

YHDEKSÄSLUOKKALAISTEN TYTTÖJEN JA POIKIEN KOULULIIKUNTAKOKE-
MUKSET, LIIKUNNANOPETUKSEN SISÄLLÖT JA LIIKUNNAN OPETUSRYHMÄT

Joanna Kurppa

Liikuntapedagogiikan
pro gradu- tutkielma
Kevät 2011
Liikuntatieteiden laitos
Jyväskylän yliopisto

TIIVISTELMÄ

Kurppa, Joanna. 2011. Yhdeksäsluokkalaisten tyttöjen ja poikien koululiikuntakokemukset, liikunnanopetuksen sisällöt ja liikunnan opetusryhmät. Jyväskylän yliopisto. Liikuntapedagogiikan pro gradu-tutkielma, 83s.

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää yhdeksäsluokkalaisten tyttöjen ja poikien kokemuksia koululiikunnasta, vertailla koululiikunnan sisältöjä sukupuolten, läänien ja kuntaryhmien välillä sekä kartoittaa oppilaiden mielipiteitä ja kokemuksia sekaryhmäopetuksesta.

Tutkimus on osa Opetushallituksen Liikunnan oppimistulosten seuranta - arviointia 2010 (Palomäki & Heikinaro-Johansson 2011). Tutkimuskohteena olivat peruskoulun yhdeksännen luokan oppilaat. Arviointi oli otosperusteinen ja se tehtiin siten, että mukaan kutsutut koulut edustivat kattavasti eri läänejä, kunta- ja kieliryhmiä ja erikokoisia kouluja. Tutkimuksessa oli mukana 1619 oppilasta 51 eri koulusta. Osallistuneista oppilaista poikia oli 819 ja tyttöjä 800. Tutkimusaineisto kerättiin kyselylomakkeilla keväällä 2010.

Tulosten mukaan oppilaat pitivät koululiikunnasta. Kaikista oppilaista yli 70 % suhtautui koululiikuntaan myönteisesti. Pojat suhtautuivat koululiikuntaan hieman tyttöjä myönteisemmin. Sekä tytöt että pojat pitivät koululiikunnasta enemmän kuin koulunkäynnistä yleensä. Koululiikunnassa mieluisana koetut asiat liittyivät monipuolisuuteen, opettajaan, ryhmähenkeen ja fyysiseen aktiivisuuteen. Ikävinä koetut asiat liittyivät ryhmähenkeen, opettajaan, tilaan, välineisiin ja varusteisiin sekä kilpailuun. Erityisen merkittävä, sekä mieluisana että ikävänä koettu, asia koululiikunnassa oli jokin liikuntamuoto.

Liikunnanopetuksen yleisimpiä sisältöjä olivat joukkuepallopelit, kuntoliikunta ja perusliikuntamuodot. Tyttöjen ja poikien opetus erosi sisällöllisesti. Tytöille opetettiin enemmän aerobicia ja tanssia/ musiikki- ja ilmaisuliikuntaa, mutta vähemmän palloilua kuin pojille. Oppilaille mieluisimpia koululiikuntamuotoja olivat sähly/salibandy, pesäpallo ja jalkapallo ja epämieluisimpia maastohiihto, uinti ja suunnistus. Liikuntaa opetettiin tavallisesti sukupuolen mukaan jaetuissa erillisryhmissä. Sekaryhmäopetuksessa oli 15 % kaikista oppilaisista. Suurin osa oppilaista koki viihtyvänsä parhaiten silloin, jos opetus järjestetään aina tai useimmiten erillisissä tyttö- ja poikaryhmissä. Liikunnanopetuksen sisällöt poikkesivat toisistaan erillis- ja sekaryhmissä. Sekaryhmissä oppilaille opetettiin enemmän kuntosalityökentelyä ja vähemmän pesäpalloa ja uintia kuin erillisryhmissä.

Peruskoulun suurimpia tämänhetkisiä ongelmia on nuorten huono viihtyminen koulussa. Koska oppilaiden suhtautuminen koululiikuntaan on hyvin myönteistä, koululiikunta voisi olla yksi väline kehitettäessä kouluviihtyvyyttä. Useat liikuntamuodot jo itsessään ovat nuorille mieluisia. Koululiikunnassa mieluisaksi koetaan myös ryhmähenkeen liittyvät asiat, joten liikunnalla voidaan edistää yhteisöllisyyttä ja sosiaalisten taitojen oppimista koulussa.

Avainsanat: koululiikunta, sekaryhmäopetus, erillisopetus, sukupuoli

SISÄLTÖ	
TIIVISTELMÄ	2
1 JOHDANTO	5
2 YLÄKOULULAISTEN KOULULIIKUNTAKOKEMUKSET	7
2.1 Suhtautuminen koululiikuntaan.....	7
2.2 Liikuntakokemukset	8
2.3 Suosituimmat liikuntalajit ja liikuntaharrastamisen määrä	10
3 LIIKUNNAN SISÄLLÖT YLÄKOULUSSA.....	12
3.1 Liikunnan sisällöt vuosien 1994 ja 2004 opetussuunnitelmissa.....	12
3.2 Liikunnan sisällöt tyttöjen ja poikien opetuksessa.....	13
3.3 Sisällöt lääneittäin ja kuntaryhmittäin.....	14
4 LIIKUNNAN OPETUSRYHMÄT.....	16
4.1 Katsaus liikunnan opetusryhmien muodostamistapaan eri maissa.....	16
4.2 Erillisopetus.....	20
4.3 Sekaryhmäopetus.....	21
5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSONGELMAT.....	26
6 TUTKIMUSMENETELMÄT.....	27
6.1 Tutkimuksen lähtökohdat	27
6.2 Tutkimuskohde ja aineistonkeruu	28
6.3 Oppilaskysely	28
6.3 Aineiston analyysimenetelmät	29
6.4 Tutkimuksen luotettavuus	32
7 TULOKSET	34
7.1 Oppilaiden suhtautuminen koulunkäyntiin ja koululiikuntaan	34
7.2 Koululiikunnan myönteiset ja kielteiset asiat.....	35
7.3 Koululiikunnan yleisimmät liikuntamuodot.....	40
7.3.1 Sisällöt tyttöjen ja poikien opetuksessa.....	42
7.3.2 Sisällöt lääneittäin.....	44
7.3.3 Sisällöt kuntaryhmittäin.....	46
7.4 Mieluisimmat ja epämieluisimmat koululiikuntamuodot.....	46
7.5 Liikunnan opetusryhmät.....	49

8 POHDINTA	54
8.1 Koululiikuntakokemukset	54
8.2 Liikuntamuodot oppitunneilla	56
8.3 Sekaryhmäopetus.....	58
8.4 Menetelmällinen tarkastelu	60
8.5 Yhteenveto tuloksista ja jatkotutkimusaiheita.....	61
LÄHTEET	63
LIITTEET	70

1 JOHDANTO

Yksi tärkeimpiä omakohtaisia muistoja yläkoulun liikuntatunneista oli se, kuinka kateellinen olin pojille, kun heidän telinevoimistelutunneillaan heitettiin voltteja ja tehtiin kaikenlaista muuta jännittävää. Meillä tytöillä telinevoimistelu painottui permantoakrobatiaan ja venyttelyyn. Koin tilanteen epärealistiseksi. En kuitenkaan juuri kyseenalaistanut sitä, sillä ajattelin, että pojille kuuluvat liikunnassa hurjat ja vaikeat asiat, tytöille taas lempeämpi, naisellinen liikunta. Uskon, että saatoin olla tytöistä ainut, joka haaveili pääsevänsä tekemään noita ”poikien juttuja”. Toisaalta epäilen, että poikien ryhmässä oli oppilaita, jotka eivät olisi halunneet tehdä yhtään volttia, vaan olisivat mieluummin tehneet jotain rauhallisempaa ja helpompaa.

Liikunnanopetus on Suomessa ainoita oppiaineita, jota tavallisesti toteutetaan sukupuolen mukaan jaetuissa tyttö- ja poikaryhmissä. Erillisiä opetusryhmiä perustellaan tyttöjen ja poikien välisillä taito- ja kehityseroilla. Myös opetussuunnitelmassa tuodaan esiin näiden erojen huomiointi opetuksessa (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004,249). Sekaryhmäopetus on Suomessa vähäistä, mutta ulkomailla se on tavanomainen tapa toteuttaa koululiikuntaa. Tyttöjen ja poikien yhteisillä opetusryhmillä pyritään edistämään erityisesti koulun kasvatuksellisten tavoitteiden toteutumista (Annerstedt 2005; Balz & Neumann 2005; Kellis & Mountakis 2005; Rønholt 2005).

Mitä liikunnassa sitten tyttö- ja poikaryhmille opetetaan? Opetussuunnitelmassa ei ole määritelty tavoitteita ja sisältöjä erikseen tytöille ja pojille, vaan ne ovat samat kaikille oppilaille. Liikunnan sisällöt muotoutuvat yleensä siten, että opettaja muodostaa opetussuunnitelman avulla omille ryhmilleen sopivat liikuntaohjelmat. Usein oppilaat saavat myös esittää omia ajatuksiaan ja toiveitaan opetettaviksi liikuntamuodoiksi. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004, 248). Perusopetuslain mukaan opetuksen tulee edistää tasa-arvoa sekä yhdenvertaisuutta koulutuksessa koko maan alueella. Tällä tarkoitetaan yhdenvertaisuutta tyttöjen ja poikien sekä myös erilaisten alueiden välillä. (Perusopetuslaki

21.8.1998/628, 1§.) Liikunnanopetuksessa yksi tasa-arvoisuuden mittari on se, millaisia asioita oppilaille opetetaan.

Yksi liikunnanopetuksen tärkeimmistä tavoitteista on liikunnallisen elämäntavan omaksuminen. Oppilaiden suhtautuminen koululiikuntaan ja koululiikuntakokemukset ovat tärkeässä roolissa matkalla tähän tavoitteeseen. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004, 248–249.) Liikunnan saaminen osaksi nuorten elämää olisi tärkeää, sillä suomalaisista nuorista yli puolet harrastaa terveytensä kannalta liian vähän liikuntaa (Luopa, Lommi, Kinnunen & Jokela 2010, 33). Vaikka nuoret liikkuvat niukasti vapaa-ajalla, koululiikunta on kuitenkin pitkään ollut pidetty oppiaine (Heikinaro-Johansson, Varstala & Lyyra 2008; Huisman 2004, 79–80; Nupponen & Telama 1998, 33).

Keväällä 2010 Jyväskylän yliopiston liikuntatieteiden laitos toteutti Opetushallituksen toimeksiannosta liikunnan oppimistulosten seuranta-arvioinnin. Tämän tutkielman tarkoitus oli selvittää seuranta-arviointiin osallistuneiden yläkoulun yhdeksännen luokan oppilaiden (n=1619) kokemuksia koululiikunnasta, vertailla koululiikunnan sisältöjä sukupuolten, läänien ja kuntaryhmien välillä sekä kartoittaa oppilaiden mielipiteitä ja kokemuksia sekaryhmäopetuksesta.

Perusopetuksen tuntijako on uudistumassa vuoden 2011 aikana, ja tästäkin syystä on tärkeää tutkia nuorten koululiikuntakokemuksia. Kansainväliset vertailututkimukset (PISA- ja WHO-koululaistutkimus) ovat osoittaneet, että suomalaisen peruskoulun haasteena ei niinkään ole tietojen oppiminen, vaan oppilaiden viihtyminen koulussa (Currie ym. 2008, 41–43; Sulkunen ym. 2010). Liikunta oppiaineena antaa mahdollisuuksia esimerkiksi vaihteleviin oppimisympäristöihin, ulkoiluun, fyysiseen toimintaan ja taidon oppimiseen. Nämä ovat asioita, joilla voidaan tuoda vaihtelua peruskoululaisten muuten kovin istumis- ja tietopainotteiseen koulupäivään.

2 YLÄKOULULAISTEN KOULULIIKUNTAKOKEMUKSET

2.1 Suhtautuminen koululiikuntaan

Opetushallitus toteutti ensimmäisen Liikunnan arviointi peruskoulussa -tutkimuksen vuonna 2003. Valtakunnallisia arviointeja järjestetään eri oppiaineissa luotettavan tiedon saamiseksi siitä, miten opetussuunnitelmassa asetetut liikunnan tavoitteet on saavutettu. Liikunnan arvioinnissa kohderyhmänä olivat peruskoulun 9. luokan oppilaat ja otos oli koko maata edustava. Arviointiaineisto koostui kyselylomakkeista ja kunto- ja liikehallintatesteistä. Kyselyyn vastasi 5446 oppilasta ja kunto- ja liikehallintatesteihin osallistui 2390 oppilasta. (Huisman 2004, 6–8.) Tulosten mukaan 9. luokkalaiset pojat suhtautuivat koululiikuntaan hieman myönteisemmin kuin saman luokka-asteen tytöt. Pojista 59 % ja tytöistä 42 % toivoi, että koululiikuntaa olisi nykyistä enemmän. Koulunkäyntiin yleensä tytöt suhtautuivat merkitsevästi myönteisemmin kuin pojat. (Huisman 2004, 79–80.)

Oppilaiden suhtautumista koululiikuntaan on tutkittu myös Hyvinvointia koululiikunnalla - tutkimushankkeessa. Yläkoululaisten kiinnostusta koululiikuntaan tutkittiin kyselyllä, johon vastasi 879 yläkoulun oppilasta. Tutkimuksen mukaan 80 % oppilaista suhtautui innostuneesti koululiikuntaan. Samantekevästi liikuntaan suhtautui 18 % ja kielteisesti vain 3 % oppilaista. Suhtautumisessa ei ollut havaittavissa eroa sukupuolten välillä. (Heikinaro-Johansson ym. 2008.)

Suomalainen koululiikunta eroaa muissa maissa toteutetusta liikunnanopetuksesta siten, että Suomessa tyttöjä ja poikia on ollut tapana opettaa erikseen omissa ryhmissään. Ulkomailla sekaryhmäopetus on tavallisempi toimintatapa. Tämä tulee ottaa huomioon tarkasteltaessa ulkomaisia koululiikuntatutkimuksia, sillä opetusryhmän koostumuksella voi olla vaikutusta oppilaiden viihtymiseen liikunnassa. Hillin ja Cleven (2005) kyselytutkimuksen mukaan pojista 61 % ja tytöistä 39 % piti liikuntaa yhtenä mieluisimmista kouluaineista. Myös Carrolin ja Loumidisin (2001) kyselytutkimuksen mukaan pojat pitivät koululiikunnasta tyttöjä enemmän.

2.2 Liikuntakokemukset

WHO-koululaistutkimus on kansainvälinen pitkittäistutkimus, jossa tarkastellaan monipuolisesti lasten ja nuorten terveyttä ja hyvinvointia. Kyselytutkimuksessa selvitettiin seitsemäs- ja yhdeksäsluokkalaisten nuorten syitä liikunnan harrastamiseen. Yleisimmät motiivit olivat halu pitää hauskaa, halu päästä hyvään kuntoon ja halu parantaa terveyttä. Työille erityisen tärkeää oli halu parantaa terveyttä ja näyttää hyvältä. Pojille taas hauskanpito ja hyvään kuntoon pääseminen olivat yleisimpiä liikunnan harrastamisen syitä. (Vuori ym. 2007). Painoon liittyviä asioita tytöt pitivät tärkeämpinä syinä liikkua kuin pojat. Lähes puolet kaikista tytöistä ilmoitti, että he liikkuvat, koska haluavat laihtua. Pojille lihasmassan kasvattaminen oli tärkeämpää kuin tytöille, noin puolet pojista piti sitä tärkeänä syynä harrastaa liikuntaa. (Ojala ym. 2006.) Aikuisten naisten tärkeimmät motiivit liikunnan harrastamiselle liittyvät usein rentoutumiseen, hyvän olon tuntemukseen ja esteettisiin kokemuksiin. Aikuisille miehille liikunta on useammin suorittamista: halua ponnistella ja rasittaa itseään. (Luoto 2004.)

Liikunnan arviointitutkimuksessa (Huisman 2004, 144–145) sekä yhdeksäsluokkalaisten tytöt että pojat mainitsivat koululiikunnassa myönteiseksi asiaksi sosiaalisen kanssakäymisen, kuten yhdessäolon kavereiden kanssa, joukkuepelaamisen tai yhteistyön. Samanlaisia tuloksia saivat myös Haapakorva ja Välivuori (2008, 81) pro gradu -tutkimuksessaan, jonka mukaan pro-sosiaalisuus oli tärkeää molemmille sukupuolille, mutta erityisen tärkeä liikuntamotiivi se oli tytöille.

Hyvinvointia koululiikunnalla -tutkimuksessa oppilaat pitivät koululiikunnassa tärkeänä opettajan toimintaan, liikunnanopetuksen resursseihin ja tunneilla viihtymiseen liittyviä asioita. Fyysinen aktiivisuus koululiikunnassa oli tärkeämpää pojille kuin tytöille. Tytöt taas pitivät omaan hyvinvointiin, liikunnanopetukseen ja resursseihin sekä tunnin ilmapiiriin liittyviä asioita tärkeämpinä kuin pojat. (Heikinaro-Johansson ym. 2008.) Myös autonomia näyttäisi olevan tärkeää nuorille liikuntatunneilla. Suuri osa tytöistä ja myös osa pojista haluaisi koululiikuntaan liikuntalajeja, joissa he voivat työskennellä omaan tahtiinsa. (Couturier, Chepko & Coughlin 2007 & Green 2008, 140.)

Kilpailu on etenkin pojille tärkeä syy harrastaa liikuntaa. Tutkittaessa koululaisten liikuntaan osallistumisen syytä kävi ilmi, että tytöistä noin puolet ja pojista neljä-viidesosaa piti kilpailullisista joukkuelajeista (Couturier ym. 2007). Myös muissa tutkimuksissa (Haapakorva & Väliuori 2008, 81; Huisman 2004, 89) kilpailu oli merkittävämpi liikuntamotiivi pojille kuin tytöille. Poikien voidaan siis sanoa olevan keskimäärin kilpailuorientoituneempia kuin tyttöjen. Kilpailuorientoituneille oppilaille liikunnassa tärkeää on voitto, menestys ja toisten oppilaiden päihittäminen. On kuitenkin huomattava, että sukupuoli ei välttämättä itsessään vaikuta nuoren liikuntaorientaatioon. Gillin (2005) mukaan kokemuksella on suurempi vaikutus kilpailuorientoituneisuuden kehittymiseen kuin sukupuolella. Pojat ovat keskimäärin harjoitelleet tyttöjä enemmän erilaisia liikuntasuorituksia, kokevat olevansa niissä hyviä ja haluavat siksi kilpailla toisia vastaan.

Tytöt ovat puolestaan keskimäärin tehtäväsuuntautuneempia liikkuja kuin pojat. Heidän liikuntamotivaationsa on sisäistä ja he liikkuvat, koska toiminta tuottaa nautintoa jo itsessään. (Green 2008, 149.) Tehtäväsuuntautuneille oppilaille tärkeitä asioita liikunnassa ovat yrittäminen, omien taitojen kehittyminen, onnistuminen ja omien tavoitteiden saavuttaminen. Vaikka tyttöjen ja poikien orientoituminen liikuntaan on osin erilaista, sekä tytöt että pojat olivat Liikunnan arviointitutkimuksen mukaan liikuntamotivaatioltaan enemmän tehtäväsuuntautuneita kuin kilpailusuuntautuneita (Huisman 2004, 89).

Gibbonsin ja Humbertin (2008) Kanadassa toteutetussa kyselytutkimuksessa selvitettiin tyttöjen koululiikuntamieltymyksiä. Vastauksista muodostettiin neljä luokkaa: monipuolisuus, osaaminen, terveys ja sukupuolten tasa-arvo. Monipuolisuus tarkoitti sitä, että tytöt halusivat koululiikuntaan vaihtelua ja eri liikuntalajeja sekä erityisesti sellaisia liikuntamuotoja, joita he voisivat kuvitella harrastavansa koulun loputtua, aikuisina. Osaamisen tunteita he saivat silloin, jos he onnistuivat tai kokivat olevansa muita parempia. Lisäksi he toivoivat, että heillä olisi riittävästi aikaa harjoitella uutta taitoa, ennen kuin se arvioidaan. Tutkimuksen perusteella tytöillä oli kohtuullinen käsitys liikunnan ja terveyden yhteyksistä ja he tiesivät myös ravinnon yhteyksistä terveyteen. Sukupuolten välisen tasa-arvon tytöt eivät kokeneet toteutuvan liikuntatunneilla, vaan heidän mielestään tunnit oli kohdistettu enemmän pojille. (Gibbons & Humbert 2008.)

2.3 Suosituimmat liikuntalajit ja liikuntaharrastamisen määrä

Tyttöjen ja poikien vapaa-aikanaan harrastamat lajit eroavat Suomessa toisistaan. Pojat harrastavat keskimäärin enemmän joukkuelajeja ja tytöt enemmän yksilölajeja (Heikinaro-Johansson ym. 2008; Huisman 2004, 73). Hyvinvointia koululiikunnalla -tutkimuksessa palloilu oli suosituin poikien harrastus, jonka jälkeen tulivat maastohiihto, luistelu ja lumilautailu. Tyttöillä suosituimpia talviajan harrastuksia olivat luistelu, maastohiihto ja eri pallopelit. (Heikinaro-Johansson ym. 2008.) Liikuntalajeja, joita Suomessa harrastivat pääsääntöisesti tytöt, olivat Kansallisen liikuntatutkimuksen (2006) mukaan aerobic, voimistelu, ratsastus, tanssi ja taitoluistelu. Tytöt myös suuntautuivat poikia useammin perusliikuntalajeihin, esimerkiksi juoksuun ja kävelylenkkeilyyn. Poikavaltaisia lajeja taas olivat jääkiekko, jalkapallo ja sähly. Poikien lajit olivat tyypillisesti kilpailullisia joukkuelajeja. (Kansallinen liikuntatutkimus 2005–2006.)

Hillin ja Cleven (2005) kyselytutkimuksen mukaan amerikkalaisnuoret suosivat koululiikunnassa koripalloa, amerikkalaista jalkapalloa, baseballia, uintia ja lentopalloa. Tytöt valitsivat mieluummin yksilölajeja, joissa ei ole fyysistä kontaktia ja pojat puolestaan suosivat kontaktilajeja. Myös Greenin (2008, 140) mukaan pojat osallistuisivat kontaktilajeihin ja peleihin mielellään. On syytä muistaa, että nämä tulokset eivät suoraan kuvaa suomalaisten nuorten suosimia koululiikuntamuotoja, vaan tarkastelussa on otettava huomioon liikuntakulttuurien väliset erot. Tulokset ovat kuitenkin suuntaa antavia: palloilu näyttäisi olevan suosittu koululiikuntamuoto.

