

**URHEILUYLÄKOULUKOKEILUN SOVELTUVUUSKOKEIDEN  
SUORITUSJÄRJESTYS JA TESTEISSÄ MENESTYMINEN**

Lauri Nurminen

Liikuntapedagogiikan pro gradu -tutkielma

Liikuntatieteellinen tiedekunta

Jyväskylän yliopisto

Kevät 2021

## TIIVISTELMÄ

Nurminen, Lauri. 2021. Urheiluyhäkoulukokeilun soveltuvuuskokeiden suoritusjärjestys ja testeissä menestyminen. Liikuntatieteellinen tiedekunta, Jyväskylän yliopisto, liikuntapedagogiikan pro gradu -tutkielma, 33 s., 2 liitettä.

Tämän pro gradu -tutkielman tarkoitus oli selvittää vuoden 2020 urheiluyhäkoulukokeilun soveltuvuuskokeen eri testien suoritusjärjestyksen, testien ajankohtien ja varapäivän vaikutusta tuloksiin. Tutkielman aineisto koostui Kuopion vuoden 2020 urheiluyhäkouluun tai liikuntaluokalle hakevista oppilaista. Aineiston koko on  $n=122$ , joista poikia 79 ja tyttöjä 43. Hakijat jaettiin ryhmiin testiaan puolesta aakosjärjestyksen mukaan, niin että pojat ja tytöt olivat omilla ryhmissään. Ryhmät 1–6 koostuivat pojista ja ryhmät 7–9 tytöistä. Ryhmä 10 muodostui varapäivän hakijoista, jossa oli sekä tyttöjä, että poikia. Aineisto saatiin tutkimuskäyttöön soveltuvuuskokeiden tulosten julkaisun jälkeen. Tulosten analysoinnissa käytettiin t-testiä, Mann-Whitneyn U-testiä, Games-Howelin testiä ja yksisuuntaista varianssianalyysiä.

Ryhmiä verrattaessa pääsykokeen kokonaistuloksien osalta ei löytynyt tilastollisesti merkitseviä eroja. Vertailun p-arvo on 0,055. Ryhmien keskiarvoja vertailtaessa testiosioittain sivuttaissiirtymisestä ja tasapaino-osiosta löytyi tilastollisesti merkitseviä eroja. Tarkemmassa parivertailussa sivuttaissiirtymisessä ryhmä 2 sai parhaan tuloksen ja erosi tilastollisesti merkitsevästi ryhmän 5 tuloksesta (p-arvo 0,004) sekä ryhmän 10 tuloksesta (p-arvo 0,01). Tasapaino-osion parivertailu osoitti ryhmän 7 saaneen parhaan tuloksen sekä ryhmien 1,3 ja 5 eroavan siitä tilastollisesti merkitsevästi (p-arvo 0,001–0.015) Lisäksi toiseksi parhaan ryhmän 9 tulos erosi tilastollisesti merkitsevästi ryhmästä 5 tuloksesta (p-arvo 0,018). Ryhmien 7 ja 9 hakijat olivat tyttöjä, tämä selittää erot tasapaino-osiolla. Soveltuvuuskokeen testiosioiden tuloksia verrattaessa aamulla ja illalla suoritettuna ei löytynyt tilastollisesti merkitseviä eroja ryhmien välillä. Varsinaisen testipäivän ja varapäivän ryhmien tuloksia verrattaessa sivuttaissiirtymisestä ja 5-loikka antavat tilastollisesti merkitsevät tulokset. Sivuttaissiirtymisen p-arvo 0,009 ja 5-loikka p-arvo 0,025. Sukupuoli ei ollut selittävänä tekijänä tuloksissa. Tulosten väliset erot eivät muodosta kaavaa kummankaan päivän eduksi. Erot tuloksissa selittyvät sattumalla, varapäivänä hakijoita oli 6.

Tämän tutkielman mukaan testiosioiden suoritusjärjestyksellä ei ole merkitystä tulosten kannalta, kunhan testiosioiden välissä on riittävästi palautumisaikaa. Yksittäiset tilastollisesti merkitsevät erot ryhmien välillä selittyvät sattumalla ja sukupuolella tasapaino-osion osalta. Tutkielman tulokset ovat samanlaisia aiemman suoritusjärjestyksestä tehdyn tutkimuksen kanssa. Tulokset tukevat soveltuvuuskokeen käyttöä pääsykokeena haettaessa urheiluyhäkouluun, sekä samantyylisten pääsykokeiden käyttöä eri koulutuksiin haettaessa.

Asiasanat: Urheiluyhäkoulukokeilu, pääsykokeet, soveltuvuuskoee, suoritusjärjestys

## ABSTRACT

Nurminen, Lauri. 2021. Testing order and test success in the aptitude test for Sports focused secondary school experiment. Faculty of Sport and Health Sciences, University of Jyväskylä, Master's Thesis, 33 pp.2., appendices

The purpose of this study was to solve does testing order have impact on test result in aptitude test for sport focused secondary school experiment. Study researched differences between test groups, results differences between test part made in morning and afternoon and did applicant have advantage if they take part in test-on-test spare day. Study material consisted of students applied to Sports focused secondary school experiment at Kuopio 2020. Sample size was  $n=122$  of which 79 boys and 43 girls. Students were divided in groups according alphabetical order and gender. Groups 1-6 included only boys and 7-9 groups were girls. Group 10 was spare day applicants and group consisted both genders. Study material was given to study use after test results were published. Results were analyzed with T-test, Mannin Whitney U-test, Games - Howellin test and one way analysis of variance.

When comparing average total results by groups there were no statistically significant results (p-value 0.055). The group average comparison by test sections found statistically significant results in sideways movement test and balance sections. Group 2 got the best results in the sideways movement test and differed from groups 5 ( $p=0,004$ ) and 10 ( $p=0,01$ ). The sideways movement test results can't be explained. Group 7 got the best result in balance section and result differed from groups 1,3 and 5 ( $p= 0,001-0.015$ ). Also the second best group 9 differed from groups 5 ( $p=0,018$ ). Balance section results can be explained with gender. The best two balance results groups contained only girls. Test sections results compared between test done in morning and afternoon didn't found any statistically significant results. Comparing real test day and spare test day results by test sections found statistically significant results in sideways movement test ( $p=0,009$ ) and 5-jump ( $p=0,025$ ). Gender can't explain the results. Differences in real test day and spare test day are explained with coincidence. There were only 6 applicants in spare day.

According to this study testing order did not affect the aptitude test results, because there was enough time to recover between test sections. Differences between groups can be explained with gender or coincidence. Earlier studies about testing order supports this result. Results supports use of aptitude test use when applying sport focused secondary school experiment.

Key words: Sports focused secondary school experiment, entrance exam, order of execution, aptitude test

# SISÄLLYS

## TIIVISTELMÄ

1	JOHDANTO.....	1
2	URHEILUYLÄKOULUKOKEILU.....	2
2.1	Soveltuvuuskoee.....	4
2.2	Kasva urheilijaksi -oppimateriaali.....	6
2.3	Digioppimishanke.....	8
2.4	Hakeminen toisen asteen urheiluoppilaitokseen .....	9
2.5	Erialaisten testien suoritusjärjestyksen vaikutus testituloksiin .....	10
3	MUITA LIIKUNNALLISIA PÄÄSYKOKKEITA .....	13
3.1	Poliisiammattikorkeakoulun kuntokoe .....	13
3.2	Pelastusopiston fyysisen toimintakyvyn testit.....	14
3.3	Maanpuolustuskorkeakoulun fyysiset testit.....	15
3.4	Raja- ja merivartiokoulun rajavartijan peruskurssin fyysiset testit .....	16
3.5	Liikuntapedagogiikan pääsykokeen fyysiset testit .....	16
4	TUTKIMUSONGELMAT .....	18
4.1	Tutkimusmenetelmät .....	18
4.2	Aineisto.....	19
4.3	Reliabiliteetti .....	20
4.4	Validiteetti .....	20
4.5	Tutkimuksen eettisyys .....	21
5	TULOKSET .....	22
5.1	Pääsykokeen testien suoritusjärjestyksen vaikutus tuloksiin.....	22
5.2	Tulosten vertailu testiajankohdan mukaan .....	25
5.3	Varapäivän tulokset verrattuna varsinaiseen testipäivään .....	26

6 POHDINTA.....	27
6.1 Johtopäätökset .....	28
6.2 Tutkimuksen rajoitteet ja jatkotutkimusaiheet .....	28
LÄHTEET .....	30

## LIITTEET

LIITE 1 Pistetaulukot

LIITE 2 Tutkimuslupa

## 1 JOHDANTO

Suomen yläkouluissa on ollut liikunta- ja urheilupainotteisia luokkia jo yli kolmenkymmenen vuoden ajan. Valtakunnallisesti toimintaa aloitettiin kehittämään voimakkaammin vuodesta 2005 alkaen. Suomen Olympiakomitean urheiluakatemiaohjelma on koordinoanut urheiluyläkoulutoimintaa vuodesta 2015 lähtien. Aiemmin yläkoulun kehitystyötä tehtiin muun muassa Valossa ja Nuoressa Suomessa. (Nieminen ym. 2018.) Urheiluyläkoulukokeilu on Olympiakomitean vuonna 2017 alkanut kolme vuotinen hanke, jonka tavoitteena on helpottaa yläasteikäisten nuorten urheilun ja opiskelun yhdistämistä (Olympiakomitea 2017).

Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus arvioi vuosittain urheiluyläkoulukokeilu hanketta. Hankkeessa tehdään tutkimusyhteistyötä Åbo Akademin ja Jyväskylän yliopiston kanssa. Tämän vuoksi urheiluyläkoulukokeilusta on tehty useita pro-gradu -tutkielmia ja ainakin yksi väitöstutkimus. Vuonna 2018 valmistuneissa opinnäytetöissä on tutkittu urheiluyläkoululaisten ravintotottumuksia, unta, fyysistä aktiivisuutta, toimintakykyä, koulumenestystä, tavoitteellisuutta, jaksamista sekä urheilun ja opiskelun yhdistämistä. (Nieminen. ym. 2018.) Seuravana vuonna tutkittiin soveltuvuuskokeisiin osallistuneiden motorisia perustaitoja, urheiluyläkoululaisten liikunta-aktiivisuutta ja koettua fyysistä toimintakykyä sekä urheiluyläkoululaisten koulumenestystä, jota verrattiin normaalissa perusopetuksessa opiskelevien koulumenestykseen (Nieminen ym. 2019).

Urheiluyläkouluun haetaan Olympiakomitean hyväksymällä valtakunnallisella soveltuvuuskokeella. Näin pyritään varmistamaan, että joka puolella Suomea urheiluyläasteelle ja liikuntaluokille on samanlaiset pääsyvaatimukset. Soveltuvuuskokeessa korostuvat monipuoliset liikunnalliset taidot lajitaitojen sijaan, aiemmista pääsykokeista poiketen. Soveltuvuuskoe perustuu tutkittuun tietoon ja sitä kehitetään urheiluyläkoulukokeilun aikana. (Nieminen ym. 2019.) Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, onko testien järjestyksellä yhteyttä kokonaissuoritukseen.

## 2 URHEILUYLÄKOULUKOKEILU

Urheiluyläkoulu on Olympiakomitean koordinoima kolmivuotinen kokeilu, jonka tarkoituksena on mahdollistaa urheilun ja opiskelun yhdistäminen yläasteella mahdollisimman optimaalisesti. Kokeilussa on mukana 25 yläkoulua eri puolilta Suomea. Olympiakomitea toteuttaa kokeilua yhteistyössä kuntien, urheiluakatemioiden, yläkoulujen, lajiliittojen ja urheiluseurojen kanssa. Kokeilu alkoi syksyllä vuonna 2017. Kokeilun päättyessä vuonna 2020 toiminta on tarkoitus vakiinnuttaa osaksi suomalaista kaksoisuramallia. Suomalaisella kaksoisuramallilla tarkoitetaan urheilun tasapainoista yhdistämistä opiskeluihin tai työhön. Suomalainen kaksoisuramalli alkaa yläkouluvaiheesta, etenee toiselle asteelle, jonka jälkeen saavutetaan huippuvaihe. Kaksoisuramalli päättyy urheilu-uran jälkeiseen urasiirtymään. (Olympiakomitea 2017.)



KUVA 1. Suomalainen kaksoisuramalli (Olympiakomitea 2017).

Urheiluyläkoulukokeilun keskeisimmät sisällöt ovat hakeminen Olympiakomitean valtakunnallisella soveltuvuuskokeella, Kasva urheilijaksi -oppimateriaali, kymmenen tuntia monipuolista liikuntaa kouluviikon aikana sekä digioppimishanke (Nieminen, ym. 2018). Yläurheilukoulukokeiluun kuuluu myös valtakunnallinen yläkoululeirityksen toimintamalli.

Suomessa 11 urheilu- ja liikuntaopistoa järjestää yläkoululeirityksiä yhteistyössä yli 40 lajin kanssa. Vuodessa on 3–6 leiriä ja leirien pituus vaihtelee neljästä kuuteen päivään. Leirien aikana hyödynnetään kasva urheilijaksi -oppimateriaalia ja lajiharjoittelu toteutetaan kunkin lajin linjausten mukaisesti. Leirin sisällöstä 1/3 on lajiharjoittelua, 1/3 taito- ja fyysistä harjoittelua ja 1/3 urheilijan elämäntaitoja. Koulunkäynnille leirien aikana on varattu 2x45 minuuttia päivittäin. (Olympiakomitea 2019b.)

