutusta toivottiin parissa prosentissa vastauksista. Liikunnanopettajapäivien koulutuksia keuhuttiin monipuolisiksi ja hyväiksi: *”Liikunnanopepäivät ovat monipuoliset ja aina löytyy jotain kiinnostavaa.”* (N2/n50). Pohjois-Suomessa työskentelevät opettajat toivoivat, että koulutukset eivät aina sijoittuisi Etelä-Suomeen, jotta myös pohjoisen opettajat pääsisivät helpommin kouluttautumaan: *”-- Toivoisin myös enemmän koulutusta tänne pohjoiseen, jotta olisi joskus helpompi käydä kouluttautumassa.”* (N2/n132).

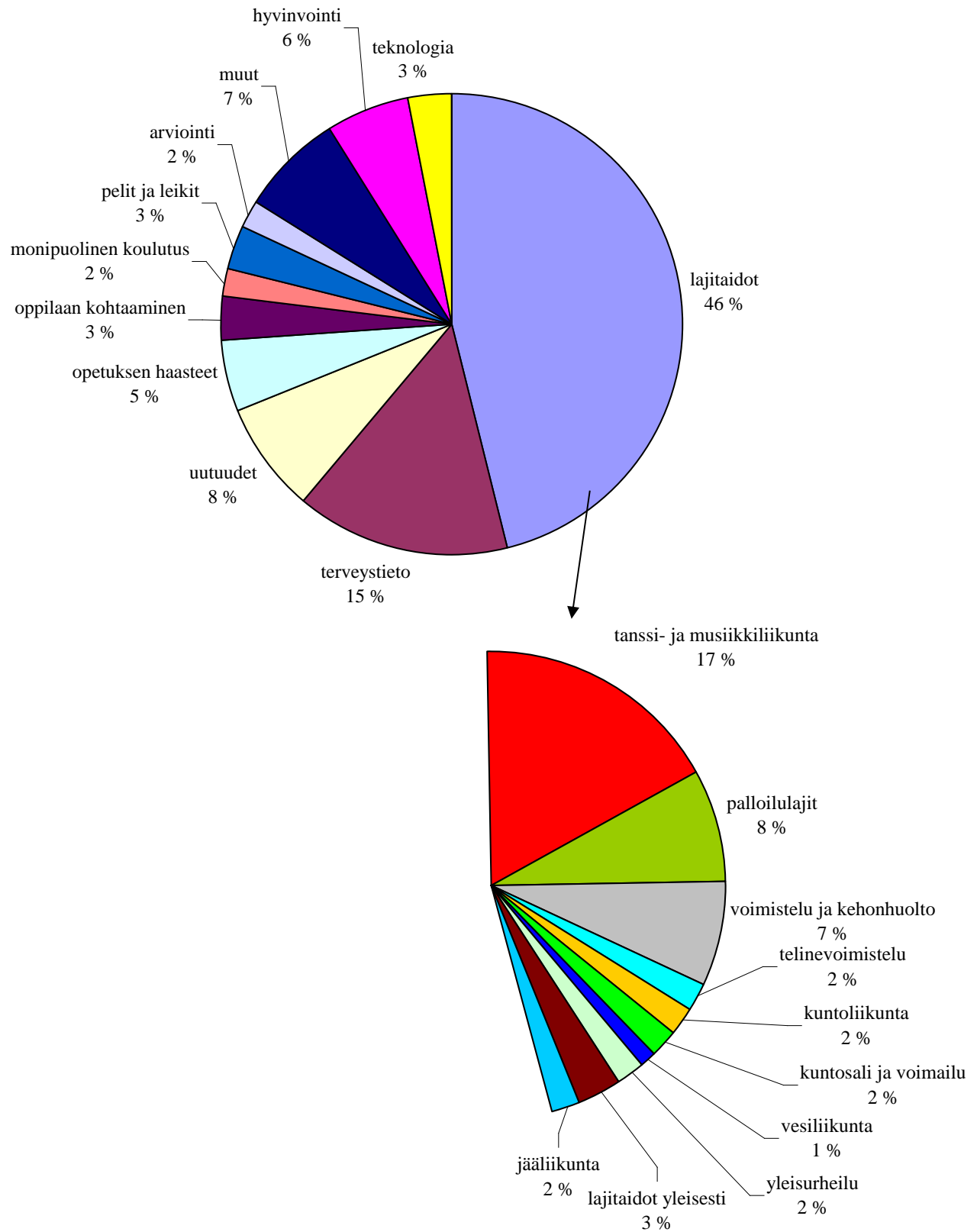
Pari prosenttia tai vähemmän eli hyvin pieni osa koulutustoiveista liittyi yleisesti lajitaitoihin, vuorovaikutukseen ja oppilaan kohtaamiseen, peleihin ja leikkeihin sekä arviointiin. Koulutustoiveet näihin edellä mainittuihin ryhmiin jäivät vain maininnoiksi hyvin yleisellä tasolla kuten: *”Oppilaan kohtaamista --”* (N2/n67) tai *”-- leikkejä --”* (N2/n111).

## Ikääntyneet naiset

Tutkimuksessa oli mukana 160 naista, jotka olivat joko 50 -vuotiaita tai vanhempia. Nämä naiset muodostivat ikääntyneiden naisten ryhmän. Kysymykseen siitä, millaisten aihealueiden koulutuksista he olisivat erityisen kiinnostuneita, vastasi 97 opettajaa. Ikääntyneistä naisliikunnan ja terveystiedon opettajista 63 ei vastannut kysymykseen. Vastausprosentiksi muodostui 60,6. Ikääntyneiden naisten yksityiskohtaiset koulutustoiveet näkyvät kuviossa 7.

Ikääntyneiden naisten ryhmässä eniten koulutusta toivottiin lajitaitoihin. Melkein puolet eli 46 prosenttia koulutustoiveista liittyi lajitaitoihin. (Katso kuvio 7.) Tanssi- ja musiikkiliikunta oli tässäkin ikäryhmässä useimmin toivottu lajiryhmä. Koulutustoiveista 17 prosenttia kohdistui tanssi- ja musiikkiliikunnan koulutuksiin. Opettajat toivovat koulutusta, jossa tutustutaan erilaisiin tansseihin: *”erilaiset ryhmätanssit --” (N3/n13), ”-- liikeilmaisu, ”uusia tuulia”-maailmalta, vanhojen tanssien parhaat” (N3/n32)*. He haluaisivat saada koulutuksista valmiita: *”-- tanssikoreografioita (myös kansantanssi)+musiikit --” (N3/n14)*. Myös eri kulttuurien tanssit kiinnostavat tanssia opettavia liikunnan opettajia.

Palloilu muodosti toiseksi suurimman lajiryhmän. Kahdeksan prosenttia koulutustoiveista liittyi palloilukoulutuksiin. Liikunnan opettajat toivoivat täydennyskoulutuksen tuovan valmiuksia opettaa erilaisia: *”-- pallopelien sovelluksia” (N3/n51)* ja *”-- viitepelejä/ uusia pelejä erilaisilla palloilla” (N3/n66)*. Myös palloilutuntien alkuverryttelyihin toivottiin ideoita: *”Palloilun hyvät alkuverryttelyt --” (N3/n62)*. Monissa pallopeleissä on omat säännöt, joihin ikääntyneet naisopettajat kaipaavat oppia. He toivovatkin koulutuksia, joissa teemana on esimerkiksi: *”-- palloilun tuomaritoimintaa koulupeleissä” (N3/n38)*. Palloilulajeista mailapelit, jalkapallo, lentopallo ja koripallo mainittiin koulutustoiveina, muuten palloilun koulutustoiveista puhuttiin yleisesti palloiluna.



KUVIO 7. Ikääntyneiden naisten yksityiskohtaiset koulutustoiveet

Tanssi ja musiikkiliikunnan sekä palloilun jälkeen kolmanneksi eniten eli 7 prosentissa vastauksista toivottiin koulutuksen antavan valmiuksia voimistelun ja kehonhuollon opetukseen. Tutkimukseen vastanneet ikääntyneet naisliikunnan- ja terveystiedon opettajat toivovat koulutuksia, joissa keskitytään kehon hyvinvointiin seuraavien lajien avulla: ”-- *jooga, taiji, bodyflow*” (N3/n1) sekä ”-- *rentoutuminen, meditaatio... --*” (N3/n42). Opettajat kirjoittavat toivovansa koulutusta yleisesti perusvoimisteluun. Joissakin maininnoissa tarkennetaan, että haluttaisiin: ”-- *VÄLINEvoimistelua..on väline mikä tahansa! --*” (N3/n3). ”-- *tanssillinen voimistelu*” (N3/n64) mainitaan myös tanssi ja musiikkiliikunnan koulutustoiveina.

Kolme prosenttia aineiston maininnoista liittyi yleisesti lajitaitoihin. Telinevoimisteluun, jäätliikuntaan, kuntoliikuntaan sekä kuntosaliin ja voimailuun liittyviä koulutuksia toivotaan muutaman prosentin verran ikääntyneiden naisten vastauksissa. Muut lajitoiveet oli kirjoitettu vain yleisesti lajeina, paitsi telinevoimistelun alle lukeutuva ”-- *parkous --*” (N3/n71) ja ”*Muodostelmaluistelusta --*” (N3/n40) mainittiin hieman tarkennettuina koulutustoiveina.

Prosentti eli hyvin pieni osa koulutustoiveista liittyi vesiliikuntaan, suunnistukseen ja luontoliikuntaan, kamppailulajeihin sekä yleisurheiluun. Näissäkin maininnoissa kirjoitettiin vain yleisesti lajeista. Kaksi vastaajaa oli tarkentanut toiveitaan kirjoittamalla: ”*retkeilyä --*” (N3/n55) ja ”-- *itsepuolustuslajit, --*” (N3/n63)

Terveystietoon liittyvää koulutusta haluttiin tässäkin ryhmässä eniten heti lajitaitojen koulutusten jälkeen. Terveystietoon liittyvät koulutukset oli mainittu ikääntyneiden naisten ryhmän aineistossa 15 prosentissa maininnoista. Opettajat kaipasivat koulutusta terveystiedon sisältöihin, koska se on laaja aihepiiriltään ja sisältää paljon tietoa. Myös aineen opettamiseen kaivattiin: ”-- *pedagogisia vinkkejä (ya)*” (N3/n14) ja ”-- *toiminnallisia harjoituksia.*” (N3/n86). Varsinkin: ”*lukion terveystiedossa TE3-kurssin vetämiseen*” (N3/n36) eli terveys ja tutkimus kurssin opettamiseen toivottiin lisäkoulutusta. Useissa vastauksissa toivottiin koulutusta muualle kuin peruskouluun tai lukioon, joka ilmenee esimerkiksi seuraavasta vastauksesta: ”*Terveystieto ammatillisessa koulutuksessa.*” (N3/n72)

Kolmanneksi eniten eli kahdeksan prosenttia koulutustoiveista oli uutuuksiin liittyvää koulutusta. Opetukseen kaivataan paitsi vanhojen lajien piristämistä uusin ideoin, mutta myös: ”-- *Uusien lajien esittelyä esim. valinnaisliikuntaa silmälläpitäen.*” (N3/n46). Välineiden, tilojen ja resurssien niukkuus tiedostetaan ja opettajat haluavat: ”-- *uutta vanhan päälle, vähille välineille ja pienille tiloille mutta isoille ryhmille soveltuva!*” (N3/n95)

Ikääntyneiden naisliikunnan- ja terveystiedon opettajien ryhmässä koulutusta kaivattiin opettajan jaksamiseen ja hyvinvointiin. Opettajat toivoivat vinkkejä mm. ergonomiaan, vanhenevan opettajan jaksamiseen sekä toimintakykyä ylläpitäviin harjoitteisiin. Ikääntyneet opettajat olivat kiinnostuneita koulutuksista, joissa teemana on: ”*Opettajan työhyvinvointi ja siihen liittyvät asiat --*” (N3/n48). Vastauksista 6 prosenttia liittyi hyvinvointia toivoviin koulutustarpeisiin. Viisi prosenttia liittyi opetuksen erilaisiin haasteisiin. Oppilasryhmät ovat haastavia ja koulutusta toivottiin niin erityisoppilaiden opettamiseen kuin integrointiin. Lisäksi suuret liikuntaryhmät mietityttävät opettajia. He haluaisivat koulutuksia, joissa keskityttäisiin: ”*Eri liikuntalajien vetäminen koulussa isoille ryhmille niin, että tekemistä riittää kaikille. --*” (N3/n11)

Ikääntyneistä naisliikunnan- ja terveystiedon opettajista pieni osa, vain kolme prosenttia toivoi koulutusta: ”-- *sähköisistä materiaaleista.*” (N3/n41). Samoin muutama prosentti koulutustoiveista kohdistui vuorovaikutukseen ja oppilaan kohtaamiseen, peleihin ja leikkeihin, arviointiin sekä monipuoliseen koulutukseen.

#### 8.4 Miesten yksityiskohtaiset koulutustoiveet

##### Nuoret miehet

Tutkimuksessa oli 30 -vuotiaita ja tämän alle olevia liikunnan- ja terveystiedon opettajia yhteensä 20. Heistä 12 vastasi kysymykseen, jossa selvitettiin sitä, millaisia erityisiä toiveita heillä olisi Liito ry:n järjestämän koulutustoiminnan suhteen. Kahdeksan opettajaa ei vastannut kysymykseen, jolloin vastausprosentiksi muodostui 60. Nuorten miesten yksityiskohtaiset koulutustoiveet näkyvät kuviossa 8.

