

**LIKUNNANOPETTAJIEN SUHTAUTUMINEN JA VALMIUDET
LIKUNNALLISEN TOIMINTAKULTTUURIN LUOMISEEN KOULUISSA**

Venla Hakkarainen & Hanna Vuolteenaho

Liikuntapedagogiikan pro gradu -tutkielma

Liikuntakasvatuksen laitos

Jyväskylän yliopisto

Kevät 2016

TIIVISTELMÄ

Hakkarainen, V. & Vuolteenaho, H. 2016. Liikunnanopettajien suhtautuminen ja valmiudet liikunnallisen toimintakulttuurin luomiseen kouluissa. Liikuntakasvatuksen laitos, Jyväskylän yliopisto, Liikuntapedagogiikan pro gradu -tutkielma, 76s, 5 liitettä.

Liikunnanopettajan työnkuvaan kuuluu entistä enemmän koko kouluyhteisön liikunnasta ja hyvinvoinnista huolehtiminen. Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, millainen on liikunnanopettajien työnkuva ja miten he suhtautuvat liikunnallisen toimintakulttuurin luomiseen koulussa. Tarkoituksena oli lisäksi selvittää, millaista on liikunnanopettajien koettu osaaminen sekä koulutustarve kouluyhteisön fyysisen aktiivisuuden ja hyvinvoinnin edistämiseksi. Tutkielma on osa laajempaa Liikuntakasvatuksen laitoksen tutkimus- ja kehittämishanketta ”Oppilaiden fyysisen aktiivisuuden edistäminen teoriasta käytäntöön”.

Tutkimuksen aineistoa kerättiin liikunnanopettajilta sähköisellä kyselylomakkeella Liikunnan ja Terveystiedon Opettajat ry:n rekisterin kautta 15.12.2014–31.9.2015 välisenä aikana. Kyselyyn vastasi yhteensä 189 opettajaa, joista 58 (31 %) oli miehiä ja 131 (69 %) naisia. Opettajien suhtautumista ja valmiuksia fyysisen aktiivisuuden edistäjinä koulussa mitattiin *Valmiudet koulun liikunnallistamisessa* -mittarilla, jossa fyysisen aktiivisuuden edistämistä tarkasteltiin neljän ulottuvuuden kautta: 1) liikunnanopetus 2) koulun muu liikunta 3) sisäinen yhteistyö ja 4) ulkoinen yhteistyö. Eroja suhtautumisessa ja valmiuksissa tarkasteltiin sukupuolittain, kouluasteen sekä koulun liikunnallistamisesta olevan kokemuksen mukaan.

Liikunnanopettajat suhtautuvat myönteisimmin fyysisen aktiivisuuden edistämiseen liikunnanopetuksen ja koulun muun liikunnan avulla, ja varauksellisemmin taas ulkoisen ja sisäisen yhteistyön hyödyntämiseen. Opettajat, joiden koulut olivat mukana Liikkuva koulu -ohjelmassa, suhtautuivat kaikkiin koulun liikunnallistamisen ulottuvuuksiin myönteisemmin verrattuna opettajiin, joiden koulut eivät olleet ohjelmaan osallistuneet. Liikunnanopettajat kokivat osaamisensa vahvimmaksi liikunnanopetuksen ja sisäisen yhteistyön osalta, kun taas koulun muun liikunnan ja ulkoisen yhteistyön osalta osaaminen koettiin heikommaksi. Täydennyskoulutusta kaivattiin useimmin liikuntateknologian käyttöön, koulun liikunnallisen toimintakulttuurin käynnistämiseen sekä erilaisten liikuntamuotojen opetukseen.

Vaikka liikunnanopettajan työnkuva on laajentumassa, on liikunnanopetus edelleen ammatin ydintehtävä. Laadukkaasti toteutettu liikunnanopetus muodostaa hyvän perustan myös laajemmalle liikunnallisen toimintakulttuurin edistämiseksi koulussa. Tähän liikunnanopettajat tarvitsevat lisää konkreettisia toimintamalleja ja täydennyskoulutusta. Erityinen haaste kouluyhteisöissä on toimivan yhteistyön järjestäminen ja eri tahojen osallisuuden mahdollistaminen liikunnallista toimintakulttuuria luotaessa. Tutkimuksen tuloksia voidaan hyödyntää uudistettaessa ja kehitettäessä liikunnanopettajien perus- ja täydennyskoulutusta.

Avainsanat: liikunnanopettajan työnkuva, asenne, osaaminen, koulun liikunnallistaminen, koulutustarve, koululiikunta

ABSTRACT

Hakkarainen, V. & Vuolteenaho, H. 2016. Physical Education Teachers' Attitudes and Competences in Building an Active School Culture. Department of Sport Pedagogy, University of Jyväskylä, Master's thesis in Sport Pedagogy, 76 pages, 5 appendices

Part of a physical education teacher's job description is the promotion of physically active schools. The purpose of this study was to find out how well prepared physical education teachers are, referring to their attitudes and competence, for enhancing the role of physical activity in their school. We explored physical education teachers' job description and their attitude to building an active school culture. Another aim was to examine both physical education teachers' competence, as they have experienced it, in advancing physical activity and wellbeing in the school community and what kind of competence they needed more in building an active school culture. The thesis is part of a more extensive research and development project called 'Promoting students' physical activity, from theory to practice' and carried out by the Department of Sport Pedagogy.

The material for the study was gathered by using an electronic questionnaire through the register of the Association of Physical and Health Educators in Finland from December 15th 2014 to September 31st 2015. A total of 189 teachers responded to the enquiry; of them 58 (31 %) men and 131 (69 %) women. The teachers' attitudes and experienced competence in promoting physical activity in school were measured by using indicator called 'Competences for Enhancing Physical Activity in School', in which the promotion of physical activity was discussed via the following four dimensions: 1) teaching of physical education; 2) other physical activities in school; 3) internal cooperation; and 4) external cooperation. Differences in attitudes and perceived competence were looked at in accordance with gender, level or stage of education and with the experience that is available about enhancing physical activity in school.

Physical education teachers have the most positive attitudes to the promotion of physical activity through teaching of physical education and other physical activities in school, while their attitudes were the most negative to view of using internal and external cooperation. Those teachers whose schools were involved in the program 'Finnish Schools on the Move' held a more positive attitude to all efforts at enhancing physical activity in school than did teachers whose schools had not participated in the program. The physical education teachers felt their competence was at the highest level concerning the teaching of physical education and internal cooperation, whereas it was the lowest regarding other physical activities in school and external cooperation. More than for anything else, further education was needed to use physical education technology, to start building an active school culture and to teach various forms of physical education.

The most common duty was teaching of physical education despite the changing nature of job description. The physical education teachers possessed good attitudes and competences for promoting physical activity, particularly in physical education classes. However, there is need for development in the physical education teachers' ability to build an active school culture and, in enhancing physical activity elsewhere than within physical education, the teachers need more concrete models for action. One future challenge in building an active school culture will be the use of both internal and external resources in supporting physical education teachers' attitudes and competences for promoting students' physically active way of life. The findings of the study can be made use of in reforming and developing physical education teachers' basic and further education.

Keywords: physical education teacher's job description, enhancing physical activity in school, need for education, physical education

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

1 JOHDANTO.....	1
2 LIIKUNNALLISEN TOIMINTAKULTTUURIN LUOMINEN KOULUSSA.....	3
2.1 Liikunnallisen toimintakulttuurin mahdollistavia koulun ulkoisia tekijöitä.....	4
2.2 Liikunnallisen toimintakulttuurin mahdollistavia koulun sisäisiä tekijöitä.....	8
3 LIIKUNNANOPETTAJAN TYÖNKUVA	12
3.1 Liikunnanopettajan työtehtävät koulussa.....	12
3.2 Liikunnanopettajan muuttuva työnkuva: rooli koulun liikunnallistajana.....	16
4 LIIKUNNANOPETTAJIEN OSAAMINEN	18
4.1 Liikunnanopettajien koettu pätevyys liikunnanopetuksessa.....	19
4.2 Liikunnanopettajien tarvitsema aineenhallinta ja pedagoginen aineosaaminen koulun liikunnallistamisessa.....	21
4.3 Liikunnanopettajien koettu osaaminen koulun liikunnallistamisessa	24
4.4 Liikunnanopettajien koulutustarpeet koulun liikunnallistamisessa.....	27
5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET.....	30
6 TUTKIMUSMENETELMÄT	31
6.1 Tutkimuksen kohdejoukko ja aineiston hankinta.....	31
6.2 Tutkimuksessa käytetyt mittarit	31
6.3 Aineiston analysointi	33
6.4 Tutkimuksen luotettavuus	34
7 TULOKSET.....	36
7.1 Aineiston kuvaus	36
7.2 Liikunnanopettajien työtehtävät ja niihin käytetty aika.....	38
7.2.1 Liikunnanopettajien työtehtävät ja niihin käytetty aika sukupuolen mukaan	39
7.2.2 Liikunnanopettajien työtehtävät ja niihin käytetty aika kouluasteen mukaan.....	40
7.2.3 Liikunnanopettajien työtehtävät koulun liikunnallistamisesta olevan kokemuksen mukaan	41

7.3 Liikunnanopettajien suhtautuminen koulun liikunnallistamista kohtaan	42
7.4 Liikunnanopettajien koettu osaaminen koulun liikunnallistamisessa	44
7.5 Liikunnanopettajien koetut koulutustarpeet.....	48
8 POHDINTA.....	53
8.1 Liikunnanopetus ydintehtävänä edelleen työnkuvan laajentuessa	53
8.2. Myönteisyyttä sisäistä yhteistyötä kohtaan kiireestä huolimatta?.....	55
8.3 Laadukkaasta liikunnanopetuksesta liikunnallisen toimintakulttuurin edistämiseen koulussa	57
8.4 Uusia ja vanhoja tuulia täydennyskoulutukseen	60
8.5 Tutkimuksen heikkoudet ja vahvuudet	61
8.6 Jatkotutkimusehdotukset.....	63
LÄHTEET	65
LIITTEET	

1 JOHDANTO

Nuorten vähäinen liikkuminen haastaa pohtimaan uudelleen nuorten elämäntapoja ja niihin vaikuttamista. Koululla on tässä vaikuttamisessa suuri merkitys, sillä kouluikäiset lapset ja nuoret viettävät suuren osan päivästänsä koulussa ja koulumatkoilla. Jos tämä aika käytetään enimmäkseen istuen, on suositeltua liikunnan määrää vaikea saavuttaa. Jotta ”tunti päivässä liikuntaa kaikille” -tavoite toteutuisi, on koulujen toimintakulttuuria kehitettävä liikuntamyönteisemmäksi. (Lasten ja nuorten liikunnan asiantuntijaryhmä 2008, 17–18; Autio & Jussila 2015.)

Koulun liikunnallisen toimintakulttuurin tavoitteena on, että koulun kaikki käytännöt rakennetaan johdonmukaisesti tukemaan liikkumista osana jokaista koulupäivää (Asanti 2013, 60; Kämppi ym. 2013,10; Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014, 22–27). Liikunnallinen toimintakulttuuri rakentuu sekä koulun sisältä että ulkopuolelta käsin. Valtion ja kuntien toimintaperiaatteet tukevat oppilaiden fyysisen aktiivisuuden edistämistä kouluissa muun muassa Liikkuva koulu -ohjelman avulla. Liikkuva koulu -toiminnassa on mukana yli 1500 koulua ja se laajennetaan hallituksen kärkihankkeena valtakunnalliseksi kaikkiin peruskouluihin (Liikkuva koulu 2016). Tavoitteena on saada kaikki Suomen koulut mukaan toteuttamaan aktiivisempaa koulupäivää (Valtioneuvosto 2015). Olennaista Liikkuva koulu -ohjelmassa on saada koko henkilökunta ja oppilaat osallistumaan mukaan koulupäivän aikaisen liikunnan kehittämiseen, suunnitteluun ja toteutukseen (Liikkuva koulu 2016).

Liikunnanopettajan työkenttä koulu yhteisössä on laaja, sillä liikunnanopettajan työ koostuu varsinaisten liikuntatuntien lisäksi entistä enemmän koko koulu yhteisön liikunnasta ja hyvinvoinnista huolehtimisesta (Laakso 2007, 16; Opetusministeriö 2009). Työtaakka voi kuitenkin muodostua helposti liian suureksi yhdelle tai kahdelle henkilölle koulu yhteisössä, mikä voi vaikuttaa negatiivisesti opettajan suhtautumiseen toimia koulun liikunnallistamisen käynnistäjänä. Vaikka liikunnanopettaja organisoisikin ohjelmaa, olisi muun koulu yhteisön tarjottava myös työpanoksensa. (Centeio ym. 2014; Autio & Jussila 2015.) Toimenkuvan muutoksen sisäistäminen edellyttää liikunnanopettajalta sitoutumista sekä positiivista suhtautumista toimia fyysisen aktiivisuuden edistäjänä (Wolny 2010).

Koko koulu yhteisön liikunnasta ja hyvinvoinnista huolehtiminen vaatii liikunnanopettajilta sekä perinteistä että uutta osaamista (Metzler ym. 2013a). Liikunnanopettajat ovat

perinteisesti tarvinneet monipuolista osaamista oppimistavoitteiden edistämiseen eri laji- ja liikuntamuotojen avulla. Koulun liikunnallistamisessa liikunnanopettajien on sen sijaan ymmärrettävä, että liikunnanopetus on vain yksi osa työtä. Opettajan tulisi tarjota oppilaille laaja-alainen ja virikkeellinen oppimisympäristö, jonka avulla oppilas omaksuu terveellisen ja aktiivisen elämäntavan nyt ja tulevaisuudessa. (Metzler ym. 2013a; Autio & Jussila 2015.) Tällaista ajatusta laaja-alaisesta liikunnan edistämisestä tukevat tutkielmamme teoreettisena pohjana käytetyt HOPE-opetussuunnitelmamalli sekä Comprehensive School Physical Activity Program (CSPAP) -ohjelma, jotka ovat Yhdysvalloissa kehitettyjä koulun toimintakulttuurin muutokseen tähtääviä koulun fyysisen aktiivisuuden edistämishohjelmia (Sallis ym. 2006; Erwin ym. 2013; Metzler ym. 2013b). Molempien ohjelmien teoreettisena pohjana toimii sosioekologinen malli, jonka mukaan fyysisen aktiivisuuden ja terveyden edistämiseksi tarvitaan monen tasoisia toimia, jotka kohdistuvat sekä yksilöihin että ympäristön tekijöihin (Sallis ym. 2006; Palomäki 2013; Metzler ym. 2013b).

Vaikka aiemmat tutkimukset liikunnanopettajien koetusta pätevyydestä liikunnanopetuksessa ovat olleet osittain ristiriitaisia, tukevat ne kuitenkin pääsääntöisesti ajatusta, että suomalaiset liikunnanopettajat kokevat osaamisensa hyväksi, erityisesti ammatin perinteisten ydintehtävien osalta (Martin, Kulinna, Eklund & Reed 2001; Huhtiniemi 2011; Mäkelä, Huhtiniemi & Hirvensalo 2013, 566–585). On kuitenkin tarpeellista selvittää, millaiseksi liikunnanopettajat kokevat osaamisensa ammattikuvan muuttuessa ja laajentuessa koulun liikunnallisen toimintakulttuurin luomiseen.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, millainen on liikunnanopettajien työnkuva ja miten he suhtautuvat liikunnallisen toimintakulttuurin luomiseen koulussa. Tarkoituksena on lisäksi selvittää, millaista on liikunnanopettajien koettu osaaminen ja koulutustarve koulu yhteisön fyysisen aktiivisuuden ja hyvinvoinnin edistämässä. Käytämme tässä tutkielmassa rinnakkain käsitteitä valmiudet ja osaaminen. Tutkimuksesta saatavien tulosten avulla voidaan pohtia, tulisiko liikunnanopettajakoulutuksen sisältöjä kehittää, jotta ne tukisivat liikunnanopettajan laaja-alaista, fyysisen hyvinvoinnin edistäjän roolia koulussa sekä millainen täydennyskoulutus olisi tarpeellista opettajien koetun osaamisen kannalta. Aiheen tutkiminen on ajankohtaista ja tärkeää, sillä kielteinen suhtautuminen koulun liikunnallistamiseen ja puutteet osaamisessa vaikuttavat opettajan työn laatuun ja sitä kautta myös niihin mahdollisuuksiin, joita oppilaille tarjotaan liikunnallisen elämäntavan omaksumiseen. (Gower & Capel 2004).

2 LIIKUNNALLISEN TOIMINTAKULTTUURIN LUOMINEN KOULUSSA

Liikunnalla on kiistaton merkitys lasten terveyteen (Syväoja ym. 2012, 9). Suositusten mukaan kaikkien 7–18 -vuotiaiden tulisi liikkua vähintään 1–2 tuntia päivässä monipuolisesti ja ikään sopivalla tavalla sekä välttää yli kahden tunnin pituisia istumisjaksoja (Lasten ja nuorten liikunnan asiantuntijaryhmä 2008, 17–18). Suositusten mukainen fyysinen aktiivisuus vaikuttaa positiivisesti muun muassa kestävyys- ja lihaskunnan paranemiseen, motoristen taitojen harjaantumiseen, kehon koostumukseen, luuston terveyteen, sydän- ja verisuoniterveydellisiin ja aineenvaihdunnallisiin tekijöihin sekä ahdistuksen ja masennuksen oireiden vähenemiseen. (Kuninkaanniemi & Ronkainen 2013, 43.) Hyvä terveys ja fyysinen kunto nuorena ennustavat myös aktiivista liikkumista aikuisena, mikä taas vaikuttaa terveyteen aikuisena (Lasten ja nuorten liikunnan asiantuntijaryhmä 2008, 17).

Liikunnan positiivisista vaikutuksista huolimatta lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden väheneminen on yhteistä kaikille länsimaille (Husu, Paronen, Suni & Vasankari 2010 10; Kämppi ym. 2013, 5). Suomessa onkin todettu väestötasoisilla tutkimuksilla, että jopa puolet suomalaisista lapsista ja nuorista ei liiku riittävästi terveytensä ja hyvinvointinsa kannalta (Fogelholm, Paronen & Miettinen 2007, 3). Kuitenkin Liikunnan oppimistulosten seuranta-arviointi perusopetuksessa -raportista ilmenee, että peräti 78 % pojista ja 65 % tytöistä pitää koululiikunnasta. 69 % pojista ja 51 % tytöistä toivoi myös liikuntatuntien lisäystä. Raportin mukaan liikuntatuntien lisäyksillä voisi olla positiivista vaikutusta myös oppilaiden kouluviihtyvyyteen. (Palomäki & Heikinaro-Johansson 2011, 68–70.) Voidaan siis ajatella, ettei nuorten fyysisen aktiivisuuden tai kunnon rapistumisesta voi ainakaan suoranaisesti syyttää koululiikuntakielteisyyttä.

Liian vähäisen liikkumisen ja sen aiheuttamien yksilöllisten ja kansantaloudellisten seurausten vuoksi on viime aikoina pohdittu, miten lasten ja nuorten liikuntaa voitaisiin lisätä. Koulun liikuntakasvatuksella on tärkeä tehtävä liikunnan edistämisessä, sillä se tarjoaa kaikille oppilaille tasa-arvoisen ja yhdenvertaisen mahdollisuuden osallistua liikuntaan. Koulujärjestelmämme tavoittaa lähes kaikki 6–16 -vuotiaat, sekä lisäksi lukio ja ammatillinen koulutus keräävät yhteen suuren joukon nuoria. Kaikkia kansalaisia koskettavaa 9 vuoden mittaista koulussa järjestettyä liikuntakasvatusta voidaankin pitää kansanterveyden vaikuttamisen ytimenä, koska lapset ja nuoret viettävät suuren osan ajastaan arkipäivinä koulussa. Näin ollen kouluilla on merkittävä rooli fyysisen aktiivisuuden edistämisessä.

(Asanti 2013, 620–636.) Myös Yhdysvalloissa tehdyissä tutkimuksissa on todettu yhteiskunnan haluavan vaikuttaa ihmisten terveysongelmiin, ja koulut nähdään tässä merkittävänä vaikuttamispaikkana. Kouluilla on todettu olevan mahdollisuus auttaa saavuttamaan liikuntasuosituksia. (Webster, Monsa & Erwin 2010; Erwin ym. 2013; Centeio ym. 2014; Webster ym. 2015.)

Opetushallitus onkin jo miettinyt keinoja, joilla koulujärjestelmäämme voidaan kehittää vastaamaan paremmin kasvaviin terveys- ja hyvinvointihaasteisiin, sillä koulun liikuntatunnit eivät yksin riitä kouluikäisten liikunnaksi. Opetushallituksen ehdotuksen mukaan lasten ja nuorten koulupäivän aikana tapahtuvaa liikuntaa voidaan lisätä muun muassa pakollisilla ja valinnaisilla tunneilla sekä erilaisten aihekokonaisuuksien toteuttamisen yhteydessä toiminnallisesti eri oppiaineissa. (Opetushallitus 2007.) Koulun liikunta voi nimittäin parhaimmillaan olla paljon muutakin kuin liikunnanopetusta. Koulun liikunnalla tarkoitetaan kaikkea koulun piirissä tapahtuvaa liikuntaa, johon sisältyvät liikuntatuntien lisäksi välitunnit, koulumatkat, kerho- ja iltapäivätoiminta sekä liikunnalliset tapahtumat ja teemapäivät. (Asanti 2013, 620–636.) Liikunnan nähdäänkin tarjoavan hyviä tilaisuuksia edistää koulun ja oppilaitoksen hyvinvoivaa toimintakulttuuria (Opetushallitus 2007). Fyysisen aktiivisuuden edistäminen koulussa edellyttää kuitenkin nykyisten toimintatapojen kehittämistä kohti liikunnallisempaa toimintakulttuuria monissa kouluissa.

2.1 Liikunnallisen toimintakulttuurin mahdollistavia koulun ulkoisia tekijöitä

Websterin ym. (2015) mukaan Yhdysvalloissa tarvitaan lisää koulun ulkopuolistakin vastuunottoa koulun liikunnallisen toimintakulttuurin luomiseksi. Vaikka useita osavaltioiden lakeja ja kansallisia aloitteita, kuten Let's Move in School -hanke ja National Physical Activity -ohjelma, on pantu toimeen, tarvitaan koulun liikunnallistamisen toteuttamiseksi kuitenkin vahvempia linjauksia ja seurantajärjestelmiä valtion tasolta. Tällä hetkellä koulun liikunnallistaminen on opettajankoulutuslaitosten sekä koulujen oman harkinnan varassa. (Erwin ym. 2013; Webster ym. 2015.)

Viime vuosina on Suomessa tehty monia konkreettisia toimia valtion tasolta koulun liikunnallisen toimintakulttuurin luomiseksi. Tällaisia ovat muun muassa peruskoulun tuntijakouudistuksen liikunnanopetuksen lisätunti, uusi perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet (POPS 2014), jossa liikuntalajien sijaan painopiste siirtyy havaintomotoristen ja

motoristen perustaitojen kehittämiseen ja oppilaiden pätevyyden kokemuksen vahvistamiseen sekä fyysisen toimintakyvyn seurantajärjestelmä MOVE! joka on osa perusopetuksen opetussuunnitelmaa.

Laissa ja tarkemmin valtioneuvoston asetuksissa säädetään opetuksen ja kasvatuksen valtakunnalliset tavoitteet, jotka muodostavat pohjan opetussuunnitelman perusteille. Opetussuunnitelma on koulutuksen järjestäjiä sitova asiakirja, joka muodostaa kehyksen paikallisen tason opetussuunnitelman muodostamiselle. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2012; POPS 2014.) Koulun toimintakulttuurin käsite kirjattiin perusopetuksen opetussuunnitelman perusteisiin vuonna 2004, mikä mahdollisti osaltaan liikuntakasvatuksen tarjoamien mahdollisuuksien huomioimisen kehitettäessä avointa ja oppilaita osallistavaa toimintakulttuuria (Asanti 2013, 620). Nykyisen perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden (2004, 248) mukaan liikunnanopetuksen päämääränä on vaikuttaa myönteisesti oppilaan fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn ja hyvinvointiin sekä ohjata oppilasta ymmärtämään liikunnan terveydellinen merkitys. Liikunnanopetus tarjoaa oppilaalle sellaisia taitoja, tietoja ja kokemuksia, joiden pohjalta on mahdollista omaksua liikunnallinen elämäntapa. Tavoitteena on, että koulun kaikki käytännöt rakennetaan johdonmukaisesti tukemaan kasvatus- ja opetustyölle asetettujen tavoitteiden saavuttamista. (POPS 2004, 19, 248.) Tätä kutsutaan koulun toimintakulttuuriksi eli koulun tavaksi ajatella ja toimia toteuttaessaan opetus- ja kasvatustehtävänsä (Asanti 2013, 620). Jokainen koulu toimii arjessaan omanlaisensa toimintakulttuurin mukaan, minkä koulut tai kunnat ovat opetussuunnitelman myötä määritelleet. Liikunnallisen toimintakulttuurin tulisi kuitenkin tukea liikkumista osana jokaista koulupäivää. (Kämppi ym. 2013, 10.)

Tulevan, 1.8.2016 voimaan astuvan perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden (2014) mukaan koulun toimintakulttuuri ilmenee yhteisön käytännöissä, joiden tulisi edistää yhteisen arvoperustan ja oppimiskäsityksen toteutumista koulutyössä ja sillä on myös keskeinen merkitys toteuttaa perusopetuksen yhtenäisyyttä. Toimintakulttuuri ei ole pysyvä kokonaisuus, vaan sitä voidaan muuttaa ja kehittää. Toimintakulttuuri voi ilmetä tiedostamatta tai tiedostetusti, sillä aikuisten tapa toimia välittyy oppilaille, jotka omaksuvat koulu yhteisön arvoja, asenteita ja tapoja. (POPS 2014, 26.) Nykyisessä opetussuunnitelmassa koulun toimintakulttuuria konkretisoivat aihekokonaisuudet, joiden avulla on mahdollista lisätä koulun hyvinvointia edistävää toimintakulttuuria (Opetushallitus 2007). Uudessa opetussuunnitelmassa (2014) puolestaan tavoitteena on oppilaiden laaja-alainen osaaminen.

Yksi laaja-alaisen osaamisen osa-alueista on itsestä huolehtiminen ja arjen taidot, joihin kuuluvat olennaisena osana vastuu, taidot ja ymmärrys oman ja muiden hyvinvoinnin sekä terveyden edistämisestä. Uudessa opetussuunnitelmassa on määritelty lisäksi erikseen toimintakulttuurin kehittämistä ohjaavat periaatteet, joista hyvinvointi ja turvallinen arki ovat yksi. Kyseisen periaatteen mukaan liikkuminen on luonteva osa jokaista koulupäivää. (POPS 2014, 22–27.)

Koulujen liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämiseksi ja terveystiikunnan edistämiseksi on ryhdytty eri ministeriöiden välillä laajoihin poikkihallinnollisiin toimenpiteisiin, joiden yhtenä tärkeimmistä toteuttajista toimivat kunnat (Fogelholm ym. 2007, 4). Kuntia varten on laadittu muun muassa liikunnan edistämisen suositukset, joissa kouluja kannustetaan kehittämään koulupäivän rakennetta mahdollisimman liikunnalliseen suuntaan (Sosiaali- ja terveysministeriö 2010, 14). Myös valtioneuvoston periaatepäätöksissä terveyttä edistävästä liikunnasta ja ravinnosta sekä liikunnan edistämisen linjoista korostetaan, että lasten ja nuorten osalta kehittämisen yhtenä painopisteenä on liikunnallisesti aktiivista elämäntapaa tukeva kouluympäristö ja sen toimintakulttuuri (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008, 10–11; Opetusministeriö 2009, 17–18). Fyysisen aktiivisuuden edistämiseksi kouluissa tarvitaan sekä valtion että kuntien toimesta laaja-alaisia lähestymistapoja toimintaperiaatteista ja käytänteistä henkilöstön koulutukseen. Valtion ja kuntien toimintaperiaatteet ja käytännöt voivat mahdollistaa koulujen paremmat mahdollisuudet vaikuttaa oppilaiden fyysiseen aktiivisuuteen. (Lee, Burgeson, Fulton & Spain 2007.)

Suomessa on viime vuosina erilaisten hankkeiden avulla pyritty mahdollistamaan oppilaiden fyysisen aktiivisuuden lisääminen koulupäivän aikana. Hankkeet ovat olleet koulukohtaisia, kuntakohtaisia tai valtakunnallisia. (Asanti 2013, 629.) Kuntakohtaisia hankkeita ovat esimerkiksi olleet Kainuussa toteutettu Liikkumisesta kansalaistaito -hanke (Liikkumisesta kansalaistaito 2016) sekä Turun Koulut liikkeelle -hanke (Koulut liikkeelle 2016). Myönteisiä kokemuksia koulun liikunnallisesta toimintakulttuurista Suomessa on erityisesti saatu valtakunnallisen Liikkuva koulu -ohjelman myötä. Liikkuva koulu -ohjelma on opetus- ja kulttuuriministeriön rahoittama ja Opetushallituksen, aluehallintoviranomaisten ja järjestöjen yhteistyöllä toteutettu ohjelma, joka pohjautuu hallitusohjelmaan. Ohjelman päämääränä on ollut tuoda kouluihin liikunnallista toimintakulttuuria ja soluttaa kouluihin fyysisen aktiivisuuden suositus lisäämällä liikuntaa koulupäivään ja sen välittömään yhteyteen, sillä kouluikäiset saattavat istua koulupäivästään puolet, enimmäkseen oppitunneilla. (Kämppe ym.

2013, 10.) Ohjelmassa keskeistä onkin, että liikkuminen koulupäivän aikana lisääntyy samalla, kun istuminen vähenee ja oppiminen lisääntyy. Olennaista Liikkuva koulu -ohjelmassa on myös saada koko henkilökunta ja oppilaat osallistumaan mukaan koulupäivän aikaisen liikunnan kehittämiseen, suunnitteluun ja toteutukseen. (Liikkuva koulu 2016.)

Liikkuva koulu -toiminnassa oli huhtikuussa 2016 mukana yli 1500 koulua, jo yli 70 % Suomen peruskouluista. Suomen kunnista yli 70 % on Liikkuva koulu -kuntia, mikä tarkoittaa, että kunnan kouluista vähintään yksi on Liikkuva koulu. (Liikkuvat koulut 2016.) Liikkuva koulu -ohjelma laajennetaan hallituksen kärkihankkeena valtakunnalliseksi kaikkiin peruskouluihin ja siihen tullaan varaamaan erillisrahoitusta. Tavoitteena on saada kaikki Suomen koulut mukaan toteuttamaan aktiivisempaa koulupäivää ja saada jokainen oppilas liikkumaan tunnin päivässä. Ohjelma pyritään viemään myös kokeilujen kautta osaan lukioista ja ammatillisista oppilaitoksista. (Valtioneuvosto 2015.)

Liikkuva koulu -ohjelmaan osallistuvat koulut toteuttavat itse omia yksilöllisiä suunnitelmiaan omalla tavallaan fyysisen aktiivisuuden lisäämiseksi koulupäivän aikana, mutta monille kouluille yhteistä ovat pidennetyt liikuntavälitunnit, koulumatkaliikunnan tukeminen ja toiminnalliset opetusmenetelmät (Liikkuva koulu 2016). Liikkuva koulu -ohjelman pilotti- ja ohjelmavaiheista (2010–2012) tehdyn tutkimuksen mukaan hanke oli onnistunut lisäämään monissa alakouluissa liikettä ja vähentämään istumista. Yläkouluissa sen sijaan hankkeella ei keskimäärin ollut merkittävää vaikutusta oppilaiden liikuntaaktiivisuuteen koulupäivän aikana tai sen jälkeen. (Tammelin, Laine & Turpeinen 2013, 34.) Liikkuva koulu -ohjelmassa mukana olleiden koulujen kokemukset olivat olleet pääasiassa myönteisiä. Pilottivaiheen tutkimukseen (n=411) osallistunut henkilökunta, joista suurin osa oli opettajia, uskoi, että kouluun jää hankkeen myötä pysyviä käytäntöjä, kuten pidennetty välitunti. Suuri osa oli myös sitä mieltä, että koulupäivän aikana tapahtunut liikunta oli edistänyt kouluviihtyvyyttä ja välituntiliikunnalla oli ollut positiivista merkitystä työrauhaan oppitunneilla. Muita pilottivaiheen tutkimustuloksia olivat muun muassa oppilaiden lisääntynyt osallistuminen välituntien liikuntaleikkeihin ja pallopeleihin sekä lyhyiden koulumatkojen omin voimin kulkemisen lisääntyminen. Myös opettajien asenteet liikunnan merkityksestä kouluviihtyvyyteen ja oppituntien työrauhaan olivat parantuneet, samoin kuin opettajien uskomukset oman esimerkin voimasta oppilaan liikuntaan asennoitumisessa. (Kämppi ym. 2013, 28.) Liikkuva koulu -ohjelman myönteiset kokemukset voivat edesauttaa useampia kouluja harkitsemaan koulun liikunnallista toimintakulttuuria.