Englannissa tyttöjen osallistuminen vapaa-ajan liikuntaan on poikia vähäisempää (Green 2008, 144). Suomessa taas tyttöjen ja poikien vapaa-ajan liikuntaharrastamisen määrässä ei ollut eroa Hyvinvointia koululiikunnalla -tutkimuksen (Heikinaro-Johansson 2008) mukaan. Suomalaiset pojat kuitenkin harrastivat kuormittavampaa liikuntaa kuin tytöt. Toisaalta Kouluterveyskyselyn mukaan Suomessa hieman suurempi osa yläkoulu- ja lukioikäisistä tytöistä (54–55 %) kuin pojista (49 %) harrasti riittämättömästi liikuntaa. Liian vähäiseksi liikunnan harrastamiseksi tutkimuksessa määriteltiin se, jos nuori harrasti liikuntaa vapaa-aikanaan harvemmin kuin neljä kertaa viikossa vähintään puolen tunnin ajan tai jos hän harrasti vähemmän kuin kaksi tuntia viikossa hengästyttävää tai hikoiluttavaa liikuntaa.

Liian vähän liikuntaa harrastaneiden osuudet ovat pienentyneet sekä tytöillä että pojilla, tytöillä kuitenkin huomattavasti nopeammin. (Luopa ym. 2010, 33.)

3 LIKUNNAN SISÄLLÖT YLÄKOULUSSA

3.1 Liikunnan sisällöt vuosien 1994 ja 2004 opetussuunnitelmissa

Keskeinen koululiikunnan sisältöihin vaikuttava tekijä on valtakunnallinen opetussuunnitelma. Se on määräävä asiakirja, jossa päätetään perusopetuksen kasvatus- ja opetustyöstä. Opettajan on toteutettava opetustaan opetussuunnitelman mukaan. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004, 10.) Seuraavaksi tarkastellaan lyhyesti sitä, mitä vuosien 1994 ja 2004 valtakunnalliset opetussuunnitelmat sanovat koululiikunnan tavoitteista ja sisällöistä. Opetussuunnitelmien tunteminen auttaa ymmärtämään 1990- ja 2000 -luvun liikunnanopetuksen sisältöjä. Myöhemmin esiteltävät suomalaiset koululiikunnan sisältöjä koskevat tutkimukset on toteutettu vuoden 1994 opetussuunnitelman voimassaoloaikana.

Vuoden 1994 valtakunnallinen opetussuunnitelma poikkesi edeltäjistään siten, että tavoitteet ohjasivat entistä selkeämmin sitä, millaisia sisältöjä ja työtapoja kussakin oppiaineessa tuli käyttää. Yläkoulun liikunnanopetuksessa korostettiin myönteisiä liikuntaelämyksiä, monipuolisia lajitaitoja ja uusiin liikuntamuotoihin tutustumista, nuoren itsetuntemuksen ja tunnetaitojen kehittämistä sekä oman kunnon hoitamiseen perehtymistä. Liikuntalajit olivat väline pyrittäessä näihin tavoitteisiin ja niiden valinta oli vapaa. Opettaja sai siis itse päättää liikunnan opetussisällöt, mutta hänen tuli kuitenkin huolehtia siitä, että sisältövalinnoin turvattiin oppilaiden perusmotoriikan kehittyminen ja opetuksen monipuolisuus. Opetussuunnitelma oli sukupuolineutraali, eli tyttöjä ja poikia ei siinä ollut huomioitu erikseen millään tavoin. (Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet 1994, 107–111.)

Valtakunnalliset opetussuunnitelmat uudistetaan ajoittain. Tällä hetkellä perusopetuksessa käytetään vuonna 2004 voimaan tullutta opetussuunnitelmaa. Tärkeimpiä tavoitteita yläkoulun liikunnassa ovat liikuntataitojen ja tietojen kehittäminen, sosiaalisten- ja yhteistyötaitojen harjoittelu sekä kasvaminen omaehtoiseen liikunnan harrastamiseen. Lisäksi opetuksessa pyritään antamaan oppilaalle mahdollisuuksia itseilmaisuun ja liikunnallisiin elämyksiin. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004, 249.)

Liikunnanopetukseen on määritelty joukko keskeisiä sisältöjä, joiden avulla opetussuunnitelman tavoitteisiin pyritään. Nämä keskeiset sisällöt ovat voimistelu, pallopelit, suunnistus ja retkeily, talviliikunta, uinti ja vesipelastus, musiikki- ja ilmaisuliikunta ja tanssi, toimintakyvyn kehittäminen ja lihahuolto, hypyt, juoksu ja heitot eri lajeissa sekä uusiin liikuntamuotoihin tutustuminen ja liikuntatietous. Perusteissa ei määrätä eri sisältöalueisiin käytettävää aikaa, mikä antaa opettajalle väljyyttä suunnitteluun. Opettaja voi myös halutesaan ottaa liikuntaohjelmaan muita sisältöjä keskeisten sisältöjen lisäksi. Tavoitteet ja sisällöt ovat samat tytöille ja pojille, mutta opetussuunnitelmassa kehoitetaan kuitenkin ottamaan huomioon sukupuolten erilaiset tarpeet sekä kasvun ja kehityksen erot. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004, 249–250.)

3.2 Liikunnan sisällöt tyttöjen ja poikien opetuksessa

Vuoden 1994 opetussuunnitelman voimassaoloaikana yleisimpiä koululiikunnan lajisisältöjä olivat pesäpallo, koripallo, yleisurheilu, jääkiekko, salibandy, lentopallo, suunnistus, jalkapallo, kuntoharjoittelu ja telinevoimistelu. Koululiikunnan keskeisen sisällön muodostivat siis joukkuepallopelit, perus- ja kuntoliikunta sekä suunnistus (Heikinaro-Johansson & Telama 2005; Huisman 2004, 97–98). Talviliikuntalajeista eniten opetettiin luistelua ja jääpelejä. Hiihtoa opetettiin noin puolelle oppilaista. Ulkoliikuntamuodoista opetuksessa keskityttiin suunnistukseen ja yleisurheiluun. Vähiten opetettuja liikuntamuotoja olivat retkeily, lumilautailu ja laskettelu, joita oli opetettu alle neljäsosalle oppilaista. (Huisman 2004, 97–98.)

Tyttöjen ja poikien liikunnan sisällöt ovat osin erilaisia. Liikunnan arvioinnin (Huisman 2004, 98) mukaan rentoutusharjoituksia, tanssia, aerobicia ja voimistelua oli opetettu suuremmalle osalle tytöistä kuin pojista. Laskettelu ja jääkiekkoa/ringetteä oli puolestaan opetettu yleisemmin pojille kuin tytöille. Arvioinnissa oppilailta kysyttiin, oliko heille yläkouluun aikana opetettu tiettyä liikuntamuotoa, vai ei. Tulos ei siis kerro eri lajien opetuksen määrästä, vaan vain siitä, mitä liikuntamuotoja opetuksessa on ollut.

Naisopettajat opettivat eniten pesäpalloa, koripalloa, yleisurheilua, salibandya/sählyä ja suunnistusta, miesopettajat puolestaan jääpelejä, jalkapalloa, pesäpalloa, koripalloa ja salibandya/sählyä (Karjalainen 2002, 75). Suomessa liikuntaa opetetaan tavallisimmin erillisryhmissä, joissa opettaja on samaa sukupuolta kuin oppilaat. Näin ollen se, mitä mies- ja naisopettajat ovat liikunnassa opettaneet, kuvaa varsin hyvin sitä, millaisia sisältöjä poikien ja tyttöjen liikuntaohjelmissä on ollut. Poikien liikunta oli siis palloilupainotteista, tyttöjen liikunnassa oli palloilun lisäksi perusliikuntaa ja suunnistusta.

Koulut ja liikunnanopettajat ovat erilaisia ja joissain kouluissa tyttöjen ja poikien opetus voi erota keskimääräistä enemmän. Berg (2010) tutki peruskoulun 7. luokkalaisten liikuntatunteja etnografisin menetelmin yhdessä pääkaupunkiseudulla sijainneessa peruskoulussa. Hänen tutkimassaan koulussa pojille ei opetettu lainkaan aerobicia, luistelua, musiikkiliikuntaa, sulkapalloa, kuntosalityöskentelyä, leikkejä, käsipalloa ja kuntopiiriä. Jääkiekko oli ainut sellainen liikuntamuoto, jota koulussa opetettiin vain pojille. Kyseisessä koulussa tyttöjen liikunnanopetus oli sisällöltään huomattavasti monipuolisempaa kuin poikien. (Berg 2010, 98.)

3.3 Sisällöt lääneittäin ja kuntaryhmittäin

Liikunnan arvioinnin (Huisman 2004, 99) mukaan liikunnan sisällöt vaihtelivat läänien välillä vain vähän. Maastohiihto oli verrattain suosittua Itä-Suomen, Oulun ja Lapin lääneissä, joissa oppilaista vähintään kaksi kolmasosaa ilmoitti hiihtäneensä yläasteen aikana. Vastaavasti Etelä- ja Länsi-Suomen lääneissä maastohiihtoon ilmoitti osallistuneensa alle puolet kaikista oppilaista. Samanlaisia tuloksia maastohiihdon opetuksesta lääneittäin sai myös Karjalainen tutkimuksessaan (2002, 77). Myös uinnin opetuksessa oli Liikunnan arvioinnin (Huisman 2004, 99, 101) mukaan eroja läänien välillä. Kouluja, joissa uintia ei opetettu lainkaan, oli eniten Itä-Suomen ja Lapin lääneissä. Uinnin opetuksen määrään vaikuttavat usein koulun alueellinen sijainti ja käytettävissä olevat resurssit.

Karjalaisen (2002, 75) pro gradu -tutkimuksessa selvitettiin liikunnan sisältöjä paikkakunnan koon mukaan. Paikkakunnat luokiteltiin kolmeen ryhmään siten, että pienissä kunnissa

oli alle 14000 asukasta, keskisuurissa kunnissa 14000–76000 asukasta ja suurissa kunnissa yli 76000 asukasta. Tulosten mukaan pienillä paikkakunnilla opetettiin enemmän maasto-hiihtoa ja suunnistusta kuin suuremmilla paikkakunnilla. Muiden lajien opetuksen määrää erikokoisilla paikkakunnilla ei raportoitu.

4 LIKUNNAN OPETUSRYHMÄT

4.1 Katsaus liikunnan opetusryhmien muodostamistapaan eri maissa

Erillisopetus tarkoittaa poikien ja tyttöjen opettamista oppilaan sukupuolen mukaan jaetuissa *erillisryhmissä*. *Yhteisopetuksella* taas tarkoitetaan tyttöjen ja poikien opettamista yhdessä, samassa ryhmässä. Tällaista ryhmää kutsutaan *sekaryhmäksi*. Vaihtoehtoisesti sekaryhmässä annettua opetusta voidaan kutsua myös *sekaryhmäopetuksiksi*. (Kuusi, Jakkusihvonen & Koramo 2009, 23–24.)

Pühse ja Gerber (2005) ovat tehneet laajan kartoituksen liikunnanopetuksen käytänteistä eri maissa. Tutkimukseen osallistui 35 maata. Aineisto kerättiin siten, että jokaisen osallistujamaan koululiikunnan asiantuntijat raportoivat oman maansa liikunnanopetuksen toteutustavoista. Tutkimuksessa selvitettiin muun muassa sitä, toteutetaanko liikunnanopetus tavallisimmin erillis- vai yhteisopetuksena. Taulukossa 1 on kuvattu sitä, millaisessa opetusryhmässä liikunnanopetus eri maissa yleensä tietyllä kouluasteella toteutetaan. Lisäksi taulukkoon on koottu kommentteja koskien liikuntaryhmien muodostamistapaa.

Tarkastelemalla eri maiden opetuksen käytänteitä voidaan havaita, että monissa maissa opetusryhmän koostumus myös vaihtelee sen mukaan, millä luokka-asteella oppilaat opiskelevat liikuntaa. Ensimmäisten kouluvuosien aikana sekaryhmäopetus on tavallista. Ainoastaan Ranskassa alakoulun oppilaita opetetaan vain erillisryhmissä (Wallian & Gréhaigne 2005). Suomessa ja Itävallassa oppilaita opetetaan alakoulun aikana sekä sekaryhmissä että erillisryhmissä. Suomessa on tavallisinta toteuttaa opetus siten, että luokilla 1 ja 2 tyttöjä ja poikia opetetaan yhdessä, jonka jälkeen siirrytään erillisopetukseen. (Grössing, Recla & Recla 2005; Heikinaro-Johansson & Telama 2005.)

Murrosikäisten opetuksessa erillisopetus koetaan sekaryhmää parempana vaihtoehtona Itävallassa, Unkarissa, Suomessa ja Kanadassa. Erillisopetusta perustellaan tyttöjen ja poikien kehityksen erilaisuudella ja tasoeroilla eri liikuntamuodoissa. (Grössing, Recla & Re-

cla 2005; Heikinaro-Johansson & Telama 2005; Rivard & Beaudoin 2005; Vass 2005.) Ranskassa liikunnanopetus toteutetaan muutoin erillisryhmissä, mutta 12–14 -vuotiaalle liikuntaa opetetaan sekaryhmissä. Tätä perustellaan sillä, että yhteisopetuksen koetaan edistävän positiivista oppimisilmapiiriä. (Wallian & Gréhaigne 2005.)

Yhteisopetusta perustellaan sillä, että sen koetaan tukevan koulun kasvatuksellisia tavoitteita ja edistävän sukupuolten tasa-arvoa. Tyttöjen ja poikien sosiaalistamista samoihin liikuntamuotoihin pidetään tärkeänä ja koetaan, että yhteisopetuksessa tytöt ja pojat voivat oppia asioita toisiltaan. (Annerstedt 2005; Balz & Neumann 2005; Kellis & Mountakis 2005; Rønholt 2005.) Yhteisopetuksen ongelmiksi nähdään monissa maissa tyttöjen ja poikien väliset erot taidoissa ja käyttäytymisessä. Erityistä haittaa opettajat kokevat yhteisopetuksesta olevan liikunnassa heikoille tytöille. Pojat vievät sekaryhmissä opettajan huomion, jolloin opettaja ei ehdi opastaa ja kannustaa niitä, jotka tarvitsisivat eniten tukea oppimiseensa. (Annerstedt 2005; Balz & Neumann 2005; Heikinaro-Johansson & Telama 2005.)

Tärkeää maiden välisessä vertailussa on huomata se, että lähes jokaisessa koulujärjestelmässä on tilanteita, joissa voidaan poiketa totutusta opetusryhmien koostumuksesta. Esimerkiksi tiettyjä liikuntamuotoja voidaan opettaa vain toiselle sukupuolelle tai samaa liikuntamuotoa voidaan opettaa tytöille ja pojille erikseen. Samoin maissa, joissa erillisopetus on tavallisin opetusmuoto, voidaan tyttöjä ja poikia opettaa toisinaan yhdessä.

TAULUKKO 1. Tyttöjen ja poikien yhteis- ja erillisopetus eri maissa (kooste teoksesta Pühse & Gerber 2005).

Sekä yhteisopetusta että erillisopetusta kouluasteesta riippuen			
Valtio	Kouluaste	Opetus	Kommentteja
Ranska (Wallian & Gréhaigne 2005)	alakoulu	erikseen	Yhteisopetus tukee kasvatuksellisten päämäärien saavuttamista ja positiivista oppimisilmapiiriä.
	yläkoulu	yhdessä	
	2. aste	erikseen	
Itävalta (Grössing, Recla & Recla 2005)	alakoulu	yhdessä/ erikseen	Kehityspsykologia tukee liikunnan opettamista erillisryhmissä. Yhteisopetuksella nähdään mahdollisuuksia sukupuoliroolien purkajana.
	yläkoulu	erikseen	
	2. aste	erikseen	
Unkari (Vass 2005)	alakoulu	yhdessä	Tytöille ja pojille on määritelty opetus-suunnitelmassa osin erilaiset liikunnan sisällöt. Tyttöjen ja poikien kehitys on erilaista, joten eri sukupuolet vaativat myös erilaisia opetusmenetelmiä.
	yläkoulu	erikseen	
	2. aste	erikseen	
Suomi (Heikinaro-Johansson & Te-lama 2005)	alakoulu	yhdessä/ erikseen	Opettajat kokevat, että yhteisopetuksen ongelmiksi tyttöjen ja poikien väliset erot ja sen, että pojat dominoivat opetustilanteita. Opettajien mielestä yhteisopetuksesta kärsivät erityisesti liikunnassa heikot tytöt.
	yläkoulu	erikseen	
	2. aste	erikseen	
Kanada (Rivard & Beaudoin 2005)	alakoulu	yhdessä	Yläkoulussa opettajat kokevat, että tytöt ja pojat tarvitsevat erilaista opetusta, jotta he saisivat positiivisia oppimiskokemuksia.
	yläkoulu	yhdessä/ erikseen	
	2. aste	yhdessä	

Taulukko jatkuu seuraavalla sivulla.

Vain yhteisopetusta			
Valtio	Kouluaste	Opetus	Kommentteja
Yhdysvallat (Feingold & Holland-Florentino 2005)	alakoulu	yhdessä	Yhteisopetuksesta on säädetty laissa. Joi- tain erityisiä liikuntamuotoja voidaan tosin opettaa tytöille ja pojille erikseen.
	yläkoulu	yhdessä	
	2. aste	yhdessä	
Ruotsi (Annerstedt 2005)	alakoulu	yhdessä	Yhteisopetus edistää sukupuolten tasa- arvoa. Osa opettajista pitää yhteisopetusta epämukavana ja sen nähdään aiheuttavan haittaa tytöille.
	yläkoulu	yhdessä	
	2. aste	yhdessä	
Saksa (Balz & Neu- mann 2005)	alakoulu	yhdessä	Yhteisopetus koetaan ongelmalliseksi tyt- töjen ja poikien välisten kehitys- ja käyt- täytymiserojen vuoksi. Yhteisopetuksen koetaan myös haittaavan tyttöjen oppimis- ta. Tällä hetkellä trendi on kohti eriyte- tymppää ja harkitumpaa yhteisopetusta.
	yläkoulu	yhdessä	
	2. aste	yhdessä	
Kreikka (Kellis & Moun- takis 2005)	alakoulu	yhdessä	Yhteisopetuksen hyötynä nähdään se, että tytöt ja pojat sosiaalistetaan liikuntaan yh- täläillä. Haittana nähdään suuret taitoerot tyttöjen ja poikien välillä joissain liikun- tamuodoissa.
	yläkoulu	yhdessä	
	2. aste	yhdessä	
Tanska (Rønholt 2005)	alakoulu	yhdessä	Joillakin ikäluokilla yhteisopetus tuottaa haastetta, mutta hyödyt koetaan haittoja suurempina. Tytöt ja pojat oppivat toisil- taan.
	yläkoulu	yhdessä	
	2. aste	yhdessä	

4.2 Erillisopetus

Suomessa liikunnan erillisopetuksella on pitkät perinteet. Liikunta on ainut oppiaine, jota peruskoulussa pääsääntöisesti opetetaan erillisryhmissä. Erillisopetus nähdään toisinaan ongelmallisena tasa-arvon kannalta, sillä se voi asettaa tytöt ja pojat erilaiseen asemaan. Tyttöjen ja poikien opettamista omissa ryhmissään perustellaan sillä, että etenkin murrosiässä tytöt ja pojat kehittyvät eri tahtia ja tasoerot liikunnassa ovat suuria. Myös opetussuunnitelmassa kehoitetaan ottamaan huomioon tyttöjen ja poikien erilaiset tarpeet sekä kasvun ja kehityksen erot (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004, 249–250). Erillisryhmän liikunnanopettaja on Suomessa tavallisesti samaa sukupuolta kuin oppilaansakin.

Murrosiässä tyttöjen ja poikien kehitys eroaa siten, että tyttöjen murrosikä alkaa keskimäärin noin puolitoista vuotta poikien murrosikää ennen. Puberteetin aikana tyttöjen ja poikien suorituskyky muuttuu, pitkälti sukupuolihormonien vaikutuksesta. Tytöt saavuttavat murrosiän keskimäärin 8–12 -vuotiaina ja pojat keskimäärin noin 10–14 -vuotiaina. (Wilmore & Costill 2004, 572.) Myös tyttöjen ja poikien liikunnallinen kehitys on osin erilaista. Pojilla lihaskunnan kehitys on nopeimmillaan 14 ja 15 ikävuoden välillä. Tyttöjen suhteellinen lihaskunto kehittyy hitaammin kuin poikien ja jopa heikkenee murrosiän aikana. Nopeudessa tytöt kehittyvät poikia nopeammin. Tasapainokyvyn kehityksessä tytöt ja pojat etenevät melko samankaltaisesti, tyttöjen tasapainosuoritukset ovat kuitenkin keskimäärin parempia kuin poikien (Nupponen 1997, 125–128.)

Treanorin, Graberin, Housnerin ja Wiegandin (1998) tutkimuksessa kartoitettiin oppilaiden mielipidettä siitä, millaisessa liikunnan opetusryhmässä he kokevat oppivansa ja viihtyvänsä parhaiten. Tutkimus toteutettiin siten, että oppilaita opetettiin ensin sekaryhmässä noin puolet lukuvuodesta, jonka jälkeen opetus muutettiin erillisryhmäopetukseksi. Lukukauden lopussa, kun molemmat opetusjaksot olivat ohi, oppilaat vastasivat kyselyyn. Sekä tytöt ja pojat kokivat, että erillisryhmissä he suoriutuivat paremmin, heidän pelaamisensa joukkuepeleissä oli parempaa, he saivat enemmän mahdollisuuksia harjoitteluun ja pelkäsivät vähemmän tapaturmia kuin sekaryhmissä. Lisäksi pojat kokivat myös, että erillisryhmässä

he kilpailivat kovemmin, oppivat enemmän ja käyttäytyivät paremmin. Oppilaat siis pitivät enemmän erillis- kuin sekaryhmäopetuksesta. Ainut seikka, joka tässä tutkimuksessa tuki yhteisopetusta, oli se, että sekaryhmässä tytöt kokivat kilpailevansa kovemmin kuin erillisryhmässä. (Treanor ym. 1998.)

Myös tyttöjen opetukseen keskittynyt Derryn ja Phillipsin (2004) tutkimus puoltaa erillisopetusta; erillisopetuksessa naispuoliset oppilaat voivat heidän mukaansa saavuttaa positiivisemmän oppimiskokemuksen kuin sekaryhmäopetuksessa. Tutkijat perustelivat väitettään sillä, että heidän tutkimuksessaan tytöt osallistuivat ja aktiivisesti harjoittelivat ajallisesti lähes 50 % enemmän erillis- kuin yhteisopetuksessa. Erillisryhmässä tytöt lisäksi toimivat vuorovaikutteisemmin ja ottivat enemmän kontaktia opettajaansa kuin sekaryhmässä. Myös naispuolisten opettajien toiminta oli tehokkaampaa heidän opettaessaan erillisryhmää: he käyttivät sekaryhmäopetuksessa huomattavasti enemmän aikaa organisointiin ja tunnin hallintaan kuin erillisopetuksessa. Näin ollen erillisopetuksessa aikaa oli enemmän oppilaiden aktiiviseen toimintaan. Tutkimuksen oppilaat olivat 12–15 -vuotiaita. Tutkimus toteutettiin videoinnin ja kyselyn avulla. (Derry & Phillips 2004.)

