

**LIKUNNAN YHTEISOPETUS YLÄKOULUSSA – OPPILAAN TOIVE VAI
KAUHISTUS?**

Tapaustutkimus yhden yhteisopetukseen siirtyneen luokan oppilaiden kokemuksista

Satu-Marja Lassila

Liikuntapedagogiikan pro gradu -tutkielma

Liikuntatieteellinen tiedekunta

Jyväskylän yliopisto

Kevät 2017

TIIVISTELMÄ

Lassila, S. 2017. Liikunnan yhteisopetus yläkoulussa – oppilaan toive vai kauhistus? Tapaustutkimus yhden yhteisopetukseen siirtyneen luokan oppilaiden kokemuksista. Liikuntatieteellinen tiedekunta. Jyväskylän yliopisto, Liikuntapedagogiikan pro gradu – tutkielma, 58.

Suomen kouluhistorian alussa koulumaailma oli jakautunut sukupuolten mukaan poikakouluihin sekä tyttökouluihin. Liikuntaa alettiin opettaa pojille pakollisena oppiaineena vuoden 1840 alussa, ja tytöt pääsivät oppimaan liikuntaa vuodesta 1899 alkaen. Vasta vuonna 1975 kumottiin laki, jonka mukaan nainen ei ollut kelpoinen eräisiin valtion virkoihin tai toimiin. Tämän kumoamisen jälkeen monissa alakouluissa alettiin opettaa liikuntaa pojille ja tytöille yhdessä. Yhteisopetus ei koskenut yläkoulua, vaan vielä vuoden 1985 opetussuunnitelman perusteissa eriteltiin tarkasti mitä lajeja yläkoulun liikunnanopetuksessa tuli opettaa tytöille ja mitä pojille. Maailman muuttuessa myös koulun täytyy muuttua, ja vuonna 2016 voimaan tullut uusi peruskoulun opetussuunnitelma ei enää erottelekaan oppilaita sukupuolen mukaan. Suomi on Euroopan ainut maa, jossa edelleen mietitään kuuluuko liikuntaa opettaa sukupuolen mukaan jaetuissa ryhmissä, vai yhteisopetuksena. Pro gradu – tutkimukseni tarkoitus oli ottaa selvää Salon Halikossa sijaitsevan Armfeltin koulun yhteisopetukseen siirtyneiden oppilaiden ajatuksista yhteisopetuksesta. Tulosten on tarkoitus auttaa jatkossa rehtoria, kun hän muodostaa liikunnan opetusryhmiä.

Oppilaat kirjoittivat minulle aiheesta aineet, jotka minä sain nimettöminä. Luokassa on oppilaita 20, joista 10 tyttöä ja 10 poikaa. Aineet kirjoitettiin äidinkielen tunnilla keväällä 2016, jolloin oppilaat olivat olleet yhteisopetuksessa n. puoli vuotta. Teemoittelin aineissa esiintyvät asiat samankaltaisuuksien mukaan, ja huomasin, että monet olivat kirjoittaneet samoista asioista, vaikka kirjoittivatkin eri sanoin.

Vastoin omaa esioletustani, olivat oppilaat suurimmilta osin tyytyväisiä yhteisopetukseen, ja pitivät yhteisopetusta monipuolisempänä kuin sukupuolen mukaan jaetuissa ryhmissä opetettuja liikuntatunteja. Oppilaat olivat myös sitä mieltä, että luokkahenki oli parantunut oman luokan kesken, ja muutenkin liikunta oli mukavaa ja rentoa, kun ryhmässä kaikki tunsivat toisensa. Oppilaat löysivät vain vähän negatiivisia puolia liikunnan yhteisopetuksesta.

Tämän Pro gradu – tutkimuksen tulos lisäsi mielenkiintoani aiheeseen, ja mielestäni lisätutkimukset olisivat tarpeen. Motoriset kehityskaudet ovat tytöillä ja pojilla eri aikaan. Aiheuttaako yhteisopetus haasteita motoristen taitojen oppimiselle? Vai onko pääasia, että oppilaat viihtyvät tunnilla, jolloin he alkavat pitää liikunnasta myös vapaa-ajalla?

Asiasanat: Liikunnanopetus, yhteisopetus, peruskoulun opetussuunnitelma

ABSTRACT

Lassila, S. 2017. Mixed group education in grades 7-9 – students wish or horror? Faculty of Sport and Health Sciences, University of Jyväskylä, Master's thesis of Sport Pedagogy, 58.

In the beginning of school history in Finland the schooling world was divided according to sex. There were separate schools for boys and girls. In the early 1840 physical education became one of the mandatory school subjects for boys. Girls had to wait until year 1899 when the schools started teaching physical education for girls too. It was not until year 1975 when a law against women in certain public service was abolished. After this abolishment they started to teach physical education in many primary schools for boys and girls together, in mixed groups. However this mixed group teaching did not include lower secondary school and in the curriculum of 1985 there were still very exact rules about what sports they should teach for boys and what for girls. As the world changes the school needs to change too and the newest curriculum which validated in 2016 does not separate students according to sex anymore. Finland is the only country in the Europe where they still consider whether physical education should be taught in same sex groups or in mixed groups. The purpose of my Master's thesis was to find out what the students in mixed group teaching in Armfelt school in Salo think about the physical education in mixed group. The meaning of the outcome of this study is to help the principal in the future when he's making new physical education teaching groups.

Students wrote me essays about their thoughts and opinions and I got those essays nameless. There were 10 girls and 10 boys, all together 20 students in that class. The essays were written in their Finnish (as their native language) class in March 2016, when the students had been studying physical education in mixed group around 6-7 months. I searched similarities and same kind of themes from the essays and noticed that many of the students wrote about the same things even though they wrote with different words.

Against my assumption all the students were mainly happy about being in mixed group and they thought that teaching in mixed group was more diverse than in same sex group. They also said that team spirit became better within their class and P.E. classes were all together nice and relaxed when they all knew each other. They could not think many bad things to say about mixed group education.

The result of this Master's Theses gained my interest in the subject and I think more studies are needed. Critical periods of motor skills and learning are in different time for girls and boys. Is mixed group teaching causing challenges for motor learning? Or is the main thing to make the students enjoy their physical education classes so that they will like to do sports also in their free time?

Key words: Physical education, mixed group teaching, curriculum

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1 JOHDANTO.....	1
2 PERUSOPETUKSEN OPETUSSUUNNITELMAN PERUSTEISTA	3
3 LIIKUNNAN OPETUSSUUNNITELMASTA	6
3.2 Liikunta oppiaineena verrattuna muihin oppiaineisiin	8
3.3 Liikunnanopetuksen historiaa, ja siihen vaikuttaneita henkilöitä Suomessa.....	11
4 LIIKUNNANOPETUKSEN TAVOITTEET JA SISÄLLÖT	16
4.1 Liikunnanopetuksen tavoitteista yläkoulussa	16
4.2 Yhteisopetus liikunnanopetuksessa	18
4.3 Liikunnanopetuksesta muualla kuin Suomessa	23
5 TYTTÖJEN JA POIKIEN KASVU JA KEHITYS MURROSIÄSSÄ.....	28
5.1 Fyysisestä, kognitiivisesta ja sosioemotionaalista kehittämisestä	28
5.2 Motoristen taitojen kehittämisestä	30
5.3 Murrosiän mahdolliset vaikutukset liikuntatunnilla	32
6 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	35
6.1 Kohdejoukko	35
6.2 Tutkimuksen eteneminen ja tutkimusmenetelmät	36
6.2 Tutkimuksessa käytetty analyysi	38
7 OPPILAIDEN KOKEMUKSET LIIKUNNAN YHTEISOPETUKSESTA	40
8 POHDINTA.....	47
LÄHTEET	53

1 JOHDANTO

Suomen kouluhistorian alkuaikoina koulumaailma oli jaettu sukupuolten mukaan. Aivan aluksi koulut olivat tarkoitettu vain pojille, mutta hieman myöhemmin perustettiin myös tyttökouluja. Alkuun liikuntaa oppiaineena kutsuttiin voimisteluksi. Se ei sisältänyt samanlaisia asioita, kuin nykypäivänä, eikä se kuulunut koulujen lukujärjestykseen pakollisena aineena. Helsingfors Lyceum oli vuonna 1831 ensimmäinen oppikoulu, jonka lukujärjestykseen kuului voimistelu pakollisena oppiaineena. 1840-luvun alussa voimistelu asetettiin lakisääteisesti virallisten kouluaineiden joukkoon, vaikkakaan siinä vaiheessa tämä säädös ei vielä koskenut tyttökouluja, eivätkä tytöt saaneet vielä voimisteluopetusta. (Jääskeläinen & Wuolio 1993, 16 – 31.) Tyttökoulut joutuivat odottamaan vuoroaan hieman kauemmin, ja saivat pakollisen voimisteluopetuksen opetusohjelmaansa vasta vuonna 1899 (Koivusalo 1982, 83).

Vuonna 1975 kumottiin laki sekä siihen liittyvä asetus naisen kelpoisuudesta joihinkin valtion virkoihin ja toimiin. Se tarkoitti sitä, että siitä eteenpäin naisopettaja saattoi antaa opetusta pojille, ja miesopettaja tytöille. Tällöin monissa alakouluissa alettiin opettaa liikuntaa tytöille ja pojille yhdessä. (Jääskeläinen & Wuolio 1993, 140.)