Webster ym. (2015) ehdottavat, että koulun liikunnallisen toimintakulttuurin toteutumisen mahdollistamiseksi tarvitaan lisää tutkimustietoa muun muassa siitä, lisääkö liikunnanopettajien täydennyskoulutus tehokasta ja pitkäaikaista muutosta koulun fyysisen aktiivisuuden edistämässä, sekä siitä mitkä ovat opettajien oleelliset motiivit koulun liikunnallistamista kohtaan. Tässä keskeiseksi nousevat riittävät palkkiot, kuten palkkaus. (Webster ym. 2015.) Erwinin ym. (2013) mukaan koulu yhteisön, perheen ja lähiyhteisön osallistaminen koulun liikunnallistamiseen kaipaa vielä lisää tutkimusta.

2.2 Liikunnallisen toimintakulttuurin mahdollistavia koulun sisäisiä tekijöitä

Toimintakulttuuria rakentavat kaikki koulu yhteisön jäsenet: opettajat, oppilaat sekä koulun muu henkilöstö (Laakso 2007, 24; Webster ym. 2010 Hiltunen & Tursas 2013, 9). Opetusministeriön (2009) mukaan koulun liikunnan tulisi kuulua kaikille oppilaitoksessa työskenteleville, sillä parhaiten muutosta saadaan aikaan yhteisönä. Asanti (2013, 621) korostaa rehtorin roolia koulun liikunnallisempaan toimintakulttuuriin johtavan muutoksen alullepanijana. Rehtorin johtamiskäytännöt heijastuvat koulun arkeen, ja hän pystyy vaikuttamaan koulun rakenteisiin sekä resurssien jakaantumiseen (Asanti 2013, 621–623). Myös Pulkkinen (2013, 602) mukaan rehtorit voivat vaikuttaa koulun visioon liikuntamyönteisestä oppilaitoksesta. Karjalaisen (2013) pro gradu -tutkielmassa rehtoreiden (n=21) asenteet fyysisen aktiivisuuden ja liikunnan lisäämiseen koulun toimintakulttuuriin olivat muuta henkilökuntaa, pois lukien liikuntaa opettavat opettajat, myönteisempiä. Tutkimuksen perusteella olennaista liikunnallisuuden lisäämisessä on koulun omasta henkilökunnasta ja johtamisesta syntyvät ratkaisumallit. Merkittäviä keinoja koulun toimintakulttuurin liikunnallistamisessa olivat muun muassa rehtorin käytännön johtaminen, oma esimerkki ja koulun ilmapiiri. (Karjalainen 2013, 47–51.) Myös Centeion ym. (2014) tutkimuksessa tukea antava koulun johto oli liikunnanopettajien mukaan yksi merkittävä avaintekijä koulun liikunnallistamisen menestyksessä toteutuksessa. Jopa sellainen johto, joka vain antaa uusien asioiden tapahtua koulussa, voidaan mieltää tukeavaksi (Centeio ym. 2014).

Rehtorin lisäksi opettajat ovat keskeisessä roolissa koulun toimintakulttuurin muutosten mahdollistamisessa sekä varsinkin oppilaille näkyvän toiminnan ja arvomaailman toteuttamisessa. Jokaisen opettajan valinnat ja ratkaisut vaikuttavat yleiseen koulussa vallitsevaan toimintakulttuuriin. (Luukkainen 2005, 25.) Koulun toimintakulttuurin muutos

liikuntaa tukevaksi vaatiikin opettajilta halua sitoutua asiaan riittävässä laajuudessa (Tammelin, Laine & Turpeinen 2012, 21). Halun lisäksi opettajalta vaaditaan myös enemmän tietoisuutta esimerkiksi liikuntasuosituksista ja vaihtoehtoisista tavoista, joiden avulla liikuntaa voidaan lisätä kouluissa, sekä kykyä reagoida niihin omaa opetustaan kehittämällä (Luukkainen 2005, 25).

Uusi toimintakulttuuri ei kuitenkaan synny helposti (Johansson 2006, 17). Kohosen ja Kaikkosen (1998) mukaan erityisesti aineenopettajat kokevat, että heidän työkuvaansa kuuluu vain oman oppiaineen opettaminen, eikä kaikkia kiinnosta syvempi oppilaiden tai koulun ongelmiin paneutuminen. Koulun uudistushankkeiden tempoileva tahti, niihin liittyvä epämääräisyyden ja keskeneräisyyden tunne sekä pintapuoliseksi koettu eteneminen koetaan myös rasittavaksi. (Kohonen & Kaikkonen 1998, 131–132.) Jos toimintakulttuuria leimaavat sirpaleisuus, lyhytjänteisyys ja riskien välttäminen, toimintakulttuuri ei suosi sitoutumista. Ilman sitoutumista ja vastuuta kokonaisuudesta sekä ilman turvallista ilmapiiriä ei herää aitoja oppimista edistäviä kysymyksiä. (Pesonen 2013, 643.)

Liikunta on muiden taito- ja taideaineiden ohella tietoaaineista poikkeava oppiaine, joka vaatii opettajalta aineenhallintaa varsinkin muihin oppiaineisiin integroitaessa. Luokan- ja aineenopettajien osaaminen fyysisen aktiivisuuden lisäämisessä voisi kuitenkin palvella oppimistavoitteita ja auttaa oppituntien työrauhan lisäämisessä. (Kämppe ym. 2013, 46.) Fyysisen aktiivisuuden edistäminen koulussa on tärkeää myös oppimisen näkökulmasta, sillä liikunnalla on havaittu olevan myönteisiä vaikutuksia niin lasten ja nuorten koulumenestykseen, tiedollisiin toimintoihin kuin oppimiseen (Syväoja ym. 2012, 5–6). Liikunnan opettamisessa ja ohjaamisessa moni opettaja toimii oman mukavuusalueensa ulkopuolella, ja siksi heille pitääkin pystyä perustelemaan hyvin se, miksi liikunnallistamiseen kannattaa ryhtyä (Webster 2011; Pesola 2014).

Asikainen (2013) tutki pro gradu -työssään erään itäsuomalaisen kaupungin 11:ssä erikokoisessa alakoulussa työskentelevän 80 opettajan arvoja ja asenteita koulun liikunnallisen ilmapiirin näkökulmasta. Tulokset osoittivat opettajien olevan liikunnallisen toimintakulttuurin puolestapuhujia, vaikka liikunnallisuus itsessään merkitsikin opettajille hyvin erilaisia asioita, kuten liikunnasta nauttimista, liikuntataitoja ja fyysistä aktiivisuutta. Tutkimukseen osallistuneet opettajat suhtautuivat liikuntaan myönteisesti, mikä ilmeni myös heidän liikunnallisista elämäntavoistaan. Opettajat kokivat enimmäkseen olevansa hyviä

liikunnanopettajia. Liikunnallisen toimintakulttuuriin muodostumiseen alakoulussa vaikutti olennaisesti myös opettajien kokema työhyvinvointi ja koulun yhteishenki. Tutkimuksessa ajan ja resurssien puute nähtiin haasteena toimintakulttuurin muutokseen. (Asikainen 2013, 62-73.)

Kämppi ym. (2013) tutkivat Liikkuva koulu -ohjelman pilottivaiheeseen osallistuneiden koulujen henkilökuntaa (n=411) tarkoituksenaan selvittää heidän kokemuksiaan liikunnallisen toimintakulttuurin edistämisestä koulussa. Tulosten mukaan omassa koulussaan oppilaiden liikunnan edistämisen jokaisen opettajan tehtäväksi koki ala- ja yhtenäiskouluissa noin 70 % vastaajista ja yläkouluissa alle puolet. Kun koulun tasolta siirryttiin henkilökohtaiselle tasolle, niin sitoutuminen liikkumisen lisäämiseen heikkeni yläkouluissa entisestään. ”Liikunta sopii integroitavaksi omaan opetukseeni” -väittämästä oli samaa mieltä kaksi kolmesta ala- ja yhtenäiskoulujen vastaajista, mutta vain alle kolmannes yläkoulujen henkilökunnasta. Liikunnan ja muiden aineenopettajien näkemykset erosivat myös koulun ja opettajien roolien osalta. Koulun roolista liikunnan aineenopettajat olivat yleisemmin sitä mieltä, että koulun tehtävä on huolehtia siitä, että oppilaille on mahdollisuus liikkua jokaisen koulupäivän aikana. He olivat myös useammin valmiita muuttamaan koulupäivän rakennetta, jotta liikkumiselle saadaan paremmin aikaa. Kuitenkin lähes 90 % vastaajista koki, että jokaisen opettajan esimerkki vaikuttaa oppilaiden asennoitumiseen liikuntaa kohtaan. Koulupäivän liikunnallistaminen koetaan siis tärkeänä, mutta pelkkä myönteinen asennoituminen liikuntaa kohtaan ei riitä, jos opettajan oma rooli liikkumisen edistämisessä on epäselvä. (Kämppi ym. 2013, 26–46.)

Kauppilan (2015) pro gradu -tutkielmassa tutkittiin jyvaskyläläisten peruskoulujen (n=32) opettajien kokemuksia fyysisen aktiivisuuden lisäämiseen tähdänneen teemaviikon järjestelyistä. Teemaviikon järjestelyihin osallistuivat sekä hyvinvoinnin kehittäjäopettajat, muut koulujen opettajat että oppilaat. Tulosten mukaan viikon onnistumista helpottaneina tekijöinä nähtiin erityisesti positiivinen suhtautuminen ja liikkumiselle myönteinen ilmapiiri koulussa sekä toimiva vastuunjako ja yhteistyö. Teemaviikko koettiin ennen kaikkea koko koulun yhteiseksi projektiksi, sillä useat kouluyhteisön jäsenet osallistuivat järjestelyihin suurella panostuksella. Merkittävimmit haasteiksi myös tässä tutkimuksessa nousivat kiire ja aikatauluongelmat. (Kauppila 2015, 40–44.)

Luokanopettajat tapaavat tyypillisesti oppilaita enemmän kuin kukaan muu opettaja ja valvovat heitä monissa oppimisympäristöissä. Siksi luokanopettajat ovat tärkeässä asemassa liikuntamahdollisuuksien tarjoamisessa oppilaille. (Webster 2011.) Holtin, Barten ja Heelanin (2013) Yhdysvalloissa toteutetun tutkimuksen tulokset osoittivat, että vaikka opettajat (n=68) eivät pystyneetkään järjestämään oppilaille päivittäin tavoiteltua 20 minuuttia liikuntaa oppituntien aikana, oli opettajien yritysten kautta kasvanut fyysisen aktiivisuuden määrä merkittävä oppilaiden päivittäisen liikunnan kokonaismäärän edistäjä. Websterin (2011) tutkimuksessa luokanopettajaopiskelijat kokivat, että heillä on eniten valmiuksia fyysisen aktiivisuuden edistämiseen luokahuoneessa ja välitunneilla. Tulos on rohkaiseva, sillä luokanopettajilla on suuri rooli juuri luokkatuntien, välituntien ja koulun ulkopuolisten aktiviteettien liikunnallistamisessa. (Webster 2011.)

Vaikka koulun liikunnallisen toimintakulttuurin luominen on koko kouluyhteisön jäsenten yhteinen tehtävä, mielletään se usein kuitenkin liikunnanopettajan vastuulle (Tammelin ym. 2012, 60; Hiltunen & Tursas 2013, 4). McKenzien ja Lounsberyn (2013) mukaan liikunnanopettajat ovat koulun liikunnallistamisen käynnistäjiä sekä organisaattoreita sen luonnissa ja koordinoinnissa. Myös Laakson (2007, 23–24) mukaan koko kouluyhteisön liikunta vaatii koordinointia, ja tämä pitkäjänteinen työ sopii hyvin juuri liikunnanopettajan tehtäviin, kunhan se on työehdoissa selvästi määritelty.

Liikunnanopettajien tapa nähdä ja toteuttaa liikunnan opetus- ja kasvatustehtävää sekä rakentaa kouluun monipuolista liikuntatoimintaa näkyy koulun toimintakulttuurissa monella tavalla (Asanti 2013, 620). Toimintakulttuurin pohdinta näkyy paitsi kaikissa koulun juhlissa ja muissa tapahtumissa myös koulun yleiskuvassa. Liikunnanopettajat ovat avainasemassa kyseisen kulttuurin luomisessa esimerkiksi puheillaan ja teoillaan. Tämän takia liikunnanopettajan arvomaailma heijastuu kaikkiin niihin tilanteisiin, joissa hän puuttuu tai on puuttumatta toimintaan. Liikunnanopettajan rooliin sisältyy kokonaisvastuu koulun liikuntaan liittyvästä toiminnasta. (Pulkinen 2013, 602.) Tähän vastuuseen kuuluu oman suhtautumisen ja osaamisen kehittäminen roolia vastaavaksi.

3 LIKUNNANOPETTAJAN TYÖNKUVA

Opetussuunnitelman perusteissa on määritelty liikunnanopetuksen keskeiseksi tehtäväksi liikunnallisen elämäntavan tukeminen (POPS 2014). Liikunnallisen elämäntavan omaksumista pidetään kansainvälisestäkin tärkeänä liikunnanopetuksen tavoitteena (National association for sport and physical education 2004). Liikunnanopetuksella pyritään myös vaikuttamaan oppilaaseen kokonaisvaltaisesti ottamalla huomioon oppilaan fyysinen, sosiaalisaffektiivinen ja kognitiivinen kehittyminen myönteisten yksilöllisten ja yhteisöllisten kokemusten kautta. Liikunnalla pyritään myös ohjaamaan oppilasta ymmärtämään ja saamaan valmiuksia terveytensä edistämiseen. (POPS 2014; UNESCO 2015.)

Liikunnalliseen elämäntapaan liittyy se, että riittävä liikunta on osa yksilön jokapäiväistä elämää. Toiminnallisena oppiaineena liikunnassa edetäänkin perusopetuksessa leikin ja taitojen oppimisen kautta kohti oma-aloitteista harrastusta. Uusi perusopetuksen valtakunnallinen opetussuunnitelma korostaa liikunnassa yhteisöllisyyttä, vastuullisuutta, reilua peliä ja turvallisuutta. Opetuksessa pyritään huomioimaan oppilaiden yksilöllisyys, vahvistamaan itsetuntemusta ja ohjaamaan suvaitsevaisuuteen. Oppilaita pyritään saamaan enemmän mukaan myös suunnitteluun ja vastuun ottamiseen ryhmän toiminnasta. Opetussuunnitelman mukaan liikunnanopetus rakentuu kansalliseen liikuntaperinteeseen, jossa tulee huomioida myös paikalliset ja luonnon olosuhteet, vuodenaajat, lähiympäristön ja koulun tarjoamat mahdollisuudet. (POPS 2014.) Raamit liikunnanopettajan työnkuvaan muodostuvat siis osin opetussuunnitelman myötä, mikä määrittelee opetukseen ja kasvatukseen sisältyviä tavoitteita. Opettajan työn luonteen ja sen olemuksen tunteminen on olennaista, jotta voi ymmärtää paremmin siinä tarvittavia valmiuksia ja niiden osaamista.

3.1 Liikunnanopettajan työtehtävät koulussa

Keskeinen sisältö liikunnanopettajan työssä on jo pitkään ollut oppilaiden liikuttaminen sekä kasvattaminen liikunnan avulla ja kasvattaminen liikuntaan (Rokka 2011). Liikuntaan kasvattaminen sisältää sellaisten tietojen, asenteiden ja taitojen opettamista, joilla oppilaan on mahdollista omaksua terveelliset elämäntavat ja oppia huolehtimaan omasta toimintakyvystään. Liikuntamotivaatiota, joka kantaisi kohti elinikäistä fyysistä aktiivisuutta, pyritään luomaan erilaisilla liikuntaympäristöillä ja tilanteilla, joissa osallistujat voivat saada myönteisiä kokemuksia. (Jaakkola, Liukkonen & Sääkslahti 2013, 17–27; POPS 2014.)

Kasvattaminen liikunnan avulla puolestaan merkitsee liikunnan hyödyntämistä lasten ja nuorten persoonallisen kasvun ja kehityksen tukemisessa. Liikuntatilanteiden avulla voidaan opettaa esimerkiksi vuorovaikutustaitoja, vastuullisuutta, tunteiden tunnistamista ja säätelyä, eettistä ajattelua ja kehollista ilmaisua. (Jaakkola ym. 2013, 17–27; POPS 2014.) Kenties laajoista tavoitteista johtuen, liikunnanopettajasta käytetään toisinaan myös nimitystä hyvinvoinnin asiantuntija, jolta odotetaan laajaa tietämystä liikunnasta ja liikuntakulttuurista (Laakso 2007, 18–23).

Opettajan ammattiin sisältyy yleisesti laaja työnkuva, jossa tulee hallita muuttuva ja vaihtuva toimintaympäristö, muutokset yhteiskunnassa, koulussa, oppilaissa ja heidän taustoissaan, oppimiskäsityksissä ja -menetelmissä. Nämä edellyttävät opettajalta luovuutta, joustavuutta sekä kykyä kohdata muutoksia ja epävarmuutta. (Luukkainen 2004, 198, 213; Laakso 2007.) Opettajan työssä keskeisiä asioita ovat ammatillinen sisältöosaaminen, yhteiskunnallinen kasvatus tehtävä, opettaminen, kasvattaminen, tukeminen ja kannustaminen (Luukkainen 2004, 19, 47, 87). Liikunnanopettajan työssä velvollisuudet jakaantuvat omaan oppiaineeseen kuuluviin tehtäviin sekä yleisiin jokaista opettajaa koskeviin tehtäviin (Virta & Lounassalo 2013, 495). Opettajan työ on myös pohjimmiltaan eettinen työ, mikä tulee esille erityisesti opettajan ja oppilaan välisessä suhteessa, mutta myös koko koulun kontekstissa. Opettaja joutuu nimittäin jatkuvasti tilanteisiin, joissa hänen täytyy tehdä eettisiä valintoja, ja tämä vaatii opettajalta oman valta-aseman ja vastuun tiedostamista. (Luukkainen 2004, 115.)

Liikunnanopettajan työ on monipuolista sekä itsenäistä, ja eri liikuntalajien opettamisen lisäksi liikunnanopettajat hoitavat usein koulun sisäistä ja koulujen välistä kilpailutoimintaa sekä ohjaavat liikuntakerhoja (Mäkelä ym. 2013, 566). Liikunnanopettajan työtehtävät näyttäisivät säilyneen pääpiirteissään samankaltaisina viime vuosikymmenet (Mäkelä ym. 2012). Nummela (2004, 41–45) selvitti pro gradu -työssään vuosina 1993–2000 valmistuneiden liikunnanopettajien (n=305) yleisimpiä työtehtäviä. Yleisimmiksi työtehtäviksi osoittautuivat liikunnanopetus ja suunnittelu. Näitä työtehtäviä liikunnanopettajat tekivät työssään lähes päivittäin. Tutkittavien mukaan muita usein toistuvia, eli viikoittaisia työtehtäviä olivat arviointi, koordinointi, luokkaopetus ja valvonta. Harvinaisempia työtehtäviä opettajien mukaan olivat henkilökunnan liikunnanohjaus, kokeilu ja tutkimus sekä leirikoulut. Huhtiniemen (2011, 44–46) tulokset samasta aiheesta tehdyssä pro gradu -tutkimuksessa vahvistavat Nummelan (2004) tuloksia, sillä yleisimmät työtehtävät olivat vuosina 2001–2005 valmistuneilla liikunnanopettajilla (n=122) samankaltaisia.

Muutamien työtehtävien kohdalla oli tapahtunut lieviä muutoksia, sillä Huhtiniemen (2011, 44–46) tutkimuksen mukaan luokkaopetus ja yhteydenpito koulun ulkopuolelle olivat hieman lisääntyneet, kun taas kerhotoiminta oli jonkin verran vähentynyt.

Kenties suurimman muutoksen liikunnanopettajan toimenkuvaan ovat tuoneet oppituntien ulkopuoliset tehtävät, sillä esimerkiksi Karjalaisen (2002) pro gradu -tutkielman mukaan 54 % liikunnanopettajista (n=235) koki työmääränsä lisääntyneen koulu-uudistusten myötä. Yli puolet liikunnanopettajista koki tämän kuormittavana piirteenä. Johanssonin (2006) mukaan liikunnanopettajat (n=326) käyttivät keskimäärin 40 tuntia viikoittain työhönsä, josta 64 % kului oppituntien pitämiseen ja 36 % muihin tehtäviin. Näin ollen yli kolmannes opettajien työajasta menee muuhun kuin opettamiseen. Opettajien keskimääräinen opetus aika viikossa oli 26 tuntia. Viikoittaisessa kokonaistyömäärässä ei havaittu eroja mies- ja naisopettajien välillä. Sen sijaan naiset käyttivät aikaa enemmän suunnitteluun sekä oppitunteihin liittyvään valmistelu- ja jälkityöhön, kun miehet puolestaan pitivät enemmän oppituntien ulkopuolisia kerhoja. (Johansson 2006, 51–58.)

Mäkelä ym. (2012) tutkivat liikunnanopettajiksi (n=621) vuosina 1984–2004 valmistuneiden työtyytyväisyyttä ja siihen vaikuttavia tekijöitä sekä työnkuvaa. Tämänkin tutkimuksen mukaan liikunnanopettajien työnkuva sisältää pääasiassa liikunnanopetusta ja siirtymistä eri suorituspaikoille. Muita liikunnanopettajien mainitsemia päivittäisiä tehtäviä olivat suunnittelu, tilojen varaaminen ja oppilaiden arviointi. Viikoittaisia tai kuukausittaisia toimia olivat luokkaopetus, kokoukset, yhteydenpito koulun ulkopuolelle sekä välineiden kunnossapito. Lukukausittain toistuvia tehtäviä olivat projektit, juhlaohjelmien suunnittelu sekä tapahtumien ja kilpailujen järjestäminen. (Mäkelä ym. 2012.) Siirtyminen liikuntapaikoista toiseen ja välineistä huolehtiminen aiheuttavat usein kiireen tuntua, mikä koetaan työtä kuormittavana piirteenä. Tällöin usein myös tuntien organisoimisen ja siirtymisten vuoksi jää opettajanhuoneessa vietetty hengähdystauko pitämättä. (Palomäki & Heikinaro-Johansson 2011, 109; Salminen 2013, 41–42.)

Huhtiniemen (2011) ja Nummelan (2004) pro gradu -tutkimuksien mukaan sukupuolten välisiä eroja mies- ja naisliikunnanopettajien välillä on havaittu eri työtehtävien useudessa, erityisesti suunnittelussa, juhlaohjelmien järjestämisessä, kilpaurheilun organisoimisessa, kunnossapidossa sekä kehittämistoimissa. Miehet osallistuivat naisia enemmän kunnossapitoon sekä kilpaurheilun organisointiin. Miesten työnkuvaan kuului enemmän myös

kehittämistoimia, koordinoimia ja liikunnanopetusta. Naiset puolestaan osallistuivat enemmän suunnitteluun ja juhlaohjelmien järjestämiseen. Naiset olivat myös ahkerampia opetuksen valmistelussa, ja heillä oli enemmän luokkaopetusta. (Nummela 2004; 46; Huhtiniemi 2011; 47.) Naisopettajat vaikuttavat myös kokevan kiireen ja oppituntien ulkopuoliset tehtävät kuormittavampana piirteenä kuin miesopettajat (Johansson 2006, 68).

Liikunnanopettajaa työllistävät oppituntien ulkopuolella muun muassa liikuntarajoitteiset ja ilman lupaa tunneilta pois olevat oppilaat (Virta & Lounassalo 2013, 495). Hetkellisesti tai pysyvästi liikuntarajoitteiselle oppilaalle tulee suunnitella hänelle sopivia harjoitteita, sillä opetussuunnitelman perusteet ja lainsäädäntö edellyttävät oppilaiden ja opiskelijoiden yksilöllisyyden ja edellytysten huomioimista opetuksessa (LOPS 2003; EOPS 2010; POPS muutokset ja täydennykset 2010). Luvattomista poissaoloista oppilaille voi joutua antamaan korvaavia tehtäviä, tukiovetusta tai järjestämään ylimääräisiä oppitunteja (Virta & Lounassalo 2013, 495–520).

Liikunta- ja urheilupäivien järjestäminen ja suunnittelu ovat useissa kunnissa liikunnanopettajien vastuulla. Päivät voivat olla työläitä, mutta ovat yleensä hyvin antoisia sekä tuovat virkistävää vaihtelua sekä oppilaille että opettajille. Liikunnanopettaja huolehtii myös liikuntavälineiden kuljetuksista eri suorituspaikoille, hankinnasta ja huollosta. (Mäkelä ym. 2012; Virta & Lounassalo 2013, 495–520.) Kouluissa voidaan myös järjestää kasvatus- ja opetustyön tukemiseksi kerhotoimintaa (POPS 2014), joista liikuntakerhojen suunnittelu ja käynnistäminen kuuluvat luontevasti liikunnanopettajalle, vaikka hän ei itse välttämättä kaikkia kerhoja ohjaisikaan. Liikunnanopettaja voi kuulua myös erilaisiin työryhmiin, kuten aineryhmään ja oppilashuoltotyöryhmään. Opettajan työnkuvaan sisältyy myös opettajankokouksia, yhteissuunnittelua ja virkaehtosopimuksen mukaisia koulutuspäiviä. (Virta & Lounassalo 2013, 495–520.)

Liikunnassa oppilaat eivät aina voi olla opettajan välittömän silmälläpidon ja valvonnan alaisia, joten liikunnanopettajan konkreettinen toiminta turvallisuus- ja vastuuasioissa poikkeaa muista opettajista (Kangasoja 2013, 586–601). Liikuntatunteja pidetään erilaisissa ympäristöissä, kuten uimahallissa ja jääkentillä, jolloin on mietittävä oppilaille turvallinen reitti koulun ja liikuntapaikan välille. Silti opettaja on aina vastuussa opetusryhmästään, vaikka opetuksen järjestäisikin jokin muu taho. (Poutala 2010, 110–122.) Liikunnanopettajan vastuu ylettyy myös oman oppiaineen ulkopuolelle. Usein yläkoulun opettaja toimii

luokanvalvojana, jonka tehtäviä ovat esimerkiksi tiedottaminen koulun asioista oppilaille, yhteydenpito koteihin ja oppilaiden koulunkäynnin seuraaminen. Yhteydenpito koteihin on helpottunut sähköisten viestintävälineiden myötä, mutta toisaalta oppilasasioiden hoitoon Wilmassa voi mennä useitakin tunteja päivässä. (Virta & Lounassalo 2013, 495–520.)

3.2 Liikunnanopettajan muuttuva työnkuva: rooli koulun liikunnallistajana

Liikunnanopettajien (n=116) työnkuvassa tapahtuneista muutoksista antaa kuvaa esimerkiksi Julkusen (2000) opinnäytetyö. Tutkimuksen mukaan liikunnanopettajan työtä muuttivat jo vuonna 1994 voimaan tulleet opetussuunnitelman perusteet. Opettajan rooli oli muuttunut enemmän ohjaajan, organisaattorin, yhteistyökumppanin ja markkinoijan suuntaan, mikä on nostanut työn vaativuutta. (Julkunen 2000, 70–73.) Myös Karjalaisen (2002) tutkimuksen mukaan liikunnanopettajat arvioivat toimivansa eniten organisaattorin, kasvattajan, opettajan ja ohjaajan rooleissa. Varsinaisen opetustyön lisäksi liikunnanopettajien työtä ovat lisänneet myös erilaisten koulun juhlien ja tapahtumien lisääntyminen (Julkunen 2000, 40–41, 55, 70–73).

Muutospaineita liikunnanopettajan työlle luo myös yleistyvä fyysisen aktiivisuuden väheneminen, ja siksi liikunnanopettajan toimenkuva on laajentunut kattamaan koko koulun fyysisen aktiivisuuden edistämiseen (Opetusministeriö 2009; Erwin ym. 2013; Webster ym. 2015; Lyyra, Palomäki & Heikinaro-Johansson 2016). Liikunnanopettajan odotetaan siis edistävän kokonaisvaltaisesti oppilaiden hyvinvointia ja arjen fyysistä aktiivisuutta myös liikuntatuntien ulkopuolella (Erwin ym. 2013; Webster ym. 2015). Liikunnanopettajalta tällainen tilanne vaatii niin henkistä kuin sosiaalistakin kapasiteettia sekä fyysistä pääomaa liikunta-alan uusien tuulien omaksumiseksi (Johansson 2006, 20). Ristiriitaisuutta näihin odotuksiin luo se, että esimerkiksi Yhdysvalloissa liikunnanopettajakouluttajien mielestä etenkin yhteistyö koulun sisällä ja ulkopuolisten tahojen kanssa sekä sosiaalinen markkinointi fyysisen aktiivisuuden edistämiseksi eivät kuulu liikunnanopettajan ydintehtäviin (Webster ym. 2015).

Ahon (2010, 35) mukaan yksi merkittävä muutos opettajan työssä liittyy lisääntyneen kasvatusvastuun mukana tulleisiin vaatimuksiin. Aho (2010, 35) toteaa, ettei kasvatusvastuuta voi loputtomiin siirtää kouluille varsinkin, kun samaan aikaan koulujen resurssija leikataan. Koululta ja opettajalta odotetaan reagointiherkkyyttä ympärillä oleviin muutoksiin pitäen

kuitenkin etusijalla erityisesti valmiudet ennakoida tulevaisuutta lasten ja nuorten parasta ajatellen (Luukkainen 2004, 192). Liikunnanopettajan työnkuva elää liikuntakulttuurin ja yhteiskunnan muutosten mukana, joten opettajalta odotetaan jatkuvaa ammatillista kehittymistä sekä uusien asioiden opettelua (Mäkelä ym. 2013).

On mahdollista, että liikunnanopettajaksi opiskelevat kohtaavat työelämässä erilaisen työnkuvan kuin minkälaisen vaikutelman he ovat liikunnanopettajan työstä omana peruskouluaikanaan tai opiskelussaan omaksuneet (Väisänen 2015). Viime aikoina on alettu paremmin ymmärtää liikunnanopettajien suhtautumisen merkitys koulun liikunnallistamisessa. Liikunnanopettajilla on jo entuudestaan paljon työkuormaa, eivätkä he siksi välttämättä ole halukkaita ottamaan lisää vastuuta. Liikunnanopettajien tuleekin olla tarkkoina, että he eivät ota kaikkea vastuuta liikunnallistamisesta loppuunpalamisen uhalla. Vaikka yksi kouluyhteisön jäsen organisoisikin ohjelmaa, olisi muun henkilökunnan tarjottava myös työpanoksensa. (Centeio ym. 2014.) Toimenkuvan muutoksen sisäistäminen vaatii liikunnanopettajalta sitoutumista ja omaa halukkuutta sekä positiivista suhtautumista toimia fyysisen aktiivisuuden edistäjänä (Wolny 2010). Centeion ym. (2014) mukaan liikunnanopettajien intohimo ja omistautuminen nuorten terveyden edistämiseksi ovatkin yksi avaintekijä menestyksekkääseen koulun liikunnallisen toimintakulttuurin luomiseen.

4 LIIKUNNANOPETTAJIEN OSAAMINEN

Suomalaisen liikunnan aineenopettajakoulutuksen tavoitteena on kouluttaa liikunnanopettajia laaja-alaisesti edistämään ihmisten fyysistä aktiivisuutta ja hyvinvointia eri kouluasteille sekä toimimaan liikuntapedagogiikan koulutus- ja asiantuntijatehtävissä (Liikuntatieteiden laitoksen laatukäsikirja 2008). Laaja-alaisen hyvinvoinnin asiantuntijuuden edellytyksenä on, että opettajat tuntevat liikuntaan ja liikuntakulttuuriin liittyvää tietoa, liikunnan biolääketieteellisiä lähtökohtia sekä inhimillistä käyttäytymistä ohjaavia käyttäytymisyhteiskuntatieteellisiä perusteita (Laakso 2007). Opiskelijalla on koulutuksen jälkeen tietoja ja taitoja liittyen muun muassa liikuntamuotoihin ja liikkumisen motoriseen, fysiologiseen ja terveydelliseen perustaan sekä pedagogiikkaan ja didaktiikkaan. Opettajan pedagoginen asiantuntijuus ilmenee muun muassa kykyinä tarjota monipuolista liikuntakasvatusta sekä vastata erilaisten yksilöiden ja ryhmien tarpeisiin. Asiantuntija kykenee myös perustelevaan tekemänsä valinnat niin oppilaille kuin vanhemmille. (Nupponen & Penttinen 2014.)