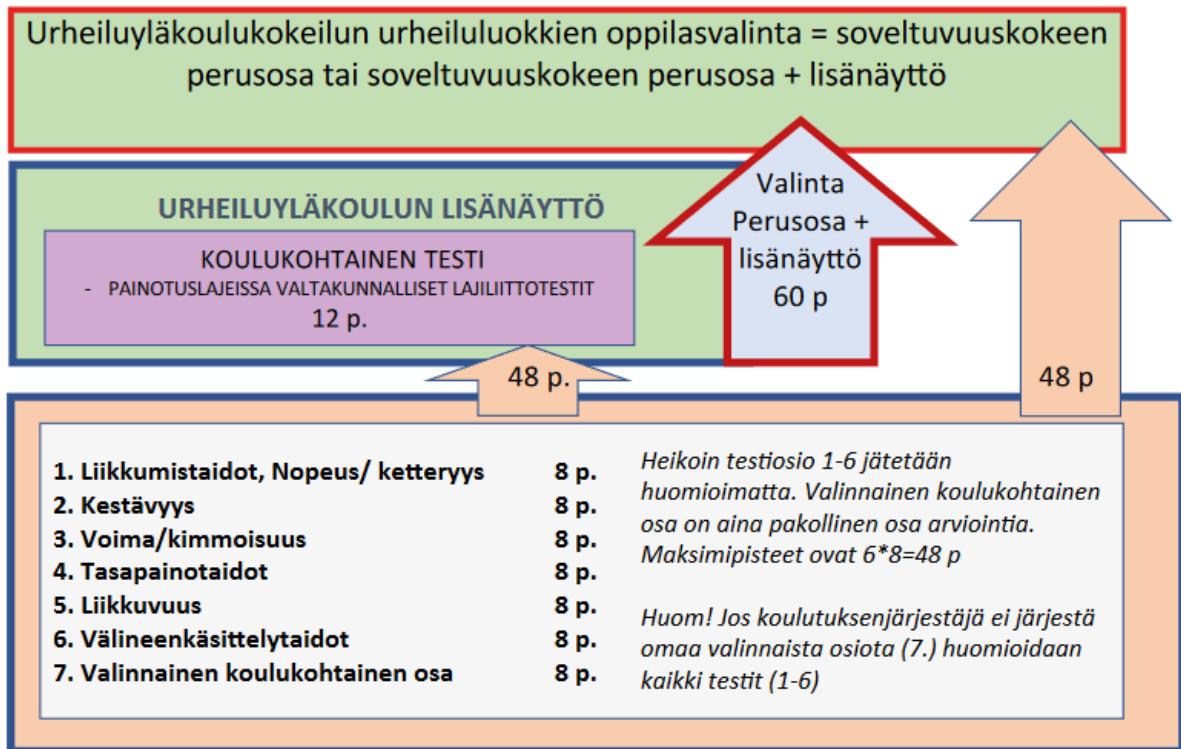
Tarve yläkouluikäisten tavoitteellisen harjoittelun lisäämiseksi perustuu tutkimustietoon. Tutkimusten mukaan 12–15-vuotiaana harjoittelun pitäisi olla jo aiempaa intensiivisempää ja erikoistuneempaa, jos tavoitteena on urheilu-ura. Tämä on huomattu myös käytännössä loukkaantumisten lisääntymisenä, kun harjoittelumääriä on nostettu vasta 15 vuoden iässä. (Nieminen ym. 2018.) Suomessa liian vähän liikkuminen on nuorissa urheilijoissa yleisempää kuin liian paljon liikkuminen. Nuoren urheilijan pitäisi liikkua vähintään 20 tuntia viikossa. Riittävä harjoittelu nuorena on tärkeä pohja, joka vaikuttaa välillisesti moneen merkittävään asiaan urheilijan uralla kuten vahvempaan kudoskestävyyteen, peruskuntoon ja motorisiin taitoihin. (Mäenpää & Hakkarainen 2018.) Urheiluyläkoulussa pyritään mahdollistamaan 10 tuntia viikossa monipuolista liikuntaa nuorille urheilijoille kouluviikon yhteydessä (Olympiakomitea 2017). Tavoitteen täyttymiseksi loput 10 tuntia viikon liikunnasta pitäisi tulla omatoimisesta harjoittelusta ja seuran harjoituksista (Nieminen ym. 2019).



## 2.1 Soveltuvuuskoe

Olympiakomitea suosittelee käyttämään valtakunnallista soveltuvuuskoetta haettaessa urheiluyhdistykseen ja liikuntapainotteisille luokille (Olympiakomitea 2020d). Aluksi soveltuvuuskoe oli käytössä suurimmassa osassa kouluista (Nieminen ym. 2018). Vuonna 2019 se saatiin käyttöön kaikkiin kouluihin (Nieminen ym. 2019). Soveltuvuuskoe muodostuu seitsemästä osa-alueesta: liikkumistaidot, kestävyys, voimakestävyys, tasapainotaidot, liikkuvuus, välineen käsittelytaidot ja valinnainen koulukohtainen testi. Heikoin testiosio jätetään huomioimatta arvioinnista, mutta valinnainen koulukohtainen osio lasketaan aina arviointiin. Koulu voi myös jättää pitämättä valinnaisen koulukohtaisen osion, jolloin heikointa testiä ei oteta pois arvioinnista. (Olympiakomitea 2020d.)

Soveltuvuuskokeen jokaisesta osa-alueesta saa maksimissaan 8 pistettä, joten maksipistemäärä soveltuvuuskokeesta on 48 pistettä. Liikkumistaitoja testataan sivuttaissiirtymisellä ja tähtiratajuoksulla, joista molemmista on mahdollisuus saada 4 pistettä. Kestävyttä puolestaan testataan 20 metrin viivajuoksulla, josta on mahdollisuus saada 8 pistettä. Voimakestävyudessa leuanvedosta saa enintään 2 pistettä, etunojapunnerruksesta enintään 3 pistettä ja vauhdittomasta viisiloikasta enintään 3 pistettä. Tasapainotaidon osuudessa kahdesta erilaisesta voimistelusarjasta on molemmista mahdollisuus saada 3 pistettä ja lisäksi käsilläseisonnasta seinää vasten on mahdollisuus saada 2 pistettä. Liikkuvuusosiossa alaselän ojennuksesta täysistunnossa saa enintään 2 pistettä, tempausvalasta kepillä seinää vasten enintään 3 pistettä ja noususta maasta siltaan enintään 3 pistettä. Välineenkäsittelytaidoissa heitto-kiinniottoyhdistelmästä saa enintään 8 pistettä. (Olympiakomitea 2020d.)



KUVA 2. Valtakunnallinen soveltuvuuskoe liikuntapainotteisille kouluille ja urheiluyläkouluille (Olympiakomitea 2019a).

<b>1. Liikkumistaidot, Nopeus/ ketteruus</b>	
• Sivuttaissiirtyminen	0 – 4 p.
• Tähtirata (6 x 5 m)	0 – 4 p.
<b>2. Kestävyys</b>	
• 20 m viivajuoksu (MOVE piip-testi)	0 – 8 p.
<b>3. Voimakestävyys</b>	
• Leuanveto	0 – 2 p.
• Punnerrus	0 – 3 p.
• Vauhditon 5-loikka	0 – 3 p.
<b>4. Tasapainotaidot</b>	
• Voimistelusarja 1	0 – 3 p.
• Voimistelusarja 2	0 – 3 p.
• Käsinselonta seinää vasten	0 – 2 p.
<b>5. Liikkuvuus</b>	
• Alaselän ojennus täysistunnassa	0 – 2 p.
• Tempausvala kepillä	0 – 3 p.
• Selinmakuulta nousu siltaan	0 – 3 p.
<b>6. Välineenkäsittelytaidot</b>	
• Heitto- kiinniottoyhdistelmä (45 s) oik.käsi – (45 s) vas.käsi	0 – 8 p.
<b>7. Valinnainen koulukohtainen osa</b>	0 – 8 p.
<b>URHEILUYLÄKOULUN LISÄNÄYTTÖ</b>	0 – 12 p.
• Koulukohtainen testi - painotuslajeissa valtakunnalliset lajiliittotestit	

KUVA 3. Valtakunnallisen soveltuvuuskokeen pisteytys osa-alueittain (Olympiakomitea 2019a).

## 2.2 Kasva urheilijaksi -oppimateriaali

Kasva urheilijaksi -oppimateriaali on yleisvalmennusta, jonka tarkoitus on tukea nuoren kasvua urheilijaksi ja luoda valmiuksia tulevaisuuden kovempaa harjoittelua varten. Toiminnan lähtökohtana ovat urheilun reilun pelin eettiset periaatteet. Yleisvalmennuksen on tarkoitus

sisältä ilon, osallisuuden ja onnistumisten kokemuksia. Oppilaan itsetuntemusta kehitetään ja toiminta kannustaa omatoimiseen harjoitteluun. Pääasiassa Kasva urheilijaksi -yleisvalmennus toteutetaan liikunnanopettajien johdolla liikunta tunneilla tai valinnaisen liikunnan tunneilla, joissain tapauksissa koulutettu valmentaja pitää yleisvalmennuksen koulupäivän aikana. (Olympiakomitea 2020a.) Oppimateriaali sisältää vuosiluokittaiset painotukset ja jaksotukset sekä sopivia harjoitteita eri jaksoille. Lisäksi on mahdollista hyödyntää toimintaa tukevia puhelinsovelluksia sekä muita oppimateriaalin suosittamia internetmateriaaleja. (Olympiakomitea 2018.)

Kasva urheilijaksi -oppimateriaali lähtee 7. luokkalaisilla perusliikuntataitojen kehittämisestä ja monipuolisen liikunnan määrän lisäämisestä. Tärkeintä tässä vaiheessa on oppilaiden tekemisen ilo ja innostus. Motoristen perustaitojen osalta keskitytään liikkumis- ja tasapainotaitojen kehittämiseen. Taitoharjoittelun osalta opetellaan perusliikemalleja. Fyysisistä ominaisuuksista painottuvat nopeus ja liikkuvuus. Psykkiseen valmennukseen kuuluvat tässä vaiheessa ryhmäytyminen, pelisäännöt, onnistumishetkien kerronta, harjoituksiin valmistautumisen tarkkailu ja pienet edistysaskeleet. Terveystiedon tunneilla tai kotitehtävien avulla käydään läpi Kasva urheilijaksi -oppimateriaalista ravitsemusta, unta, palautumista ja urheilijan kokonaisliikuntamäärää. Oppilaiden kehittymistä seurataan tekemällä soveltuvuuskoee uudelleen 7. luokan keväällä ja tuloksia verrataan sisäänpääsytuloksiin. Testien jälkeen pohditaan omia vahvuuksia ja heikkouksia sekä sitä, mitkä tekijät ovat vaikuttaneet tulosten paranemiseen. (Olympiakomitea 2018.)

8. luokalla Kasva urheilijaksi -yleisvalmennuksessa jatketaan edellisenä vuonna harjoiteltujen perusliikemallien kehittämistä haastavimmiksi ottamalla välineenkäsittely mukaan. Toiminnassa panostetaan monipuolisuuteen ja pyritään kehittämään kehon heikompaa puolta. Fyysisissä ominaisuuksien kehityspainotuksissa nopeutta jatketaan, mutta liikkuvuuden korvaa kestävyys. Kasvupyrahdyys on voimakkaimmillaan suurimmalla osalla tässä iässä, ja se otetaan huomioon kiinnittämällä huomiota selän ja alaraajojen liikkuvuuteen sekä terveyteen. Psykkiseen valmennukseen kuuluvat ryhmäytyminen ja pelisäännöt pysyvät viime edelliseltä luokka-asteelta, mutta muut osa-alueet vaihtuvat keskittymiseen, huomionsuuntaamiseen, urheilijan identiteettiin ja itsepuheen tarkkailuun. Terveystiedossa keskitytään elämäntapojen

sekä harjoittelun määrän ja laadun merkitykseen urheilijaksi kehittymisessä. (Olympiakomitea 2018.)

9. luokalla Kasva urheilijaksi -yleisvalmennuksessa keskitytään voimaharjoittelun eri muotoihin. Harjoittelu tapahtuu pääasiassa omalla painolla. Voimaharjoitteluun panostaminen perustuu siihen, että kasvupyrähdys on suurimmalla osalla ohi tässä vaiheessa. Perusliikemalleja muutetaan vielä haastavammiksi edellisvuodesta. Oppilaiden autonomia ja vastuu omasta harjoittelusta lisääntyy tässä vaiheessa. Oppilasta ohjataan havainnoimaan omia vahvuuksiaan ja kehityskohteitaan oman lajin näkökulmasta. Psykkisessä valmennuksessa painotetaan taitavaa tavoitteen asettelua, tunteiden säätelyä, epäonnistumisten tai virheiden käsittelyä, rentoutumista ja vireystilan säätelyä. Tavoitteen asettelua käsitellään myös terveystiedossakin. Muita käsiteltäviä asioita terveystiedossa ovat omatoiminen harjoittelu ja hakeminen toisen asteen urheiluoppilaitokseen. (Olympiakomitea 2018.)

Käytännössä Kasva urheilijaksi -yleisvalmennus jaetaan koko lukuvuodelle niin, että yleisvalmennusta on 2 oppituntia viikossa. Lukuvuosi on jaettu neljään jaksoon, joiden aikana keskitytään eri osa-alueisiin. Kuormitukseltaan oppitunnit ovat pääsääntöisesti kevyitä tai keskiraskaita. Kuormitusta arvioidaan oppilailta saadun palautteen avulla. Psykkisen valmennuksen osa-alueita käydään läpi muutaman kerran jaksojen aikana. Yleisvalmennuksen jälkeen oppilaalla pitäisi olla valmiudet päästä toisen asteen urheiluoppilaitokseen ja aloittaa vaativampi harjoittelu. (Olympiakomitea 2018.)

