

This is a self-archived version of an original article. This version may differ from the original in pagination and typographic details.

Author(s): Laukkanen, Arto

Title: Koulun ympäristötekijät vaikuttavat suotuisasti liikkumiseen

Year: 2021

Version: Published version

Copyright: © 2021 Liikuntatieteellinen seura

Rights: In Copyright

Rights url: <http://rightsstatements.org/page/InC/1.0/?language=en>

Please cite the original version:

Laukkanen, A. (2021). Koulun ympäristötekijät vaikuttavat suotuisasti liikkumiseen. Liikunta ja tiede, 58(4), 29.

Pedagogiikka

ARTO LAUKKANEN
arto.i.laukkanen@jyu.fi

Ekologinen lähestymistapa vie liikuntatunnit koulun ulkopuolelle

LIKUNNANOPETUKSESSA TULISI nykyistä enemmän hyödyntää lapsille tyypillistä tapaa oppia liikkumaan monipuolisissa ympäristöissä etsimisen, kokeilemisen, löytämisen, keksimisen ja soveltamisen kautta. Dynaamiseen ekologiaan pohjautuva oppimiskäsitys voisi auttaa lapsia ja nuoria kehittämään taitoja ja toimintatapoja, jotka ovat monipuolisempia ja paremmin sopeutuvia eri ympäristöihin.

Lähestymistapa auttaisi monikansallisen tutkijaryhmän mukaan kasvattamaan lapsille ja nuorille itseohjautumisen valmiuksia ja mahdollisuuksia kiinnittyä paremmin koulun ulkopuolisiin liikuntamahdollisuuksiin ja -ympäristöihin. Näin liikunnanopetus voisi vastata paremmin sille asetettuun tavoitteeseen edistää lasten ja nuorten liikuntaan kasvamista.

Tutkijat käyttävät dynaamiseen ekologiaan perustuvasta opetustavasta nimitystä ”pehmeä” pedagogiikka, jossa painottuu opettajan ja oppilaan välinen yhteistyö ja oppilaan itsesääätelytaitojen oppiminen. Opettamisessa korostuu ympäristön huolellinen suunnittelu, jotta oppijan, ympäristön ja tehtävän välille muodostuu toimintaa ja oppimista stimuloivaa vuorovaikutusta. Toteutuakseen tällainen oppimisprosessi vaatii oppilaalta vastuunottamista ja aktiivista ympäristön oppimismahdollisuuksien havainnoimista, ja niiden hyödyntämistä oman toiminnan suuntaamisessa.

Tutkijat esittävät kolme esimerkkiä teoreettisen esityksensä tueksi. Esimerkiksi uinninopetuksessa tulisi vaihteittain suosia luonnonvesiä ja sitä vastaavia oppimisympäristöjä, joissa vedestä pelastautumistaidot voisivat muodostaa keskeisen oppisisällön. Uimahallissa opitut taidot siirtyvät vain osin luonnonvesiin, joissa vesiliikuntataidot voivat olla tärkeitä pelastautumistaitoja. Kilpauintia vastaavien uintitekniikoiden opettamisen tutkijat jättäisivät uintiseurojen vastuulle, sillä kyseisiä taitoja hyödynnetään lähinnä kilpauintiin tähtäävissä ympäristöissä ja niillä on vähän sovellusarvoa sen ulkopuolella.

Toisena esimerkkinä tutkijat ehdottavat, että perinteisen koko kentän sisäkoripallon opettamisen sijaan katukoripallon ja siihen liittyvien ilmiöiden opettaminen voisi vastata paremmin lasten ja nuorten vapaa-ajallaan tarvitsemia tietoja ja taitoja koripallosta. Katukoripallon opettaminen voisi koostua mm. sille tyypillisistä pienpeleistä ja pelimuodoista, tuntien siirtämisestä pala palalta enemmän katukoripallon harrastamista vastaaviin ympäristöihin ja ideaalitapauksessa paikalliseen katukoripallotoimintaan sisään pääsemisen avustamisesta.

LÄHDE

Rudd, J.R., Woods, C., Seifert, L & Davids, K. 2021. An ecological dynamics conceptualisation of physical 'education': Where we have been and where we could go next. *Physical Education and Sport Pedagogy* 26(3), 293–306.



Kuva: Antero Aaltonen

Luovan tanssin opettaminen vaatii riskinottamiseen ohjaamista

RUOTSALAISISSA YLÄKOULUISSA toteutetussa pedagogisessa interventiotutkimuksessa havaittiin, että luovan tanssiin oppimista kuvastivat oppilaiden lisääntyvät mahdollisuudet ja vastuu omien ratkaisujen tuottamiseen. Luovan tanssin opettamisessa keskeiseksi nousi asteittain lisääntyvään riskinottoon ohjaaminen. Epätavallisen musiikin käyttö ohjasi ja rohkaisi oppilaita stereotyyppisistä tanssityyleistä irrottautumiseen. Esimerkiksi liikuntasalin hämärä valaistus ja eri tiloissa työskentely rohkaisivat oppilaita ilmaisemaan itseään vapaammin.