Liikunnanopettajakoulutuksen tavoitteena on kouluttaa liikunnanopettajia, jotka hallitsevat alansa sisältötiedon lisäksi hyvät ihmissuhdetaidot, ymmärtävät opettajan työn eettisen ja yhteiskunnallisen perustan, ovat vastuullisia kasvattajia ja työyhteisön jäseniä sekä osaavat ohjata ja tukea erilaisten oppilaiden oppimista. Liikunnanopettajakoulutuksessa tavoitteena onkin tutkiva opettajuus, mikä tarkoittaa valmiutta perehtyä uuteen tutkimustietoon ja soveltaa sitä omaan työhönsä, arvioida kriittisesti omia toimintatapojaan sekä kehittää opetustaan, oppimisympäristöjä ja koulua yhteistyössä muiden opettajien kanssa. (Liikuntatieteiden laitoksen laatukäsikirja 2008.) Liikunnanopettajalta vaaditaan siis kykyä elinikäiseen oppimiseen.

Huhtinimen (2011) pro gradu -tutkielman mukaan 2001–2005 valmistuneista liikunnanopettajista (n=186) kolme neljäsosaa oli joko tyytyväisiä tai erittäin tyytyväisiä saamaansa koulutukseen. Vastavalmistuneilla liikunnanopettajilla on hyvät työllistymisnäköymät, ja työ vastaa hyvin koulutusalaan (Tauriainen 2004; Tuomela 2006; Similä & Simola 2013; Vuolle 2013). Rekrytointipalvelun sijoittumisseurannassa ajalla 1.8.2002–31.7.2003 valmistuneista liikuntapedagogiikan maistereista (n=35) lähes kaikki olivat kyselyhetkellä erilaisissa opetustehtävissä (Tauriainen 2004). Suurin osa valmistuneista liikunnanopiskelijoista vaikuttaisi siis menevän nimenomaan liikunnanopettajiksi eri kouluasteille.

4.1 Liikunnanopettajien koettu pätevyys liikunnanopetuksessa

Opettajan minäpystyvyys määritellään opettajan uskomukseksi kyvystään vaikuttaa oppilaansa oppimiseen eli kuinka itsevarma opettaja on kyvystään opettaa (Bandura 1986). Teoreettisesta lähestymistavasta riippuen koettua pätevyyttä voidaan kutsua myös minäpystyvyydeksi (Bandura 1986) tai koetuksi käyttäytymisen kontrolliksi (Ajzen 1985). Kansainvälisten tutkimusten mukaan ulkoiset ympäristötekijät, opetuskäyttäytyminen, aineenhallinta sekä oppilaiden aktiivinen osallistuminen vaikuttavat liikunnanopettajan minäpystyvyyteen. Liikunnanopettajien käsitykset minäpystyvyydestä heikkenivät, kun oppilaat eivät suorittaneet annettua tehtävää, eivätkä osoittaneet olevansa kiinnostuneita tai nauttivansa liikunnasta. Aineenhallinnan ja opetustaitojen puute vaikuttivat myös liikunnanopettajan tuntemuksiin valmiudestaan opettaa liikuntaa. (Siedentop 2002; Tsangaridou 2002; Martin & Kulinna 2003; Martin, McCaughtry, Kulinna & Cothran 2008.)

Martinin ym. (2001) tutkimuksen mukaan useimmat yhdysvaltalaiset liikunnanopettajat (n=187) raportoivat korkeaa koettua käyttäytymisen kontrollia ja vahvaa käsitystä minäpystyvyydestä. Tulokset osoittivat, että liikunnanopettajat uskoivat pystyvänsä opettamaan liikuntatunteja, joilla oppilaat ovat fyysisesti aktiivisia. Tutkimuksessa liikunnanopettajien minäpystyvyys heijasti itseluottamusta heidän kyvyssään suunnitella ja toteuttaa tunteja, joilla oppilaat ovat fyysisesti aktiivisia vähintään 50 % tunnin kestosta. (Martin ym. 2001.) Vaikka tulos on rohkaiseva, on se ristiriidassa Martinin ja Kulinnan (2000) aiemman tutkimuksen kanssa. Siinä samantyyppisellä, yhdysvaltalaisista liikunnanopettajista koostuvalla otoksella saatiin tulokseksi, että opettajat kokivat heiltä puuttuvan osaamisen toteuttaa liikuntatunteja siten, että niillä saavutetaan fyysisen aktiivisuuden tavoitteet (Martin & Kulinna 2000).

Suomalaisista tutkimuksista Jyväskylän yliopiston liikuntatieteiden laitoksen sekä Liikunnan ja Terveystiedon Opettajat ry:n yhteistyönä vuonna 2011 toteutetun kyselyn mukaan liikunnanopettajat (n=688) arvioivat ammattitaitonsa vahvaksi (Mäkelä ym. 2013). Liikunnanopettajat kokivat saaneensa liikunnanopettajakoulutuksesta parhaat valmiudet liikunnanopetukseen ja sen suunnitteluun, havainnointiin, vuorovaikutustaitoihin sekä arviointiin, joita pidetään yleisesti liikunnanopettajan ydintehtävinä. Heikoimmat valmiudet he taas kokivat saaneensa erityisoppilaiden ja häiriökäyttäytyjien kohtaamiseen, teknologian soveltamiseen opetuskäytössä sekä opetuksen ulkopuolisiin tehtäviin, kuten luokanvalvojana

ja oppilashuoltoryhmässä toimimiseen ja yhteistyöhön koululiikuntaan liittyvien sidosryhmien kanssa. (Johansson 2006, 74; Johansson ym. 2009; Huhtiniemi 2011, 44–46.) Kokonaisuudessaan liikunnanopettajaopiskelijoilla oli erittäin positiivinen kuva omasta ammatillisesta pätevyydestään ja tulevasta työstä (Johansson ym. 2009).

Kansainväliset liikunnanopettajaopiskelijoille tehdyt tutkimukset osoittavat, että opintojen aikana ja työuraa aloitettaessa opiskelijoilla on usein huolia liittyen aineenhallintaan ja pedagogiseen osaamiseen (Sloan 2007; Marcon, Graca & Nascimento 2012; Stiles & Katene 2013). Puutteellinen aineenhallinta ja pedagoginen osaaminen taas voivat vaikuttaa opiskelijoiden koettuun itsevarmuuteen ja pätevyteen opettaa tiettyjä aktiviteetteja tulevaisuudessa (Sloan 2007). Zachin, Hararin ja Hararin (2012) Israelissa toteutetun tutkimuksen mukaan opettajankoulutus tarjosi kuitenkin liikunnanopettajaopiskelijoille (n=203) riittävät tiedot, osaamisen ja käytännöt edistääkseen heidän opettamiseen liittyvää minäpystyvyyttään. Moutonin, Hansennen, Delcourin ja Cloesin (2013) tutkimuksen mukaan opetuskokemuksella ei ollut vaikutusta belgialaisten liikunnanopettajien (n=119) minäpystyvyyteen. Tutkimuksessa ehdotettiin, että liikunnanopettajien minäpystyvyys on opetuskokemuksen sijaan ennemminkin yhteydessä yksilöllisiin eroihin tunneälykkyydessä ja minäpystyvyydessä (Mouton ym. 2013).

Koettu pätevyys on tärkeää, sillä se ennustaa yksilön ponnisteluja päämäärän saavuttamiseen (Lyyra ym. 2016). On osoitettu, että liikunnanopettajien käsitykset osaamisestaan ovat yhteydessä oppilaiden motivaatioon, oppimisilmapiiriin ja tyytyväisyyteen (Zach ym. 2012; Pan 2013). Liikunnanopettajien koettu osaaminen on yhteydessä myös opetettavaan sisältöön, käytettyyn pedagogiikkaan sekä näkemyksiin erilaisten oppijoiden opettamisesta (Martin ym. 2008). Lisäksi De Neven, Devosin ja Tuytensin (2015) belgialaisessa tutkimuksessa (n=227) todettiin, että luokanopettajat, joilla oli suurempi koettu pätevyys, suhtautuivat positiivisemmin erilaisten opetusmenetelmien käyttöön ja oman opetuskäyttäytymisensä muuttamiseen. Opettajan minäpystyvyys voi siis vaikuttaa hänen käytäntöihinsä, toimintaansa opetustilanteissa ja oppilaiden oppimisprosesseihin (Pan 2013). Näillä tekijöillä puolestaan on osaltaan merkitystä koulun liikunnallisen toimintakulttuurin luomisessa.

4.2 Liikunnanopettajien tarvitsema aineenhallinta ja pedagoginen aineosaaminen koulun liikunnallistamisessa

Opettamiseen tarvittavaa osaamista on määritelty eri tavoin. Shulman (1987) jakaa opettajan osaamisen seitsemään eri kategoriaan: 1) aineenhallintaan 2) pedagogiseen aineosaamiseen 3) pedagogiseen osaamiseen 4) opetussuunnitelmaosaamiseen 5) oppimistyyliosaamiseen 6) kasvatusosaamiseen sekä 7) osaamiseen kasvatuksellisista tarkoituksista ja arvoista. Raasumaa (2010, 81) painottaa näistä osaamisen alueista aineenhallintaa ja pedagogista osaamista. Aineenhallinta merkitsee opetettavan aineen perustietojen hallintaa ja riittävän syvällistä tuntemusta sekä olennaisen tiedon tunnistamisen taitoa (Raasumaa 2010, 81). Metzlerin ym. (2013a) mukaan aineenhallintaan liittyy se, mitä opettaja tietää liikuntakasvatuksesta. Siihen sisältyy muun muassa liike- ja lajimuodot sekä periaatteet kouluikäisen oppijan sosiaalisesta, psykologisesta ja kognitiivisesta kehityksestä. Pedagoginen osaaminen taas mahdollistaa tärkeiden tietojen ja taitojen välittymisen oppilaille, ja sitä tarvitaan, jotta voidaan opettaa liikunnan sisältöjä ja käsitteitä tietylle ryhmälle (Raasumaa 2010; 81; Metzler ym. 2013a). Näiden kahden osaamisen lajin yhdistelmää kutsutaan pedagogiseksi aineenhallinnaksi, jossa yhdistyy siis aineenhallinta, pedagoginen tietämys ja taidot sekä päätöksenteko (Shulman 1987).

Seuraavaksi tarkastellaan liikunnanopettajien aineenhallintaa ja pedagogista aineosaamista suhteessa HOPE-ohjelmaan (Health Optimizing Physical Education), joka on Yhdysvalloissa kehitetty opetussuunnitelmamalli. Mallin mukaan nämä kaksi osaamisen aluetta ovat oleellisia opettajan kyvyssä toteuttaa koulun liikunnallistamiseen tähtääviä ohjelmia. (Metzler ym. 2013b.) Teoreettisena tausta-ajatuksena mallissa on, että fyysisen aktiivisuuden ja terveyden edistämiseksi tarvitaan monen tasoisia toimia, jotka kohdistuvat sekä yksilöihin että ympäristön tekijöihin. Fyysisen aktiivisuuden edistämässä ei siis ole kyse vain oppilaiden asenteiden muuttamisesta, eikä heidän ajatella yksin kantavan vastuuta liikkumisesta tai liikkumattomuudesta, vaan myös yhteisöllä on vastuunsa houkutellessa liikkumaan. (Palomäki 2013.) Malliin kuuluu kahdeksan osatekijää, joiden avulla voidaan suunnitella, toteuttaa ja arvioida laaja-alainen koulun liikunnallista toimintakulttuuria tukeva ohjelma (Metzler ym. 2013b).

Osatekijä 1: Liikuntakerhot. Liikuntakerhojen tavoitteena on lisätä koululiikunnan ohessa oppilaiden fyysisen aktiivisuuden määrää ja terveyteen liittyvää tietämystä. Liikuntakerhojen

ohjaajat tarvitsevat aineenhallintaa liittyen liikuntaohjelman suunnitteluun, oppimistyyleihin, oppilaiden liikuntamotivaatioon ja muihin liikuntapsykologisiin tekijöihin, sosiaaliseen markkinointiin sekä ensiapuun. Pedagogista aineosaamista tarvitaan liikunnan ohjaamisen ja sen soveltamiseen sekä eriyttämiseen. (Metzler ym. 2013a.) Opettajan tulee ottaa huomioon erilaiset oppilaat erityisesti silloin, kun kerhojen kohderyhmiä ovat esimerkiksi vähän liikkuvat, maahanmuuttajataustaiset, ylivilkkaat tai syrjäytymisvaarassa olevat (Opetushallitus 2007; Asanti 2013, 631).

Osatekijä 2: Leikit, pelit, tanssi sekä muut liikuntamuodot. Koulun liikunnan yhtenä tavoitteena on, että oppilas oppii eri liikuntamuotoja fyysisesti aktiivisen elämäntavan tukemiseksi. Opettajan aineenhallintaan sisältyvät taidot ja tiedot liikunnallisesti aktiivisen elämäntavan luomisesta sekä ymmärrys motorisesta kehityksestä ja oppimisesta. Opettajan on myös hallittava strategioita, joiden avulla liikuntatunnista yli 50 % olisi kohtuullisen rasittavaa tai rasittavaa liikuntaa. Vaikka aineenhallinta vaatii tietämystä eri lajeista, tarkoituksena ei ole, että opettajat oppisivat itse paremmiksi liikkujiksi. Tarkoituksena on pystyä suunnittelemaan, toteuttamaan ja arvioimaan fyysisesti aktiivista liikunnanopetusta, joka voi motivoida oppilaita jatkamaan itsenäistä osallistumista näihin liikuntamuotoihin. Pedagoginen aineosaaminen on eri liikuntamuotojen laadukasta opetusta, tunti- ja jaksosuunnittelua, erilaisten opetustyylien käyttöä, oppimisen arviointia sekä strategioita yksilön ja ryhmän motivointiin muun muassa uusien liikuntamuotojen avulla. (Tinning 2002; Metzler ym. 2013a, Harris 2014.)

Osatekijä 3: Vanhempien ja kotien kouluttaminen. Tarkoituksena on ohjata vanhempia ja muita perheenjäseniä edistämään fyysistä aktiivisuutta ja terveellisiä ravintotottumuksia kotona sekä lähiyhteisössä. Opettajan aineenhallinta sisältää aikuiskoulutusohjelmien suunnittelua, tietoa paikallisesta kulttuurista, kuluttajatietoa liikunnasta sekä rakennettujen ympäristöjen hyödyntämistä. Pedagogiseen aineosaamiseen puolestaan kuuluvat aikuisten opettaminen, perheneuvonta ja ryhmähengen tukeminen sekä perhelähtöisten interventioiden suunnittelu ja arviointi. (Luukkainen 2004, 198; Metzler ym. 2013a.) Huoltajien koulutusta voidaan järjestää esimerkiksi avointen ovien tai aktiivisten vanhempain- ja perheiltojen avulla (Darst 2013; Palmer & Bycura 2014).

Osatekijä 4: Lähiyhteisön ja ympäristön liikuntamahdollisuudet. Kyseisessä osatekijässä tavoitteena on edistää oppilaiden liikuntamahdollisuuksia yhteisön tai kunnan tasolla.

Opettajan aineenhallintaan kuuluvat paikallisten seurojen, järjestöjen ja muiden voimavarojen etsiminen, verkostoituminen paikallisten toimijoiden kanssa ja mahdollisten apurahahakemusten kirjoittaminen, oppilaiden rohkaisu mukaan aktiviteetteihin sekä sosiaalinen markkinointi. (Metzler ym. 2013a.) Esimerkiksi liikuntakerhoja voidaan järjestää yhteistyössä kunnan eri hallintokuntien tai paikallisten urheiluseurojen kanssa nuorten opastamiseksi liikuntaharrastuksen pariin (Opetusministeriö 2008; Asanti 2013). Omaa pedagogista aineosaamista ei välttämättä tässä kohdin tarvita, sillä opettajien ei tarvitse toimia itse ohjaustehtävissä (Metzler ym. 2013a).

Ostatekijä 5: Terveysliikunta ja fyysisen toimintakyvyn kehittäminen. Tavoitteena on edistää oppilaiden liikunnan määrää ja intensiteettiä kansallisten suositusten mukaisesti sekä tukea yksilön terveystuntoa. Terveysliikunnan aineenhallinta edellyttää opettajalta osaamista kohtuullisen ja rasittavan liikunnan sekä ravitsemuksen tarkkailusta, liikunnan suosituksista sekä erilaisten fyysisen aktiivisuuden teknologian hallinnasta. Pedagoginen aineosaaminen sisältää terveystunnon ohjaamista, neuvontaa sekä mittaamista ja teknologian käyttöä liikunnan määrän ja intensiteetin havaitsemiseksi. (Metzler ym. 2013a.) Harrisin (2014) Englannissa tehdyn tutkimuksen mukaan liikunnanopettajaopiskelijoiden (n=124) terveystunnonosaaminen ja sen soveltaminen omassa opetuksessa on rajallista. Opiskelijoilla oli puutteelliset tiedot tarkoista fyysisen aktiivisuuden suosituksista lapsille ja nuorille. Suomalaisen tutkimuksen mukaan taas valtaosa (82 %) kouluyhteisön jäsenistä tiesi, että 7–18-vuotiaille suositeltava päivittäinen liikunnan määrä on vähintään 1–2 tuntia (Kämppe ym. 2013, 20). Hiltusen ja Tursaan (2013, 31–35) mukaan kouluyhteisön jäsenten tietoisuus valtakunnallisista kouluikäisten fyysisen aktiivisuuden suosituksista on kuitenkin vaihtelevaa.

Ostatekijä 6: Ravinto ja fyysinen aktiivisuus. Tavoitteena on, että oppilas oppii terveellisen sekä fyysistä aktiivisuutta tukevan ravitsemuksen perusteet. Opettajan aineenhallintaan kuuluu ymmärrys aineenvaihdunnasta ja liikunnasta sekä ravitsemukseen ja liikuntaan vaikuttavista sosiaalisista, ekonomisista ja perinnöllisistä tekijöistä. Pedagogiseen aineosaamiseen kuuluvat tehokkaat interventiot ruokavalion parantamiseksi sekä oppilaiden liikunnan ja ruokavalion arviointi sekä tavoitteiden asettaminen. (Metzler ym. 2013a.) Liikunnanopetuksen sekä koulun ja kunnan välille tarvitaan enemmän yhteistyötä, jotta koulu voisi noudattaa yhteisiä linjauksia terveellisen ravitsemuksen ja liikunnan suhteen (Lee ym. 2007; Pulkkinen 2013). Liikunnanopettaja voi esimerkiksi vaikuttaa siihen, mitä koulun kioskeissa tai automaateissa myydään.

Osatekijä 7: Tieto fyysisen aktiivisuuden merkityksestä. Tavoitteena on, että oppilaat saavuttavat ymmärryksen, jonka avulla he voivat tehdä parempia päätöksiä liikuntaan liittyen ja edistää siten liikuntaan osallistumista. Liikunnanopettajan aineenhallintaan kuuluu kuluttajaosaaminen, liikunnan markkinointi sekä ymmärrys liikunnanlukutaitoon vaikuttavista psyykkisistä ja sosiaalisista tekijöistä. Liikunnanopettajien olisi hyvä tutustua viimeisimpään teknologiaan ja liikunnanopetukseen suunniteltuihin tietokonesovelluksiin saadakseen nykypäivän ”digitaalisen sukupolven” huomio. Liikunnanopettajat voivat myös itse mainostaa liikuntaa esimerkiksi blogeissa, Facebookissa tai Twitterissä. Pedagoginen aineosaaminen taas sisältää liikuntatrendien arvioinnin, hinta-arvioiden ja -vertailujen tekemisen liikuntavälineille, -jäsenyyksille ja -vaatteille sekä koulutusohjelmien suunnittelun sekä toteutuksen vanhemmille ja muille opettajille. (Metzler ym. 2013a; Mäkelä ym. 2013.)

Osatekijä 8: Liikunnan integrointi muihin oppiaineisiin ja koulun toimintaan. Tavoitteena on lisätä hallintoviranomaisten ja koulun henkilöstön tietämystä ja tukea oppilaiden liikuntaan ja terveellisempiin ruokatottumuksiin liittyen. Liikunnanopettajan aineenhallintaan kuuluu ymmärrys siitä, miten liikunta voi auttaa oppimista. (Metzler ym. 2013a.) Yhteistyön aikaansaamiseksi liikunnanopettajien tulee pystyä mainostamaan liikunnan tärkeyttä terveyshyötyihin ja laajempien oppimistavoitteisiin vedoten rehtorille ja opettajakollegoille (McKenzie & Lounsbery 2013). Pedagogiseen aineosaamiseen taas kuuluu opettajien yhteissuunnittelun ja -opetuksen tukeminen sekä opettajien koulutus välituntiliikunnan ja luokkahuoneaktiiviteettien ohjaamiseen (Numminen & Laakso 2010, 15–16; Metzler ym. 2013a).

4.3 Liikunnanopettajien koettu osaaminen koulun liikunnallistamisessa

HOPE-mallin lisäksi Yhdysvalloissa on kehitetty myös toinen koulun toimintakulttuurin muutokseen tähtäävä kokonaisvaltainen koulun fyysisen aktiivisuuden edistämishjelma nimeltään Comprehensive School Physical Activity Program (CSPAP). Molempien ohjelmien teoreettisena pohjana toimii sosioekologinen malli, jonka mukaan terveyden edistäminen on tehokkainta, kun terveyttä edistäviä toimia tehdään useilla tasoilla yhtäaikaaisesti. (Sallis ym. 2006; Metzler ym. 2013b.) HOPE-mallin kahdeksan osatekijän sijaan CSPAP-ohjelmassa ulottuvuuksia on tiivistetty. Yhdysvalloissa laajasti käytössä oleva CSPAP-malli sisältää koulun liikunnallisen toimintakulttuurin luomisen keinoja ja tasoja, jotka ovat tunnistettavissa

myös suomalaisessa kontekstissa (Lyyra ym. 2016). Tämän tutkimuksen teoreettisena pohjana onkin käytetty sekä HOPE-mallia että CSPAP-ohjelmaa.

CSPAP-mallissa kokonaisvaltainen fyysisen aktiivisuuden edistäminen toteutetaan laadukkaasti liikunnanopetuksen avulla sekä ohjaamalla fyysiseen aktiivisuuteen koulupäivän aikana että koulupäivää ennen ja jälkeen. Lisäksi fyysisen aktiivisuuden edistämiseen osallistetaan koulun muut toimijat sekä ulkopuoliset yhteistyötahot. (Centers for Disease Control and Prevention [CDC] 2013; Erwin ym. 2013). Ensimmäinen CSPAP-mallin ulottuvuuksista, *laadukas liikunnanopetus*, koostuu oppilaiden riittävästä mahdollisuudesta oppia, merkityksellisestä sisällöstä sekä asianmukaisesta ohjauksesta. Toinen laadukkaasti liikunnanopetuksen merkki on se, että liikuntatunnin ajasta ainakin 50 % on kohtuullisen rasittavaa tai rasittavaa liikuntaa. Laadukas liikunnanopetus on kulmakivi koulun liikunnallistamisessa, jonka tavoitteena on, että oppilaat saavuttavat tietoa ja ymmärrystä liikuntaan liittyen ja voivat edistää siten omaa liikunnallisesti aktiivista elämäntapaa. Laadukkaasti liikunnanopetuksen lisäksi tarvitaan kuitenkin myös muita toimia. (Erwin ym. 2013.)

Toinen CSPAP-mallin ulottuvuuksista on liikunnanopetuksen ulkopuolinen, *koulupäivän aikainen liikunta*, mikä koostuu luokkahuoneessa tapahtuvasta liikunnasta sekä välituntiliikunnasta. Luokassa tapahtuvan liikunnan tavoitteena on saada tauko akateemisesta sisällöstä sekä opettaa sisältöjä liikkeen avulla. Laadukkaat oppitunnit sisältävät 5-10 minuuttia liikettä, eikä enempää kuin 60 minuuttia yhtäjaksoista paikallaan olemista. Välitunteja tulisi olla tarjolla päivittäin, peruskoulussa vähintään 20 minuuttia, ja niiden tulisi sisältää vapaan leikin tai pelin mahdollisuuksia. Myös valvoja, joka ohjaa aktiviteetteja välitunneilla, voi lisätä huomattavasti liikunnan määrää. Kolmas mallin ulottuvuuksista, *liikunta ennen ja jälkeen koulupäivän*, sisältää kerhotoiminnan sekä koulumatkaliikunnan. Kerhotoiminnan avulla voidaan lisätä fyysistä aktiivisuutta päivittäin jopa 13 %. Kaksi viimeistä CSPAP-mallin ulottuvuutta liittyvät *yhteistyöhön sekä koulun sisäisten että ulkoisten tahojen kanssa*. Sen lisäksi, että koulun henkilökunnalle tarjotaan apua CSPAP-mallin toteutuksessa, heidät tulisi myös osallistaa aktiviteetteihin. Ulkoisista yhteistyötahoista erityisesti perheellä on vaikutusta oppilaiden liikuntatottumuksiin. Lisäksi paikalliset yhteistyökumppanit, kuten yksityiset asiantuntijat, organisaatiot, yliopistot, terveyslaitokset, seurakunnat tai ulkoilalueet, ovat tärkeä liikunnan edistämisen voimavara. (Erwin ym. 2013.)

Lyyra ym. (2016) selvittivät tutkimuksessaan (n=129) liikuntapedagogiikan opiskelijoiden koettua osaamista toimia laaja-alaisena fyysisen aktiivisuuden edistäjänä koulun toimintaympäristössä CSPAP-mallista muodostetun neljän ulottuvuuden kautta: 1) liikunnanopetus, 2) koulun muu liikunta, 3) sisäinen yhteistyö ja 4) ulkoinen yhteistyö. Korkein koetun osaamisen ulottuvuus liikuntapedagogiikan opiskelijoilla oli liikunnanopetus, mikä tarkoittaa opettajan taitoa järjestää aktiivisia liikuntatunteja kaikille oppilaille. Miesopiskelijoiden koettu osaaminen oli naisopiskelijoita korkeampi tällä ulottuvuudella. Toiseksi korkein koettu osaaminen oli ulottuvuudella koulun muu liikunta, mikä kuvaa valmiuksia järjestää ja ohjata liikuntatuntien ulkopuolista liikuntaa. Naisopiskelijat kokivat osaamisensa paremmaksi koulun muun liikunnan edistämisessä kuin miehet. Yhteistyön ulottuvuuksilla opiskelijoiden koettu osaaminen oli alhaisempaa kuin liikunnanopetukseen tai koulun liikuntaan liittyvillä ulottuvuuksilla. Yhteistyö ulottuvuus jaettiin edelleen koulun sisäiseen yhteistyöhön eli valmiuksiin yhteistyöhön opetukseen kiinteästi liittyvien sidosryhmien kanssa sekä ulkoiseen yhteistyöhön eli valmiuksiin yhteistyöhön opetuksen ulkopuolisten sidosryhmien kanssa. Opiskelijat kokivat osaamisensa erityisesti ulkoisen yhteistyön ulottuvuudella heikoksi. (Lyyra ym. 2016.)

Kansainväliset tutkimukset aiheesta ovat osittain ristiriitaisia. Centeion ym. (2014) yhdysvaltalaisen laadullisen tutkimuksen (n=10) mukaan peruskoulun liikunnanopettajat ovat valmiita ja halukkaita toteuttamaan CSPAP-mallia. Harrisin (2014) Englannissa toteutetun tutkimuksen (n=124) mukaan liikunnanopettajakoulutus sen sijaan ei valmista riittävästi liikunnanopettajia edistämään koulun liikunnallistamista. Myös Castellin ja Williamsin (2007) yhdysvaltalaisessa tutkimuksessa (n=73) huomattiin, että jo työssä olevilla liikunnanopettajilla ei ole riittävästi tietoa ja taitoa fyysisen aktiivisuuden edistämisestä. Liikunnanopettajat ovat tarvinneet aineenhallintaa ja pedagogista aineosaamista perinteisesti oppimistavoitteiden edistämiseen eri laji- ja liikuntamuotojen avulla. Koulun liikunnallistamisessa liikunnanopettajien on sen sijaan ymmärrettävä, että liikunnanopetus on vain yksi osa työtä. (Metzler ym. 2013a.) Tulokset suomalaisten liikunnanopettajien koetusta pätevydestä tukevat pääsääntöisesti ajatusta, että liikunnanopettajat kokevat osaamisensa hyväksi, erityisesti liikunnanopettajien ydintehtävien, eli liikunnanopetuksen suunnittelun, toteutuksen ja arvioinnin osalta (Huhtiniemi 2011; Mäkelä ym. 2013).

Koulun liikunnallistamisessa tarvitaan kuitenkin myös uutta ajattelua ja erilaista tietoa, kun pyritään lisäämään fyysistä aktiivisuutta läpi koulupäivän (Metzler ym. 2013a). Lyyran ym.

(2016) tutkimuksen mukaan osaamisen tasot, jotka ovat kauempana liikunnanopettajan ydintehtävästä eli liikunnanopetuksesta, ja joilla pyritään vaikuttamaan laajemmalti esimerkiksi koulu- ja lähiyhteisöön, koetaan haasteellisimmiksi. Myös Huhtiniemen (2011) tutkielma osoitti, että liikunnanopettajat kokivat saaneensa heikoimmat valmiudet juuri opetuksen ulkopuolisten tehtävien hoitamiseen.

4.4 Liikunnanopettajien koulutustarpeet koulun liikunnallistamisessa

Liikuntaa opettavat opettajat kaipaavat lisä- ja täydennyskoulutusta koulun liikunnanopetuksen ja liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämiseksi (Martin ym. 2008; Erwin ym. 2013; Palomäki 2013; Centeio ym. 2014). Liikunnanopettajakoulutuksen tulisi muuttaa koulutuksen sisältöjä, ja liikunnanopettajien tulisi saada koulutuksesta pätevyys opettamisen lisäksi liikunnan edistämisen rooleihin (Webster ym. 2015).

Vaikka Centeion ym. (2014) tutkimuksen mukaan moni liikunnanopettaja oli jo ennen täydennyskoulutusta alkanut muuttaa liikunnanopettajan työnkuvaansa kohti koulun liikunnallistamisen käynnistäjän roolia. Silti liikunnanopettajien on jatkettava roolinsa kehittämistä täydennyskoulutuksen avulla nuorten fyysisen passiivisuuden voittamiseksi. Tutkimuksen mukaan vuoden mittaiseen täydennyskoulutusohjelmaan osallistuneet opettajat alkoivat muuttaa arjen toimiaan liikunnallistamisen edistämiseksi. Tässä tärkeitä tekijöitä olivat toimintasuunnitelman laatiminen, koulun hallinnon tuen saaminen sekä oma intohimo lasten ja nuorten terveyden edistämiseksi. Onkin tärkeää, että liikunnanopettajat osallistuvat täydennyskoulutukseen, joka tarjoaa heille toteutusstrategioita, tukea ja ideoita esteiden voittamiseen. (Centeio ym. 2014.) Erwinin ym. (2013) tutkimuksen mukaan jatkossa olisi tutkittava opettajien pidempiaikaista sitoutumista koulun liikunnallistamiseen. Molemmat tutkimukset keskittyivät tukemaan liikunnanopettajien roolien muutosta koulun liikunnallistamisen käynnistäjiksi.

Webster ym. (2015) ehdottavat pelkkien koululähtöisten voimavarojen laajentamista ulkopuolisiin voimavaroihin niin sanotun kumppanuusmallin avulla. Kuten edellä esitellyt tutkimustulokset osoittavat, liikunnanopettajien on haastavaa toimia HOPE-mallin yhteiskunnallisen päätöksenteon ja lähiyhteisön tasoilla tai CSPAP-ohjelman yhteistyön ulottuvuuksilla. Kumppanuusmalli sisältääkin yliopiston kanssa tehtävää yhteistyötä ja koulua osallistavaa tutkimusta, ammatillisen oppimisen verkostoja sekä

liikunnanopettajaopiskelijoiden hyödyntämistä koulun arjessa. Täydennyskoulutuksen tulisikin sisältää koulun tarpeiden mukaisia liikunnallistamisen edistämisen strategioita, jotka hyödyntävät koulun kaikkia resursseja ja joiden avulla kouluun yhteydessä olevat yhteisöt voivat tehdä yhteistyötä säännöllisesti päivittäin. On hyvä kuitenkin muistaa, ettei koulun liikunnallistamisessa ole yhtä oikeaa ratkaisua, joka toimisi kaikissa kouluissa. (Webster ym. 2015.) Koska liikunnanopettajien näkemykset osallistumisesta ja vastuunotosta koulun liikunnallistamisessa ovat vaihtelevia, voisi tehokkaampi ja pidempiaikaisempi vaikutus olla sisäisten ja ulkoisten kumppanuuksien löytämisellä sen sijaan, että painotettaisiin liikunnanopettajien roolia koulun liikunnallistamisen käynnistäjänä (Centeio ym. 2014). Tämä tarkoittaisi sitä, että liikunnanopettajan sijaan joissain kouluissa koulun liikunnallistamisen käynnistäjä voisi olla esimerkiksi rehtori, muu opettaja tai jopa vanhempi (Webster ym. 2015).