### **2.3 Digioppimishanke**

Digioppimishankkeen tarkoituksena on luoda joustavia ratkaisuja opiskeluun poissaolojen aikana, kuten kisamatkojen ja leirityksien ajoille. Esimerkiksi kokeita suoritettiin etänä leirityksen aikana ja liikunnalle oli saatu vapautettua tilaa aamu- ja iltatunneilta digitaalisten ratkaisujen avulla. Koulun digitaaliset oppimisalustat ja viestintäkanavat nousivat keskeiseksi digioppimishankkeessa. Koulut saavat itse määrittellä tapansa osallistua digioppimishankkeeseen. Samaan aikaan kolmella kouluista oli myös erillisrahoitteinen digioppimishanke meneillään. Digioppimishankkeen ensimmäisenä vuotena alle puolet

kouluista kertoi toteuttaneensa hanketta. Digioppimisen haasteiksi mainittiin rajalliset laiteresurssit, tekniset ongelmat, opettajien puutteelliset valmiudet teknologian käyttöön. Omatoiminen opiskelu digitaalisella alustalla vaatii myös oppilaalta vastuunottoa. (Nieminen ym. 2018.) Digioppimishanke vaatii eniten kehittämistä urheiluyläkoulukokeilun sisällöistä (Nieminen ym. 2019).

## **2.4 Hakeminen toisen asteen urheiluoppilaitokseen**

Urheilijan kaksoisuramallia noudattaen nuorella urheilijalla on mahdollista jatkaa opintojaan yläkoulun jälkeen toisen asteen virallisissa urheiluoppilaitoksissa tai urheilupainotteisissa toisen asteen oppilaitoksissa. Virallisia olympiakomitean valvonnan alla toimivia toisen asteen urheiluoppilaitoksia on Suomessa 30, joista puolet on urheilulukioita ja puolet ammattikouluja. (Olympiakomitea 2020b.) Toisen asteen urheiluoppilaitoksiin haettaessa oppilaitos pyytää lajiliitolta pisteytyksen urheilijan tasosta ja potentiaalista. Lajiliitto antaa 0–5 pistettä. Oppilaitos antaa myös hakijalle 0–5 pistettä perustuen koulun painopistelajeihin, lajivalikoimaan, harjoitteluolosuhteisiin, valmennusolosuhteisiin, paikkakuntaan, lukion keskiarvorajaan, hakijan potentiaaliin ja monipuolisuuteen tai muihin mahdollisiin seikkoihin. Oppilaitos voi myös järjestää haluamansa laiset valintakokeet pisteiden antamisen tueksi. Oppilaitospisteytyksen on tarkoitus tukea lajiliiton pisteytystä, jotta potentiaaliset urheilijat pääsevät varmasti sisään. Maksimipistemäärä on näin ollen 10 pistettä. Poikkeuksena koulutustehtävän urheilulukioissa lajiliiton ja oppilaitoksen pisteiden lisäksi on mahdollista saada enintään kymmenen pistettä peruskoulun lukuaineiden ja liikunnan keskiarvon perusteella. Lisäksi voi olla edellytys ylittää lukuaineiden minimikeskiarvo. Urheilupainotteisissa lukioissa ja ammattikouluissa taas ensin haetaan kouluun ja vasta sitten määritellään urheilijastatus lajiliiton pisteiden ja oppilaitoksen pisteiden perusteella. (Olympiakomitea 2020c.)

Toisella asteella oppilaitos voi itse päättää millaisen pääsykokeen pitää. Esimerkiksi Oulussa sijaitseva Kastelin urheilulukio järjestää pääsykokeen 2021 vuoden hakijoille. Pääsykokeeseen tullessa pitää sisäliikuntavarusteiden lisäksi olla mukana noin A4 pituinen urasuunnitelma. Urasuunnitelmasta pitää käydä ilmi aikaisempi harjoittelu ja urheilun sekä opintojen tavoitteet.

Hakija huolehtii ruokailustaan itse päivän aikana. Kokeet kestävät iltapäivään. Pääsykoe muodostuu haastattelusta ja fyysisistä sekä motorisista testeistä. Testeillä mitataan nopeutta, räjähtävää voimaa, kimmoisuutta, liikkuvuutta, voimaa ja kestävyyttä. Testien osat ovat 30 metrin juoksu lähtöpaikaltaan, kuntopallon heitto alhaalta eteen, vauhditon 5-loikka, eteentaivutus haaraistunnassa, silta, penkkipunnerrus, leuanveto myötäotteella, istumaannousu painotanko niskassa ja piip-testi. Kuntopallon paino tytöillä on 2 kg ja pojilla 3 kg. Penkkipunnerruksessa pojilla on 0.8 x oma paino ja tytöillä 0.6 x oma paino. Penkkipunnerrus, leuanveto ja istumaannousu ovat maksimitoitotestejä. (Oulun kaupunki 2020.)

## **2.5 Erilaisten testien suoritusjärjestyksen vaikutus testituloksiin**

Kuopiossa Olympiakomitean valtakunnallisella soveltuvuuskokeella haetaan kolmeen eri kouluun. Hatsalan ja Jynkänlahden kouluissa on urheiluluokat. Pyörön koulussa toimii liikuntaluokka. Urheiluluokilla tavoite on urheilu-urassa ja harjoittelu on nousujohteista. Liikuntaluokkien tarkoitus on tarjota monipuolista liikunnanopetusta motivoituneessa opetusryhmässä. Soveltuvuuskoe pidetään Kuopio-hallilla yhtenä päivänä. Päivä alkaa 08:00 ja päättyy 15:00. Lounas syödään lähikoulussa. Kuopion kaupunkikohtainen osio testaa hakijoiden omaksumista ja oppimisprosessia. (Kuopion perusopetus 2020.) Hakijat on jaettu ryhmiin aakkosjärjestyksessä niin, että pojat ja tytöt ovat omissa ryhmissään. Ryhmät kiertävät suorituspisteitä aloittaen eri pisteiltä. Lopuksi suoritetaan kestävyysosio kaikkien ryhmien kanssa samaan aikaan tarvittaessa kahdessa erässä. Kuopiossa ei ole käytössä lisänäyttötestiä. Varapäivänä kaikki oppilaat ovat samassa ryhmässä, eikä testien välissä tule yhtä paljon odottelua verrattuna varsinaiseen testipäivään. Varapäivänä oppilaat saavat ylimääräisiä lepo- ja evästaukoja toiveidensa mukaisesti. (Kilpeläinen 2021.) Käytännössä testit on järjestetty yhtenä päivänä, jotta testien suorittaminen on mahdollisimman sujuvaa, eikä vie liikaa resursseja ja aikaa. Puolustusvoimien Urheilukoulun lihastasapainokartoituksen pilotoinnissa testiliikkeiden suoritusjärjestystä perusteltiin myös testien mahdollisimman sujuvalla läpiviennillä (Hyttiä & Karru 2019).

Testien järjestyksen vaikutusta testituloksiin on tutkittu myös selkävaivoista kärsivien fyysisissä ja toiminnallisissa testeissä. Tutkimuksessa oli mukana 150 selkäongelmista kärsivää

potilasta ja 17 tutkimukseen osallistujaa, joilla ei ollut selkävaivoja. Testit muodostuivat kahdesta kokonaisuudesta eli fysioterapeutin ja toimintaterapeutin testeistä. Testien välissä oli tunnin tauko, jolloin tehtiin haastattelu, mutta terveet tutkimukseen osallistuja pitivät vain puolen tunnin tauon. Fysioterapeutin testiin kuuluivat kolme eristettyä staattisia keskivartaloa kuormittavaa testiliikettä ja submaksimaalinen polkupyöräergometri, jolla arvioidaan maksimaalista hapenottokykyä. Toimintaterapeutin testi arvioi enemmän koko kehon toimintaa. Toimintaterapeutin testeihin kuului progressiivisesti isompien painojen nostaminen lattialta vyötärön korkeudelle ja vyötärön korkeudelta olkapäiden korkeudelle. Nostot tehtiin vauhdilla 12 toistoa minuutissa. Tämän testin oli tarkoitus mitata kestävyyttä. Seuraava testi jatkettiin edellisen testin isoimmilla nostetuilla painoilla, lisäten painoja niin kauan kuin pystyi, mutta nyt toistoja tehtiin yksi minuutissa. Tämän testin oli tarkoitus mitata voimaa. Toimintaterapeutin viimeinen testi sisälsi 5 minuuttia kumartelua tai taivutuksia, 5 minuuttia kurottelua ja kiertoja, 2 minuuttia polvi-istuntaa sekä staattista kyykyssä olemista. Ilmeni, ettei testien suorittamisjärjestyksellä ollut vaikutusta testien tuloksiin selkäongelmista kärsivillä eikä myöskään terveillä testattavilla. Tutkijat ehdottavat, että palautumisaika oli riittävä täydelliseen palautumiseen, ja vaikka käytettiin samoja lihaksia, samat lihassäikeet eivät välttämättä kuormittuneet. (Haig ym. 2003.) Terveillä aikuisilla tehdyssä lääketieteellisessä tutkimuksessa ei myöskään havaittu merkittäviä eroja testijärjestyksellä, kun testattiin kielen etu- ja takaosien osien voimaa ja kestävyyttä (Vanderwegen ym. 2012).

On lisäksi tutkittu, että yhden toiston maksimivoimatestejä voi tehdä 8 erilaista yhdellä testikerralla ilman, että tulokset olisivat heikompia yksittäisinä päivinä tehtynä. Näin voidaan säästää aikaa testaamisessa. Tässä tutkimuksessa liikkeet olivat penkkipunnerrus, jalkaprässi, ylätalja, reiden ojennus, reiden koukistus, puolikyky, hauiskääntö ja käden ojentajien suoristus. Tutkittavat olivat hyväkuntoisia nuoria miehiä ja heitä oli kymmenen. (Costa de Carli ym. 2016.) Useissa muissakin tutkimuksissa on saatu samanlaisia tuloksia (Campanholi ym. 2015; Figueiredo ym. 2016; Levinger ym. 2009; Seo ym. 2012). Testijärjestyksellä ei huomattu olevan merkittäviä eroja myöskään isokineettisessä polven ojennuksessa, tehtiin testit ensin nopeimmasta hitaimpaan tai toisinpäin. Isokineettiset voimanmittaustestit tehtiin 30 terveelle korkeakouluikäiselle miehelle. (Warren & Wright 2011.) Joukkuevoimistelijoilla tehdyn tutkimuksen mukaan voima- ja kestävyysarjoittelun suoritusjärjestyksellä ei ollut merkitystä



lajihyppyjen kehittymiseen. Tutkimus kesti seitsemän viikkoa ja tutkittavat olivat 12–14-vuotiaita. (Hiltunen 2012.)

### 3 MUITA LIIKUNNALLISIA PÄÄSYKOKEITA

Urheiluyläkoulu ei ole ainoa hakukohde, johon haetaan fyysistä kuntoa mittaavilla testeillä. Fyysistä kuntoa ja liikunnallisia taitoja testataan useille aloille haettaessa. Muun muassa Poliisiammattikorkeakouluun, Pelastusopistoon, Maanpuolustuskorkeakouluun, Rajavartiokouluun ja liikunnanopettajaksi haettaessa fyysiset testit ovat osa pääsykoetta. Keskityn vain pääsykokeiden fyysisiin osa-alueisiin ja niiden organisointiin, koska urheiluyläasteelle ei ole fyysisten testien lisäksi muita testejä.

#### 3.1 Poliisiammattikorkeakoulun kuntokoe

Poliisien kuntokokeen on tarkoitus varmistaa, että hakija on sellaisessa kunnossa, että selviää koulutuksesta ja myöhemmin poliisin työstä. Kuntokokeen osiot ovat kestävyys, ketteryys, ylätalja/leuanveto ja penkkipunnerrus. Testit suoritetaan edellä mainitussa järjestyksessä ilman pitkiä taukoja. Miehillä ja naisilla on omat pisterajat, jotka huomioivat sukupuolten välistä eroa. Kuntokokeen jokaisesta osa-alueesta on mahdollista saada 5 pistettä, joten kuntokokeesta on siis mahdollista saada yhteensä 20 pistettä. Koko valintakokeen maksimipistemäärä on 100 pistettä. Kaikki kuntokokeen osa-alueet on suoritettava hyväksytysti, jotta voi tulla valituksi koulutusosalalle. (Poliisiammattikorkeakoulu 2020.)

Kestävyyskoe on 1500 metrin juoksu. Ketteryyskokeessa on rata, joka sisältää ristiaskelluksen penkin yli, kuperkeikan, keilan kiertoja, aidan alituksen ja ylityksiä sekä etu- ja takaperin juoksua. Radan suorittamisesta otetaan aika. Ylätalja/leuanvetotestissä 16 toistolla saa täydet pisteet. Toisto lähtee kädet suorana ja päättyy leuan ylittäessä tangon. Heiluntaa tai jalkoja ei saa hyödyntää suoritusta tehdessä. Miehet suorittavat oman kehon painolla tai ylätaljassa 100 kilon painolla. Naiset tekevät testin ylätaljassa 70 prosentilla oman kehon painosta. Ylätaljalla tehdessä käytetään leveää tankoa. Molemmissa suoritustavoissa käytetään myötäotetta. Penkkipunnerruksessa 19 toistolla saa täydet pisteet. Suorituksessa tangon pitää koskea rintaa ja palata suorille käsille. Ote on hartioiden levyinen, takapuoli pitää pysyä penkissä ja jalkojen irti lattiasta. Miehet suorittavat testin 65 kilolla ja naiset 35 kilolla. (Poliisiammattikorkeakoulu 2020.) Poliisiammattikorkeakouluhakijoiden penkkipunnerrustestin runsaiden hylättyjen

suoritusten syyksi on epäilty juuri ennen suoritettua leuanveto/ylätaljatestiä. Penkkipunnerruksesta sai hyväksytyyn suorituksen kahdella toistolla. Palautumisaikaa testien välissä ei juurikaan ole, joten voimat voivat olla vähissä penkkipunnerruksessa. (Lepaus & Riekkö 2018.)