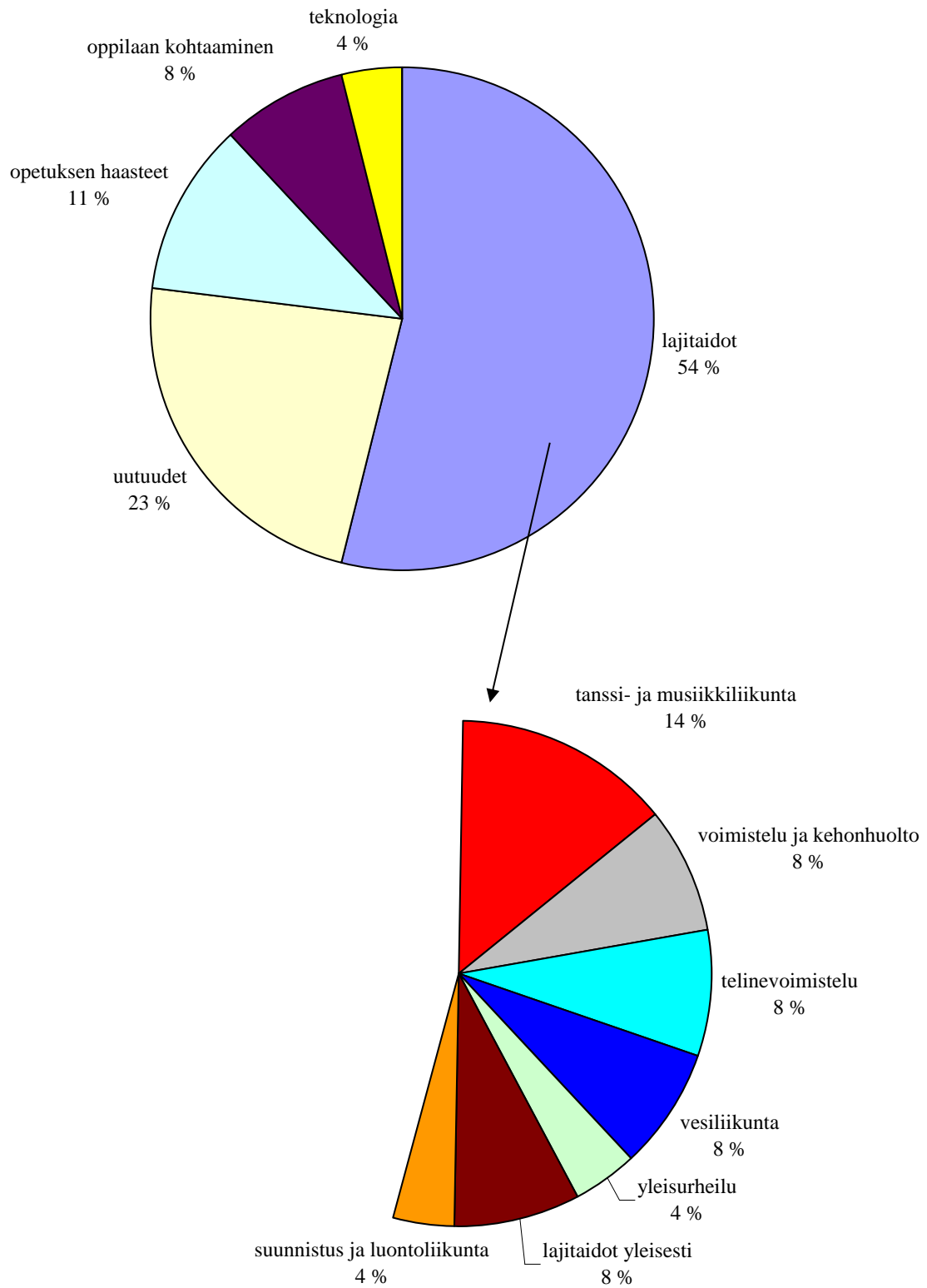


Ryhmän nuoret miehet vastaajat halusivat koulutusten painottuvan lajitaitojen kehittämiseen. Hieman reilu puolet eli 54 prosenttia vastauksista käsitteli lajitaitoja. Lajitaidoista haluttiin vain kuuden eri lajin lajeja. Lajitoiveet eivät siis olleet kovin monipuolisia. (Katso kuvio 8.) Eniten eli 14 prosentissa koulutusta kaivattiin tanssi- ja musiikkiliikuntaan. Nuoret miesliikunnan- ja terveystiedon opettajat haluavat opettaa koulussa musiikki- ja tanssiliikuntaa. He toivoisivat saavansa täydennyskoulutuksista valmiuksia monipuolisten ja helppojen koulussa toteutettavien tanssien opetukseen. Vastauksissaan opettajat esittivät toiveensa tanssi- ja musiikkiliikunnan koulutuksista seuraavasti: ”*Musiikkiliikunnan eri muodot. --*” (M1/6) ja ”*Perusperustanssiliikuntaa pojille; --*” (M1/7)

Voimistelu, telinevoimistelu, vesiliikunta ja lajit yleisesti saivat kukin 8 prosenttia aineiston maininnoista. Opettajat toivoivat koulutuksiin yleisesti uintia, telinevoimistelua ja voimistelua erittelemättä tarkemmin, millaisia sisältöjä näistä lajeista he halusivat. Lajit oli kirjoitettu useamman lajin luetteloon, jolloin vastaaja vain mainitsi kyseiset lajit. Lisäksi yleisesti lajeista toivottiin koulutusta kirjoittamalla: ”*Lajidemoista edelleen*” (M1/m4).

Yleisurheilua sekä suunnistusta ja luontoliikuntaa oli aineistossa yhdet vastaukset molempiin eli 4 prosenttia maininnoista. Yleisurheilukoulutuksia toivottiin: ”*-- yleisurheilusovelukset; --*” (M1/m7) maininnalla. Suunnistusta ja luontoliikuntaa haluttiin koulutuksiin luontoliikunnan muodossa. Eräs vastaaja esitti toiveensa kirjoittamalla: ”*-- luontoliikuntaa (myös yläkoululaisillekin sopivat pelit ja leikit metsässä) --*” (M1/m5).

Lajitaitojen jälkeen toiseksi eniten eli 23 prosentissa koulutustoiveista koulutusta haluttiin uutuuslajeihin. Nuorten miesten ryhmässä toivottiin koulutusta, jossa esiteltäisiin uusia lajeja, mutta annettaisiin ideoita jo vanhoihin tuttuihin lajeihin: ”*Uudet näkökulmat opetukseen. Uusia ideoita "vanhoihin" sisältöihin=lajeihin*” (M1/m11). Resurssien vähyys tiedostettiin, jolloin toiveissa näkyi myös se, ettei kouluilla useinkaan ole varaa ostaa hienoja uusia välineitä. Uutuuksien pitäisi olla sellaisia, joita pystyy opettamaan koulussa jo olevilla vanhoilla välineillä: ”*erikoisemmat liikuntamuodot, mutta sellaiset, joihin ei tarvitse hirveästi rahaa koulun panostaa*” (M1/m1)



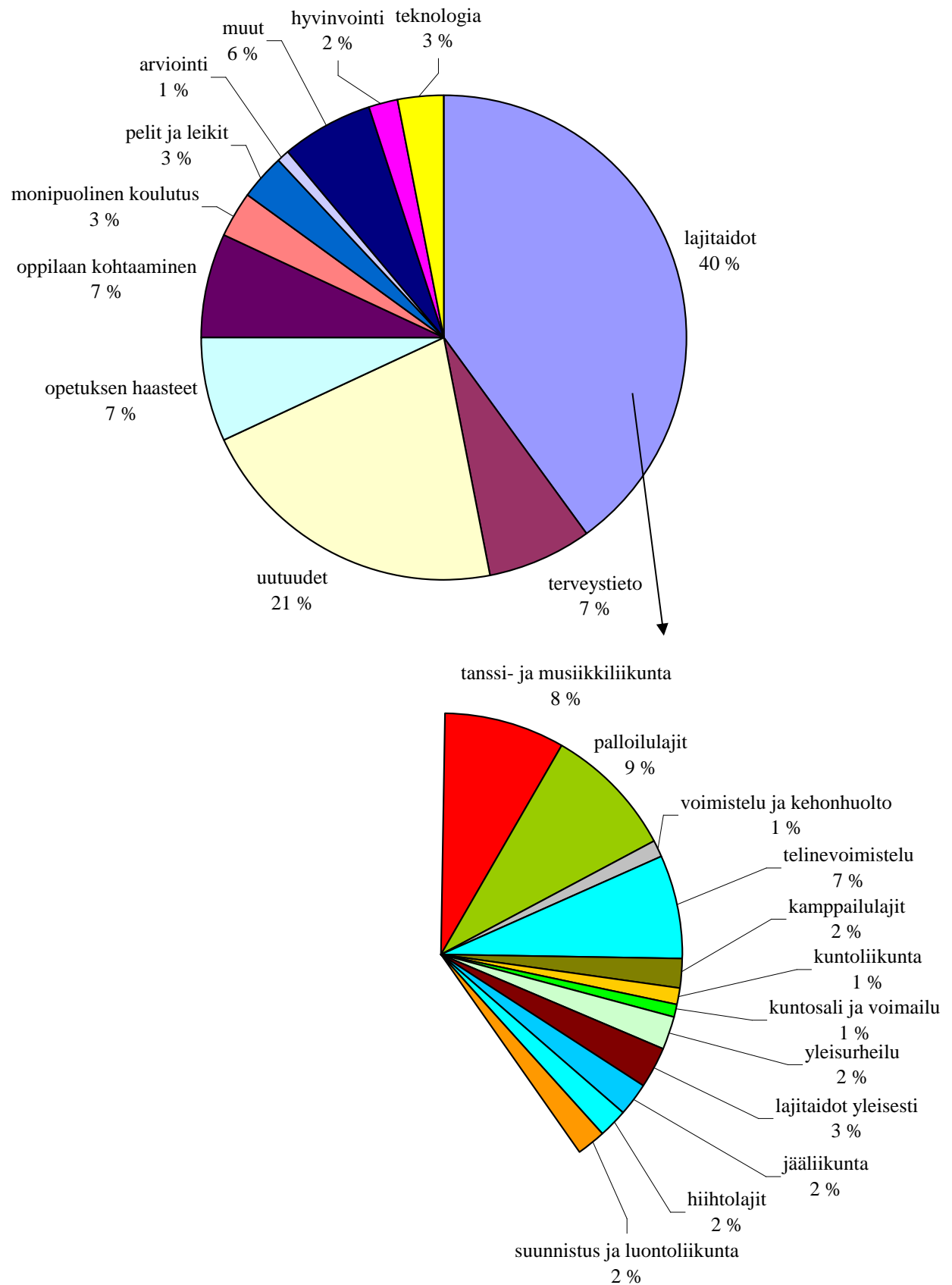
KUVIO 8. Nuorten miesten yksityiskohtaiset koulutustoiveet

Opetuksen haasteisiin kuuluvia asioita mainittiin 11 prosentissa vastauksista. Tutkimukseen vastanneet nuoret miesliikunnan ja terveystiedon opettajat tiedostivat, että koulussa on haastavia oppilaita ja he toivoisivat koulutuksista tukea heidän opettamiseen. Kahdeksan prosenttia toivoi koulutuksen käsittelevän oppilaan kohtaamista ja vuorovaikutukseen liittyviä asioita. Teknologiaan liittyvää koulutusta toivottiin neljässä prosentissa maininnoista.

#### Keski-ikäiset miehet

Keski-ikäisiä miehiä (31-49 -vuotiaat) oli koko tutkimuksessa 118. Heistä 57 vastasi kysymykseen siitä, millaista koulutusta he erityisesti toivoisivat Liito ry:n järjestävän. 59 keski-ikäisten miesten ryhmään kuuluvaa liikunnan- ja terveystiedon opettajaa ei vastannut kysymykseen, jolloin vastausprosentiksi muodostui 48. Keski-ikäisten miesten yksityiskohtaiset koulutustoiveet näkyvät kuviossa 9. Seuraavaksi on esitelty keski-ikäisten miesten erityiset koulutustoiveet.

Miesten vastauksia oli keski-ikäisten miesten ryhmässä eniten, joten myös vastaukset jakautuivat moneen eri luokkaan. Kaikissa pääluokissa ja alaluokissa vesiliikuntaa lukuun ottamatta oli mainintoja. Selkeästi eniten koulutusta toivottiin lajitaitoihin, 40 prosentissa maininnoista. Lajitaitoihin liittyvät koulutustoiveet liittyivät monipuolisesti eri lajeihin. Luokista erottui kolme luokkaa: palloilulajit, tanssi ja musiikkiliikunta sekä telinevoimistelu, jotka saivat eniten mainintoja. (Katso kuvio 9.) Eniten eli 9 prosenttia koulutustoiveista liittyi palloiluun. Keski-ikäiset miesopettajat toivoivat koulutuksien sisällöiksi yleisesti eri palloilulajeja ja ”-- erilaisia pallopelejä --” (M2/m53). Palloilulajeista mainittiin: ”jalkapallo, salibandy --” (M2/m5). Muuten toiveet olivat yleisluontoisesti palloilua. Myös uusien pallopelien esittelyä toivottiin koulutussisällöiksi.



KUVIO 9. Keski-ikäisten miesten yksityiskohtaiset koulutustoiveet

Tanssi- ja musiikkiliikuntaan liittyi 8 prosenttia aineiston maininnoista, joka on lähes yhtä paljon kuin palloiluun liittyviä mainintoja. Tanssi ja musiikkiliikunnan saralla toiveet kohdistuivat yleisesti tanssiin, vaikka osaan vastauksista oli eritelty myös hieman tarkempia toiveita. Keski-ikäiset miesliikunnan- ja terveystiedonopettajat toivoivat saavansa tanssikoulutusta niin paritansseihin kuin yksilötansseihinkin. Lukiossa moni opettaja kohtaa vanhojentanssien opetuksen joka vuosi, joten ”-- vanhojentanssit” (M2/m20) mainittiin koulutustoiveina. Myös ”kansantanssit --” (M2/m11) ja muut ”-- Pojille/helpommin omaksuttavat tanssit --” (M2/m8) olivat kysytyjä.