Myös Väisänen (2015) korostaa pro gradu -tutkimuksessaan tarvetta yhteistyöhön liittyvään koulutukseen. Liikunnanopettajat tarvitsevat koulutusta, jossa saadaan käytännön kokemusta koulun toimintakulttuurin liikunnallistamisesta sekä liikunnanopettajan roolista siinä. Olisi tärkeää, että koulutuksen aikana liikunnanopettajaopiskelijat voisivat harjoitella yhteistyötä eri aineenopettajien kanssa ja saada kokemusta esimerkiksi liikunnan integroinnista muihin oppiaineisiin. Myös käytännön kokemukset oppilaiden osallisuuteen ohjaamisesta tulisivat sisällyä koulutukseen. (Väisänen 2015, 46–51.)

Erityisesti liikunnan integroinnista muihin oppiaineisiin ja istumisen vähentämisestä kaivataan lisää hyviä ja innovatiivisia ideoita sekä käytännön esimerkkejä opettajille. Aiheesta kaivataan matalan kynnyksen koulutusta ja helposti käyttöön otettavaa oppimateriaalia eri oppiaineisiin. (Tammelin ym. 2012, 46.) Hirvensalon, Kettusen ja Matilaisen (2014) mukaan suomalaiset liikunnan- ja terveystiedon opettajat (n=677) toivoivat täydennyskoulutukselta sisältöjä, joista he saisivat neuvoja omaan opetukseen ja joiden avulla he pysyisivät motivoituneina ja ”ajan tasalla” työssään. Kettusen (2015) pro gradu -tutkielman mukaan liikunnan- ja terveystiedon opettajat (n=667) iästä tai sukupuolesta riippumatta toivoivat täydennyskoulutusta, jossa paneudutaan mieluummin kouluun sovellettaviin sisältöihin kuin opettajuuden kehittämiseen. Lajitaidot, kuten musiikkiliikunta, palloilulajit, voimistelu ja uudet lajit sekä niiden opettaminen olivat yleisimpiä täydennyskoulutustoiveita sekä mies- että naisopettajilla (Hirvensalo ym. 2014).

Liikunnanopettajat kaipaavat täydennyskoulutusta myös terveystiedon eri osa-alueiden opetukseen, teknologian käyttöön, oppilaiden kohtaamiseen, opetuksen haasteisiin ja vastuukysymyksiin (Pesonen 2013; Metzler ym. 2013a; Hirvensalo ym. 2014). Harrisin (2014) mukaan monet liikunnanopettajat tarvitsisivat täydennyskoulutusta terveystiedon saralla. Myös Santiagon, Dischin ja Moralesin (2012) yhdysvaltalaisessa tutkimuksessa liikunnanopettajilla (n=97) havaittiin olevan puutteita terveystiedon sisältöjen hallinnassa. Kettusen (2015) mukaan taas terveystiedon opetukseen liittyviä koulutuksia toivoivat kaikki muut paitsi nuoret miesopettajat. Kaikki miehet iästä riippumatta toivovat kuitenkin koulutusta naisia enemmän opetuksen haasteisiin (Kettunen 2015). Leen ym. (2007) tutkimuksen (n=1194) mukaan puolestaan yksi kolmasosa liikunnanopettajista halusi täydennyskoulutusta muun muassa oppilaan suorituksen arviointiin ja portfolioiden käyttöön liikunnassa, menetelmiä liikunnan lisäämiseen luokkahuoneessa ja fyysisen aktiivisuuden seuraamiseen tarkoitettujen laitteiden sekä teknologian hyödyntämiseen liikunnassa. Myös Centeion ym. (2014) tutkimuksessa havaittiin, että teknologia on esteenä liikunnanopettajien ammatilliseen kehittymiseen ja sitä kautta koulun liikunnallistamiseen.

Opettajan on välttämätöntä oppia tunnistamaan ja kyseenalaistamaan asiantuntijuuden kasvua ehkäisevät haitalliset rutiinit ja vakiintuneet käytännöt (Pesonen 2013). Websterin (2011) luokanopettajaopiskelijoille (n=201) tehdyssä tutkimuksessa havaittiin, että opiskelijoiden taustatekijät sekä elämänselämänsä vaikuttivat koettuun pätevyteen koulun liikunnallistamisen edistämiseksi. Tulokset tukivat tarvetta koulutukselle, jossa edistetään omaa minäkäsitystä ja -havainnointia koululiikuntaan ja fyysiseen aktiivisuuteen liittyen (Webster 2011). Ammatillisen kehittymisen mahdollisuuksia tulisi tarjota sekä liikunnanopettajille että muulle koulun henkilökunnalle, jotka valvovat liikuntatuokioita liikuntatuntien ulkopuolella (Lasten ja nuorten liikunnan asiantuntijaryhmä 2008; Sosiaali- ja terveysministeriö 2010, 14; Holt ym. 2013). Koettu osaaminen vahvistuu kokemusten kautta, ja näin vahvistaa liikunnanopettajien käsitystä itsestään koulun fyysisen aktiivisuuden edistäjinä ja siten tukea oppilaiden fyysistä aktiivisuutta ja hyvinvointia koulupäivän aikana (Lyyra ym. 2016).

5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, millainen on liikunnanopettajien työnkuva ja miten he suhtautuvat liikunnallisen toimintakulttuurin luomiseen koulussa. Tarkoituksena on lisäksi selvittää, millaista on liikunnanopettajien koettu osaaminen sekä koulutustarve koulu yhteisön fyysisen aktiivisuuden ja hyvinvoinnin edistämiseksi. Tutkielma on osa laajempaa Liikuntakasvatuksen laitoksen tutkimus- ja kehittämishanketta ”Oppilaiden fyysisen aktiivisuuden edistäminen teoriasta käytäntöön”. Kyseisestä hankkeesta vastaavat professori Pilvikki Heikinaro-Johansson ja yliopistonlehtori Sanna Palomäki. Erityisesti pyrimme tutkimuksessamme vastaamaan seuraaviin kysymyksiin:

1. Millaisista työtehtävistä liikunnanopettajan työ koostuu, ja missä määrin näihin käytetään aikaa viikoittain?

1.1 Eroavatko työtehtävät ja niihin käytetty aika opettajan sukupuolen, kouluasteen tai koulun liikunnallistamisesta olevan kokemuksen mukaan?

2. Miten liikunnanopettajat suhtautuvat koulun liikunnallisen toimintakulttuurin luomiseen?

2.1 Eroaako liikunnanopettajien suhtautuminen koulun liikunnallistamiseen sukupuolen, kouluasteen tai koulun liikunnallistamisesta olevan kokemuksen mukaan?

3. Millaista osaamista liikunnanopettajat kokevat omaavansa koulun liikunnallisen toimintakulttuurin luomisessa?

3.1 Eroaako liikunnanopettajien osaaminen sukupuolen, kouluasteen tai koulun liikunnallistamisesta olevan kokemuksen mukaan?

4. Millainen on liikunnanopettajien koettu koulutustarve koulun liikunnallisen toimintakulttuurin luomisessa?

4.1 Eroavatko opettajien kokemat koulutustarpeet sukupuolen, kouluasteen tai koulun liikunnallistamisesta olevan kokemuksen mukaan?

6 TUTKIMUSMENETELMÄT

Oleellista tutkimuksen toteuttamisessa on ottaa huomioon kaikki ne seikat, jotka ovat vaikuttaneet tutkimuksen kulkuun. Tässä luvussa käydään läpi tutkimuksen toteuttamista, tutkimuksen kohdejoukkoa, tutkimusaineiston hankintaa, käytettyjä menetelmiä sekä aineiston analyysia.

6.1 Tutkimuksen kohdejoukko ja aineiston hankinta

Tutkimuksen kohderyhmän muodostivat kaikki Suomen liikunnanopettajat. Tästä perusjoukosta saatiin otos rajaamalla tutkimus Liikunnan ja Terveystiedon Opettajat ry:n (LIITO) jäsenrekisteriin. Tutkimukseen pyrittiin saamaan mukaan mahdollisimman suuri otos. Liiton jäsenmäärä oli vuosikertomuksen (2015) mukaan 1393 jäsentä, joista täysmääräistä jäsenmaksua maksavia oli 997.

Tutkimuksen aineistoa kerättiin sähköisellä kyselylomakkeella (liite 1), johon lähetettiin linkki sähköpostiviestillä (liite 2) Liikunnan ja Terveystiedon Opettajat ry:n rekisterin kautta. Aineiston keräämisen helpottamiseksi sekä ajallisesti että taloudellisesti valitsimme sähköisen kyselyn. Verkkopohjaisena kyselyohjelmistona toimi Surveypal, jonka hyviä puolia olivat aineiston käsittelyn helppous sekä vastausvaihtoehtojen automaattinen rajaaminen, jolloin vastaaja ei pystynyt esimerkiksi valitsemaan kuin yhden vaihtoehdon. Tutkimuksen aineisto kerättiin 15.12.2014–31.9.2015 välisenä aikana. Kyselyyn vastattiin varsin pitkällä aikavälillä, sillä suoritimme kolme kyselykierrosta, jotta saimme riittävän vastaajajoukon. Ensimmäisen kerran kysely lähetettiin 1.12.2014, toisen kerran 10.2.2015 ja kolmannen kerran 16.9.2015. Kyselyyn vastasi lopulta yhteensä 189 henkilöä. Vastanneista 58 (31 %) oli miehiä ja 131 (69 %) naisia.

6.2 Tutkimuksessa käytetyt mittarit

Opettajien suhtautumista ja koettua osaamista fyysisen aktiivisuuden edistäjinä koulussa mitattiin *Valmiudet koulun liikunnallistamisessa* -mittareilla (liite 1), jotka työn ohjaava opettaja kollegoineen ovat laatineet (Lyyra ym. 2016). Viitekehyksenä mittarin luomisessa toimi CSPAP-malli (CDC 2013) ja esimerkkinä suomalaisen kouluun sopivaksi laajennettu ja muokattu SPAP (School Physical Activity Promotion) –mittari (Webster ym. 2010).

Mittaria kehitettäessä koulun sisäistä ja ulkoista yhteistyötä mittaavia väittämiä lisättiin alkuperäiseen SPAP -mittariin. Kyseisillä mittareilla oli kerätty jo aineistoa Jyväskylän liikuntatieteellisessä yliopistossa liikunnanopettajaksi opiskelevalta. Nämä kaksi mittaria, osaamisen ja asenteen mittarit liikunnanopettajille, toimivat tämän tutkimuksen kyselyn pohjana. Asennemittari sisälsi 31 ja osaamisen mittari 29 strukturoitua väittämää. Vastausasteikko oli 5-portainen Likert-asteikko, jossa 1= täysin eri mieltä, 2= jonkin verran eri mieltä, 3 = en osaa sanoa, 4 = jonkin verran samaa mieltä ja 5 = täysin samaa mieltä.

Liikunnanopettajien suhtautumista toimia kouluissa fyysisen aktiivisuuden edistäjinä selvittäneet väittämät muodostivat neljä eri ulottuvuutta: 1) *Liikunnanopetus* (opettajan halu ja motivaatio järjestää aktiivisia liikuntatunteja kaikille oppilaille, 8 väittämää) 2) *Koulun muu liikunta* (suhtautuminen liikuntatuntien ulkopuolisen liikunnan järjestämisestä ja ohjaamisesta, 7 väittämää) 3) *Sisäinen yhteistyö* (suhtautuminen yhteistyöhön opetukseen olennaisesti liittyvien sidosryhmien kanssa, 8 väittämää) ja 4) *Ulkoinen yhteistyö* (suhtautuminen yhteistyöhön opetuksen ulkopuolisten sidosryhmien kanssa, 3 väittämää).

Opettajien koettua osaamista fyysisen aktiivisuuden edistäjinä tarkasteltiin 29 väittämän avulla, joista muodostettiin samat neljä ulottuvuutta kuin opettajien suhtautumisestakin: 1) *Liikunnanopetus* (opettajan valmiudet toteuttaa aktiivisia liikuntatunteja kaikille oppilaille, 11 väittämää) 2) *Koulun muu liikunta* (opettajan taidot ja tiedot toteuttaa liikuntatuntien ulkopuolista liikuntaa, 8 väittämää) 3) *Sisäinen yhteistyö* (opettajan valmiudet yhteistyöhön opetukseen olennaisesti liittyvien sidosryhmien kanssa, 4 väittämää) ja 4) *Ulkoinen yhteistyö* (opettajan valmiudet yhteistyöhön opetuksen ulkopuolisten sidosryhmien kanssa, 6 väittämää). Väittämistä muodostetut ulottuvuudet on esitetty liitteessä 3.

Kyselylomakkeeseen lisättiin myös kysymyksiä liittyen vastaajien taustatietoihin seuraavanlaisesti: sukupuoli, ikä, suoritettu tutkinto, valmistumisvuosi, suoritettavat sivuaineet, työkokemus liikunnanopettajana, nykyinen työ, koulun sijainti, kouluaste, opetetut vuosiviikkotunnit, koulun mukana olo Liikkuva koulu -ohjelmassa sekä täydennyskoulutuksen tarve. Koulutustarve-kysymyksen kohdalla opettajat pystyivät valitsemaan halutessaan kolme eri vaihtoehtoa. Osa taustakysymyksistä sisälsi avoimia vastausvaihtoehtoja, joiden avulla pyrittiin saamaan syvällisempää tietoa kysymyksestä. Taustatietokysymykset valikoituivat kyselyyn sen perusteella, että ne voisivat selittää vastaajien eroja asenteissa ja kokemuksissa omasta osaamisesta. Lisäksi vuosiviikkotunteihin

ja työtehtäviin liittyvät taustakysymykset lisättiin kyselyyn tarkoituksena saada tietoa opettajien työnkuvasta. Täydennyskoulutustarpeiden vaihtoehdot muotoutuivat HOPE-mallin osa-alueiden mukaan.

6.3 Aineiston analysointi

Liikunnanopettajien taustatietoja, viikoittaista työmäärää, työtehtäviä sekä koettuja täydennyskoulutustarpeita kuvattiin jakaumatietojen eli frekvenssin, prosentiosuuksien ja keskiarvojen avulla. Avoimien kysymysten tuottamaa aineistoa voidaan analysoida tilastollisin menetelmin, mikäli niiden vastauksia on luokiteltu ryhmiin, jolloin kuhunkin ryhmään kuuluvat saman sisältöiset vastaukset (Valli 2001, 45). Näin teimme opetuksen ulkopuoliset työtehtävät -kysymyksen kohdalla. Avoimeen kysymykseen saatiin yhteensä 117 vastausta, jotka luokiteltiin saman sisältöisten vastausten perusteella 11 eri ryhmään (esim. taulukko 2). Opettajien oli mahdollista vastata kolmeen eri avoimeen kohtaan, minkä vuoksi vastauksia kysymykseen muodostui enemmän kuin vastaajia oli.

Tutkimme eroja suhtautumisessa ja osaamisessa liikunnanopettajien välillä, jolloin käytettiin keskiarvojen erojen testaukseen soveltuvana menetelmänä riippumattomien otosten t-testiä (Nummenmaa ym. 1997, 75-77). Riippumattomien otosten t-testillä testattiin sukupuolten ja kouluasteiden välisiä keskiarvoeroja työtehtäviin käytetyssä ajassa, suhtautumisessa koulun liikunnallistamiseen sekä koetussa osaamisessa koulun liikunnallistamisessa. Keskiarvoeroja sen välillä, oliko opettaja osallistunut Liikkuva koulu -ohjelmaan tai koulun liikunnallistamiseen liittyvään täydennyskoulutukseen vai ei, testattiin myös kyseisten muuttujien kohdalla t-testillä. Kouluasteet sisälsivät alun perin kolme eri ryhmää: peruskoulu, toinen aste ja muut. Koska ryhmässä ”muut” oli vain 13 vastaajaa, jätimme sen pois aineistosta.

Ennen testien tekemistä muodostimme mittareiden väittämistä aiemmin kuvaillut neljä ulottuvuutta. Kyseiset summamuuttujat ovat yksittäisiä väittämiä parempia, koska ne lisäävät käytettävissä olevia analyysimenetelmiä ja parantavat luotettavuutta, sillä satunnaisvaihtelu pienenee (Liukkonen 2011). Lyyran ym. (2016) artikkelin pohjalta muodostettiin summamuuttujat, joihin ryhmittelimme samaa asiaa käsittelevät väittämät sisällön perusteella. Asennemittari sisälsi 9 kielteistä väittämää (4, 13, 14, 15, 21, 23, 24, 27 ja 29), jolloin summamuuttujia muodostettaessa oli huolehdittava siitä, että yhdistettävien muuttujien

koodaus on yhteensopiva (KvantiMOTV 2009). Kielteisten väittämien osalta vastausasteikko käännettiin siis toisinpäin, niin että pienempi lukuarvo tarkoittaa kaikissa väittämissä kielteistä suhtautumista ja suurempi luku myönteistä suhtautumista.

6.4 Tutkimuksen luotettavuus

Kaikissa tutkimuksissa pyritään arvioimaan tehdyn tutkimuksen luotettavuutta, jota kuvataan validiteetilla ja reliabiliteetilla. Validius tarkoittaa mittarin kykyä mitata juuri sitä, mitä on tarkoituskin mitata. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2006, 216.) Mittarin validius kertoo mittarin kyvystä mitata haluttua ominaisuutta ja se jaetaan usein ulkoiseen ja sisäiseen validiteettiin. Ulkoisella validiteetilla tarkoitetaan sitä, onko tutkimus yleistettävissä ja mihin ryhmiin. Tärkeitä tekijöitä ovat tällöin tutkimusasetelma ja otanta. Sisäinen validiteetti taas tarkoittaa tutkimuksen omaa luotettavuutta eli ovatko esimerkiksi käsitteet oikeita tai onko mittari oikein muodostettu. (Metsämuuronen 2006, 57.)

Tässä tutkimuksessa asiantuntijat olivat laatineet käytetyt asenne- ja osaamismittarit. Tämä parantaa saatujen tulosten luotettavuutta. Vastausten perusteella itse laaditut taustakysymykset oli myös ymmärretty pääsääntöisesti yhdenmukaisesti, vaikkakin joissakin avoimissa kysymyksissä vastaukset vaihtelivat huomattavasti. Kyseisten kysymysten tulkinnanvaraisuus on siis rajoite luotettavuudelle. Mitä tulee tutkimuksemme yleistettävyyteen, oli otoskoko (n=189) kohtuullisen hyvä ja sitä voidaan pitää riittävänä pro gradu -tutkielmaan. Otoksen sukupuolijakauma on kuitenkin selvästi vino, sillä miehet vastasivat kyselyyn naisia heikommin.

Tutkimuksen reliabelius tarkoittaa mittaustulosten toistettavuutta eli mittarin kykyä antaa ei-sattumanvaraisia tuloksia (Hirsjärvi ym. 2006, 216). Paljon käytetty tunnusluku reliabiliteetin mittaamiseksi on Cronbachin alfa, jolla mitataan mittarin yhtenäisyyttä. Mitä suurempi alfan arvo on, sitä yhtenäisempi mittarin voidaan katsoa olevan. (KvantiMOTV 2008.) Tutkimuksen osaamismittaria on käytetty aiemmassa tutkimuksessa, jossa liikunnanopettajaopiskelijoista koostuvan aineiston pohjalta tehdyssä analyysissä Cronbachin alfa-arvot vaihtelivat välillä 0,69–0,81 (Lyyra ym. 2016). Tämä kertoo mittarin reliabiliteetista. Asennemittarin luotettavuutta ei ole aiemmin tarkasteltu.

On esitetty erilaisia raja-arvoja sille, mikä on riittävä alfa, ja muun muassa Nunnallyn (1978) mukaan se voi olla välillä 0,60–0,80. Tässä tutkimuksessa lähes kaikkien asenne- ja

osaamismittarin väittämistä muodostettujen summamuuttujien Cronbachin alfa-kertoimet olivat suurempia kuin 0,7 (taulukko 1). Liitteessä 3 on esitetty myös yksittäisten väittämien korrelaatiot muihin summamuuttujan muodostaviin väitteisiin. Parantaaksemme summamuuttujien Cronbachin alfa-arvoja, jätettiin pois asenne-mittarin väittämät 13, 14, 15, 18 ja 21. Näin ollen summamuuttujien muodostuksessa käytettiin vain 26 asennemittarin väittämää alkuperäisen 31 väittämän sijaan. Tämä ei kuitenkaan heikentänyt tutkimuksen validiteettia, sillä mietimme sisällöllisesti, mitä poistettiin. Ainoastaan asennemittarin sisäinen yhteistyö -summamuuttujan kerroin oli 0,62 ja ulkoinen yhteistyö -summamuuttujan kerroin 0,65. Tämä voi johtua siitä, että alfan suuruuteen vaikuttaa kysymysten lukumäärä siten, että mitä enemmän summamuuttujassa on kysymyksiä, sitä suurempi on alfa (Liukkonen 2011). Ulkoinen yhteistyö -summamuuttuja sisälsi vähiten väittämiä.

TAULUKKO 1. Summamuuttujien Cronbachin alfa-arvot asenne- ja osaamismittarissa

Summamuuttuja	Asennemittari alfa-arvo	Osaamismittari alfa-arvo
Liikunnanopetus	0,727	0,830
Koulun muu liikunta	0,720	0,837
Sisäinen yhteistyö	0,620	0,721
Ulkoinen yhteistyö	0,647	0,823

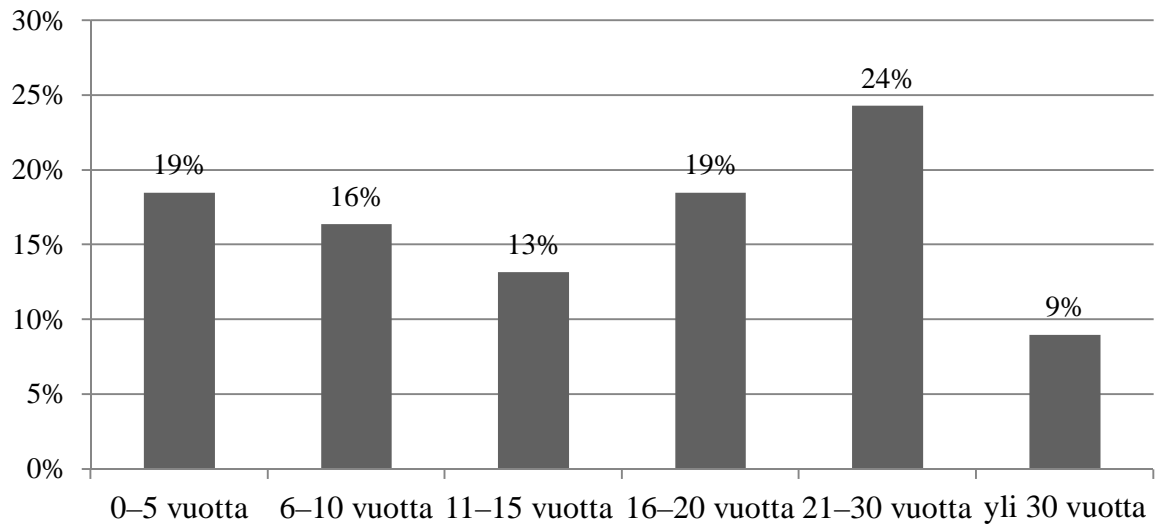
7 TULOKSET

Seuraavaksi kuvaamme, millaisista työtehtävistä liikunnanopettajan työ koostuu ja missä määrin niihin käytetään aikaa viikoittain, miten liikunnanopettajat suhtautuvat koulun liikunnallisen toimintakulttuurin luomiseen sekä millaista osaamista liikunnanopettajat kokevat omaavansa koko koulun liikunnallistamisessa. Lopuksi esitellään, millainen on liikunnanopettajien koettu koulutustarve koulun liikunnallisen toimintakulttuurin luomisessa. Kaikkia edellä mainittuja asioita tarkastellaan sen mukaan, erosivatko opettajien vastaukset sukupuolen, kouluasteen tai koulun liikunnallistamisesta olevan kokemuksen mukaan.

7.1 Aineiston kuvaus

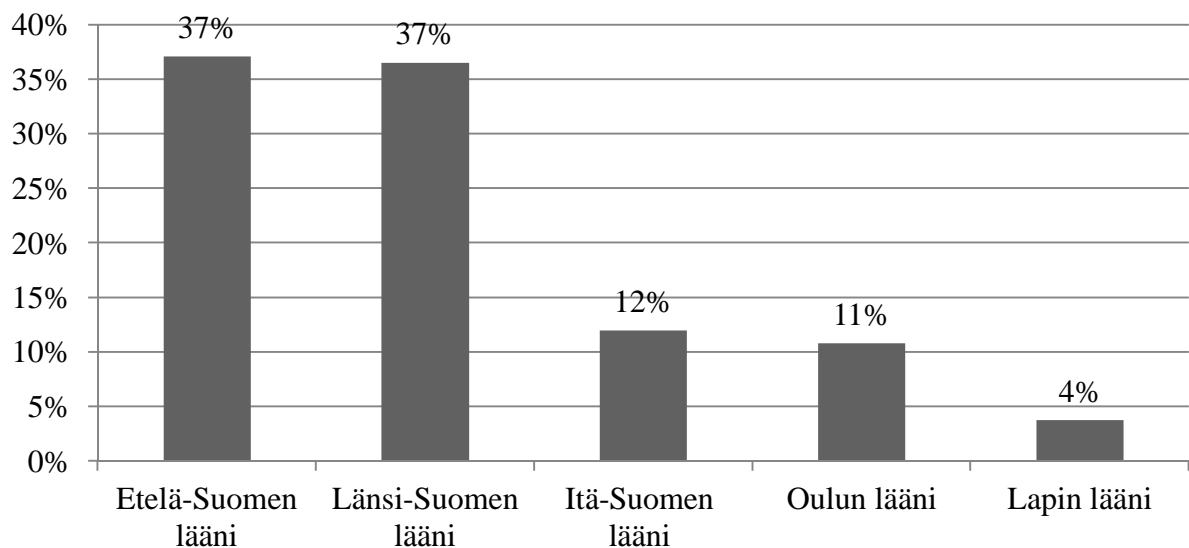
Tutkimukseen vastasi yhteensä 189 opettajaa. Heistä 131 (69 %) oli naisia ja 58 (31 %) miehiä. Opettajien keski-ikä oli 44 vuotta, nuorimman opettajan ollessa 26 ja vanhimman 64 vuotta. Opettajista 87 % oli koulutukseltaan liikuntatieteiden maistereita, 5 % liikuntatieteiden kandidaatteja, 3 % terveystieteiden maistereita, 9 % liikunnonohjaajia tai -neuvoja ja liikuntaan erikoistuneita luokanopettajia 9 %. Osalla oli useampia tutkintoja. Sivuaineena terveystieto oli selvästi yleisin (86 % opettajista). Muut sivuaineet liittyivät pääsääntöisesti muuhun koulutyöhön ja -hallintoon, kuten luokanopettajaopinnot, muut oppiaineet, erityspedagogiikka sekä rehtori- tai opinto-ohjaajanopinnot. Osa opettajista oli opiskellut myös muita liikuntatieteellisen tiedekunnan pääaineista, kuten liikuntapsykologiaa, liikunnan yhteiskuntatieteitä tai valmennus- ja testausoppia.

Suurimmalla osalla (24 %) vastanneista opettajista oli työkokemusta 21–30 vuotta (kuva 1), mutta kaiken kaikkiaan opettajat vastasivat kyselyyn varsin tasaisesti työkokemuksen määrästä riippumatta. Opettajista 87 % työskenteli vastaamisajankohtana liikunnan- ja terveystiedonopettajana, 2 % luokanopettajana ja 12 % muissa töissä, mihin sisältyi muun muassa työskentelyä korkeakouluissa, koulun muissa opetustehtävissä sekä vuorottelu- ja virkavapaalla oloa.



KUVA 1. Kyselyyn vastanneiden opettajien (n=189) työkokemus opetusvuosina.

Suurin osa opettajista työskenteli Etelä- ja Länsi-Suomen lääneissä, ja vähiten vastauksia saatiin Lapin läänistä (kuva 2). Vastaajista (n=167) suurin osa (67 %) työskenteli peruskoulussa, 25 % toisella asteella ja 8 % muualla. Muualla työskentelevät olivat esimerkiksi sekä peruskoulussa, että toisella asteella tai korkeakoulussa opettavia.



KUVA 2. Kyselyyn vastanneiden opettajien (n=189) nykyinen työpaikka entisen läänijaon mukaan.

7.2 Liikunnanopettajien työtehtävät ja niihin käytetty aika

Liikunnanopettajien (n=167) keskimääräinen opetettava vuosiviikkotuntimäärä oli 25 tuntia. Opetustuntien jälkeen vastaajat käyttivät eniten aikaa suunnittelutyöhön, tuntien valmistelu- ja jälkityöhön sekä siirtymisiin. Vähiten aikaa veivät tukiopetus, kerhot ja tilojen varaus. Taulukossa 2 on esitetty tarkemmin liikunnanopettajalle tyypillisiä työtehtäviä ja niihin käytettyä keskimääräistä aikaa viikossa. Opetuksen ulkopuolisista työtehtävistä eniten mainintoja saivat työryhmät ja koulun liikunnallistaminen (taulukko 3). Vähiten mainintoja taas saivat yhteistyö sidosryhmien kanssa, luottamustoimet sekä tapahtumat ja leirikoulut.

TAULUKKO 2. Liikunnanopettajien työtehtävät ja niihin keskimääräisesti käytetty aika viikossa koko otoksen sekä sukupuolen mukaan

Työtehtävä	Koko otos		Miehet		Naiset		
	n	Ka h/vko	Kh	n	ka h/vko	n	ka h/vko
Opetetut vuosiviikkotunnit	167	24,98	3,95	48	25,92	119	24,60
Suunnittelutyö	162	3,09	2,28	48	2,56	114	3,31
Tuntien valmistelu/jälkityö	157	2,76	2,19	47	2,32	110	2,95
Siirtymiset	142	1,77	1,49	42	1,69	100	1,80
Arviointityö	155	1,66	1,19	46	1,57	109	1,71
Keskustelut oppilaiden kanssa	146	1,34	1,05	42	1,40	104	1,32
Ryhmänohjaajan tehtävät	113	1,24	1,01	31	1,00	82	1,33
Tilojen varaus	125	0,94	0,65	32	0,94	93	0,95
Kerhot	82	0,66	0,85	23	1,09	59	0,49
Tukiopetus	68	0,35	0,77	16	0,31	52	0,37

TAULUKKO 3. Liikunnanopettajien opetustyön ulkopuoliset työtehtävät ja prosentit vastaajien (n=76) lukumäärästä

Työtehtävä	n	%
Työryhmät	28	36,8
Liikunnallistaminen	15	19,7
Yhteissuunnittelutyöaika	10	13,2
Johto/hallintatoimi	10	13,2
Yhteydenpito	9	11,8
Valvonnat	8	10,5
Kilpailutoiminta/turnaukset	8	10,5
Oppilaskuntatoiminta	7	9,2
Luottamustoimi	6	7,9
Tapahtumat/leirikoulut	6	7,9
Yhteistyö sidosryhmiin	5	6,6
Vastauksia yhteensä	112	

7.2.1 Liikunnanopettajien työtehtävät ja niihin käytetty aika sukupuolen mukaan

Tarkasteltaessa eri työtehtäviin käytettyä aikaa nais- ja miesopettajien välillä (taulukko 2), ainoa tilastollisesti merkitsevä ero ($p=0,004$) oli kerhotoimintaan käytetyssä ajassa. Miehet käyttivät kerhotoimintaan keskimäärin 1,1 tuntia viikossa ja naiset puolestaan 0,5 tuntia. Pieni ero oli myös suunnittelutyöhön käytetyssä ajassa, johon naiset käyttivät keskimäärin 3,3 tuntia viikossa ja miehet 2,6 tuntia viikossa, sekä opetetuissa vuosiviikkotunneissa. Erot eivät olleet tilastollisesti merkitseviä.

Opetuksen ulkopuolisiin työtehtäviin liittyen miehistä suurempi osuus naisiin verrattuna mainitsi käyttävänsä aikaa muun muassa johto-, hallinto- ja luottamustoimiin, kilpailutoimintaan ja turnauksiin sekä yhteistyöhön sidosryhmien kanssa (taulukko 4). Naisista puolestaan suurempi osuus kuin miehistä, mainitsi käyttävänsä enemmän aikaa muun muassa koulun liikunnallistamiseen, valvontoihin, työryhmiin sekä oppilaskuntatoimintaan.