Serbialaisia poliisikoulutettavia tutkittaessa huomattiin yhteys hyvän fyysisen kunnon välillä ja poliisiksi valmistumisella. Poliisiksi valmistuneiden ja opinnot kesken jättäneiden opiskelijoiden pääsykokeiden fyysisiä testejä verrattiin keskenään. Kävi ilmi, että valmistuneet opiskelijat olivat suoriutuneet fyysisistä testeistä opinnot kesken jättäneitä paremmin. Serbian Poliisikoulun kuntokokeeseen kuuluvat isometrinen maastaveto, vauhditon tasaloikka, hyppykorkeus testi, vatsalihakset kierrolla (30 sekunnin maksimitoistotesti), punnerrukset (10 sekunnin maksimitoistotesti), Cooperin juokсутesti ja motorista taitoa sekä liikkuvuutta mittaava testi. (Koropanovski ym. 2020.)

### **3.2 Pelastusopiston fyysisen toimintakyvyn testit**

Pelastusopiston fyysisen toimintakyvyn testi muodostuu kolmesta osasta, joita ovat lihaskuntotestit, uimataitotestit ja 12 minuutin juokсутesti. Kaikki testit ja niiden osa-alueet pitää suorittaa hyväksytysti tullakseen valituksi. Lihaskuntotestit suoritetaan ennen Pelastusopistoon hakemista Pelastusopiston hyväksymässä paikassa omakustanteisesti. Lihaskuntotesteissä mitataan lihaskestävyyttä neljällä eri toistotestillä. Hakijalta testataan penkkipunnerrus, istumaannousu, leuanveto ja jalkakyykky. Penkkipunnerrus suoritetaan 45 kilolla ja aikaa on 60 sekuntia. Minimivaatimus on 25 toistoa ja täydet pisteet saa 38 toistolla. Istumaannousussa aikaa on 60 sekuntia. Minimivaatimus on 34 toistoa ja täydet pisteet tulevat 48 toistolla. Leuanveto vastaotteella testataan ilman aikarajaa, tässä minivaatimus on 6 toistoa ja 14 toistolla saa täydet pisteet. Jalkakyykky suoritetaan 45 kilolla ja aikaa on 60 sekuntia. Kyykyn syvyys on vakioitu eli takapuolen pitää osua alhaalla matalaan aitaan, joka on asetettu suorittajan taakse. Minivaatimus on 23 toistoa ja 34 toistolla saa täydet pisteet. Lihaskuntotesteistä on mahdollisuus saada yhteensä 1 piste. (Pelastusopisto 2020a.)

Valintakokeessa suoritetaan uinti- ja juoksutesti (Lintula 2017). 12 minuutin juoksutestissä hyväksytyt suorituksen saa 2800 metrillä, 2950 metrillä tai enemmän saa puoli pistettä ja 3100 metriä tai enemmän saa kokonaisen pisteen. Uimataitotestissä pitää uida 200 metriä vähintään 4 minuuttiin ja 45 sekuntiin, mutta selkäuintia ei saa käyttää. Tämän lisäksi sukellaan esine noin 2 metristä ilman uimalaseja tai räpylöitä. Uimataitotesti arvostellaan hyväksytyt tai hylätty. (Pelastusopisto 2020b.) Pelastusopiston fyysisiä testejä perustellaan työn kuormittavuudella. Lihaskuntotesteillä mitataan hakijoiden tuki- ja liikuntaelimistön kuntoa ja työn kannalta merkittävimpiä voiman osa-alueita, joita ovat perusvoima ja lihaskestävyys. Juoksutestillä mitataan hakijoiden hengitys- ja verenkiertoelimistön kuntoa, jota tarvitaan työssä esimerkiksi paineilmalaitteiden käytössä. Uintitestillä mitataan hakijoiden uimataitoa sekä hengitys- ja verenkiertoelimistön kuntoa. (Lintula 2017.) Meta-analyysi palomiesten fyysisestä kunnosta ja testeistä vahvistaa käsitystä hyvän fyysisen kunnan merkityksestä palomiehen työssä. Lisäksi tutkijat ovat suositelleet joka toinen vuosi toteutettavia fyysisen kunnan testejä, jotta palomiesten kunnan ylläpitämistä voitaisiin seurata. Tarvittaessa palomiehille voitaisiin antaa harjoitusohjelmia kunnan ylläpitoon. (Fyock-Martin ym. 2020.) Suomessa on jo käytössä vuosittaiset kuntotestit palomiehille (Alanko 2014).

### **3.3 Maanpuolustuskorkeakoulun fyysiset testit**

Maanpuolustuskorkeakoulun fyysisiin testeihin kuuluvat vauhditon pituushyppy, etunojapunnerruksen toistotesti ja 12 minuutin juoksutesti. Testit alkavat testiohjeilla, joita seuraa 10–15 minuutin ohjattu lämmittely sisätiloissa. Tästä siirrytään vauhdittomaan pituushyppyyn, jossa on 3 suoritusta. Tämän jälkeen on 5 minuutin palautuminen, josta siirrytään etunojapunnerrustestiin. Punnerruksien jälkeen on varattu 5–10 minuuttia aikaa omatoimiseen juoksuverryttelyyn ennen 12 minuutin juoksutestin alkua. (Maanpuolustuskorkeakoulu 2020, 36–37.)

Juoksutestistä pitää saada vähintään 2600 metriä tulokseksi, jotta voi tulla valituksi. Täydet pisteet saa 3000 metrin tuloksella. Juoksutestiin lähtee kaksi vauhdinpitäjää, joista toinen pitää vauhtia vähimmäistuloksessa ja toinen täysiin pisteisiin oikeuttavassa vauhdissa. Lihaskuntotesti ja vauhditon pituus eivät ole karsivia, joten koulutukseen voi tulla valituksi,

vaikka hakija ei saisi vähimmäispisteitä. Etunojapunnerruksessa 36 toistolla minuutissa saa täydet pisteet. Vauhdittomassa pituudessa 2,4 metrin tuloksella saa täydet pisteet. Fyysisten testien enimmäispistemäärä on 8 pistettä valintakokeen kokonaispistemäärän ollessa 83 pistettä. (Maanpuolustuskorkeakoulu 2020, 36–37.)

### **3.4 Raja- ja merivartiokoulun rajavartijan peruskurssin fyysiset testit**

Rajavartijan tehtäviin hakevan fyysiset testit muodostuvat 12 minuutin juokstestistä ja 200 metrin uintitestistä. Miesten pitää saada tulokseksi 12 minuutin juokstestistä vähintään 2400 metriä ja naisten 2200 metriä voidakseen tulla valituksi koulutukseen. Vakituisen viran saamiseksi koulutuksen jälkeen on molempien sukupuolten parannettava vähimmäistulostaan 200 metrillä. Juokstestistä enimmäispisteet ovat 2 pistettä, miehillä näihin pisteisiin oikeuttaa 3000 metrin tulos ja naisilla 2800 metrin tulos. Uinnissa kuudessa minuutissa pitää tulla täyteen 200 metriä. Testi suoritetaan 25 metrin altaassa ja kaikki uintityylit ovat sallittuja. Testiin voi lähteä hyppäämällä tai altaasta. Päädyistä saa ponnistaa. Uintitesti arvioidaan hyväksyty-hylätty periaatteella. (Raja- ja merivartiokoulu 2019.)

### **3.5 Liikuntapedagogiikan pääsykokeen fyysiset testit**

Kalajan (2012) mukaan liikunnan aineenopettajan pääsykokeissa on useita vuosikymmeniä painotettu monipuolisia liikuntataitoja, opettamisen alkeiden hallintaa ja kirjallisen materiaalin ulkoa oppimista. Vuonna 2004 testien osa-alueet olivat telinevoimistelu, rytmikka, palloilu, uinti, perusliikunta, hiihto, suunnistus, luistelu, musiikkikoe ja opetustuokio.

Liikuntapedagogiikan valintaprosessi on kaksivaiheinen. Ensimmäisen vaiheen kirjallisen kokeen perusteella ja lukion päättötodistuksen perusteella valitaan 196 hakijaa toiseen vaiheeseen, joista 110 on ensikertalaisia hakijoita. Todistusten perusteella toiseen vaiheeseen pääsee 55 miestä ja 55 naista. Pelkän valintakokeen perusteella toiseen vaiheeseen pääsee 43 naista ja 43 miestä. Toinen vaihe on soveltuvuuskoe, joka muodostuu kirjallisesta aineistokokeesta, liikunnallisista testeistä, kasvatuksellisesta soveltuvuuskokeesta ja haastattelusta. Toisessa vaiheessa on mahdollista saada lisäpisteitä liikunnanlukiodiplomin

suorittamisesta (5 pistettä) ja liikuntaneuvojan tutkinnon suorittamisesta (5 pistettä). Toisen vaiheen yhteispistemäärän perusteella koulutukseen valitaan 28 miestä ja 28 naista, sekä yksi vammaishakija. (Jyväskylän yliopisto 2020.) Kroatiassa toteutetussa tutkimuksessa valintakokeiden testiosioilla ei voitu ennustaa opinnoissa menestymistä liikunnanopettajaopiskelijoilla (Štalec ym. 1998).

## 4 TUTKIMUSONGELMAT

Tämän pro gradu -tutkielman tarkoitus on selvittää urheiluläkoulun soveltuvuuskokeen järjestämisen tasavertaisuutta hakijoille Kuopiossa. Tutkimuksen aiheen antoi Kuopion koululiikunnan koordinaattori Lari Kilpeläinen, joka on vastuussa soveltuvuuskokeen järjestämisestä yhdessä muiden toimijoiden kanssa Kuopiossa. Koululiikunnan koordinaattori kollegoineen olivat jo aiemmin pohtineet, onko testien suoritusjärjestyksellä vaikutusta tuloksiin. Heitä kiinnosti erityisesti tietää, kannattaisiko soveltuvuuskoe järjestää useampana päivänä, jotta kaikki saisivat suorittaa testit samassa järjestyksessä. Kuopiossa hakijat aloittavat testit eri testipisteiltä ja kiertävät ne samassa järjestyksessä läpi, mistä johtuen osa hakijoista aloittaa siitä, mihin toiset lopettavat. Tämä herättää kysymyksen, suoriutuvatko hakijat keskimäärin paremmin keskittymistä vaativista tehtävistä aamulla virkeänä suoritettuna, vai näkyykö tilastoissa fyysisten testien kohdalla heikkenemistä niiden osalta, jotka suorittivat ne viimeisinä. Tarvittaessa soveltuvuuskoe olisi mahdollista järjestää useampana päivänä, jotta kaikki pystyvät suorittamaan testiosiot samassa järjestyksessä.

Tutkimuksen tarkoituksena on vastata seuraaviin kysymyksiin:

1. Vaikuttaako Kuopion urheiluläkoulukokeilun soveltuvuuskokeen tuloksiin testien suoritusjärjestys?
2. Onko testituloksilla eroa mihin kellonaikaan ne on suoritettu?
3. Ovatko varapäivänä hakeneet hyötynneet erilaisesta testitilanteesta?

### 4.1 Tutkimusmenetelmät

Tutkimus on kvantitatiivinen tutkimus urheiluläkoulun soveltuvuuskokeen suoritusjärjestyksen vaikutuksesta tuloksiin Kuopiossa. Tulosten analysoinnissa on käytetty SPSS (Statistical Package for Social Sciences) -ohjelmiston versiota 26.0, joka on suunniteltu tilastotieteelliseen analysointiin. Tutkimukseen kuului myös vuoden 2020 soveltuvuuskokeen toteutuksen havainnointi paikanpäältä, jotta tutkija sai selkeä kuvan testin toteuttamisesta ja siihen mahdollisesti vaikuttavista tekijöistä.

Tutkimuksen ensimmäistä tutkimuskysymystä testien suorittamisjärjestyksen vaikutuksesta tuloksiin tutkittiin yksisuuntaisella varianssianalyysillä (ANOVA). Testillä selvitetään, onko ryhmien välisissä keskiarvoissa merkittäviä eroja. Tutkimuksen toista tutkimuskysymystä testiajankohdan vaikutusta tuloksiin tutkittiin t-testillä normaalisti jakautuneilla muuttujilla ja Mannin-Whitneyn U-testillä, kun normaalius ei ollut voimassa. Testiajankohta jaettiin aamulla ja iltapäivällä testin suorittaneisiin. Ennen ruokailua tehdyt testit ovat aamulla suoritettuja ja ruokailun jälkeen suoritettut testit ovat iltapäivällä suoritettuja. Kolmatta tutkimuskysymystä varapäivän merkitystä tuloksiin tutkittiin t-testillä, vertaamalla varsinaisen testipäivän ja varapäivän testituloksia keskenään. Tutkielmassa tilastollisen merkitsevyyden rajana on käytetty arvoa  $p < 0,05$ (\*).

## 4.2 Aineisto

Tutkimuksen aineisto muodostuu kaikista Kuopion urheiluyläkouluun ja liikuntaluokille hakevien tuloksista vuonna 2020. Vuonna 2020 hakijoita oli 128. Hakijoista 83 oli poikia ja 45 oli tyttöjä. Hakijoista 12 ei saapunut testiin varsinaisena testipäivänä, joista 6 suoritti testin varatestipäivänä. Lopullinen otanta oli näin ollen 122, joista 79 poikia ja 43 tyttöä. Hakijat jaettiin yhdeksään ryhmään aakkosjärjestyksessä siten, että tytöt ja pojat olivat eri ryhmissä. Ryhmissä 1–6 oli poikia ja 7–9 tyttöjä. Ryhmä 10 muodostui varapäivänä testin suorittaneista hakijoista, jossa oli sekä poikia että tyttöjä.