Tasa-arvolain mukaan koulun tulee tarjota molemmille sukupuolille samanlaiset mahdollisuudet koulutukseen (Tasapeli 2005). Olisi kuitenkin muistettava, että tasa-arvoa ei ole se, että tytöistä ja pojista pyritään tekemään samanlaisia. Parhaiten sukupuolten välistä yhdenvertaisuutta edistetään ottamalla huomioon sekä tytöt että pojat. (Syrjäläinen & Kujala 2010.)

4.3 Sekaryhmäopetus

Eklund selvitti väitöstutkimuksessaan (1996) liikunnanopettajien kokemuksia liikunnan sekaryhmäopetuksesta. Kyseessä oli kyselytutkimus, johon osallistui 256 liikunnanopettajaa. Opettajista yli puolet opetti liikuntaa joko yläkoulussa tai lukiassa. Loppuosa vastaajista opetti liikuntaa jossain muussa oppilaitoksessa, oli työelämän ulkopuolella tai opiskeli. Vastaajista 70 % oli suomenkielisiä ja 30 % ruotsinkielisiä. Miehiä ja naisia tutkimuksessa oli mukana suunnilleen yhtä paljon. (Eklund 1996, 91–96.)

Tutkimuksen mukaan opettajista vain 12 prosentilla ei ollut lainkaan kokemusta sekaryhmän opettamisesta liikunnassa muussa lajissa kuin paritansseissa. 8 prosentissa yläkouluista ja 7 prosentissa lukioista oli liikunnassa käytössä pysyvät sekaryhmät, eli kaikki liikuntalajit opetettiin tytöt ja pojat yhdessä. (Eklund 1996, 109, 114.) Suomessa sekaryhmäopetukseen päädytään useimmiten silloin, jos koulu on niin pieni, ettei tytöille ja pojille saada järkevästi muodostettua omia liikuntaryhmiä. Kouluissa, joissa on alle 50 oppilasta, sekaryhmäopetus liikunnassa on tavallista. (Heikinaro-Johansson & Telama 2005.)

Tavallisin tapa organisoida sekaryhmäopetus oli Eklundin tutkimuksen (1996) mukaan yhdistää tyttö- ja poikaryhmä yhdeksi suureksi liikuntaryhmäksi. Opettajista yli 80 prosenttia vastasi, että näin oli heidän koulussaan toimittu. Tällaista suurta liikuntaryhmää opettivat tavallisesti mies- ja naisopettaja yhdessä. Suuria sekaryhmiä muodostettiin kouluissa usein myös käytännön syistä, esimerkiksi silloin, jos toinen opettajista oli sairaana. Toinen hyvin yleinen tapa organisoida sekaryhmäopetusta oli se, että oppilas sai valita kahden tai useamman liikuntaohjelman välillä sukupuolestaan huolimatta. Muita tapoja olivat tyttöryhmän ja poikaryhmän jakaminen kahdeksi tasakokoiseksi sekaryhmäksi, siten että molemmille opettajille tuli oma sekaryhmä sekä pysyvien sekaryhmien käyttö joillain luokilla koko vuoden ajan. (Eklund 1996, 115.)

Liikunnanopettajien positiiviset kokemukset sekaryhmäopetuksesta liittyivät Eklundin (1996) tutkimuksessa erityisesti tunnilla vallitsevaan sosiaaliseen ilmapiiriin sekä opetukseen ja oppimiseen liittyviin asioihin. Sekaryhmäopetuksen koettiin kehittävän luokkahenkeä, lisäävän ymmärrystä toista sukupuolta kohtaan, parantavan yhteistyötaitoja ja vähentävän kilpailuhenkisyyttä oppitunneilla. Myös Heikinaro-Johanssonin ja Telaman (2005) mukaan sekaryhmäopetuksen koettiin edistävän oppituntien sosiaalista ilmapiiriä ja tyttöjen ja poikien välistä suhdetta. Sekaryhmäopetuksen etuna Eklundin (1996) mukaan pidettiin myös sitä, että jos sekaryhmässä oli kaksi opettajaa, opettajat pystyivät tarjoamaan erityyppistä ohjelmaa ja mahdollisesti eriyttämään opetusta. Opettajat kokivat, että tytöt hyötyivät poikien läsnäolosta, sillä heidän mielestään sekaryhmäopetus toi peleihin vauhtia ja paransi tyttöjen palloilutaitoja. (Eklund 1996, 117–119.)

Liikunnanopettajien negatiiviset kokemukset sekaryhmäopetuksesta liittyivät Eklundin (1996) mukaan kurinpitoon, tyttöjen ja poikien välisiin eroihin ja oppilaiden fyysisiin ja lajikohtaisiin kehittymismahdollisuuksiin. Etenkin naisopettajat kokivat, että sekaryhmissä kurinpito oli haastavaa. Opettajat mainitsivat ongelmana tyttöjen ja poikien fyysiset erot, mutta erityisesti tyttöjen ja poikien väliset tasoerot erilaisissa taidoissa. Etenkin tyttöjen heikot palloilutaidot koettiin haasteeksi sekaryhmäopetuksen kannalta. Jonkin verran opettajat kokivat poikien dominoivan liikuntatilannetta. (Eklund 1996, 121–125.) Heikinaro-Johansson ja Telama (2005) ovat myös raportoineet samasta ongelmasta ja näkevät sen erityisen merkittäväksi, koska poikien dominoidessa liikuntatilannetta heikot tytöt jäävät helposti syrjään. Ongelmia aiheutti myös oppilaiden heikko asenne sekaryhmäopetukseen (Eklund 1996,124).

Eklundin (1996) tutkimuksessa kolme neljästä opettajasta suhtautui pääosin positiivisesti sekaryhmäopetukseen ja kaksi kolmesta arvioi myös kollegansa suhtautumisen olevan positiivista. Myös rehtoreiden suhtautumista sekaryhmäopetukseen piti 60 prosenttia opettajista positiivisena. Opettajat arvioivat kuitenkin oppilaiden asennoitumisen sekaryhmäopetukseen melko negatiiviseksi, he uskoivat, että tytöistä hieman yli 40 ja pojista vain 25 prosenttia piti sekaryhmäopetusta positiivisena. (Eklund 1996, 130.) Eklundin (1996) mukaan opettajat kokivat sekaryhmäopetuksen sopivan erittäin hyvin alakouluun ja keskiasteen kouluihin ja instituutteihin. Huonoimmin sekaryhmäopetuksen koettiin sopivan yläkouluun. (Eklund 1996, 137.)

Opetusryhmän koostumuksen vaikutusta fyysisen aktiivisuuden määrään ja kuormittavuuteen liikuntatunneilla on tutkittu paljon ja tulokset ovat olleet osin ristiriitaisia (Hannon & Ratliffe 2005; McKenzie, Prochaska, Sallis & La Master 2004; McKenzie ym. 2006; Van Acker, Carreiro da Costa, De Bourdeaudhuij, Gardon & Haerens 2010). McKenzien ym. (2006) ja Hannonin ja Ratliffen (2005) mukaan opetusryhmän koostumuksella ei ollut vaikutusta tyttöjen fyysiseen aktiivisuuteen liikuntatunneilla. Fyysisen aktiivisuuden määrään vaikuttavia tekijöitä nähtiin olevan ryhmäkoostumuksen sijaan liikuntapaikka ja lajisisältö.

Tytöt olivat aktiivisempia oppitunneilla, joissa oli kuntoharjoittelua, taitoharjoittelua tai pelaamista ja silloin, jos kyseessä oli ulkona harrastettava laji. (McKenzie ym. 2006.)

Toisaalta McKenzie ym. (2004) saivat sen suuntaisia tuloksia, että opetusryhmällä olisi vaikutusta tyttöjen aktiivisuuden määrään. Liikuntaryhmissä, joissa oli vain tyttöjä, fyysinen rasitus taso jäi alhaisemmaksi kuin seka- tai poikaryhmissä. Sekaryhmien liikuntatunneilla poikien fyysinen aktiivisuus oli korkeampaa kuin tyttöjen. Tyttöryhmissä käytettiin huomattavasti enemmän aikaa taitoharjoituksiin ja vähemmän aikaa pelaamiseen kuin poikaryhmissä. Taitoharjoitteet ovat usein luonteeltaan vähemmän rasittavia kuin esimerkiksi peliharjoitteet. (McKenzie ym. 2004).

Van Ackerin ym. (2010) mukaan tyttöjen osallistumista sekaryhmien liikuntatunneilla voitiin tukea erityisillä olosuhteilla, kuten muokatuilla pelimuodoilla ja kaikki oppilaat huomioivalla palautteella. Belgiassa ja Portugalissa toteutettuun tutkimukseen osallistuneet oppilaat olivat 13-vuotiaita ja liikuntatuntien sisältöaiheena oli korfpallo. Sovelletuilla liikuntatunneilla tytöt olivat keskimäärin aktiivisempia kuin pojat. Sekaryhmissä sekä tyttöjen että poikien fyysinen aktiivisuus oli keskimäärin korkeampaa kuin erillisryhmissä. Tuloksissa ei ollut eroa maiden välillä. (Van Acker ym. 2010.)

Ruotsissa liikuntaa opetetaan pääosin sekaryhmissä. Siellä koululiikunta koostuu lajeista, jotka ovat vapaa-ajalla suosittumia poikien kuin tyttöjen keskuudessa (Redelius, Fagrell & Larsson 2009). Myös Gibbonsin ja Humbertin (2008) etnografinen tutkimus antoi viitteitä siitä, että sekaryhmissä opetus etenee yleensä poikien mielenkiinnon mukaan. Tutkijoiden mukaan poikien negatiivinen käytös saattoi estää opettajaa ottamasta laajempaa valikoimaa liikuntamuotoja opetukseensa.

Oppilaiden suhtautuminen sekaryhmäopetukseen vaikuttaisi olevan ristiriitaista. Vaikka tyttö-oppilaat Gibbonsin ja Humbertin (2008) tutkimuksessa eivät pitäneet poikien käyttäytymisestä heidän yhteisillä liikuntatunneillaan, vain harva tytöistä halusi erillisiä liikuntaryhmiä tytöille ja pojille. Tytöt halusivat enemmänkin näyttää pojille, että he ovat yhtä hyviä liikunnassa kuin pojat. Pojat näyttäisivät suosivan sekaryhmäopetusta tyttöjä enemmän,

mikä voi johtua siitä, että sekaryhmä on monille pojille edullisempi oppimisympäristö kuin tytöille (Hill & Cleve 2005).

5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSONGELMAT

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää yhdeksäsluokkalaisten tyttöjen ja poikien kokemuksia koululiikunnasta, vertailla koululiikunnan sisältöjä sukupuolten, läänien ja kuntaryhmien välillä sekä kartoittaa oppilaiden mielipiteitä ja kokemuksia sekaryhmäopetuksesta. Tutkimus on osa Opetushallituksen Liikunnan oppimistulosten seuranta - arviointia 2010 (Palomäki & Heikinaro-Johansson 2011).

Tutkimuskysymykset:

1. Millaisia ovat oppilaiden koulu- ja liikuntakokemukset?
 - 1.1 Miten oppilaat suhtautuvat koulunkäyntiin ja koululiikuntaan?
 - 1.2 Mitkä asiat ovat olleet oppilaille mieluisimpia koululiikunnassa yläkoulun aikana?
 - 1.3 Mitkä asiat ovat olleet oppilaille ikävimpiä koululiikunnassa yläkoulun aikana?
2. Millaisia liikuntamuotoja koululiikunnassa opetetaan?
 - 2.1 Miten liikunnan sisällöt eroavat tyttöjen ja poikien, kuntaryhmien ja läänien välillä?
 - 2.2 Mitkä ovat oppilaille mieluisimpia koululiikuntamuotoja?
 - 2.3 Mitkä ovat oppilaille epämieluisimpia koululiikuntamuotoja?
3. Kuinka yleistä sekaryhmäopetus on liikunnassa ja miten se toteutetaan?
 - 3.1 Kuinka paljon liikuntaa opetetaan sekaryhmissä?
 - 3.2 Millaisessa opetusryhmässä oppilaat kokevat viihtyvänsä parhaiten liikuntatunnilla?
 - 3.3 Millaiset liikuntamuodot ovat toteutuneet sekaryhmäopetuksessa?
 - 3.4 Millaisia kokemuksia oppilailla on sekaryhmäopetuksesta?

6 TUTKIMUSMENETELMÄT

6.1 Tutkimuksen lähtökohdat

Tutkimus on osa Opetushallituksen Liikunnan oppimistulosten seuranta - arviointi 2010-tutkimusta. Kansallisten oppimistulosarviointien tarkoituksena on kerätä tietoa siitä, miten opetussuunnitelman tavoitteet on opetuksessa saavutettu. Lisäksi arviointien avulla tarkastellaan koulutuksellisen tasa-arvon toteutumista maassamme ja niitä käytetään opetuksen ja opetussuunnitelmien kehittämiseen. (Metsämuuronen 2009.) Perusopetuslain nojalla opetuksen järjestäjät ovat Suomessa velvollisia osallistumaan toimintansa ulkopuoliseen arviointiin (Perusopetuslaki 21.1.2003 /32, 21§). Koulut eivät voi siis kieltäytyä ottamasta osaa kansallisiin oppimistulosarviointeihin.

Ensimmäinen liikunnan kansallinen oppimistulosten arviointi toteutettiin vuonna 2003 Opetushallituksen toimesta. Arvioinnissa tutkittiin yhdeksäsluokkalaisten kuntoa, liikuntaaktiivisuutta ja koululiikuntaan asennoitumista. Tutkimusajankohtana perusopetuksessa noudatettiin vuoden 1994 valtakunnallista opetussuunnitelmaa. Tutkimusaineisto koostui oppilaskyselyistä ja kunto- ja liikehallintatesteistä. Arviointitietoja kerättiin 100 suomenkielisestä ja 11 ruotsinkielisestä koulusta, jotka edustivat kattavasti eri läänejä, kuntaryhmiä ja EU-tavoitealueita. Oppilaskyselyyn vastasi 2789 poikaa ja 2659 tyttöä. (Huisman 2004.)

Liikunnan oppimistulosten seuranta -arvioinnin 2010 toteutti Opetushallituksen toimeksiannosta Jyväskylän yliopiston Liikuntatieteiden laitos. Tutkimusajankohtana opetuksessa noudatettiin vuoden 2004 valtakunnallista opetussuunnitelmaa. Tutkimuksen tarkoituksena oli tutkia yhdeksäsluokkalaisten kuntoa, fyysistä aktiivisuutta ja koululiikuntaan asennoitumista perusopetuksen päättövaiheessa. Seuranta- arviointi toteutettiin pitkälti samoin kuin aiempi arviointi, koska tavoitteena oli tuottaa luotettavaa vertailutietoa. (Palomäki & Heikinaro-Johansson 2011.) Seuraavissa luvuissa kerrotaan tarkemmin arvioinnin kohdejoukosta, aineistonkeruusta, menetelmistä ja luotettavuudesta, siltä osin kun ne liittyvät tähän tutkimukseen.

6.2 Tutkimuskohde ja aineistonkeruu

Tutkimuksen kohteena olivat peruskoulun yhdeksäsluokkalaiset. Yhdeksäsluokkalaisia tutkittiin, koska haluttiin saada kuva oppilaiden osaamisesta peruskoulun lopussa. Tutkimusotanta suunniteltiin ja tehtiin Opetushallituksessa. Otanta oli otosperusteinen ja se tehtiin siten, että mukaan kutsutut koulut edustivat kattavasti eri läänejä, kunta- ja kieliryhmiä ja erikokoisia kouluja. Tutkimuksessa oli mukana oppilaita 51 eri koulusta. Kouluista neljä oli ruotsinkielisiä. Oppilaskyselyyn vastasi 819 poikaa ja 800 tyttöä, eli yhteensä 1619 oppilasta. Poikia oli 50,6 % otoksesta ja tyttöjä 49,4 %. Oppilaiden keskimääräinen ikä oli 15 vuotta. Koska opetushallituksen järjestämiin opetuksen arviointeihin on kouluilla velvollisuus osallistua, tulokset saatiin kerättyä kaikista tutkimukseen valituista 51 koulusta. (Palomäki & Heikinaro-Johansson 2011.)

Arviointimateriaalit toimitettiin tutkimukseen valituille kouluille helmikuussa ja aineistonkeruu toteutettiin maaliskuussa 2010. Arvioinnin vastuuhenkilöinä kouluissa toimivat rehtorit. Oppilaskyselyyn vastaaminen toteutettiin siten, että kyselyn valvojana oli rehtorin valitsema opettaja, joka sai ohjeet kyselyn järjestämiseen. Kaikkien koulun oppilaiden, jotka osallistuivat tutkimukseen, tuli vastata kyselyyn samana aikana. Kyselyyn vastaamiseen oli varattu aikaa kaksi oppituntia ja oppilas sai poistua luokasta vasta 45 minuutin kuluttua vastaamisen alkamisesta. Valvojan opettajan tuli tarkastaa oppilaan palauttaessa kyselyään, että kaikkiin kysymyksiin oli vastattu asiallisesti. Rehtoreiden tuli postittaa arviointiaineisto maaliskuun 2010 lopussa Liikuntatieteiden laitokselle. (Palomäki & Heikinaro-Johansson 2011.)

6.3 Oppilaskysely

Tutkimusaineisto kerättiin kyselyllä, jossa kartoitettiin oppilaan liikuntatietämystä, liikuntaharrastamista ja fyysistä aktiivisuutta, käsitystä liikunnan opiskelusta sekä suhtautumista kouluun ja koululiikuntaan. Liikuntaan liittyvien asioiden lisäksi lomakkeissa kysyttiin oppilaan ikää, sukupuolta ja painoa. Se, mihin lääneihin ja kuntaryhmään jokainen oppilas kuului, oli määritettävissä lomakkeisiin jälkepäin lisätystä koulun koodista. Tässä tutkimuk-

nessä tarkasteltiin kahdeksaa eri kysymystä oppilaskyselystä. Tässä tutkimuksessa käytetyt kysymykset on esitetty liitteessä 1.

Oppilaan yleistä suhtautumista kouluun ja koululiikuntaan selvitettiin kysymyksillä: ”Mitä mieltä olet koulunkäynnistä?” ja ”Mitä mieltä olet koululiikunnasta?”. Vastaus annettiin 5-portaisella asteikolla (1= erittäin vastenmielistä – 5 =pidän siitä erittäin paljon). Lisäksi kysyttiin oppilaan mieluisimpia ja ikävimpiä asioita koululiikunnassa pyytämällä oppilasta nimeämään kolme mieluisista ja kolme ikävää asiaa koululiikunnassa.

Liikunnanopetuksen sisältöjä selvitettiin 28 liikuntamuodon luettelolla. Jokaisen liikuntamuodon kohdalle oppilas merkitsi, oliko sitä opetettu hänelle yläkoulun aikana usein, joskus vai harvoin. Oppilas saattoi myös kirjata kohtaan ”muu, mikä?” jonkin muun lajin ja merkitä, kuinka usein sitä oli opetettu. Koululiikunnan mieluisimpia ja epämieluisimpia liikuntamuotoja selvitettiin pyytämällä oppilasta nimeämään edellä mainitusta 28 liikuntamuodon luettelosta kolme mieluisinta ja kolme epämieluisinta liikuntamuotoa.

Liikunnan opetusryhmien koostumusta selvitettiin pyytämällä oppilasta valitsemaan, min-kälaisessa ryhmässä hänelle yleensä opetettiin liikuntaa. Vaihtoehdot olivat: ”ryhmässä vain poikia”, ”ryhmässä vain tyttöjä” ja ”ryhmässä sekä tyttöjä että poikia”. Oppilailta kysyttiin myös millaisessa liikunnan opetusryhmässä he kokevat viihtyvänsä parhaiten. Vaihtoehdot olivat ”oman sukupuolen mukaisesti, tyttö- tai poikaryhmässä”, ”sekaryhmässä, jossa on sekä tyttöjä että poikia”, ”yleensä tyttö- ja poikaryhmät erikseen, mutta joissakin lajeissa sekaryhmässä” ja ”yleensä sekaryhmässä, mutta joissakin lajeissa tyttö- ja poikaryhmät erikseen”.

6.3 Aineiston analyysimenetelmät

Aineiston tilastollisessa analysoinnissa käytettiin PASW Statistics 18 ohjelmistoa. Koululiikunnan myönteiset ja kielteiset asiat olivat avovastauksia, jotka luokiteltiin (liite 2). Luokittelua pidetään yksinkertaisimpana tapana järjestää laadullista aineistoa. Oikeastaan sen voidaan ajatella olevan kvantitatiivista analyysia sisällön teemoin. (Tuomi & Sarajärvi

2009, 93.) Luokat muodostettiin siten, että aineistoon tutustuttiin huolellisesti, jonka jälkeen vastaukset jaoteltiin ryhmiin sisältönsä perusteella.

Tämän alustavan luokittelun jälkeen analyysiä jatkettiin teoriaohjaavan analyysin menetelmällä, jossa luokkien tarkennuksessa käytettiin apuna aikaisempaa tietoa nuorten koululiikuntakokemuksista (Heikinaro-Johansson ym. 2008; Huisman 2004). Analyysiyksiköt siis valittiin aineistosta, mutta aikaisempi tieto ohjasi analyysia. Analyysissä ei pyritty testaamaan aikaisempaa teoriaa, vaan ottamaan mukaan aikaisemmin kehitetyn teorian vaikutus (Tuomi & Sarajärvi 2009, 96–97). Luokittelua hiottiin ja tarkennettiin tapaamisessa, johon osallistui tutkijan lisäksi työn ohjaaja Pilvikki Heikinaro-Johansson sekä tutkija Nelli Johansson. Sekä koululiikunnan mieluisista että ikävistä asioista muodostui 14 luokkaa. Luokat pyrittiin muodostamaan mahdollisimman pitkälti siten, että sama luokka esiintyi sekä mieluisissa että ikävissä asioissa.

Luokitellun aineiston analyysissä käytettiin jakaumatietoja, ristiintaulukointia ja χ^2 -testiä. Mainintojen kokonaislukumäärään vaikutti se, että oppilaalla oli mahdollisuus saada maksimissaan maininta kolmeen eri luokkaan, eli yksi maininta jokaisesta antamastaan vastauksesta. Mikäli oppilas oli maininnut useampaan kertaan samaan luokkaan kuuluneen asian, hän sai vain yhden maininnan siihen luokkaan. Näin ollen esimerkiksi vastaus jalkapallo, salibandy ja koripallo toi yhden maininnan luokkaan laji. Aineistoa luokiteltaessa vastauksista karsittiin pois ne, jotka eivät olleet vastanneet kysymykseen lainkaan tai olivat kirjoittaneet ”ei mitään” sekä koululiikunnan mieluisiin että ikäviin asioihin.