TAULUKKO 4. Liikunnanopettajien opetuksen ulkopuoliset työtehtävät ja prosentit vastaajien lukumäärästä sukupuolittain

Työtehtävä	Miehet (n=26)		Naiset (n=50)	
	n	%	n	%
Yhteissuunnittelutyöaika	4	15,4	6	12
Koulun liikunnallistaminen	3	11,5	12	24
Johto/hallintatoimi	6	23,1	4	8
Luottamustoimi	4	15,4	2	4
Valvonnat	0	0	8	16
Tapahtumat/leirikoulut	2	7,7	4	8
Kilpailutoiminta/turnaukset	6	23,1	2	4
Työryhmät	8	30,8	20	40
Yhteistyö sidosryhmiin	3	11,5	2	4
Yhteydenpito kotiin	2	7,7	7	14
Oppilaskuntatoiminta	1	3,8	6	12
Vastauksia yhteensä	39		73	

7.2.2 Liikunnanopettajien työtehtävät ja niihin käytetty aika kouluasteen mukaan

Perusopetuksessa ja toisella asteella työskentelevien opettajien opettavat vuosiviikkotuntimäärät erosivat siten, että peruskoulussa keskimääräinen aika oli 25,9 tuntia ja toisella asteella 23 tuntia ($p=0,004$). Tilastollisesti melkein merkitsevä ero oli ($p=0,030$) näiden kahden kouluasteen välillä myös tilojen varaukseen käytetyssä ajassa. Peruskoulussa siihen käytettiin aikaa keskimäärin 0,8 tuntia viikossa, kun taas toisella asteella siihen käytettiin keskimäärin 1,2 tuntia viikossa.

Kaiken kaikkiaan opettajien opetuksen ulkopuoliset työtehtävät erosivat enemmän kouluasteen mukaan kuin sukupuolten välisessä tarkastelussa. Peruskoulussa työskentelevistä opettajista suurempi osuus kuin toisen asteen opettajista mainitsi käyttävänsä aikaa muun muassa koulun liikunnallistamiseen, kodin ja koulun väliseen yhteydenpitoon ja oppilaskuntatoimintaan. Toisella asteella puolestaan suurempi osuus opettajista mainitsi käyttävänsä aikaa leirikouluihin ja tapahtumiin, kilpailutoimintaan, työryhmiin sekä yhteistyöhön sidosryhmien kanssa (taulukko 5).

TAULUKKO 5. Liikunnanopettajien opetuksen ulkopuoliset työtehtävät ja prosentit vastaajien lukumäärästä kouluasteittain

Työtehtävä	Peruskoulu (n=53)		Toinen aste (n=19)	
	n	%	n	%
Yhteissuunnittelutyöaika	7	13,2	3	15,8
Koulun liikunnallistaminen	13	24,5	1	5,3
Johto/hallintoimi	9	17	0	0
Luottamustoimi	5	9,4	1	5,3
Valvonnat	6	11,3	2	10,5
Tapahtumat/leirikoulut	3	5,7	3	15,8
Kilpailutoiminta/turnaukset	4	7,5	3	15,8
Työryhmät	18	34	9	47,4
Yhteistyö sidosryhmiin	2	3,8	3	15,8
Yhteydenpito kotiin	7	13,2	2	10,5
Oppilaskuntatoiminta	6	11,3	0	0
Vastauksia yhteensä	80		27	

7.2.3 Liikunnanopettajien työtehtävät koulun liikunnallistamisesta olevan kokemuksen mukaan

Vertailtaessa eri työtehtäviin käytettyä aikaa sen perusteella, olivatko opettajien koulut mukana Liikkuva koulu -ohjelmassa vai eivät, havaittiin tilastollisesti merkitsevä ero ($p=0,006$) opetetuissa vuosiviikkotunneissa. Opettajat, joiden koulut olivat mukana ohjelmassa, opettivat keskimäärin 25,8 tuntia viikossa ja opettajat, joiden koulut eivät olleet mukana ohjelmassa, 24,1 tuntia viikossa. Opettajat, jotka olivat osallistuneet koulun liikunnallistamiseen tähtäävään täydennyskoulutukseen, opettivat keskimäärin 25,9 tuntia viikossa ja he, jotka eivät olleet osallistuneet täydennyskoulutukseen, 24,4 tuntia ($p=0,012$). Suurempi viikkotuntimäärä voi johtua siitä, että Liikkuvissa kouluissa on kenties enemmän valinnaista liikuntaa.

Tarkasteltaessa opettajien muita työtehtäviä sen mukaan, olivatko opettajien nykyiset koulut mukana Liikkuva koulu -ohjelmassa tai olivatko opettajat osallistuneet koulun liikunnallistamiseen tähtäävään täydennyskoulutukseen, oli tulos selkeä. Opettajista, joiden koulut olivat mukana Liikkuva koulu -ohjelmassa, 32,5 % mainitsi käyttävänsä aikaa koulun

liikunnallistamiseen. Kun taas opettajista, joiden koulut eivät olleet ohjelmassa mukana, vain 5,6 % mainitsi käyttävänsä aikaa koulun liikunnallistamiseen. Myös opettajista, jotka olivat osallistuneet koulun liikunnallistamiseen tähtäävään täydennyskoulutukseen, 32,4 % mainitsi käyttävänsä aikaa koulun liikunnallistamiseen. Täydennyskoulutukseen osallistumattomista opettajista vain 9,5 % mainitsi käyttävänsä aikaa koulun liikunnallistamiseen.

7.3 Liikunnanopettajien suhtautuminen koulun liikunnallistamista kohtaan

Opettajat (n=189) suhtautuivat myönteisimmin fyysisen aktiivisuuden edistämiseen liikuntatunneilla (ka=4,20) ja koulun muussa liikunnassa (ka=3,96) (taulukko 8). Myönteisimpien väittämien perusteella liikunnanopettajat pitivät tärkeimpänä sitä, että liikuntatunnit ovat fyysisesti aktiivisia, sekä suhtautuivat hyvin myönteisesti siihen, että koulun tulisi tarjota oppilaille mahdollisuuksia olla fyysisesti aktiivisia koulupäivän aikana (taulukko 6).

TAULUKKO 6. Asennemittarin viisi myönteisintä väittämää

Väittämä	Ka
1. A16. Liikuntatuntien ajasta tulisi vähintään puolet (50 %) olla oppilaalle fyysisesti aktiivista aikaa.	4,59
2. A1. Koulun tulisi tarjota lapsille ja nuorille nykyistä enemmän mahdollisuuksia fyysiseen aktiivisuuteen.	4,53
3. A17. Pidän tärkeänä tavoitteena sitä, että oppilaat hengästyisivät ainakin jonkin verran ja heille tulisi hiki liikuntatunnilla.	4,52
4. A5. Liikunnanopettajana haluan tarjota oppilaille monipuolisesti erilaisia valinnaisliikunnan kursseja.	4,45
5. A10. Erilaiset liikuntatapahtumat, teemapäivät ja retket ovat mielestäni tärkeä osa koulun toimintaa.	4,42

Sen sijaan varauksellisemmin opettajat suhtautuivat koulun sisäiseen yhteistyöhön (ka=3,56) ja ulkoiseen yhteistyöhön (ka=3,90). Kielteisimpien väittämien perusteella liikunnanopettajat suhtautuivat varovaisimmin rakenteellisten muutosten aikaansaamiseen koulussa sekä siihen, että he ehtisivät toimimaan fyysisen aktiivisuuden edistäjinä koulu yhteisössä liikuntatuntien ulkopuolella (taulukko 7). Liitteessä 4 on esitetty asennemittarin kaikkien väittämien keskiarvot mukaan lukien summamuuttujista poisjätetyt väittämät. Tarkasteltaessa opettajien

suhtautumista koulun liikunnallistamiseen sukupuolen mukaan, tilastollisesti merkitseviä eroja nais- ja miesopettajien välillä ei havaittu (taulukko 8).

TAULUKKO 7. Asennemittarin viisi kielteisintä väittämää pois lukien summamuuttujista poisjätetyt väittämät

Väittämä	Ka
1. A24K. Liikunnanopettajana minulla on tarpeeksi työtä liikuntatunneissa, enkä usko ehtiväni huolehtimaan koulun liikunnallistamisesta tuntien ulkopuolella.	2,99
2. A23K. Uskon, että fyysisistä aktiivisuutta edistävien rakenteellisten muutosten aikaan saaminen koulupäivään on vaikeaa (esim. yhden pidemmän liikuntavälitunnin aikatauluttaminen päivään).	3,07
3. A26. Liikunnanopettajana tehtäväni on osallistua omalta osaltani koulun oppilashuollon toteuttamiseen	3,36
4. A27K. Pelkään, että liikunta on koulussa vähempiarvoinen oppiaine kuin muut (lukuaineet)	3,47
5. A4K. Liikunnanopettajan mahdollisuudet vaikuttaa fyysisen aktiivisuuden lisäämiseen koulussa ovat heikot	3,55

K=käännetty väittämä

TAULUKKO 8. Liikunnanopettajien suhtautuminen koulun liikunnallistamisen ulottuvuuksiin. Riippumattomien otosten t-testi

Summamuuttuja	Koko otos (n=189)		Mies (n=58)	Nainen (n=131)	t-arvo	p-arvo
	Ka	Kh	Ka	Ka		
Liikunnanopetus	4,20	0,500	4,19	4,21	-0,32	0,749
Koulun muu liikunta	3,96	0,496	3,97	3,96	0,19	0,847
Sisäinen yhteistyö	3,56	0,565	3,60	3,54	0,63	0,532
Ulkoisen yhteistyö	3,90	0,711	3,84	3,93	-0,81	0,417

* $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$; *** $p \leq 0,001$

Peruskoulun opettajat (n=112) suhtautuivat myönteisemmin sisäiseen yhteistyöhön kuin toisen asteen opettajat (n=42). Ero ($p=0,043$) oli tilastollisesti melkein merkitsevä. Peruskoulun ja toisen asteen opettajien välillä havaittiin tilastollisesti erittäin merkitsevä ero ($p=0,001$) ulkoisen yhteistyön ulottuvuudella siten, että peruskoulun opettajien suhtautuminen oli myönteisempää. (Taulukko 9.)

TAULUKKO 9. Liikunnanopettajien suhtautuminen koulun liikunnallistamisen ulottuvuuksiin kouluasteen mukaan. Riippumattomien otosten t-testi

Summamuuttuja	Peruskoulu (n=112)	Toinen aste (n=42)	t-arvo	p-arvo
Liikunnanopetus	4,28	4,15	1,64	0,103
Koulun muu liikunta	4,24	4,10	1,55	0,123
Sisäinen yhteistyö	3,62	3,37	2,07	0,043*
Ulkoinen yhteistyö	4,10	3,62	3,66	0,001***

* $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$; *** $p \leq 0,001$

Liikkuva koulu -ohjelmaan osallistuneet opettajat (n=87) suhtautuivat myönteisemmin kaikkiin koulun liikunnallistamisen ulottuvuuksiin kuin opettajat (n=80), jotka eivät olleet ohjelmaan osallistuneet. Ero suhtautumisessa oli merkittävin ulkoista yhteistyötä kohtaan ($p=0,001$). Ainoastaan siis liikunnanopetuksen ulottuvuudella ei ollut tilastollisesti merkitsevää eroa. (Taulukko 10.)

TAULUKKO 10. Liikunnanopettajien suhtautuminen koulun liikunnallistamisen ulottuvuuksiin Liikkuva koulu -ohjelmaan osallistumisen mukaan. Riippumattomien otosten t-testi

Summamuuttuja	Liikkuva koulu - ohjelmassa mukana		t-arvo	p-arvo
	kyllä (n=87)	ei (n=80)		
Liikunnanopetus	4,29	4,20	1,22	0,223
Koulun muu liikunta	4,28	4,13	1,95	0,053*
Sisäinen yhteistyö	3,68	3,43	2,88	0,005**
Ulkoinen yhteistyö	4,14	3,82	3,39	0,001***

* $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$; *** $p \leq 0,001$

7.4 Liikunnanopettajien koettu osaaminen koulun liikunnallistamisessa

Opettajien (n=189) koettu osaaminen oli korkeinta liikunnanopetusta kuvaavalla ulottuvuudella ($k_a=4,20$), toiseksi korkein keskiarvo oli ulottuvuudella sisäinen yhteistyö ($k_a=4,16$), kolmanneksi korkein ulottuvuudella koulun muu liikunta ($k_a=3,76$) ja heikoimman koetun osaamisen keskiarvon sai ulkoinen yhteistyö ($k_a=3,42$) (taulukko 13). Tulosten perusteella voidaan sanoa, että tarkasteltaessa koko aineistoa opettajat kokevat omaavansa

parhaat taidot edistää oppilaiden fyysistä aktiivisuutta liikuntatunneilla. Parhaiten koettujen väittämien perusteella liikunnanopettajat kokivat vahvimmin osaavansa toteuttaa fyysisesti aktiivisen liikuntatunnin sekä perustella fyysisen aktiivisuuden merkityksen oppilaille (taulukko 11).

TAULUKKO 11. Osaamismittarin viisi parhaiten koettua väittämää

Väittäjä	Ka
1. O1. Osaan suunnitella ja toteuttaa fyysisesti aktiivisen liikuntatunnin, jonka aikana oppilaat liikkuvat reippaasti vähintään 50 % tunnin ajasta.	4,74
2. O7. Osaan perustella oppilaille, miksi riittävä fyysinen aktiivisuus on tärkeää.	4,63
3. O25. Osaan suunnitella ja toteuttaa liikuntatapahtumia ja retkiä yhteistyössä muiden opettajien kanssa.	4,52
4. O10. Osaan perustella oppilaille, miksi kuntoa mitataan ja kertoa kunnan eri osa-alueiden merkityksestä oppilaan terveyden ja hyvinvoinnin kannalta.	4,51
5. O9. Tunnen eri-ikäisten lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden suositukset.	4,47

Sen sijaan puutteellisemmiksi koettiin taidot, joita tarvitaan tehtäessä yhteistyötä koulun ulkopuolisten sidosryhmien kanssa lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden edistämiseksi. Heikoimmiksi koettujen väittämien perusteella opettajat kokivat osaamisensa vajavaisimmaksi koulun liikunnallistamiseen liittyvän taloudellisen tuen hakemisessa sekä perheiden osallistamisessa (taulukko 12). Osaamismittarin kaikkien väittämien keskiarvot on esitetty liitteessä 5.

TAULUKKO 12. Osaamismittarin viisi heikoiten koettua väittämää

Väittämä	Ka
1. O20. Osaan hakea taloudellista tukea koulu yhteisön fyysisen aktiivisuuden edistämiseen.	2,83
2. O8. Osaan käyttää teknologiaa hyödykseni liikunnanopetuksessa pyrkiessäni edistämään oppilaiden fyysistä aktiivisuutta.	3,04
3. O28. Tiedän keinoja, joiden avulla voin saada oppilaiden vanhempia ja perheitä liikkumaan ja liikuttamaan nuoria.	3,05
4. O22. Osaan ottaa yhteyttä kunnassa tahoihin, jotka voivat tukea ja auttaa koulupäivän liikunnallistamisessa.	3,43
5. O21. Osaan suunnitella koulupihan niin, että se aktivoi oppilaita liikkumaan monipuolisesti.	3,46

Tarkasteltaessa opettajien koettua osaamista sukupuolen mukaan havaittiin miesopettajien arvioivan osaamisensa kaikilla ulottuvuuksilla naisopettajia hieman korkeammaksi (taulukko 13). Ainoa tilastollisesti melkein merkitsevä ero mies- ja naisopettajien koetussa osaamisessa oli kuitenkin vain ulkoisen yhteistyön ulottuvuudella, sillä miesopettajat kokivat taitonsa tehdä yhteistyötä koulun ulkopuolisten sidosryhmien kanssa paremmiksi kuin naiset ($p=0,023$).

TAULUKKO 13. Liikunnanopettajien koettu osaaminen koulun liikunnallistamisen ulottuvuuksilla. Riippumattomien otosten t-testi

Summamuuttuja	Koko otos (n=189)		Mies (n=58)	Nainen (n=131)	t-arvo	p-arvo
	Ka	Kh	Ka	Ka		
Liikunnanopetus	4,20	0,463	4,23	4,19	0,62	0,533
Koulun muu liikunta	3,76	0,692	3,80	3,74	0,49	0,624
Sisäinen yhteistyö	4,16	0,619	4,20	4,15	0,59	0,557
Ulkoinen yhteistyö	3,42	0,755	3,61	3,34	2,29	0,023**

* $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$; *** $p \leq 0,001$

Tarkasteltaessa opettajien koettua osaamista kouluasteen mukaan, tilastollisesti erittäin merkitsevä ero ($p=0,001$) havaittiin peruskoulun ja toisen asteen välillä liikunnanopetuksen ulottuvuudella (taulukko 14). Tulosten perusteella voidaan siis sanoa, että toisella asteella toimivat opettajat kokivat omaavansa paremmat taidot edistää oppilaiden fyysistä aktiivisuutta liikuntatunneilla.

TAULUKKO 14. Liikunnanopettajien koettu osaaminen koulun liikunnallistamisen ulottuvuuksilla kouluasteen mukaan. Riippumattomien otosten t-testi

Summamuuttuja	Peruskoulu (n=112)	Toinen aste (n=42)	t-arvo	p-arvo
Liikunnanopetus	4,22	4,44	-3,31	0,001***
Koulun muu liikunta	3,74	3,75	-0,68	0,946
Sisäinen yhteistyö	4,15	4,18	-0,31	0,755
Ulkoinen yhteistyö	3,35	3,50	-1,14	0,258

* $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$; *** $p \leq 0,001$

Vertailtaessa opettajia Liikkuva koulu -ohjelmaan osallistumisen mukaan, tilastollisesti melkein merkitsevä ero ($p=0,040$) löytyi liikunnanopetuksen ulottuvuudella. Niiden koulujen opettajat, jotka olivat mukana liikunnallistamiseen tähtäävässä ohjelmassa ($n=87$), kokivat osaamisensa hieman heikommaksi kuin opettajat ($n=80$), jotka eivät olleet. (Taulukko 15.)

TAULUKKO 15. Liikunnanopettajien koettu osaaminen koulun liikunnallistamisen ulottuvuuksilla Liikkuva koulu -ohjelmaan osallistumisen mukaan. Riippumattomien otosten t-testi

Summamuuttuja	Liikkuva koulu - ohjelmassa mukana		t-arvo	p-arvo
	kyllä (n=87)	ei (n=80)		
Liikunnanopetus	4,21	4,35	-2,07	0,040*
Koulun muu liikunta	3,76	3,75	0,07	0,943
Sisäinen yhteistyö	4,15	4,17	-0,17	0,863
Ulkoinen yhteistyö	3,35	3,44	-0,80	0,427

* $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$; *** $p \leq 0,001$

Tuloksista havaittiin, että ne opettajat ($n=75$), jotka olivat osallistuneet täydennyskoulutukseen koulun liikunnallistamiseen liittyen, kokivat osaamisensa kaikilla ulottuvuuksilla hieman paremmaksi kuin opettajat ($n=114$), jotka eivät olleet osallistuneet täydennyskoulutukseen. Koetussa osaamisessa tilastollisesti merkitsevä ero oli koulun muun liikunnan ulottuvuudella ($p=0,011$) ja melkein merkitsevä ero ulkoisen yhteistyön ulottuvuudella ($p=0,042$). (Taulukko 16.)

TAULUKKO 16. Liikunnanopettajien koettu osaaminen koulun liikunnallistamisen ulottuvuuksilla täydennyskoulutukseen osallistumisen mukaan. Riippumattomien otosten t-testi

Summamuuttuja	kyllä (n=75)	ei (n=114)	t-arvo	p-arvo
Liikunnanopetus	4,32	4,25	1,07	0,286
Koulun muu liikunta	3,92	3,67	2,58	0,011**
Sisäinen yhteistyö	4,19	4,14	0,55	0,582
Ulkoinen yhteistyö	3,56	3,33	2,05	0,042*

* $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$; *** $p \leq 0,001$

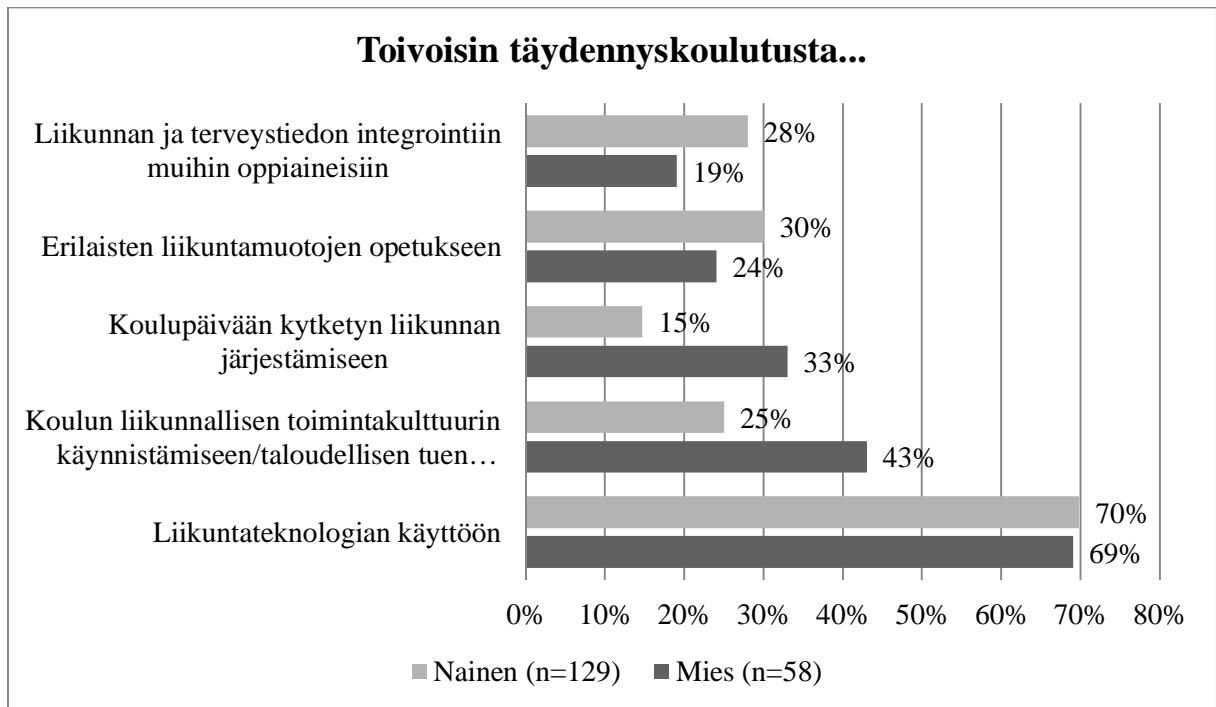
7.5 Liikunnanopettajien koetut koulutustarpeet

Tarkasteltaessa opettajien koettuja koulutustarpeita, selkeästi eniten täydennyskoulutusta kaivattiin liikuntateknologian käyttöön (70 %). Muita usein mainittuja koulutustarpeita olivat koulun liikunnallisen toimintakulttuurin käynnistäminen tai taloudellisen tuen hakeminen (31 %), erilaisten liikuntamuotojen opetus (28 %), liikunnan tai terveystiedon integrointi muihin oppiaineisiin (25 %) sekä koulupäivään kytketyn liikunnan (mm. liikuntakerhot, välituntiliikunta, taukojumppa) järjestäminen (20 %). Vain 5 % opettajista ei kokenut tarvitsevansa täydennyskoulutusta lainkaan. (Taulukko 17.)

TAULUKKO 17. Liikunnanopettajien koetut koulutustarpeet ja prosentit vastaajien (n=187) lukumäärästä

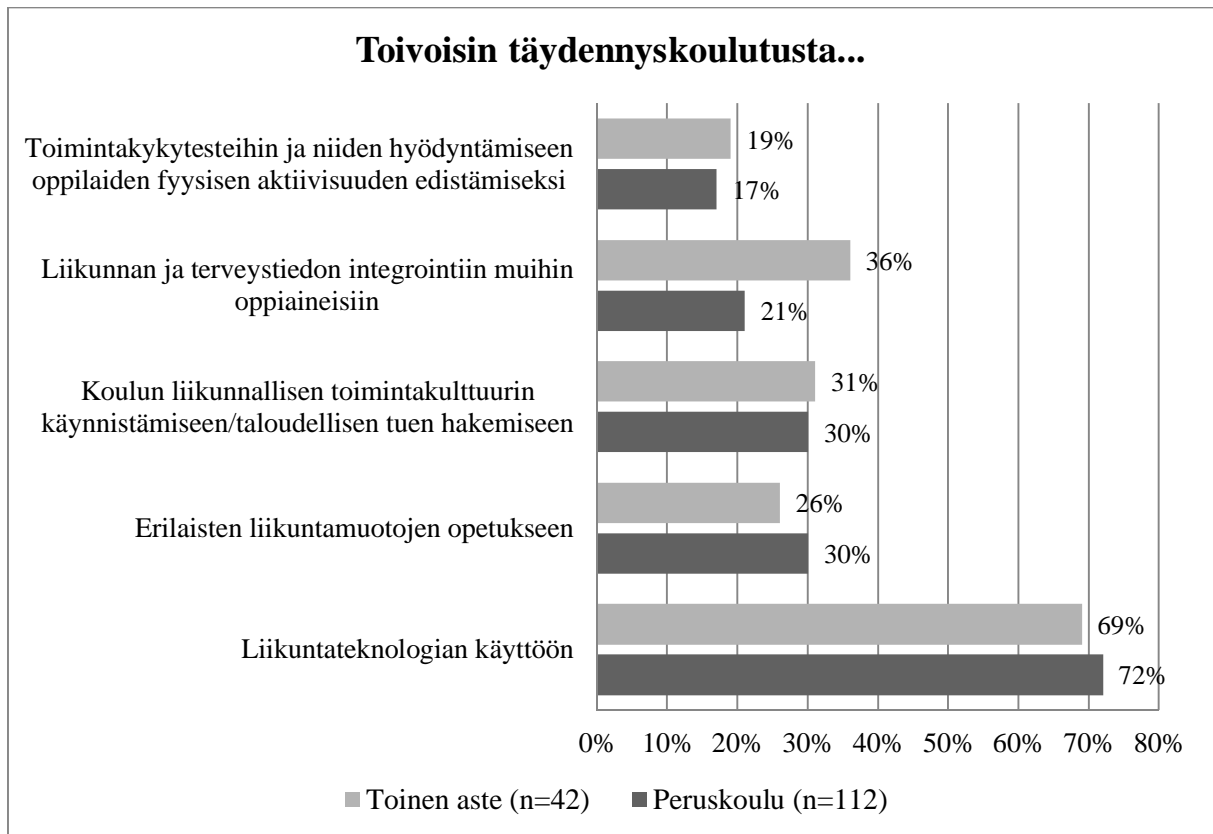
Koulutustarve	n	%
Liikuntateknologian käyttöön.	130	69,5
Koulun liikunnallisen toimintakulttuurin käynnistämiseen/taloudellisen tuen hakemiseen.	57	30,5
Erilaisten liikuntamuotojen opetukseen.	52	27,8
Liikunnan/terveystiedon integrointiin muihin oppiaineisiin.	47	25,1
Koulupäivään kytketyn liikunnan (mm. liikuntakerhot, välituntiliikunta, taukojumppa) järjestämiseen.	38	20,3
Toimintakykytesteihin ja niiden hyödyntämiseen oppilaiden fyysisen aktiivisuuden lisäämiseksi.	36	19,3
Kodin ja koulun yhteistyön kehittämiseen liikunnan lisäämiseksi.	24	12,8
Liikunnan markkinointiin oppilaille, heidän perheilleen ja kouluyhteisölle.	22	11,8
Oppilaiden henkilökohtaiseen liikuntaneuvontaan.	20	10,7
Lähiyhteisön ja ympäristön liikuntamahdollisuuksien hyödyntämiseen.	16	8,6
Koulun liikuntatapahtumien ja retkien järjestämiseen.	14	7,5
En koe tarvitsevani täydennyskoulutusta.	10	5,3
Vastauksia yhteensä	466	

Mies- ja naisliikunnanopettajien koetuissa koulutustarpeissa havaittiin jonkin verran eroja. Miesopettajat mainitsivat useimmin liikuntateknologian käytön (69 %), koulun liikunnallisen toimintakulttuurin käynnistämisen tai taloudellisen tuen hakemisen (43 %) sekä koulupäivään kytketyn liikunnan järjestämisen (33 %). Naisopettajat puolestaan mainitsivat useimmin liikuntateknologian käytön (70 %), erilaisten liikuntamuotojen opetuksen (30 %) sekä liikunnan ja terveystiedon integroinnin muihin oppiaineisiin (28 %). (Kuva 3.)



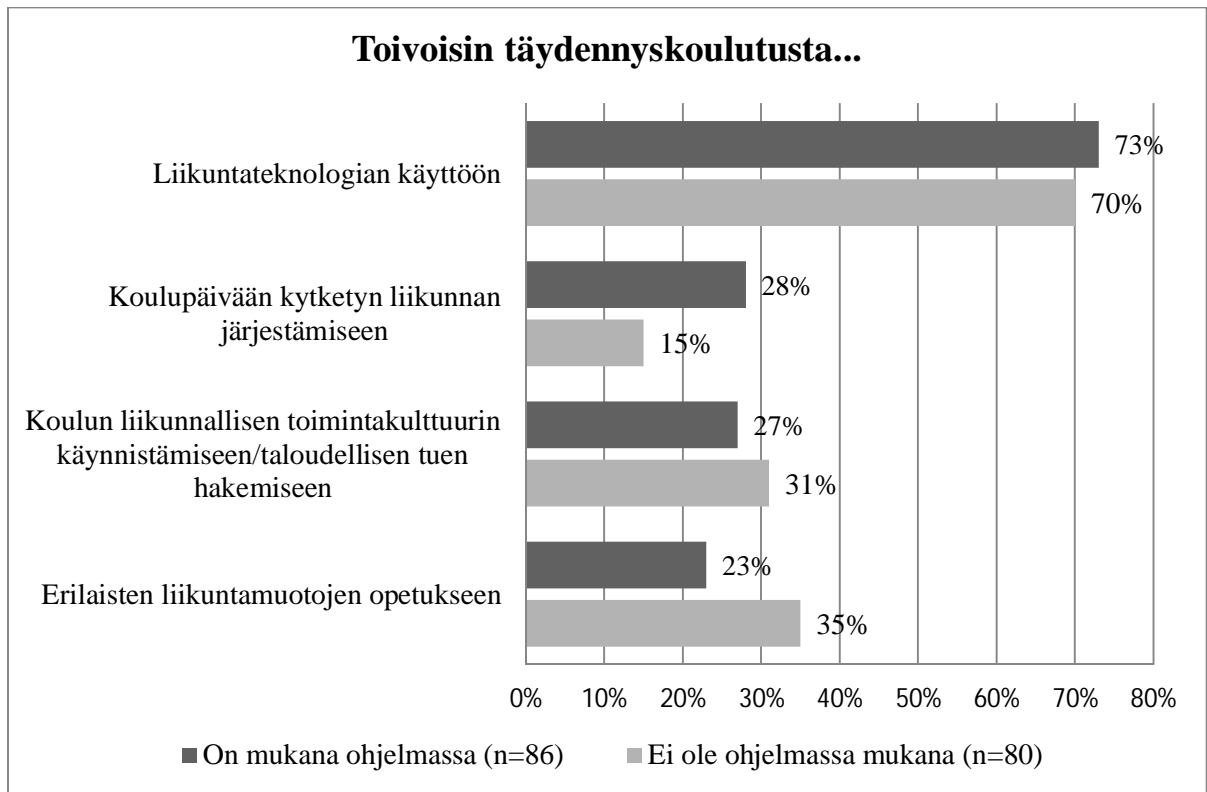
KUVA 3. Liikunnanopettajien koetut koulutustarpeet sukupuolen mukaan.

Myös kouluasteiden välillä havaittiin liikunnanopettajien koetuissa koulutustarpeissa jonkin verran eroja. Peruskoulun opettajat mainitsivat useimmin liikuntateknologian käytön (72 %), eri liikuntamuotojen opetuksen (30 %) sekä koulun liikunnallisen toimintakulttuurin käynnistämisen tai taloudellisen tuen hakemisen (30 %). Koulutustarpeinaan toisella asteella eniten mainintoja saivat liikuntateknologian käyttö (69 %), liikunnan ja terveystiedon integrointi muihin oppiaineisiin (36 %) sekä koulun liikunnallisen toimintakulttuurin käynnistäminen tai taloudellisen tuen hakeminen (31 %). (Kuva 4.)



KUVA 4. Liikunnanopettajien koetut koulutustarpeet kouluasteen mukaan.

Opettajat, jotka olivat osallistuneet Liikkuva koulu -ohjelmaan, toivoivat täydennyskoulutusta liikuntateknologian käyttöön (73 %), koulupäivään kytketyn liikunnan järjestämiseen (28 %) sekä koulun liikunnallisen toimintakulttuurin käynnistämiseen tai taloudellisen tuen hakemiseen (27 %). Vastaavasti opettajat, jotka eivät olleet osallistuneet ohjelmaan, toivoivat koulutusta useimmin liikuntateknologian käyttöön (70 %), erilaisten liikuntamuotojen opetukseen (35 %) sekä koulun liikunnallisen toimintakulttuurin käynnistämiseen tai taloudellisen tuen hakemiseen (31 %). (Kuva 5.)