Vielä vuoden 2004 perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa todetaan, että ”Vuosiluokkien 5-9 liikunnanopetuksessa tulee ottaa huomioon tässä kehitysvaiheessa korostuvat sukupuolten erilaiset tarpeet sekä oppilaiden kasvun ja kehityksen erot.” Monessa koulussa on siis varmasti vielä viimeisenkin vuosikymmenen ajan totuttu opiskelemaan liikuntaa joko tyttöjen tai poikien ryhmässä, ja myös opettamaan joko tyttöjen liikuntaryhmää tai poikien liikuntaryhmää.

Nyt, vuodesta 2016 eteenpäin koulumaailma on jälleen muutoksen äärellä, kun uudet perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet (2014) astuvat voimaan porrastetusti vuoden 2016 syksystä eteenpäin. Liikunnan osalta uusi OPS toteaa, että vuosiluokkien 7 – 9 liikunnan opetuksen tehtävänä on vaikuttaa oppilaiden hyvinvointiin tukemalla fyysistä, sosiaalista ja psyykkistä toimintakykyä sekä myönteistä suhtautumista omaan kehoon (Perusopetuksen

opetussuunnitelman perusteet 2014, 433). Uusissa opetussuunnitelman perusteissa ei lue, että liikunnan opetus pitäisi järjestää yläkoulussa niin että tytöt ja pojat olisivat eri ryhmissä. Tämä antaa vapauden kouluille antaa liikunnanopetusta yhteisopetuksena, jossa tytöt ja pojat ovat samassa ryhmässä myös yläkoulussa.

Yhteisopetus jakaa mielipiteet, ja siksi minuakin kiinnostaa tämä aihe. Jotta mahdollisimman moni lapsi/nuori saisi liikuntakipinän, ja jatkaisi liikunnallista elämää myös aikuisena, tarvitsee hän positiivisia kokemuksia liikuntatunneiltaan. Myös perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014 sanoo, että liikunnantunneilla ja liikunnanopetuksessa tärkeitä ovat yksittäisillä liikuntatunneilla saatavat positiiviset kokemukset sekä liikunnallisen elämäntavan tukeminen (s. 433). Nämä positiiviset kokemukset ovat se kimmoke ja heräte, joka saa lapsen ja nuoren pitämään liikunnasta ja harrastamaan liikuntaa myös myöhemmällä iällä.

Tämän pro gradu – tutkimuksen tarkoitus oli selvittää, mitä mieltä Armfeltin koulun 9. luokkalaiset ovat olleet siirtymästä oman sukupuolen mukaan jaetuista liikuntaryhmistä yhteisopetukseen, jossa oman luokan tytöt ja pojat ovat samassa ryhmässä. Tutkimustuloksen toivotaan auttavan jatkossa, kun Armfeltin koulussa suunnitellaan opetusryhmiä. Pidemmän tähtäimen toiveena ja tavoitteena on tietenkin kasvattaa liikkuvan elämäntavan omaksuvia nuoria, joten oppilaiden toivotaan nauttivan liikuntatunneista, ja tunneilta toivotaan mahdollisimman monen saavan positiivisia kokemuksia.

2 PERUSOPETUKSEN OPETUSSUUNNITELMAN PERUSTEISTA

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa (2014) todetaan, että perusopetus on opetuksen ja kasvatuksen kokonaisuus, jossa eri osa-alueiden tavoitteet ja sisällöt liittyvät yhteen ja muodostavat opetuksen ja toimintakulttuurin perustan (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014, 9). Tämä perusopetukseksi kutsuttu kokonaisuus tarvitsee ohjausjärjestelmän toimiakseen, ja tämä ohjausjärjestelmä on nimeltään opetussuunnitelma. Opetussuunnitelmassa todetaan, että se on perusopetuksen ohjausjärjestelmä, jonka tehtävänä on varmistaa koulutuksen tasa-arvo ja laatu. Jokaisen oppilaan kasvulle, kehitykselle sekä oppimisille on luotava hyvät edellytykset, ja jokaisella oppilaalla on taustastaan huolimatta samat tasa-arvoiset oikeudet oppia ja kehittyä. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014, 9.)

Suomessa eduskunta on se ylin elin, joka päättää opetustoimen lainsäädännöstä, sen rahoituksesta sekä myös koulutuspoliittisista linjoista. Valtioneuvosto ja opetusministeriö taas ovat eduskunnan osia, jotka hoitavat suunnittelun koulutuspolitiikan saralla sekä sen toimeenpanon. (Pietilä & Koivula 2013.) Koulutuspolitiikan toimeenpanossa ja koulutuksen kehittämässä keskeinen toimija on Opetushallitus. Opetushallitus päättää mitä perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet sisältävät. Opetussuunnitelman perusteissa määritellään opetus- ja kasvatustyön tärkeimmät asiat. Näitä tärkeimpiä asioita ovat esimerkiksi opetuksen tehtävä ja tavoitteet sekä opetuksen rakenne ja sen arvot. Opetussuunnitelman perusteissa kerrotaan myös oppimiskäsitykseen, oppimisympäristöön ja työtapoihin liittyviä asioita. Myös arviointia ja kodin & koulun yhteistyötä koskevia asioita käsitellään opetussuunnitelman perusteissa. (Opetushallitus 2016.)

Opetussuunnitelman perusteet ovat osa valtakunnallista ohjausjärjestelmää, joka säätelee sitä miten koulutus Suomessa järjestetään (Pietilä & Koivula 2013). Perusopetuksen opetussuunnitelmassa itsessään sanotaan, että ”opetussuunnitelman perusteet ovat hyvin tärkeä valtakunnallinen ohjausjärjestelmä, joka toimii pohjana paikallisille opetussuunnitelmille”. Paikallinen opetussuunnitelma on konkreettisempi, ja pienempi, mutta silti hyvin tärkeä osa kokonaista ohjausjärjestelmää, koska paikallinen opetussuunnitelma luo konkreettisen pohjan arjen jokapäiväiselle koulutyölle. Valtakunnallisessa opetussuunnitelmassa on asetettu

tavoitteita, jotka paikallinen opetussuunnitelma tuo konkreettisesti esiin. Paikallisen opetussuunnitelman tärkeä tehtävä on myös tuoda esiin paikallisesti tärkeänä pidettyjä tavoitteita ja tehtäviä. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014, 9.)

Kaikkein ylimpänä perusopetusta siis ohjaavat valtakunnalliset opetussuunnitelman perusteet, ja näiden koko valtakunnan laajuisten ohjeiden ja määräysten pohjalta laaditaan paikalliset opetussuunnitelmat. Paikallisten opetussuunnitelmien laatimisesta vastaa opetuksen järjestäjä, eli käytännössä se on yleensä kunta. Kunnan sisällä koulut voivat vielä tehdä koulukohtaiset opetussuunnitelmansa, joiden tulee pohjautua tarkasti valtakunnalliseen sekä paikalliseen opetussuunnitelmaan. Koska valtakunnallinen opetussuunnitelma ei tunne jokaista koulua, on koulukohtainen opetussuunnitelma suunniteltu ja rakennettu konkreettisemmin juuri sen kyseisen koulun toimintamalliin ja koulukulttuuriin sopivaksi ja sitä tukevaksi. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014.) Tanja Hiltunen (1998) kirjoittaa pro gradu – työssään, miten tärkeää on, että opettaja osallistuu henkilökohtaisesti koulun opetussuunnitelman laadintaan. Olen Hiltusen kanssa asiasta samaa mieltä. Kun opettaja itse tietää ja sisäistää opetussuunnitelman tavoitteet ja sisällön, on oppilaankin paljon parempi mahdollisuus saada tietoa ja ymmärtää opetussuunnitelman idea ja tarkoitus. (Hiltunen, 1998.) Paikallinen opetussuunnitelma on julkinen asiakirja, koska huoltajilla on oikeus osallistua koulun toimintaan ja niin halutessaan tietää mitä heidän lapsilleen opetetaan. Siksi koulun ja/tai kunnan omilla verkkosivuilla on usein löydettävissä paikallinen opetussuunnitelma kenen tahansa siitä kiinnostuneen luettavana. (Opetushallitus 2016.)

Opetussuunnitelma ei ole vapaaehtoinen, vaan jokaisella kunnalla ja koululla on pakko olla opetussuunnitelma, jonka mukaan opetus ensin suunnitellaan ja sitten toteutetaan. Myös lyhemmän aikavälin suunnitelmat, esimerkiksi jaksosuunnitelmat, tai vielä lyhemmän aikavälin suunnitelmat kuten tuntisuunnitelmat kuuluu tehdä opetussuunnitelman mukaisesti, jotta ne vastaavat valtakunnalliseen opetussuunnitelmaan kirjoitettuja tavoitteita. Opetussuunnitelma on siis koko opetustyön perusta, ja kaikilla peruskouluikäisillä lapsilla on lain takaama oikeus saada tasa-arvoista opetusta opetussuunnitelman mukaisesti kaikkina koulupäivinä. (Opetushallitus 2016.)

Opetussuunnitelma ei pysy samanlaisena ikuisesti, vaan siihen tehdään muutoksia tasaisin väliajoin. Uudet peruskoulun opetussuunnitelman perusteet on tehty vuonna 2014 ja ne astuvat voimaan vuoden 2016 syksyllä. Tätä uudistusta ennen opetussuunnitelmaa on muutettu vuonna 2004 ja sitä ennen vuosina 1994 ja 1985 (Rokka 2011). Opetussuunnitelmaa uudistetaan siis n. vuosikymmenen välein. Uudistusta tehdään välillä, koska opetussuunnitelman, ja koululaitoksen tulee vastata niihin tarpeisiin, jota jatkuvasti muuttuva yhteiskunta ihmisille asettaa. Maailma koulun ympärillä muuttuu koko ajan, ja opetuksen järjestämisessä tulee pystyä ottamaan huomioon nämä muutokset. (Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet 2014, 9.)