Myös mieluisimmat ja ikävimmät koululiikuntamuodot olivat avoimia vastauksia, joten ne luokiteltiin. Luokittelu tehtiin sen 28 liikuntamuodon listan mukaan, joista oppilaat valitsivat mieluisimmat ja epämieluisimmat liikuntamuodot. Vastauksista muodostui 28 luokkaa. Luokittelun jälkeen tarkastelussa käytettiin jakaumatietoja. Sitä, kuinka paljon opetusta oppilaat olivat koulussa saaneet mieluisiksi ja epämieluisiksi mainitsemisessaan liikuntamuodoissa, tutkittiin ristiintaulukoinnin ja χ^2 -testin avulla. Tarkastelu rajoitettiin viiteen mieluisimpaan ja viiteen epämieluisimpaan koululiikuntamuotoon.

Oppilaan suhtautumista koulunkäyntiin ja koululiikuntaan tarkasteltiin jakaumatietojen avulla. Tyttöjen ja poikien välisten suhtautumiserojen merkitsevyyttä tutkittiin t-testin avulla. Koululiikunnan sisältöjä koskevat muuttujat olivat välimatka-asteikollisia, jolloin analyysissä käytettiin muuttujien jakaumatietoja ja muuttujien keskiarvoja. Tyttöjen ja poikien saaman opetuksen määrää eri liikuntamuodoissa tutkittiin t-testin avulla.

Liikuntamuotojen opetuksen useuden keskiarvoeroja eri kuntaryhmissä ja erilaisissa liikunnan opetusryhmissä tutkittiin yksisuuntaisella varianssianalyysillä (ANOVA). Varianssien yhtä suuruutta tutkittiin Levenen testillä, joka osoitti, että osassa muuttujien ryhmistä varianssit olivat yhtä suuret ja osassa erisuuret. Parivertailutestinä käytettiin Tukeyn testiä niiden muuttujien osalta, joissa ryhmien varianssit olivat yhtä suuret ja Dunnett's T3 testiä niiden muuttujien osalta, joissa ryhmien varianssit olivat erisuuret (merkitty taulukkoon yläviitteellä d). Tukeyn testi vertailee kaikkia keskiarvoja toisiinsa ja on hyvä konservatiivinen testi, Dunnett's T3 on puolestaan suunniteltu käytettäväksi tilanteissa, joissa ryhmien varianssit ovat erisuuret (Metsämuuronen 2005, 735).

Läänien välisiä eroja liikunnan sisällöissä tutkittiin myös aluksi yksisuuntaisen varianssianalyysin avulla. Osoittautui kuitenkin, että opetuksen useudessa oli eroa lähes jokaisen liikuntamuodon kohdalla. Tämän vuoksi tarkastelussa käytettiin, jakaumatietojen lisäksi, η^2 -kerrointa kuvaamaan kunkin selittävän muuttujan itsenäistä selitysosuutta.

Liikunnan opetusryhmiä ja oppilaan arviota siitä, millaisessa opetusryhmässä hän viihtyy liikuntatunneilla parhaiten, tarkasteltiin jakaumatietojen ja ristiintaulukoinnin avulla. Muuttujien välisiä yhteyksiä tutkittiin χ^2 -testillä. Erilaisten oppilaiden kokemuksia sekaryhmäopetuksesta tutkittiin valitsemalla oppilasjoukosta ne, jotka olivat maininneet sekaryhmän joko mieluisana tai ikävänä asiana koululiikunnassa. Näiden oppilaiden avovastauksia analysoitiin tarkemmin ja heidän profiiliaan tarkasteltiin erilaisten taustamuuttujien avulla.

6.4 Tutkimuksen luotettavuus

Reliabiliteetin eli mittausvirheen määrän ja vaikutusten hallinnan sekä toistettavuuden vaatimus (vrt. Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2005, 216; Metsämuuronen 2005, 109) otettiin huomioon siten, että tämän tutkimuksen oppilaskyselyn laadinnassa lähtökohtana oli vuoden 2003 arvioinnin kyselylomake. Kyselylomakkeen toimivuus oli jo testattu suurella joukolla vastaajia, ja siksi sen muutostarpeet ja ongelmat tiedettiin. Osa kysymyksistä säilytettiin samoina ja osaa muokattiin vastaamaan vuoden 2004 opetus suunnitelman perusteita. Mukaan lisättiin myös uusia, ajankohtaisia kysymyksiä. Kysymysten laadinnasta vastasi ryhmä liikunnan asiantuntijoita.

Luotettavuutta pyrittiin lisäämään myös vakioimalla koetilanne mahdollisimman samanlaisiksi kaikissa tutkimukseen osallistuneissa kouluissa. Oppilaat vastasivat kyselyyn samana päivänä kaikissa osallistuneissa kouluissa. Vastaamiseen oli varattu aikaa kahden oppituntin verran (2x45min) ja oppilas sai poistua koetilanteesta vasta 45 minuutin jälkeen. Kyselyä valvoneet opettajat oli ohjeistettu tehtäväänsä kirjallisesti ja heidän tuli valvoa, että kyselyä palauttaessaan oppilas oli vastannut asiallisesti kaikkiin kysymyksiin. Kun arviointimateriaalit oli lähetetty kouluilta Liikuntatieteiden laitokselle, ne numeroitiin ja tarkistettiin. Oppilaskyselyiden tarkistuksen yhteydessä tarkastettiin epäselvät vastaukset ja siistitettiin suttuisesti täytettyjä vastauslomakkeita. Lomakkeiden tarkastus oli tärkeää aineiston koneellisen luennan vuoksi. Pääosin oppilaskyselyt oli täytetty huolellisesti ja ohjeiden mukaan. (Palomäki & Heikinaro-Johansson 2011.)

Validiteetilla tarkoitetaan tutkimusmenetelmän kykyä selvittää sitä, mitä sillä oli tarkoitus selvittää. Validiteetin arvioinnissa käytettiin Metsämuurosen ja (2005, 109) Nummenmaan (2010, 346.) esittämiä tarkistusperiaatteita. Metsämuurosen (2005, 245) mukaan tutkimuksesta saatu tieto on sitä varmempaa, mitä useampaa tutkimusmenetelmää käytetään eli mitä paremmin triangulaatioperiaatetta sovelletaan. Saadun tiedon laatu on toki erilaista, mutta eri tutkimusotteet voivat olla toisiaan täydentäviä, kun samaa ilmiötä katsotaan monesta eri suunnasta. Tässä tutkimuksessa oppilaiden avoimilla vastauksilla siitä, mikä koululiikun-

nassa on mukavaa ja mikä ikävää, voitiin täydentää tietoa, jota saatiin tarkemmin rajatuista kysymyksistä.

Tilastollisten testien merkitsevyydestä on käytetty p-arvoa. Opetushallituksen arviointiraporteissa tilastollisen merkitsevyyden rajaa on nostettu perinteisestä $p=0,05$ alarajasta. Tilastollisesti merkitsevinä raportoidaan ja tuodaan tekstissä esiin vain sellaiset erot, joissa $p<0,01$ (tilastollisesti merkitsevä) tai $p<0,001$ (tilastollisesti erittäin merkitsevä). Nostamalla merkitsevyyden raja-arvoa voidaan korjata ryvästymisen aiheuttamaa harhaa tuloksissa. (Metsämuuronen 2009).

Tulosten yleistettävyyttä pyrittiin lisäämään edustavalla otantamenettelyllä ja riittävällä oppilasmäärällä. Käytetty otos edustaa koko Suomea kooltaan, alueellisesti, sosiodemografisesti ja kieliryhmien osalta. Arviointi toteutettiin kaikissa tutkimukseen valituissa kouluissa ja kaikki koulut myös palauttivat arviointimateriaalit. Osallistumisprosentti oppilaiden keskuudessa oli 98 %, joka on hyvin korkea. (Palomäki & Heikinaro-Johansson 2011.)

7 TULOKSET

7.1 Oppilaiden suhtautuminen koulunkäyntiin ja koululiikuntaan

Kysyttäessä suhtautumista koulunkäyntiin oppilaiden vastausten keskiarvo oli 3,22. Tyttöjen ja poikien suhtautuminen koulunkäyntiin erosi merkitsevästi toisistaan ($p < 0,001$), tyttöjen vastausten keskiarvon ollessa 3,39 ja poikien 3,05. Suurin osa sekä tytöistä että pojista oli sitä mieltä, että koulunkäynti ei ole vastenmielistä eikä mukavaa. Koulunkäyntiin suhtautui positiivisesti (piti siitä tai piti erittäin paljon) neljännes pojista ja vajaa puolet tytöistä. Koulunkäyntiä erittäin vastenmielisenä piti 4 % kaikista oppilaista.

TAULUKKO 2. Oppilaiden suhtautuminen koulunkäyntiin (n=1615)

	Pojat		Tytöt		Yhteensä	
	f	%	f	%	f	%
Erittäin vastenmielistä	47	6	20	3	67	4
Vastenmielistä	83	10	39	5	122	8
Ei vastenmielistä eikä mukavaa	483	59	379	48	862	53
Pidän siitä	187	23	328	41	515	32
Pidän siitä erittäin paljon	17	2	32	4	49	3
Yhteensä	817	100	798	100	1615	100

$$\chi^2 = 83,273, df=4$$

Koululiikuntaan oppilaat suhtautuivat positiivisesti (taulukko 3). Vastausten keskiarvo oli 3,83. Pojat pitivät koululiikunnasta merkittävästi tyttöjä enemmän ($p < 0,001$). Poikien vastausten keskiarvo oli 3,97 ja tyttöjen 3,70. Kaikista oppilaista yli 70 % suhtautui koululiikuntaan positiivisesti ja pojista neljännes piti koululiikunnasta erittäin paljon. Koululiikuntaa erittäin vastenmielisenä piti 2 % kaikista oppilaista.

TAULUKKO 3. Oppilaiden suhtautuminen koululiikuntaan (n=1612)

	Pojat		Tytöt		Yhteensä	
	f	%	f	%	f	%
Erittäin vastenmielistä	15	2	19	2	34	2
Vastenmielistä	30	4	50	6	80	5
Ei vastenmielistä eikä mukavaa	134	16	212	27	346	22
Pidän siitä	425	52	389	49	814	51
Pidän siitä erittäin paljon	211	26	127	16	338	21
Yhteensä	815	100	797	100	1612	100

$\chi^2 = 44,725$, $df = 4$,

7.2 Koululiikunnan myönteiset ja kielteiset asiat

Koululiikunnan myönteisistä asioista tuli yhteensä 2440 mainintaa ja kielteisistä asioista yhteensä 2264 mainintaa. Seuraavassa tuloksia esitetään vastausluokittelun mukaisesti, jossa luokkina ovat laji, monipuolisuus, fyysinen aktiivisuus, autonomia, kilpailu, tilat, välineet ja varusteet, lukujärjestysratkaisut, ryhmähenki, opettaja, sekaryhmäopetus, kokemukset, ilmapiiri. Mieluisissa asioissa on näiden lisäksi luokat oppiminen ja viihtyminen ja ikävissä asioissa luokat kiusaaminen ja tapaturmat (ks. liite 2 ja 3).

Sekä myönteisistä että kielteisistä asioista erottui selkeästi luokka laji, joka sai ylivoimaisesti eniten mainintoja sekä myönteisimpien (1364 mainintaa) että kielteisimpien (1324 mainintaa) asioiden joukossa. Tähän luokkaan sisältyivät maininnat liikuntalajista tai lajiryhmästä, esimerkiksi vastaukset jalkapallo, joukkuelajit, keilaus ja tanssit. Mieluisimpia ja epämieluisimpia koululiikuntamuotoja tarkastellaan yksityiskohtaisemmin luvussa 7.5. Laji ei esiinny tämän osion kuvioissa, koska se kasvoi niin suureksi, että muiden luokkien tarkastelu olisi sen mukana ollessa hankalaa.

Jonkin tietyn liikuntalajin lisäksi koululiikunnan *mieluisimmat* asiat (kuvio 1) liittyivät useimmiten hyvään ryhmähenkeen, monipuolisuuteen, opettajaan ja fyysiseen aktiivisuu-

teen. Luokka hyvä ryhmähenki koostui sosiaaliseen kanssakäymiseen ja oppilasryhmään liittyvistä myönteisistä asioista ja siihen yhdistettiin esimerkiksi seuraavanlaisia vastauksia:

”kaverien kanssa oleminen”, ”kannustus”, ”kaikki ovat mukana täysillä tunnilla”, ”ryhmätoiminta” ja ”ryhmät vaihtuivat ja sain uusia kavereita”.

Monipuolisuus oli toinen merkittävä myönteinen asia liikuntatunneilla. Tämä luokka sisälsi maininnat, jotka koskivat opetuksen tai työtapojen monipuolisuutta, uusia lajeja ja vaihtelua. Vastaukset olivat esimerkiksi seuraavanlaisia:

”erilaisiin lajeihin tutustuminen”, ”uudet lajit”, ”erilaiset liikuntatunnit” ja ”uusia asioita kokeillaan”

Luokka opettaja sisälsi opettajan opetusta tai persoonaa koskevia myönteisiä asioita ja siihen sijoitettuja vastauksia olivat muun muassa:

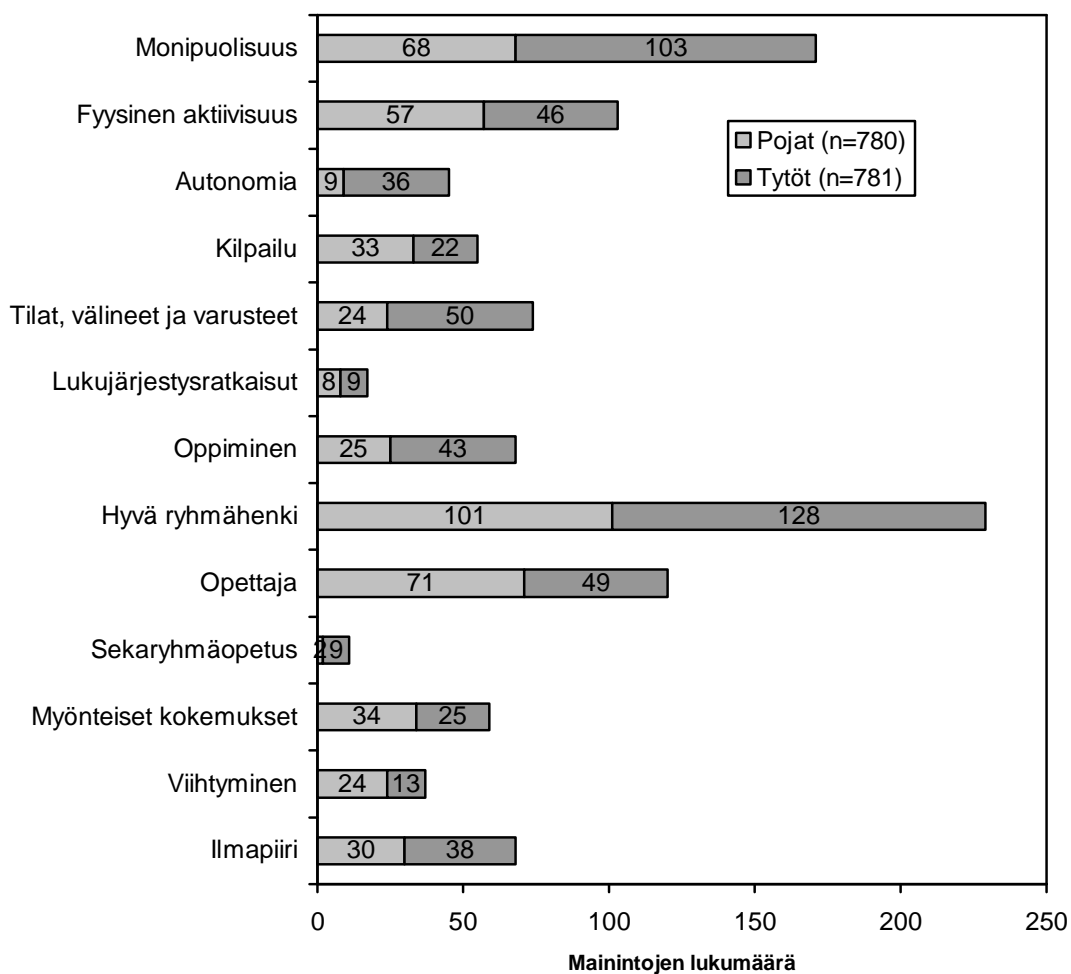
”hyvä opettaja”, ”hyvät neuvot”, ”pelataan enemmän kuin harjoitellaan”, ”kannustava palaute” ja ”opettajan tietämys oikeasta tekniikasta”

Fyysinen aktiivisuus oli viidenneksi yleisin luokka ja se sisälsi terveyteen ja fyysiseen kuntoon liittyviä asioita. Tyypillisiä vastauksia tässä luokassa olivat:

”kunnon kehitys”, ”kuluttaa kaloreita”, ”kaikki missä tulee kunnon hiki”, ”saa lisää liikuntaa” ja ”oma terveys”

Tytöillä yleisimmät vastausluokat olivat järjestyksessä laji, hyvä ryhmähenki, monipuolisuus, tilat, välineet ja varusteet sekä opettaja. Pojilla mieluisimmat asiat vastaavasti liittyivät lajiin, hyvään ryhmähenkeen, opettajaan, monipuolisuuteen ja fyysiseen aktiivisuuteen. Yleisimpien vastausluokkien osalta tytöt ja pojat erosivat siten, että tytöt mainitsivat poikia useammin monipuolisuuteen ja hyvään ryhmähenkeen liittyviä asioita. Opettajaan liittyviä asioita pojat taas mainitsivat tyttöjä useammin. Harvemmin mainituissa luokissa tytöt mai-

nitsivat huomattavasti poikia useammin autonomiaan sekä tilaan, välineisiin ja varustukseen liittyvät asiat mukavina koululiikunnassa. Myös oppimiseen ja sekaryhmäopetukseen liittyvät asiat tulivat useammin esille tyttöjen kuin poikien vastauksissa. Oppilaita, jotka eivät maininneet yhtään mieluista asiaa koululiikunnassa, oli yhteensä 22, tyttöjä ja poikia yhtä paljon. Lisää oppilaiden esimerkkivastauksia on liitteessä 2.



KUVIO1. Koululiikunnan mieluiset asiat oppilaiden arvioimina. (n=1561). Yhteensä 2440 mainintaa, joista lajiin liittyviä mainintoja 1364.

Koululiikunnan *ikävimmit* asiat liittyivät liikuntalajin lisäksi huonoon ryhmähenkeen, opettajaan, tilaan, välineisiin ja varusteisiin sekä kilpailuun (kuvio 2). Luokka huono ryhmähenki koostui oppilasryhmään ja yhdessäoloon liittyvistä kielteisistä asioista. Se sisälsi esimerkiksi seuraavanlaisia vastauksia:

” muut eivät yritä parhaansa mukaan”, ” joku notkuu nurkassa joukkuepelin aikana”, ”opetuksen aika menee joskus toisten komentamiseen”, ” teini-ikä ja välillä pelit on lyssätty” ja ”joidenkin negatiivinen asenne”

Opetajaan liittyviksi käsitettiin joko opettajan persoonaan tai hänen opetukseensa liittyviä asioita. Esimerkkejä tähän luokkaan kuuluvista vastauksista olivat:

”kireä opettaja”, ”liikaa harjoittelua”, ”opettaja ei tiedä tarpeeksi lajien säännöistä”, ”opettaja ei puutu peliin” ja ”tuntien huono etukäteissuunnittelu”

Tilat, välineet ja varusteet oli luokka, joka kattoi liikunnanopetuksen ulkoiset olosuhteet. Luokkaa kuvaavia vastauksia olivat:

”liikuntapaikoille siirtyminen”, ”liian pieni liikuntasali”, ”huono sää”, ”vähän varusteita”, ”huonot suihkut” ja ”liikuntavarusteiden mukaan ottaminen”

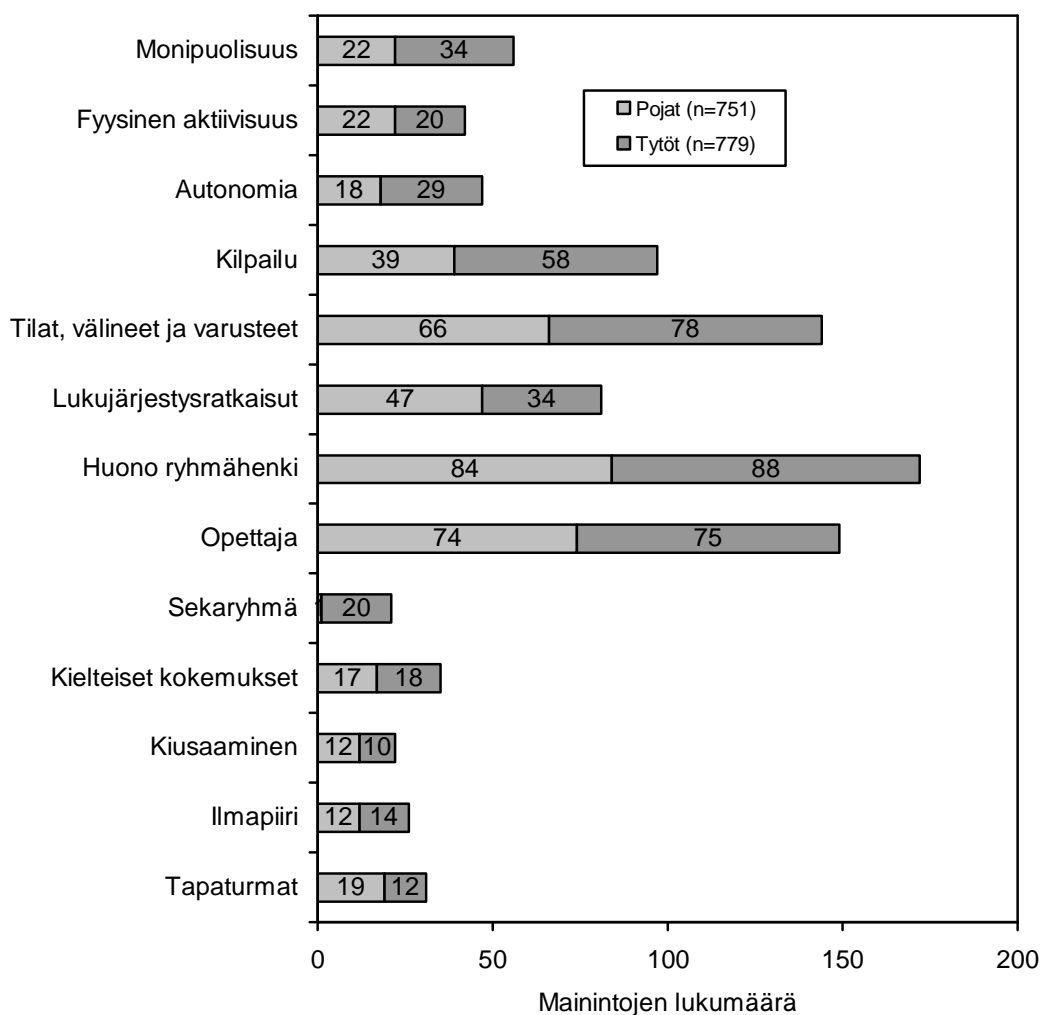
Kilpailuun liittyviksi katsottiin asiat, jotka koskivat joko kilpailemista ja kilpailuja itsessään tai oppilaan kokemusta hänen pätevyystään liikkujana. Tähän luokkaan sijoitettiin muun muassa seuraavanlaisia vastauksia:

” koulujenväliset kilpailut”, ”tulosten vertailu”, ”epäonnistumiset”, ”kun saa kuntotestissä huonon tuloksen” ja ”epäonnistuminen lentopallossa”

Lukujärjestystratkaisut -luokka kattoi vastaukset, jotka käsittelivät liikuntatunnin sijaintia lukujärjestyksessä, liikunnan oppituntien määrää tai opetusryhmän kokoa, esimerkiksi:

”kun tarvitsee olla salamana toisella puolella kaupunkia”, “liikuntatuntien ajoitus”, “liikuntatunnit kesken koulupäivän”, “liikuntatunteja liian vähän” ja ”kun on ollut paljon ihmisiä tunnilla”

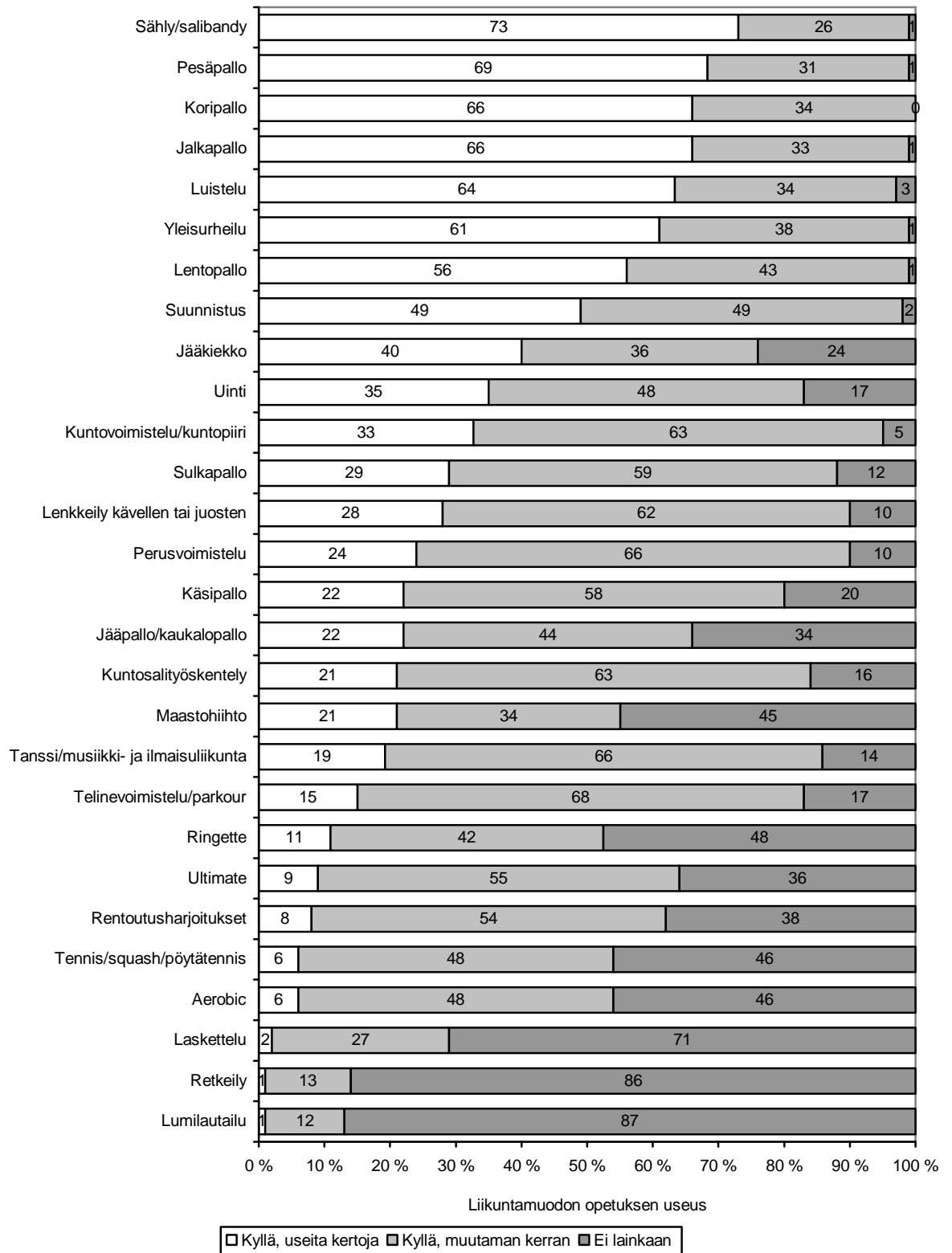
Pojilla viisi yleisintä vastausluokkaa olivat laji, huono ryhmähenki, opettaja, tilat, välineet ja varusteet sekä lukujärjestysratkaisut. Tyttöillä viisi yleisintä vastausluokkaa olivat laji, huono ryhmähenki, tilat, välineet ja varusteet, opettaja ja kilpailu. Tytöt mainitsivat poikia useammin lajiin, kilpailuun ja sekaryhmäopetukseen liittyviä asioita. Oppilaita, jotka eivät maininneet mitään negatiivista koululiikunnassa, oli yhteensä 59, joista 44 oli poikia ja 15 tyttöjä. Lisää oppilaiden esimerkkivastauksia löytyy liitteestä 3.



KUVIO 2. Koululiikunnan ikävimmät asiat oppilaiden arvioimina (n=1530). Yhteensä 2264 mainintaa, joista lajiin liittyviä mainintoja 1324.

7.3 Koululiikunnan yleisimmät liikuntamuodot

Tulosten perusteella kymmenen opetetuinta liikunnanopetuksen sisältöä olivat säily/salibandy, pesäpallo, koripallo, jalkapallo, luistelu, yleisurheilu, lentopallo, suunnistus, kuntovoimistelu tai kuntopiiri, lenkkeily kävellen tai juosten ja uinti. Näistä kymmenestä opetetuimmasta lajista viisi oli joukkuepallopelejä. Vähiten opetettuja lajeja olivat laskettelu, retkeily ja lumilautailu (kuvio 3). Tarkempaa tietoa eri liikuntamuotojen opetuksen määrästä löytyy liitteestä 4.



KUVIO 3. Opetetut liikuntamuodot suosituimmuusjärjestyksessä

7.3.1 Sisällöt tyttöjen ja poikien opetuksessa

Tyttöjen ja poikien liikunnanopetus erosi sisällöllisesti (taulukko 4). Pojille opetettiin tilastollisesti erittäin merkitsevästi enemmän sählyä/salibandya, jalkapalloa, jääkiekkoa, käsipalloa, tennistä/squashia/pöytätennistä, ultimatea ja laskettelua kuin tytöille. Tytöille taas opetettiin tilastollisesti merkitsevästi enemmän luistelua, suunnistusta, kuntovoimistelua /kuntopiiriä, tanssia/ musiikki- ja ilmaisuliikuntaa, rentoutusharjoituksia, ringetteä, ja aerobicia. Myös listan ulkopuolisia lajeja oli opetettu tytöille merkitsevästi useammin kuin pojille. Pojille siis opetettiin enemmän palloilua, tytöille taas yksilölajeja ja fitness -liikuntaa.

TAULUKKO 4. Opetetut liikuntamuodot oppilaan sukupuolen mukaan (n=1597–1612)

Liikuntamuoto	Poika		Tyttö		t-arvo	p-arvo	
	ka.	Kh	ka.	kh			
Sähly/ salibandy	2.79	.416	2.66	.505	5.48	.000	***
Pesäpallo	2.68	.481	2.68	.476	-.27	.786	
Koripallo	2.65	.487	2.66	.473	-.55	.585	
Jalkapallo	2.71	.468	2.59	.517	4.72	.000	***
Luistelu	2.55	.589	2.67	.485	-4.31	.000	***
Yleisurheilu	2.56	.524	2.64	.491	-3.34	.001	**
Lentopallo	2.53	.528	2.57	.512	-1.83	.067	
Suunnistus	2.42	.539	2.52	.536	-3.57	.000	***
Kuntovoimistelu/ kuntopiiri	2.20	.528	2.36	.544	-5.86	.000	***
Lenkkeily kävellen tai juosten	2.16	.610	2.19	.573	-.914	.361	
Uinti	2.14	.686	2.21	.708	-2.14	.032	
Sulkapallo	2.14	.618	2.19	.612	-1.54	.125	
Jääkiekko	2.46	.692	1.85	.745	17.11	.000	***
Perusvoimistelu	2.13	.536	2.16	.592	-1.12	.265	
Kuntosalityöskentely	2.08	.599	2.03	.617	1.85	.064	
Tanssi/musiikki- ja ilmaisuliikunta	1.97	.572	2.14	.570	-5.94	.000	***
Käsipallo	2.08	.642	1.96	.656	3.72	.000	***
Telinevoimistelu/ parkour	1.99	.535	1.98	.592	.28	.780	
Jääpallo/kaukalopallo	1.90	.792	1.86	.679	1.07	.283	
Maastohiihto	1.75	.767	1.78	.790	-.847	.397	
Ultimate	1.81	.620	1.64	.599	5.62	.000	***
Rentoutusharjoitukset	1.54	.583	1.85	.582	-10.82	.000	***
Ringette	1.31	.532	1.95	.636	-21.88	.000	***
Tennis/squash/pöytätennis	1.69	.621	1.53	.577	5.32	.000	***
Aerobic	1.29	.488	1.92	.534	-24.68	.000	***
Laskettelu	1.38	.540	1.26	.483	4.49	.000	***
Retkeily	1.17	.410	1.14	.375	1.30	.193	
Lumilautailu	1.15	.388	1.13	.360	1.22	.222	

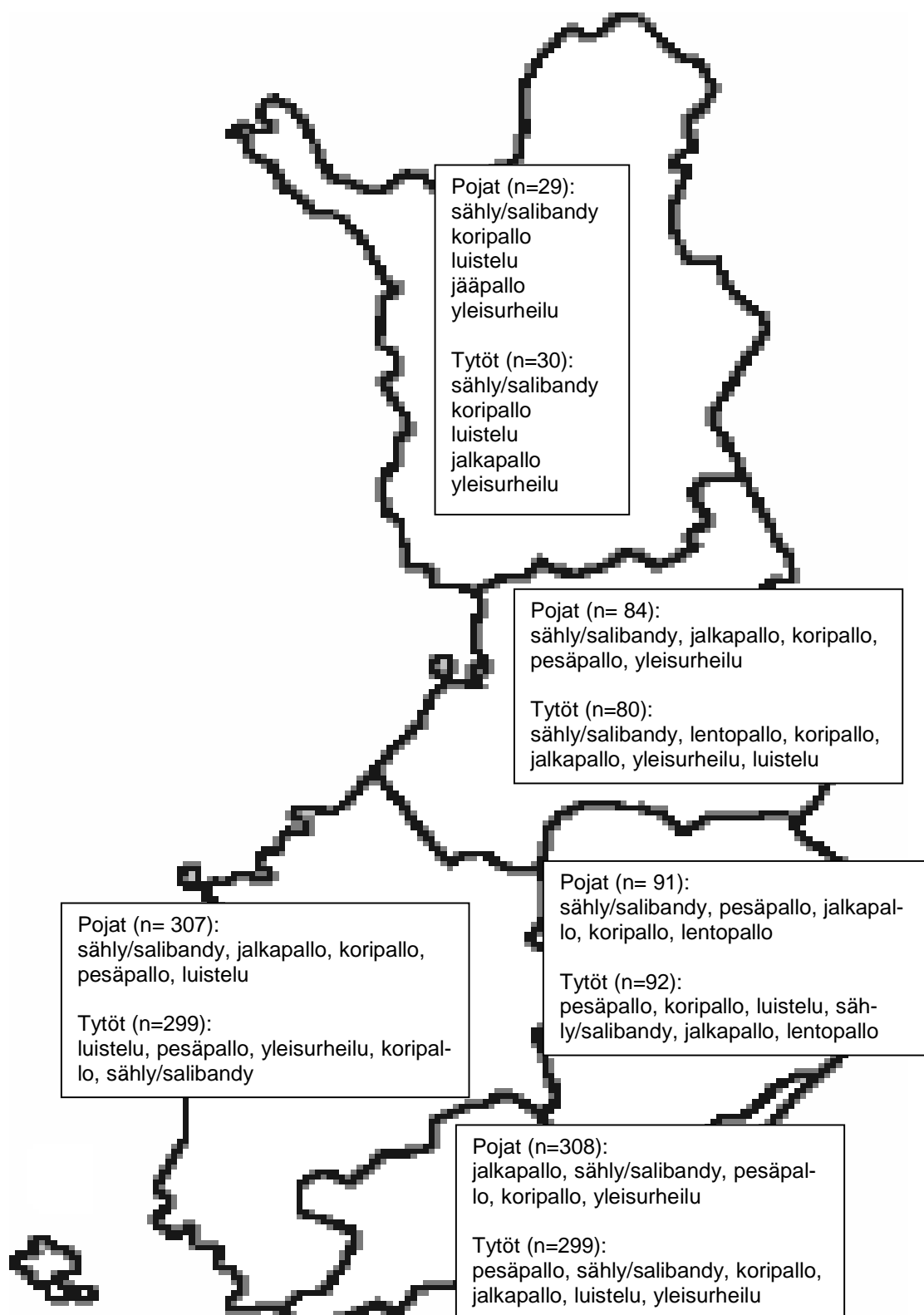
p<0,001 *** p<0,01 **

7.3.2 Sisällöt lääneittäin

Sekä tytöillä että pojilla palloilulajit olivat hyvin yleisiä koululiikuntamuotoja kaikissa lääneissä (kuvio 4). Palloilun lisäksi oppilaille opetettiin paljon yleisurheilua ja etenkin tytöille luistelua. Sähly/salibandy oli eniten opetettu koululiikuntamuoto poikien osalta neljässä ja tyttöjen osalta kahdessa, kaikkiaan viidestä läänistä.

Tyttöjen opetuksessa eniten eroa läänien välillä oli maastohiihdon ($\eta^2 = .133$), ringeten ($\eta^2 = .071$) ja uinnin ($\eta^2 = .070$) opetuksen runsaudessa. Maastohiihtoa opetettiin tytöille enemmän Lapin, Oulun ja Itä-Suomen läänin kouluissa kuin Länsi-Suomen ja Etelä-Suomen läänin kouluissa. Uinnin opetus oli vähäisintä Lapin ja Itä-Suomen läänin kouluissa ja yleisintä Oulun ja Länsi-Suomen lääneissä. Ringeten opetus taas oli vähäisempää Lapissa kuin muualla Suomessa.

Poikien opetuksessa eniten eroa läänien välillä oli maastohiihdon ($\eta^2 = .073$) jääpallo/kaukalopallon ($\eta^2 = .057$) ja uinnin ($\eta^2 = .048$) opetuksen määrässä. Maastohiihtoa opetettiin vähemmän Etelä-Suomen ja Länsi-Suomen lääneissä verrattuna muuhun Suomeen. Jääpalloa/kaukalopalloa taas opetettiin eniten Lapin ja vähiten Etelä-Suomen läänin kouluissa. Uinninopetus oli yleisintä Oulun läänin ja vähäisintä Lapin läänin kouluissa.



KUVIO 4. Oppilaiden ilmoittamat viisi yleisintä koululiikuntamuotoa lääneittäin ja sukupuolen mukaan jaoteltuna

7.3.3 Sisällöt kuntaryhmittäin

Kuntaryhmittäin tarkasteltuna voitiin havaita, että maaseudulla opetettiin aerobicia ($p < 0,001$), kuntosalityöskentelyä ($p < 0,01$), ultimatea ($p < 0,001$), laskettelua ($p < 0,001$) ja lumilautailua ($p < 0,001$) tilastollisesti merkitsevästi tai erittäin merkitsevästi enemmän kuin taajamassa tai kaupungissa (liite 5). Taajamassa opetettiin taas tilastollisesti enemmän telinevoimistelua ($p < 0,01$) ja vähemmän jalkapalloa ($p < 0,001$) ja rentoutusharjoituksia ($p < 0,001$) kuin muissa kuntaryhmissä. Kaupungissa opetettiin muita kuntaryhmiä enemmän uintia ($p < 0,001$) ja vähemmän maastohiihtoa ($p < 0,001$), käsipalloa ($p < 0,001$) ja jää/kaukalopalloa ($p < 0,001$). Liikuntamuotoja, joita opetettiin kaikissa kuntaryhmissä lähes yhtä paljon, olivat tanssi/musiikki- ja ilmaisuliikunta, tennis/squash/pöytätennis, luistelu ja yleisurheilu.

7.4 Mieluisimmat ja epämieluisimmat koululiikuntamuodot

Mieluisimmista koululiikuntamuodoista mainintoja kertyi yhteensä 4741. Mieluisimpia koululiikuntamuotoja olivat kaikkien oppilaiden keskuudessa sähly/salibandy, pesäpallo, jalkapallo, jääkiekko, lentopallo, koripallo, sulkapallo, tanssi/ musiikki- ja ilmaisuliikunta, kuntosalityöskentely ja suunnistus (liite 7). Sähly/salibandy, pesäpallo ja jalkapallo keräsivät jokainen yli 10 % kaikista maininnoista. Kuusi mieluisinta koululiikuntamuotoa olivat kaikki joukkuepallopelejä. Luokka muu sisälsi listan ulkopuolisia lajeja, joista eniten mainintoja saivat keilaus ja kaupunkitaistelu.

Kymmenen mieluisinta koululiikuntamuotoa erosivat tyttöjen ja poikien osalta (taulukko 5). Kolme suosituinta liikuntamuotoa poikien keskuudessa olivat sähly/salibandy, jalkapallo ja jääkiekko, tyttöjen keskuudessa suosituimmat olivat pesäpallo, tanssi/ musiikki- ja ilmaisuliikunta ja sähly/salibandy. Sellaisia liikuntamuotoja, jotka olivat kymmenen mieluisimman joukossa tyttöjen, mutteivät poikien keskuudessa, olivat tanssi/ musiikki- ja ilmaisuliikunta, aerobic ja luistelu. Jääkiekko taas oli kolmanneksi suosituin poikien laji, muttei sijainnut tyttöjen listalla kymmenen mieluisimman joukossa.

TAULUKKO 5. Kymmenen mieluisinta koululiikuntamuotoa poikien ja tyttöjen keskuudessa

Pojat (n=802)		Tytöt (n=794)	
Liikuntamuoto	f	Laji	f
1. Sähly/salibandy	432	Pesäpallo	263
2. Jalkapallo	308	Tanssi/ musiikki- ja ilmaisuliikunta	216
3. Jääkiekko	255	Sähly/ salibandy	208
4. Pesäpallo	239	Jalkapallo	176
5. Koripallo	129	Lentopallo	166
6. Lentopallo	95	Sulkapallo	163
7. Kuntosalityöskentely	90	Koripallo	129
8. Sulkapallo	87	Aerobic	101
9. Uinti	81	Kuntosalityöskentely	83
10. Suunnistus	80	Luistelu	83
		Suunnistus	83

Epämieluisimmista liikuntamuodoista mainintoja kertyi yhteensä 4537 kappaletta. Epämieluisimpia koululiikuntamuotoja olivat kaikkien oppilaiden keskuudessa maastohiihto, uinti, suunnistus, telinevoimistelu, luistelu, tanssi/ musiikki- ja ilmaisuliikunta, yleisurheilu, kuntovoimistelu/kuntopiiri, koripallo ja aerobic (liite 8). Maastohiihto, uinti ja suunnistus saivat kaikki noin 10 prosenttia maininnoista. Viisi epämieluisinta liikuntamuotoa olivat sellaisia, joissa tavallisimmin liikutaan yksilöinä. Kymmenen epämieluisimman liikuntamuodon joukossa oli vain yksi joukkuepallopeli. Listan ulkopuolisista muista lajeista, luokka muu, epämieluisimpia olivat kunto- ja juoksutestit.

Epämieluisimmat liikuntamuodot olivat tytöillä ja pojilla pitkälti samoja (taulukko 6). Maastohiihto oli epämieluisin liikuntamuoto sekä tyttöjen että poikien mielestä. Myös uinti, suunnistus, telinevoimistelu, luistelu, koripallo ja kuntovoimistelu/kuntopiiri koettiin epämieluisina oppilaan sukupuolesta riippumatta. Liikuntamuotoja, jotka vain tytöillä sijoittuivat kymmenen epämieluisimman joukkoon, olivat jalkapallo ja sähly/salibandy. Aerobic,

tanssi/musiikki- ja ilmaisuliikunta sekä jääkiekko puolestaan esiintyivät vain pojilla kymmenen epämieluisimman liikuntamuodon joukossa.

TAULUKKO 6. Kymmenen epämieluisinta liikuntamuotoa poikien ja tyttöjen keskuudessa

Pojat (n=767)		Tytöt (n=787)	
Liikuntamuoto	f	Liikuntamuoto	f
1. Maastohiihto	188	Maastohiihto	266
2. Suunnistus	186	Uinti	258
3. Telinevoimistelu	176	Suunnistus	227
4. Tanssi/musiikki- ja ilmaisuliikunta	174	Luistelu	190
5. Uinti	171	Telinevoimistelu	154
6. Luistelu	124	Yleisurheilu	129
7. Aerobic	107	Kuntovoimistelu/kuntopiiri	110
8. Koripallo	106	Koripallo	105
9. Jääkiekko	104	Jalkapallo	102
10. Kuntovoimistelu/kuntopiiri	102	Sähly/salibandy	98

Opetuksen määrän yhteys liikuntamuodon mielisuuteen. Jonkin viidestä suosituimmista koululiikuntamuodoista mieluisana maininnut oppilas oli saanut kyseisessä liikuntamuodossa opetusta keskimääräistä enemmän. Erityisesti salibandy ($p < 0,001$) ja jääkiekon ($p < 0,001$) opetuksen määrällä oli merkittävä positiivinen yhteys sen pitämiseen mieluisana liikuntamuotona. Epämieluisimmista liikuntamuodoista maastohiihdon ($p < 0,001$), uinnin ($p < 0,001$) ja telinevoimistelun ($p < 0,001$) opetuksen määrällä oli merkitsevä positiivinen yhteys niiden kokemiseen epämielilyttävänä. Mitä enemmän kyseisiä lajeja oli siis koulussa opetettu, sitä useampi oppilas mainitsi lajin epämieluisana.

7.5 Liikunnan opetusryhmät

Liikuntaa opetettiin tavallisesti sukupuolen mukaan jaetuissa erillisryhmissä (taulukko 7). Tytöistä 87 % oli opetusryhmässään vain tyttöjä ja pojista 82 % vain poikia. Sekaryhmäopetuksessa jatkuvasti oli 15 % kaikista oppilaista.