KUVA 5. Liikunnanopettajien koetut koulutustarpeet Liikkuva koulu -ohjelmaan osallistumisen mukaan.

8 POHDINTA

Liikunnanopettajien työnkuva on laajentunut kattamaan koko koulun fyysisen aktiivisuuden ja hyvinvoinnin edistämisen (Erwin ym. 2013; Webster ym. 2015). Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, millainen on liikunnanopettajien työnkuva tällä hetkellä, ja miten he suhtautuvat liikunnallisen toimintakulttuurin luomiseen koulussa. Tarkoituksena oli lisäksi selvittää, millainen on liikunnanopettajien koettu osaaminen kouluyhteisön fyysisen aktiivisuuden ja hyvinvoinnin edistämässä. Tutkielma on osa laajempaa Liikuntakasvatuksen laitoksen tutkimus- ja kehittämishanketta ”Oppilaiden fyysisen aktiivisuuden edistäminen teoriasta käytäntöön”. Tutkimusaihe on ajankohtainen, sillä koulun liikunnallistaminen on nostettu yhdeksi valtion kärkihankkeista, jonka tavoitteena on tuoda tunti liikuntaa jokaisen peruskoululaisen päivään sekä vauhdittaa liikuvaa elämäntapaa (Valtioneuvosto 2015). Tutkimuksen tuloksia voidaan myös hyödyntää uudistettaessa ja kehitettäessä liikunnanopettajien perus- ja täydennyskoulutusta.

8.1 Liikunnanopetus ydintehtävänä edelleen työnkuvan laajentuessa

Liikunnanopettajien (n=167) keskimääräinen vuosiviikkotuntimäärä oli 25 tuntia. Huhtiniemen (2011) tutkimuksessa liikunnanopettajien keskimääräinen opetustuntimäärä oli samaa luokkaa eli 26 tuntia viikossa. Tulosten mukaan liikunnanopettajien yleisimpiä työtehtäviä olivat liikunnanopetus, suunnittelutyö, tuntien etukäteis- ja jälkivalmistelu sekä siirtymiset paikasta toiseen. Vähiten opettajat käyttivät aikaa tukiopetukseen, kerhoihin ja tilojen varauksiin.

Miesliikunnanopettajat käyttivät aikaa enemmän kerhotoimintaan ja erilaisiin johto-, hallinto- ja luottamustoimiin, kilpailutoimintaan ja turnauksiin sekä yhteistyöhön sidosryhmien kanssa. Naiset puolestaan käyttivät enemmän aikaa suunnitteluun, koulun liikunnallistamiseen ja valvontoihin. Kyseiset tulokset vahvistavat aiempia tutkimustuloksia liikunnanopettajien työtehtävistä ja sukupuolirooleista niissä sekä sitä, että yleisimmät tehtävät ovat pysyneet samankaltaisina jo pitkään (Nummela 2004; Johansson 2006; Huhtiniemi 2011; Mäkelä ym. 2012), ja ne tulevat todennäköisesti säilyttämään paikkansa työnkuvan laajentumisesta huolimatta. Työnkuvan laajenemista tukevat myös vastaajien maininnat siitä, että koulun liikunnallistamiseen käytetään aikaa. Tämän tutkimuksen perusteella se näyttäisi lankeavan useammin nais- kuin miesopettajille, vaikkei täysin luotettavia johtopäätöksiä asiasta voida

tehdä, sillä kysymyksen asettelu aiheesta ei ollut riittävän tarkasti määritelty. Opettajat voivat nimittäin käsittää koulun liikunnallistamisen hyvin eri tavoin, sillä myös koulut ovat liikkeellä hyvin erilaisilla panostuksilla. Joissakin kouluissa on tehty paljon liikunnallistamistoimia ja toisissa vain vähän tai ollaan nimellisesti mukana, vaikka toiminta ei ole käynnistynyt.

Peruskoulussa työskentelevien opettajien keskimääräinen vuosiviikkotuntimäärä oli 26 tuntia ja toisella asteella 23 tuntia, mikä voi johtua todennäköisesti eroista opetusvelvollisuudessa eri kouluasteilla. Peruskoulussa työskentelevät mainitsivat käyttävänsä myös enemmän aikaa liikunnallistamiseen, mikä on ymmärrettävää, sillä onhan Liikkuva koulu -ohjelma suunnattu pääasiassa peruskouluihin. Tärkeää olisi kuitenkin saada liikunnallistamista myös toisen asteen kouluihin, sillä nuorten fyysinen aktiivisuus selvästi vähenee yläkoulun jälkeen (Husu ym. 2011, 21), ja ammatillisen koulutuksen opiskelijat liikkuvat vähemmän kuin lukion opiskelijat (Luopa ym. 2014, 35, 96–97, 99–100). Liikkuva koulu -ohjelmassa mukana olevat tai täydennyskoulutukseen osallistuneet opettajat käyttivät luonnollisesti enemmän aikaa liikunnallistamiseen koulussa kuin opettajat, joilla ei ollut koulun liikunnallistamisesta olevaa kokemusta. Liikkuvissa kouluissa työskentelevät myös opettivat liikuntatunteja enemmän. Tutkimuksestamme ei kuitenkaan suoranaisesti käy ilmi, kuuluiko liikunnallistaminen opettajien vuosiviikkotuntimäärään. Voidaan kuitenkin olettaa, että Liikkuvissa kouluissa olisi enemmän valinnaista liikuntaa, mikä voi tuoda lisää tunteja opettajien työhön.

Liikunnanopetus on siis luonnollisesti edelleen merkittävin osa liikunnanopettajan työtä, mutta opetuksen lisäksi työnkuvaan vaikuttaa kuuluvan paljon myös muita tehtäviä, jotka voivat tuoda ydintehtävien ympärille monipuolisuutta. Useat liikunnanopettajat pitävätkin vaihtelevista työoloista ja niiden koetaan lisäävän työtyytyväisyyttä (Salonen & Syvänen 2009, 53–56). Mäkelän (2013) mukaan liikunnanopettajat vaihtavat työtään yleensä ylikuormittumisen takia tai jos eivät koe voivansa hyödyntää omia kykyjään riittävästi työssään. Tulevat vuodet näyttävät, kokevatko liikunnanopettajat toimenkuvansa laajentumisen ylikuormittavana vai mahdollisuutena hyödyntää omia kykyjään tehokkaammin ja monipuolisemmin. Liikunnanopettajien työtyytyväisyyttä lisääviä piirteitä ovat muun muassa toimiva yhteistyö, hyvä työn johto ja organisointi sekä vaikutusmahdollisuudet (Mäkelä ym. 2012). Jos kyseiset tekijät kouluissa toteutuvat, voitaisiin olettaa, että liikunnanopettajat suhtautuisivat myönteisesti myös koulun liikunnallistamiseen osana työnkuvaansa.

8.2. Myönteisyyttä sisäistä yhteistyötä kohtaan kiireestä huolimatta?

Tulosten perusteella liikunnanopettajat suhtautuvat myönteisimmin fyysisen aktiivisuuden edistämiseen liikuntatunneilla ($ka=4,20$). Kyseinen tulos tuntuu luonnollista, sillä liikunnanopetus on ammatin keskeistä ydintä ja siihen opettajat käyttävät työajastaan eniten aikaa (Numminen 2004; Rokka 2011; UNESCO 2015). Tulosten perusteella opettajat suhtautuivat toiseksi myönteisimmin koulun muuhun liikuntaan ($ka=3,96$). Koulun muun liikunnan toteuttamista voi häiritä muun muassa opettajien työssään kokema kiireen tuntu (Laine 2003, 47; Trinkuniene & Kardeliene 2013). Liikunnanopettajat suhtautuivatkin väittämien perusteella varauksellisesti siihen, että he ehtisivät huolehtimaan koulun liikunnallistamisesta tuntien ulkopuolella. Nyky-yhteiskunnassa kiire, kilpailu, tehokkuus ja parhaat tulokset näyttävät olevan yhteisiä ja yleisiä päämääriä, joiden eteen ponnistellaan. Koulumaailmassa ovat nämä samat ilmiöt havaittavissa, koska yhteiskunnan muutokset heijastuvat kouluihin (Luukkainen 2004, 55). Voi siis olla että, koska liikunnanopettajien kiireinen arki, kuten tuntien organisointi, siirtymiset, projektit ja kokoukset vievät paljon aikaa (Laine 2003, 47; Johansson 2006, 76; Palomäki & Heikinaro-Johansson 2011, 109–110; Salminen 2013, 41–42), suhtaudutaan fyysisen aktiivisuuden edistämiseen liikuntatunneilla myönteisimmin sen takia, että se koetaan juuri luontevimmaksi paikaksi tukea koulun liikunnallista toimintakulttuuria.

Liikunnanopettajan roolia kouluyhteisön liikunnallistajana painotetaan (Webster ym. 2010), ja liikunnanopettajat kokivat itsekkin melko positiivisena sen, että heidän tulisi olla aloitteellisia kouluyhteisön fyysisen aktiivisuuden lisäämisessä. Koulun liikunnallisen toimintakulttuurin edistämässä liikunnanopettajien tärkeitä kumppaneita ovat kuitenkin koko kouluyhteisö, perheet ja muu lähiyhteisö (Webster ym. 2010; CDC 2013; STM 2013). Tuloksista nousi esiin, että liikunnanopettajat suhtautuvat kielteisimmin juuri sisäiseen yhteistyöhön ($ka=3,56$), johon kuuluu muun muassa rakenteellisten muutosten aikaansaaminen koulupäivään sekä yhteistyö rehtorin ja muiden opettajien kanssa. Se herättää pohtimaan, kokevatko liikunnanopettajat roolinsa koko koulun hyvinvoinnin edistäjinä niin henkilökohtaisena, ettei yhteistyölle muiden aineenopettajien ja koulun muun henkilökunnan kanssa nähdä sijaa. Vai eivätkö liikunnanopettajat vain usko saavansa muuta koulun henkilökuntaa mukaan toimintakulttuurin muutokseen? Sisäinen yhteistyö on kuitenkin olennainen osa liikunnallisen toimintakulttuurin juurruttamista kouluihin, sillä parhaiten muutosta saadaan aikaan yhteisönä (Hiltunen & Tursas 2013, 35–37). Näin ollen jo liikunnanopettajakoulutuksen tulee sisältää

yhteistyötä eri aineenopettajien kanssa. Tällöin liikunnanopettajat ja muut aineenopettajat voivat jo opintojen aikana tottua ja oppia siihen, että liikunnallisen toimintakulttuurin rakentaminen kuuluu jokaisen opettajan tehtäviin. Kansainvälisten tutkimusten mukaan fyysisen aktiivisuuden ja oppimisen sekä hyvinvoinnin yhteydet tulisi olla sisältö, jota opetetaan kaikille opettajille jo peruskoulutuksen aikana. Yhteistyö koulun sisällä ja ulkopuolisten tahojen kanssa eivät kuulu liikunnanopettajan ydintehtäviin kaikkien liikunnanopettajakouluttajienkaan mielestä. (Webster ym. 2015). Opettajille tärkeitä motivaattoreita koulun liikunnallistamista kohtaan olisivat riittävät palkkiot (Webster ym. 2015), mutta opettajien tämänhetkinen palkkausjärjestelmä, joka perustuu opetusvelvollisuuteen, ei tue opettajien laajentunutta toimenkuvaa (Yle 2015).

Tulokset osoittivat, että peruskouluissa työskentelevät liikunnanopettajat suhtautuivat hieman myönteisemmin koulun muuhun liikuntaan ja ulkoiseen yhteistyöhön kuin toisella asteella työskentelevät opettajat. Liikkuva koulu –ohjelma on toistaiseksi keskittynyt peruskouluihin (Liikkuvat koulut 2016), joten niissä on siis todennäköisesti toimittu enemmän koulun liikunnallistamisen parissa ja opettajilla on näin ollen jo parempi käsitys asiasta. Peruskouluissa työskentelevät opettajat ovat kenties myös huomanneet ja todenneet fyysisen aktiivisuuden lisäämisen tuoneen positiivisia vaikutuksia koulupäivän viihtyvyyteen, sillä Liikkuvissa kouluissa on todettu muun muassa työrauhan parantuneen (Kämppi ym. 2013). Koulupäivän aikaisella liikkumisella on huomattu olevan myös positiivisia vaikutuksia oppimiseen (Syväoja ym. 2012). Tulevaisuudessa Liikkuva koulu -ohjelmaa pyritään viemään kokeilujen kautta enemmän myös lukioihin ja ammatillisiin oppilaitoksiin (Valtioneuvosto 2015), joten jää nähtäväksi, millaisia vaikutuksia se tuo niin oppilaiden arkeen kuin toisella asteella työskentelevien opettajien suhtautumiseen koulun muuhun liikuntaan ja ulkoiseen yhteistyöhön. Monissa toisen asteen oppilaitoksissa voi olla vakiintuneet omat toimintakulttuurimallit, eikä näiden ajatusmallien ja totuttujen tapojen muuttaminen käy välttämättä hetkessä.

Tutkimuksen tulokset antoivat positiivisen kuvan Liikkuva koulu -ohjelmasta, sillä opettajat, jotka työskentelivät ohjelmassa mukana olevilla kouluilla, suhtautuivat kaikkiin koulun liikunnallistamisen ulottuvuuksiin myönteisemmin verrattuna opettajiin, jotka eivät olleet siihen osallistuneet. Tätä voidaankin pitää eräänlaisena osoituksena ohjelman toimivuudesta, sillä Liikkuvissa kouluissa opettajat suhtautuivat etenkin sisäiseen ja ulkoiseen yhteistyöhön

muita myönteisemmin. Toisaalta voi olla niin, että Liikkuva koulu -ohjelmaan ovat lähteneet innokkaammin sellaiset opettajat, joiden arvoihin ja asenteisiin se sopii.

8.3 Laadukkaasta liikunnanopetuksesta liikunnallisen toimintakulttuurin edistämiseen koulussa

Tulosten perusteella opettajien koettu osaaminen oli korkeinta liikunnanopetusta kuvaavalla ulottuvuudella ($ka=4,20$) ja heikointa ulkoisessa yhteistyössä ($ka=3,42$). Tämä tukee aikaisempia tutkimustuloksia, joiden mukaan liikunnanopettajat kokevat osaamisensa hyväksi liikunnanopettajien ydintehtävien osalta, kun taas valmiuksien koetaan olevan heikoimmat liikunnanopetuksen ulkopuolisten tehtävien hoitamiseen (Martin ym. 2001; Huhtiniemi 2011; Mäkelä ym. 2013; Lyyra ym. 2016). Tällaisia tehtäviä ulkoisen yhteistyön suhteen ovat muun muassa oppilaiden vanhempien ja perheiden liikuttaminen sekä yhteyden ottaminen koulun liikunnallistamista tukeviin kunnan tahoihin. Näiden suhteen liikunnanopettajien koettu osaaminen oli väittämien perusteella heikoimpien joukossa. Toisaalta, tämän tutkimuksen mukaan liikunnanopettajat käyttivät myös vähiten työaikaansa yhteistyöhön sidosryhmien kanssa, joten kokemus osaamisesta ulkoisen yhteistyön ulottuvuudella voi senkin vuoksi jäädä heikoimmaksi.

Tähän tutkimukseen osallistuneiden liikunnanopettajien koettu osaaminen oli kaikilla osaamisen ulottuvuuksilla hieman korkeampi kuin Lyyran ym. (2016) liikunnanopettajaopiskelijoille tehdyssä tutkimuksessa. Myös opiskelijoiden koettu osaaminen oli korkeinta liikunnanopetusta kuvaavalla ulottuvuudella ($ka=3,86$), toiseksi korkeinta ulottuvuudella koulun muu liikunta ($ka=3,51$) ja kolmanneksi korkeinta sisäisessä yhteistyössä ($ka=3,39$). Heikoimman koetun osaamisen arvion sai ulkoinen yhteistyö ($ka=2,32$), kuten liikunnanopettajillakin (Lyyra ym. 2016). Opiskelijoilla on aikaisempien tutkimusten mukaan opintojen aikana ja työuraa aloitellessa huolia liittyen aineenhallintaan ja pedagogiseen osaamiseen, mikä voi vaikuttaa opiskelijoiden koettuun itsevarmuuteen ja pätevyyteen opettaa liikuntaa (Sloan 2007; Marcon ym. 2012; Stiles & Katene 2013). Toisaalta Moutonin ym. (2013) mukaan liikunnanopettajan koettu pätevyys on opetuskokemuksen sijaan yhteydessä yksilöllisiin eroihin tunneälykkyydessä ja minäpystyvyydessä.

Päinvastoin kuin Lyyran ym. (2016) opiskelijoille tehdyssä tutkimuksessa, liikunnanopettajat kokivat osaamisensa sisäisen yhteistyön ulottuvuudella korkeammaksi kuin koulun muun liikunnan ulottuvuudella. Tulos voi olla yhteydessä siihen, että opiskeluvaiheessa ei vielä monellakaan ole käytännön kokemusta koulun sisäisestä yhteistyöstä. Tähän viittaa myös Väisänen (2015, 47), joka korostaa tarvetta yhteistyön harjoitteluun muiden aineenopettajien kanssa jo opiskeluvaiheessa.

Miesopettajat kokivat osaamisensa paremmaksi, erityisesti ulkoisen yhteistyön ulottuvuudella. Lyyran ym. (2016) tutkimuksessa miespuoliset opiskelijat taas kokivat naisopiskelijoita paremmaksi osaamisensa liikunnanopetuksen ulottuvuudella, ja naisopiskelijat kokivat miesopiskelijoita paremmaksi osaamisensa koulun muussa liikunnassa. Tulosta voidaan osittain kenties selittää eroilla nais- ja miesliikunnanopettajien työtehtävissä. Tutkimuksemme mukaan miesopettajat käyttivät enemmän aikaa muun muassa kerhotoimintaan, johto-, hallinto- ja luottamustoimiin, kilpailutoimintaan ja turnauksiin sekä yhteistyöhön sidosryhmien kanssa. Syy miesopettajien korkeampaan koettuun osaamiseen ulkoisen yhteistyön ulottuvuudella voi siis olla se, että he tekevät työssään enemmän ulkoista yhteistyötä kuin naisopettajat. Toisaalta syytä miesopettajien korkeampaan koettuun osaamiseen voidaan myös hakea mahdollisista muista eroista miesten ja naisten välillä. Maskuliinisina ominaisuuksina on nähty esimerkiksi toiminnallisuus, hallitsevuus ja rationaalisuus, kun taas feminiinisiin ominaisuuksiin kuuluu yhteisöllisyys, emotionaalisuus ja empaattisuus (Huttunen 1997, 79–81). Myös eri sukupuolten tavoissa arvioida omaa osaamista voi olla eroja. Huolimatta pienistä eroista koetussa osaamisessa, ei niillä välttämättä ole merkitystä koulun laadukkaan liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämisessä.

Toisella asteella toimivat opettajat kokivat omaavansa paremmat taidot edistää oppilaiden fyysistä aktiivisuutta liikuntatunneilla. Syy tähän voisi olla se, että nuorempien oppilaiden kanssa peruskoulussa opettajat joutuvat käyttämään enemmän aikaa kasvatustehtäviin, kun taas toisella asteella oppilaiden ollessa vanhempia voidaan ehkä keskittyä enemmän itse liikunnanopetukseen ja liikunnallisen elämäntavan edistämiseen. Kansainvälisten tutkimusten mukaan oppilaiden aktiivinen osallistuminen vaikuttaa liikunnanopettajan minäpystyvyyteen. Liikunnanopettajien käsitykset minäpystyvyydestään vähenivät, kun oppilaat eivät suorittaneet annettua tehtävää, eivätkä osoittaneet olevansa kiinnostuneita tai nauttivansa liikunnasta. (Siedentop 2002; Martin & Kulinna 2003; Martin ym. 2008.)

Liikkuva koulu -ohjelmaan osallistuneet opettajat kokivat osaamisensa liikunnanopetuksen ulottuvuudella huonommaksi kuin opettajat, jotka eivät olleet ohjelmaan osallistuneet. Liikunnallistamiseen tähtäävään täydennyskoulutukseen osallistuneet opettajat kuitenkin kokivat osaamisensa paremmaksi kaikilla ulottuvuuksilla, erityisesti koulun muun liikunnan ja ulkoisen yhteistyön ulottuvuuksilla verrattuna niihin, jotka eivät olleet täydennyskoulutukseen osallistuneet. Tulos on ristiriitainen, mutta ainakin liikunnallistamiseen liittyvällä täydennyskoulutuksella näyttäisi olevan positiivisia seurauksia koetun osaamisen kannalta. Myös Centeio ym. (2014) ovat saaneet positiivisia tuloksia koulun liikunnallistamiseen tähtäävän täydennyskoulutuksen vaikutuksista opettajien valmiuteen muuttaa koulun toimintakulttuuria liikkunnallisemmaksi. Toisaalta tulos Liikkuva koulu -ohjelmaan osallistuneiden opettajien koetusta huonommasta osaamisesta liikunnanopetuksessa saa miettimään, onko heidän huomionsa siirtynyt liiaksi pois itse ydintyöstä eli liikunnanopetuksesta. Jos on kiire hoitaa muun muassa monille Liikkuville kouluille tyypillisiä yhteisiä pidennettyjä liikuntavälitunteja, suunnitella koulumatkaliikunnan tukemista tai viedä toiminnallisia opetusmenetelmiä luokkaopetukseen (Liikkuva koulu 2016), voi olla, ettei aika riitä samassa määrin kuin ennen oman opetuksen suunnitteluun ja toteutukseen. Toisaalta voi olla kyse myös siitä, että koulutusten myötä opettajat ovat tulleet tietoisemmiksi siitä, mitä kaikkea laadukas liikunnanopetus pitää sisällään ja tähän pääseminen koetaan haasteelliseksi.

Suomalaisten liikunnanopettajien koettu osaaminen koulun liikunnallistamisessa vaikuttaa kaiken kaikkiaan hyvältä verrattuna kansainvälisiin tutkimuksiin aiheesta (Castelli & Williams 2007; Harris 2014). Erityisesti liikunnallistamisen kulmakivi, eli laadukas liikunnanopetus on jo hyvällä mallilla, mistä on ihanteellista edetä kohti muita liikunnallistamisen ulottuvuuksia. Opettajat tarvitsevat kuitenkin koulun liikunnallistamisessa myös uutta ja erilaista tietoa ”tasoista”, jotka ovat kauempana liikunnanopettajan ydintehtävästä eli liikunnanopetuksesta, ja joilla pyritään vaikuttamaan laajemmalti koulu- ja lähiyhteisöön (Lyyra ym. 2016). Edistettäessä fyysistä aktiivisuutta muualla kuin liikunnanopetuksessa, opettajat tarvitsevat lisää konkreettisia toimintamalleja.

8.4 Uusia ja vanhoja tuulia täydennyskoulutukseen

Liikunnanopettajat toivoivat eniten koulutusta liikuntateknologian käyttöön (70 %). Tämä tarve on todettu myös aiemmissa tutkimuksissa (Lee ym. 2007; Pesonen 2013; Metzler ym. 2013a; Hirvensalo ym. 2014). Liikunnanopettajat myös kokivat osaamisensa väittämien perusteella heikoimmaksi teknologian hyödyntämisessä liikunnanopetuksessa. Tulos vaikuttaa ymmärrettävältä myös siitä näkökulmasta, että suurimmalla osalla tutkimuksen vastaajista oli työkokemusta 21–30 vuotta, jolloin viime vuosina yleistynyt liikuntateknologia ei ole ollut käytössä vielä heidän koulutuksensa aikana. Myös Centeion ym. (2014) tutkimuksessa havaittiin, että yksi haaste koulun liikunnallistamisessa on juuri teknologian hyödyntäminen, sillä sen tarjoamia mahdollisuuksia ei haluttu tai osattu käyttää ammatillisen kehittymisen verkostojen luomiseen.

Toiseksi eniten täydennyskoulutusta koettiin tarvittavan koulun liikunnallisen toimintakulttuurin käynnistämiseen tai taloudellisen tuen hakemiseen (31 %). Tämä tuli esiin niin peruskoulussa että toisella asteella. Tulos tukee tutkimustietoa, jonka mukaan täydennyskoulutuksen tulisi tarjota opettajille koulun tarpeiden mukaisia liikunnallistamisen edistämisen toteutusstrategioita sekä tukea ja ideoita esteiden voittamiseen (Centeio ym. 2014; Webster ym. 2015). Palomäen (2013) mukaan sitoutumista voi myös helpottaa se, että vaikka koulun liikunnallistamisessa pyritään laaja-alaisuuteen, ei tarkoitus ole, että kaikki toimenpiteet laitetaan käytäntöön kerralla – tähän liikunnanopettajien resurssit tuskin riittäisivätkään. Opettajia neuvotaan etenemään askel kerrallaan. Ensimmäiseksi on hyvä tehdä selvitys siitä, minkälaisia mahdollisuuksia ja toimintoja koulu jo tällä hetkellä tarjoaa oppilaiden fyysisen aktiivisuuden ja terveyden edistämiseksi. Tämän jälkeen valitaan kaksi tai kolme koulun omaan toimintakulttuuriin parhaiten istuvaa aluetta toteutettavaksi tulevan lukuvuoden aikana. Tärkeää on hyödyntää jo olemassa olevia vahvuuksia ja ottaa uusia oppimisalueita mukaan vähitellen, olemassa olevat resurssit huomioiden. Liikunnanopettajien, jotka haluavat lisätä vaikutustaan koulun liikunnallistamisessa, kannattaa lähteä liikkeelle laadukkaasta liikunnanopetuksesta. Kolmanneksi tarvitaan yhteistyökumppaneita, tukea ja lisäresursseja toiminnan jatkamiseksi ja laajentamiseksi. Alkuun pääsemisessä lienee kuitenkin tärkeintä, että opettajalla on halu kehittää opetusta ja usko siihen, että koululla voi olla enemmän annettavaa nuorten hyvinvoinnille. (Palomäki 2013; Metzler ym. 2013a; Centeio ym. 2014; Webster ym. 2015.)

Vaikka osaaminen liikunnanopetuksen ulottuvuudella koettiin parhaimmaksi, kaivattiin kolmanneksi eniten täydennyskoulutusta erilaisten liikuntamuotojen opetukseen (28 %). Myös Hirvensalon ym. (2014) mukaan lajitaidot olivat yleisimpiä täydennyskoulutustoiveita liikunnanopettajilla. Syy tähän voi olla se, että liikuntamuodot muuttuvat ja uudistuvat koko ajan ja opettajat haluavat pysyä motivoituneina ja ”ajan tasalla” työssään (Hirvensalo ym. 2014). Seuraavaksi eniten täydennyskoulutusta toivottiin liikunnan tai terveystiedon integrointiin muihin oppiaineisiin (25 %) sekä koulupäivään kytketyn liikunnan (mm. liikuntakerhot, välituntiliikunta, taukojumppa) järjestämiseen (20 %). Tammelinin ym. (2012) sekä Leen ym. (2007) mukaan erityisesti liikunnan integroinnista muihin oppiaineisiin ja istumisen vähentämisestä kaivataan lisää hyviä ja innovatiivisia ideoita ja käytännön esimerkkejä opettajille.

Erot sukupuolten välisissä koulutustarpeissa vaikuttaisivat siltä, että mies- ja naisliikunnanopettajat painottavat hieman eri ulottuvuuksia koulun liikunnallistamisessa. Miesopettajat painottivat enemmän liikunnanopetuksen ulkopuolisia ulottuvuuksia toivoessaan täydennyskoulutusta naisopettajia enemmän liikunnallisen toimintakulttuurin käynnistämiseen ja taloudellisen tuen hakemiseen. Naisopettajat taas keskittyivät ennemminkin liikunnanopetuksen ja koulun muun liikunnan ulottuvuuksiin toivoessaan koulutusta erilaisten liikuntamuotojen opetukseen ja integrointiin. Jos yhteistyö ja roolijako koulun mies- ja naisliikunnanopettajan välillä saadaan toimivaksi, voi koulun liikunnallistaminen toteutua myös liikunnanopettajien eri vahvuuksia hyödyntämällä.

Liikkuva koulu -ohjelmaan osallistuneet opettajat olivat koettujen koulutustarpeiden perusteella pidemmällä koulun liikunnallisen toimintakulttuurin luomisessa. Ohjelmassa mukana olleet kokivat tarvitsevansa nimenomaan täydennyskoulutusta liittyen liikunnallistamisen jatkamiseen, kuten koulupäivään kytketyn liikunnan järjestämiseen sekä liikuntatapahtumien ja retkien järjestämiseen. Opettajat, jotka eivät olleet mukana ohjelmassa, puolestaan kaipasivat koulutusta enemmän itse liikunnanopetukseen ja liikunnallistamisen käynnistämiseen.

8.5 Tutkimuksen heikkoudet ja vahvuudet

Tutkimuksen vahvuutena voidaan pitää kohtuullisen hyvää otoskokoa (n=189), vaikkakin prosentuaalisesti LIITO:n jäsenistä vastasi vain 14 %. Kysely lähetettiin Liikunnan ja

Terveystiedon Opettajat ry:n valtakunnallisen rekisterin kautta kaikille jäsenille, jolloin kenen tahansa heistä on ollut mahdollista vastata kyselyyn ympäri Suomen. Tulosten yleistettävyyttä kuitenkin heikentävät hieman vastaajamäärien erot sukupuolen, maantieteellisen sijainnin ja kouluasteen suhteen. Tutkimuksen vastaajista 69 % oli naisia ja eniten vastaajia oli Etelä- ja Länsi-Suomen lääneistä (74 %) ja vähiten Lapin läänistä (4 %). Suurin osa vastaajista työskenteli peruskoulussa (67 %), ja opettajista toisella asteella työskenteli 25 %.

Toinen vahvuus tässä tutkimuksessa on se, että asiantuntijat olivat laatineet käytetyt asenne- ja osaamismittarit, joita oli testattu jo aiemmassa tutkimuksessa (Lyyra ym. 2016). Aiempi tutkimus (Lyyra ym. 2016) osoitti, että liikunnanopettajien valmiuksia fyysisen aktiivisuuden edistäjinä voidaan mitata luotettavasti muodostettujen summamuuttujien avulla. Tässä tutkimuksessa ryhmittelimme väittämät kuitenkin hieman eri tavalla tavoitteenamme jättää mahdollisimman vähän väittämiä pois. Lisäksi asenneväittämistä ei oltu aiemmin muodostettu summamuuttujia, joihin olisi voinut suoraan tukeutua. Nyt muodostettujen summamuuttujien sisäistä yhdenmukaisuutta voidaan kuitenkin pitää hyvänä Cronbahin α -arvojen perusteella, sillä yhdenkään väittämän poisjättäminen ei olisi enää nostanut α -kertoimia. Muodostetut summamuuttujat ovat myös sisällöllisesti perusteltuja.

Tutkimuksen heikkoudet liittyvät kyselylomakkeen muutamiin kysymyksiin. Työtehtäviin liittyvät kysymykset olisi pitänyt määritellä yksiselitteisimmin, sillä huomasimme aineistoa analysoidessamme, että niitä oli tulkittu eri tavoin. Jotkut olivat esimerkiksi ymmärtäneet tuntien suunnittelun sisältyvän valmistelutyöhön, kun itse olimme valmistelutyöllä tarkoittaneet etukäteen tapahtuvaa tilojen varaamista ja järjestelyä. Myös työtehtäviin liittyvien avointen kysymysten ryhmittelyssä olisimme voineet nojautua tarkemmin teoriaan. Suomalaiseen kontekstiin sovellettu osaamis- ja asennemittari ei kulkenut aivan käsi kädessä HOPE- tai CSPAP-mallin kanssa, ja tämä vaikeutti analysointivaiheessa väittämien ryhmittelyä summamuuttujiin. Aikaisempi tutkimus (Lyyra ym. 2016) koostui liikunnanopettajaopiskelijoista, ja siinä oli tarkoituksenmukaisesti valikoitu teoriaa tukevat väittämät mukaan. Tässä tutkimuksessa halusimme pitää mahdollisimman paljon väittämiä mukana summamuuttujissa, mutta muutama jouduttiin kuitenkin jättämään kokonaan pois niiden sopimattomuuden tähden. Asennemittarin ulkoinen yhteistyö -summamuuttujaan saimme ryhmiteltyä vain kolme väittämiä.

8.6 Jatkotutkimusehdotukset

Kuten useissa muissakin tutkimuksissa (Webster ym. 2015; Centeio ym. 2014) on tuotu esille, tarvitaan lisää tutkimustietoa siitä, vaikuttaako liikunnanopettajien täydennyskoulutus tehokkaasti ja pitkäaikaisesti koulun fyysisen aktiivisuuden edistämiseksi. Liikkuva koulu - ohjelman laajennuttua hallituksen kärkihankkeena valtakunnalliseksi kaikkiin peruskouluihin, olisi mielenkiintoista esimerkiksi tutkia, onko tällaisella pidempiaikaisella ohjelmalla vaikutusta liikunnanopettajien sitoutumiseen ja siten pysyviin muutoksiin koulun fyysisestä aktiivisuudesta edistävissä käytänteissä.