3 LIKUNNAN OPETUSSUUNNITELMASTA

Liikunnan opetussuunnitelman kohdalla keskityn tässä työssä vain vuosiluokkien 7 – 9 opetussuunnitelmaan, koska oma tutkimukseni ja työni kohdistuu tähän ikäryhmään. Itseäni kiinnostaa juuri tämä ikäryhmä sen takia, että tässä iässä murrosikä tuo sekä fyysisiä että psyykkisiä muutoksia mukanaan, jolloin ne mahdollisesti vaikuttavat myös koulunkäyntiin.

3.1 Opetussuunnitelmien kehityksestä

Vuoden 1985 perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet antoivat liikunnanopetukselle hyvin tarkat määräykset siitä mitä lajeja oppilaille piti opettaa. Samoja lajeja ei välttämättä opetettu molemmille sukupuolille, vaan perusteet määrittivät tarkasti sen, mitä lajeja kuului opettaa tytöille ja mitä pojille. (Hiltunen 1998, 9.)

Seuraava, vuoden 1994 perusopetuksen opetussuunnitelma oli liikunnan suhteen jo paljon vapaampi kuin edellinen opetussuunnitelma, joten se antoi opettajalle enemmän vapauksia ja mahdollisuuksia toteuttaa liikunnanopetusta (Hiltunen 1998, 10). Uutena vuoden 1994 opetussuunnitelmassa oli liikunnan osalta myös se, että se ei keskittynyt enää vain ainoastaan koululiikuntaan. Tässä opetussuunnitelmassa tuli esille, että liikunta on tärkeää jokaisella elämänalueella, ja käsitteenä liikunta pitää sisällään perinteisten liikuntalajien harrastamisen lisäksi myös aktiivisen liikkumisen. Tällaista aktiivista liikkumista ovat esimerkiksi vapaa-ajan askareet sekä luonnossa ja liikenteessä liikkuminen. Koska nämä asiat lukivat opetussuunnitelmassa, tuli nämä asiat ottaa huomioon myös liikunnanopetuksessa. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 1994, 107.)

Vuoden 2004 perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa todetaan liikunnasta näin: ”Liikunnanopetuksen päämääränä on vaikuttaa myönteisesti oppilaan fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn ja hyvinvointiin sekä ohjata oppilasta ymmärtämään liikunnan terveydellinen merkitys.” Lajeja ei enää tässä opetussuunnitelmassa määritelty niin tarkasti, kuin aiemmin, eikä tavoitteita oltu enää eroteltu sukupuolen mukaan, vaan, perusteissa

toettiin, että opetuksessa tulee ottaa huomioon oppilaan erityistarpeet ja terveydentila. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004, 246.)

Uusin, vuonna 2016 syksyllä voimaan tullut perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet toteaa liikunnasta, että oppilaat kasvavat liikkumaan ja liikunnan avulla. Opetussuunnitelman perusteissa todetaan liikunnasta näin: ”Liikunnan opetuksen tehtävänä on vaikuttaa oppilaiden hyvinvointiin tukemalla fyysistä, sosiaalista ja psyykkistä toimintakykyä sekä myönteistä suhtautumista omaan kehoon. Oppiaineessa tärkeitä ovat yksittäisiin liikuntatunteihin liittyvät positiiviset kokemukset ja liikunnallisen elämäntavan tukeminen.” Liikunnassa oppilas tutustuu siis omaan kehoonsa, ja tavoite on, että kaikki pystyisivät suhtautumaan siihen myönteisesti. Liikuntatunti on sosiaalinen tilanne, ja siellä harjoitellaan fyysisten kuntotekijöiden lisäksi toisten huomioon ottamista ja toisten kanssa toimeen tulemistä. Positiiviset kokemukset ovat tärkeitä, jotta liikunta olisi oppilaitten mielestä mukavaa ja liikunnallinen elämäntapa saataisiin paremmin jäämään pysyväksi. Uudet perusteet muistuttavat myös, että liikunnan avulla tulisi edistää yhdenvertaisuutta, tasa-arvoa ja yhteisöllisyyttä. Myös kulttuurien moninaisuutta tulisi tukea. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014, 433.)

Uudet perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet eivät enää nimeä erikseen lajeja, joita oppilaille tulisi opettaa. Uinti on tässä poikkeus. Opetussuunnitelmassa on lueteltu erilaisia tavoitteita, jotka oppilaan tulisi saavuttaa, ja uinti on ainoa liikuntalaji, joka tavoitteissa lukee suoraan yksittäisenä lajina. Uinti katsotaan taidoksi, joka voi pelastaa oman, tai jonkun toisen hengen, ja lisäksi oppimisympäristö on niin erilainen verrattuna melkein mihin tahansa muuhun lajiin. Siksi se lukee erillisenä lajina opetussuunnitelman perusteissa. Muutoin fyysisen toimintakyvyn tavoitteissa on sanottu esimerkiksi, että oppilaan tulisi osata käyttää, soveltaa ja yhdistää esimerkiksi tasapaino- ja liikkumistaitojaan erilaisissa oppimisympäristöissä, eri vuodenaikoina ja eri liikuntamuodoissa. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014, 434.)

Henkilökohtaisesti minun mielestäni isoin muutos liikunnanopetuksessa on 2014 opetussuunnitelman perusteissa määritelty liikunnan arviointi. Fyysisten kunto-ominaisuuksien tasoa ei enää käytetä arvioinnin perusteena, kuten ei myöskään 5. ja 8. luokilla pakollisiksi tulevia Move!-mittausten tuloksia. Arvioinnissa tärkeäksi nostetaan oppiminen ja se miten

oppilas on tunneilla työskennellyt. Opetussuunnitelman mukaan oppilaita tulisi myös ohjata itsearviointiin. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014, 437.)

3.2 Liikunta oppiaineena verrattuna muihin oppiaineisiin

Taina Rantala toteaa kirjassaan *Oppimisen iloa etsimässä* (2006, 9), että onnistumisen tunteet johtavat parhaimmillaan positiiviseen oppimisen kierteeseen, joka ”johdattaa oppilaan menestymisen tielle”. Oppilas viettää suuren osan päivästä koulussa, hän näkee siellä kavereitaan, ja kokee erilaisia asioita. Tunteet kuuluvat isona osana kouluun ja kavereihin. Tunteilla on tärkeä rooli oppimisprosessissa, sillä koko oppimisprosessi ei edes käynnisty ilman tunteita. Lapsi arvottaa kohteen tunteiden avulla, ja suuntaa mielenkiintonsa siihen, jonka hän omasta mielestään kokee arvokkaimmaksi ja mielenkiintoisimmaksi. Rantala kertoo kirjassaan myös, että tunnekokemukset ovat oppimisen kannalta erittäin tärkeitä. Oppijalle tunnekokemukset ovat merkityksellisiä, ja merkityksellisyys aiheuttaa sen, että nämä kokemukset muistetaan varmasti. Tunnekokemus voi olla joko positiivinen tai negatiivinen. Esimerkiksi jos oppilas pettyy riittävän usein jossain tietyssä oppimisympäristössä (kuten vaikka matematiikan tunnilla), oppilaille kehittyy negatiivinen yleiskuva tästä kyseisestä oppiaineesta. (Rantala 2006, 14 – 34.)

Rantalan kirjaa lukiessani ajattelin tietysti asiaa oman opetettavan ja tutkimani oppiaineen, eli liikunnan valossa. Aikaisemminkin tässä työssä jo tuli ilmi, että liikunnan opetussuunnitelmassa (2014) todetaan liikunnasta oppiaineena näin: ”Oppiaineessa tärkeitä ovat yksittäisiin liikuntatunteihin liittyvät positiiviset kokemukset ja liikunnallisen elämäntavan tukeminen.” Rantalan tavoin myös Jaakkola (2013) kertoo motivaation vaikutuksesta oppimiseen teoksessa *Liikuntapedagogiikka*. Jaakkolan mukaan liikuntamotivaatioon vaikuttaa paljon se liikuntapedagogiikka, jonka vaikutuksen piirissä lapsi/nuori on. Eli se vaikuttaa kuka hänelle liikuntaa opettaa, ja miten tai millä keinoin sitä opetetaan. Oikeanlaisella liikuntapedagogiikalla pystytään lisäämään tietoisuutta siitä miten tärkeää liikunta ja liikunnallinen elämäntapa ovat, sen avulla voidaan myös lisätä myönteisempiä asenteita liikuntaa kohtaan ja voidaan tarjota oppilaille mukavia liikuntakokemuksia. (Jaakkola 2013, 364 – 377.)