Telinevoimisteluun liittyvää koulutusta haluttiin 7 prosentissa vastauksista. Vain ”sirkus- taidot” (M2/m11) ja ”parkour” (M2/m10) oli tarkemmin mainittu, muuten toiveet oli yleisluontoisesti kohdistettu itse telinevoimisteluun.

Kolmessa prosentissa aineiston vastauksista toivottiin yleisesti lajitaitoihin liittyvää koulutusta, esimerkiksi: ”Käytännön lajiharjoituksista.” (M2/m17). Hyvin pieni osa prosentti tai pari keski-ikäisten miesten toiveista kohdistui hiihtolajeihin, suunnistukseen ja luontoliikuntaan, yleisurheiluun, jääteliikuntaan, kamppailulajeihin, voimisteluun, kuntosaliin ja voimailuun sekä kuntoliikuntaan. Muut edellä mainittuihin liittyvät koulutustoiveet oli lueteltu vain yleisellä tasolla, mutta tarkempina toiveina oli: ”-- kahvakuula” (M2/m21) ja ”-- itsepuolustus --” (M2/m27)

Keski-ikäisten miesten ryhmässä lajitaitojen jälkeen eniten kiinnostusta koulutukseen herätti uutuuslajit. 21 prosenttia maininnoista oli uutuuksien luokassa. Eräs vastaaja kiteyttää hyvin uutuuksiin liittyvät toiveet kirjoittamalla: ”Tietysti uudet lajit, mutta sen rajoissa, mikä mahdollista taloudellisesti toteuttaa. Vanhoihin lajeihin uusia tuulia tai ylipäättään kertausta eri jutuista.” (M2/m42). Keski-ikäiset miehetkin tiedostavat koulujen rahallisten resurssien niukkuuden. Uusia välineitä ei ole mahdollista hankkia kovin paljon ja ostettavien liikuntavälineiden tulee olla sellaisia, joita pystyy hyödyntämään useamman lajin harjoitteissa. Uutuuksien toiveissa korostui myös: vanhojen koululiikuntamuotojen kertaaminen sekä niiden piristäminen uusien ideoin tai harjoittein.

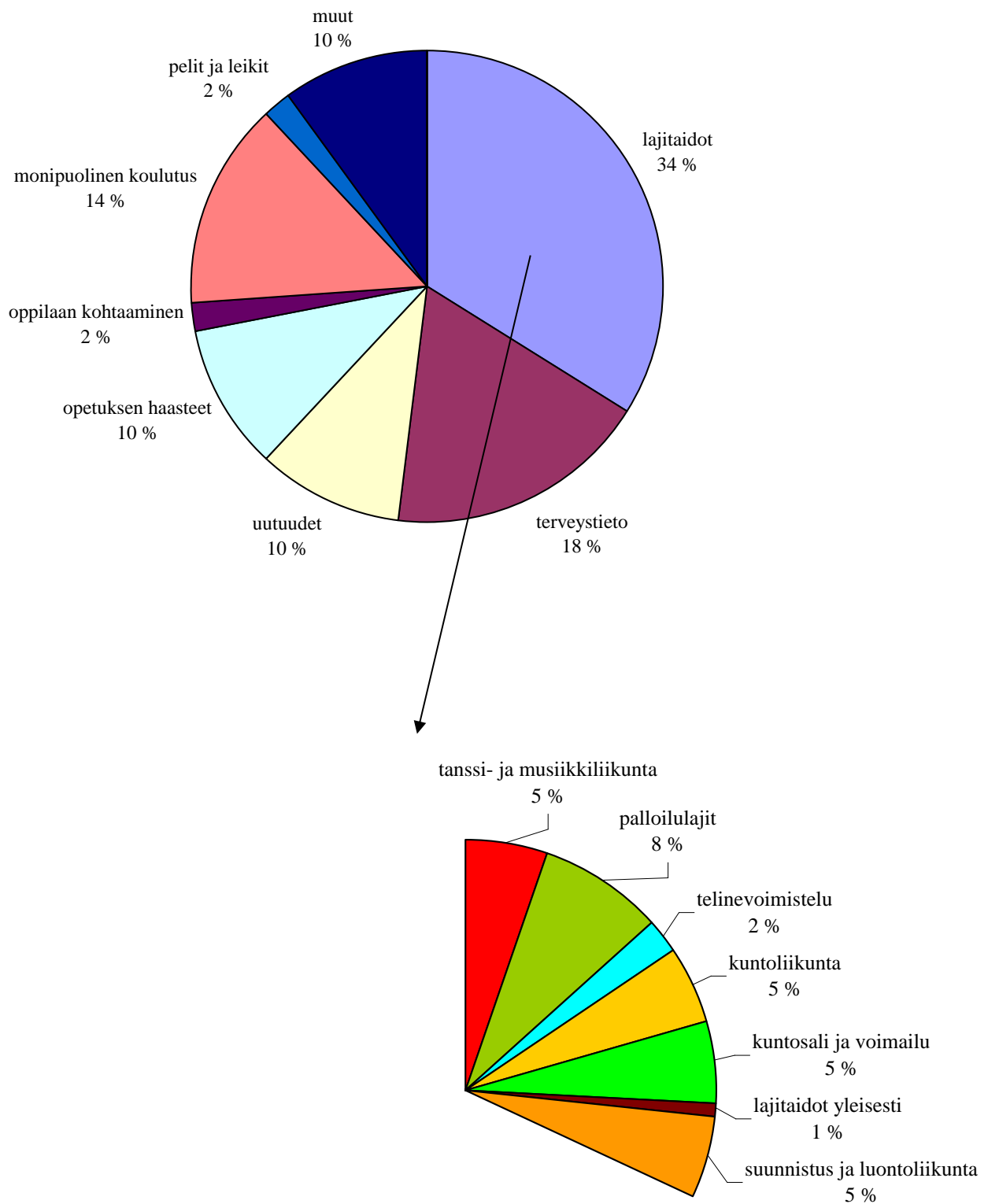
Muut luokat olivat selkeästi pienempiä noin 7 prosenttia aineiston maininnoista. Terveystietoon toivottiin koulutuksia, joissa keskityttäisiin: *”Konkreettisia opetusta hyödyntäviä juttuja terveystietoon, ei vain yleisluontoisia teemoja” (M2/m15)*. Sama määrä miesliikunnan- ja terveystiedon opettajien koulutustoiveista kohdistui oppilaan kohtaamiseen ja opetuksen haasteisiin: *erityisryhmien huomioiminen” (M2/m4)* sekä *”-- vastuu ja lakijutut” (M2/m55)*.

Kolme prosenttia tai vähemmän koulutustoiveista keskittyi yleisesti monipuoliseen koulutukseen, teknologiaan, peleihin ja leikkeihin, hyvinvointiin sekä arviointiin. *”Liikunnan-opettajapäivien tyyliset koulutukset, joissa on paljon mahdollisuuksia ja vaihtoehtoja.” (M2/m19)* saivat myönteistä palautetta ja vastaavia toivottiinkin liikunnan- ja terveystiedon opettajien koulutustarjottimelle.

#### Ikääntyneet miehet

Ikääntyneiden miesten ryhmä muodostui 50 vuoden ikäisistä tai tätä vanhemmista liikunnan- ja terveystiedon opettajista. Heitä osallistui koko tutkimukseen 49, joista 28 vastasi kysymykseen, jossa selvitettiin opettajien toivomia erityisiä koulutustarpeita, 21 opettajaa jätti vastaamatta kysymykseen, jolloin vastausprosentiksi muodostui 57,0. Ikääntyneiden miesten yksityiskohtaiset koulutustoiveet näkyvät kuviossa 10.

Tässäkin ryhmässä lajitaitoihin haluttiin selkeästi eniten koulutusta. Lajitaitojen koulutustoiveita oli yhteensä 34 prosenttia kaikista maininnoista. Lajitaitojen koulutustoiveet jakautuivat mainintojen suhteen suhteellisen tasaisesti. (Katso kuvio 10.) Eniten eli 8 prosentissa maininnoista toivottiin koulutusta, jossa keskityttäisiin palloilun eri sisältöihin. Ikääntyneet miehet eivät vastauksissaan kerro yksityiskohtaisemmin millaista palloilukoulutusta he haluaisivat. Palloilun koulutustoiveet on kuvattu vain yksinkertaisesti kirjoittamalla: *”-- palloilulajit” (M3/m27)*.



KUVIO 10. Ikääntyneiden miesten yksityiskohtaiset koulutustoiveet

Koulutustoiveista 5 prosenttia kohdistui tanssi- ja musiikkiliikuntaan, kuntosaliin ja voimailuun, kuntoliikuntaan sekä suunnistus- ja luontoliikuntaan. Tanssista ei mainittu tarkemmin millaista koulutusta haluttaisiin. Kuntosaliharjoitteluun toivottiin opastusta. Opettajat myös halusivat päästä ”seikkailukoulutuksiin” (M3/m17) ja saada koulutusta yleisesti ”luontoliikunnasta” (M3/m17). Telinevoimistelussa liikkeiden avustaminen koetaan hankalana ja moni opettaja haluaisi oppia oikeat avustusotteet. Telinevoimistelussa koulutustoiveet olivatkin tämän suuntaisia: ”-- telinevoimistelun avustuksista käytännön ohjausta --” (M3/m26). Kahdessa prosentissa vastauksista toivottiin koulutuksen painottuvan hiihtolajeihin, telinevoimisteluun ja lajitaitoihin yleisesti.

Terveystietoon toivottiin koulutusta lajitaitojen jälkeen seuraavaksi eniten eli 18 prosenttia kaikista maininnoista. ”-- terveystietoon liittyvistä aihealueista.” (M3/m18) kaivattiin koulutusta ja erityisesti oli mainittu varsinkin lukion terveystiedon kurssien toteuttaminen. 14 prosentissa maininnoista toivottiin monipuolista koulutusta. Eräs vastaaja kirjoitti haluavansa koulutuksia: ”laidasta laitaan” (M3/m9).

Kymmenen prosenttia koulutustoiveista kohdistui uutuuksiin ja opetuksen haasteisiin. Opettajat halusivat saada koulutusta uusista liikuntalajeista ja muutenkin uutta tietoa vanhoihin lajeihin: ”kaikki liikuntaan liittyvä uusi sisältö tai uusi näkemys vanhasta tutusta kiinnostaa” (M3/m5). Opetuksen haasteet nousivat esiin ikääntyneiden miesten ryhmässä. Erityisoppilaiden opettaminen ja integrointi sekä muutenkin heterogeenisten ryhmien opettaminen koettiin haastavina ja opettajat toivoivat: ”Erityisryhmien opettamiseen ja integrointiin liittyvää koulutusta” (M3/m3). Osa oppilaista harrastaa liikuntaa myös vapaa-ajalla esimerkiksi urheiluseuroissa, mutta osa liikkuu vain koulun liikuntatunneilla. Oppilaiden tasoerot liikkujina mietityttivät tutkimukseen osallistuneita ikääntyneitä liikunnan- ja terveystiedon opettajia: ”-- miten toteuttaa liikuntaa sellaisille, jotka eivät harrasta liikuntaa ja ovat heikkoja liikkujia” (M3/m11). Hyvin pieni osa, muutama prosentti koulutustoiveista kohdistui pelien ja leikkien sekä oppilaankohtaamisen ja vuorovaikutuksen koulutuksiin.