Koulun liikunnallistamiseen liittyvän vastustuksen vähentämiseksi ja sitoutumisen lisäämiseksi, olisi Websterin ym. (2015) mukaan myös selvitettävä opettajien yleisimmät ennakkoluulot sekä motiivit koulun liikunnallistamista kohtaan. Näin voidaan poistaa mahdollisia esteitä ja lisätä koulun liikunnallistamisen houkuttelevuutta. Esimerkiksi muutoinkin laajan työnkuvan tähden liikunnanopettajat voivat olla haluttomia ottamaan lisää vastuuta. Tutkimalla, miten liikunnanopettajan aika riittää kaikkien työtehtävien rinnalla liikunnallistamiseen, voidaan pohtia esimerkiksi palkankorotuksen tai vähennettyjen opetustuntien mahdollisuutta. Toisaalta taas liikunnallistamisen mukanaan tuoma työtehtävien monipuolistuminen voisi lisätä joidenkin liikunnanopettajien työmotivaatiota. Näin ollen olisi tärkeää selvittää tarkoituksenmukaisimmat käytänteet, joiden avulla liikunnanopettajia ja muuta koulun henkilökuntaa voidaan auttaa omaksumaan liikunnallistamista tukevia rooleja.

Tämän tutkimuksen mukaan yhteistyön ulottuvuudet, erityisesti ulkoinen yhteistyö, koetaan haasteelliseksi. Erwin ym. (2013) ehdottavatkin, että koulu yhteistyön sekä perheen ja lähiyhteistyön osallistaminen koulun liikunnallistamiseen kaipaa lisää tutkimusta. Jotta yhteistyötä voidaan kehittää, olisi selvitettävä, missä määrin koko koulu osallistuu liikunnallisen toimintakulttuurin luomiseen ja kuinka eri roolit koulu yhteistyössä jaetaan. Mielenkiintoista onkin seurata, minkälaiseksi liikunnanopettajien roolit koulun liikunnallistamisessa tulevaisuudessa muodostuvat: tuleeko liikunnanopettajasta povattu käynnistäjä, ottaako joku muu yhteisöstä kyseisen roolin vai saadaanko yhteistyötä eri tahojen kanssa kehitettyä niin, ettei varsinaista käynnistäjää tarvita.

Liikunnanopettajien suhtautuminen ja valmiudet koulujen liikunnallisen toimintakulttuurin luomiseen ovat Suomessa kohtuullisen hyvällä tasolla. Tästä huolimatta jo liikunnanopettajien

peruskoulutuksen tulisi sisältää nykyistä enemmän opintoja, joissa opiskelijat saisivat käytännön kokemusta koulun toimintakulttuurin liikunnallisestamisesta. Eräs mahdollisuus harjoitella koulun sisäistä yhteistyötä voisi olla opettajan pedagogisten opintojen harjoittelu, jossa eri aineiden opettajaopiskelijoista koostuvissa sekaryhmissä voitaisiin toteuttaa koulun liikunnallistamista edistävä projekti. Tällöin myös muiden aineiden opettajat saisivat tietoa ja kokemuksia liikunnan mahdollisuuksista oppilaiden hyvinvoinnin ja oppimisen tukena. Kyseisen projektin jälkeen olisi mielenkiintoista selvittää opiskelijoiden ajatuksia esimerkiksi siitä, miten he näkevät yhteistyön mahdollisuudet koulun sisällä, ja voiko tämänkaltainen projekti antaa tuleville opettajille valmiuksia fyysisen aktiivisuuden edistämiseen koulussa.

LÄHTEET

- Aho, I. 2010. Mikä tekee opettajasta selviytyjän? Tampereen yliopisto. Väitöskirja.
- Ajzen, I. 1985. From intentions to actions: a theory of planned behavior. Teoksessa J. Kuhl & J. Beckman (toim.) Action-control: from cognition to behavior. New York: Springer, 11–39.
- Asanti, R. 2013. Liikuntapedagogiikka osana koulun toimintakulttuuria. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) Liikuntapedagogiikka. Juva: PS-kustannus, 620–636.
- Asikainen, S. 2013. Liikunnallinen koulu ei sammaloidu. Opettajat alakoulun liikunnallisuuden rakentajina. Itä-Suomen yliopisto. Kasvatustieteen laitos. Pro gradu - tutkielma.
- Autio, K. & Jussila, A-M. 2015. Liikunnan ja terveystiedon opettajat portin avaajina koulun liikunnallistamisessa. LIITO 1 (15), 16-17.
- Bandura, A. 1986. Social foundations of thought and action: A social cognitive theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Castelli, D. & Willams, L. 2007. Health-related fitness and physical education teachers' content knowledge. *Journal of Teaching in Physical Education* 26 (1), 3-19.
- Centeio, E., Erwin, H., Castelli, D. 2014. Comprehensive school pphysical activity programs: Characteristics of trained teachers. *Journal of teaching in physical education* 33, 492–510.
- Center for Disease Control and Prevention 2013. Comprehensive school physical activity programs: A guide for schools. Atlanta, GA: U.S. Department of Health and Human Services. classroom teachers' physical activity promotion competence and attitudes. *Journal of teaching in PE* 30, 320–339.
- Darst, P. 2013. Fitness routines for directing students toward a physically active lifestyle. *Journal of physical education, recreation & dance* 72 (8), 27–29.

- De Neve, D., Devos, G. & Taytens, M. 2015. The importance of job resources and self-efficacy for beginning teachers' professional learning in differentiated instruction. *Teaching and Teacher Education* 47, 30-41.
- EOPS, 2010. Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet. Määräykset ja ohjeet 2010;27. Helsinki: Opetushallitus.
- Erwin, H., Beighle, A., Carson, R-L. & Castelli, D-M. 2013. Comprehensive school-based activity promotion: a review. *Quest* 65, 412–488.
- Fogelholm, M., Paronen, O. & Miettinen, M. 2007. Liikunta – hyvinvointipoliittinen mahdollisuus. Suomalaisen terveystieteiden tutkimuskeskuksen tutkimusraportti 2006. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen selvityksiä 2007:1. Helsinki.
- Gower, C. & Capel, S. 2004. Newly qualified physical education teachers' experiences of developing subject knowledge prior to, during and after a postgraduate certificate in education course. *Physical education and sport pedagogy* 9 (2), 165–183.
- Harris, J. 2014 Physical education teacher education students' knowledge, perceptions and experiences of promoting healthy, active lifestyles in secondary schools, *Physical Education and Sport Pedagogy* 19 (5), 466-480.
- Hiltunen, J. & Tursas, J. 2013. Liikunnallinen toimintakulttuuri kouluihin. Luokanopettajat osana koulun toimintakulttuurin liikunnallistamista. Turun yliopisto. Turun opettajankoulutuslaitos. Pro gradu -tutkielma.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2006. Tutki ja kirjoita. Jyväskylä: Gummerus.
- Hirvensalo, M., Kettunen, K. & Matilainen, P. 2014. Jäsenistön toiveet Liiton koulutuksen sisällöiksi. *LIITO* 4, 48–50.
- Holt, E., Bartee, T. & Heelan, K. 2013. Evaluation of a policy to integrate physical activity into the school day. *Journal of physical activity and health* 10, 480–487.
- Huhtiniemi, M. 2011. Vaikuttavia valmiuksia liikunnalta. Vuosina 2001–2005 valmistuneiden liikunnanopettajien työnkuva, koulutuksesta saadut valmiudet sekä koulutustyytyväisyys. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteiden laitos. Pro gradu -tutkielma.

- Husu, P., Paronen, O., Suni, J., Vasankari, T. 2010. Suomalaisten fyysinen aktiivisuus ja kunto 2010, Terveyttä edistävän liikunnan nykytila ja muutokset. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2011:15.
- Huttunen J. 1997. Miehen mallit ja opettaja. Mihin miehiä koulussa tarvitaan? Teoksessa: Heinonen, O-P., Huttunen, J., Kari, J., Mikkola A. & Silvennoinen, M. Miehiä kouluun? Juva: WSOY. 67-112.
- Jaakkola, T., Liukkonen, J., Sääkslahti, A. 2013. Johdatus liikuntapedagogiikkaan. Teoksessa T. Jaakkola, T. J. Liukkonen, & A. Sääkslahti, (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus.17–27.
- Johansson, N. 2006. Liikunnanopettajan uudistunut työnkuva perusopetuksessa, lukiossa ja ammatillisessa koulutuksessa. Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen laitos. Pro gradu -tutkielma.
- Johansson, N., Heikinaro-Johansson, P., Hirvensalo, M., Palomäki, S. & Huovinen, T. 2009. Liikunnanopettajaopiskelijan ammatilliset valmiudet työelämän kynnyksellä ja käsityksiä tulevasta työtodellisuudesta. LIITO 1, 42–45.
- Julkunen, H. 2000. Opettajien näkemyksiä liikunnanopettajan työnkuvasta ja yhteisopetuksesta. Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen laitos. Pro gradu – tutkielma.
- Kangasoja, M. 2013. Oikeudellinen vastuu liikunnanopetuksessa. Teoksessa T. Jaakkola, T. J. Liukkonen, & A. Sääkslahti, (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus. 586–601.
- Karjalainen, A. 2013. Rehtoreiden näkemykset ja koetut vaikutusmahdollisuudet kouluympäristön toimintakulttuurin liikunnallistamisessa. Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen laitos. Pro gradu -tutkielma.
- Karjalainen, I. 2002. Koululiikunnan tavoitteet ja sisällöt perusopetuksen vuosiluokilla 7-9 ja lukiossa uuden vuosituhanen alussa. Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen laitos. Pro gradu -tutkielma.

- Kauppila, T. 2015. Fyysistä aktiivisuutta lisäävän teemaviikon järjestäminen kouluissa. Opettajien kokemuksia Jyväskylän Täydellinen kouluviikko –hankkeesta keväällä 2014. Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen laitos. Pro gradu –tutkielma.
- Kettunen, K. 2015. Liikunnan- ja terveystiedonopettajien täydennyskoulutustoiveita. Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen laitos. Pro gradu –tutkielma.
- Kohonen, V. & Kaikkonen, P. 1998. Uudistuva opettajuus muutosten ja vaatimusten ristipaineessa. Teoksessa H. Niemi (toim.) Opettaja modernin murroksessa. Opetus 2000. Juva: WSOY, 130–143.
- Koulut liikkeelle. 2016. Viitattu 27.3.2016. <http://www.koulutliikkeelle.fi/>
- Kuninkaanniemi, H. & Ronkainen, J. 2013. Liikkuvan nuoren valinta. Teoksessa P. Harinen & A. Rannikko (toim.) Tässä seison enkä muuta voi? Nuorisotutkijoiden ajatuksia nuorten liikunnasta ja sen kipupisteistä. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Verkkojulkaisuja 65, 43–46.
- KvantiMOTV. 2008. Mittaaminen: mittarin luotettavuus. Viitattu 27.3.2016. <http://www.fsd.uta.fi/metelmaopetus/mittaaminen/luotettavuus.html#reliabiliteetti>
- KvantiMOTV. 2009. Summamuuttuja. Viitattu 23.4.2016. <http://www.fsd.uta.fi/metelmaopetus/summamuuttujat/summamuuttuja.html>
- Kämppi, K., Asanti, R., Hirvensalo, M., Laine, K., Pönkkö, A., Romar, J-E. & Tammelin, T. 2013. Viihtyvyyttä ja työrauhaa. Koulun henkilökunnan kokemukset ja näkemykset liikunnallisen toimintakulttuurin edistämisestä koulussa. Liikunnan ja kansanterveyden edistämissäätiö LIKES. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 269.
- Laakso, L. 2007. Johdatus liikuntapedagogiikkaan ja liikuntakasvatukseen. Teoksessa P. Heikinaro-Johansson & T. Huovinen (toim.) Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Helsinki: WSOY, 16–24.
- Laine, E. 2003. Liikunnanopettajien työtyytyväisyys. Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen laitos. Pro gradu -tutkielma.
- Lasten ja nuorten liikunnan asiantuntijaryhmä 2008. Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 7 – 18-vuotiaille. Opetusministeriö ja Nuori Suomi ry.

- Lee, S., Burgeson, C., Fulton, J. & Spain, C. 2007. Physical education and physical activity: results from the school health policies and programs study 2006. *Journal of school health*, 77 (8), 435–463.
- Liikkumisesta Kansalaistaito. 2016. Viitattu 27.3.2016. <http://www.liikaha.fi>
- Liikkuvat koulu. 2016. Viitattu 7.2.2016. <http://www.liikkuvakoulu.fi/liikkuva-koulu>
- Liikkuvat koulut. 2016. Viitattu 24.4.2016. <http://www.liikkuvakoulu.fi/kouluhakemisto>
- Liikuntatieteiden laitoksen laatukäsikirja 2008. Viitattu 27.3.2016. https://www.jyu.fi/sport/laitokset/liikunta/laatukasikirjan_rakenne/koulutus.
- Liukkonen, J. 2011. Kvantitatiivisten tutkimusmenetelmien syventäminen. Viitattu 23.4.2016. <http://users.jyu.fi/~jaliukko/>
- LOPS 2003. Lukion opetussuunnitelman perusteet. Opetushallitus.
- Luopa, P., Kivimäki, H., Matikka, A., Vilkki, S., Jokela, J., Laukkarinen, E. & Paananen, R. 2014. Nuorten hyvinvointi Suomessa 2000–2013: Kouluterveyskyselyn tulokset. Raportti 25/2014. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 27.4.2016. <http://www.julkari.fi/handle/10024/116692>.
- Luukkainen, O. 2004. Opettajuus – ajassa elämistä vai suunnan näyttämistä? Tampereen yliopisto. Kasvatustieteen laitos.
- Luukkainen, O. 2005. Opettajan matkakirja tulevaan. Juva: PS-kustannus.
- Lyyra, N., Palomäki, S. & Heikinaro-Johansson, P. 2016. Liikunnanopettajaopiskelijoiden valmiudet koulun liikunnallistamisessa. *Liikunta & Tiede* 53 (1), 47-53.
- Marcon, D., Graca, A. & Nascimento, J. 2012. Analysis of the pedagogical knowledge of prospective physical education teachers. *Kinesiology* 44 (2), 113–122.
- Martin, J. & Kulinna, P. 2000. Investigation of the determinants of urban and suburban teachers' behaviors related to physical activity and fitness across student populations. Teoksessa J. Martin, P. Kulinna, R. Eklund & B. Reed (toim.) *Determinants of teachers' intentions to teach physically active PE classes*. *Journal of teaching in PE* 20, 129–143.

- Martin, J., & Kulinna, P. 2003. The development of a PE teachers' physical activity self-efficacy instrument. *Journal of teaching in PE* 22, 219–232.
- Martin, J., Kulinna, P., Eklund, R. & Reed, B. 2001. Determinants of teachers' intentions to teach physically active PE classes. *Journal of teaching in PE* 20, 129–143.
- Martin, J., McCaughtry, N., Kulinna, P. & Cothran, D. 2008. The influence of professional development on teachers' self-efficacy toward educational change. *Physical education & sport pedagogy* 13, 171–191.
- McKenzie, T. & Lounsbery, M. 2013. Physical education teacher effectiveness in a public health context. *Research quarterly for exercise and sport* 84, 419–430.
- Metsämuuronen, J. 2006. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. Jyväskylä: Gummerus.
- Metzler, M., McKenzie, T., van der Mars, H., Barrett-Williams, S. & Ellis, R. 2013a. Health Optimizing Physical Education (HOPE): a new curriculum for school programs, part 2 – Teacher knowledge and collaboration. *Joperd* 84 (5), 25–4.
- Metzler, M., McKenzie, T., van der Mars, H., Barrett-Williams, S. & Ellis, R. 2013b. Health optimizing physical education (HOPE): A new curriculum for school programs, part 1 – Establishing the need and describing the model. *The Journal of Physical Education Recreation & Dance* 84 (4), 41–47.
- Mouton, A., Hansenne, M., Delcour, R. & Cloes, M. 2013. Emotional intelligence and self-efficacy among physical education teachers. *Journal of teaching in PE* 32, 342–354.
- Mäkelä, K. 2013 Liikunnanopettaja on haluttu ammatti – mutta uusi ura on monen valinta Suomessakin. *Liikunta & Tiede* 50 (4), 35–38.
- Mäkelä, K., Hirvensalo, M., Palomäki, S. Herva, H., Laakso, L. 2012. Liikunnanopettajiksi vuosina 1984–2004 valmistuneiden työtyytyväisyys. *Liikunta & Tiede* 49, 1, 67–74.
- Mäkelä, K., Huhtiniemi, M. & Hirvensalo, M. 2013. Liikunnanopettajan työ ja työtyytyväisyys. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) *Liikuntapedagogiikka*. Juva: PS-kustannus, 566–585.

- National Association for Sport and physical education (NASPE) 2004. Moving into the future: National standards for physical education. 2. painos. Viitattu 27.3.2016. <http://home.comcast.net/~physedteacher/NatAcadStanPE.pdf>
- Nummela, J. 2004. Liikunnanopettajan toimenkuva: Liikunnanopettajan koulutuksen antamat valmiudet eri työtehtäviin. Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen laitos. Pro gradu -tutkielma.
- Nummenmaa, T., Konttinen, R., Kuusinen, J. & Leskinen, E. 1997. Tutkimusaineiston analyysi. Porvoo: WSOY.
- Numminen, P. & Laakso, L. 2010. Liikunnanopetusprosessin ABC. 10. painos. Jyväskylä: Kopijyvä.
- Nunnally, J-C. 1978. Psychometric theory. New York: McGraw-Hill.
- Nupponen, H. & Penttinen, S. 2014. Opettajankouluttajat kannustavat liikuntaa opettavia oman työnsä arvostamiseen. Liikunta & Tiede 51 (6), 15–20.
- Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2012. Osallistuvampi, liikkuvampi, luovempi ja kielellisesti rikkaampi koulu. Viitattu 21.3.2016. <http://www.minedu.fi/OPM/Tiedotteet/2012/06/tuntijako.html>
- Opetushallitus. 2007. Koululiikunnan kehittäminen. Moniste 18/2007. Viitattu 27.3.2016. http://www.oph.fi/download/46816_koululiikunnan_kehittaminen.pdf
- Opetusministeriö 2008. Liikkuva ja hyvinvoiva Suomi 2010-luvulla - Ehdotus kansalliseksi liikuntaohjelmaksi julkisen ohjauksen näkökulmasta. Opetusministeriön työryhmämuistioita ja selvityksiä 2008:14.
- Opetusministeriö. 2009. Valtioneuvoston periaatepäätös liikunnan edistämisen linjoista. Opetusministeriön julkaisuja 2009:17. Viitattu 27.3.2016. <http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2009/liitteet/opm17.pdf?lang=fi>.
- Opetusministeriö. 2009. Valtioneuvoston periaatepäätös liikunnan edistämisen linjoista. Opetusministeriön julkaisuja 2009:17. Viitattu 27.3.2016. <http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2009/liitteet/opm17.pdf?lang=fi>.

- Palmer, S. & Bycura, D. 2014. Increasing outside of school physical activity through physical education. *Joperd* 85 (1), 28–35.
- Palomäki, S. & Heikinaro-Johansson, P. 2011. Liikunnan oppimistulosten seuranta-arviointi perusopetuksessa 2010. *Koulutuksen seurantaraportit 2011:4*. Opetushallitus.
- Palomäki, S. 2013. Voisiko koulu tukea nykyistä paremmin nuorten terveyttä ja hyvinvointia? *LIITO* 3, 8–11.
- Pan, Y. 2013. Relationships among teachers' self-efficacy and students' motivation, atmosphere, and satisfaction in physical education. *Journal of teaching in PE* 33, 68–92.
- Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004. Helsinki: Opetushallitus.
- Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Helsinki: Opetushallitus.
- Pesola, A. 2014. Liikkuvampia koulupäiviä ja helpotusta opettajille. Viitattu 27.3.2016. <http://www.hlu.fi/?x253966=364375>
- Pesonen, J. 2013 Liikunnanopettaja elinikäisenä oppijana. Teoksessa Jaakkola, T. Liukkonen, J. & Sääkslahti, A. (toim.) *Liikuntapedagogiikka*. Jyväskylä: PS-kustannus. 637–648.
- POPS muutokset ja täydennykset. 2010. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden muutokset ja täydennykset. Helsinki: Opetushallitus.
- Poutala, M. 2010. Opettajan valta ja vastuu. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Pulkinen, S. 2013. Liikunnanopettaja osana työyhteisöä. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) *Liikuntapedagogiikka*. Juva: PS-kustannus, 602–619.
- Raasumaa, V. 2010. Perusopetuksen rehtori opettajien osaamisen johtajana. Jyväskylän yliopisto. *Studies in education, psychology and social research* 383.
- Rokka, P. 2011. Peruskoulun ja perusopetuksen vuosien 1985, 1994 ja 2004 opetussuunnitelmien perusteet poliittisen opetussuunnitelman teksteinä. Tampereen yliopisto. Akateeminen väitöskirja: 1615.

- Sallis, J.F., Cervero, R., Ascher, W., Henderson, K., Kraft, M.K. & Kerr, J. 2006. An Ecological approach to creating active living communities. *Annual Review of Public Health* 27 (1), 297-322.
- Salminen, P. 2013. Liikunnanopettajien työssä viihtyminen – Laadullinen tapaustutkimus kuuden liikunnanopettajan kokemuksista. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteiden laitos. Pro gradu -tutkielma.
- Salonen, J. & Syvänen, A. 2009. ”Kyllä opettajan työ olisi mahdotonta jaksaa ilman työkavereiden tukea!” – tutkimus liikunnanopettajien työssä jaksamisesta. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteiden laitos. Pro gradu -tutkielma.
- Santiago, J., Disch, J. & Morales, J. 2012. Elementary physical education teachers’ content knowledge of physical activity and health-related fitness. *The physical educator* 69, 395–412.
- Shulman, L. 1987. Knowledge and teaching: foundations of the new reform. *Harvard educational review* 57, 1–22.
- Siedentop, D. 2002. Content knowledge for PE. *Journal of teaching in PE* 21, 368–377.
- Similä, V. & Simola, V. 2013. Vuosina 2009–2012 valmistuneiden liikunnanopettajien työtyytyväisyys ja suuntautuminen työmarkkinoille. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteiden laitos. Pro gradu –tutkielma.
- Sloan, S. 2007. An investigation into the perceived level of personal subject knowledge and competence of a group of pre-service physical education teachers towards the teaching of secondary school gymnastics. *European PE review* 13 (1), 57–80.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2008. Valtioneuvoston periaatepäätös terveyttä edistävän liikunnan ja ravinnon kehittämissuunnitelmista. Sosiaali- ja terveysministeriön esitteitä 2008:10. Viitattu 27.3.2016. http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=DLFE-3875.pdf&title=Valtioneuvoston_periaatepaatos_terveytta_edistavan_liikunnan_ja_ravinnon_kehittamislinjoista_fi.pdf.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2010. Suositukset liikunnan edistämiseksi kunnissa. Sosiaali- ja terveysministeriön esitteitä 2010:3. Viitattu 27.3.2016.

http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=1087418&name=DLFE-11817.pdf.

Stiles, V. & Katene, W. 2013. Improving physical education student teachers' knowledge and understanding of applied biomechanical principles through peer collaboration. *Physical education and sport pedagogy* 18 (3), 235–255.

STM. 2013. Muutosta liikkeellä! Valtakunnalliset yhteiset linjaukset terveyttä ja hyvinvointia edistävään liikuntaan 2020. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2013:10. Viitattu 30.4.2016. http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110504/URN_ISBN_978-952-00-3412-2_korj.pdf?sequence=3

Syväoja, H., Kantomaa, M., Laine, K., Jaakkola, T., Pyhältö, K. & Tammelin T. 2012. Liikunta ja oppiminen. Tilannekatsaus – lokakuu 2012. Muistiot 2012:5. Opetushallitus.

Tammelin, T., Laine, K. & Turpeinen, S. (toim.) 2012. Liikkuva koulu –ohjelman pilottivaiheen 2010–2012 loppuraportti. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 261. Jyväskylä: LIKES.

Tammelin, T., Laine, K. & Turpeinen, S. 2013. Oppilaiden fyysinen aktiivisuus. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 272. Liikunnan ja kansanterveyden edistämissäätiö LIKES. Jyväskylä.

Tauriainen, J. 2004. Selvitys Jyväskylän yliopistosta ajalla 1.8.2002–31.7.2003 valmistuneiden maistereiden sijoittumisesta työelämään. Liikunta- ja terveystieteiden tiedekunta. Tutkimus- ja rekrytointipalvelu. Jyväskylän yliopisto.

Tinning, R. 2002. Engaging Siedentopian perspectives on content knowledge for physical education. *Journal of teaching in PE* 21, 378–391.

Trinkuniene, L., Kardeliene, L. 2013. Occupational difficulties at work of physical education teachers. *Ugdymas Kuno Kultura Sportas* 1 (88), 88-96.

Tsangaridou, N. 2002. Enacted pedagogical content knowledge in PE: a case study of a prospective classroom teacher. *European PE review* 8, 21–36.

Tuomela, J. 2006. Jyväskylän yliopistosta vuonna 2005 valmistuneiden maistereiden sijoittumisseuranta. Tutkimus- ja rekrytointipalvelut. Jyväskylän yliopisto.

- UNESCO. 2015. Quality physical education (QPE) Guidelines for policy-makers. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.
- Valli, R. 2001. Johdatus tilastolliseen tutkimukseen. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Valtioneuvosto. 2015. Osaamisen ja koulutuksen kärkihankkeilla uudistetaan suomalaista koulutusta. Viitattu 8.2.2016. http://valtioneuvosto.fi/artikkeli/-/asset_publisher/osaamisen-ja-koulutuksen-karkihankkeilla-uudistetaan-suomalaista-koulutusta
- Webster, C. 2011. Relationships between personal biography and changes in preservice classroom teachers' physical activity promotion competence and attitudes. *Journal of teaching in PE* 30, 320–339.
- Webster, C., Beets, M., Weaver, R., Vazou, S. & Russ, L. 2015. Rethinking recommendations for implementing comprehensive school physical activity programs: a partnership model. *Quest* 67, 185–202.
- Webster, C., Monsa, E., Erwin, H. 2010. The role of biographical characteristics in preservice classroom teachers' school physical activity promotion attitudes. *Journal of teaching in physical education* 29, 358–377.
- Virta, J. & Lounasalo, I. 2013. Liikuntapedagogiikka yläkoulussa. Teoksessa Jaakkola, T. Liukkonen, J. & Sääkslahti, A. (toim.) *Liikuntapedagogiikka*. Jyväskylä: PS-kustannus. 495–520.
- Wolny, B. 2010. A physical education teacher as a part of school health education. *The John Paul II Catholic University of Lublin. Human Movement* 11 (1), 81–88.
- Vuolle, P. 2013. Liikunnan ja terveyden uralla – vuosina 1984–2008 valmistuneiden liikunta- ja terveystieteiden maistereiden sekä työelämässä toimivien liikunnanohjaajien (AMK) urakehitys. *Liikuntatieteellisen Seuran tutkimuksia ja selvityksiä nro 7*. Helsinki: T-Print Oy.
- Vuosikertomus 2015. Liikunnan ja terveystiedon opettajat ry. Viitattu 30.4.2016. http://liito-fibin.directo.fi/@Bin/69c0c35b8e3ce69dd13fbd0945cbe774/1462014821/application/pdf/347689/Vuosikertomus_15.pdf

- Väisänen, M. 2015. Liikunnanopettajaopiskelijoiden tietämys liikunnanopettajan roolista koulun liikunnallistajana. Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen laitos. Pro gradu – tutkielma.
- Yle. 2015. Opetushallituksen pääjohtaja korjaisi opettajien palkkausjärjestelmää – myös oppilaiden liika istuminen huolestuttaa. Viitattu 25.3.2016. http://yle.fi/urheilu/opetushallituksen_pajohtaja_korjaisi_opettajien_palkkausjarjestelmaa_myos_oppilaiden_liika_istuminen_huolestuttaa/8285421?ref=leiki-urheilu.
- Zach, S., Harari, I. & Harari, N. 2012. Changes in teaching efficacy of pre-service teachers in physical education. *Physical education and sport pedagogy* 17 (5), 447–462

LIITTEET

Liite 1. Kyselylomake

Fyysisen aktiivisuuden ja terveyden edistäminen koulussa: asenne- ja osaamiskysely liikunnanopettajille

Taustakysymykset

1. Sukupuoli: mies nainen
2. Ikä: _____
3. Suorittamasi tutkinto: liikuntatieteiden maisteri
 liikuntatieteiden kandidaatti
 terveystieteiden maisteri
 liikunnanohjaaja/liikuntaneuvoja
 luokanopettaja, erikoistunut liikuntaan
 luokanopettaja, ei erikoistunut liikuntaan
 muu, mikä? _____
4. Suorittamasi sivuaineet: _____
5. Valmistumisvuosi: _____
6. Työkokemus liikunnanopettajana:
 0–5 vuotta
 6–10 vuotta
 11–15 vuotta
 16–20 vuotta
 21–30 vuotta
 yli 30 vuotta
7. Nykyinen työsi:
 liikunnanopettaja- ja/tai terveystiedonopettaja
 luokanopettaja
 muu, mikä? _____ (jos vastasit tähän, siirry kysymykseen 12)
 en ole tällä hetkellä työssä (jos vastasit tähän, siirry kysymykseen 12)
8. Koulun sijainti entisen läänijaon mukaan (Etelä-Suomen lääni, Länsi-Suomen lääni, Itä-Suomen lääni, Oulun lääni, Lapin lääni, Ahvenanmaan lääni): _____

9. Kouluaste:

- Ala-aste 1-6 lk
- Yläaste 7-9 lk
- Lukio
- Ammatillinen oppilaitos
- Muu, mikä? _____

10. Työmääräsi viikossa:

opetetut vuosiviikkotunnit ____ h / vko
muu kouluun liittyvä työ keskimäärin (h/vko):

Työtehtävä	h/vko
arviointityö	
suunnittelutyö	
luokanvalvojan/ryhmänohjaajan tehtävät	
keskustelut oppilaiden kanssa	
tilojen varaus	
oppituntien valmistelu ja -jälkityö	
siirtyminen suorituspaikalta toiselle	
tukiopetus	
kerhotoiminta	
muu tehtävä, mikä?	
muu tehtävä, mikä?	
muu tehtävä, mikä?	

11. Onko koulunne tällä hetkellä mukana Liikkuva koulu -ohjelmassa tai muissa vastaavissa koulun liikunnallistamiseen tähtäävissä hankkeissa?

- Kyllä
- Ei

12. Oletko osallistunut täydennyskoulutukseen koulun liikunnallistamiseen liittyen? (esim. Liikkuva koulu -seminaarit tai Liikkumisesta kansalaistaito -hanke)?

- Kyllä
- En

13. Mihin osa-alueisiin koet tarvitsevasi täydennyskoulutusta koulun liikunnallistamiseen liittyen? Valitse kolme tärkeintä.