Kuten Liukkonen & Jaakkola toteavat kirjassa Liikuntapedagogiikka (2013), on liikuntamotivaation kehittymistä tutkittu viime vuosina paljon, ja tutkimusten tuloksena on syntynyt käsite motivaatioilmasto. Kun ajatellaan esimerkiksi yksittäistä liikuntatuntia, niin motivaatioilmastolla tarkoitetaan oppilaan kokemaa liikuntatunnin ilmapiiriä mm. oppimisen, psyykkisen hyvinvoinnin sekä viihtymisen kannalta. Oppilas siis joko oppi jotain tai ei, hänellä oli turvallinen ja hyvä olla tai ei, ja hän viihtyi tunnilla tai ei. Opettajalla on tämän motivaatioilmaston luomisessa hyvin tärkeä rooli, koska kaikki hänen tekemänsä pedagogiset ja didaktiset päätökset vaikuttavat suoraan siihen miten oppilaat kokevat liikuntatunnin. (Liukkonen & Jaakkola. 2013, 298 – 309.) Tämä kaikki tarkoittaa mielestäni sitä, että edellytyksenä sille, että lapselle/nuorelle voi syntyä positiivinen mielikuva liikunnasta ja liikkumisesta on, että hänen on saatava positiivisia kokemuksia liikuntatunneiltaan. Jos lapsi saa/nuori saa positiivisia kokemuksia liikuntatunneillaan, ja hän yhdistää mielessään liikunnan hauskuuteen, kivaan tekemiseen ym. positiiviseen, ja silloin hän haluaa ehkä liikkua myös vapaa-ajallaan ja jatkaa liikuntaa aikuisenakin. Eli sekä Rantalan (2006) että Jaakkolan ym (2013). toteamaa tunnekokemus- ja motivaatioasiana ajatellen, voisi siis sanoa, että olisi hyvin tärkeää, että liikunnassa oppilas saisi positiivisia kokemuksia, jolloin oppilaalle mahdollisesti voisi kehittyä positiivinen yleiskuva liikunnasta oppiaineena. Tämä puolestaan edistäisi oppilaan liikunnallisen elämäntavan kehittymistä. Tämä sama ajatus sopii varmasti mihin tahansa oppiaineeseen, joten siinä liikunta ei eroa muista aineista. Jos oppilas saa positiivisia kokemuksia oppitunniltaan, niin hän suuntaa varmasti motivaatiotaan enemmän siihen suuntaan ja haluaa oppia lisää.

Kun vertaan liikuntaa oppiaineena muihin oppiaineisiin, niin löydän heti monta eroavaisuutta. Liikunnassa ei luultavasti useinkaan ole käytössä oppikirjoja, liikunnasta tulee ehkä harvemmin läksyjä, tai tunnilla ei yleensä istuta paikallaan koko 45 – 90 minuuttista aikaa, joka usein ehkä on liikuntatunnin pituus. Eroihin lukeutuu mielestäni myös se, että liikunnassa oma keho on se, joka on jollain lailla arvostelun kohteena. Ei kirjaimellisesti, mutta omalla keholla suoritetaan erilaisia liikuntasuorituksia, jotka ovat toisten nähtävillä. Liikuntatunnilla myös oppimisympäristöt vaihtelevat mahdollisesti enemmän kuin muissa oppiaineissa. Liikunnassa opitaan liikuntasalissa, urheilukentällä, metsässä, luistelukentällä, uimahallissa, ehkä kiipeilyseinällä tai laskettelurinteessä, tai melkein missä vain koulun sijainnista, koulun rahatilanteesta ja liikunnanopettajasta riippuen. Tanja Hiltunen (1998, 11) toteaa omassa pro

gradu työssään, että liikunta eroaa muista oppiaineista myös siinä, että liikunta ei välttämättä ole vain pelkkä oppiaine. Olen tässä samaa mieltä. Hiltunen antaa esimerkiksi liikuntatuokiota tai tapahtumat oppituntien ulkopuolella, ja voin itsekin todeta, että harvoin olen törmännyt muunlaiseen koko koulun yhteen keräävään teemapäivään kuin liikuntapäivät tai urheilukisat ovat.

Yksi iso asia, joka liikunnassa on jonkinlaisena erona yksittäisiin oppiaineisiin, on mielestäni sen vaikutus koko kansan hyvinvointiin ja jopa kansantalouteen. Oma käsitykseni on, että Suomessa liikuntaa ja urheilua pidetään yleisesti tärkeänä. Suurin osa ihmisistä varmasti tietää, että omasta terveydestä huolehtimiseen kuuluu liikunta. Kuitenkin suomalaiset ovat yksi maailman nopeimmin lihova kansa, jonka sairastamiseen menee vuosittain paljon rahaa. WHO:n vuonna 2002 teettämän raportin mukaan liikkumattomuus oli viidenneksi yleisin kuolemien riskitekijä Suomessa, ja vuonna 2004 liikkumattomuus oli jo neljänneksi yleisin kuolemien riskitekijä niin kutsutuissa korkean elintason maissa. (Kolu ym. 2014, 885.) Voisikohan siis olla, että tästäkin syystä koululiikuntaan on alettu 2000 – luvulla kiinnittää huomiota enemmän kuin ehkä aiemmin? Jos ihmiset saataisiin liikkumaan ja oppimaan liikunnan tärkeys jo nuorena, niin yhteiskuntakin säästäisi paljon rahaa.

Se ero, josta koko ajatukseni tähän työhön lähti, on kuitenkin se, että mitään muuta oppiainetta, kuin liikuntaa ei minun käsittääkseni jaeta tarkoituksella ryhmiin sukupuolen mukaan. Tätä sukupuolen mukaan tehtyä jakoa ei nykyisin tehdä liikunnankaan kohdalla enää kaikissa kouluissa, mutta minun henkilökohtainen käsitykseni on, että se on edelleen vallalla oleva liikuntaryhmiin jakamisen periaate. Kuten aikaisemmin jo työssäni on tullut ilmi, ovat jotkut koulut ottaneet tavaksi opettaa myös liikunnan yhteisopetuksena, samoin kuin kaikki muutkin oppiaineet. Julkisuuteen annetut mielipiteet tästä yhteisopetuksesta ovat olleet oman käsitykseni mukaan suurelta osin positiivisia. Itseäni yhteisopetus murrosikäisten ollessa kyseessä arveluttaa, mutta olen aiheesta kiinnostunut, koska liikunnanopettajana haluan opettaa oppilaitani niin, että he viihtyisivät tunnilla, ja omaksuisivat liikunnallisen elämäntavan. Jos yhteisopetus on oppilaitten mukaan se mukavampi tapa, niin silloinhan se saattaisi olla siinä mielessä paras tapa, että motivaatio säilyisi ja oppitunnit olisivat mielekkäitä. Ja koska nykyään opetussuunnitelman perusteet eivät enää erottele lajeja tai opetusta sukupuolen tai minkään

muunkaan mukaan, ja päätäntävalta on luovutettu kokonaan kouluille, olisi yhteisopetus myös opetussuunnitelman mukaan sallittua ja ehkä jopa toivottavaa.

3.3 Liikunnanopetuksen historiaa, ja siihen vaikuttaneita henkilöitä Suomessa

Jukka Lahti toteaa teoksessa *Liikuntapedagogiikka* (2013), että 1800-luvun puolivälin tienoilla tapahtui liikunnallinen herätys, jota ennen liikuntakasvatus oli ollut etuoikeus vain aatelistoon kuuluville. Liikunnallisen herätyksen jälkimainingeissa, Suomalaisen oppikoulujen opetussuunnitelmaan ilmestyi voimistelu ensimmäistä kertaa vuonna 1843. Voimistelu-sanaa käytettiin silloin laajemmin, se ei tarkoittanut vain lajia tai voimistelullista liikuntamuotoa, vaan laajempaa sanaa oppiaineelle. Voimistelu, oli opetussuunnitelmassa ja koulujärjestelmässä oleva oppiaine, jonka tarkoituksena oli saada oppilaat jaksamaan paremmin. (Lahti 2013)

Voimistelu kuului aluksi vain poikien lukujärjestykseen, sillä tyttökouluihin voimistelu tuli vasta vuonna 1872. Poikakouluissakin voimistelu oli alkuun vapaaehtoista, mutta sitä tuli kuitenkin olla viikossa 4 – 5 tuntia. Vaikka voimisteluopetukseen oli jo aluksikin kovasti halukkuutta, se ei heti ollut kovinkaan järjestelmällistä, koska ei ollut vielä päteviä liikunnanopettajia eikä myöskään kunnollisia liikuntatiloja tai myöskään – välineitä. Näin ollen voimistelua ei voitu opettaa edes kaikissa niissä kouluissa, joissa sitä olisi haluttu opiskella. (Wuolio & Jääskeläinen, 1993, 29.) Jukka Lahti (2013) toteaa Irja Koivusaloon (1982) viitaten, että lajeja, joita voimistelutunneilla aluksi harjoiteltiin, oli mm. miekkailu, leikit, hiihto, luistelu, paini, yleisurheilu, yhteisvoimistelu sekä telinevoimistelu. Miekkailun asema oli 1800-luvulla vahva, mutta myöhemmin, 1900-luvun alussa se jäi pois voimistelutunneilta, jolloin tunneilla alettiin harjoitella enemmän pallopelejä, hiihtoa, painia ja yleisurheilua. (Lahti 2013, 32.) Yleisurheiluvälineitä alkoi ilmestyä kouluille jo 1800-luvun loppupuolella, vaikkakin ne olivat silloin vain poikien opetusvälineitä. Tyttökouluille yleisurheiluvälineet tulivat myöhemmin, ja varmuudella ensimmäiset merkinnät naisten heittokeihäistä opetustarkoituksessa ovat vasta vuodelta 1914, Sortavalan tyttökoulusta. (Jääskeläinen & Wuolio, 1993, 91.)