TAULUKKO 7. Liikunnan perusryhmien koostumus (n=1609)

	Pojat		Tytöt		Yhteensä	
	f	%	f	%	f	%
Vain poikia	669	82	0	0	669	42
Vain tyttöjä	0	0	696	87	696	43
Sekä poikia että tyttöjä	143	18	101	13	244	15
Yhteensä	812	100	797	100	1609	100

$$\chi^2=1372,209, df=2, p<0,001$$

Oppilaat saivat esittää myös arvionsa siitä, millaisessa liikunnan opetusryhmässä he viihtyvät parhaiten (taulukko 8). Keskimäärin parhaiten oppilaat kokivat viihtyvänsä silloin, jos tyttö- ja poikaryhmät ovat yleensä erikseen, mutta joissakin lajeissa opetus toteutetaan sekaryhmissä. Oman sukupuolen mukaan jaetuissa erillisryhmissä koki viihtyvänsä noin kolmasosa oppilaista. Oppilaan sukupuolella oli yhteys siihen, millaisessa opetusryhmässä hän arvioi viihtyvänsä parhaiten. Pojat kokivat viihtyvänsä parhaiten joko oman sukupuolen mukaisesti jaetuissa ryhmissä tai silloin, jos opetus on tavallisesti oman sukupuolen mukaan jaetuissa erillisryhmissä, mutta joskus sekaryhmissä. Tytöt arvioivat viihtyvänsä parhaiten, jos opetus järjestetään tavallisesti erillisryhmissä, mutta joskus sekaryhmissä. Suurempi osa pojista kuin tytöistä arvioi viihtyvänsä parhaiten sekaryhmäopetuksessa.

Myös liikunnanopetuksen perusryhmän koostumuksella oli yhteys oppilaan arvioon hänen kannaltaan viihtyisimmästä opetusryhmästä. Erillisryhmäopetusta saaneet, eli ne, jotka ilmoittivat, että heidän liikunnan perusryhmässään on vain joko tyttöjä tai poikia, arvioivat viihtyvänsä parhaiten silloin, jos opetus pääsääntöisesti järjestetään sukupuolen mukaan jaetuissa erillisryhmissä ja joskus sekaryhmissä. Sekaryhmäopetusta saaneet oppilaat koki-

vat taas parhaiten viihtyvän juuri sekaryhmässä; heistä yli 60 % arvioi viihtyvän parhaiten joko yleensä tai aina sekaryhmässä.

TAULUKKO 8. Oppilaiden arvio siitä, millaisessa liikunnan opetusryhmässä he viihtyvät parhaiten

	Pojat		Tytöt		Yhteensä	
	f	%	f	%	f	%
Viihdyn liikuntatunneilla parhaiten kun opetus järjestetään:						
Oman sukupuolen mukaisesti, tyttö- tai poikaryhmässä	274	34	246	31	520	33
Sekaryhmässä, jossa on sekä tyttöjä että poikia	173	21	116	15	289	18
Yleensä tyttö- ja poikaryhmät erikseen, mutta joissakin lajeissa sekaryhmässä	274	34	340	43	614	38
Yleensä sekaryhmässä, mutta joissakin lajeissa tyttö- ja poikaryhmät erikseen	90	11	93	12	183	11
Yhteensä	811	100	795	100	1606	100

$\chi^2=19,736$, $df=3$, $p<0,001$

Liikunnanopetuksen sisältöjä vertailtiin poika-, tyttö- ja sekaryhmien välillä (taulukko 9). Liikuntamuotojen opetuksen useus vaihteli eri opetusryhmissä siten, että vain perusvoimistelun, telinevoimistelun/ parkourin, koripallon, lentopallon, sulkapallon, maastohiihdon, retkeilyn ja lenkkeilyn kävellen tai juosten opetuksen useuden keskiarvoissa ei ollut tilastollisesti merkitsevää eroa opetusryhmien välillä. Kaikissa muissa liikuntamuodoissa ryhmien keskiarvot erosivat toisistaan.

Parivertailutesti osoitti, että tyttöryhmille opetettiin aerobicia, tanssia - ja musiikki/ilmaisuliikuntaa, ringetteä, suunnistusta ja rentoutumisharjoituksia tilastollisesti merkitsevästi enemmän ja salibandya/sählyä, ultimatea, käsipalloa, laskettelua ja jääkiekkoa merkitsevästi vähemmän kuin sekaryhmille tai poikaryhmille. Jääkiekkoa taas opetettiin tilastollisesti merkitsevästi enemmän poikaryhmille, kuin tyttö- tai sekaryhmille.

Sekaryhmät erosivat muista opetusryhmistä siten, että niissä opetettiin merkitsevästi enemmän kuntosalityöskentelyä ja merkitsevästi vähemmän pesäpalloa ja uintia kuin tyttö- tai poikaryhmissä. Joidenkin liikuntamuotojen opetuksen useudessa sekaryhmät sijoittuivat poika- ja tyttöryhmien väliin. Aerobicia ja ringetteä sekaryhmissä opetettiin erittäin merkitsevästi vähemmän kuin tyttöryhmissä, mutta erittäin merkitsevästi enemmän kuin poikaryhmissä. Jääkiekossa tilanne oli päinvastainen: sitä opetettiin sekaryhmissä erittäin merkitsevästi vähemmän kuin poikaryhmissä, mutta erittäin merkitsevästi enemmän kuin tyttöryhmissä.

TAULUKKO 9. Liikuntamuotojen opetuksen useuden väliset keskiarvoerot tyttö- poika- ja sekaryhmissä (ANOVA)

Liikuntamuoto	Liikuntaryhmän koostumus			F	p	Tukey/ Dunnnett
	(1) poikia	(2) tyttöjä	(3) poikia ja tyttöjä			
Aerobic ^d	1.24	1.94	1.62	316.516	.000	2>1***,3*** 3>1***
Perusvoimistelu ^d	2.12	2.17	2.14	1.304	.272	-
Kuntovoimistelu/kuntopiiri ^d	2.19	2.37	2.14	18.647	.000	2>1***
Telinevoimistelu/parkour	1.98	1.99	1.95	.412	.663	-
Kuntosalityöskentely	2.06	2.00	2.22	12.210	.000	3>1***,2***
Tanssi/musiikki- ja ilmaisul. ^d	1.96	2.16	1.98	23.410	.000	2>1***,3***
Jalkapallo ^d	2.72	2.59	2.63	13.491	.000	1>2***
Koripallo	2.66	2.65	2.68	.363	.696	-
Pesäpallo ^d	2.71	2.70	2.56	9.493	.000	3<1***,2***
Lentopallo ^d	2.52	2.58	2.55	2.023	.133	-
Sähly/salibandy ^d	2.79	2.64	2.77	18.620	.000	2<1***,3***
Sulkapallo	2.13	2.20	2.18	2.554	.078	-
Tennis/squash/pöytätennis	1.68	1.52	1.65	12.307	.000	2<1***
Ultimate ^d	1.78	1.62	1.89	22.472	.000	2<1***,3***
Käsipallo	2.07	1.93	2.14	12.669	.000	2<1***,3***
Maastohiihto ^d	1.76	1.78	1.72	.436	.647	-
Laskettelu ^d	1.35	1.25	1.44	14.560	.000	2<1***,3***
Lumilautailu ^d	1.13	1.12	1.21	5.246	.005	-
Luistelu ^d	2.55	2.68	2.58	10.377	.000	2>1***
Jääkiekko	2.50	1.80	2.25	170.541	.000	1>2***,3*** 3>2***
Ringette ^d	1.29	1.98	1.56	236.390	.000	2>1***,3*** 3>1***
Jääpallo/kaukalopallo ^d	1.88	1.83	2.05	7.433	.001	3>2**
Yleisurheilu ^d	2.58	2.66	2.47	12.464	.000	2> 3***
Suunnistus	2.44	2.54	2.47	13.654	.000	2>1**,3***
Retkeily ^d	1.17	1.14	1.18	1.036	.355	-
Lenkkeily kävellen/juosten	2.16	2.19	2.21	.808	.446	-
Uinti	2.21	2.28	1.77	52.888	.000	3<1***,2***
Rentoutusharjoitukset ^d	1.52	1.87	1.65	64.605	.000	2>1***,3***

Huom. d= Dunnnett's T3 testi erisuurten varianssien vuoksi

***p>0,001, **p>0,01

Sekaryhmäopetuksen merkittävyyttä ja merkityksen laatua nuorten koululiikuntakokemuksen kannalta tutkittiin poimimalla oppilasjoukosta ne, jotka olivat maininneet sekaryhmäopetukseen liittyvän asian joko myönteisenä tai kielteisenä asiana koululiikunnassa (ks. 7.3). Näitä oppilaita oli yhteensä 31, hieman alle 2 % tutkimuksen kohdejoukosta. Oppilaisista tyttöjä oli 27 ja poikia 3. Sekaryhmän maininneista oppilaisista huomattavasti keskimääräistä useampi oppilas sai liikunnanopetusta sekaryhmässä (36 %). Sekaryhmäopetusta koskeneista kommentteista sekaryhmäopetusta puoltavia oli 14 ja vastustavia 17. Ne oppilaat, jotka suhtautuivat sekaryhmäopetukseen kielteisesti, saivat keskimäärin hieman huonompia liikunnan arvosanoja ja viihtyivät hieman huonommin koululiikunnassa kuin ne, jotka suhtautuivat sekaryhmäopetukseen myönteisesti. Kaikki sekaryhmäopetuksen maininneet pojat suhtautuivat siihen positiivisesti.

Sekaryhmäopetukseen positiivisesti suhtautuneet oppilaat kokivat tyttöjen ja poikien yhteisten liikuntatuntien parantavan ilmapiiriä ja tuovan opiskeluun vaihtelua. Lisäksi poikien kanssa liikkuminen antoi tytöille haasteita ja vastusta peleissä. Sekaryhmäopetusta puoltavia kommentteja olivat esimerkiksi:

”mieluista on se, että on vaihtelevaa, kun on myös sekaryhmiä”, ” ikävää on, kun on vain tyttöryhmät”, ”mieluisaa on, kun tyttöjen ja poikien tanssi paransi ryhmähenkeä” ja ” ikävää on, kun ryhmässä on vain tyttöjä (ei tarpeeksi vastusta peleissä).”

Sekaryhmäopetukseen negatiivisesti suhtautuneet oppilaat kokivat usein, että on yleensäkin ikävää, kun tytöt ja pojat ovat samalla tunnilla. Yhteisopetuksen ongelmina tuotiin esiin kiusaaminen ja tyttöjen jättäminen syrjään esimerkiksi pelitilanteissa. Sekaryhmäopetusta vastustavia kommentteja olivat esimerkiksi:

”ikävää on, kun tytöt ja pojat ovat samalla tunnilla”, ”ikävää on, kun jotkut pojat pitävät tyttöjä huonoina, eivätkä syöttele”, ” ikävää on haukkuminen varsinkin poikien kanssa” ja ”ikävää on poikien kanssa pelaaminen”

8 POHDINTA

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää yhdeksäsluokkalaisten tyttöjen ja poikien kokemuksia koululiikunnasta, vertailla koululiikunnan sisältöjä sukupuolten, läänien ja kuntaryhmien välillä sekä kartoittaa oppilaiden mielipiteitä ja kokemuksia sekaryhmäopetuksesta. Seuraavassa tuloksia tarkastellaan ensin aihealueittain, jonka jälkeen seuraa tutkimuksen menetelmällinen tarkastelu, jatkotutkimusaiheita ja yhteenveto koko tutkimuksen annista.

8.1 Koululiikuntakokemukset

Oppilaiden suhtautuminen koulunkäyntiin oli varsin neutraalia, suurin osa oppilaista ei pitänyt koulunkäyntiä vastenmielisenä, muttei mukavanakaan. Tyttöjen suhtautuminen koulunkäyntiin oli positiivisempaa kuin poikien. Koululiikuntaan suhtautui suurin osa oppilaisista (70 %) positiivisesti ja joka viides oppilas piti siitä erittäin paljon. Pojat pitivät koululiikunnasta hieman tyttöjä enemmän. Tulokset tukevat aikaisempia tutkimustuloksia aiheesta (Heikinaro-Johansson ym. 2008; Huisman 2004, 80; Nupponen & Telama 1998, 33). Mielestäni on tärkeää huomata koululiikunnan merkitys kouluviihtyvyyden kannalta, sillä joillekin oppilaille liikunta voi olla ainoita oppiaineita, joissa he viihtyvät. Koululiikunnassa viihtyminen voi myös edesauttaa liikunnallista elämäntapaa peruskoulun päätyttyä, jolla taas on merkittäviä kansanterveydellisiä etuja.

Koululiikunnan mieluisimmat ja ikävimmät asiat liittyivät useimmiten lajiin. Se, että oppilaat mainitsivat ylivoimaisesti eniten lajiin liittyviä asioita sekä mieluisina että ikävinä asioina koululiikunnassa, kertoo yläkouluikäisen nuoren ajattelutavasta. Urheilu ja liikunta ovat nuorelle pitkälti sama asia ja koulun liikunnanopetus koostuu eri urheilulajeista. Nuoret eivät myöskään tavallisesti puheessaan kerro harrastavansa liikuntaa yleensä, vaan jostain tiettyä lajia. Liikuntalajien sisällä voi olla tiettyjä merkityksellisiä asioita, jotka eivät tule näkyviin. Esimerkiksi jokin oppilas on voinut mainita koripallon mukavana koululiikuntamuotona, koska hän muistaa hienon yhteispelin joukkueeltaan edellisellä liikuntatunnilta.

Liikuntalaji on selvästi nuorelle mieluisan ja epämieluisan liikuntatunnin mittari. Näin ollen se, millaisia oppisisältöjä opettaja koululiikuntaan valitsee, saattaa olla hyvin tärkeässä roolissa erilaisten liikuntakokemusten synnyssä. Hauskanpito on nuorille tärkeä liikuntamotiivi (Vuori ym. 2007), joten ehkäpä koululiikuntaankin kannattaisi valita liikuntamuotoja, jotka koetaan mukavina. Toisaalta pitää huomioida, että liikuntamieltymykset ovat hyvin yksilöllisiä. Olisi tärkeää, että jokaisen nuoren mieltymykset otettaisiin jollain tavoin huomioon liikunnanopetuksen sisältöjä valittaessa.

Hyvään ryhmähenkeen, monipuolisuuteen, opettajaan ja fyysiseen aktiivisuuteen liittyviä asioita mainittiin myös mieluisina koululiikunnassa. Samanlaisia tuloksia ovat saaneet myös Haapakorva & Väli vuori (2008), Heikinaro-Johansson ym. (2008) ja Huisman (2004, 144–145). Ryhmähenki mainittiin usein sekä mieluisana, että ikävänä asiana. Tulos kertoo siitä, että vertaisryhmä ja yhteistyöilmapiiri ovat hyvin merkityksellisiä nuorelle. Liikunta on ainoita oppiaineita, joissa toimitaan usein melko vapaassa tilassa ja vapaissa muodoitelmassa, jolloin sosiaaliset tilanteet ovat myös haastavampia. Jotkin ryhmät onnistuvat yhteistyössä ja mukavan ilmapiirin luomisessa ja kokevat sen positiivisena, toisissa ryhmissä taas yhteistyö ei suju, mikä koetaan negatiivisena.

Opettajan merkitys koettiin myös tärkeänä liikunnassa. Opettajalla onkin tärkeä rooli liikuntatunnilla suunnittelijana, organisoijana, ilmapiirin luoja, ohjaajana, tarkkailijana ja palautteenantajana. Innostavalla opetuksella on varmasti vaikutusta myös ryhmän henkeen ja tuntien ilmapiiriin. Niille nuorille, joille koululiikunta on ainoa liikuntahetki viikossa, liikunnanopettaja on myös usein ainoa liikunnan ammattilainen, jonka he kohtaavat. Liikunnanopettajan perusteella nuoret muodostavat käsityksensä siitä, millaisia ihmisiä liikunnan alalla työskentelee.

8.2 Liikuntamuodot oppitunneilla

Koululiikunnan sisältönä palloilulajit ovat säilyttäneet suosionsa (Heikinaro-Johansson & Telama 2005; Karjalainen 2002, 73-73); kymmenestä opetetuimmasta lajista viisi oli joukkuepallopelejä. Toki voidaan huolestua siitä, että palloilulajit dominoivat koululiikunnan sisältöjä, mutta toisaalta ne ovat myös liikuntamuotoja, joista oppilaat pitävät. Tässä tutkimuksessa kuusi mieluisinta koululiikuntamuotoa olivat kaikki joukkuepallopelejä. Kun muistetaan se, että liikunnanopetuksen yhtenä tärkeänä tavoitteena on liikunnasta nauttiminen ja liikunnallisen elämäntavan omaksuminen (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004, 248), on oppilaille mieluisien liikuntamuotojen opettaminen yksi tapa edistää tavoitteeseen pääsyä.

Näyttäisi myös siltä, että opettajat ovat kuunnelleet oppilaitaan liikuntaohjelmia suunnitlessaan, sillä toteutuneen koululiikunnan rungon muodostavat juuri nuo oppilaille mieluisat liikuntamuodot. Toisaalta ne oppilaat, jotka olivat maininneet esimerkiksi salibandyn mieluisaksi liikuntamuodoksi, olivat saaneet siinä opetusta paljon. Näin voidaankin pohtia, olisiko opetuksella vaikutusta siihen, että jokin liikuntamuoto on mieluisa. Esimerkiksi jos tiettyä liikuntamuotoa on ollut jo alakoulusta asti, on siitä tullut tuttu ja oppilaiden osaaminen siinä on kehittynyt, jolloin toiminta on motivoivampaa. Tärkeää olisi kuitenkin muistaa, että vaikka liikunnan pitäisi olla mukavaa ja kiinnostavaa, monipuolisuudesta ei kuitenkaan tulisi tinkiä, vaan pyrkiä antamaan oppilaille erilaisia liikunnallisia elämyksiä.

Maastohiihto, uinti ja suunnistus olivat nuorten mielestä epämiellyttävimpiä koululiikuntamuotoja. Näiden lajien epäsuosioon voi olla syynä alakoulun liikunnasta saadut negatiiviset kokemukset. Näihin liikuntamuotoihin liittyy myös usein välineiden kuljettamista ja suorituspaikoille siirtymistä kiireessä kesken koulupäivän. Juuri välimatkat koulun ja liikuntapaikkojen välillä, huono sää sekä varusteiden ja välineiden kuljettaminen olivat asioita, joita nuoret mainitsivat tässä tutkimuksessa ikävinä asioina koululiikunnassa.

Maastohiihto on olosuhde ja välinelaji. Leutoina talvina hiihtoa ei voi harrastaa eteläisimmässä Suomessa, jolloin taidot rapistuvat ja kynnys hiihtämiseen seuraavina talvina kasvaa.

Tavallisesti myös oletetaan, että oppilaalla on liikuntatunnilla omat hiihtovälineet. Jos välineitä ei ole, hän voi mahdollisesti lainata ne koululta tai vaihtoehtoisesti harrastaa jotain korvaavaa liikuntaa. Koulun hiihtovälineet ovat usein huonokuntoisia. Suomen sääolosuhteita emme pysty muuttamaan, mutta välineongelmaan on mahdollista löytää ja on jo löydettykin ratkaisuja. Hiihtoseurat ja kaupunkien liikuntatoimi ovat esimerkiksi perustaneet ”suksikirjastoja”, joista koulut voivat lainata hiihtovälineitä liikuntatunneilla käytettäväksi.

Viisi epämieluisinta liikuntamuotoa (maastohiihto, uinti, luistelu, telinevoimistelu ja suunnistus) olivat myös sellaisia, joissa tavallisimmin liikutaan yksilöinä. Ryhmän ja yhdessä tekemisen merkitys näyttäisi olevan suuri. Epämieluisista liikuntalajeista monet ovat myös kestävyyslajeja, joiden harjoittelu vaatii pinnistelyä ja aiheuttaa hengästymistä ja hikoilua. Hikoilu liikuntatunnilla koetaan epämiellyttävänä ainakin siksi, koska se lisää peseytymisen ja vaatteidenvaihdon tarvetta oppitunnin jälkeen. On kuitenkin muistettava, että osa oppilaista on kiinnostuneita myös yksilöliikunnasta ja monet nuoruusiässä epäsuosiossa olevista yksilöliikuntamuodoista ovat tyypillisiä aikuisena harrastettavia. Koululiikunnan onkin tärkeä tarjota edes jonkinlaiset perusteet näiden lajien harrastamiselle aikuisiällä.

Koululiikunnan sisällöt erosivat alueellisesti. Suurin eroavaisuus läänien välillä oli maastohiihdon, uinnin ja jääpelien (ringette ja jääpallo) opetuksen määrässä. Näiden liikuntamuotojen toteutumiseen vaikuttavat olosuhteet, joiden muuttaminen on mahdotonta, tai ainakin usein hyvin hintavaa. Sen sijaan, että pyrittäisiin muuttamaan liikunnanopetuksen sisältöjä yhtenäisiksi koko maassa, olisi tärkeä pyrkiä monipuolistamaan liikuntaa pienemmin sisällöllisin keinoin. Tämä voisi tapahtua hyödyntämällä tehokkaammin alueellisia vahvuuksia: kartoittamalla ennakkoluulottomasti alueen liikuntamahdollisuudet ja pyrkimällä yhteistyöhön urheiluseurojen ja liikuntapalveluyritysten kanssa.

Pojille opetettiin liikuntatunneilla enemmän palloilua, tytöille taas yksilölajeja ja fitness - liikuntaa. Tämä heijastelee yleistä käsitystä siitä, millainen liikunta on eri sukupuolille sopivaa ja toisaalta myös sitä, millaisia liikuntamuotoja tytöt ja pojat harrastavat vapaa-aikanaan (Kansallinen liikuntatutkimus 2005–2006). Tyttöjen ja poikien mielisimmiksi mainitsemat koululiikuntalajitkin ovat osin erilaisia; tytöillä kymmenen suosituimman lajin

joukossa ovat aerobic ja tanssi/ musiikki- ja ilmaisuliikunta, jotka pojilla ovat korvautuneet palloilulajeilla. Tyttöjen koululiikunnassa oli myös huomattavasti enemmän rentoutusharjoituksia kuin poikien. Tämä näyttäisi olevan järkevää, sillä Luovan ym. (2010, 29) mukaan yläkouluikäiset tytöt kärsivät poikia enemmän väsymyksestä, niska- ja hartiaseudun vai-voista ja päänsärystä sekä masennuksesta.

Sukupuoltenvälinen tasa-arvo koululiikunnassa puhuttaa ajoittain. Gardin (2006) mukaan meidän tehtävämme liikuntakasvattajina ei ole löytää liikuntamuotoja, joihin tietyt lapset perinnöllisesti sopivat, vaan löytää oppisisältöjä, joissa sukupuolten välisiä rajoja voidaan ylittää. Sukupuoltenvälisiä rajoja voitaisiin koululiikunnassa rikkoa myös esimerkiksi siten, että oppilaille olisi mahdollisuus halutessaan valita joko tyttöjen tai poikien opettajan pitämän ohjelman väliltä. Luultavasti suurin osa oppilaista pysyisi siinä ryhmässä, jossa on ennenkin ollut. Silti tällainen toiminta tarjoaisi koululiikunnassa enemmän mahdollisuuksia sekä tytöille että pojille. Esimerkiksi liikunnassa taitavat tytöt voisivat hyötyä mahdollisuudesta osallistua liikuntaan toisinaan poikien ryhmässä.