- En koe tarvitsevani täydennyskoulutusta
- Koulupäivään kytketyn liikunnan (mm. liikuntakerhot, välituntiliikunta, taukojumppa) järjestämiseen.
- Koulun liikuntatapahtumien ja retkien järjestämiseen.
- Erilaisten liikuntamuotojen opetukseen.
- Liikunnan/terveystiedon integrointiin muihin oppiaineisiin.
- Liikuntateknologian käyttöön.
- Lähiyhteisön ja ympäristön liikuntamahdollisuuksien hyödyntämiseen.
- Toimintakykytesteihin ja niiden hyödyntämiseen oppilaiden fyysisen aktiivisuuden lisäämiseksi.
- Oppilaiden henkilökohtaiseen liikuntaneuvontaan
- Kodin ja koulun yhteistyön kehittämiseen liikunnan lisäämiseksi.
- Koulun liikunnallisen toimintakulttuurin käynnistämiseen/taloudellisen tuen hakemiseen.
- Liikunnan markkinointiin oppilaille, heidän perheilleen ja kouluyhteisölle.
- muuhun, mihin? _____

Mitä mieltä olet seuraavista väittämistä? 1= täysin eri mieltä 2= jonkin verran eri mieltä 3= en osaa sanoa 4= jonkin verran samaa mieltä 5= täysin samaa mieltä	Ympyröi mielipidettäsi vastaava numero
1. Koulun tulisi tarjota lapsille ja nuorille nykyistä enemmän mahdollisuuksia fyysiseen aktiivisuuteen.	1 2 3 4 5
2. Kaikkien opettajien tehtävä on osaltaan huolehtia lasten ja nuorten riittävästä fyysisestä aktiivisuudesta.	1 2 3 4 5
3. Liikunnanopettajan tulee olla aloitteellinen kouluyhteisön fyysisen aktiivisuuden lisäämisessä.	1 2 3 4 5
4. Liikunnanopettajan mahdollisuudet vaikuttaa fyysisen aktiivisuuden lisäämiseen koulussa ovat heikot.	1 2 3 4 5
5. Liikunnanopettajana haluan tarjota oppilaille monipuolisesti erilaisia valinnaisliikunnan kursseja.	1 2 3 4 5
6. On tärkeää, että oppilaat viettävät välitunnit ulkona.	1 2 3 4 5
7. Oppilaille tulee järjestää välituntisin mahdollisuus mielekkääseen liikunnalliseen toimintaan.	1 2 3 4 5
8. Liikunnanopettajana voin vaikuttaa merkittäväällä tavalla siihen, miten oppilaat omaksuvat fyysisesti aktiivisen elämäntavan.	1 2 3 4 5
9. On tärkeää, että koulu tarjoaa oppilaille liikuntakerhoja.	1 2 3 4 5
10. Erilaiset liikuntatapahtumat, teemapäivät ja retket ovat mielestäni tärkeä osa koulun toimintaa.	1 2 3 4 5
11. Oppilaiden fyysisen aktiivisuuden edistämiseksi on tärkeää tehdä	1 2 3 4 5

yhteistyötä vanhempien kanssa.	
12. Liikunnanopettajan tulee itse olla esimerkkinä ja ylläpitää fyysisesti aktiivista elämäntapaa.	1 2 3 4 5
13. Liikunnanopettajan ei tarvitse olla kiinnostunut siitä, miten oppilaat käyttävät vapaa-aikansa.	1 2 3 4 5
14. Liikunnanopettajana en voi mitään sille, että kaikki oppilaat eivät halua liikkua.	1 2 3 4 5
15. Liikunnanopettajien tulisi keskittyä enemmän passiivisten oppilaiden aktivoimiseen, kuin jo liikunnasta innostuneisiin oppilaisiin.	1 2 3 4 5
16. Liikuntatuntien ajasta tulisi vähintään puolet (50 %) olla oppilaalle fyysisesti aktiivista aikaa.	1 2 3 4 5
17. Pidän tärkeänä tavoitteena sitä, että oppilaat hengästyisivät ainakin jonkin verran ja heille tulisi hiki liikuntatunneilla.	1 2 3 4 5
18. Liikunnan ilo on tunneillani tärkeämpi tavoite, kuin fyysinen aktiivisuus.	1 2 3 4 5
19. Liikuntatunneilla on luontevaa ja tärkeää opettaa myös terveystiedon sisältöjä.	1 2 3 4 5
20. Liikunnanopettajana haluan olla kehittämässä koulun ympäristöä ja pihaa sellaiseksi, että se aktivoi oppilaita liikkumaan.	1 2 3 4 5
21. Liikunnanopettajana en voi vaikuttaa siihen, miten oppilaat kulkevat koulumatkansa (esimerkiksi vanhempien kyydillä, vai itse kävellen/pyöräillen).	1 2 3 4 5
22. Liikunnanopettajan tulee tuntea paikkakunnan ja seuratoiminnan tarjoamat mahdollisuudet lasten ja nuorten liikuntaan, jotta hän voi ohjata oppilaita fyysisesti aktiiviseen vapaa-aikaan.	1 2 3 4 5
23. Uskon, että fyysistä aktiivisuutta edistävien rakenteellisten muutosten aikaan saaminen koulupäivään on vaikeaa (esimerkiksi yhden pidemmän liikuntavälitunnin aikatauluttaminen päivään).	1 2 3 4 5
24. Liikunnanopettajana minulla on tarpeeksi työtä liikuntatunneissa, enkä usko ehtiväni huolehtimaan koulun ”liikunnallistamisesta” tuntien ulkopuolella.	1 2 3 4 5
25. Kouluterveydenhuollon henkilöt ovat liikunnanopettajalle tärkeitä yhteistyökumppaneita.	1 2 3 4 5
26. Liikunnanopettajana tehtäväni on osallistua omalta osaltani koulun oppilashuollon toteuttamiseen.	1 2 3 4 5
27. Pelkään, että liikunta on koulussa vähempiarvoinen oppiaine kuin muut (lukuaineet).	1 2 3 4 5
28. Uskon, että koulusta löytyy aina muitakin opettajia, jotka pitävät liikuntaa tärkeänä ja joiden kanssa voin tehdä yhteistyötä.	1 2 3 4 5
29. Minusta tuntuu, että koulun fyysisen aktiivisuuden edistämisessä yhteistyö rehtorin ja muiden opettajien kanssa voi olla vaikeaa.	1 2 3 4 5
30. Pidän tärkeänä sitä, että koululiikunnassa on kunto/toimintakykytestejä, joiden kautta oppilaat saavat tietoa kunnostaan.	1 2 3 4 5
31. Uskon, että kuntotestien avulla voidaan motivoida oppilaita liikkumaan.	1 2 3 4 5

Arvioi tämän hetkistä osaamistasi liikunnanopettajana seuraavan asteikon mukaisesti: 1= ei osaamista/pätevyyttä 2= hieman osaamista/pätevyyttä 3= kohtalaisesti osaamista/pätevyyttä 4= paljon osaamista/pätevyyttä 5= erittäin paljon osaamista/pätevyyttä	Ympyröi osaamistasi vastaava numero
1. Osaan suunnitella ja toteuttaa fyysisesti aktiivisen liikuntatunnin, jonka aikana oppilaat liikkuvat reippaasti vähintään 50 % tunnin ajasta.	1 2 3 4 5
2. Osaan integroida terveystiedon sisältöjen opetusta liikuntatunneille.	1 2 3 4 5
3. Osaan suunnitella, organisoida ja ohjata välituntiliikuntaa.	1 2 3 4 5
4. Osaan monia pelejä ja leikkejä, joita voin hyödyntää oppilaiden kanssa välituntiliikunnassa.	1 2 3 4 5
5. Minulla on menetelmiä ja keinoja huolehtia siitä, että jokainen oppilas taito- ja kuntotasostaan riippumatta, voi osallistua tunteihin ja saa riittävästi liikuntaa.	1 2 3 4 5
6. Osaan valita liikuntatuntien sisällöt ja harjoitteet niin, että oppilaat voivat hyödyntää opittuja asioita myös vapaa-ajalla/välitunneilla.	1 2 3 4 5
7. Osaan perustella oppilaille, miksi riittävä fyysinen aktiivisuus on tärkeää.	1 2 3 4 5
8. Osaan käyttää teknologiaa hyödykseni liikunnanopetuksessa pyrkiessäni edistämään oppilaiden fyysistä aktiivisuutta.	1 2 3 4 5
9. Tunnen eri-ikäisten lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden suositukset.	1 2 3 4 5
10. Osaan perustella oppilaille, miksi kuntoa mitataan ja kertoa kunnon eri osa-alueiden merkityksestä oppilaan terveyden ja hyvinvoinnin kannalta.	1 2 3 4 5
11. Osaan luoda kuntotestitulanteeseen psyykkisesti turvallisen ilmapiirin, jossa oppilaat uskaltavat yrittää oman parhaansa, eikä keskinäistä vertailua korosteta.	1 2 3 4 5
12. Osaan antaa oppilaalle kannustavan ja ohjaavan palautteen kuntotestitulosten perusteella.	1 2 3 4 5
13. Osaan neuvoa oppilasta ja hänen vanhempiaan kuntotestitulosten tulkinnassa.	1 2 3 4 5
14. Osaan ohjata taukoliikuntaa luokkatunneilla ja tiedän, miten tunteista saa fyysisesti aktiivisempia.	1 2 3 4 5
15. Osaan suunnitella liikuntaläksyjä ja ohjata oppilaita niiden suorittamisessa.	1 2 3 4 5
16. Osaan suunnitella valinnaisliikunnan kursseja monipuolisesti ja nuorten toiveet huomioiden sekä markkinoida niitä oppilaille.	1 2 3 4 5
17. Osaan antaa henkilökohtaista liikuntaneuvontaa oppilaille ja suunnitella mielekkäitä henkilökohtaisia kuntoiluhjelmia nuorille.	1 2 3 4 5
18. Tunnen koulun oppilashuollon tehtäväkentän ja minulla on käsitys siitä, miten oppilashuolto koulussa toimii.	1 2 3 4 5
19. Osaan hakea taloudellista tukea kouluuyhteisön fyysisen aktiivisuuden edistämiseen.	1 2 3 4 5

20. Osaan suunnitella koulupiikan niin, että se aktivoi oppilaita liikkumaan monipuolisesti.	1 2 3 4 5
21. Osaan ottaa yhteyttä kunnassa tahoihin, jotka voivat tukea ja auttaa koulupäivän liikunnallistamisessa.	1 2 3 4 5
22. Osaan perustella fyysisen aktiivisuuden tärkeyden koulussa rehtorille ja muille opettajille.	1 2 3 4 5
23. Osaan järjestää ja toteuttaa vanhempainillan, jossa keskustellaan oppilaiden liikunta- ja terveystottumuksista.	1 2 3 4 5
24. Osaan suunnitella ja toteuttaa liikuntatapahtumia ja retkiä yhteistyössä muiden opettajien kanssa.	1 2 3 4 5
25. Tiedän keinoja, joilla voin kannustaa oppilaita liikkumaan koulumatkat fyysisesti aktiivisella tavalla.	1 2 3 4 5
26. Tiedän, missä asioissa minun on hyvä toimia yhteistyössä koulun terveydenhuoltohenkilöiden kanssa.	1 2 3 4 5
27. Tiedän keinoja, joiden avulla voin saada oppilaiden vanhempia ja perheitä liikkumaan ja liikuttamaan nuoria.	1 2 3 4 5
28. Tunnen itseni päteväksi kouluttamaan oppilaiden vanhempia liikuntaan ja terveyteen liittyvissä asioissa.	1 2 3 4 5

Liite 2. Saatekirje

HYVÄ LIIKUNNANOPETTAJA!

Keräämme kyselyaineistoa liikunnanopettajien työnkuvasta ja koetusta osaamisesta kouluyhteisön fyysisen aktiivisuuden ja hyvinvoinnin edistämiseksi. Tarkoituksenamme on selvittää, miten liikunnanopettajat näkevät nykyiset työtehtävänsä, ja miten he suhtautuvat liikunnallisen toimintakulttuurin luomiseen koulussa. Kysely lähetetään kaikille Liikunnan ja Terveystiedon Opettajat ry:n jäsenille, ja toivomme että mahdollisimman moni vastaisi, jotta tulosten perusteella saataisiin kattava kuva suomalaisten liikunnanopettajien työstä ja koetusta osaamisesta tällä hetkellä.

Kysely sisältää taustakysymysten lisäksi kaksi osaa: asenne- ja osaamiskyselyn, joihin vastataan Likert-asteikolla 1-5. Vastaamiseen tarvitaan aikaa noin 15 minuuttia. Voit vastata, vaikka et tällä hetkellä työskentelisikään liikunnanopettajana. Linkki, josta pääset vastaamaan: <https://my.surveypal.com/Asenne%20ja%20osaamiskysely%20koulun%20liikunnallisestamisesta%20liikunnanopettajille>

Aineiston pohjalta valmistuu Venla Hakkaraisen ja Hanna Vuolteenahon pro gradu -tutkielma, joka on osa laajempaa Liikuntakasvatuksen laitoksen tutkimus- ja kehittämishanketta "Oppilaiden fyysisen aktiivisuuden edistäminen teoriasta käytäntöön". Hankkeesta vastaavat professori Pilvikki Heikinaro-Johansson ja yliopistonlehtori Sanna Palomäki. Kyselyn tuloksista tullaan raportoimaan LIITO-lehdessä, ja niitä hyödynnetään uudistettaessa ja kehitettäessä liikunnanopettajien perus- ja täydennyskoulutusta.

Osallistuminen kyselyyn on vapaaehtoista ja luottamuksellista. Aineisto säilytetään luottamuksellisesti, eikä opettajien henkilöllisyys paljastu missään tutkimuksen vaiheessa. Tutkijat sitoutuvat siihen, ettei saatuja tietoja käytetä tutkittavien vahingoksi tai etujen loukkaamiseksi. Linkki kyselyyn on auki helmikuun 2015 loppuun saakka.

Ystävällisin terveisin,

Venla Hakkarainen ja Hanna Vuolteenaho
Liikunnanopettajaopiskelijat, Liikuntakasvatuksen laitos, Jyväskylän yliopisto
Sanna Palomäki LitT, yliopistonlehtori Liikuntakasvatuksen laitos, Jyväskylän yliopisto

Lisätietoja

Venla Hakkarainen venla.v.hakkarainen@student.jyu.fi
Hanna Vuolteenaho vuolteenaho.hanna@gmail.com
Sanna Palomäki sanna.h.palomaki@jyu.fi

Liite 3. Asennemittarin ulottuvuudet ja väittämät (Cronbach alpha, väittämän perässä corrected Item-Total Correlation luku, K=käännetty väittämä)

KOETUT ASEENTEET FYYSISEN AKTIIVISUUDEN EDISTÄMISESSÄ

Liikunnanopetus (Cronbach alpha 0,727)

- A5. Liikunnanopettajana haluan tarjota oppilaille monipuolisesti erilaisia valinnaisliikunnan kursseja. 0,436
- A8. Liikunnanopettajana voin vaikuttaa merkittäväällä tavalla siihen, miten oppilaat omaksuvat fyysisesti aktiivisen elämäntavan. 0,209
- A12. Liikunnanopettajan tulee itse olla esimerkkinä ja ylläpitää fyysisesti aktiivista elämäntapaa. 0,499
- A16. Liikuntatuntien ajasta tulisi vähintään puolet (50 %) olla oppilaalle fyysisesti aktiivista aikaa. 0,397
- A17. Pidän tärkeänä tavoitteena sitä, että oppilaat hengästyisivät ainakin jonkin verran ja heille tulisi hiki liikuntatunnilla. 0,510
- A19. Liikuntatunneilla on luontevaa ja tärkeää myös opettaa terveystiedon sisältöjä. 0,358
- A30. Pidän tärkeänä sitä, että koululiikunnassa on kunto/toimintakykytestejä, joiden kautta oppilaat saavat tietoa kunnostaan. 0,490
- A31. Uskon, että kuntotestien avulla voidaan motivoida oppilaita liikkumaan. 0,514

Koulun muu liikunta (Cronbach alpha 0,720)

- A1. Koulun tulisi tarjota lapsille ja nuorille nykyistä enemmän mahdollisuuksia fyysiseen aktiivisuuteen. 0,505
- A2. Kaikkien opettajien tehtävä on osaltaan huolehtia lasten ja nuorten riittävästä fyysisestä aktiivisuudesta. 0,383
- A3. Liikunnanopettajan tulee olla aloitteellinen kouluyhteisön fyysisen aktiivisuuden lisäämisessä. 0,399
- A6. On tärkeää, että oppilaat viettävät välitunnit ulkona. 0,319
- A7. Oppilaille tulee järjestää välituntisin mahdollisuus mielekkääseen liikunnalliseen toimintaan. 0,550
- A9. On tärkeää, että koulu tarjoaa oppilaille liikuntakerhoja. 0,465
- A10. Erilaiset liikuntatapahtumat, teemapäivät ja retket ovat mielestäni tärkeä osa koulun toimintaa. 0,246

Sisäinen yhteistyö (Cronbach alpha 0,620)

- A4K. Liikunnanopettajan mahdollisuudet vaikuttaa fyysisen aktiivisuuden lisäämiseen koulussa ovat heikot. 0,345
- A23K. Uskon, että fyysistä aktiivisuutta edistävien rakenteellisten muutosten aikaan saaminen koulupäivään on vaikeaa (esim. yhden pidemmän liikuntavälitunnin aikatauluttaminen päivään). 0,274
- A24K. Liikunnanopettajana minulla on tarpeeksi työtä liikuntatunneissa, enkä usko ehtiväni huolehtimaan koulun "liikunnallistamisesta" tuntien ulkopuolella. 2,94
- A25. Koulu-terveydenhuollon henkilöt ovat liikunnanopettajalle tärkeitä yhteistyökumppaneita. 0,216
- A26. Liikunnanopettajana tehtäväni on osallistua omalta osaltani koulun oppilashuollon toteuttamiseen. 0,206
- A27K. Pelkään, että liikunta on koulussa vähempiarvoinen oppiaine kuin muut (lukuaineet). 0,391
- A28. Uskon, että koulusta löytyy aina muitakin opettajia, jotka pitävät liikuntaa tärkeänä ja joiden kanssa voin tehdä yhteistyötä. 0,337
- A29K. Minusta tuntuu, että koulun fyysisen aktiivisuuden edistämässä yhteistyö rehtorin ja muiden opettajien kanssa voi olla vaikeaa. 0,482

Ulkoinen yhteistyö (Cronbach alpha 0,647)

- A11. Oppilaiden fyysisen aktiivisuuden edistämiseksi on tärkeää tehdä yhteistyötä vanhempien kanssa. 0,432
- A20. Liikunnanopettajana haluan olla kehittämässä koulun ympäristöä ja pihaa sellaiseksi, että se aktivoi oppilaita liikkumaan. 0,553
- A22. Liikunnanopettajana minun tulee tuntea paikkakunnan ja seuratoiminnan tarjoamat mahdollisuudet lasten ja nuorten liikuntaan, jotta voin ohjata oppilaita fyysisesti aktiiviseen vapaa-aikaan. 0,397

Poisjätetyt kysymykset:

A15K. Liikunnanopettajien tulisi keskittyä enemmän passiivisten oppilaiden aktivoimiseen, kuin jo liikunnasta innostuneisiin oppilaisiin.

A18. Liikunnan ilo on tunneillani tärkeämpi tavoite kuin fyysinen aktiivisuus.

A13K. Liikunnanopettajan ei tarvitse olla kiinnostunut siitä, miten oppilaat käyttävät vapaa-aikansa.

A14K. Liikunnanopettajana en voi mitään sille, että kaikki oppilaat eivät halua liikkua.

A21K. Liikunnanopettajana en voi vaikuttaa siihen, miten oppilaat kulkevat koulumatkansa (esim. vanhempien kyydillä, vai itse kävellen/pyöräillen).

Osaamismittarin ulottuvuudet ja väittämät (Cronbach alpha, väittämän perässä corrected Item-Total Correlation luku)

KOETTU OSAAMINEN FYYSISEN AKTIIVISUUDEN EDISTÄMISESSÄ

Liikunnanopetus (Cronbach alpha 0,830)

- O1. Osaan suunnitella ja toteuttaa fyysisesti aktiivisen liikuntatunnin, jonka aikana oppilaat liikkuvat reippaasti vähintään 50 % tunnin ajasta. 0,543
- O2. Osaan integroida terveystiedon sisältöjen opetusta liikuntatunneille. 0,559
- O5. Minulla on menetelmiä ja keinoja huolehtia siitä, että jokainen oppilas taito- ja kuntotasostaan riippumatta voi osallistua tunteihin ja saa riittävästi liikuntaa. 0,529
- O6. Osaan valita liikuntatuntien sisällöt ja harjoitteet niin, että oppilaat voivat hyödyntää opittuja asioita myös vapaa-ajalla/välitunneilla. 0,608
- O7. Osaan perustella oppilaille, miksi riittävä fyysinen aktiivisuus on tärkeää. 0,650
- O8. Osaan käyttää teknologiaa hyödykseni liikunnanopetuksessa pyrkiessäni edistämään oppilaiden fyysistä aktiivisuutta. 0,203
- O9. Tunnen eri-ikäisten lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden suositukset. 0,445
- O10. Osaan perustella oppilaille, miksi kuntoa mitataan ja kertoa kunnan eri osa-alueiden merkityksestä oppilaan terveyden ja hyvinvoinnin kannalta. 0,607
- O11. Osaan luoda kuntotestitulanteeseen psyykkisesti turvallisen ilmapiirin, jossa oppilaat uskaltavat yrittää oman parhaansa, eikä keskinäistä vertailua korosteta. 0,512
- O12. Osaan antaa oppilaalle kannustavan ja ohjaavan palautteen kuntotestitulosten perusteella. 0,572
- O16. Osaan suunnitella valinnaisliikunnan kursseja monipuolisesti ja nuorten toiveet huomioiden sekä markkinoida niitä oppilaille. 0,579

Koulun muu liikunta (Cronbach alpha 0,837)

- O3. Osaan suunnitella, organisoida ja ohjata välituntiliikuntaa. 0,636
- O4. Osaan monia pelejä ja leikkejä, joita voin hyödyntää oppilaiden kanssa välituntiliikunnassa. 0,603
- O14. Osaan ohjata taukoliikuntaa luokkatunneilla ja tiedän, miten tunteista saa fyysisesti aktiivisempia. 0,505
- O15. Osaan suunnitella liikuntaläksyjä ja ohjata oppilaita niiden suorittamisessa. 0,632
- O17. Osaan antaa henkilökohtaista liikuntaneuvontaa oppilaille ja suunnitella mielekkäitä henkilökohtaisia kuntoiluohjelmia nuorille. 0,528
- O18. Osaan suunnitella ja organisoida liikuntakerhotoimintaa koulussa. 0,547

- O21. Osaan suunnitella koulupihan niin, että se aktivoi oppilaita liikkumaan monipuolisesti. 0,548
- O26. Tiedän keinoja, joilla voi kannustaa oppilaita liikkumaan koulumatkat fyysisesti aktiivisella tavalla. 0,531

Sisäinen yhteistyö (Cronbach alpha 0,721)

- O19. Tunnen koulun oppilashuollon tehtäväkentän ja minulla on käsitys siitä, miten oppilashuolto koulussa toimii. 0,434
- O23. Osaan perustella fyysisen aktiivisuuden tärkeyden koulussa rehtorille ja muille opettajille. 0,485
- O25. Osaan suunnitella ja toteuttaa liikuntatapahtumia ja retkiä yhteistyössä muiden opettajien kanssa. 0,583
- O27. Tiedän missä asioissa minun on hyvä toimia yhteistyössä koulun terveydenhuoltohenkilöiden kanssa. 0,592

Ulkoinen yhteistyö (Cronbach alpha 0,823)

- O13. Osaan neuvoa oppilasta ja hänen vanhempiaan kuntotestitulosten tulkinnessa. 0,523
- O20. Osaan hakea taloudellista tukea kouluyhteisön fyysisen aktiivisuuden edistämiseen. 0,524
- O22. Osaan ottaa yhteyttä kunnassa tahoihin, jotka voivat tukea ja auttaa koulupäivän liikunnallistamisessa. 0,595
- O24. Osaan järjestää ja toteuttaa vanhempainillan, jossa keskustellaan oppilaiden liikunta- ja terveystottumuksista. 0,642
- O28. Tiedän keinoja, joiden avulla voin saada oppilaiden vanhempia ja perheitä liikkumaan ja liikuttamaan nuoria. 0,645
- O29. Tunnen itseni päteväksi kouluttamaan oppilaiden vanhempia liikuntaan ja terveyteen liittyvissä asioissa. 0,629

Liite 4. Asennemittarin kaikkien väittämien keskiarvot ja keskihajonnat

Väittämä	Ka	Kh
1. A16. Liikuntatuntien ajasta tulisi vähintään puolet (50 %) olla oppilaalle fyysisesti aktiivista aikaa.	4,59	0,824
2. A1. Koulun tulisi tarjota lapsille ja nuorille nykyistä enemmän mahdollisuuksia fyysiseen aktiivisuuteen.	4,53	0,696
3. A17. Pidän tärkeänä tavoitteena sitä, että oppilaat hengästyisivät ainakin jonkin verran ja heille tulisi hiki liikuntatunnilla.	4,52	0,719
4. A5. Liikunnanopettajana haluan tarjota oppilaille monipuolisesti erilaisia valinnaisliikunnan kursseja.	4,45	0,768
5. A10. Erilaiset liikuntatapahtumat, teemapäivät ja retket ovat mielestäni tärkeä osa koulun toimintaa.	4,42	0,819
6. A7. Oppilaille tulee järjestää välituntisin mahdollisuus mielekkääseen liikunnalliseen toimintaan.	4,42	0,838
7. A12. Liikunnanopettajan tulee itse olla esimerkkinä ja ylläpitää fyysisesti aktiivista elämäntapaa.	4,40	0,727
8. A28. Uskon, että koulusta löytyy aina muitakin opettajia, jotka pitävät liikuntaa tärkeänä ja joiden kanssa voin tehdä yhteistyötä.	4,30	0,805
9. A20. Liikunnanopettajana haluan olla kehittämässä koulun ympäristöä ja pihaa sellaiseksi, että se aktivoi oppilaita liikkumaan.	4,23	0,831
10. A3. Liikunnanopettajan tulee olla aloitteellinen koulu yhteisön fyysisen aktiivisuuden lisäämisessä.	4,14	0,803
11. A19. Liikuntatunneilla on luontevaa ja tärkeää myös opettaa terveystiedon sisältöjä.	4,12	0,823
12. 25. Kouluterveydenhuollon henkilöt ovat liikunnanopettajalle tärkeitä yhteistyökumppaneita.	4,11	0,899
13. A6. On tärkeää, että oppilaat viettävät välitunnit ulkona.	4,07	1,037
14. A9. On tärkeää, että koulu tarjoaa oppilaille liikuntakerhoja.	4,01	0,902
15. A30. Pidän tärkeänä, sitä että koululiikunnassa on kunto/toimintakykytestejä, joiden kautta oppilaat saavat tietoa kunnostaan.	3,94	1,035
16. A22. Liikunnanopettajana minun tulee tuntea paikkakunnan ja seuratoiminnan tarjoamat mahdollisuudet lasten ja nuorten liikuntaan, jotta voin ohjata oppilaita fyysisesti aktiiviseen vapaa-aikaan.	3,93	0,894
17. A8. Liikunnanopettajana voin vaikuttaa merkittäväällä tavalla siihen, miten oppilaat omaksuvat fyysisesti aktiivisen elämäntavan.	3,90	0,914
18. A11. Oppilaiden fyysisen aktiivisuuden edistämiseksi on tärkeää tehdä yhteistyötä vanhempien kanssa.	3,87	0,892
19. A2. Kaikkien opettajien tehtävä on osaltaan huolehtia lasten ja nuorten riittävästä fyysisestä aktiivisuudesta.	3,85	1,073
20. A31. Uskon, että kuntotestien avulla voidaan motivoida oppilaita liikkumaan.	3,73	0,960
21. A18. Liikunnan ilo on tunneillani tärkeämpi tavoite kuin fyysinen aktiivisuus.	3,72	0,983

22. A29K. Minusta tuntuu, että koulun fyysisen aktiivisuuden edistämisessä yhteistyö rehtorin ja muiden opettajien kanssa voi olla vaikeaa.	3,62	1,112
23. A13K. Liikunnanopettajan ei tarvitse olla kiinnostunut siitä, miten oppilaat käyttävät vapaa-aikansa.	3,58	0,979
24. A4K. Liikunnanopettajan mahdollisuudet vaikuttaa fyysisen aktiivisuuden lisäämiseen koulussa ovat heikot.	3,55	1,079
25. A27K. Pelkään, että liikunta on koulussa vähempiarvoinen oppiaine kuin muut (lukuaineet).	3,47	1,311
26. A26. Liikunnanopettajana tehtäväni on osallistua omalta osaltani koulun oppilashuollon toteuttamiseen.	3,36	1,046
27. A14K. Liikunnanopettajana en voi mitään sille, että kaikki oppilaat eivät halua liikkua.	3,08	1,141
28. A23K. Uskon, että fyysistä aktiivisuutta edistävien rakenteellisten muutosten aikaan saaminen koulupäivään on vaikeaa (esim. yhden pidemmän liikuntavälitunnin aikatauluttaminen päivään).	3,07	1,199
29. A24K. Liikunnanopettajana minulla on tarpeeksi työtä liikuntatunneissa, enkä usko ehtiväni huolehtimaan koulun liikunnallistamisesta tuntien ulkopuolella.	2,99	1,125
30. A21K. Liikunnanopettajana en voi vaikuttaa siihen, miten oppilaat kulkevat koulumatkansa (esim. vanhempien kyydillä, vai itse kävellen/pyöräillen).	2,86	1,080
31. A15K. Liikunnanopettajien tulisi keskittyä enemmän passiivisten oppilaiden aktivoimiseen, kuin jo liikunnasta innostuneisiin oppilaisiin.	2,67	1,015

K=Käännetty väittäjä

Liite 5. Osaamismittarin kaikkien väittämien keskiarvot ja keskihajonnat

Väittäjä	Ka	Kh
1. O1. Osaan suunnitella ja toteuttaa fyysisesti aktiivisen liikuntatunnin, jonka aikana oppilaat liikkuvat reippaasti vähintään 50 % tunnin ajasta.	4,74	0,477
2. O7. Osaan perustella oppilaille, miksi riittävä fyysinen aktiivisuus on tärkeää.	4,63	0,556
3. O25. Osaan suunnitella ja toteuttaa liikuntatapahtumia ja retkiä yhteistyössä muiden opettajien kanssa.	4,52	0,696
4. O10. Osaan perustella oppilaille, miksi kuntoa mitataan ja kertoa kunnon eri osa-alueiden merkityksestä oppilaan terveyden ja hyvinvoinnin kannalta.	4,51	0,649
5. O9. Tunnen eri-ikäisten lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden suosituksia.	4,47	0,769
6. O11. Osaan luoda kuntotestitulanteeseen psyykkisesti turvallisen ilmapiirin, jossa oppilaat uskaltavat yrittää oman parhaansa, eikä keskinäistä vertailua korosteta.	4,42	0,699
7. O23. Osaan perustella fyysisen aktiivisuuden tärkeyden koulussa rehtorille ja muille opettajille.	4,40	0,690
8. O12. Osaan antaa oppilaalle kannustavan ja ohjaavan palautteen kuntotestitulosten perusteella.	4,31	0,693
9. O16. Osaan suunnitella valinnaisliikunnan kursseja monipuolisesti ja nuorten toiveet huomioiden sekä markkinoida niitä oppilaille.	4,30	0,763
10. O5. Minulla on menetelmiä ja keinoja huolehtia siitä, että jokainen oppilas taito- ja kuntotasostaan riippumatta voi osallistua tunteihin ja saa riittävästi liikuntaa.	4,28	0,750
11. O6. Osaan valita liikuntatuntien sisällöt ja harjoitteet niin, että oppilaat voivat hyödyntää opittuja asioita myös vapaa-ajalla/välitunneilla.	4,21	0,675
12. O2. Osaan integroida terveystiedon sisältöjen opetusta liikuntatunneille.	4,14	0,800
13. O13. Osaan neuvoa oppilasta ja hänen vanhempiaan kuntotestitulosten tulkinnassa.	4,07	0,806
14. O17. Osaan antaa henkilökohtaista liikuntaneuvontaa oppilaille ja suunnitella mielekkäitä henkilökohtaisia kuntoiluoohjelmia nuorille.	4,06	0,852
15. O27. Tiedän, missä asioissa minun on hyvä toimia yhteistyössä koulun terveydenhuoltohenkilöiden kanssa.	4,04	0,942
16. O14. Osaan ohjata taukoliikuntaa luokkatunneilla ja tiedän, miten tunneista saa fyysisesti aktiivisempia.	4,01	0,878
17. O4. Osaan monia pelejä ja leikkejä, joita voin hyödyntää oppilaiden kanssa välituntiliikunnassa.	3,90	0,987
18. O18. Osaan suunnitella ja organisoida liikuntakerhotoimintaa koulussa.	3,85	0,967
19. O3. Osaan suunnitella, organisoida ja ohjata välituntiliikuntaa.	3,79	1,034
20. O19. Tunnen koulun oppilashuollon tehtäväkentän ja minulla on käsitys siitä, miten oppilashuolto koulussa toimii.	3,69	0,984
21. O24. Osaan järjestää ja toteuttaa vanhempainillan, jossa keskustellaan oppilaiden liikunta- ja terveystottumuksista.	3,64	1,046

22. O15. Osaan suunnitella liikuntaläksyjä ja ohjata oppilaita niiden suorittamisessa.	3,56	1,054
23. O26. Tiedän keinoja, joilla voin kannustaa oppilaita liikkumaan koulumatkat fyysisesti aktiivisesti tavalla.	3,54	1,002
24. O29. Tunnen itseni päteväksi kouluttamaan oppilaiden vanhempia liikuntaan ja terveyteen liittyvissä asioissa.	3,52	1,192
25. O21. Osaan suunnitella koulupihan niin, että se aktivoi oppilaita liikkumaan monipuolisesti.	3,46	1,069
26. O22. Osaan ottaa yhteyttä kunnassa tahoihin, jotka voivat tukea ja auttaa koulupäivän liikunnallistamisessa.	3,43	1,116
27. O28. Tiedän keinoja, joiden avulla voin saada oppilaiden vanhempia ja perheitä liikkumaan ja liikuttamaan nuoria.	3,05	0,972
28. O8. Osaan käyttää teknologiaa hyödykseni liikunnanopetuksessa pyrkiessäni edistämään oppilaiden fyysistä aktiivisuutta.	3,04	1,023
29. O20. Osaan hakea taloudellista tukea kouluyhteisön fyysisen aktiivisuuden edistämiseen.	2,83	1,055