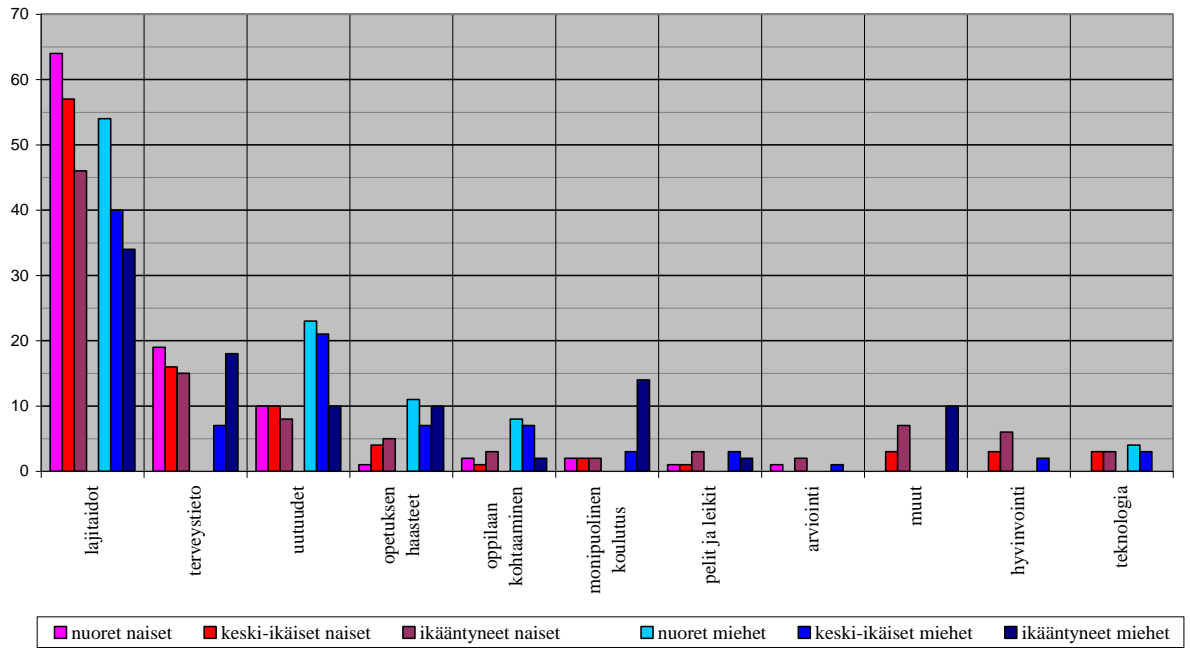


## 9 YHTEENVETO TULOKSISTA

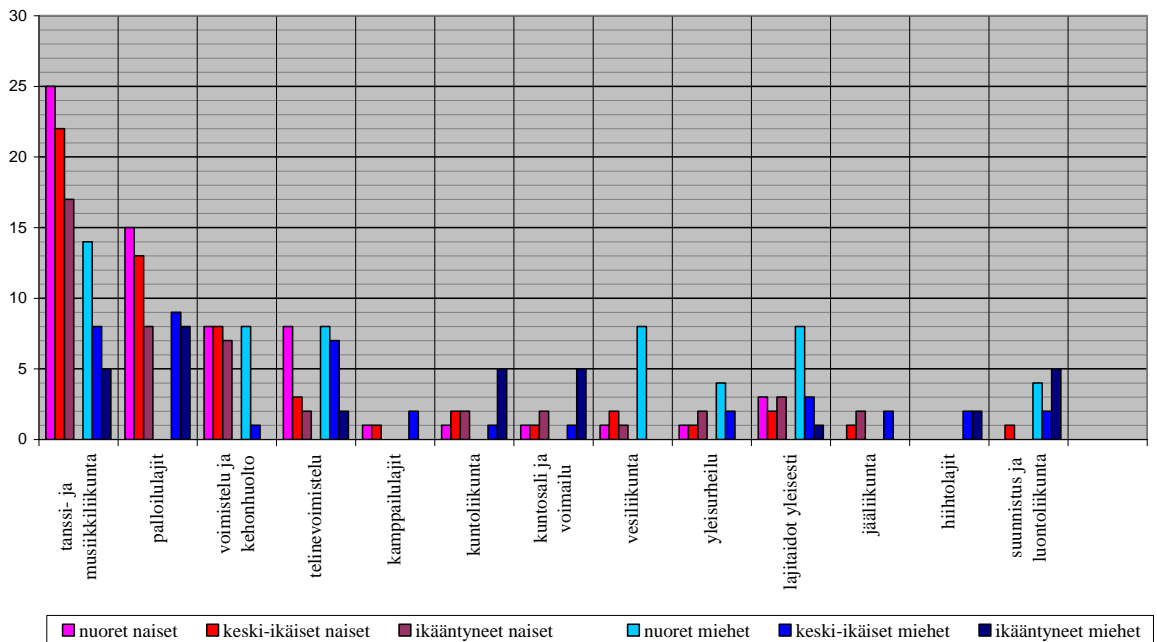
### 9.1 Naisten ja miesten yleiset koulutustoiveet

Sekä tutkimukseen vastanneet nais- (54 %, 182 vastaajaa) että mies- (50 %, 58 vastaajaa) liikunnan ja terveystiedonopettajat pitivät tärkeinä koulutuksia, joissa keskitytään kouluun sovellettaviin sisältöihin. Toiseksi eniten koulutusta toivottiin sekä miesten (29 %, 33 vastaajaa) että naisten (28 %, 93 vastaajaa) vastauksissa molempiin niin itseä kehittäviin koulutuksiin kuin kouluun sovellettavien sisältöjen koulutuksiin. Naisten vastauksissa ryhmä muut oli kolmanneksi suurin (11 %, 37 vastaajaa), kun taas miesten vastauksissa ryhmä muut oli pienin (8 %, 9 vastaajaa). Koulutusta, jossa keskityttäisiin itsensä kehittämiseen, toivoi naisista (7 %, 23 vastaajaa) ja miehistä (13 %, 15 vastaajaa). Itsensä kehittäminen oli naisten luokissa vähiten toiveita saanut koulutusluokka kun taas miesten vastauksissa luokka sai kolmanneksi eniten toiveita. Yhteenvetona voidaan todeta liikunnan ja terveystiedon opettajien toivovan Liito Ry:n järjestävän koulutusta, jossa keskitytään kouluun sovellettaviin sisältöihin mieluummin kuin itsensä kehittämiseen. Sekä naiset että miehet kokivat, että osallistumalla koulutuksiin, joissa keskitytään kouluun sovellettaviin sisältöihin, saadaan uusia ideoita, joita voidaan hyödyntää omassa opetuksessa oppitunneilla. Tutkimukseen osallistuneiden liikunnan- ja terveystiedon opettajien koulutustoiveet ovat samansuuntaisia eikä sukupuolella näytä olevan vaikutusta yleisiin koulutustoiveisiin.

## 9.2 Naisten ja miesten yksityiskohtaiset koulutustoiveet



KUVIO 11. Yksityiskohtaisten koulutustoiveiden jakautuminen iän ja sukupuolen mukaan



KUVIO 12. Kiinnostuksen jakautuminen lajitaitojen koulutuksiin iän ja sukupuolen mukaan

Selvitettäessä opettajien yksityiskohtaisia koulutustoiveita, tutkimukseen osallistuneet liikunnan- ja terveystiedon opettajat toivoivat eniten koulutusta lajitaitoihin (katso kuvio 11). Iällä tai sukupuolella ei näytä olevan vaikutusta tähän, sillä jokaisessa tutkimuksen kuudessa luokassa (nuoret naiset 64%, keski-ikäiset naiset 57%, ikääntyneet naiset 46%, nuoret miehet 54%, keski-ikäiset miehet 40%, ikääntyneet miehet 34%) lajitaitojen luokka sai selvästi eniten mainintoja. Kiinnostus lajitaitojen koulutuksiin laskee iän kasvaessa. (Esimerkiksi nuoret miehet 54%, keski-ikäiset miehet 40% ja ikääntyneet miehet 34%.) (Katso kuvio 12). Monissa ryhmissä lajitaidoista on kirjoitettu vain yleisellä tasolla, joten tämän tutkielman tuloksista ei saada luotettavaa tietoa iän vaikutuksesta yksityiskohtaisiin koulutustoivesisältöihin.

Lajitaidoista naiset toivovat iästä riippumatta koulutusta eniten tanssi- ja musiikkiliikuntaan (katso kuvio 12). Jokaisessa ryhmässä tanssi- ja musiikkiliikunta on lajitaitojen suurin ryhmä. Kiinnostus tanssi- ja musiikkiliikunnan koulutuksiin laskee hieman naisten ikääntyessä (nuoret naiset 25%, keski-ikäiset naiset 22%, ikääntyneet naiset 17%). Kaikki naisten ryhmät toivovat koulutusta eri tanssimuotoihin sekä valmiita sarjoja ja tuntimalleja musiikkeineen. Lajitaidoista toiseksi eniten koulutusta naisliikunnan- ja terveystiedon opettajat kaikissa kolmessa ikäryhmässä toivovat palloilulajeihin (katso kuvio 12). Tässäkin ikä vaikuttaa koulutustoiveisiin siten, että palloilukoulutusta toivoivat eniten nuoret (15%), seuraavaksi eniten keski-ikäiset (13%) ja vähiten ikääntyneet naiset (8%). Kaikki naisten ryhmät toivovat palloilukoulutuksiin tuomarointitaitojen oppimista, eri palloilulajeja sekä erilaisia pelejä ja viitepelejä. Naiset toivovat lajeista kolmanneksi eniten jokaisessa ikäryhmässä voimistelua ja kehonhuoltoa (keskimäärin 8,7%). Nuoret naiset toivovat telinevoimistelun koulutuksia vanhempia ryhmiä enemmän. (katso kuvio 12.) Nuorilla naisilla ei ole erityisiä toiveita voimistelun ja kehonhuollon sisältöihin. Keski-ikäiset ja ikääntyneet naiset toivovat koulutuksia, joissa keskitytään kehon hyvinvointiin, perusvoimisteluun ja välinevoimisteluun. Loput lajitaitoihin liittyvät koulutustoiveet olivat iästä riippumatta vähäisiä ( $\leq 2\%$ ).

Lajitaitojen jälkeen toiseksi eniten koulutusta toivotaan jokaisessa naisten ikäryhmässä lähes yhtä paljon terveystiedon opettamiseen (keskimäärin 16,7%). (Katso kuvio 11.) Naiset toivovat terveystiedon koulutuksiin oppia terveystiedon eri sisältöalueisiin, toiminnallisten

tuntien suunnitteluun sekä ylioppilaskirjoituksiin valmistautumiseen. Ikääntyneet naiset mainitsevat edellisten lisäksi myös ammatillisen koulutuksen sekä teemoina mielenterveyden, seksuaalisuuden ja ravitsemuksen. On mielenkiintoista huomata, että esimerkiksi lajitaidoista tanssiin kaivataan enemmän koulutusta kuin terveystietoon, vaikka terveystieto on oma opettava aine kouluissa ja moni liikunnanopettaja opettaa liikunnan lisäksi myös terveystietoa. (Katso kuviot 11 ja 12.)

Kolmas suuri pääluokka, johon kaikkien naisliikunnan ja terveystiedon opettajien ryhmien toivotaan saavan koulutusta lähes yhtä paljon on uutuuslajit (keskimäärin 9,3%). (Katso kuvio 11.) Naisopettajat toivovat saavansa uutuuslajeihin koulutusta niin uutuuslajien esitelyjen muodossa kuin uusia ideoita vanhoihin tuttuihin lajeihin. Opettajat kuitenkin toivovat järjestäjien huomioivan koulujen rajalliset resurssit niin rahan, välineiden kuin tilojenkin suhteen. Uutuuslajien ja uusien ideoiden olisi oltava sellaisia, joita pystyy opettamaan koulussa vähillä, jo koulun varastossa olevilla välineillä, rajallisilla tiloilla ja varoilla.

Lisäksi tämän tutkielman tuloksissa on pieniä viitteitä siitä, että naisliikunnanopettajan ikääntyessä, hän kaipaa koulutuksia hyvinvointiin ja erilaisiin opetuksen haasteisiin. Nuorimmat naiset eivät näihin juurikaan koulutusta kaipaa. Ikääntyneet naiset toivovat hyvinvointikoulutusta (6 %) ja opetuksen haasteisiin (5 %), kun taas nuorista naisista koulutusta hyvinvointiin haluaisi (0 %) ja opetuksen haasteisiin (1 %). (Katso kuvio 11.)

Miesten ryhmässä lajitaidoissa lajikohtaiset koulutustoiveet jakautuvat eri lajeihin hieman naisia enemmän. (Katso kuvio 12.) Nuorimmat miehet toivovat lajikohtaista koulutusta eniten tanssi- ja musiikkiliikuntaan (14%). Iän kasvaessa kiinnostus tanssikoulutukseen näyttää vähenevän; keski-ikäiset miehet (8%) ja ikääntyneet miehet (5%). Miehet toivovat tanssikoulutuksista helppoja sarjoja ja monipuolista tanssikoulutusta. Keski-ikäiset miehet haluaisivat myös vanhojentanssikoulutusta. Keski-ikäiset ja ikääntyneet miehet näkevät suurimpana lajikohtaisena koulutustoiveenaan palloilulajit (keski-ikäiset miehet 9%, ikääntyneet miehet 8%). Huomioitavaa on se, että nuorimmat miehet eivät toivo palloilulajien koulutuksia (0%). Keski-ikäiset ja ikääntyneet miehet toivovat palloilukoulutuksilta koulutusta eri palloilulajeihin ja peleihin. Telinevoimisteluun koulutusta toivotaan kaikissa mies-

ten ikäryhmissä, kuitenkin nuoret (8%) ja keski-ikäiset (7%) miehet kaipaavat tähän koulutusta ikääntyneitä (2%) miehiä enemmän. Vain keski-ikäiset miehet mainitsevat erityiseksi koulutustoiveeksi parkourin ja sirkustemput, muuten koulutustoiveet on mainittu yleisellä tasolla: telinevoimistelu. Mainittavaa on se, että 8 prosenttia nuorista miehistä toivoi koulutusta vesiliikuntaan kun muut miehet eivät sitä toivoneet lainkaan. Muut lajitaitoihin liittyvät koulutustoiveet ovat suhteellisen vähäisiä. Kaikki miesten ryhmät kokevat suunnistuksen- ja luontoliikunnan mielekkäiksi koulutusta tarvitseviksi liikuntamuodoiksi. Muita ikäryhmiä mainittavasti enemmän ikääntyneet miehet toivovat koulutuksia kuntoliikuntaan, kuntosaliin ja voimailuun. Näitä ikääntyneet miehistä toivoi 5 prosenttia kun taas muut miesten ryhmät eivät näitä juurikaan toivoneet.