Uinnista alkoi vähitellen 1900-luvun alkupuolella tulla tärkeä oppiaines, vaikka uimahalleja alettiin kunnolla rakentaa vasta 1970-luvulla (Kurki & Anttila, 1999, 43). Vaikka uimapaikkaa ei olisi ollutkaan, niin uintia opetettiin ja opiskeltiin ns. kuivauintina, josta oli annettu tarkat ohjeet opetusohjelmissa. Uintia pidettiin hyvin tärkeänä taitona, ja sen tärkeydestä kertookin se, että oppilaille laitettiin todistukseen uinnista erillinen merkintä. (Jääskeläinen & Wuolio, 1993, 91–92). Vielä nykyäänkin, vuosikymmeniä myöhemmin uinti on tärkeässä asemassa, ja ainoa laji, joka on ilmoitettu peruskoulun opetussuunnitelman perusteissa taitona, joka tulee jokaisen oppilaan osata (Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet 2014, 434).

Vuonna 1970 Suomeen syntyi uusi peruskoulu, ja silloin lukujärjestyksessä lukenut voimistelu vaihtui liikunnaksi (Wuolio & Jääskeläinen, 1993, 133 – 135). Voimistelu oli edelleen tärkeää, mutta sen suosio hieman laski, ja Wuolion & Jääskeläisen mukaan (1993, 137) peruskoulun myötä liikunnanopetuksessa tulivat tärkeäksi tavoitteellisuus, kasvatuksellisuus ja suunnitelmallisuus. Tyttöjen ja poikien liikuntatunnit olivat edelleen määrätty pidettäväksi erikseen, ja molemmille sukupuolille oli omat tavoitteensa. Tytöille tuli ohjelmaan muun muassa musiikkiliikuntaa, ja palloilu lisääntyi, kun taas pojilla palloilu oli liikunnanopetuksessa pääosassa. (Berg 2010, 27.) Vuonna 1985 opetussuunnitelmassa on eroteltu tytöt ja pojat toisistaan sanomalla näin: ”ottamalla huomioon tyttöjen ja poikien kehityksen erilaisuus sekä erilaiset kiinnostuksen kohteet edistetään sukupuolten välistä tasa-arvoa”. Sukupuolten välinen erilaisuus otettiin vuoden 1985 opetussuunnitelmassa huomioon siten, että pojille ja tytöille oli omat ohjeistuksensa opetettavien lajien suhteen. Osa opetettavista lajeista oli molemmille sukupuolille samat, mutta tytöillä ei esimerkiksi lukenut ollenkaan jalkapalloa ja poikien sisällöt oli kuvattu huomattavasti pidemmin kuin tytöillä. Tyttöjen sisällöissä mainittiin leikkejä sekä useassa kohtaa kirjoitettiin ”totuttautumisesta” joihinkin aktiviteetteihin tai lajeihin. (Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet 1985.) Omaan korvaani tällainen kuulostaa hieman siltä, että vuonna 1985 poikia pidettiin ehkä taitavampina tai kykenevämpinä liikkumaan kuin tyttöjä? Sukupuolet on eroteltu liikunnanopetuksen osalta viimeisen kerran vuoden 1985 opetussuunnitelmassa. Sen jälkeen tullut, vuoden 1994 opetussuunnitelma ei enää puhu tytöistä tai pojista, vaan ainoastaan oppilaista. (Berg 2010, 31 – 35.)

Suomalaisen koululiikunnan kehittyminen sellaiseksi, kuin se nykypäivänä on, on vaatinut monelta historian henkilöltä paljon. Näistä historian merkkihenkilöistä yksi on mm. Uno

Cygnaeus, jota kutsutaan myös kansakoulumme isäksi. Hän sai vuonna 1861 tehtäväkseen kansakoulujen ylitarkastajana järjestää Suomen kansanopistolaitoksen kansakoulusta opettajankoulutukseen saakka. Hänen ansiostaan liikuntakasvatus sai ratkaisevan osan suomalaisessa koululaitoksessa. Cygnaeus sanoi silloin: ”Yhtä tärkeää kuin älyllinen on ruumiillinen kasvatus, jonka edistämiseksi tarkoituksenmukaisesti johdettu voimistelu on tärkein keino.” (Jääskeläinen ym. 1985, 17.)

Uno Cygnaeuksen lisäksi Suomalaiselle koululiikunnalle muita tärkeitä henkilöitä ovat olleet mm. Mathilda Asp (varsinkin tyttöjen liikunnan uranuurtaja, perusti 1860-luvun lopulla yksityisen voimistelulaitoksen), Karl Göös (v. 1863 Jyväskylän seminaarin ensimmäinen voimistelun lehtori), Viktor Heikel (oman aikansa yksi parhaiten koulutettuja voimistelulaitoksen opettajia, kirjoitti kirjan poikien kouluvoimistelusta v. 1874), Elin Kallio (perusti Suomen ensimmäisen naisvoimisteluseuran v. 1876) sekä Elli Björkstén (nimitettiin v.1919 Voimistelulaitokselle ”vanhemmaksi kasvatusvoimistelun lehtoriksi). Kaikki edellä mainitut olivat saaneet liikuntakipinän, ja halusivat opettaa voimistelua oman aikansa Suomessa. Jokaisella heistä oli pitkä, eikä kovinkaan helppo tie voimistelunopettajaksi 1800-luvun Suomessa. Suomessa ei vielä silloin ollut paikkaa, jossa voimistelunopettajat olisivat opiskelleet, joten opetustyöhön pääseminen oli hankalaa. (Wuolio & Jääskeläinen, 1993, 41 – 59.) Monet voimistelua Suomessa opettaneet joutuivat hakemaan oppinsa ulkomailta, kuten esimerkiksi Ruotsista, jossa voimistelun opetus oli jo pidemmällä kuin Suomessa. Ruotsissa vallalla oli P.H. Lingin ja hänen poikansa H. Lingin luoma suoristustarkkuutta korostava voimistelusuuntaus, joka oli pitkään vahvasti esillä myös Suomessa ja suomalaisessa liikuntakasvatuksessa. (Lahti 2013) Olettaisin, että näin oli, koska suomalaiset voimistelua opettaneet lähtivät Ruotsiin opiskelemaan voimistelun opetusta. Suomessa voimistelun opettaminen ei välttämättä ollut kovin helppoa. Vaikka olisikin päässyt opettamaan voimistelua, niin opetustulokset olivat sattumanvaraisia riippuen mikä oli kyseessä olevan opettajan maantieteellinen sijainti ja lähtökohta tai sosiaalinen status, ja sekin vaikutti, että mitä kautta hän oli opettajaksi päässyt. Kaikkia tämän pitkän ja vaikeankin tien voimistelunopettajiksi käyneitä yhdisti myös se, että he kaikki alkoivat haluta voimistelun opettajille oikeaa koulutusta myös Suomessa. (Wuolio & Jääskeläinen, 1993, 61.)

Voimistelunopettajien kouluttaminen oli hyvin tärkeää mm. Jyväskylän seminaarin ensimmäisen voimistelun lehtorin, Karl Göösin mielestä. Hän kirjoitti vuonna 1864 kirjan nimeltään ”Muutamia sanoja koulujemme voimistelusta ja ehdotuksia sen tarkoituksenmukaisemmaksi järjestämiseksi”. Göös oli sitä mieltä, että voimistelun opettajia tulisi kouluttaa erityisen huolellisesti, koska oppilas voi vammautua eliniäkseen tai jopa kuolla, jos voimistelunopettaja tekee virheen. (Wuolio & Jääskeläinen, 1993, 37 – 38.) Göösin tekemä työ voimistelunopettajakoulutuksen eteen ei vielä virallisesti tuottanut tulosta, vaan meni vielä vuosia, ennen kuin voimistelunopettajakoulutus lopulta alkoi vuonna 1882 Helsingin voimistelulaitoksella. Siihen aikaan Viktor Heikel teki kovasti töitä asian eteen tekemällä kouluylivaltuutukselle aloitteita koulutuksen aloittamisesta. (Ilmanen & Voutilainen 1982, 165 – 166.)

Aivan kuten voimistelu oppiaineena, niin myös voimistelunopettajakoulutus oli aluksi tarkoitettu vain miehille. Koulutukseen tehtiin uudistus vasta 12 vuotta myöhemmin, kun naiset hyväksyttiin koulutuksen piiriin vuonna 1894. (Ilmanen & Voutilainen 1982, 167 – 169.) Tyttöjen voimistelun ja voimistelunopettajien koulutuksen uranuurtaja Mathilda Asp perusti yksityisen voimistelulaitoksen jo vuonna 1869, ja tämä niin kutsuttu Aspin instituutti jatkoi toimintaansa aina siihen asti, kun yliopiston voimistelulaitoksen kursseille alettiin ottaa myös naisia vuonna 1894. (Wuolio & Jääskeläinen, 1993, 41.)

