

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

**Author(s):** Huovinen, Terhi

**Title:** Oppilasjohtoiset työtavat edistävät osallistumista ja fyysistä aktiivisuutta liikuntatunneilla

**Year:** 2020

**Version:** Published version

**Copyright:** © 2020 Liikunnan ja Terveystiedon Opettajat

**Rights:** In Copyright

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

**Please cite the original version:**

Huovinen, T. (2020). Oppilasjohtoiset työtavat edistävät osallistumista ja fyysistä aktiivisuutta liikuntatunneilla. Liito : Liikunnan ja terveystiedon opettaja, 2020(1), 30-31.

# Oppilasjohtoiset työtavat edistävät osallistumista ja fyysistä aktiivisuutta liikuntatunneilla

Teksti: Terhi Huovinen  
Kuvat: Saimi Airaksinen

*Tarkastelin väitöskirjassani perusopetusikäisten oppilaiden osallistumista ja fyysistä aktiivisuutta heterogeenisen oppilasryhmän liikuntatunneilla. Olin kiinnostunut siitä, miten opettajana voin tukea yleisopetuksen ryhmässä erilaisten oppilaiden liikunnan opiskelua. Tutkimuksessa selvisi, että oppilasjohtoiset työtavat hyödyttivät sekä taitavia että opiskelussaan tukea tarvitsevia oppilaita.*

**L**iikunta on oppiaine, joka edellyttää muista oppiainesta poiketen kehollista osallistumista (Laakso 2007). Oppiaineen keskeisenä tavoitteena ja myös arvioinnin kohteena on fyysinen aktiivisuus tunneilla (OPH 2014).

Tänä päivänä opetuksen haasteena on monella tavalla heterogeeniset oppilasryhmät: on oppilaita, jotka liikkuvat aktiivisesti ja ovat monessa liikuntamuodossa taitavia. On oppilaita, joita liikunta ei voisi vähempää kiinnostaa. On oppilaita, joiden työskentelytaidot ovat erinomaiset ja sitten niitä, joilla näissä taidoissa on paljon harjoiteltavaa. Ryhmässä voi olla monesta kulttuurista tulleita oppilaita tai niitä, joiden uskonto asettaa rajoituksia keholliselle osallistumiselle. Oppilailla saattaa myös olla monenlaisia terveyshaasteita, jotka on huomioitava opetuksessa.

Miten liikunnanopettaja voi innostaa kaikkia osallistumaan tavoitteenmukaiseen toimintaan ja liikkumaan aktiivisesti tunneilla?

## Oppilasjohtoisilla työtapoilla enemmän liikettä ja vähemmän vetäytymistä

Seuraamieni luokkien oppilaat osallistuivat liikuntatuntien tehtäviin pääsääntöisesti opettajien ohjeiden mukaisesti. Keskimäärin noin 96 % oppilaista teki sitä, mitä pitikin, kun osallistumista mitattiin silmäilemällä ns. Placheck-menetelmällä. Siitä huolimatta osallistumattomuus oli yleinen ongelma. Opettajat joutuivat puuttumaan yksittäisten oppilaitten osallistumattomuuteen noin joka viidennessä harjoituksessa – useita kertoja jokaisella oppitunnilla siis.

Havaitsin, että niillä tunneilla, missä käytettiin oppilasjohtoisia työtapoja, oppilaiden tavoitteenmukaisen osallistumisen määrä oli korkeampi kuin opettajajohtoisilla tunneilla.

Oppilasjohtoiset työtavat olivat yhteydessä myös oppilaiden fyysisen aktiivisuuden määrään liikuntatunneilla. Tun-







## Näin tutkittiin

Tutkimus toteutettiin monimene-  
netelmällisenä tapaustutkimukse-  
na kahdessa perusopetuksen liikun-  
taryhmässä. Tutkimukseen osallistui  
luokanopettajan opettama 3. luokan  
liikuntaryhmä, jossa oli 28 oppilasta  
sekä liikunnan aineenopettajan ope-  
tama 7. luokan liikuntaryhmä, jossa  
oppilaita oli 11. Molemmissa ryhmis-  
sä oli sekä taitavia että opiskelussaan  
tukea tarvitsevia oppilaita. Aineis-  
to kerättiin observoimalla molempia  
ryhmiä useiden viikkojen ajan. Liik-  
kuntatunnit kuvattiin kahdella kame-  
ralla ja tunteista pidettiin havainto-  
päiväkirjaa. Aineisto analysoitiin sys-  
temaattisella observoinnilla sekä laa-  
dullisella sisällönanalysillä.