Lajitaitojen jälkeen seuraavaksi eniten niin nuorimmat miehet (23%) kuin keski-ikäiset miehet (21%) toivovat koulutusta uutuuslajeihin. Myös ikääntyneillä miehillä uutuuslajit ovat kolmanneksi suurin koulutustoiveiden luokka. (Katso kuvio 11.) Kiinnostus uutuuksiin koulutuksiin vähenee hieman iän myötä. Koulutuksilta toivottiin uusia ideoita vanhoihin lajeihin sekä uusien lajien koulutusta. Miesopettajat haluavat naisopettajien tapaan sellaisia koulutuksia, joiden sisältöjä on mahdollista toteuttaa koulujen vähäisillä resursseilla. Seuraavaksi suurin koulutustoive oli terveystieto. Iän kasvaessa kiinnostus terveystiedon koulutukseen lisääntyy huomattavasti. Nuorimmat miehet eivät toivo terveystiedon opettamiseen koulutusta, kun taas ikääntyneet miehet (7%) näkevät terveystiedon koulutuksen toiseksi tärkeimmäksi koulutustarpeeksi heti lajitaitojen jälkeen. Keski-ikäiset miehet (18%) toivovat terveystiedon koulutusta pääluokista kolmanneksi eniten. (Katso kuvio 11.) Miesten vastauksissa ei eritellä tarkemmin minkä aihealueiden koulutuksia he halusivat. Miehet iästä riippumatta halusivat koulutusta opetuksen haasteisiin. Esimerkkinä mainittiin haasteellisten oppilaiden opetus. Koulutusta oppilaan kohtaamiseen toivottiin nuorten miesten ja keski-ikäisten miesten keskuudessa selkeästi ikääntyneitä miehiä enemmän. Muut koulutustoiveet olivat vähäisiä alle neljä prosenttia luokkia kohden.

Tutkielmaan osallistuneiden liikunnan- ja terveystiedon opettajien koulutustoiveet ovat suhteellisen samantapaisia sukupuolesta riippumatta. Lajitaitoihin toivotaan koulutusta eniten iästä ja sukupuolesta riippumatta. Iällä näyttäisi olevan pientä vaikutusta koulutustoi-

veisiin sukupuolesta riippumatta. Esimerkiksi liikunnanopettajan ikääntyessä naiset toivoivat koulutusten keskittyvän omasta hyvinvoinnista huolehtimiseen ja miehet puolestaan esittivät kiinnostusta koulutuksiin, joissa keskityttäisiin kuntosaliharjoitteluun ja terveysliikuntaan.

## 10 POHDINTA

Tutkielmaan osallistuneet liikunnan- ja terveystiedon opettajat esittivät erilaisia koulutustoiveita. Suurin osa haluaisi Liito ry:n järjestävän koulutuksia, joiden sisällöt olisivat kouluun eli omaan työhön sovellettavia. Varsinkin lajitaitojen koulutukset olivat toivotuimpia iästä tai sukupuolesta riippumatta. Kouluttautumalla opettajat kuvasivat saavansa uusia ideoita ja näin yritettävänsä pysyä muuttuvan yhteiskunnan kehityksen mukana. Suurin osa opettajista toivoi koulutusten olevan sellaisia, joista saa ideoita opetukseen, mutta joissa saa myös kehitettyä itseä. Omasta työssä jaksamisesta kannettiin huolta ja haluttiin koulutusta, jotta jaksettaisiin hektisessä sekä ajoittain haastavassa työssä. Tutkielman tuloksista käy ilmi se, että koulutuksia pidetään tärkeänä. Aikuiskoulutustutkimuksen (2002) tulosten mukaan 75 prosenttia tutkimukseen vastanneista koki koulutukseen osallistumisen auttaneen työmotivaation säilymisessä sekä halun uuden oppimiseen lisääntyneen. (Jokinen & Luoma-keturi, 2006.) Myös lukuisat artikkelit alan kirjallisuudessa korostavat elinikäistä oppimista ja täydennyskoulutuksen tärkeyttä opettajan työssä (Heikinaro-Johansson 2005; Jokinen ym. 2006; Kiviniemi 2000; Korkeakoski 1999; Laakso 2004; Meriläinen 2002). Kiviniemen (2000, 66) tutkimuksessa useita työvuosia työskennelleet opettajat kokivat tarvetta uudistumiseen ja täydennyskoulutukseen.

Tampereen yliopistossa tehdyssä OK-projektissa saatiin tuloksia, joiden mukaan aineenopettajilla opettajan ammatillinen kehittyminen perustuu oman aineen hallintaan ja kehittämiseen. (Kohonen, 1999, 59.) Jakku-Sihvosen ja Rusasen (1999, 5-6, 104) tutkimuksessa opettajat toivoivat täydennyskoulutuksia, joissa keskityttäisiin sisältöihin ja opetettavaan aineeseen. Lajiajattelu on monesti lähtökohtana liikunnanopetukselle. Lajiajattelu aiheuttaa haasteita opettajalle, sillä liikunnanopettaja ei pysty käytettävissä olevan rajallisen ajan puitteissa opettamaan oppilaille koko lajien laajaa sisältöaluetta, varsinkin kun uusia lajeja syntyy jatkuvasti. Opetus pohjautuu jopa liikaa lajiajatteluun. (Nupponen 2001.) Nupposen (2001) kritiikistä huolimatta, lajitaitoihin liittyvät koulutukset ovat suosittuja sekä miesten että naisten keskuudessa. Tämän tutkielman mukaan koulutustoiveet niin miesten kuin naisten puolella, kaikissa kuudessa ikäryhmässä, kohdistuivat lajitaitoihin. Myös Nupposen ym. vuosina 1993-1996 liikuntatieteellisestä tiedekunnasta valmistuneiden liikunnanopettajien

työ- ja koulutustyytyväisyyttä tutkittaessa yhtenä koulutustoiveena opettajat näkivät lajivalikoiman laajentamisen. (Nupponen, Herva, Koponen & Laakso 2000.) Lajitaitoja opetetaan paljon koulussa ja monesti liikunnan vuosisuunnitelmat pohjautuvat lajeihin. Eri lajeissa on paljon sisältöjä, joiden hallinta vaatii opettajalta paljon ammattitaitoa. On siis luonnollista, että lajitaitoihin kaivataan koulutusta. Tämä on ymmärrettävää ja ehkä oletettavaakin, sillä valtakunnallisen opetussuunnitelman arviointikriteereihin on sisällytetty monia liikuntalajeja, joita oppilaan tulisi osata peruskoulun päätyttyä. Koulujen vuosisuunnitelmat pohjautuvat monesti lajiajatteluun ja se on ollut läsnä koulujen liikunnanopetuksessa jo pitkään. Liikunnanopetuksessa yhtenä tavoitteena on fyysisesti aktiivisen elämäntavan omaksuminen, jota monesti opetetaan juuri lajiajattelun kautta. Tasoerot liikkumattomien ja aktiivisesti liikuntaa harrastavien välillä ovat suuret ja ne kasvavat koko ajan. Monille oppilaille liikkumattomuus ja sen tuomat terveydelliset haitat uhkaavat heidän toimintakykyään. Liikunnan- ja terveystiedon opettajille tämä tuo lisähaastetta jokapäiväiseen työhön. Liikunnanopettaja on asiantuntija, jolla tulisi olla tietoa oppilaan toimintakyvyn tukemisesta ja hänen tasolleen soveltuvista liikuntamuodoista. Pelkkä lajitaitoihin pohjautuva liikunnanopetus ei ole ratkaisumalli tähän. Kuitenkin lajiajatteluun pohjautuva opetus on vallalla kouluissa ja perinteisiin pohjautuvaa mallia voi olla vaikea muuttaa, ainakaan hetkessä. Jokaisen liikunnanopettajan olisi hyvä muistaa, että liikunnanopettajan tehtävä on kannustaa ja luoda jokaiselle oppilaalle soveltuva liikkumisympäristö ja mahdollisuus innostua läpi elämän kestävästä liikkumisesta. Tämä vaatii monesti oman ajattelumallin ja vanhojen tapojen muuttamista.

Tämän tutkielman tuloksissa ikä näyttää vaikuttavan samalla tavoin sekä naisten että miesten koulutustoiveisiin. Esimerkiksi ikääntyessä kiinnostus tanssi- ja musiikkiliikunnan koulutuksia kohtaan väheni. Tämän tutkielman tuloksissa naiset kaikissa ikäryhmissä toivoivat eniten tanssikoulutuksia. Myös miesten vastauksissa tanssia toivottiin koulutustarjottimille. Varsinkin nuoret miehet kokivat haluavansa tanssikoulutuksia. (Katso kuvio 12.) Nykyisin tanssi ei ole enää vain tyttöjen harrastus, vaan myös pojat ovat kiinnostuneet tanssimisesta. Ehkä tämä voi omalta osaltaan selittää tämän tutkielman tuloksista ilmenneen miesten kiinnostuksen tanssikoulutuksiin. Media esittää erilaisia tanssiohjelmia, joita oppilaat seuraavat iltaisin. Opettajat haluavat pysyä ajan mukana ja oppia erilaisia uutuustansseja. Tanssin



opettaminen, erilaisten sarjojen keksiminen, musiikkien etsiminen ja itse tanssin ohjaaminen voidaan kokea työläänä ja haastavana. Moni lukion liikunnanopettaja opettaa vanhojentansseja joka vuosi. Opettajat toivoivatkin vastauksissaan vanhojentanssi koulutusta. On siis luonnollista ja ehkä oletettavaa, että tanssikoulutuksille on kysyntää.

Merkittävää tutkielman tuloksissa on se, että kaikki muut ikäryhmät toivoivat koulutusta palloilulajeihin paitsi nuoret miehet. (Katso kuvio 12.) Naiset kokivat tarvitsevansa koulutusta eri palloilulajien tuomarointiin miehiä enemmän. Pallopelit ovat lasten- ja nuorten suosiossa ja moni on harrastanut näitä lajeja jo pienestä lapsesta lähtien. Palloilu on ehkä aiemmin mielletty enemmän poikien harrastukseksi. Nykyisin monissa palloilulajeissa on arvostettuja ja menestyneitä naisjoukkueita. Palloilun suosio on laaja koululiikuntamuotona ja monissa urheiluseuroissa on palloilujoukkueita myös pienille tytöille. Voidaanko ehkä ajatella tämän tutkielman tulosten pohjalta, että nuoret miehet ovat harrastaneet paljon palloilua jo lapsesta lähtien ja kokevat omat palloilunvalmiutensa hyviksi, eivätkä näin ollen kaipaa palloilukoulutuksia.

Voimistelun ja kehonhuollon koulutuksia halusivat kaikki naiset sekä nuoret miehet. Keskiikäiset ja ikääntyneet miehet eivät näitä koulutuksia juurikaan toivoneet. Erilaiset kehonhuoltolajit esimerkiksi pilates ja jooga ovat nykyisin hyvin suosittuja ja niiden suosio on kasvanut myös miesten keskuudessa. Esimerkiksi monissa kuntokeskuksissa kehonhuoltotunneilla käy aiempaa enemmän miehiä. Myös joukkuelajeissa käytetään harjoittelussa erilaisia kehonhuoltoharjoituksia. Ei ole mitenkään yllättävää, että nuoret miehet toivoivat koulutuksia voimisteluun ja kehonhuoltoon. Perinteinen kuntosaliharjoittelu on edelleen varsinkin miesten suosiossa. Tässä tutkielmassa ikääntyneet miehet toivoivat koulutusta kuntosali työskentelyyn ja voimailuun sekä kuntoliikuntaan kun taas muut ryhmät eivät niitä mainittavasti toivoneet.

Valmiudet terveystiedon opettamiseen koettiin puutteelliseksi Nupposen ym. (2000) tutkimuksessa, jonka tulosten mukaan liikunnanopettajat kaipasivat lisää valmiuksia terveystiedon opettamiseen. Tämän tutkielman terveystiedonkoulutustoiveisiin liittyvät tulokset ovat yhteneviä Nupposen (2000) tutkimuksen kanssa, sillä kaikki muut ryhmät nuoria miehiä

lukuun ottamatta toivoivat koulutusta terveystietoon. (Katso kuvio 11.) Terveystieto oli tanssin ohella suuri koulutustoiveita herättänyt luokka. Terveystieto on liikunnan ohella opetettava oppiaine kouluissa ja moni liikunnan opettaja opettaa myös terveystietoa. Moni opettaja kokee terveystiedon opettamisen haasteellisena, poikkeaaahan terveystiedon opetus paljon liikunnan opettamisesta jo fyysisen opiskeluympäristönsä sekä opetettavan sisältönsä puolesta. Terveystiedon opetuksesta haluttaisiin hauskaa, mielekästä ja toiminnallista. Terveystieto on suosittu kirjoitettava aine ylioppilaskirjoitusten reaali-aineena. Monet opettajat kokivat tarvitsevansa valmiuksia terveystiedon preppaamiseen ylioppilaskokeita varten.

Uutuuslajit ja uudet ideat olivat suosittuja ja kysytyjä liikunnan- ja terveystiedon opettajien vastauksissa. Kaikki, niin naiset kuin miehet, toivovat uutuuslajeihin liittyviä koulutuksia. Miehet olivat kuitenkin hieman naisia kiinnostuneempia uutuuslajien koulutuksista. (Katso kuvio 11.) Nyky-yhteiskunnassa kaikki uudet trendit ovat suosittuja. Opettajat kaipaavat uudistusta, uusia ideoita ja piristystä vanhoihin tuttuihin juttuihin. Tämäkin on toisaalta luonnollista, sillä onhan opettaja elinikäinen oppija, joka haluaa pysyä muuttuvan yhteiskunnan mukana. Opettajat kuitenkin tiedostavat koulujen puutteelliset resurssit välineiden ja käytettävissä olevan rahan suhteen. He tietävät, ettei kouluilla ole varaa moniin uusiin, hienoihin ja kalliisiin välineisiin. Koulutuksiin toivottiinkin sellaisia uusia ideoita ja lajiesittelyjä, joita pystyisi toteuttamaan niillä välineillä, joita liikunnanopettajalla on liikuntatunneilla käytettävissään.