Tutkimukseen osallistui kolmesta koulusta yhteensä 68 yläkoulun oppilasta ja heidän neljä liikunnanopettajaansa. Liikunnanopettajille järjestettiin **Rudolf Labanin** kehittelemään liikkeanalyysin pohjautuva luovan tanssin koulutus, jonka pohjalta heidän pitämiensä luovan tanssin liikuntatunteja (8 kpl) videoitiin ja analysoitiin. Videanalyysi pohjautui **John Deweyn** kohtaamisperustaiseen oppimiskäsitykseen sekä käytännölliseen tietoteoriaan.

Liikunnanopetuksessa painottuvat lajitekniikat ja tämä pätee myös tanssin opettamiseen. Esteettiset, luovat ja ilmaisulliset lähestymistavat jäävät usein marginaaliin jopa tanssin opetuksessa. Osasyynä tähän on se, että osa liikunnanopettajista kokee epävarmuutta tanssiopetuksessa.

Liikunnanopettajien kyvykkyyttä toteuttaa luovan tanssin opetusta yläkouluissa on kuitenkin mahdollista parantaa. Luovan tanssin opettaminen voi olla yksi merkittävä tapa kääntää perinteinen opettajajohtoinen opetustilanne enemmän oppilasjohtoiseksi ja omaehtoiseksi oppimistilanteeksi.

LÄHDE

Mattsson, T. & Larsson, H. 2021. 'There is no right or wrong way': exploring expressive dance assignments in physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy* 26 (2), 123–136.

Koulun ympäristötekijät vaikuttavat suotuisasti liikkumiseen

AUSTRALIAN VICTORIAN ALUEEN alakouluissa toteutettu tutkimus osoitti, että erityisesti tytöt hyötyvät liikkumista suosivasta kouluympäristöstä. Liikkumisympäristöltään keskimääräiseksi arvioituissa kouluissa tytöt liikkuivat objektiivisesti mitatusti 2,3 kertaa todennäköisemmin

suositellun 60 minuuttia päivässä verrattuna liikkumisympäristöltään heikoiksi arvioituissa kouluissa käyviin tyttöihin. Lisäksi aktiivisen koulumatkojen kulkemisen (esimerkiksi pyöräillen tai kävellen) havaittiin olevan oppilailla kolme-viisi kertaa todennäköisempää riippuen siitä, tukiko ympäristö keskimäärin vai paljon aktiivista koulumatkaliikkumista.

Tutkimukseen osallistui 54 alakoulusta yhteensä 3 360 oppilasta, jotka olivat 7–8-, 9–10- ja

11–12-vuotiaita. Oppilaiden fyysistä aktiivisuutta mitattiin kiihtyvyyssantureilla (Actigraph) ja koulumatkojen kulkemista selvitetiin oppilaille suunnatulla kyselyllä. Koulun ja koulumatkojen liikkumista edistäviä ympäristötekijöitä selvitetiin rehtoreille kohdistetuilla kyselyillä, joissa kartoitettiin laajasti liikunnanedistämisen toimenpiteitä ja käytänteitä koulussa ja koulumatkoilla. Tilastollisissa mallinuksissa huomioitiin oppilaiden sukupuoli, koulun koko ja tyyppi sekä sosioekonominen koostumus.

Tutkimuksen tulokset tukevat käsitystä, että liikuntaa edistävään ympäristöön ja toimintakulttuuriin panostaminen koulussa ja koulumatkoilla voi merkittävästi vaikuttaa lasten liikkumisen kokonaismäärään. Erityisen tärkeää voi olla koulumatkojen aktiivisen kulkemisen kehittäminen, sillä fyysisesti aktiivisesti koulumatkansa kulkevat lapset todennäköisemmin saavuttavat suositellun liikuntamäärän.

LÄHDE

Crooks, N., Alston, L., Nichols, M., Bolton, K.A., Allender, S. Fraser, P., Le, H., Bliss, J., Rennie, C., Orellana, L. & Strugnell, C. 2021. Association between the school physical activity environment, measured and self-reported student physical activity and active transport behaviours in Victoria, Australia. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 18:79.

*Esteettiset, luovat
ja ilmaisulliset
lähestymistavat jäävät
usein marginaaliin
jopa tanssin
opetuksessa.*