Kuopion opetusjohtaja myönsi tutkimusluvan aineiston käyttöön (Liite 2). Soveltuvuuskokeen järjestämisestä vastuussa olevat koululiikunnan koordinaattori ja liikunnanohjaaja lähettivät aineiston tutkijalle tulosten julkaisun jälkeen. Aineistosta on poistettu tutkittavien henkilötiedot ennen, kun se luovutettiin tutkimuskäyttöön. Muiden kaupunkien koulujen soveltuvuuskokeita ei voitu ottaa tutkimukseen mukaan, koska testien järjestys eroaa kaupungeittain, vaikka itse testit ovat samat. Kaupunkien valinnaiset osiot eroavat myös toisistaan. Kuopiossa ei käytetä koulukohtaista lisänäyttöä, joka on osalla paikkakunnista käytössä. Lisänäytön ja valinnaisen osan vaihtelevuus paikkakunnittain olisi johtanut näiden osien poistamiseen tuloksista, jos tuloksia olisi otettu muista kaupungeista.



### 4.3 Reliabiliteetti

Reliabiliteetilla tarkoitetaan tutkimuksen toistettavuutta eli, että useammalla tutkimuskerralla saadaan sama tulos riippumatta tuloksen tulkitsijasta (Hirsijärvi, Remes & Sajavaara 2009, 231). Tämän tutkimuksen reliabiliteettia parantaa se, että soveltuvuuskokeen tuloksia arvioidaan samoilla valtakunnallisilla kriteereillä riippumatta hakijasta. Tulokset ovat Kuopion alueelta, joten sama arvioija on arvioinut kaikki testipisteensä hakijat. Arvioijan pätevyyttä tukee urheiluyhdistysten vastaavien liikunnanopettajien vuosittainen koulutus (Nieminen ym. 2018). Hakijan kannalta pääsykoe on yleensä tilanne, jossa jokainen yrittää parhaansa, joten motivaatio ei ole luultavammin vaikuttava tekijä tuloksissa.

### 4.4 Validiteetti

Validiteetti mittaa tutkimuksen luotettavuutta mittaamenetelmän kannalta eli mittaako käytetty tutkimusmenetelmä sitä, mitä tutkimuksessa oli tarkoitus tutkia. Validiteetti jaetaan ulkoiseen ja sisäiseen validiteettiin. Ensimmäinen mittaa tutkimuksen yleistettävyyttä ja toinen luotettavuutta sisällön, kriteerien ja käsitteiden kannalta. (Metsämuuronen 2011, 74.)

Tutkimuksen ulkoista validiteettia tukee otoksen koko, joka sisälsi kaikki vuoden 2020 hakijat (n=122) yläurheilukoulukokeiluun ja liikuntaluokille Kuopiossa. Toisaalta tulokset eivät ole välttämättä yleistettävissä koko Suomen osalle, jos soveltuvuuskokeen toteutus eroaa merkittävästi Kuopion tavasta toteuttaa soveltuvuuskoe. Sisäisen validiteetin kannalta tutkimusmenetelmän käyttöä tukee aiempien fyysisten testien suoritusjärjestystä tutkivien tutkimusten kanssa samanlainen toteutustapa, jossa tarkastellaan tulosten eroja ryhmien välillä, joiden testien suoritusjärjestys vaihteli. Aineisto muodostuu hakijoiden soveltuvuuskokeen tuloksista, jotka on mitannut tai arvioinut yhteisten kriteerien mukaan alansa ammattilaiset, joka lisää aineiston sisäistä luotettavuutta. Tutkijan paikallaolo soveltuvuuskokeessa lisäsi tutkimuksen sisäistä validiteettia, koska näin tutkija sai selkeän kuvan soveltuvuuskokeen toteutuksesta Kuopiossa.

#### **4.5 Tutkimuksen eettisyys**

Tutkimuksen eettiselle ennakoarvioinnille tutkimuseettisen toimikunnan toimesta ei nähty tarvetta. Tutkimuksen aineisto ei sisällä tutkittavien henkilötietoja tai tietoja, joiden avulla tutkittava olisi yksilöitävissä. Nämä tiedot poistettiin ennen aineiston luovuttamista tutkimuskäyttöön. Tutkimuksen aineisto ei sisällä tutkittavista muuta tietoa kuin testien tulokset ja missä ryhmässä tutkittava on suorittanut testit. Tutkimuksen toteuttamisessa on noudatettu tutkimuseettisen neuvottelukunnan eettisiä periaatteita. Kuopion opetusjohtaja myönsi tutkimusluvan aineistolle, joka on tutkimuksen liitteenä (Liite 2). Tutkijana olen pyrkinyt toimimaan tieteen eettisten normien mukaisesti. Tutkijan paikallaolo soveltuvuuskokeessa tiedotettiin tutkittaville heidän saapuessaan Kuopio-hallille. Tutkimustulosten julkaisussa noudatetaan avoimuutta, joten tutkimus julkaistaan kaikille avoimella alustalla.

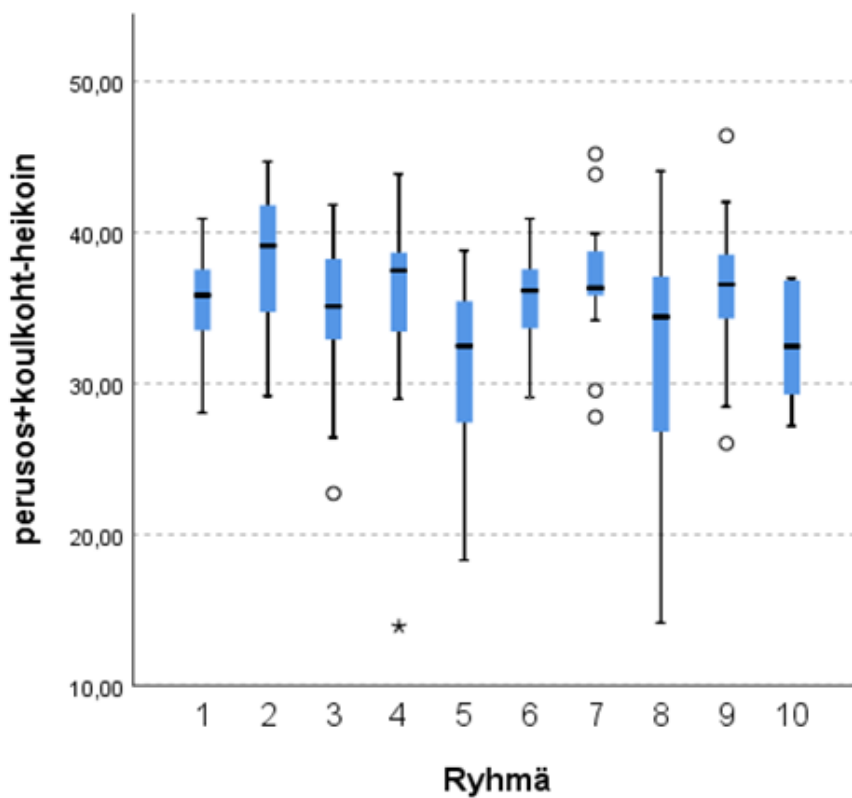
## 5 TULOKSET

### 5.1 Pääsykokeen testien suoritusjärjestyksen vaikutus tuloksiin

TAULUKKO 1. Soveltuvuuskokeen kokonaistulosten keskiarvo, keskihajonta ja luottamusväli ryhmittäin heikoin osio poistettuna.

Ryhmä	N	Perusosa+koulukohtainen osio; heikoin osio poistettu				
		KA	KH	Keskivirhe	95% luottamusväli keskiarvolle	
					Alaraja	Yläraja
1	10	35,06	3,84	1,21	32,32	37,81
2	14	38,01	4,72	1,26	35,28	40,73
3	12	34,66	5,58	1,61	31,12	38,20
4	14	35,33	7,38	1,97	31,07	39,59
5	13	30,97	5,52	1,53	27,63	34,30
6	12	35,65	3,25	0,94	33,58	37,71
7	13	36,70	4,81	1,33	33,79	39,61
8	14	31,81	8,81	2,35	26,72	36,89
9	14	36,08	5,55	1,48	32,87	39,29
10	6	32,52	4,01	1,64	28,31	36,73
Yhteensä	122	34,81	5,96	0,54	33,74	35,87

Soveltuvuuskokeen ryhmien koko ei ollut vakio. Hakijoita oli yhteensä 128, mutta 6 hakijaa ei suorittanut soveltuvuuskoetta edes varapäivänä. Tulokset saatiin 122 hakijalta. Kaikki hakijat suorittivat 20 metrin viivajuoksu-testin viimeisenä testinä yhdessä, joten vertailua ei tehty sen osalta.



KUVIO 1. Soveltuvuuskokeen ryhmien kokonaistulosten keskiarvojen vertailu (Y-akselilla perusosion ja kouluohtaisen osion summa heikoin osio poistettuna, X-akselilla valintakoeryhmän numero)

Ryhmiä verrattaessa pääsykokeen kokonaistuloksien osalta, josta heikoin osa-alue on poistettu, ei löytynyt tilastollisesti merkitseviä eroja. Vertailun p-arvo on 0,055. Vertailun tulos on lähellä merkitsevän rajaa. Tilastollisesti merkitsevän p-arvon raja  $p < 0,05$ . Keskihajonnan erot ryhmien välillä ovat suuret, mutta keskiarvot ovat kuitenkin lähellä toisiaan.

TAULUKKO 2. Soveltuvuuskokeen ryhmien vertailu testiosioden perusteella.

	Ryhmät										p-arvo
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Sivuttaissiirtyminen	3,34	3,50	3,12	2,96	2,41	2,76	3,28	2,75	3,08	2,19	0,001*
Tähtirata	3,45	3,46	3,35	3,30	3,15	3,20	3,42	3,21	3,07	2,78	0,824
Leuanveto	1,01	1,19	0,99	1,07	0,86	1,07	0,90	0,76	0,64	0,94	0,548
Etunojapunnerrus	1,53	1,43	1,59	1,17	1,20	1,23	1,27	1,17	1,00	1,31	0,495
5-loikka	1,77	1,85	1,67	1,68	1,56	2,05	1,97	1,54	1,63	2,30	0,1
Tasapaino	5,62	6,63	5,90	6,02	5,29	6,35	7,32	6,41	6,95	5,78	0*
Liikkuvuus	5,90	6,68	6,13	6,54	5,56	6,08	7,08	6,07	6,82	6,17	0,158
Välineen käsittely	5,33	5,45	5,25	4,83	3,77	5,11	4,09	3,54	4,46	3,77	0,023*
Valinnainen osio	6,00	6,50	5,75	6,29	5,69	6,67	6,23	5,14	6,57	5,83	0,254

\* p < 0.05

Ryhmien keskiarvoja vertailtaessa testiosioittain sivuttaissiirtymisestä, tasapaino-osioista ja välineenkäsittelyosioista löytyi tilastollisesti merkitseviä eroja. Parivertailussa sivuttaissiirtymisessä ryhmä 2 sai parhaan tuloksen ja erosi tilastollisesti merkitsevästi ryhmän 5 tuloksesta (p-arvo 0,004) sekä ryhmän 10 tuloksesta (p-arvo 0,01). Tasapaino-osion parivertailu tehtiin Games-Howelin testillä, joka osoitti ryhmän 7 saaneen parhaan tuloksen sekä ryhmien 1,3 ja 5 eroavan siitä tilastollisesti merkitsevästi (p-arvo 0,001–0,015). Lisäksi toiseksi parhaan ryhmän 9 tulos erosi tilastollisesti merkitsevästi ryhmästä 5 tuloksesta (p-arvo 0,018). Tarkemmassa parivertailussa välineenkäsittelyssä ei löytynyt tilastollisesti merkitseviä eroja ryhmien välillä.

## 5.2 Tulosten vertailu testiajankohdan mukaan

TAULUKKO 3. Soveltuvuuskokeen testiosioden vertailu aamulla ja iltapäivällä suoritettuna.

	aamu	ilta	p-arvo
Sivuttaissiirtyminen	3,05	2,97	0,27
Tähtirata	3,25	3,32	0,47
Etunoja	1,32	1,21	0,38
Liikkuvuus	6,32	6,35	0,98
5-loikka	1,71	1,76	0,64
Tasapaino	6,17	6,46	0,21
Välineenkäsittely	4,53	4,72	0,57
Leuanveto	0,85	1,03	0,07
Valinnainen osio	5,98	6,24	0,71

\*  $p < 0.05$

Soveltuvuuskokeen testiosioden tuloksia verrattaessa aamulla ja illalla suoritettuna ei löytynyt tilastollisesti merkitseviä eroja ryhmien välillä. Lähimpänä tilastollista merkitsevyyttä oli leuanveto tuloksella p-arvolla 0,077.

### 5.3 Varapäivän tulokset verrattuna varsinaiseen testipäivään

TAULUKKO 4. Testikohtainen vertailu varsinaisen testipäivän ja varapäivän välillä.

Testi	testipäivä	varapäivä	p-arvo
Sivuttaissiirtyminen	3,02	2,19	0,009*
Tähtirata	3,28	2,78	0,142
Etunojapunnerrus	1,28	1,31	0,92
5-loikka	1,74	2,30	0,025*
Tasapaino	6,30	5,78	0,321
Liikkuvuus	6,34	6,17	0,768
Leuanveto	0,94	0,94	0,987
Välineenkäsittely	4,62	3,77	0,245
Valinnainen osio	6,09	5,83	0,687

\*  $p < 0.05$

Varsinaisen testipäivän ja varapäivän ryhmien tuloksia verrattaessa sivuttaissiirtymisestä ja 5-loikka antavat tilastollisesti merkitsevät tulokset. Sivuttaissiirtymisen p-arvo 0,009 ja 5-loikkan p-arvo 0,025. Sukupuoli ei ollut selittävänä tekijänä tuloksissa. Tulosten väliset erot eivät muodosta kaavaa kummankaan päivän eduksi.