Työskentely kasvavien lasten kanssa on myönteinen erityispiirre, mutta samalla se on opettajaa kuormittavaa (Klemola & Heikinaro-Johansson 2006). Opettajien perus- ja täydennyskoulutuksen ennakointihankkeen (OPEPRO) tutkimusten tulosten mukaan opettajien työnkuva on muuttunut vaativammaksi ja haastavammaksi. Opettajat tarvitsisivat lisää valmiuksia erilaisiin ongelmatilanteisiin ja kriisien kohtaamiseen. Yhtenä kehittämiskohdeena nähdään opettajien vuorovaikutustaidot. (Kiviniemi 2000, 128-151; Välijärvi 2000.) Niemen (1995, 211-212) tutkimuksen mukaan aineenopettajat tunsivat tarvitsevansa lisää valmiuksia kouluelämän kokonaisvaltaisten ongelmien kohtaamiseen. Penttisen tutkimuk-

sesta (2003) käy ilmi, että liikuntaa opettavat opettajat kokivat ammatillista riittämättömyyttä erityistarpeita omaavien oppilaiden opettamiseen. Myös Jokisen (2000) tutkimuksessa opettajat toivoivat täydennyskoulutuksilta valmiuksia erityispedagogiikkaan sekä vuorovaikutus-, ihmissuhde- ja yhteistyötaitoihin. Kaukon ja Klemolan tutkimuksen (2006) mukaan liikunnanopettajilla ei ole tarpeeksi osaamista vuorovaikutustilanteissa, sillä oppilaiden sosiaalisen kasvun tukeminen koetaan haastavaksi. Nupposen ym. (2000) tutkimuksen mukaan liikunnanopettajat kaipasivat lisää osaamista ongelmatilanteiden ja ihmisten kohtaamiseen, vuorovaikutus- ja sosiaalisiin taitoihin. Klemola ja Heikinaro-Johansson (2006) ovat tehneet vuorovaikutustutkimuksen, jossa selvitettiin liikunnanopettajaopiskelijoiden vuorovaikutustilanteita opetusharjoittelussa. Myös kasvatustieteiden kirjallisuudessa vuorovaikutustaitojen merkityksestä opettajan työssä on artikkeleita. (Virta & Lintunen 2009; Penttinen 2003.) Tämän tutkielman tuloksissa on myös samankaltaisia viitteitä koulutustarpeista mitä edellä on mainittu. Miehet toivoivat koulutusta niin opetuksen haasteisiin kuin oppilaan kohtaamiseen naisia enemmän, mutta kaikissa ryhmissä näihin liittyviä koulutustarpeita on mainittu. Tähän tutkielmaan osallistuneet liikunnan- ja terveystiedon opettajat toivoivat koulutuksia esimerkiksi vuorovaikutustaitoihin, erilaisten oppilaiden kohtaamiseen sekä haastavien oppilaiden opettamiseen.

Ritvasen (2008) mukaan opettajan työssä on paljon henkisiä kuormitustekijöitä, jotka voivat aiheuttaa stressaantumista ja uupumista. Tässä tutkielmassa keski-ikäiset naiset ja miehet sekä ikääntyneet naiset kokivat tarvitsevansa koulutusta hyvinvointiin. Samankaltaisia tuloksia on saanut Jokinen (2000) tutkimuksessaan, jossa opettajat kaipasivat täydennyskoulutukselta välineitä työssä jaksamiseen ja omaan hyvinvointiin. Ritvasen (2008) tutkimuksen mukaan stressistä toipuminen hidastuu iän myötä. Parkatin tutkimus (1994) osoittaa 55-59 -vuotiailla naisliikunnan opettajilla työkyvyn alentuneen miehiin verrattuna. Muita opettajien jaksamista käsitteleviä tutkimuksia ovat tehneet Kari (1996, 50), Kiviniemi (2000, 66), Syrjäläinen (2002, 103) ja Turunen (2000). Näiden tutkimusten tuloksissa opettajat mainitsivat yhtenä jaksamista edesauttavana tekijänä täydennyskoulutuksen. Edellisten tutkimusten lisäksi opettajien jaksamisesta on runsaasti artikkeleita kasvatustieteiden kirjallisuudessa (mm. Kohonen 2000; Santavirta ym. 2001, 10-43; Willman 2000).

Jokisen (2000) tutkimuksen mukaan opettajat pelkäävät tietoteknisten valmiuksiensa jäävän nopean yhteiskunnallisen kehityksen vauhdista. He toivovat lisää koulutusta tietotekniseen osaamiseen. Myös Niemen (1993, 30-31) tutkimuksessa opettajat halusivat kehittää omia tieto- ja viestintäteknikkavalmiuksia. Tässä tutkielmassa teknologisia koulutustoiveita ei juuri ollut. Teknologia mainittiin muutamassa prosentissa vastauksista. Liikunnanopettajan työnkuva poikkeaa paljon muiden aineiden opettajan työstä. Tietotekniset laitteet eivät ole aiemmin kuuluneet kovin vahvasti liikuntatunneille. On aika yllättävää, että tässä tutkielmassa teknologiaan ei kaivata kovinkaan paljon koulutusta. Videoinnit ja erilaisten opetusvideoiden käyttö mallisuorituksiin ja havainnollistamiseen ovat hyviä opetuksen apuvälineitä. Toisaalta ne saattavat olla monille liikunnanopettajille tuttuja ja opetuksessa käytettäviä välineitä. Toisaalta on myös mahdollista, ettei liikunnanopettaja halua tuoda teknologiaa perinteisille liikuntatunneille, vaan haluaa käyttää kaiken ajan liikkumiseen. Puhutaanhan paljon siitä, että liikuntatuntien tulisi olla fyysisesti mahdollisimman aktiivisia.

Yhteenvedon voidaan todeta, että liikunnan- ja terveystiedon opettajat pitävät tärkeänä kouluttautumista. Kaikki ikäryhmät näkevät kouluun sovellettavien liikuntamuotojen koulutusten olevan antoisampia kuin itseä kehittävät koulutukset. Kaikki ikäryhmät toivovat selkeästi eniten koulutusta lajitaitoihin. Naiset haluavat koulutuksia, joissa keskitytään lajitaidoista tanssiin, palloiluun, voimisteluun ja telinevoimisteluun, lisäksi koulutusta toivottiin terveystietoon ja uutuuksiin. Muihin lajeihin liittyvät koulutustoiveet olivat vähäisiä. Naisilla koulutustoiveet ovat samansuuntaisia kaikissa ikäryhmissä. Ikääntyneet naiset kaipaavat edellisten lisäksi koulutusta muita naisia enemmän hyvinvointiin ja opetuksen haasteisiin.

Myös miesten koulutustoiveet liittyvät lajitaitojen koulutuksiin. Miesten lajikohtaiset koulutustoiveet jakautuvat eri lajeihin naisia enemmän. Nuorimmat miehet toivovat eniten tanssi ja musiikkiliikuntaa, voimistelua ja telinevoimistelua sekä vesiliikuntaa. Keski-ikäisten miesten suurimmat lajikohtaiset koulutustoiveet liittyvät palloiluun, tanssiin ja musiikkiliikuntaan sekä telinevoimisteluun. Ikääntyneet miehet toivovat lajeista huomattavasti eniten vain palloilua. Myös miehet iästä riippumatta olivat hyvin kiinnostuneita uutuuksiin liittyvistä koulutuksista. Terveystieto herätti koulutustoiveita keski-ikäisten ja ikääntynei-

den miesten ryhmissä. Kaikki miehet iästä riippumatta toivovat koulutusta opetuksen haasteisiin. Nuoret ja keski-ikäiset miehet puolestaan toivovat muita ryhmiä enemmän koulutusta oppilaankohtaamiseen ja vuorovaikutukseen

Naisten ja miesten koulutustoiveet näyttäisivät olevan suhteellisen samantapaisia, joten sukupuolella ei ole suurta vaikutusta koulutustoiveisiin. Merkittävää on se, että lajitaitoihin halutaan kaikissa ikäryhmissä sukupuolesta riippumatta eniten koulutusta. Joissain määrin iällä näyttäisi olevan pientä vaikutusta koulutustoiveisiin sukupuolesta riippumatta. Esimerkiksi liikunnanopettajan ikääntyessä hän kaipaa koulutusta naisilla hyvinvointiin ja miehillä kuntosalityöskentelyyn sekä terveystiliskuntaa nuorempia kollegoitaan enemmän.

### 10.1 Luotettavuuden pohdintaa

Kysely lähetettiin kaikille liikunnan- ja terveystiedon liittoon kuuluville opettajille. Tutkimukseen osallistuminen on ollut vapaaehtoista ja siihen ovat vastanneet ne kenellä on ollut aikaa ja motivaatiota. Osa on jättänyt tutkimukseen vastaamatta. Kyselylomake oli pitkä ja osa vastaajista on voinut jättää vastaamatta kyselyyn juuri sen vuoksi. Valli (2001) kritisoi avoimia kysymyksiä, sillä niihin jätetään helposti vastaamatta tai vastaukset voivat olla suurpiirteisiä ja epätarkkoja. Myös liian pitkällä tutkimuslomakkeella voi olla sama vaikutus. Tässä tutkielmassa käytetty kyselylomake oli kuusiosainen ja hyvin pitkä. Tällä on voinut olla vaikutusta vastauksiin. Tässä tutkielmassa käytetyn kyselylomakkeen koulutusosion kysymykset olivat avoimia kysymyksiä, johon vastaaja itse kirjoitti sanoin oman näkemyksensä. Näihin avoimiin kysymyksiin esimerkiksi lajitaitoihin oli monesti lueteltu vain lajeja, joihin toivottaisiin koulutusta, mutta sen tarkempaa tietoa eri lajien yksityiskohdaisemmasta sisällöstä ei juurikaan saatu. Tutkimuksessa tarkastellut kyselylomakkeen kaksi kysymystä olivat osittain päällekkäisiä ja tutkimuksen kannalta ehkä hieman huonosti laadittuja. Vaikka kysymyslomake esitettiin, ei esitetauksessa tämä ongelma tullut esiin. Osa tutkimukseen osallistuneista liikunnan- ja terveystiedon opettajista oli vastannut jo kysymykseen yksi laajemmin ja jättänyt kysymykseen kaksi vastaamatta, kehottanut katsomaan vastauksen edellisestä kysymyksestä tai oli vain luetellut koulutustoiveet. Aineistoanalyysissä kysymyksiä 1 ja 2 tarkasteltiin omina erillisinä kysymyksinä laadullisin tutki-

musmenetelmin. Kysymyksessä 1 tarkasteltiin vain sitä haluavatko kyselyyn vastanneet liikunnan- ja terveystiedon opettajat Liito ry:n järjestävän kouluun sovellettavaa, itsensä kehittävää vai molempia huomioivaa koulutusta. Muita yksityiskohtaisempia vastauksia ei huomioitu kysymyksen 1 tarkastelussa. Yksityiskohtaisemmat koulutustoiveet huomioitiin kysymyksen 2 aineistoanalysoinnissa. Koska analysoitavaa aineistoa oli paljon ja tutkimuksessa käytettiin laadullisia aineistonanalyysimenetelmiä, olisi ollut hyvin työlästä ja aikaa vievää ottaa myös kysymys yksi tarkastelun kohteeksi yksityiskohtaisia koulutustoiveita huomioitaessa. Lisäksi tämä olisi tehnyt aineistosta vaikeasti hallittavan ja käsiteltävän, jolloin tällä olisi voinut olla vaikutusta tutkielman luotettavuuteen. Nyt näin ei siis tehty ja on mahdollista, että osa tutkimuksen tuloksien kannalta tärkeistä tuloksista on saattanut jäädä huomioimatta.

Syrjäläinen ym. (2007, 8) korostavat sitä, että laadullisessa tutkimuksessa tutkijan on tunnettava aineistonsa hyvin. Aineistonanalysoinnissa tutkielman tekijä luki vastauksia läpi useasti eri päivinä. Näin aineistosta tuli tuttu ja tämä on omalta osaltaan lisäämässä tutkielman luotettavuutta. Tutkielman tekijä on tehnyt tutkielmaa yksin opinnäytetyönsä ohjaajan opastuksella. Koska tutkielmassa on käytetty laadullisia tutkimusmenetelmiä, on tutkijalla iso rooli aineiston käsittelyssä ja analysoinnissa. Jos tutkielmaa olisi tehnyt esimerkiksi kaksi tutkielman tekijää, voitaisiin tutkijan oman subjektiivisuuden hieman katsoa häviävän tutkielman teossa. Nyt yksinäisenä tutkijana, tutkijan omalla elämäkokemuksella ja valinnoilla voi olla jossakin määrin vaikutusta tutkielman tekoon, aineiston käsittelyyn, analysointiin ja sitä kautta myös tutkielman tuloksiin. Toisaalta lukuisat aineistolainaukset antavat kuvaa aineistosta ja ovat näin ollen lisäämässä tutkielman luotettavuutta. Kyselylomake lähetettiin kaikille Liito Ry:n rekisterissä oleville liikunnan- ja terveystiedon opettajille, joten otanta on laaja ja se kattaa koko Suomen. Tämän tutkielman tulokset ovat tältä osin yleistettäviä. Tutkimukseen vastanneet liikunnan- ja terveystiedon opettajat ovat kirjoittaneet koulutustoiveensa keväällä 2011. Esimerkiksi aika ja silloinen työtilanne ja elämäntilanne, opetettavat opetusryhmät, sekä työpaikka ja työtoverit saattavat vaikuttaa siihen, millaista koulutusta liikunnan- ja terveystiedon opettajat tuolloin kaipasivat. Jos kyselylomake lähetettäisiin heille uudelleen nyt kaksi vuotta myöhemmin, saatettaisiin saada erilaisia tuloksia. Lisäksi aineistonanalyysissä tutkijan ryhmittelemät luokat ovat subjektiivisia.

Joku toinen tutkija olisi saattanut päätyä erilaisiin ratkaisuihin ja näin ollen saada erilaisia tuloksia. Toisaalta esimerkiksi lajitaitojen luokka on niin suuri jokaisessa ikäryhmässä, että tämä tulos tuskin olisi muuttunut, vaikka joku toinen tutkija olisi aineistoa luokitellutkin.