Aluksi voimistelunopettajien koulutusta järjestettiin vain Helsingissä, mutta vuonna 1956 korkeakoulukomitea antoi esityksen, että voimistelunopettajia koulutettaisiin kahdessa paikassa; Helsingissä ja Jyväskylässä. Esityksen jälkeen meni 7 vuotta, kunnes liikunnanopettajakoulutus alkoi Jyväskylässä vuonna 1963. (Wuolio & Jääskeläinen, 1993, 164 – 165.) Melkein kymmenen vuotta Suomessa pystyi opiskelemaan liikunnanopetusta kahdessa eri korkeakoulussa, mutta vuonna 1974 Helsingin yliopiston voimistelunopettajakoulutus lakkautettiin, ja siitä lähtien liikunnanopettajia on valmistunut vain Jyväskylästä. (Ilmanen & Voutilainen, 1982, 254.) Kuluneiden vuosien aikana liikunnanopettajakoulutus on kokenut muutoksia useaan otteeseen, perustutkinnon ollessa aluksi liikuntakasvatuksen kandidaatin tutkinto, sen jälkeen (v.1978) alempi kandidaatin tutkinto poistettiin ja opiskelijoiden piti suuntautua johonkin viidestä ammatillisesta suuntautumisvaihtoehdosta (aineenopettaja, valmentaja, fysioterapia, hallinto ja kansanterveystyö). (Jääskeläinen & Wuolio, 1993, 166.)

Vuonna 1990 liikunnanopettajakoulusta muutettiin, ja mukaan otettiin erilaisia käytännön kouluelämässä tapahtuvia harjoitteluita. Kauan ei koulutus pysynyt silloinkaan uudistumatta, kun vuonna 1994 koulutusta uudistettiin jälleen, ja 160 opintoviikon koulutukseen sisällytettiin sivuaineopinnot. Nykyisin liikunnanopettajaksi voi valmistua myös vaihtoehtoisia reittejä pitkin. Yksi esimerkki reitti on Jyväskylän liikuntatieteellisessä tiedekunnassa 2000-luvun alussa aloitettu liikunnanopettajakoulutuksen kehittämishanke. Hanke sai alkunsa, kun opetushallitus teki kartoituksen opettajien ikä-, kelpoisuus- sekä koulutusrakenteesta. Huomattiin, että Suomessa toimivista liikunnanopettajista 18,2 %, eli 223 oli muodollisesti epäpäteviä toimimaan liikunnanopettajana. Tähän koulutustarpeeseen vastattiin, ja liikuntakasvatuksen laitoksella räätälöitiin aikuiskoulutus, jota alettiin kutsua pätevöittämisskoulutukseksi. (Lahti 2016, 151.) Hankkeen tarkoituksena oli siis pätevöittää liikunnanohjaajaksi valmistuneita liikunnanopettajina toimivia henkilöitä päteviksi liikunnanopettajiksi (Lahti 2013). Olen itsekin päässyt tämän hankkeen seurauksena pysyväksi muodostuneeseen liikuntapedagogiikan aikuiskoulutukseen, johon tämä pro gradu opinnäytetyöniikin kuuluu. Olen valmistunut aiemmin ammattikorkeakoulusta liikunnanohjaajaksi, jonka jälkeen olen tehnyt töitä liikunnanopettajana, ja nyt suoritan työn ohessa liikuntatieteen maisteritutkintoa Jyväskylän liikuntatieteellisessä tiedekunnassa.

4 LIKUNNANOPETUKSEN TAVOITTEET JA SISÄLLÖT

Peruskoulun opetussuunnitelman perusteissa sanotaan liikunnan osalta, että liikunnassa oppilaat kasvavat liikkumaan ja liikunnan avulla (Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet 2014, 433). Liikunnanopetuksella on siis paljon laaja-alaisempi tarkoitus, kuin vain saada liikuntahetki oppilaitten koulupäivään, vaikka sekin on tietenkin hyvin tärkeää. Liikunnassa, ja liikunnan avulla kasvamisesta kerrotaan myös www.edu.fi sivustolla, jonne on kerätty OPS 2016 liikunnan tukimateriaalit. Tukimateriaalin ovat työstäneet Liikunnan OPS 2016 -ainetyöryhmä (Anders Back, Liisa Hakala, Sami Kalaja, Jouni Koponen, Matti Pietilä, Heli Soosalu ja Arja Sääkslahti sekä etäjäsenet Terhi Huovinen ja Timo Jaakkola). Liikunnassa kasvaminen tarkoittaa esimerkiksi sitä, että lapsi/nuori kartuttaa tietoja ja taitoja, joita tarvitaan myöhemmin elämässä monipuolisen liikkumisen ja hyvinvoinnin ylläpitämiseen. Ja tämä tietojen ja taitojen kartuttaminen tapahtuu liikuntatunneilla saatujen monipuolisten liikuntakokemusten kautta. Liikunnan avulla kasvamisessa tarkoitetaan ihmisenä ja yksilönä kasvamista. Liikuntatunnilla liikutaan yksin ja muiden kanssa, harjoitellaan erilaisia tehtäviä niin yksin kuin ryhmässä. Liikuntatunnilla onnistutaan ja epäonnistutaan, voitetaan ja hävitään jne. Kaikki tällaiset tilanteet ja asiat aiheuttavat erilaisia tunteita, joita lapsen ja nuoren on hyvä oppia tunnistamaan ja ilmaisemaan niin, että ketään ei loukkaantuisi. Liikunnantunneilla opetellaan ja opitaan toisen kunnioittamista, vastuun jakamista, omia taitoja ja kaiken sen kautta pyritään samalla vahvistamaan omaa myönteistä minäkäsitystä. Tavoitteena olisi myös, että liikuntatunnilla jokainen kokisi olevansa turvallisessa ryhmässä, ja saisi kasvaa ja kokea kaikki edellä mainitut asiat tutussa ja turvallisessa yhteisössä. (Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet, liikunnan tukimateriaalit 2016.)

4.1 Liikunnanopetuksen tavoitteista yläkoulussa

Konkreettisia tavoitteita, joita oppilaat tulisi liikunnanopetuksessa oppia ja sisäistää, on kolmenlaisia. On fyysiseen toimintakykyyn liittyviä, sosiaaliseen toimintakykyyn liittyviä sekä psyykkiseen toimintakykyyn liittyviä tavoitteita. Fyysiseen toimintakykyyn kuuluu mm. havaintomotoristen taitojen harjaannuttaminen, tasapainotaidon ja liikkumistaitojen harjaannuttaminen eri vuodenaikoina ja eri liikuntamuodoissa, välineenkäsittelytaitojen

harjaannuttaminen ja niiden soveltaminen eri vuodenaikoina ja eri liikuntamuodoissa, fyysisten ominaisuuksien kehittäminen, uima- ja vesipelastustaitojen kehittäminen (osaa uida ja pelastaa että pelastautua vedestä). Sosiaaliseen toimintakykyyn liittyviä tavoitteita liikunnassa ovat mm. oppiminen työskentelemään kaikkien kanssa, toisten huomioon ottaminen ja omien tunneilmaisujensa hallitseminen myös liikuntatilanteissa, reilun pelin säännöillä toimiminen sekä vastuun ottaminen yhteisissä oppimistilanteissa. Psykkiseen toimintakykyyn liittyviä tavoitteita liikunnassa ovat mm. vastuun ottaminen omasta toiminnasta, myönteisten kokemusten löytäminen omasta kehosta ja yhteisöllisyydestä sekä liikunnallisen elämäntavan ja fyysisen aktiivisuuden merkityksen ymmärtäminen. (Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet, 2014, 434.)

Jokaisella oppiaineella on oma tehtävänsä, minkä takia sitä opetetaan ja opiskellaan. Liikunnan tehtävä on jo aikaisemmin mainittu kasvatus liikuntaan ja liikunnan avulla, mutta sen lisäksi perusopetuksen opetussuunnitelma 2014 toteaa, että liikunnan avulla edistetään yhdenvertaisuutta, tasa-arvoa ja yhteisöllisyyttä sekä tuetaan kulttuurien moninaisuutta. Opetuksen tulee olla turvallista, ja se perustuu eri vuodenaikojen ja paikallisten olosuhteiden tarjoamiin mahdollisuuksiin. Liikunnassa hyödynnetään koulun tiloja, lähiliikuntapaikkoja ja luontoa monipuolisesti. Oppilaita ohjataan ja sitoutetaan turvalliseen ja eettisesti kestävään toimintaan ja oppimisilmapiiriin. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014.)

Liikunnanopetuksen tehtävä on tärkeä, ja sen tärkeyttä korostaakin esimerkiksi se, että erityisesti lasten ja nuorten fyysinen aktiivisuus, kuntotekijät sekä motoriset taidot ovat heikentyneet viime vuosina. Jos samanlainen heikentyminen jatkuu, niin pelkona voi olla yhteiskunnallisesti hankalia terveysongelmia kuten esimerkiksi lihavoitumista, työkyvyn heikkenemistä ja sitä kautta lisääntyviä työkyvyttömyyseläkkeitä jne. (Jaakkola ym. 2013, 12.) Liikunnanopettajalla on hyvin tärkeä tehtävä, koska he vaikuttavat lasten ja nuorten liikunnalliseen elämäntapaan. Liikunnanopettajien tulisi olla liikunnallisen elämäntavan herättäjiä ja tukijoita. Jo liikunnanopetuksen alkuajoista alkaen, kun perusteltiin miksi liikuntaa pitäisi opettaa, sanottiin, että liikunnalla on positiivisia vaikutuksia lasten ja nuorten kunnon kohoamiseen. Perusteluna käytettiin myös liikunnan virkistävää vaikutusta teoriapainotteisten oppituntien välissä. (Lahti 2016) Samat perustelut ovat mielestäni ajankohtaisia edelleen, kun puhutaan liikunnanopetuksen tärkeydestä. Lisäksi olisi hyvin tärkeää, että lapset ja nuoret

saataisiin oppimaan ja omaksumaan liikunnallinen elämäntapa jo nuorena, jolloin tämä tapa mahdollisesti kantaisi läpi elämän. Jotta lapsi/nuori omaksuisi liikunnallisen elämäntavan, hän tarvitsee ympäristön, joka tarjoaa sopivia mahdollisuuksia liikkumiseen, positiivisia kokemuksia liikunnasta sekä liikuntamotivaatiota, jotta hän voi itse päättää, että haluaa liikkua. (Jaakkola ym. 2013, 12.)