## 6 POHDINTA

Tämän pro gradu -tutkielman tarkoitus oli selvittää vuoden 2020 urheiluläkoulukokeilun soveltuvuuskokeen eri testien suoritusjärjestyksen, testien ajankohtien ja varapäivän vaikutusta tuloksiin. Tutkielmassa käytettiin Kuopion soveltuvuuskokeen tuloksia, koska testien suoritusjärjestyksestä ei ole vakioitu ja useamman alueen koetulosten käyttäminen olisi ollut haastavaa. Soveltuvuuskokeen tarkoituksena on varmistaa, että eri paikkakunnilla urheilu- tai liikuntaluokille päästään samoilla perusteilla.

Varapäivän ja varsinaisen testipäivän väliset tilastollisesti merkitsevät erot sivuttaissiirtymisessä ja 5-loikassa selittyvät sattumalla. Varapäivänä testin suorittaneita oli vain kuusi. Tämän tutkimuksen mukaan soveltuvuuskokeen varapäivän erilainen toteutus ei vaikuttanut testituloksiin. Kilpeläisen haastattelun mukaan varapäivänä oppilaat saivat ylimääräisiä lepo- ja evästaukoja toiveidensa mukaisesti. Ilmeisesti oppilaat olivat osanneet pitää riittäviä taukoja, jotta varapäivän toteutus ei ole vaikuttanut merkittävästi testituloksiin.

Ryhmien keskiarvoja vertailtaessa testiosioittain tasapaino-osion erot selittyvät sukupuolella, sillä parhaimmat tulokset saaneet ryhmät 7 ja 9 muodostuivat tytöistä. Hakomäen (2019) mukaan urheiluläkoulukokeilun soveltuvuuskokeissa tytöt menestyivät poikia merkittävästi paremmin ( $p=0,00$ ) tasapainotaidoissa. Sukupuoli ei selitä sivuttaissiirtymisen eroja, koska parhaan tuloksen saanut ryhmä ja toiseksi heikoimman tuloksen saanut ryhmä ovat poikaryhmiä. Heikoimman tuloksen sai varapäivän ryhmä, joka oli sekaryhmä.

Tämän tutkimuksen mukaan testien suoritusjärjestyksellä ei ole merkitystä tulosten kannalta. Soveltuvuuskokeen organisointi Kuopiossa on tasavertainen kaikille hakijoille ryhmästä, testipäivästä tai yksittäisen testin ajankohdasta riippumatta. Tutkielma tukee soveltuvuuskokeen käyttöä haettaessa urheiluläkouluun. Raskas päivä soveltuvuuskokeessa ei näytä vaikuttaneen hakijoiden fyysiseen suorituskyykyyn eikä keskittymiskykyyn testeissä.



## 6.1 Johtopäätökset

Kun vertaillaan saatuja tuloksia kirjallisuuteen, aiemmissa vastaavanlaisissa asetelmissa tutkimustulokset suoritusjärjestyksestä ovat olleet samansuuntaisia tämän tutkimuksen kanssa. Selkävaivoista kärsivien toiminnallista ja fyysistä testipatteristoa tutkittiin suoritusjärjestyksen osalta, mutta suoritusjärjestyksellä ei ollut vaikutusta tuloksiin. Tutkijat ehdottivat tulosten johtuvan riittävästä palautumisajasta testien välillä. (Haig ym. 2003.)

Soveltuvuuskokeita seurattaessa kiinnitin kuitenkin huomiota pitkiin odotteluaikoihin testien välillä. Monet testit tehdään yksi hakija kerrallaan, jolloin muut ryhmästä odottavat vuoroaan. Testiosioden ajankäyttö ei ole vakio, joten myös koko ryhmä voi joutua odottamaan vuoroaan testipisteelle. Testiosion suorittamisnopeus vaihtelee myös ryhmäkoon mukaan, joka sekin vaihteli kymmenestä neljääntoista hakijaan varsinaisessa testipäivässä. Hakijoilla oli näin ollen hyvin aikaa palautua edellisestä suorituksesta. Riittävät tauot testien välissä vaikuttavat todennäköisesti niin, ettei testien suoritusjärjestys nouse merkittäväksi tekijäksi. Tutkimustulos tukee muiden samantyyppisten fyysisten testien käyttöä pääsykokeissa, kunhan muistetaan riittävä palautumisaika testiosioden välissä. Lepaus ja Riekkö (2018) epäilivät Poliisiammattikorkeakoulun pääsykokeidenkin penkkipunnerruksen runsaan hylkäyksen määrän suhteutettuna hyväksytyyn suoritustahtoon johtuvan liian lyhyestä palautumisajasta edellisestä leuanveto/ylätaljatestistä, jota hakijat eivät välttämättä ole huomioineet harjoittellessaan pääsykokeisiin. Costa De Carlin ym. (2016) tutkimuksen mukaan maksimivoimatestejä tehdessä ei ole merkitystä testataanko 8 liikettä samana päivänä vai jokainen testi yhtenä päivänä. Edes kielen etu- ja takaosien voimaa ja kestävyyttä testaavissa lääketieteellisissä testeissä ei havaittu suoritusjärjestyksellä olevan merkittävää vaikutusta tuloksiin (Vanderwegen ym. 2012).

## 6.2 Tutkimuksen rajoitteet ja jatkotutkimusaiheet

Tutkimuksella on myös muutamia pohdintaa herättäviä rajoitteita. Aineiston koko on riittävä tilastolliseen analyysiin, mutta soveltuvuuskokeen ryhmiä verrattaessa toisiinsa ryhmäkoot jäävät pieniksi, jolloin sattuman riski aineistossa kasvaa. Aineiston kokoa olisi voinut kasvattaa

ottamalla useamman vuoden Kuopion soveltuvuuskokeen hakijat mukaan tutkimukseen, ainakin siltä ajalta, kun testit ovat olleet samanlaiset kuin tässä aineistossa. Muiden kaupunkien soveltuvuuskokeiden tuloksia mukaan ottamalla olisi voitu tehdä myös rinnakkaisvertailua aineistojen välillä.

Näistä seikoista huolimatta tutkimus pystyi vastaamaan toimivasti asetettuihin kysymyksiin. Jatkotutkimusehdotuksiksi näyttäisikin muodostuvan edellä mainituissa tekijöissä kehittymisen lisäksi myös esimerkiksi jonkin käyttökelpoisen uuden taustamuuttujan, kuten vaikkapa alakoulun liikuntanumeron ja lapsen aiemman urheilumenestyksen kytkeminen tutkimusasetelmaan.

## LÄHTEET

- Alanko, K. 2014. Varsinais-Suomen Pelastuslaitoksen fyysisen työkyvyn hallintamalli. Savonia ammattikorkeakoulun opinnäytetyö. Viitattu 16.1.2021 [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/83631/Alanko\\_Kari.pdf?sequence=1](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/83631/Alanko_Kari.pdf?sequence=1)
- Campanholi, N., Cedin, L., Dato, C., Bertucci, D., Perez., SEA. & Baldissera, V. 2015. A single session of testin for one repetition maximum (1RM) with eight exercises is trustworthy. *Journal of Exercise Psysiology online*. 18 (3), 74-80
- Costa de Carli, J., Figueira, T., Magosso, R., Neta, J., Soares de Souza, G., Perez, S. & Baldissera, V. 2016. Are there differences between 1RM loads determined in isolated test vs. in three different sequences? *Journal of Exercise Physiology online*. 19 (6), 104-110.
- Figueiredo, T., Miranda, H., Willardson, J., Schneider, A., De Salles, B., Spinetti, J., Paz, G., Santana, H. & Simão, R. 2016. Influence of exercise order on one and ten repetition maximum loads determination. *Journal of Exercise Physiology online*. 19 (2), 84-90.
- Fyock-Martin, M., Erickson, E., Hautz, A., Sell, K., Turnbaugh, B., Caswell, S. & Martin, J. 2020. What do firefighting ability test tell us about firefighter physical fitness? A systematic review of the current evidence. *Journal of Strength & Conditioning Research*. 34 (7). 2093-2103.
- Haig, A., Geisser, M., Nicholson, C., Parker, E., Yamakawa, K., Montomery. & Booker, E. 2003. The Effect of Order of Testing in Functional Performance in Persons With and Without Chronic Back Pain. *Journal of Occupational rehabilitation*. 13 (2), 115.
- Hakomäki, V. 2019. Urheiluylikoulun soveltuvuuskokeisiin osallistuneiden nuorten motoriset persutaidot. Jyväskylän liikuntapedagogiikan pro-gradu tutkiema. Viitattu 12.3.2021 <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/62842>
- Hiltunen, T. 2012. Yhdistetyn voima- ja kestävyys harjoittelun suoritusjärjestyksen vaikutus lajihyppyihin 12-14-vuotiailla joukkuevoimisteliijoilla. Jyväskylän liikuntabiologian laitoksen pro- gradu tutkielma. Viitattu 8.1.2020 <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/40831>
- Hirsijärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja Kirjoita. 15. uudistettu painos. Hämeenlinna: Kariston kirjapaino Oy.

- Hyytiä, T. & Karu, P. 2019. Toiminnallinen lihastasapainokartoitus. Turun ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. Viitattu 19.1.2021. <https://www.theseus.fi/handle/10024/261991>
- Jyväskylän yliopisto. 2020. Liikuntapedagogiikan kandidaatti- ja maisteriohjelma, liikuntatieteiden kandidaatti ja maisteri (3v+2v). Valintaperusteet. Viitattu 30.10.2020. <https://www.jyu.fi/fi/hakijalle/koulutustarjonta/liikuntapedagogiikan-kandidaatti-ja-maisteriohjelma-liikuntatieteiden-kandidaatti-ja-maisteri-3-v-2-v-1#hakeminen>
- Kalaja, T. 2012. Liikunnan aineenopettajakoulutuksen opiskelijavalinnat muutoksessa. University of Jyväskylä. Studies in Sport, Physical Education and Health 181.
- Kilpeläinen, L. 2021. Haastattelu koululiikunnan koordinaattorille, Kuopio. Aineisto tutkijan hallussa.
- Koropanovski, F., Jankovic, R., Dimitrijevic, R., Dawes, J., Lockie, R. & Dopsaj, M. 2020. Impact of physical fitness on recruitment and its association to study outcomes of police students. South African Journal for research in Sport, Physical education and recreation. 42 (1), 23-43.
- Kuopion perusopetus. 2020. Opas yläkouluun siirtyvälle lukuvuosi 2020-2021. Viitattu 18.10.2020 <https://www.kuopio.fi/documents/7369547/7549850/Opas+yl%C3%A4kouluun+siirtyv%C3%A4lle+2020/8e28a077-11d1-4911-9f76-2092ba4c5941>
- Lepaus, T. & Riekkö, J. 2018. Poliisiammattikorkeakoulun pääsykokeiden haastavuus. Poliisiammattikorkeakoulun opinnäytetyö. Viitattu 27.9.2020 <https://www.theseus.fi/handle/10024/156793>
- Levinger, I., Goodman, C., Hare, D., Jerums, G., Toia, D. & Selig, S. 2009. The reliability of the 1rm strength test for untrained middle-aged individuals. Journal of Science and Medicine in Sport. 12 (2), 310-316.
- Lintula, T. 2017. Opas pelastajakurssin kuntotesteihin osallistuville. Savonia Ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. Viitattu 8.1.2020. <https://www.theseus.fi/handle/10024/134666>
- Maanpuolustuskorkeakoulu. 2020. Valintaopas 2020 Sotatieteellisten perus- ja jatkotutkintojen opinnot. 36-37.
- Metsämuuronen, J. 2011. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. Osa 2. Tutkijalaitos. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

- Mäenpää, P. & Hakkarainen, H. 2018. Kasva urheilijaksi harjoittelu ja liikunta. Viitattu 3.5.2020.  
<https://www.kasvaurheilijaksi.fi/el%C3%A4m%C3%A4nrytmitesti/esittely/harjoittelu-ja-liikunta>
- Nieminen, M., Aarresola, O., Mononen, K. & Pusa, S. 2018. urheiluyläkoulun arviointilukuvuosi 2017-2018. KIHU:n julkaisusarja nro 61.
- Nieminen, M., Aarresola, O. & Mononen, K. 2019. Urheiluyläkoulun arviointi lukuvuosi 2018-2019. KIHU:n julkaisusarja nro 68.
- Olympiakomitea. 2017. Yläkoulukokeilu. Viitattu 2.3.2020.  
<https://www.olympiakomitea.fi/huippu-urheilu/urheiluakatemiaohjelma/ylakoulutoiminta/>
- Olympiakomitea. 2018. Kasva urheilijaksi-yleisvalmennus materiaali. Viitattu 12.8.2020.  
<https://www.olympiakomitea.fi/huippu-urheilu/urheiluakatemiaohjelma/ylakoulutoiminta/kasva-urheilijaksi-yleisvalmennus/>
- Olympiakomitea. 2019a. Olympiakomitean suosittelema soveltuvuuskoe 2019. Viitattu 2.5.2020.  
[https://www.soveltuvuuskoe.fi/wp-content/uploads/2018/11/Soveltuvuuskoe\\_yl%C3%A4koulut\\_2019.pdf](https://www.soveltuvuuskoe.fi/wp-content/uploads/2018/11/Soveltuvuuskoe_yl%C3%A4koulut_2019.pdf)
- Olympiakomitea. 2019b. Yläkoululeiritys. Viitattu 4.3.2020.  
<https://www.olympiakomitea.fi/huippu-urheilu/urheiluakatemiaohjelma/ylakoulutoiminta/ylakoululeiritys/>
- Olympiakomitea. 2019c. Urheilijan kaksoisura- Dual Career. Viitattu 2.5.2020.  
<https://www.olympiakomitea.fi/huippu-urheilu/urheiluakatemiaohjelma/kaksoisura/>
- Olympiakomitea. 2020a. Kasva urheilijaksi-yleisvalmennus. Viitattu 10.8.2020.  
<https://www.olympiakomitea.fi/huippu-urheilu/urheiluakatemiaohjelma/ylakoulutoiminta/kasva-urheilijaksi-yleisvalmennus/>
- Olympiakomitea. 2020b. Toisen asteen urheiluoppilaitoshaku. Viitattu 29.10.2020.  
<https://www.olympiakomitea.fi/huippu-urheilu/urheiluakatemiaohjelma/haku-urheiluoppilaitoksiin/>
- Olympiakomitea. 2020c. Urheiluoppilaitosten opiskelijavalinnan hakuprosessi ja kriteerit kevät 2021. Viitattu 29.10.2020  
<https://www.olympiakomitea.fi/huippu-urheilu/urheiluakatemiaohjelma/haku-urheiluoppilaitoksiin/>