## 10.2 Tutkielman merkitys ja jatkotutkimusmahdollisuuksia

Kohosen (2000) tutkimuksen mukaan opettajat hakeutuvat täydennyskoulutuksiin sattumanvaraisesti koulutustarjonnasta riippuen. Syrjäläisen (2001) tutkimuksen mukaan monesti opettajille suunnattu koulutus ei kohtaa todellisia koulutustarpeita ja koulutus jää vaikuttavuudeltaan heikoksi (Syrjäläinen 2001, 70). Olisi tärkeää, että koulutustarjonta ja opettajien täydennyskoulutustarpeet kohtaisivat, sillä silloin koulutuksesta saataisiin maksimaalinen hyöty. Ma ja MacMillan (1999) ovat tutkineet opettajien työtyytyväisyyttä. Tutkimuksen mukaan opettajien työtyytyväisyydellä ja ammattipätevyydellä on yhteys. Opetettavan aineen aineenhallinta lisää työtyytyväisyyttä. (Ma ym. 1999, 39-43.) Täydennyskouluttautuminen on tärkeää koulumaailman nopeissa muutoksissa. Mikäli opettajat ovat saaneet vaikuttaa järjestettäviin koulutuksiin, on sillä positiivinen vaikutus koulutuksiin osallistumisiin ja vaikuttavuuteen. Opettajalla on enemmän motivaatiota osallistua koulutuksiin, jotka ovat oman työnteon ja oman mielenkiinnon kannalta kiinnostavia.

Tutkielman tuloksilla on tärkeä merkitys Liito ry:lle. Tutkielman tulosten avulla liitto saa tietoa siitä, millaisia koulutustoiveita liikunnan- ja terveystiedon opettajilla on Liito ry:lle. Näin Liito ry pystyy tulevaisuudessa huomioimaan jäseniensä toiveita suunnitellessaan ja järjestäessään koulutuksia. Tutkielman tulokset osoittavat sen, että liikunnan- ja terveystiedon opettajat kokevat lajitaitojen koulutukset hyvin tärkeiksi ja toivovat lajitaitoihin lisää koulutuksia. Moni liikunnan- ja terveystiedon opettaja osallistuu Liito ry:n järjestämiin koulutuksiin ja on tärkeää, että myös opettajien mielipiteitä ja toiveita kuunnellaan.

Olisi mielenkiintoista saada vielä tarkempaa tietoa siitä, millaisia koulutustoiveita opettajilla on lajien sisällä esimerkiksi, mitä sisältöjä opettajat haluavat telinevoimistelusta tai palloilusta opetettavan tai millaisia tarkempia aiheita terveystiedosta haluttaisiin täydennyskoulutuksiin.

## LÄHTEET

- Aro, M. 2006. Työsuhteiden epävakautuminen ja työssäoppimisen edellytykset. Teoksessa J. Mäkinen, E. Olkinuora, R. Rinne & A. Suikkanen (toim.) Elinkautisesta työstä elinikäiseen oppimiseen. Jyväskylä: PS-kustannus, 203-220.
- Aro, M. & Olkinuora, E. 2006. Tiedon valtatieta kohti uudenlaista oppimista. Teoksessa J. Mäkinen, E. Olkinuora, R. Rinne & A. Suikkanen (toim.) Elinkautisesta työstä elinikäiseen oppimiseen. Jyväskylä: PS-kustannus, 83-101.
- Bauman, Z. 1992. *Intimations of postmodernity*. London: Routledge.
- Bauman, Z. 1996. *Postmodernin lumo*. Suom. J. Vainonen. Jyväskylä: Vastapaino.
- Beck, U. 1992. *Risk society. Towards a new modernity*. Käänt. M. Ritter. London: SAGE. Alkuperäisjulkaisu 1986.
- Beck, U. 1995. *Politiikan uudelleen keksiminen: kohti refleksiivisen modernisaation teoriaa*. Teoksessa U. Beck, A. Giddens & S. Lash: *Nykyajan jäljillä*. Refleksiivinen modernisaatio. Käänt. L. Lehto. Tampere: Vastapaino, 11–82. Alkuperäisjulkaisu 1994.
- Cherniss, C. 1980. *Staff burnout. Job stress in the human services*. Beverly Hills, London: Sage.
- Cohen, L., Manion, L. & Morrison, K. 2000. *Research Methods in Education*. Fifth edition. London: RoutledgeFalmer.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino.
- Filander, K. 2006. Työ, koulutus ja katoavat ammatti-identiteetit. Teoksessa J. Mäkinen, E. Olkinuora, R. Rinne & A. Suikkanen (toim.) Elinkautisesta työstä elinikäiseen oppimiseen. Jyväskylä: PS-kustannus, 43-60.
- Fullan, M. 1993. Why teachers must become change agents. *Educational Leadership* 50 (6), 12-17.
- Fullan, M. 1994. *Muutosvoimat. Koulunuudistuksen perusteiden pohdintaa*. suom. T. Kananaja. Helsinki: Painatuskeskus Oy.
- Fullan, M. 2001. *The New Meaning of Educational Change*. Teachers College Press.
- Glenn, K. 2005. *Towards Cooperative Learning in Elementary School Physical Education*. Illinois: Charles C. Thomas Publisher, LTD.
- Hakala, L. 1999. *Liikunta ja oppiminen. Mitä merkitystä on kuperkeikalla?* Jyväskylä: PS-



kustannus.

- Hargreaves, A. 1992. Cultures of teaching: A focus for change. Teoksessa Hargreaves, A. & Fullan, M. G. (toim.) Understanding teacher development. London: Teacher College Press, 216-240.
- Hargreaves, D.H. 1994, The New Professionalism: Synthesis of Professional and Institutional Development. Teaching and Teacher Education, 10(4), 423-438.
- Heikinaro-Johansson, P. 2010. Koululiikuntaa kaikille - toimiva malli opettajien ammatillisen osaamisen kehittämiseen. Liikunta & Tiede 47(2-3), 48-49.
- Heikinaro-Johansson, P. 2001. Liikuntakasvatus 2000-luvun koulussa: Enemmän vapautta, vastuuta ja haasteita. Liikunta & Tiede (1), 4-9.
- Heikinaro-Johansson, P. 2005. Liikunnanopettajakoulutus tunnistaa huomisen haasteet. Liikunta & Tiede (3), 5-9.
- Hirsjärvi S. & Hurme H. 2001. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Ikonen O. & Mäkirinta M. 2002. Miten selviydyt ryhmässä, jossa kaikki ovat erilaisia oppijoita? Teoksessa O. Ikonen, J. Juvonen & T. Ojala (toim.) Kohtaamisia koulupolulla. Kasvun ja oppimisen tukeminen. Jyväskylä: PS-kustannus, 176-195.
- Jaakkola, T. 2002. Osaava ohjaus antaa onnistumisen kokemuksia. Liikunta & Tiede (3), 13-15.
- Jakku-Sihvonen, R. & Rusanen, S. 1999. Opetushenkilöstön täydennyskoulutukseen osallistuminen vuosina 1996-1998. Opettajien perus- ja täydennyskoulutus ennakoitihankkeen (OPEPRO) selvityksiä 1. Helsinki: Opetushallitus.
- Jokinen, H. 2000. Koulutus ja opettajuus kuntien tulevaisuusskenaarioissa. Teoksessa J. Välijärvi (toim.) Maailma koulussa - koulu maailmassa. Miksi koulun ja opettajan halutaan muuttuvan. Opettajien perus- ja täydennyskoulutus ennakoitihankkeen selvityksiä 9. Helsinki: Opetushallitus, 52-116.
- Jokinen, E. & Luoma-Keturi, N. 2006. Elinikäisestä oppimisesta välineitä itsensä toteuttamiseen työelämässä. Teoksessa J. Mäkinen, E. Olkinuora, R. Rinne & A. Suikkanen (toim.) Elinkautisesta työstä elinikäiseen oppimiseen. Jyväskylä: PS-kustannus, 61-73.
- Kalaja, S., Koponen, J. & Siponen, U. 2004. Terveystieo osana koulun opetusta ja toimin-

- takulttuuria. Teoksessa L. Launonen & L. Pulkkinen (toim.) *Koulu kasvuyhteisönä - kohti uutta toimintakulttuuria*. Jyväskylä: PS-kustannus, 131-146.
- Kangasniemi, J. 2009. Täydennyskoulutuksen onnistunut suunnittelu. Teoksessa M. Suortamo, H. Laaksola & J. Välijärvi (toim.) *Opettajan vuosi 2009-2010*. Jyväskylä: PS-kustannus, 175-182.
- Kangasoja, M. 2009. Täydennyskoulutuksen tavoitteet ja toteutuskeinot. Teoksessa M. Suortamo, H. Laaksola & J. Välijärvi (toim.) *Opettajan vuosi 2009-2010*. Jyväskylä: PS-kustannus, 183-193.
- Kari, J. 1996. *Opettajan ammatti ja kasvatustietoisuus*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Ota-va.
- Kari, J. & Heikkinen, H.L.T. 2001. Opettajaksi kasvaminen. Teoksessa J. Kari, P. Moilanen & P. Räihä (toim.) *Opettajan taipaleelle*. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Opettajankoulutuslaitos, 41-60.
- Kauko, K. & Klemola, U. 2006. Oppilaiden sosioemotionaalisen kasvun tukeminen - liikunnanopettajien näkemyksiä ja kokemuksia. *Liikunta & Tiede* 43(6), 40-46.
- Kiviniemi, K. 2000. Opettajan työtodellisuus haasteena opettajankoulutukselle. Opettajien ja opettajankouluttajien käsityksiä opettajan työstä, opettajuuden muuttumisesta sekä opettajankoulutuksen kehittämishaasteista. Opettajien perus- ja täydennyskoulutuksen ennakoitihankkeen (OPEPRO) selvitys 14. Helsinki: Opetushallitus.
- Klemola, U. & Heikinaro-Johansson, P. 2006. "Kun oppilasta potuttaa, kuuntelen" - sosioemotionaalisten taitojen käyttö liikunnan opetusharjoittelussa. *Liikunta & Tiede* 43(6), 26-32.
- Kohonen, V. 1999. Koulun muutosprosessit ja opettajien ammatillinen kasvu OK-projektin opettajien näkökulmia. Teoksessa P. Kaikkonen & V. Kohonen (toim.) *Elävä opetussuunnitelma 1. Koulujen ja yliopiston yhteinen toimintatutkimus opettajuuden ja opetussuunnitelman kehittymisestä*. 2. painos. Tampereen yliopiston opettajankoulutuslaitoksen julkaisuja A9/1997, 223-244.
- Kohonen, V. 1999. Uudistuva opettajuus ja koulukulttuurin muutos OK-projektin päätös- vaiheessa. Teoksessa P. Kaikkonen & V. Kohonen (toim.) *Elävä opetussuunnitelma 3. OK-projektin vaikuttavuuden arviointia*. Tampereen yliopiston opettajankoulutuslaitoksen julkaisuja A19/1999, 37-63.
- Kohonen, V. 2000. Aineenopettajan uudistuva asiantuntijuus ja sen tukeminen. Teoksessa

- K, Harra (toim.) Opettajan professiosta. Artikkelisarja. Helsinki:OKKA-säätiö, 32-48.
- Korhonen, O. 2000. Jumppamaikat tärkeitä tykyttäjiä? Liikunnanopettaja (3), 32-34.
- Korkeakoski, E. 1999. (toim.) Opettajien täydennyskoulutuksen tuloksellisuus. Opetushallituksen rahoittama, pitkäkestoinen koulutus. Opetushallituksen julkaisuja A3/1999.
- Korpinen, E. 1996. Opettajuutta etsimässä. Kunnallissalan kehittämissäätiön Polemia-sarjan julkaisu nro 18. Vammala: Vammalan Kirjapaino Oy.
- Laakso, L. 2004. Suomalainen opettajakoulutus kestää vertailun. Liikunta & Tiede (4), 11-13.
- Laakso, L. 2007. Johdatus liikuntapedagogiikkaan ja liikuntakasvatukseen. Teoksessa P, Heikinaro-Johansson & T. Huovinen (toim.) Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Helsinki: WSOY, 16-24.
- Laine, T. 1998. Opettajakin on ihminen. Teoksessa H. Niemi (toim.) Opettaja modernin murroksessa. Jyväskylä: ATENA, 110-119.
- Lehtisalo, L. 2002. Tieto oppiminen sivistys. Avauksia ihmisen vuosisataan. Vantaa: WSOY.
- Leino A-L & Leino J. 1997. Opettaminen ammattina. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Luukkainen, O. 2000. Opettaja vuonna 2010. Opettajien perus- ja täydennyskoulutuksen ennakointihankkeen (OPEPRO) selvitys 15. Loppuraportti. Helsinki: Opetushallitus.
- Luukkainen, O. 2002. Sivistyksen avaimet. Opetus ja kulttuuri matkalla vuoteen 2010. (toim.) Helsinki: Suomen kuntaliitto.
- Luukkainen, O. 2004. Opettajuus - Ajassa elämistä vai suunnan näyttämistä? Tampereen yliopisto, kasvatustieteiden laitos. Väitöskirja.
- Luukkainen, O. 2005. Opettajan matkakirja tulevaan. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Ma, X. & MacMillan, R. B. 1999. influences of workplace conditions on teacher's job satisfaction. Journal of Educational Research 93 (1), 39-47.
- Maslach, C. & Leiter, M. 1997. The truth about burnout. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- Meriläinen, M. 2002. Koulun kehittäminen ja opettajien täydennyskoulutus. Teoksessa J. Huusko & J. Pietarinen (toim.) Yhä parempi paikka kasvaa ja oppia - punnittua pu-