4.2 Yhteisopetus liikunnanopetuksessa

Henkilökohtaisen kokemukseni mukaan liikunnasta ja liikunnanopetuksesta yhteisopetuksena on alettu puhua viime vuosien aikana enemmän kuin aikaisemmin. En tiedä onko syynä kasvava digitalisaatio ja sen mukanaan tuoma lisääntynyt ruutuaika ja ihmisten liikkumattomuus, jonka seurauksena on alettu puhua miten nuoret saataisiin kiinnostumaan liikunnasta ja liikkumaan enemmän. Vai onko kyseessä sittenkin vain oma henkilökohtainen kokemukseni siitä, että liikunnan yhteisopetus, samoin kuin opetukseen käytössä olevat rahat ovat olleet paljon keskustelun aiheena. Henkilökohtaisesti minua itseäni kiinnostaa yhteisopetuksen aiheuttamat hyödyt ja/tai haitat varsinkin oppilaiden itsensä kannalta katsottuina.

Tanja Hiltunen (1998) kertoo pro gradu työssään, että hänen tekemässään tutkimuksessa 71 % vastanneista vastusti sekaryhmä- eli yhteisopetusta. Vastanneet pelkäsivät mukavuuden katoavan liikuntatunneilta, sekä lajivalintojen, kilpailuhenkisyyden, suuremman ryhmäkoon sekä sukupuolen aiheuttaman tasoeron aiheuttavan ongelmia liikuntatunneilla. Aloittaessani tätä pro gradu – työtäni, ajattelin, että asia olisi edelleen jotakuinkin samalla lailla, mitä Hiltunen sai työssään tulokseksi jo vuonna 1998.

Itse olen käynyt alakoulua vuosina 1987 – 1992, ja minun alakouluajanani koulussani liikunnanopetus annettiin luokittain, eli saman luokan tytöt ja pojat liikkuiivat yhdessä. Yläkouluun siirryttäessä ryhmät jaettiin sukupuolen mukaan, jolloin tytöt liikkuiivat omana, ja pojat omana ryhmänään. Itse muistan, että olin todella tyytyväinen, että liikuntatunnit olivat

vain tyttöjen kesken. Olin itse liikunnallinen ja harrastin kilpaurheilua, joten olisin kyllä pärjännyt poikienkin ryhmässä, mutta pidin liikunnasta paljon enemmän tyttöryhmässä. Kuulemani mukaan, ja yli kymmenen vuotta nuoremman veljeni kouluaikaa seuranneena huomasin, että myöhemmin monessa koulussa on ollut käytäntönä, että 3. luokkaan asti liikunnanopetus on tapahtunut sekaryhmissä, ja sen jälkeen liikunnan opetusryhmät on jaettu sukupuolen mukaan. Poikkeuksia tähän malliin on toki varmasti ollut ja on edelleenkin.

Sinikka Holopainen teki vuonna 1991 tutkimuksen nimeltään Taitavat ja kömpelöt koululiikunnassa. Vaikka tutkimuksesta on kulunut aikaa jo jonkin verran, oli tutkimus mielestäni edelleen todella ajankohtainen. Holopaisen tutkimusaineisto kerättiin jo vuonna 1979 – 1980 ja seuranta-aineisto kerättiin vuonna 1985. Tutkimuksen aineistoon kuului sekä oppilaiden itsearviointia, että fyysisiä testejä. Osa testeistä oli täysin samoja, joita tehtiin vielä ennen nyt voimaan tulleita uusia peruskoulun opetussuunnitelman perusteita (2014). Näitä samoja testejä olivat muun muassa vauhditon viisiloikka, jalkojen liikenopeus (edestakaisin hyppy), kahdeksikkokuljetus ja tasapainoseisonta. Holopainen tuli tutkimuksessaan siihen tulokseen, että pojilla koettu fyysinen pätevyys oli positiivisessa yhteydessä vain fyysisesti rasittaviin lajitaitosuorituksiin, kun taas tytöillä kaikilla lajitaidoilla oli hyvin merkittävä positiivinen yhteys koettuun fyysiseen pätevyyteen. Ja kuitenkin tytöt kokivat oman kehonsa ominaisuudet paljon negatiivisemmin kuin pojat. Holopainen sanoo tutkimuksessaan, että myönteisen minäkäsityksen saavuttaminen olisi hyvin tärkeää, ja jotta jokaisella nuorella olisi mahdollisuus kehittää myönteistä minäkäsitystä, tulisi yhteisopetusta järjestää sellaisissa liikuntalajeissa, joissa heidän suoritustasonsa on samanlainen, tai jossa erilainen fyysinen olemus/kunto olisi eduksi tilanteelle. Holopaisen mielestä tällainen liikuntamuoto voisi olla esimerkiksi retkeily. Holopainen mainitsee tutkimuksessaan erään minun mielestäni selkeän ongelman, jonka pitäisi jollakin tavalla vaikuttaa liikunnanopetukseen. Tämä ongelma on se, että tyttöjen motorisen kehityksen kausi on 1-3 vuotta aikaisemmin kuin pojilla, ja tämä kehityskausi on tytöillä lyhyempi. Tähän samaan ongelmaan on tarttunut myös H. T. Epstein (1978), jonka Holopainen mainitsee tutkimuksessaan. H. T. Epstein (1978) olisi halunnut, että tytöillä on eri opetussuunnitelma, kuin pojilla. Holopaisen tutkimuksen tulosten mukaan tyttöjen liikunnanopetukseen tulisi panostaa varsinkin alakoulun viimeisillä luokilla, ja mahdollisesti käyttää aineenopettajia liikunnanopetuksessa myös alakoulussa. (Holopainen 1991.)

Päivi Berg on myös tehnyt tutkimuksen aiheesta, ja hänen tutkimustaan lukiessani ymmärsin, että myös opettajan oma ikä tai hänen oma koulutaustansa vaikuttavat siihen miten hän opettaa tai miten hän oppilaistaan ajattelee. Päivi Berg on pohtinut omassa tutkimuksessaan asiaa seuraavasti. Vaikka opetussuunnitelmat uudistuvat n. kymmenen vuoden välein, niin opettajakunta ei kuitenkaan uudistu. Eri-ikäisiä, eri aikakausina opiskelleita opettajia on paljon. Jokainen opettaja on itsekin ollut koululainen ja opiskelija, ja omaksunut oman opiskelunsa aikana sen ajan käsitykset muun muassa sukupuolesta. Nämä käsitykset vaikuttavat opettajan tapaan ajatella ja opettaa. (Berg 2010, 17.) Tämä vaikuttaa mielestäni hyvin järkeen käyvältä. Ehkä, kun aikaa kuluu vielä hieman, ja nykyään yhteisopetuksessa olevista oppilaista joistain tulee liikunnanopettajia, on heidän käsityksensä ja esioletuksensa täysin erilaiset kuin minun, joka olen kasvanut ja oppinut sukupuolen mukaan erotelluissa liikunnan opetusryhmissä.

Ruotsalainen Carina Persson (2003) tutki sukupuolen mukaan jaettujen ryhmien vaikutusta luokkahuoneen ilmapiiriin, ja kohdejoukkona hänellä oli lukioikäiset oppilaat. Perssonin tutkimuksen tulos oli se, että suurin osa oppilaista oli tyytyväisiä sukupuolen mukaan jaetuissa ryhmissä. Perusteiksi hän sai muun muassa sen, että näissä ryhmissä oppilaille oli rennompaa ja yhteisymmärrys oli suurempi. Molemmat, niin tytöt kuin pojatkin olivat sitä mieltä, että he uskalsivat paremmin, kun ei tarvinnut miettiä toista sukupuolta, ja mitä muut hänestä ajattelevat. Opettajat olivat myös sukupuolen mukaan jaoteltujen ryhmien kannalla, koska heidän mielestään yhteisopetuksessa tulevat paremmin esiin perinteiset stereotyyppiset roolit. Tätä Perssonin tutkimusta ei voi tietenkään suoraan verrata yläkoulun liikuntaryhmään, mutta mielestäni tämän tutkimuksen tulos oli kuitenkin mainitsemisen ja esittelyn arvoinen. Perssonin tutkimuksessa kyseessä oli joukko nuoria, jotka olivat ennen opiskelleet yhteisopetuksessa, ja sitten heidät erotettiin, jotta saatiin tutkittua miten se vaikuttaa luokan ilmapiiriin. Minun tutkimuksessani on myös joukko nuoria, mutta toisin kuin Perssonin tutkimuksessa, minun kohderyhmäni siirrettiin yhteisopetukseen.