### Lähteet

- Laakso, L. (2007). Johdatus lii-  
kuntapedagogiikkaan ja liikunta-  
kasvatukseen. Teoksessa P. Heikina-  
ro-Johansson & T. Huovinen (toim.)  
Näkökulmia liikuntapedagogiik-  
kaan. 2. uudistettu painos. Porvoo:  
WSOY. 16–24.
- OPH (2014). Perusopetuksen ope-  
tussuunnitelman perusteet. Helsinki:  
Opetushallitus. Määräykset ja ohjeet  
2014:96.

opettajan huomiota sai oppilas, jolla oli ongelmia tarkkaavaisuuden ylläpitämisessä. Pienessä oppilasryhmässä opettaja pystyi kuitenkin paremmin huomioimaan oppilaan oppimisen haasteet ja kohdentamaan opetusviestintää hänelle osana yleistä ohjausta. Suuressa ryhmässä opettaja joutui kiinnittämään paljon huomiota yleiseen järjestyksenpitoon ja oppilaan yksilöllinen ohjaaminen rajoittui enimmäkseen lyhyisiin käskyihin ja kieltoihin.

*Artikkeli perustuu väitöskirjaan: Huovinen, T. (2019). Oppilaiden osallistumista ja fyysistä aktiivisuutta edistävä liikunnanopetus perusopetuksen heterogeenisessä oppilasryhmässä. University of Jyväskylä. JYU Dissertations 135. Luettavissa <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/65591>*

neilla, joilla oppilasjohtoisten työtapojen osuus oli suuri, reipasta liikuntaa kertyi kaikille oppilaille enemmän kuin opettaja-johtojohtoisilla tunneilla.

Työtapojen valinnalla on siis suuri merkitys oppilaiden toimintaan heterogeenisessä oppilasryhmässä. Työtavat selittivät noin 30 % sekä oppilaiden fyysisen aktiivisuuden, että tehtävän suorittamisen vaihtelusta.

Liikunnanopettajat voisivat pohtia, pystyisikö oppilaslähtöisten opetusmenetelmien määrää omilla liikuntatunneilla lisätä. Tämä voisi näkyä tunneilla oppilaiden vastuullisempaan työskentelyyn ja reippaan liikunnan määrän lisääntymisenä.

Tutkimieni liikuntaryhmien heterogeenisuus näkyi suurena yksilöllisenä vaihteluna erityisesti fyysisen aktiivisuuden intensiteetissä. Osa oppilaita pyrki välttämään liikkumista, ellei siihen erikseen kehoitettu. Osa taas käytti liikuntatunnin hyödykseen ja liikkui reippaasti aina, kun siihen oli mahdollisuus. Vaikka eri oppilailla mitattiin liikuntatunnilla täsmälleen sama aika tehtävän suorittamista, reippaan liikunnan määrässä saattoi olla jopa yli 50 % ero.

Jäin pohtimaan, voisiko oppilaiden tietoisuutta omasta yksilöllisestä, tuntikoh-  
taisesta fyysisestä aktiivisuudesta lisätä esimerkiksi askeleita tai sykettä mittaamalla. Entä auttaisiko tämä tietoisuuden lisääminen, yhdessä liikunnan opetusmenetelmien kehittämisen kanssa, oppilasta hyödyntämään liikuntatunteja tehokkaammin oman toimintakykynsä ylläpitämiseksi?

### Pienessä oppilasryhmässä oppilas tulee kuulluksi

Heterogeenisessa liikuntaryhmässä oppilailla oli monenlaisia yksilöllisiä tarpeita. Havaittiin, että perusopetusikäiset oppilaat olivat monella tavalla aloitteellisia ja pyrkivät kertomaan huolistaan opettajille sekä sanallisesti että sanattomasti. Pienessä ryhmässä oppilas tuli useammin kuulluksi, mutta suuressa ryhmässä opettaja joutui usein ainakin hetkellisesti ohittamaan oppilaan aloitteellisuuden, jotta sai toiminnan käynnistettyä.

Tutkimukseni tulokset osoittivat kuitenkin, että aloitteiden ohittaminen johti usein oppilaan vetäytymiseen toiminnasta tai häiritsevään käyttäytymiseen. Oppilaiden yksilöllinen kohtaaminen ja aloitteellisuuden tukeminen puolestaan edisti työrauhaa ja osallistumista tavoitteenmukaiseen toimintaan.

Pienessä ryhmässä opettaja pystyi antamaan jokaiselle oppilalle runsaasti yksilöllistä huomiota. Vähiten opettajan huomiota saaneiden oppilaiden kohdalla ero pienen ryhmän eduksi oli huomattava: suuressa oppilasryhmässä viisi vähiten huomiota saanutta oppilasta sai opettajalta henkilökohtaista ohjausta keskimäärin vain joka toisella tunnilla. Pienessä oppilasryhmässä opettaja ohjasi jokaista viittä vähiten huomiota saanutta oppilasta henkilökohtaisesti keskimäärin lähes yhdeksän kertaa joka ikisellä tunnilla.

Oppilaan kokemuksena ero on valtava. Molemmissa oppilasryhmissä eniten