

**This is an electronic reprint of the original article.  
This reprint *may differ* from the original in pagination and typographic detail.**

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

**Title:** Rahalle vastinetta liikuntatutkimuksesta

**Year:** 2015

**Version:**

**Please cite the original version:**

Huovinen, T. (2015, 29.10.2015). Rahalle vastinetta liikuntatutkimuksesta. Tiedeblogi.  
<https://www.jyu.fi/blogit/tiedeblogi/blogit/tiedeblogi/huovinen>

All material supplied via JYX is protected by copyright and other intellectual property rights, and duplication or sale of all or part of any of the repository collections is not permitted, except that material may be duplicated by you for your research use or educational purposes in electronic or print form. You must obtain permission for any other use. Electronic or print copies may not be offered, whether for sale or otherwise to anyone who is not an authorised user.

# Rahalle vastinetta liikuntatutkimuksesta



Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteellinen tiedekunta. Tutkija istuu työhuoneessaan luurit korvilla näppäillen numeroita koneelle. Ruudulla pyörii dvd-tallenne koulun liikuntatunnilta. Toisella tutkijalla on pöydällään pino kyselylomakkeita. "Miten kiinnostavana pidät seuraavia asioita koululiikunnassa?" Kolmas tutkija surffaa netissä ja etsii avoimia verkkokeskusteluita, joissa ihmiset tilittävät nimettömästi koululiikuntakokemuksiaan.

Edellä on kolme esimerkkiä verovaroin tuetusta koululiikuntaan kohdistuvasta tutkimuksesta. Mitä tavallinen Maija ja Matti Meikäläinen saa rahojensa vastineeksi? Eikö sitä olisi paljon järkevämpiäkin rahareikiä kuin liikuntapedagoginen tai -psykologinen tutkimus?

Liikunta(lääke)tieteellisen tutkimuksen perusteella tiedetään jo suurella varmuudella, että ihminen tarvitsee fyysistä aktiivisuutta voidakseen hyvin. Tutkittuun tietoon nojaten on arvioitu, että liian vähäisestä liikkumisesta johtuvien sairauksien ja työkyvyttömyyden aiheuttamat kustannukset nousevat Suomessa jopa 1–2 miljardiin euroon vuodessa.

Liikunnanopetuksen tärkeimpänä tavoitteena on edistää elinikäistä fyysisesti aktiivista elämäntapaa. Tutkimusten perusteella tiedetään, että ei ole yhdentekevää, miten liikuntaa opetetaan ja millaisia kokemuksia lapset tunneilta saavat.

Kuluvalle vuodelle opetus- ja kulttuuriministeriö myönsi liikuntatieteelliselle tutkimukselle vajaat 1,2 miljoonaa euroa. Liikuntapedagogisen ja -psykologisen tutkimuksen osuus oli reilut 350 000 euroa, josta koululiikuntatutkimukseen osoitettiin 184 000 euroa. Liian vähäisestä liikkumisesta aiheutuviin kuluihin verrattuna tämä on mitätön summa.

Mitä koululiikuntatutkimuksella sitten on viime aikoina saatu aikaiseksi? Tärkein Maija ja Matti Meikäläistä – ja etenkin heidän lapsiaan – liikuttava "saavutus" lienee vuonna 2016 voimaan tulevat perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet. Perusteiden avulla Opetushallitus ohjaa opetuksen toteuttamista. Ei ole sattumaa, että uusissa liikunnan opetussuunnitelmissa lähtökohtana ovat oppilaan välittömät onnistumisen kokemukset, myönteinen suhtautuminen omaan kehoon ja yhdessä toimiminen. Opetuksen sisällöissä fyysisen aktiivisuuden rinnalla harjoitetaan motorisia perustaitoja ja toimintakykyyn vaikuttavia fyysisiä ominaisuuksia. Oppilaiden keskinäisestä vertailusta on luovuttu lapsen oman kehittymisen, osallisuuden ja monipuolisissa liikkumisympäristöissä tapahtuvan aktiivisuuden hyväksi.

Perusteiden valmistelutyössä käytettiin laajasti liikuntapedagogista ja -psykologista tutkimustietoa. Tieto koottiin kansantajuisesti tukimateriaaliksi ([http://www.edu.fi/ops2016\\_liikunnan\\_tukimateriaalit](http://www.edu.fi/ops2016_liikunnan_tukimateriaalit)) ja sen pohjalta muotoiltiin perusteiden normiteksti. Pyrkimyksenä oli laatia selkeät ohjeet liikuntaa opettaville opettajille, jotta jokaisella lapsella on mahdollisuus kokea liikunnan iloa ja hyväksytyksi

tulemista omana itsenään. Ohjeet, joita noudattamalla kenenkään ei tarvitse tulla liikuntatunnilla nolatuksi tai valituksi viimeisenä joukkueeseen.

Tutkimustiedon popularisointi opettajien työtä ohjaavaksi asiakirjaksi ei välttämättä sellaisenaan hyödytä Meikäläisen perhettä, mutta yhdessä tutkimusperustaisen opettajakoulutuksen kanssa sillä on merkitystä. Pienen koululaisen äitinä maksan mielelläni muutaman euron vuodessa liikuntatutkijalle, jos hän sillä rahalla löytää tietoa, joka auttaa meitä aikuisia tukemaan lastemme myönteistä käsitystä itsestään liikkujana ja siten edistämään tervettä elämää.

*Terhi Huovinen, liikuntapedagogiikan lehtori, liikuntakasvatuksen laitos*