- Olympiakomitea. 2020d. Vuoden 2020 soveltuvuuskoe. Viitattu 2.3.2020.  
<https://www.soveltuvuuskoe.fi/vuoden-2020-soveltuvuuskoe/>
- Oulun kaupunki. 2020. Kastellin lukio, hakeminen urheilulukioon. Viitattu 29.10.2020.  
<https://www.ouka.fi/oulu/kastellin-lukio/haku-ja-valinta>
- Pelastusopisto. 2020a. Kuntotestit. Viitattu 26.8.2020.  
<https://www.pelastusopisto.fi/tutkinnot/kuntotestit/>
- Pelastusopisto. 2020b. Valintakoe. Viitattu 26.8.2020.  
<https://www.pelastusopisto.fi/tutkinnot/pelastajatutkinto/valintakoe/>
- Poliisiammattikorkeakoulu. 2020. Kuntokoe. Viitattu 26.8.2020.  
<https://polamk.fi/kuntokoe>
- Raja- ja merivartiokoulu. 2020. Rajavartiaksi, Rajavartian peruskurssin hakuopas. Viitattu 27.8.2020. [https://www.raja.fi/rmvk/haku\\_oppilaitokseen/hakeminen](https://www.raja.fi/rmvk/haku_oppilaitokseen/hakeminen)
- Seo, D., Kim, D., Fahs, C., Rossow, L., Young, K., Ferguson, S., Thiebaud, R., Sherk, V., Loenneke, J., Kim, D., Lee, M., Choi, K., Bemben, D., Bemben, M. & SO, W. 2012. Reliability of the one-repetition maximum test based on muscle group and gender. *Journal of Sports Science and Medicine*. 11 (2), 221-225.
- Štalec, N. V., Šadura, T. & Horga, S. 1998. Predictive value of the entrance examination for the academic efficiency of students at the Faculty of Physical Education in Zagreb. *Review of Psychology* 5 (1–2), 13–21.
- Vanderwegen, J., Guns, C., Van Nuffelen, G., Elen, R. & De Bodt, M. 2012. The Influence of Age, Sex, Bulb Position, Visual Feedback, and the Order of Testing on Maximum Anterior and Posterior Tongue Strength and Endurance in Healthy Belgian Adults. *Dysphagia*. 28. 159-166.
- Warren, B. & Wright, K. 2011. Effect of ascending vs. descending velocity order on peak torque during isokinetic testing in males. *Isokinetics and Exercise Science*. 19. 71-76.

## LIITTEET

### LIITE 1. SOVELTUVUUSKOKEEN TESTIOSIOIDEN PISTEYTYSTAULUKOT

#### Tasapainotaidot, Voimistelusarja 1

Liike	Erinomainen	Hyvä	Tyydyttävä	Välttävä	Ei osaa vielä, ei yritä
Kuperkeikka eteenpäin	0.75	0.6	0.4	0.2	0
Kuperkeikka taaksepäin	0.75	0.6	0.4	0.2	0
360 hyppy vasemmalle kiertäen	0.75	0.6	0.4	0.2	0
360 hyppy oikealle kiertäen	0.75	0.6	0.4	0.2	0

#### Liikkumistaidot, Voimistelusarja 2

Liike	Erinomainen	Hyvä	Tyydyttävä	Välttävä	Ei osaa vielä, ei yritä
Kärrynpyörä	0.75	0.6	0.4	0.2	0
Kärrynpyörä toiseen suuntaan	0.75	0.6	0.4	0.2	0
Vaaka vasemmalla jalalla n. 5 s pito	0.75	0.6	0.4	0.2	0
Vaaka oikealla jalalla n. 5 s pito	0.75	0.6	0.4	0.2	0

Liike, käsillä seisonta seinää vasten	Erinomainen	Hyvä	Tyydyttävä	Välttävä	Ei osaa vielä, ei yritä
1. vaihe	1	0.75	0.5	0.25	0
Mikäli ensimmäinen vaihe ei ole riittävän vakaa, ei anneta lupaa jatkaa nousua, vaan suoritus päättyy ensimmäiseen vaiheeseen.					
2. vaihe	1	0.75	0.5	0.25	0
YHTEISPISTEMÄÄRÄ					

Alaselän ojennus täysistunnassa

<b>Istuminen 90 asteen kulmassa</b>	<b>pisteet</b>
Erinomainen	2
Hyvä	1.5
Tyydyttävä	1
Välttävä	0.5
Ei osaa vielä /ei yritä	0

Tempausvala kepillä seinää vasten (varpaat 10 cm etäisyydellä)

<b>Tempausvala</b>	<b>Pisteet</b>
Erinomainen	3
Kiitettävä	2.5
Hyvä	2
Tyydyttävä	1.5
Kohtalainen	1
Välttävä	0.5
Ei osaa vielä/ ei yritä	0
Mahdollisuus käyttää 1-2 cm:n korotusta kantapäiden alla. Korotuksen käyttäminen vähentää automaattisesti yhden (1) pisteen. Korotusta käytettäessä suorituksesta voi saada 2-0 pistettä.	

Selinmakuulta siltaan nousu

<b>Selinmakuulta siltaan nousu</b>	<b>pisteet</b>
Erinomainen	3
Kiitettävä	2.5
Hyvä	2
Tyydyttävä	1.5
Kohtalainen	1
Välttävä	0.5
Ei osaa vielä/ei yritä	0



## Heitto-kiinniotto

### POJAT

Suoritusten lkm	Pisteet
0	0,00
1	0,33
2	0,67
3	1,00
4	1,33
5	1,67
6	2,00
7	2,33
8	2,67
9	3,00
10	3,33
11	3,67
12	4,00
13	4,33
14	4,67
15	5,00
16	5,33
17	5,67
18	6,00
19	6,33
20	6,67
21	7,00
22	7,33
23	7,67
24 tai enemmän	8,00

### TYTÖT

Suoritusten lkm	Pisteet
0	0,00
1	0,40
2	0,80
3	1,20
4	1,60
5	2,00
6	2,40
7	2,80
8	3,20
9	3,60
10	4,00
11	4,40
12	4,80
13	5,20
14	5,60
15	6,00
16	6,40
17	6,80
18	7,20
19 tai enemmän	8,00

## Etunojapunnerrus

### POJAT ja TYTÖT

Suoritusten lkm	Pisteet
0	0,00
1	0,06
2	0,13
3	0,19
4	0,25
5	0,31
6	0,38
7	0,44
8	0,50
9	0,56
10	0,63
11	0,69
12	0,75
13	0,81
14	0,88
15	0,94
16	1,00
17	1,06
18	1,13
19	1,19
20	1,25
21	1,31
22	1,38
23	1,44
24	1,50
25	1,56
26	1,63
27	1,69
28	1,75
29	1,81
30	1,88

Suoritusten lkm	Pisteet
31	1,94
32	2,00
33	2,06
34	2,13
35	2,19
36	2,25
37	2,31
38	2,38
39	2,44
40	2,50
41	2,56
42	2,63
43	2,69
44	2,75
45	2,81
46	2,88
47	2,94
48 tai enemmän	3,00

## Leuanveto

### POJAT

Suoritusten lkm	Pisteet
0	0,00
1	0,40
2	0,55
3	0,69
4	0,84
5	0,98
6	1,13
7	1,27
8	1,42
9	1,56
10	1,71
11	1,85
12 tai enemmän	2,00

### TYTÖT

Suoritusten lkm	Pisteet
0	0,00
1	0,40
2	0,63
3	0,86
4	1,09
5	1,31
6	1,54
7	1,77
8 tai enemmän	2,00

## Roikunta

Mikäli testattava ei saa tulosta leuanvetotestistä, suoritetaan staattinen riipunta 90 asteen käsikulmalla.

### POJAT JA TYTÖT

Alaraja, sekuntia	Pisteet
0	0,0
5	0,1
10	0,2
15	0,3

## Sivuttaissiirtyminen

### POJAT JA TYTÖT

Suoritusten lkm	Pisteet
0 - 29	0,00
30	0,10
31	0,19
32	0,29
33	0,38
34	0,47
35	0,56
36	0,66
37	0,75
38	0,84
39	0,94
40	1,03
41	1,12
42	1,21
43	1,31
44	1,40
45	1,49
46	1,59
47	1,68
48	1,77
49	1,86
50	1,96

Suoritusten lkm	Pisteet
51	2,05
52	2,14
53	2,24
54	2,33
55	2,42
56	2,51
57	2,61
58	2,70
59	2,79
60	2,89
61	2,98
62	3,07
63	3,16
64	3,26
65	3,35
66	3,44
67	3,54
68	3,63
69	3,72
70	3,81
71	3,91
72 tai enemmän	4,00

## Tähtirata

## POJAT JA TYTÖT

Aika	Pisteet
21,5 tai vähemmän	4,00
21,6	3,95
21,7	3,91
21,8	3,86
21,9	3,82
22	3,77
22,1	3,72
22,2	3,68
22,3	3,63
22,4	3,59
22,5	3,54
22,6	3,50
22,7	3,45
22,8	3,40
22,9	3,36
23	3,31
23,1	3,27
23,2	3,22
23,3	3,17
23,4	3,13
23,5	3,08
23,6	3,04
23,7	2,99
23,8	2,94
23,9	2,90
24	2,85
24,1	2,81
24,2	2,76
24,3	2,72
24,4	2,67
24,5	2,62
24,6	2,58
24,7	2,53
24,8	2,49
24,9	2,44
25	2,39
25,1	2,35
25,2	2,30

Aika	Pisteet
25,3	2,26
25,4	2,21
25,5	2,16
25,6	2,12
25,7	2,07
25,8	2,03
25,9	1,98
26	1,94
26,1	1,89
26,2	1,84
26,3	1,80
26,4	1,75
26,5	1,71
26,6	1,66
26,7	1,61
26,8	1,57
26,9	1,52
27	1,48
27,1	1,43
27,2	1,38
27,3	1,34
27,4	1,29
27,5	1,25
27,6	1,20
27,7	1,16
27,8	1,11
27,9	1,06
28	1,02
28,1	0,97
28,2	0,93
28,3	0,88
28,4	0,83
28,5	0,79
28,6	0,74
28,7	0,70
28,8	0,65
28,9	0,60
29	0,56

Aika	Pisteet
29,1	0,51
29,2	0,47
29,3	0,42
29,4	0,38
29,5	0,33
29,6	0,28
29,7	0,24
29,8	0,19
29,9	0,15
30	0,10
30,1 tai yli	0

20 m viivajuoksu

POJAT

Sukkuloiden lkm	Pisteet
0	0
1	0,05
2	0,10
3	0,15
4	0,20
5	0,25
6	0,30
7	0,35
8	0,40
9	0,45
10	0,50
11	0,55
12	0,60
13	0,65
14	0,70
15	0,75
16	0,80
17	0,85
18	0,90
19	0,95
20	1,00
21	1,08
22	1,16
23	1,23
24	1,31
25	1,39
26	1,47
27	1,54
28	1,62
29	1,70
30	1,78
31	1,86
32	1,93
33	2,01
34	2,09
35	2,17
36	2,24
37	2,32
38	2,40

Sukkuloiden lkm	Pisteet
39	2,48
40	2,56
41	2,63
42	2,71
43	2,79
44	2,87
45	2,94
46	3,02
47	3,10
48	3,18
49	3,26
50	3,33
51	3,41
52	3,49
53	3,57
54	3,64
55	3,72
56	3,80
57	3,88
58	3,96
59	4,03
60	4,11
61	4,19
62	4,27
63	4,34
64	4,42
65	4,50
66	4,58
67	4,66
68	4,73
69	4,81
70	4,89
71	4,97
72	5,04
73	5,12
74	5,20
75	5,28
76	5,36
77	5,43

Sukkuloiden lkm	Pisteet
78	5,51
79	5,59
80	5,67
81	5,74
82	5,82
83	5,90
84	5,98
85	6,06
86	6,13
87	6,21
88	6,29
89	6,37
90	6,44
91	6,52
92	6,60
93	6,68
94	6,76
95	6,83
96	6,91
97	6,99
98	7,07
99	7,14
100	7,22
101	7,30
102	7,38
103	7,46
104	7,53
105	7,61
106	7,69
107	7,77
108	7,84
109	7,92
110 tai enemmän	8,00