8.3 Sekaryhmäopetus

Liikunnanopetus toteutui pääosin sukupuolen mukaan jaetuissa erillisryhmissä. Sekaryhmäopetuksessa oli noin 15 % oppilaista. Oppilaat kokivat itse viihtyvänsä liikunnanopetuksessa parhaiten erillisryhmässä. Myös Treanor ym. (1998) sai samanlaisia tuloksia. Erillisryhmien liikuntatunneilla oppilaat kokivat esimerkiksi suoriutuvansa tehtävistä paremmin ja pelkäsivät vähemmän tapaturmia kuin sekaryhmissä. Pojat suosivat tässä tutkimuksessa sekaryhmäopetusta tyttöjä enemmän, joka tukee myös Hillin ja Cleven (2005) tutkimustuloksia.

Sekaryhmäopetusta saaneista huomattavasti suurempi osa koki viihtyvänsä parhaiten sekaryhmäopetuksessa kuin erillisryhmäopetusta saaneista. Sekaryhmäopetus voi monelle oppilaalle tuntua vieraalta ja epäviihtyisältä juuri siksi, ettei siihen ole totuttu. Jos liikunnanopetus pääosin järjestetään erillisryhmissä, on tilanne usein jännittävä, kun ryhmät yhdistetään. Ryhmien yhdistämiseen päädytään lisäksi useimmiten, kun liikunnassa harjoitellaan pari-

tansseja. Paritanssit ovat liikunnan sisältö, joka voi monessa oppilaassa aiheuttaa pelkoja ja epävarmuutta. Tällainen yhdistetty opetusryhmä ei välttämättä toimi parhaalla mahdollisella tavalla. Sekaryhmässä työskentelyä pitää harjoitella ihan samoin kuin sukupuolen mukaan jaetuissa erillisryhmässä työskentelyäkin.

Tarkasteltaessa sekaryhmien liikunnanopetuksen sisältöjä voidaan havaita, että sekaryhmät sijoittuvat keskiarvonsa puolesta monissa liikuntamuodoissa tyttöjen ja poikien välimaastoon. Toisenlaisia tuloksia ovat saaneet Redelius, Fagrell ja Larsson (2009) ja Gibbons ja Humbert (2008), joiden molempien mukaan koululiikunnan sisällöt sekaryhmissä määräytyvät enemmän poikien mielenkiinnon perusteella. Näyttäisikin, että joiltain osin tyttöjen ja poikien yhteisopetuksessa on pyritty huomioimaan molempien sukupuolten toiveita ja tarpeita lajivalintojen suhteen. Mielenkiintoista on se, että kuntosalityöskentelyä opetettiin sekaryhmissä enemmän kuin tyttö- ja poikaryhmissä. Tämä vaikuttaisi järkevältä, sillä kuntosalityöskentely liikuntamuotona mahdollistaa opetuksen eriyttämisen ja jopa itsenäisen harjoittelun, jossa oppilas itse suunnittelee harjoitusohjelman ja toteuttaa sen pyytäen tarvittaessa apua opettajalta.

Sekaryhmissä opetettiin erillisryhmiä vähemmän pesäpalloa ja uintia. Uinnin vähyyttä voi selittää se, että sekaryhmäopetus on tavallista pienissä kouluissa ja pienillä paikkakunnilla, joissa ei välttämättä ole omaa uimahallia. Näin ollen katsotaan, ettei uinnin opetuksen järjestämiseen ole mahdollisuutta. Uinnin vähyyteen voi vaikuttaa myös se, että uintitunneilla nuoret tytöt ja pojat ovat hyvin vähissä vaatteissa ja joitain nuoria tämä saattaa vaivata. Pesäpallon opetuksen vähyyteen voi vaikuttaa se, että kyseisessä liikuntamuodossa tyttöjen ja poikien tasoerot ovat usein suuret. Pelissä palloa lyödään ja heitetään kovaa, mikä voi haitata etenkin arkojen tyttöjen osallistumista liikuntatunnilla.

Oppilaat, jotka olivat maininneet sekaryhmän joko mieluisana tai ikävänä asiana koululiikunnassa olivat pääosin liikunnassa hyvän arvosanan saaneita tyttöjä, joista huomattavasti keskimääräistä useampi sai liikunnanopetusta sekaryhmässä. Jos otetaan huomioon se, että tämän oppilasjoukon liikunnannumeron keskiarvo on muuta oppilasjoukkoa korkeampi, oppilaiden voisi olettaa olevan myös keskimääräistä taitavampia liikunnassa. Taitavat liik-

kujat taas puolestaan kaipaavat usein liikunnassa haasteita, joita poikien kanssa harjoittelu sekaryhmässä heille mahdollisesti antaa. Sekaryhmän tuomat haasteet mainittiin tyttöjen vastauksissa esimerkiksi sanoin ”huonot joukkueet, vain tyttöjä” ja ”pelaamisesta ei tule mitään tyttöjen kanssa”. Näyttäisikin siis, että sekaryhmä liikunnassa on tytöille merkityksellisempi asia kuin pojille. Näillä liikunnassa taitavilla tytöillä voi olla yhtenä liikuntamotiivina Gibbonsin ja Humbertin (2008) havaitsema halu näyttää, että he ovat ihan yhtä hyviä liikunnassa kuin pojatkin.

8.4 Menetelmällinen tarkastelu

Tutkimuksen vahvuutena voidaan nähdä otoskoko ja kattavuus; tulokset ovat yleistettävissä suomalaisiin peruskoulun yhdeksäsluokkalaisiin. Koska kyseessä oli Opetushallituksen tutkimus, tulokset saatiin kaikilta kouluilta ja pääosin kaikilta tutkimukseen osallistuneilta oppilailta. Myös kyselylomakkeen täyttöön liittyvät järjestelyt oli määrätty sellaisiksi, että lomakkeen täyttöön oli riittävästi aikaa ja olosuhteiden piti olla sellaiset, että oppilas saattoi keskittyä vastaamiseen. Lisäksi tutkimuksessa on voitu hyödyntää seuranta-asetelmaa, sillä tutkimus noudatteli pitkälti Liikunnan arviointi 2003- tutkimuksen toteutustapaa.

Eri liikuntamuotoja koskeneissa varianssianalyseissä Levenen testi näytti, että varianssit olivat osassa ryhmiä erisuuret. Näissä ryhmissä jouduttiin käyttämään parivertailutestejä, jotka sopivat tilanteisiin, joissa varianssit ovat erisuuret. Tämä heikentää tulosten luotettavuutta ja niihin kannattaakin siksi suhtautua osin varauksella. Myös jakaumat olivat liikuntamuotojen useuden eroja analysoitaessa vinoja, sillä esimerkiksi salibandyä suurin osa oppilaista ilmoitti opetetun usein ja vain harva ilmoitti, että sitä oli opetettu harvoin tai ei koskaan. Ongelma poistuisi, jos vastausasteikko muutettaisiin sellaiseksi, että siinä olisi enemmän vastausvaihtoehtoja. Toisaalta tällä tavoin ei ehkä silti saataisi juurikaan uutta tietoa ja vastaaminen olisi oppilaan kannalta ehkä hankalampaa, kun vaihtoehtoja on enemmän.

Otos oli koko maata edustava, mutta sen alueellinen edustavuus oli osin heikko, sillä esimerkiksi Lapin liikunnanopetusta koskeneet johtopäätökset on tehty 59 oppilaan vastausten

perusteella. On myös huomattava, että koska erillisopetus on Suomessa koululiikunnassa vakiintunut toimintatapa, vain harva otoksen oppilaista oli liikunnassa sekaryhmäopetuksessa. Näin ollen, vertailtaessa sekaryhmien ja erillisryhmien koululiikuntaa, sekaryhmäoppilaita oli huomattavasti vähemmän kuin erillisryhmien oppilaita. Tulokset olisivat olleet luotettavampia, mikäli jokaisessa ryhmässä olisi ollut kutakuinkin yhtä monta edustajaa.

8.5 Yhteenveto tuloksista ja jatkotutkimusaiheita

Tutkimuksen keskeinen tulos oli se, että oppilaat pitävät koululiikunnasta jo tällaisenaan. Koululiikunnan sisältö on oppilaille tärkeä asia ja he toivoisivat, että liikuntaa opetettaisiin jatkossakin erillisryhmissä. Näyttäisikin siltä, että vaikka koululiikunnasta ajoittain julki-suudessa purnataan, oppilaat ovat varsin konservatiivisia sen muuttamisen suhteen. Tyttöjen ja poikien koululiikuntaa olisi tärkeä tutkia, jotta voitaisiin tarkemmin nähdä, miten liikuntakasvatus ja liikuntaan suhtautuminen eroavat sukupuolten välillä ja sen avulla pyrkii kehittämään koululiikuntaa tasa-arvoisemmaksi. Ei sellaiseksi, joka tarjoaa kaikille samaa vaan sellaiseksi, joka tarjoaa jokaiselle oppilaille paremmin sitä, mitä hän tarvitsee.

Tässä tutkimuksessa laji nousi merkittäväksi mieluisaksi ja ikäväksi asiaksi liikuntatunneilla. Olisi mielenkiintoista tutkia, millaisia asioita erilaisten liikuntamuotojen suosion takaa löytyy. Liikuntalaji itsessään ei välttämättä tee liikuntakokemuksesta mieluisaa tai ikävää, vaan jokin asia, mitä sen lajin tunnilla tapahtuu. Jos tiedettäisiin tarkemmin, mitkä asiat tekevät jostain liikuntamuodosta mieluisan tai ikävän, voitaisiin liikunnanopetusta kehittää enemmän nuorten mielenkiintoa vastaavaksi. Jatkossa voisi tutkia myös, voidaanko opetus suunnitelman tavoitteisiin päästä hyvin erilaisilla liikuntakasvatuksen sisällöillä. Tyttöjen ja poikien koululiikunta on erilaista ja alueellisia eroja on, mutta estävätkö ne tavoitteiden täyttymisen? Samalla voitaisiin pohtia, millaiset sisällöt opetuksessa ylipäänsä auttaisivat opetussuunnitelman tavoitteiden saavuttamista.

Sekaryhmäopetuksen mahdollisuuksia olisi hyödyllistä tutkia vielä lisää juuri Suomen olosuhteissa. Meillä sekaryhmäopetus ei ole kovin tavallista liikunnassa, joten sitä ei siksi ole juurikaan tutkittu. Erityisen hyödyllistä olisi kartoittaa tyttöjen ja poikien osallistumista

erilaisilla liikuntatunneilla. Lisäksi olisi hyvä pyrkiä löytämään menettelytapoja, joiden avulla sekaryhmien liikuntatunnit voitaisiin luoda ympäristöiksi, joissa myös liikunnassa heikot tytöt voivat viihtyä ja osallistua.

LÄHTEET

Annerstedt, C. 2005. Physical education in Sweden . Teoksessa U. Pühse & M. Gerber (toim.) International comparison of physical education. Oxford, UK: Meyer & Meyer Sport, 604–629.

Balz, E. & Neumann, P. 2005. Physical education in Germany. Teoksessa U. Pühse & M. Gerber (toim.) International comparison of physical education. Oxford, UK: Meyer & Meyer Sport, 292– 309.

Berg, P. 2010. Ryhmärajoja ja hierarkioita: etnografinen tutkimus peruskoulun yläasteen liikunnanopetuksesta. Sosiaalipsykologisia tutkimuksia 22. Helsinki: Yliopistopaino.

Carrol, B. & Loumidis J. 2001. Children's perceived competence and enjoyment in physical education and physical activity outside school. *European Physical Education Review* 7 (1), 24–43.

Couturier, L., Chepko, S. & Coughlin, M.A. 2007. Whose gym is it? Gendered perspectives on middle and secondary school physical education. *Physical Educator* 64 (3), 152–159.

Currie, C., Gabhainn, S. N., Godeau, E., Roberts, C., Smith, R., Currie, D., Picket, W., Richter, M., Morgan, A. & Barnekow, V. 2008. Inequalities in young people's health: international report from the HBSC 2006/06 survey. Kööpenhamina: WHO Regional Office for Europe.

Derry, J.A. & Phillips, D.A. 2004. Comparisons of selected student and teacher variables in all girls and coeducational physical education environments. *Physical Educator* 61 (1), 23–35.

- Eklund, M. 1996. Samundervisning I gymnastik. En undersökning av gymnastiklärares erfarenheter av och attityder till gemensam undervisning av flickor och pojkar. Rapporter från Pedagogiska fakulteten vid Åbo Akademi nr 12.
- Feingold, R.S. & Holland-Florentino, L. 2005. Physical education in the United States. Teoksessa U. Pühse & M. Gerber (toim.) International comparison of physical education. Meyer & Meyer Sport, 698–716.
- Gard, M. 2006. More art than science? Boys, masculinities and physical education research. Teoksessa D. Kirk, D. Macdonald & M. O’Sullivan (toim.) Handbook of Physical Education. London UK: SAGE Publications, 784–795.
- Gibbons, S.L. & Humbert, L. 2008. What are middle-school girls looking for in physical education? Canadian Journal of Education 31 (1), 167–186.
- Gill, D. L. 2005. Psychology of gender differences. Teoksessa D. Levinson & K. Christensen (toim.) Berkshire Encyclopedia of World Sport 2005, 4.painos. Great Barrington, Mass: Berkshire Publishing Company, 1226–1232.
- Green, K. 2008. Understanding physical education. Los Angeles: SAGE Publications.
- Grössing, S., Recla, W. & Recla, H. 2005. Physical education in Austria. Teoksessa U. Pühse & M. Gerber (toim.) International comparison of physical education. Oxford, UK: Meyer & Meyer Sport, 66–82.
- Haapakorva, K. & Väliuori, J. 2008. 9-luokkalaisten kokema motivaatioilmasto, koululiikuntamotiivit ja viihtyminen koululiikunnassa. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteiden laitos. Pro gradu -tutkielma.

Hannon, J. & Ratliffe, T. 2005. Physical activity levels in coeducational and single-gender high school physical education settings. *Journal of Teaching in Physical Education* 24 (2), 149–165.

Heikinaro-Johansson, P. & Telama, R. 2005. Teoksessa U. Pühse & M. Gerber (toim.) *International comparison of physical education*. Oxford, UK: Meyer & Meyer Sport, 252–271.

Heikinaro-Johansson, P., Varstala, V. & Lyyra, M. 2008. Yläkoululaisten kiinnostus koulu- liikuntaan ja kiinnostuksen yhteydet vapaa-ajan liikunnan harrastamiseen. *Liikunta & Tiede* 45 (6), 31–37.

Hill, G. & Cleven, B. 2005. A comparison of 9th grade male and female physical education activities preferences and support for coeducational groupings. *Physical Educator* 62 (4), 187–198.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2005. 11.painos. Jyväskylä: Tammi.

Huisman, T. 2004. Liikunnan arviointi peruskoulussa 2003. Yhdeksäsluokkalaisten kunto, liikunta-aktiivisuus ja koululiikuntaan asennoituminen. Helsinki: Yliopistopaino.

Kansallinen liikuntatutkimus 2005–2006. Lasten ja nuorten liikunta. 2006. SLU:n julkaisusarja. Helsinki: SLU.

Karjalainen, I. 2002. Koululiikunnan tavoitteet ja sisällöt perusopetuksen vuosiluokilla 7-9 ja lukiossa uuden vuosituhannen alussa. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteiden laitos. Pro gradu -tutkielma.

Kellis, S. & Mountakis, K. 2005. Physical education in Greece. Teoksessa U. Pühse & M. Gerber (toim.) *International comparison of physical education*. Oxford, UK: Meyer & Meyer Sport, 328– 344.

Kuusi, H., Jakku-Sihvonen, R. & Koramo, M. 2009. Koulutus ja sukupuolten tasa-arvo. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2009:52.

Luopa, P., Lommi, A., Kinnunen, T. & Jokela, J. 2010. Nuorten hyvinvointi Suomessa 2000-luvulla. Kouluterveyskysely 2000-2009. Helsinki: Yliopistopaino.

Luoto, R. 2004. Sukupuolierot. Teoksessa M. Fogelholm & I. Vuori (toim.) Terveysliikunta. Jyväskylä: Duodecim, 186–194.

McKenzie, T.L., Prochaska, J.J., Sallis, J.F. & La Master, K.J. 2004. Coeducation and single-sex education in middle schools: Impact on physical activity. *Research Quarterly for Exercise and Sport* 75, 446–449.

McKenzie, T.L., Catellier, D.J., Conway, T., Lytle, L.A., Grieser, M., Webber, L.A., Pratt, C.A. & Elder, J.P. 2006. Girls' activity levels and lesson contexts in middle school PE: TAAG baseline. *Medicine and Science in Sport and Exercise* 38 (7), 1229–1235.

Metsämuuronen, J. 2005. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. Jyväskylä: Gummerus.

Metsämuuronen, J. 2009. Metodit arvioinnin apuna. Perusopetuksen oppimistulosarvioinnin ja -seurantojen menetelmätarkaisut Opetushallituksessa. Oppimistulosten arviointi 1/2009. Helsinki: Opetushallitus.

Nummenmaa, L. 2010. Käyttäytymistieteiden tilastolliset menetelmät. Hämeenlinna: Karisto.

Nupponen, H. 1997. 9–16 -vuotiaiden liikunnallinen kehittyminen. Jyväskylä: Kopi-Jyvä.

Nupponen, H. & Telama, R. 1998. Liikunta ja liikunnallisuus osana 11–16 -vuotiaiden eurooppalaisten nuorten elämäntapaa. Jyväskylä: Yliopistopaino.

Ojala, K., Vuori, M., Välimaa, R., Tynjälä, J., Villberg, J. & Kannas, L. 2006. Pojat nostavat painoja ja tytöt pudottavat niitä – WHO-koululaistutkimuksen tuloksia. Teoksessa S. Karvonen (toim.) Onko sukupuolella väliä? Hyvinvointi, terveys, pojat ja tytöt. Vammala: Vammalan Kirjapaino, 7–82.

Palomäki, S. & Heikinaro-Johansson P. 2011. Liikunnan seuranta-arviointi perusopetuksessa 2010. Koulutuksen seurantaraportti 2011: 4. Helsinki: Opetushallitus.

Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet 1994. Helsinki: Opetushallitus.

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004. Helsinki: Opetushallitus.

Perusopetuslaki 21.8.1998/628. FINLEX internet-tietokanta.

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19980628>. Viitattu 10.2.2011.

Pühse U. & Gerber, M. 2005. International comparison of physical education. Oxford UK: Meyer & Meyer Sport.

Redelius, K., Fagrell, B. & Larsson, H. 2009. Symbolic capital in physical education and health: to be or to know? That is the gendered question. *Sport, Education and Society* 14 (2), 245–260.

Rivard, M-C. & Beaudoin, C. 2005. Physical education in Canada. Teoksessa U. Pühse & M. Gerber (toim.) International comparison of physical education. Meyer & Meyer Sport, 150–173.

Rønholt, H. 2005. Physical education in Denmark. Teoksessa U. Pühse & M. Gerber (toim.) International comparison of physical education. Meyer & Meyer Sport, 206–227.

Sulkunen, S., Välijärvi, J., Arffman, I., Harju-Luukkainen, H., Kupari, P., Nissinen, K., Puhakka, E. & Reinikainen, P. 2010. PISA 2009 ensituloksia. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriö.

Syrjäläinen, E. & Kujala, T. 2010. Sukupuolitietoinen tasa-arvokasvatus – vaiettu aihe opettajankoulutuksessa ja koulun arjessa. Teoksessa M. Suortamo, L. Tainio, E. Ikävalko, T. Palmu & S. Tani (toim.) Sukupuoli ja tasa-arvo koulussa. Juva: Bookwell, 25–40.

Tasapeli- sukupuolten tasa-arvon edistäminen ja sukupuolivaikutuksien arviointi liikunta-alalla. 2005. Komiteamietintö. Helsinki: Opetusministeriö.

Treanor, L., Graber, K., Housner, L. & Wiegand, R. 1998. Middle school students' perceptions of coeducational and same-sex physical education classes. *Journal of Teaching in Physical Education* 18 (1), 43–56.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Tammi.

Van Acker, R., Carreiro da Costa, F., De Bourdeaudhuij, I., Gardon, G. & Haerens, L. 2010. Sex equity and physical activity levels in coeducational physical education: exploring the potential of modified game forms. *Physical Education and Sport Pedagogy* 15 (2), 159–173.

Vass, M. 2005. Physical education in Hungary. Teoksessa U. Pühse & M. Gerber (toim.) *International comparison of physical education*. Oxford, UK: Meyer & Meyer Sport, 361–379.

Vuori, M., Ojala, K., Tynjälä, J., Villberg, J., Välimaa, R. & Kannas, L. 2007. 11-, 13 ja 15-vuotiaiden liikunta ja tärkeimmät liikuntasytyt WHO-Koululaistutkimuksessa vuonna 2006. *Liikunta & tiede* 44 (2), 10–14.

Wallian, N. & Gréhaigne, J-F. 2005. Physical education in France. Teoksessa U. Pühse & M. Gerber (toim.) International comparison of physical education. Oxford, UK: Meyer & Meyer Sport, 272–291.

Wilmore, J.H. & Costill, P.L. 2004. Physiology of Sport and Exercise, 3. painos. Hong Kong: Human Kinetics.

LIITTEET

LIITE 1 Oppilaskysely

Taustatiedot

Olen poika tyttö

Ikäni on 14 vuotta 15 vuotta 16 vuotta 17 vuotta

Liikunnan arvosanani viimeksi saadussa todistuksessa oli

4 5 6 7 8 9 10

Koulu ja liikunta

13. Mitä mieltä olet koulunkäynnistä?

- erittäin vastenmielistä
- vastenmielistä
- ei vastenmielistä eikä mukavaa
- pidän siitä
- pidän siitä erittäin paljon

14. Mitä mieltä olet koululiikunnasta?

- erittäin vastenmielistä
- vastenmielistä
- ei vastenmielistä eikä mukavaa
- pidän siitä
- pidän siitä erittäin paljon

17. Mikä on ollut mielestäsi mieluisinta koulun liikuntatunneissa perusopetuksen 7.-9. luokkien aikana? Nimeä kolme asiaa

1. _____

2. _____

3. _____

18. Mikä on ollut mielestäsi ikävintä koulun liikuntatunneissa perusopetuksen 7.-9. luokkien aikana? Nimeä kolme asiaa

1. _____

2. _____

3. _____

19. Onko liikunnan perusrhythmissäsi

- vain poikia
- vain tyttöjä
- sekä poikia että tyttöjä

20. Viihdyn liikuntatunneilla parhaiten, kun opetus järjestetään

- oman sukupuolen mukaisesti, tyttö- tai poikaryhmässä
- sekaryhmässä, jossa on sekä tyttöjä että poikia
- yleensä tyttö- ja poikaryhmät erikseen, mutta joissakin lajeissa sekaryhmässä
- yleensä sekaryhmässä, mutta joissakin lajeissa tyttö- ja poikaryhmät erikseen

29. Mitä liikuntamuotoja liikuntatunnilla on opetettu vuosiluokkien 7-9 aikana?

aerobic	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
perusvoimistelu	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
kuntovoimistelu/kuntopiiri	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
telinevoimistelu/parkour	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
kuntosalityöskentely	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
tanssi/ musiikki- ja			
ilmaisuliikunta	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
jalkapallo	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
koripallo	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
pesäpallo	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
lentopallo	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
sähly/salibandy	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
sulkapallo	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
tennis/squash/pöytätennis	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
ultimate	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
käsipallo	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
maastohiihto	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
laskettelu	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
lumilautailu	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
luistelu	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
jääkiekko	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
ringette	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
jääpallo/kausalopallo	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
yleisurheilu	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
suunnistus	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
retkeily	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
lenkkeily kävellen tai			
juosten	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
uinti	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
rentoutusharjoitukset	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja
muu, mikä? _____	<input type="radio"/> ei	<input type="radio"/> kyllä, muutaman kerran	<input type="radio"/> kyllä, useita kertoja

30. Nimeä yllä olevaa listaa apuna käyttäen kolme liikuntamuotoa, jotka ovat sinulle koululiikunnassa

a) mieluisimpia

1. _____

2. _____

3. _____

b) epämieluisimpia

1. _____

2. _____

3. _____

LIITE 2. Koululiikunnan mieluisat asiat -luokittelu. Oppilaiden esimerkkivastauksia.