- hetta koulun kehittämistä. Joensuun yliopiston kasvatustieteen tiedekunnan selosteita, 89-104.
- Mäkelä, K. 2014. PE Teachers' Job Satisfaction, Turnover, and Intention to Stay or Leave the Profession. Tulostettu 10.12.2014  
[http://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/44283/978-951-39-5767-4\\_vaitos04102014.pdf?sequence=1](http://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/44283/978-951-39-5767-4_vaitos04102014.pdf?sequence=1)
- Niemi, H. 1995. Opettajien ammatillinen kehitys. Osa 2. Opettajankoulutuksen arviointi oppimiskokemusten ja uuden professionaalisuuden viitekehyksessä. Tampereen yliopiston opettajankoulutuslaitoksen julkaisuja. A3/1995.
- Numminen, P. & Laakso, L. 2010. Liikunnan opetusprosessin ABC. Jyväskylä: Liikuntakasvatuksen julkaisuja 5.
- Nupponen, H., Herva, H., Koponen, J. & Laakso, L. 2000. Liikunnanopettajaksi vuosina 1993-1996 valmistuneiden nykyinen työ, työ- ja koulutustyytyväisyys. Liikunnanopettaja (4-5), 13-16.
- Nupponen, H. 2001. Liikuntakykyisyys ja ominaisuusopetus - Tavoitteena ominaisuudet, sisältöinä lajit. Liikunta & Tiede (1), 10-15.
- Parkatti, T. 1994. Uupumus uhkaa ikääntyvää liikunnanopettajaa. 1994. Liikunta & Tiede (1), 22-24.
- Patrikainen, R. 2000. Opettajuuden laatu ja opettajan ammatin professiomuutos. Teoksessa K, Harra (toim.) Opettajan professiosta. Artikkelisarja. Helsinki:OKKA-säätiö, 20-31.
- Patrikainen, R. 2002. Opettaja - maailman tärkein eettinen ammatti? Teoksessa J. Huusko & J. Pietarinen (toim.) Yhä parempi paikka kasvaa ja oppia - punnittua puhetta koulun kehittämistä. Joensuun yliopisto. Kasvatustieteen tiedekunnan selosteita, 9-17.
- Penttinen, S. 2003. Liikunta on myös oppilashuoltotyötä. Liikunnanopettaja 2003(3), 44.
- Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004. Opetushallitus.  
[http://www02.oph.fi/ops/perusopetus/pops\\_web.pdf](http://www02.oph.fi/ops/perusopetus/pops_web.pdf) [luettu 24.2.2012]
- Rasku-Puttonen, H. & Rönkä, A. 2004. Opettajankoulutuksen tehtävä koulukulttuurin muutoksessa. Teoksessa: L. Launonen & L. Pulkkinen (toim.) Koulu kasvuyhteisönä - kohti uutta toimintakulttuuria. Juva: PS-kustannus, 175-185.
- Rink, J. 2003. Effective instruction in physical education. Teoksessa: S, Silverman & C.

- Ennis (toim.) Student learning in physical education. Applying research to enhance instruction. 2nd ed. Champaign, IL: Human Kinetics, 165-186.
- Ritvanen, T. 2009. Palaututko riittävästi päivän työstä? Teoksessa M. Suortamo, H. Laakso & J. Välijärvi (toim.) Opettajan vuosi. Teemana hyvinvointi. Jyväskylä: PS-kustannus, 95-101.
- Rouhelo, A. 2006. Akateemisten suorat ja polveilevat urapolut. Teoksessa J. Mäkinen, E. Olkinuora, R. Rinne & A. Suikkanen (toim.) Elinkautisesta työstä elinikäiseen oppimiseen. Jyväskylä: PS-kustannus, 121-138.
- Rovio, E. 2009. Tunne- ja vuorovaikutustaitoja käyttämällä toimiva ilmapiiri liikuntaryhmään. Teoksessa E. Rovio, T. Lintunen & O. Salmi (toim.) Ryhmäilmiöt liikunnassa. Helsinki: Liikuntatieteellisen seuran julkaisu nro 163, 179-203.
- Ruoholinna, T. 2006. Ikääntyvänä muuttuvilla työmarkkinoilla. Teoksessa J. Mäkinen, E. Olkinuora, R. Rinne & A. Suikkanen (toim.) Elinkautisesta työstä elinikäiseen oppimiseen. Jyväskylä: PS-kustannus, 155-174.
- Sahlberg, P. 1996. Kuka auttaisi opettajaa. Post-moderni näkökulma opetuksen muutokseen yhden kehittämisprojektin valossa. Jyväskylän yliopisto. Jyväskylä studies in education, psychology and social research 119.
- Santavirta, N., Aittola, E., Niskanen, P., Pasanen, I., Tuominen, K. & Solovieva, S. 2001. Nyt riittää -raportti peruskoulun ja lukion opettajien työympäristöstä, työtyytyväisyydestä ja työssä jaksamisesta. Helsingin yliopiston kasvatustieteen laitoksen tutkimuksia 173.
- Scales, P. 2011. Continuing Professional Development in the Lifelong Learning Sector. Publisher: Open University Press.
- Syrjäläinen, E. 2002. Eikö opettaja saisi jo opettaa? Koulun kehittämisen paradoksi ja opettajan työuupumus. Tampereen yliopiston opettajakoulutuslaitoksen julkaisuja. A25.
- Syrjäläinen, E., Eronen, A. & Värri, V-M. 2007. Avauksia laadullisen tutkimuksen analyysiin. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy - Juvenes Print.
- Tirri, K. 2002. Opetustyön etiikka. Teoksessa P. Sallila & A. Malinen (toim.) Opettajuus muutoksessa. Aikuiskasvatuksen 43. vuosikirja. Helsinki: Kansanvalistusseura, 203-224.
- Travers, C.J. & Cooper, C.L. 1996. Teachers Under Pressure. Stress in the Teaching Pro-

- fession. Routledge.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Turunen, K.E. 2000. Opetustyö ja opettajankoulutuksen tulevaisuus. Teoksessa J. Välijärvi (toim.) *Koulu maailmassa - maailma koulussa. Miksi koulun ja opettajan halutaan muuttuvan. Opettajien perus- ja täydennyskoulutus ennakointihankkeen selvityksiä 9*. Helsinki: Opetushallitus, 19-51.
- Valli, R. 2001. Kyselylomaketutkimus. Teoksessa J. Aaltola & R. Valli. (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin I*. Jyväskylällä: PS-kustannus, 100-112.
- Vanttaja, M. & Järvinen, T. 2006. Oppiminen ja identiteetti muuttuvassa yhteiskunnassa. Teoksessa J. Mäkinen, E. Olkinuora, R. Rinne & A. Suikkanen (toim.) *Elinkautisesta työstä elinikäiseen oppimiseen*. Jyväskylä: PS-kustannus, 27-60.
- Varstala, V. 1996. Opettajan toiminta ja oppilaiden liikunta-aktiivisuus koulun liikuntatunnilla. *Studies in sport. Physical Education and Health 45*. Väitöskirja.
- Veenman, S., van Tulder, M. & Voeten, M. 1994. The impact of inservice training on teacher behaviour. *Teaching & Teacher Education 10 (3)*, 303-317.
- Virta, J. & Lintunen, T. 2009. Liikunnanopettajien käsitykset vuorovaikutustaidoista - liian hyvää ollakseen totta? *Liikunta & Tiede 46 (6)*, 54-60.
- Viskari, S. & Vuorikoski, M. 2003. Ei kai opettaja kone ole... Opettajan työ opiskelijoiden silmin. Teoksessa M. Vuorikoski, S. Törmä S. & S. Viskari (toim.) *Opettajan vaiettu valta*. Tampere: Vastapaino, 55-81.
- Välijärvi, J. 2000. Kohti avointa opettajuutta. Teoksessa: J. Välijärvi (toim.) *Koulu maailmassa - maailma koulussa. Opettajien, kuntatyönanantajien ja yrityselämän näkemyksiä yleissivistävän opetuksen ja opettajankoulutuksen tulevaisuudesta. Opettajien perus- ja täydennyskoulutus ennakointihankkeen selvityksiä 9*. Helsinki: Opetushallitus, 157-181.
- Välijärvi, J. Kansankynttilästä tietotyön ammattiliseksi. Opettajan työn yhteiskunnallisten ehtojen muutos. 2006. Teoksessa AR. Nummenmaa & J. Välijärvi (toim.) *Opettajan työ ja oppiminen*. Jyväskylä: Koulutuksen tutkimuslaitos, 9-26.
- Weissberg, R. P., Kumpfer, K. L. & Seligman, M. E. P. 2003. Prevention that works for children and youth. *American Psychologist 58 (6/7)*, 425-432.
- Willman, A. Opettajan jaksaminen puntarissa: opettajuuden rajoja etsimässä. Teoksessa K,

Harra (toim.) Opettajan professiosta. Artikkelisarja. Helsinki:OKKA-säätiö, 107-116.

Tulostettu 24.2.2012

<http://www.liito.fi/>

## LIITTEET

### Liite 1. Kyselylomake

#### Arvoisa Liito Ry:n jäsen

Tämän kirjeen ohessa Teille on lähetetty Liikunnan ja Terveystiedon Opettajien (LIITORY) liiton jäsenkysely. Kysely on suunnattu kaikille LIITO:n jäsenille.

Kysely toteutetaan juuri nyt sen vuoksi, että liikunnan ja terveystiedon opettajien liiton toiminnan aloittamisesta tulee ensi vuonna kuluneeksi 100 vuotta. Juhlavuoden kunniaksi LIITO kartoittaa jäseniensä mielipiteitä toiminnastaan. Vastaamalla kyselyyn olet mukana toiminnan kehittämisessä. Luotettavan tuloksen saavuttamiseksi olisi tärkeää, että mahdollisimman moni vastaisi kyselyyn.

Edellä mainitun selvityksen lisäksi tutkimme liikunnan- ja terveystiedon opettajien työterveyttä ja kartoitamme liikunnanopettajan työn erityishaasteita. Liiton jäseniltä saatava tieto on keskeisessä asemassa, joten toivomme kaikkien vastaavaan kyselyyn.

Kyselyyn vastataan anonymisti ja tutkimustuloksia käsitellään ehdottoman luottamuksellisesti ja ainoastaan suurempina tilastollisina kokonaisuuksina. Vastaajien yhteystiedot ovat LIITO:n jäsenrekisteristä. Tutkimus toteutetaan yhdessä LIITO:n ja Liikuntatieteiden laitoksen kanssa.

Toivomme, että haluat olla mukana kehittämässä Liikunnan ja Terveystiedon Opettajien liiton toimintaa vastaamalla kyselyyn **perjantaihin 20.2.2011 mennessä**. Tutkimus toteutetaan ainoastaan internetkyselynä. Vastaamiseen kuluu aikaa enintään 15 minuuttia. Kaikki vastaukset ovat tärkeitä nykyisestä työtehtävästäsi riippumatta!

Kiitos yhteistyöstä ja työniloa toivottavat, sekä lisätietoja tutkimuksesta antavat

Riitta Pääjarvi-Myllyaho  
puheenjohtaja  
Liikunnan ja Terveystiedon Opettajat ry, LIITO  
[riitta.paajarvi-myllyaho@vaasa.fi](mailto:riitta.paajarvi-myllyaho@vaasa.fi)  
040-522 7971

Tiina Apajalahti  
Liikunnan ja Terveystiedon Opettajat ry, LIITO  
[tiina.apajalahti@liito.fi](mailto:tiina.apajalahti@liito.fi)  
040-5227971

Mirja Hirvensalo  
Erikoistutkija  
Liikuntatieteiden laitos  
Jyväskylän yliopisto  
[mirja.hirvensalo@jyu.fi](mailto:mirja.hirvensalo@jyu.fi)  
014-2602119 tai 050-4103713

Lotta Pietilä  
Opiskelija  
Liikuntatieteiden laitos  
Jyväskylän yliopisto

Tapio Pietilä  
Opiskelija  
Liikuntatieteiden laitos  
Jyväskylän yliopisto



## Kysely liikunnan- ja terveystiedonopettajille

1. Sukupuoli                      Nainen               Mies   

2. Ikä \_\_\_\_\_

### 3. KOULUTUSTOIMINTA

Liikunnan- ja terveystiedon opettajat ry:n tehtävänä on edistää jäsenistönsä jatko- ja täydennyskoulutusmahdollisuuksia. Mitä mieltä olet LIITO:n omasta koulutustoiminnasta?

a) Onko koulutuksia riittävästi? (1=Ei... 5=Kyllä)

Ei                      1              2              3              4              5              kyllä

b) Onko koulutuksista tiedottaminen ja markkinointi riittävää?

Ei                      1              2              3              4              5              kyllä

c) Onko koulutuksen sisältö kiinnostavaa?

Ei                      1              2              3              4              5              kyllä

d) Ovatko koulutukset laadukkaita?

Ei                      1              2              3              4              5              kyllä

e) Mitkä ajankohdat kouluvuodesta (esim. syyskuu) ja minä viikon päivinä (to pe la su) toivoisit koulutusten olevan ?

---

**f) Mitkä seikat saisivat jäsenistön osallistumaan myös haja-asutusalueilla järjestettäviin koulutuksiin?**

---

---

**g) Millaista koulutusta LIITO:n tulisi mielestäsi tarjota nykyistä enemmän? Esimerkiksi oletko kiinnostunut kouluun sovellettavasta sisällöstä vai onko itsesi kehittäminen tärkeämpää?**

---

---

**h) Millaisten aihealueiden koulutuksista olisit erityisen kiinnostunut?**

---

---