## 20 m viivajuoksu

## TYTÖT

Sukkuloiden lkm	Pisteet
0	0
0	0,00
1	0,05
2	0,10
3	0,15
4	0,20
5	0,25
6	0,30
7	0,35
8	0,40
9	0,45
10	0,50
11	0,55
12	0,60
13	0,65
14	0,70
15	0,75
16	0,80
17	0,85
18	0,90
19	0,95
20	1,00
21	1,10
22	1,20
23	1,30
24	1,40
25	1,50
26	1,60
27	1,70
28	1,80
29	1,90
30	2,00
31	2,10
32	2,20
33	2,30
34	2,40
35	2,50
36	2,60
37	2,70
38	2,80

Sukkuloiden lkm	Pisteet
39	2,90
40	3,00
41	3,10
42	3,20
43	3,30
44	3,40
45	3,50
46	3,60
47	3,70
48	3,80
49	3,90
50	4,00
51	4,10
52	4,20
53	4,30
54	4,40
55	4,50
56	4,60
57	4,70
58	4,80
59	4,90
60	5,00
61	5,10
62	5,20
63	5,30
64	5,40
65	5,50
66	5,60
67	5,70
68	5,80
69	5,90
70	6,00
71	6,10
72	6,20
73	6,30
74	6,40
75	6,50
76	6,60
77	6,70

Sukkuloiden lkm	Pisteet
78	6,80
79	6,90
80	7,00
81	7,10
82	7,20
83	7,30
84	7,40
85	7,50
86	7,60
87	7,70
88	7,80
89	7,90
90 tai yli	8,00

## 5-loikka

## POJAT JA TYTÖT

cm	Pisteet
0	0,00
7,5	0,50
7,51	0,51
7,52	0,52
7,53	0,52
7,54	0,53
7,55	0,54
7,56	0,55
7,57	0,55
7,58	0,56
7,59	0,57
7,6	0,58
7,61	0,58
7,62	0,59
7,63	0,60
7,64	0,61
7,65	0,61
7,66	0,62
7,67	0,63
7,68	0,64
7,69	0,64
7,7	0,65
7,71	0,66
7,72	0,67
7,73	0,67
7,74	0,68
7,75	0,69
7,76	0,70
7,77	0,70
7,78	0,71
7,79	0,72
7,8	0,73
7,81	0,73
7,82	0,74
7,83	0,75
7,84	0,76
7,85	0,76
7,86	0,77
7,87	0,78
7,88	0,79

cm	Pisteet
7,89	0,79
7,9	0,80
7,91	0,81
7,92	0,82
7,93	0,82
7,94	0,83
7,95	0,84
7,96	0,85
7,97	0,85
7,98	0,86
7,99	0,87
8	0,88
8,01	0,89
8,02	0,89
8,03	0,90
8,04	0,91
8,05	0,92
8,06	0,92
8,07	0,93
8,08	0,94
8,09	0,95
8,1	0,95
8,11	0,96
8,12	0,97
8,13	0,98
8,14	0,98
8,15	0,99
8,16	1,00
8,17	1,01
8,18	1,01
8,19	1,02
8,2	1,03
8,21	1,04
8,22	1,04
8,23	1,05
8,24	1,06
8,25	1,07
8,26	1,07
8,27	1,08
8,28	1,09

cm	Pisteet
8,29	1,10
8,3	1,10
8,31	1,11
8,32	1,12
8,33	1,13
8,34	1,13
8,35	1,14
8,36	1,15
8,37	1,16
8,38	1,16
8,39	1,17
8,4	1,18
8,41	1,19
8,42	1,19
8,43	1,20
8,44	1,21
8,45	1,22
8,46	1,23
8,47	1,23
8,48	1,24
8,49	1,25
8,5	1,26
8,51	1,26
8,52	1,27
8,53	1,28
8,54	1,29
8,55	1,29
8,56	1,30
8,57	1,31
8,58	1,32
8,59	1,32
8,6	1,33
8,61	1,34
8,62	1,35
8,63	1,35
8,64	1,36
8,65	1,37
8,66	1,38
8,67	1,38
8,68	1,39

cm	Pisteet
8,69	1,40
8,7	1,41
8,71	1,41
8,72	1,42
8,73	1,43
8,74	1,44
8,75	1,44
8,76	1,45
8,77	1,46
8,78	1,47
8,79	1,47
8,8	1,48
8,81	1,49
8,82	1,50
8,83	1,50
8,84	1,51
8,85	1,52
8,86	1,53
8,87	1,53
8,88	1,54
8,89	1,55
8,9	1,56
8,91	1,56
8,92	1,57
8,93	1,58
8,94	1,59
8,95	1,60
8,96	1,60
8,97	1,61
8,98	1,62
8,99	1,63
9	1,63
9,01	1,64
9,02	1,65
9,03	1,66
9,04	1,66
9,05	1,67
9,06	1,68
9,07	1,69
9,08	1,69

cm	Pisteet
9,09	1,70
9,1	1,71
9,11	1,72
9,12	1,72
9,13	1,73
9,14	1,74
9,15	1,75
9,16	1,75
9,17	1,76
9,18	1,77
9,19	1,78
9,2	1,78
9,21	1,79
9,22	1,80
9,23	1,81
9,24	1,81
9,25	1,82
9,26	1,83
9,27	1,84
9,28	1,84
9,29	1,85
9,3	1,86
9,31	1,87
9,32	1,87
9,33	1,88
9,34	1,89
9,35	1,90
9,36	1,90
9,37	1,91
9,38	1,92
9,39	1,93
9,4	1,94
9,41	1,94
9,42	1,95
9,43	1,96
9,44	1,97
9,45	1,97
9,46	1,98
9,47	1,99
9,48	2,00



## 5-loikka

## POJAT JA TYTÖT

cm	Pisteet
9,49	2,00
9,5	2,01
9,51	2,02
9,52	2,03
9,53	2,03
9,54	2,04
9,55	2,05
9,56	2,06
9,57	2,06
9,58	2,07
9,59	2,08
9,6	2,09
9,61	2,09
9,62	2,10
9,63	2,11
9,64	2,12
9,65	2,12
9,66	2,13
9,67	2,14
9,68	2,15
9,69	2,15
9,7	2,16
9,71	2,17
9,72	2,18
9,73	2,18
9,74	2,19
9,75	2,20
9,76	2,21
9,77	2,21
9,78	2,22
9,79	2,23
9,8	2,24
9,81	2,24
9,82	2,25
9,83	2,26
9,84	2,27
9,85	2,27
9,86	2,28
9,87	2,29
9,88	2,30

cm	Pisteet
9,89	2,31
9,9	2,31
9,91	2,32
9,92	2,33
9,93	2,34
9,94	2,34
9,95	2,35
9,96	2,36
9,97	2,37
9,98	2,37
9,99	2,38
10	2,39
10,01	2,40
10,02	2,40
10,03	2,41
10,04	2,42
10,05	2,43
10,06	2,43
10,07	2,44
10,08	2,45
10,09	2,46
10,1	2,46
10,11	2,47
10,12	2,48
10,13	2,49
10,14	2,49
10,15	2,50
10,16	2,51
10,17	2,52
10,18	2,52
10,19	2,53
10,2	2,54
10,21	2,55
10,22	2,55
10,23	2,56
10,24	2,57
10,25	2,58
10,26	2,58
10,27	2,59
10,28	2,60

cm	Pisteet
10,29	2,61
10,3	2,61
10,31	2,62
10,32	2,63
10,33	2,64
10,34	2,65
10,35	2,65
10,36	2,66
10,37	2,67
10,38	2,68
10,39	2,68
10,4	2,69
10,41	2,70
10,42	2,71
10,43	2,71
10,44	2,72
10,45	2,73
10,46	2,74
10,47	2,74
10,48	2,75
10,49	2,76
10,5	2,77
10,51	2,77
10,52	2,78
10,53	2,79
10,54	2,80
10,55	2,80
10,56	2,81
10,57	2,82
10,58	2,83
10,59	2,83
10,6	2,84
10,61	2,85
10,62	2,86
10,63	2,86
10,64	2,87
10,65	2,88
10,66	2,89
10,67	2,89
10,68	2,90

cm	Pisteet
10,69	2,91
10,7	2,92
10,71	2,92
10,72	2,93
10,73	2,94
10,74	2,95
10,75	2,95
10,76	2,96
10,77	2,97
10,78	2,98
10,79	2,98
10,8 tai yli	3,00

## LIITE 2

### KUOPIO

**Kuopion kaupunki**  
Perusopetuksen tukipalvelut  
Opetusjohtaja

### Päätöspöytäkirja

7.2.2020

1 (2)  
Tehtävä 13.00.00  
Asianro 1277/2020

Lupa- ja ilmoitusasiat 1 § / 2020

#### **Tutkimuslupa / Urheiluyhäkoulukokeilun soveltuvuuskokeen suorituspisteiden järjestyksen vaikutus tuloksiin**

Selostus ja perustelu Lauri Nurminen hakee tutkimuslupaa pro gradu -tutkimusta varten "Urheiluyhäkoulukokeilun soveltuvuuskokeen suorituspisteiden järjestyksen vaikutus tuloksiin". Tutkimuksen kohderyhmänä ovat urheiluyhäkoulukokeiluun hakevat nuoret.

Päätös Myönnän tutkimusluvan.

Toimivallan peruste Hyvinvoinnin edistämisen sekä kasvun ja oppimisen palvelualueiden toimintasäntö 3 §.

Leena Auvinen  
opetusjohtaja

Asiakirja on allekirjoitettu koneellisesti Kuopion kaupungin asiantuntijajärjestelmässä. Allekirjoituksen oikeellisuuden voi todentaa kirjaamosta.

Valmistelija  
Eila Kumpulainen, puh. +358 44 718 4001  
eila.anneli.kumpulainen(at)kuopio.fi

Liitteet Oikaisuvaatimusohje

Tiedoksianto Päätös on lähetetty sähköpostitse tiedoksi 7.2.2020 Lauri Nurmiselle.

Tiedoksi Hatsalan klassillisen koulun rehtori  
Jynkänlahden koulun rehtori  
Pyörön koulun rehtori  
Kasvun ja oppimisen lautakunta  
Kaupunginhallitus

Nähtävänäolo Päätös on yleisesti nähtävänä Kuopion kaupungin verkkosivuilla [www.kuopio.fi/paatoksenteko](http://www.kuopio.fi/paatoksenteko) 7.2.2020.

---

**Postiosoite** Vuorikatu 27, 70100 KUOPIO  
**Käyntiosoite** Vuorikatu 27  
**Laskutusosoite** PL 3016, 70900 MONETRA

**Puhelin** +358 17 18 2111 [www.kuopio.fi](http://www.kuopio.fi)  
**Faksi** etunimi.sukunimi(at)kuopio.fi

**Liite A kuntalain mukainen oikaisuvaatimusohje**

Tähän päätökseen tyytymätön voi tehdä kirjallisen oikaisuvaatimuksen. Päätökseen ei saa hakea muutosta valittamalla tuomioistuintimeen.

**Oikaisuvaatimusoikeus**

Oikaisuvaatimuksen saa tehdä

- se, johon päätös on kohdistettu tai jonka oikeuteen, velvollisuuteen tai etuun päätös välittömästi vaikuttaa (asianosainen) sekä
- kunnan jäsen.

**Oikaisuvaatimusaika**

Oikaisuvaatimus on tehtävä **14 päivän kuluessa** päätöksen **tiedoksisaannista**.

Oikaisuvaatimus on toimitettava oikaisuvaatimusviranomaiselle viimeistään määräajan viimeisenä päivänä ennen viraston aukioloajan päättymistä.

Asianosaisen katsotaan saaneen päätöksestä tiedon, jollei muuta näytetä, seitsemän päivän kuluttua kirjeen lähettämisestä. Käytettäessä tavallista sähköistä tiedoksiantoa asianosaisen katsotaan saaneen päätöksestä tiedon, jollei muuta näytetä, kolmantena päivänä viestin lähettämisestä.

Kunnan jäsenen katsotaan saaneen päätöksestä tiedon seitsemän päivän kuluttua siitä, kun pöytäkirja on yleisesti nähtävänä Kuopion kaupungin verkkosivuilla [www.kuopio.fi/paatoksenteko](http://www.kuopio.fi/paatoksenteko).

Tiedoksisaantipäivää ei lueta oikaisuvaatimusaikaan. Jos oikaisuvaatimusajan viimeinen päivä on pyhäpäivä, itsenäisyyspäivä, vapunpäivä, joului- tai juhannusaatto tai arkilauantai, saa oikaisuvaatimuksen tehdä ensimmäisenä arkipäivänä sen jälkeen.

**Oikaisuvaatimusviranomainen**

Kuopion kaupungin kasvun ja oppimisen lautakunta  
Postiosoite Vuorikatu 27, 70100 KUOPIO  
Käyntiosoite Vuorikatu 27  
Sähköposti kirjaamo.kasvujaoppiminen(at)kuopio.fi  
Puhelin 017 18 2111  
Faksi 017 18 4210

**Oikaisuvaatimuksen muoto ja sisältö**

Oikaisuvaatimus on tehtävä kirjallisesti. Myös sähköinen asiakirja täyttää vaatimuksen kirjallisesta muodosta.

Oikaisuvaatimuksessa on ilmoitettava

- päätös, johon haetaan oikaisua
- miten päätöstä halutaan oikaistavaksi ja
- millä perusteella oikaisua vaaditaan.

Oikaisuvaatimuksessa on lisäksi ilmoitettava tekijän nimi, kotikunta, postiosoite ja puhelinnumero.

Jos oikaisuvaatimus päätös voidaan antaa tiedoksi sähköisenä viestinä, yhteystietona pyydetään ilmoittamaan myös sähköpostiosoite.