LUOKKA 1: LAJI	
Paritanssit Koripallo Lentopallo Pesäpallo Koripallo Lentopallo Kivat lajit Tanssi Suunnistus Jalkapallo Sisäfutis Ringette Kuntopiiri Uinti Keilaus	Luistelu Rentoutus Salibandy Lenkkeily Pallopelit Pelaaminen Kuntosali Lihaskuntotestit Urheilupäivät Pelit ja leikit Yksilölajit Ulkoliikunta keväällä Joukkuelajit Teoria
LUOKKA 2: MONIPUOLISUUS	
Monipuolisuus Erilaisiin lajeihin tutustuminen Uudet lajit Eri urheilulajit Monipuolista	Välillä rankempaa, välillä rennompaa Erilaiset liikuntatunnit Paljon erilaisia ja mielenkiintoisia lajeja Uusia asioita kokeillaan Hieman erilaiset lajit
LUOKKA 3: FYYSSINEN AKTIIVISUUS	
Oma terveys Kuluttaa kaloreita Kunnon kehitys Tulee hengästyttyä Kunto nousee Kunnon kehitys Saa lisää liikuntaa Liikkuminen Tehokkaat liikuntalajit	Tempo on koventunut Ei tule liian kuuma Ei liian rankat liikuntatunnit Saa purkaa pahaa oloa liikkumalla Tekemistä riittää Saa rentoutua liikunnan avulla Oman kunnon testaus Kaikki missä tulee kunnon hiki
LUOKKA 4: AUTONOMIA	
Vapaa tahto Valinnanvapaus Saa itse valita joukkueet Saa valita mieleisen lajin Oman kunnon mukaan tekeminen	Melko vapaata Voi olla oma itsensä Kaikille tason mukaan Saa juoda jos janottaa

LUOKKA 5: KILPAILU	
Kilpaileminen Saa kilpailla muita vastaan Saa kokeilla miten pärjää eri lajeissa Palkinnot Onnistuminen Hienon tuloksen saavuttaminen	Pelin laatu Rajojen kokeileminen Pelit luokkien välillä Tuntee pärjäävänsä
LUOKKA 6: TILAT, VÄLINEET JA VARUSTEET	
Hyvät tilat Ulkonaolo Olemme päässeet muuallekin kuntoilemaan	Luonnossa tapahtuvat lajit Sään mukainen liikunta Ulkoilu Kisahallilla käynti
LUOKKA 7: LUKUJÄRJESTYSRAKKAISUT	
Liikuntatunnit sopivan pitkiä Isot ryhmät Tarpeeksi porukkaa et saadaa hyvät pelit Mukava aloitus viikonlopulle	Valinnaiset Ehtii käydä hyvin suihkussa ennen seuraavaa tuntia Tuntien peruutus
LUOKKA 8: OPPIMINEN	
Uudet taidot Uuden oppiminen Olen fyysisesti ja henkisesti kasvanut Oppii tekniikat kunnolla Harjoittelu Saa tietoa liikunnasta	Sääntöjen taktiikoiden yms. harjoittelu Pelisääntöjen oppiminen Lajeihin opettaminen ja valmentaminen Huomaa kehitystä Olen oppinut miten liikkua vapaa-aikana
LUOKKA 9: HYVÄ RYHMÄHENKI	
Ryhmätoiminta Saa pitää hauskaa omassa ryhmässä Kaikki mukana täysillä tunteilla Joskus ei menny pelleilyks Ryhmät vaihtuivat ja sain uusia kavereita Kaverien kanssa oleminen Kaverit	Yhteishenki Luokkahenki Kaikki pääsee pelaamaan Tasa-arvo Reiluus Ei liian hyviä oppilaita
LUOKKA 10: OPETTAJA	
Kiva opettaja Opettaja on iloinen Kannustava palaute Opettajan oikeat neuvot Hyvä opettaja	Opettajan tietämys oikeasta tekniikasta ja kunnan huollosta Saa kuunnella musiikkia Mukava opettaja Opetus

Hyvät neuvot Hyvä ohjeistus	Pelataan enemmän kuin harjoitellaan
LUOKKA 11 : SEKARYHMÄOPETUS	
Yhteisopetus (tytöt ja pojat) Hyvät joukkueet (myös poikia) Ryhmät eri sukupuolen mukaan	Näkee tyttöjä tiukoissa topeissa Tyttö- ja poikaryhmät erikseen Tytttöjen ja poikien tanssi paransi ryhmähenkeä
LUOKKA 12: MYÖNTEISET LIIKUNTAKOKEMUKSET	
Huumori Hauskanpito Liikunnan helppous On ollut hauskaa Kun on jotain rentoa ja kaikilla on kivaa	Jos on mielekästä liikuntaa Yleinen tekeminen Kaikki Liikuntatunteja on olemassa
LUOKKA 13: VIIHTYMINEN	
Koulupäivät eivät tunnu niin pitkiltä Jaksaa olla paremmin koulussa Pääsee pois muilta oppitunneilta Ei tarvitse istua luokassa Itse tunnit Sen jälkeen on rento olo	Jotain muutakin kuin pulpetinkantta Tunnit ovat muuta opiskelua rennompia Se on tauko koulutyöstä Poistuminen koulualueelta Hyvä fiilis jo ennen tuntia
LUOKKA 14: ILMAPIIRI	
Rento ilmapiiri Positiivisuus Joskus rentoa Hyvä henki Pelin henki	Rauhassa oleminen Ei haittaa vaikka ei osaa Rentous Hyvä pelihenki Ei ole paineita
LUOKKA 15: MUU	
Jonkun henkilön nimi Retket koulutuntien ulkopuolella Kärppäottelu Ilmainen kuntoilu Kun rikkoo Moottoriurheilu Perusopetukset Kaikki	Radiomäki Jos on ulkoliikuntaa voi mennä savukkeelle Kun tarpeeksi jankuttaa, ei tarvitse tehdä mitään Voi kiusata opettajaa En käy liikuntatunneilla

LIITE 3. Koululiikunnan ikävät asiat –luokittelu

LUOKKA 1: LAJI	
Sulkapallo Voimistelu Sähly Yleisurheilu Frisbeegolf Telinevoimistelu Keilaus Cooper Jääkiekko Pesäpallo Uinti Hiihto Suunnistus Pakollinen tanssi poikien kanssa Tanssi	Kuntotestit Tämänlaiset testit Hiihdon vähyys Luistelu Jalkapallo Koripallo Kansantanssit Vaihtoehtoiset lajit Liikaa uusia tylsiä lajeja Liian vähän tanssia Joskus tylsiä pelejä Ei uintia Päälläseisonta tms. jossa päähän sattuu Teoria Ei minua kiinnostavat lajit
LUOKKA 2: MONIPUOLISUUDEN PUUTE	
Aina samoja lajeja Uusia liikuntalajeja ei ole välttämättä täällä mahdollista kokeilla Voitais ottaa oppilaiden ehdottamia uusia lajeja Samoja lajeja melkein aina	Ulkoliikunnan puute Jos on samaa lajia peräkkäisinä kertoina Ei monipuolista Ei perehdytä eksoottisempiin lajeihin kuin vähän
LUOKKA 3: FYYSINEN AKTIIVISUUS	
Hikinen liikunta Kova rasitus Liian kevyttä Ei jaksa Väsyneenä liikkuminen Rankat tunnit	Rasittava liikunta Liikkuminen Tunnit joissa ei tule edes hiki Joskus ei jaksa Huono kunto
LUOKKA 4: AUTONOMIAN PUUTE	
Joutunut liikkumaan puoli kipeänä Liikaa pakottamista ja eri lajeja Ei saa soveltaa Asioiden pakolla tekeminen Orjallisuus	Ei saa valita mitä ite tekee kuin tosi harvoin Liian vähän vapaa-aikaa Kaikki eivät tee yhtä samaa lajia Jos ei halua Valmiiksi päätetty liikuntalista
LUOKKA 5: KILPAILU	
Koulujenväliset kilpailut Tulosten vertailu Kilpailu	Huonot suoritukset Jokin laji on rasittavan vaikeeta Liian vaativa tehtävä

<p>Epäonnistumiset Kun saa kuntotestissä huonon tuloksen Lajit joita en hallitse hyvin Epäonnistuminen lentopallossa</p>	<p>Kilpaileva ilmapiiri Yksilösuoritukset Kilpailuhenkisyyden kieltö Oma taito</p>
<p>LUOKKA 6: TILAT, VÄLINEET, VARUSTEET</p>	
<p>Liikuntapaikoille siirtyminen Liian pieni liikuntasali Huono sää Vähän varusteita Huonot suihkut Huono pukukoppi Välineiden kunto Huonot varusteet Pieni Sali tosi usein Huono kuntosali Salin kahtiajako</p>	<p>Ulkoilu huonolla säällä Ulkoliikunta talvella, tulee kylmä Ulkona liian kylmä Huonot olosuhteet Sunnistus märässä metsässä Liikuntavarusteiden mukaan ottaminen Suksien raahaminen kouluun Varusteiden määrä mikä pitää tuoda kotoa Liikuntavarusteiden unohtaminen Kaikilla ei aina ole varusteita</p>
<p>LUOKKA7: LUKUJÄRJESTYSRATKAISUT</p>	
<p>Kun tarvitsee olla salamana toisella puolella kaupunkia Liikuntatuntien ajoitus Tunnin loppuminen Liikuntatunnit kesken koulupäivän Liikuntatunteja liian vähän Liian lyhyet tunnit Kiire</p>	<p>Liikaa porukkaa Kun on jäänyt liikuntatunnit pois jonkin muun syyn takia Sitä on liian vähän Kun on ollut paljon ihmisiä tunnilla Aika ei oo riittänyt Huono ajoitus heti ruokailun jälkeen</p>
<p>LUOKKA 8: HUONO RYHMÄHENKI</p>	
<p>Kaikki eivät osaa työskennellä muiden kanssa sosiaalinen paine Lintsajat Muut eivät yritä parhaansa mukaan Jo joku notkuu nurkassa joukkuepelin aikana Opetuksen aika menee joskus toisten kommentamiseen Teini-ikä ja välillä pelit on lyssähtänyt Tiimityöskentely Melkeen aina menee pelleilyks Jotkut painivat siellä joskus Jotkut ottaa häviön niin rankasti Kaikki ei osallistu Muiden säheltäminen</p>	<p>Valittaminen Kaikki eivät pelaa tosissaan Häiriökäyttäytyminen Kaikki eivät tee kunnolla Jotkut liian tosissaan Pelleilevät oppilaat Joidenkin negatiivinen asenne Turha säheltäminen Huonot joukkuejaot Joidenkin oppilaiden asenne Jotkut pelien aiheuttamat ristiriidat Tasoerot Huutaminen jos toinen ei osaa Huono ryhmähenki Osaamattomien katselu Osaamattomien odotus</p>

Ei tiimi pelaajat Osaamattomat pelitoverit	Valittajat Ei saa itse valita pareja
LUOKKA 9: OPETTAJA	
Epämotivoiva opettaja Opettajan kritiikki Kireä opettaja Käsittämätön opettaja Opettajan komentelu Tuntien huono etukäteissuunnittelu Pitkät odotusajat Urheilukisoihin harjoittelu Liikaa harjoittelua Liian vähän pelaamista Samoja asioita toistetaan Liian vähän liikunnan teoriaa Tunnilla keskitytään itse pelaamiseen eikä harjoitella ennen peliä Pitää nuoleskella et sais kympin vaikka taidot olis kuin hyvät Kaikesta annetaan numero Ei ole huutojakoja Kertaus Ei tunnu oppivan mitään	Ei aina ymmärrä kaikkien pelien sääntöjä Tunnin alku kestää joskus Oudot säännöt Opettaja ei tiedä tarpeeksi lajien säännöistä Epäpätevä opettaja Opettajan mieleiset lajivalinnat Ammattitaidoton opettaja välillä Opettaja ei aina osallistu/keskity peliin Opettaja ei puutu peliin Huono opettaja, ei osaa opettaa lainkaan Opettajan sijainen on ollut tiukka tai osaa-maton Välillä pidetään tunnilla yliaikaa Motivointi Tiukkuus Opettaja ei edes yritä opettaa Opettaja joka ei anna riittävän haastavia tehtäviä Miesopettajat pitävät tyttöjä huonompina Opetus ei ole ajantasalla
LUOKKA 10: SEKARYHMÄOPETUS	
Huonot joukkueet, vain tyttöjä Ryhmässä vain tyttöjä, ei haastetta Pojat pitävät tyttöjä huonoina eivätkä syötele Pelaamisesta ei tule mitään tyttöjen kanssa (tyttö)	Kun tytöt ja pojat samalla tunnilla (tyttö) Haukkuminen varsinkin poikien kanssa Sekaryhmällämme on huono ryhmähenki Vain tyttöryhmät Kun tytöt ja pojat ovat yhdessä (tyttö)
LUOKKA 11: KIELTEISET LIIKUNTAKOKEMUKSET	
Jotkut tunnit tylsiä Kaikki Paska haisee ja humpat soi Epämieluisat tunnit Turhat jutut	Kun ei ole ollut hauskaa Liikunta Ei tehdä mitään hauskaa Koko koululiikunta itsessään
LUOKKA 12: KIUSAAMINEN	
Jotkut syrjivät toisia Toisten arvostelu Kiusaaminen	Ulkonäön haukkuminen Joskus jos ei osaa on arvosteltu Sanotaan että et osaa

Mollaus	Vahdataan koko ajan ilkeesti
LUOKKA 13: ILMAPIIRI	
Liiallinen leikkimielisyys peleissä Huono ilmapiiri Liian ankarat tunnit	Ei innostunutta meininkiä Epäkannustava ilmapiiri Levottomuus
LUOKKA 14: TAPATURMAT	
Tapaturmat Liikuntavamma Ranteen murtaminen Lievät vammat Vahingossa sattuneet tapaturmat	Pallon osuminen päähän Sairastuminen liikuntatunnin aikana Pienet nirhaumat Nilkan nyrjäyttäminen
LUOKKA 15: MUU	
Myöhästyminen Valinnaisryhmä hajoitettiin Peseytyminen Viikonlopun odotus Mukavien tuntien peruuntuminen H1N1 takia Jokin henkilön nimi, esim. Esko	Silloin kuin on ollut kipeänä ja jäänyt pois testeistä Jos vaan on huono päivä Olen joutunut olemaan poissa tunneilta On kipee Numeroarvostelu

LIITE 4. Peruskoulun yläluokilla opetetut liikuntamuodot suosituimmuusjärjestyksessä opetuksen määrän keskiarvon mukaan

Liikuntamuoto	Liikuntamuodon useus (%)				
	Ei lain- kaan	Kyllä, muu- taman kerran	Kyllä, usei- ta kertoja	ka.	kh.
Sähly/salibandy (n=1611)	1	26	73	2.72	.466
Pesäpallo (n=1611)	1	31	69	2.68	.478
Koripallo (n=1612)	0	34	66	2.66	.480
Jalkapallo (n=1610)	1	33	66	2.65	.496
Luistelu (n=1607)	3	34	64	2.61	.543
Yleisurheilu (n=1609)	1	38	61	2.60	.509
Lentopallo (n=1609)	1	43	56	2.55	.521
Suunnistus (n=1609)	2	49	49	2.47	.540
Kuntovoimistelu/kuntopiiri (n=1606)	5	63	33	2.28	.542
Lenkkeily kävellen tai juosten (n=1607)	10	62	28	2.18	.592
Uinti (n=1608)	17	48	35	2.18	.698
Sulkapallo (n=1607)	12	59	29	2.17	.466
Jääkiekko (n=1603)	24	36	40	2.16	.782
Perusvoimistelu (n=1605)	10	66	24	2.15	.564
Kuntosalityöskentely (n=1600)	16	63	21	2.06	.608
Tanssi/musiikki- ja ilmai- suliikunta (n=1605)	14	66	19	2.05	.577
Käsipallo (n=1597)	20	58	22	2.02	.652
Telinevoimistelu/parkour (n=1605)	17	68	15	1.98	.564
Jääpallo/kaukalopallo (n=1603)	34	44	22	1.88	.738
Maastohiihto (n=1609)	45	34	21	1.76	.778
Ultimate (n=1601)	36	55	9	1.73	.616
Rentoutusharjoitukset (n=1604)	38	54	8	1.69	.604
Ringette (n=1606)	48	42	11	1.63	.668
Tennis/squash/pöytätennis (n=1607)	46	48	6	1.61	.604
Aerobic (n=1599)	46	48	6	1.60	.601
Muu laji (n=441)	57	32	10	1.53	.677
Laskettelu (n=1607)	71	27	2	1.32	.516
Retkeily (n= 1604)	86	13	1	1.16	.393
Lumilautailu (n=1606)	87	12	1	1.14	.374

LIITE 5. Liikuntamuotojen opetuksen useuden väliset keskiarvoerot kuntaryhmien välillä (ANOVA)

Liikuntamuoto	Kuntaryhmä			F	p	Tukey/ Dunnett
	Kaupunki (1) (n= 911)	Taajama (2) (n=238)	Maa-seutu (3) (n=462)			
Aerobic	1.56	1.53	1.72	13.339	.000	3>1***,2***
Perusvoimistelu ^d	2.12	2.20	2.18	3.016	.049	
Kuntovoimistelu/kuntopiiri ^d	2.26	2.31	2.32	2.171	.114	
Telinevoimistelu/parkour ^d	1.96	2.09	1.97	5.579	.004	2>1**
Kuntosalityöskentely	2.03	2.00	2.13	4.912	.007	
Tanssi/musiikki- ja ilmaisuliikunta	2.05	2.05	2.05	.006	.994	
Jalkapallo	2.69	2.48	2.66	17.740	.000	2<1***,3***
Koripallo	2.68	2.59	2.65	3.684	.025	
Pesäpallo	2.70	2.62	2.66	3.227	.040	
Lentopallo	2.52	2.53	2.61	4.785	.008	3>1**
Sähly/salibandy	2.72	2.66	2.76	4.311	.014	
Sulkapallo ^d	2.19	2.08	2.17	2.603	.074	
Tennis/ squash/ pöytätennis	1.61	1.62	1.59	.183	.832	
Ultimate ^d	1.71	1.60	1.83	12.077	.000	3>1**,2***
Käsipallo	1.97	2.14	2.06	7.707	.000	1<2**
Maastohiihto	1.59	2.05	1.96	59.255	.000	1<2***,3***
Laskettelu	1.25	1.29	1.48	32.412	.000	3>1***,2***
Lumilautailu	1.12	1.06	1.21	15.567	.000	3>1***,2***
Luistelu ^d	2.62	2.60	2.59	.657	.518	
Jääkiekko ^d	2.16	2.26	2.11	2.943	.053	
Ringette ^d	1.65	1.60	1.59	1.429	.240	
Jääpallo/kaukalopallo	1.77	2.10	2.00	26.975	.000	1<2***,3***
Yleisurheilu	2.59	2.63	2.58	.793	.453	
Suunnistus ^d	2.49	2.38	2.47	3.738	.024	
Retkeily	1.17	1.17	1.13	1.197	.302	
Lenkkeily kävellen tai juosten	2.15	2.16	2.25	4.525	0.11	3>1**
Uinti	2.30	2.06	2.00	33.121	.000	1>2***,3***
Rentoutusharjoitukset ^d	1.74	1.56	1.67	8.687	.000	2<1***

Huom. d= Dunnett's T3 testi erisuurten varianssien vuoksi
 ***p>0,001, **p>0,01

LIITE 6. Oppilaiden mieluisimpina mainitsemat liikuntamuodot suosituimmuusjärjestyksessä (n=1596)

Liikuntalaji	f	%
Sähly/salibandy	640	14
Pesäpallo	502	11
Jalkapallo	484	10
Jääkiekko	284	6
Lentopallo	261	6
Koripallo	258	5
Sulkapallo	250	5
Tanssi/ musiikki- ja il- maisuliikunta	240	5
Kuntosalityöskentely	173	4
Suunnistus	163	3
Uinti	142	3
Laskettelu	140	3
Luistelu	131	3
Telinevoimistelu	125	3
Käsipallo	108	2
Lenkkeily kävellen tai juosten	107	2
Aerobic	103	2
Yleisurheilu	101	2
Jääpallo/kaukalopallo	90	2
Maastohiihto	71	2
Muu laji	64	1
Tennis/squash/pingis	61	1
Kuntovoimiste- lu/kuntopiiri	49	1
Lumilautailu	48	1
Rentoutumisharjoitukset	48	1
Perusvoimistelu	35	1
Ultimate	35	1
Ringette	18	0
Retkeily	10	0
Yhteensä kaikki lajit	4741	100

LIITE 7. Oppilaiden epämieluisina mainitsemat liikuntamuodot epämieluisimmasta alkaen (n=1554)

Liikuntalaji	f	%
Maastohiihto	454	10
Uinti	429	10
Suunnistus	413	9
Telinevoimistelu	330	7
Luistelu	314	7
Tanssi/ musiikki- ja ilmaisuliikunta	253	6
Yleisurheilu	225	5
Kuntovoimistelu/kuntopiiri	212	5
Koripallo	211	5
Aerobic	192	4
Jääkiekko	185	4
Jalkapallo	170	4
Lentopallo	166	4
Sähly/salibandy	157	4
Lenkkeily kävellen tai juosten	129	3
Pesäpallo	98	2
Perusvoimistelu	82	2
Ultimate	81	2
Ringette	70	2
Käsipallo	58	1
Sulkapallo	57	1
Jääpallo/kaukalopallo	51	1
Retkeily	50	1
Kuntosalityöskentely	45	1
Muu	32	1
Tennis/squash/pöytätennis	25	1
Rentoutusharjoitukset	23	1
Laskettelu	19	0
Lumilautailu	6	0
Yhteensä kaikki lajit	4537	100