Valo, eli valtakunnallinen liikunta ja urheiluorganisaatio ry on vuonna 2013 aloittanut järjestö, joka on vuoden 2017 alussa sulautunut Suomen Olympiakomiteaan (Valo ry 2017). Vuonna 2015, kun koulujen kesälomat olivat alkamassa, Valo ry teetti kyselyn aiheella: ”Pitääkö liikuntatunnit järjestää erikseen?”, ja kyselyyn vastasi sekä Valo ry:n oma, n. 100 vaikuttajan raati, sekä urheilukansa. Vastauksia tuli raadilta yhteensä 43 ja urheilukansalta 421. Kyselyyn

tuli sekä ”kyllä” että ”Ei” vastauksia, ja myös muutamia ”EOS” (=En osaa sanoa). Raadin ”Kyllä” –vastauksia antoivat seuraavasti mm. Laura Lepistö, Suomen Olympiakomitean urheilijavaliokunnan jäsen:

”Itse ainakin koin aina että liikuntatunnit oli ihan mukava pitää tyttöjen kesken, ja porukka vähän vaihtui päivän aikana kun rinnakkaisluokka oli samalla tunnilla. Joten en näe suurempaa tarvetta sekaryhmiksi vaihtamiselle.”

Vesa Lappalainen, toiminnanjohtaja / Suomen Aikuisurheiluliitto ry:

”Liikuntatunnit on parempi pitää erillään useasta syystä. Ensinnäkin tytöt ja pojat kehittyvät eri tahtiin. Tästä johtuen tasoerot muodostuvat liian suuriksi. Toiseksi mielenkiinto lajeja kohtaan on erilainen tytöillä ja pojilla. Näissä tapauksissa lapsi tuntee helposti syrjäytymistä, jos laji ei miellytä.”

Noora Toivo, 100m aitajuoksija:

”Ikävä kyllä liikuntatunnit tuntuvat etenkin nykyään olevan monille se inhokkiaine ja suurelta osin suorittamisen sekä vertailun takia. Koululiikunnassa ei kuitenkaan ole kyse huippu-urheilusta, joten omasta mielestäni olisi tärkeintä saada liikunta mielekkääksi mahdollisimman monelle ja kannustaa lapsia sekä nuoria liikkumaan ja urheilemaan. En usko, että tätä tavoitetta auttaa tyttöjen sekä poikien yhteiset liikuntatunnit.”

Niina Kelo, yleisurheilija, Olympiakomitean urheilijavaliokunnan jäsen:

”Mielestäni on pääasiassa hyvä asia, että tyttöjen ja poikien ryhmät ovat erikseen liikuntatunneilla. Tämä siitä syystä, että pojat ovat usein hiukan tyttöjä rajumpia peleissään, eivätkä arimmat tytöt ehkä uskalla osallistua samalla tavalla erilaisiin peleihin kuin tyttöryhmässä. Tällöin he eivät myöskään saa kunnolla liikuntaa ja pojat taas joutuvat ehkä varomaan ja passailemaan peli-intoaan.”

Myös "Ei" vastauksia tuli, ja niitä antoivat seuraavasti mm. Pirjo Ruutu/ pääsihteeri ADT ry:

"Tytöt ja pojat voivat oppia paljon toisiltaan liikuntatunneilla. Pojilla on perinteisesti vahvemmat taidot esim. palloilulajeissa, tytöillä voimistelussa jne."

Eki Karlsson, toiminnanjohtaja / Suomen Latu:

"Liikuntatuntien eriyttäminen aiheuttaa yhteiskunnassamme turhaa ennakkoasenteista luokittelua poikiin ja tyttöihin. Yhdessä liikkuminen tunnetusti edistää niin lasten kuin aikuistenkin keskuudessa sosiaalisia taitoja."

Raija Mattila, VTK:

"Sekaryhmät vapauttavat ajattelun tyttöjen ja poikien merkittävistä eroista taitojen oppimisessa ja potentiaalisessa lajikiinnostuksessa. Sekaryhmät mahdollistavat perinteisten sukupuoliroolien heikkenemisen ja lisäävät sekä tyttöjen että poikien ennakkoluuloista vapaata lajioppimista."

Marianne Nyman, urheilutoimittaja:

"Yhteiset liikuntatunnit lisäävät luokan yhteenkuuluvuuden tunnetta. Oppilaiden mahdollisuus löytää se oma juttu kasvaa kun lajikirjo sekä tytöillä että pojilla todennäköisesti laajenee."

Vastaajat perustelivat mielestäni oman kantansa hyvin, ja sanoisin, että henkilökohtaisesti voisin olla melkein jokaisen vastauksen kanssa samaa mieltä. Tämä taas mielestäni osoittaa sen, miten mielenkiintoisesta ja ehkä hankalastakin asiasta on kyse. Tämän Valo ry:n teettämän kyselyn tulos oli se että suurin osa vastaajista, eli molemmissa vastaajaryhmissä n. kaksi kolmasosaa on sitä mieltä, että liikuntatunteja ei tulisi järjestää erikseen, vaan ne tulisi järjestää yhteisopetuksena. (Valo ry 2015.)

4.3 Liikunnanopetuksesta muualla kuin Suomessa

Tähän lukuun olen kerännyt muutamia esimerkkejä siitä, miten liikunnanopetus on järjestetty muualla kuin Suomessa. Olen kuullut paljon esimerkkejä, ja lukenut epävirallisista lähteistä, että Suomi olisi vähemmistöön kuuluva maa koko maailman mittapuulla, jos tarkastelussa on yhteisopetus liikunnanopiskelussa. Mutta minulla ei ole virallista, tarkistettavissa olevaa tietoa kaikkialta maailmasta, joten keskityn tässä luvussa niihin maihin, joista olen saanut virallista tietoa. Eniten tietoa löytyi Euroopasta, mutta muutama maa EU:n ulkopuolelta on myös esillä tässä luvussa.

Pehkonen ja Pätäri (1997) toteavat, että Suomi on Euroopan ainut maa, jossa liikunta opetetaan vielä pääosin sukupuolen mukaan erotelluissa ryhmissä. He ovat tutkineet liikunnanopetusta Suomessa omassa pro gradu – työssään vuonna 1997. Vuonna 1994 voimaan tulleen Opetussuunnitelman myötä on Suomessakin vähä vähältä alettu opettaa, tai ainakin ottaa kokeiluun liikunnan opettamista yhteisopetuksena. Pehkosen ja Pätärin (1997) tutkimuksesta on kulunut jo 20 vuotta, mutta minun tietääkseni yhteisopetus on asia, jota ei vielääkään laajalti harjoiteta. Sirkku Korpela mm. kirjoittaa asiasta Liikunta & Tiede – lehden artikkelissaan (6/2014). Hän on perehtynyt erityisesti Pohjoismaiseen ja täällä varsinkin Norjan koulumaailmaan. Hän kertoo, että Norjassa liikuntatunnit järjestetään yhteisopetuksessa, ja hänen henkilökohtainen mielipiteensä on se, että yhteisopetus on positiivinen asia, ja omiaan lisäämään kouluviihtyvyyttä, luokkahenkeä ja tasa-arvoisuutta.

Ruotsissa ajatusmalli on hyvin samantapainen ainakin tasa-arvoisuuden suhteen, kuin Sirkku Korpela (2014) kertoo Norjassa olevan. Ruotsissa liikunnanopetus järjestettiin sukupuolen mukaan jaetuissa ryhmissä aina 1980 luvulle asti. Siihen asti oli ajateltu, että tytöt ja pojat ovat niin erilaisia varsinkin fyysisesti, että ei olisi järkevää opettaa liikuntaa yhteisopetuksena. Mutta vuodesta 1980 alkaen Ruotsissa muutettiin oppiaineen nimi voimistelusta (gymnastics) urheiluksi (sport), ja myös yhteisopetusta alettiin ottaa käyttöön. Yhteisopetus alkoi olla mielekästä, kun enää ei ajateltu, että sukupuolet ovat keskenään erilaisia, vaan alettiin ajatella enemmän sukupuolineutraalisti, jolloin opettajan tulisi ottaa jokainen oppilas yksilönä ja

tarvittaessa eriyttää ja suunnitella opetustaan eri yksilöiden mukaan eikä sukupuolen mukaan. (Gerdin 2008, 13 – 14.)

Vuonna 2005 ilmestyi Pühse ja Gerberin teos *International Comparison of Physical Education: Concepts, Problems, Prospects*. Tässä teoksessa kerrotaan liikunnasta oppiaineena eri maissa. Teos on ilmestynyt jo hieman yli kymmenen vuotta sitten, joten jotkin asiat voivat olla mahdollisesti muuttuneet, mutta seuraavissa kappaleissa avataan liikunnanopetusta tämän teoksen pohjalta.

Tanskassa oppilaat opiskelevat yhteisopetuksessa liikuntaa, vaikka laki antaa mahdollisuuden myös erottaa ryhmät tarvittaessa sukupuolen mukaan. Vuonna 1970 asiasta oli enemmän keskustelua, ja yhteisopetuksen vastustajat sanoivat, että tytöt fyysisesti heikompana sukupuolena jäävät poikien varjoon, ja yhteisopetus tapahtuu aina poikien ehdolla. Tästä huolimatta liikunta opetetaan Tanskassa ikäryhmästä riippumatta yhteisopetuksena. Ajatus on se, että vaikka joitain ongelmia saattaakin olla joissain ikäryhmissä, niin hyödyt ovat kuitenkin haittoja suuremmat. (Pühse & Gerber, 2005, 219 – 220.)

Suomi, Ruotsi ja Tanska ovat nykyään ainoat EU maat, joissa ei enää ole olemassa tyttö- tai poikakouluja. Mutta esimerkiksi Irlannissa 44 % oppilaista opiskelee joko tyttö- tai poikakoulussa. (Leinonen, 2005, 24.) Tähän lukuun perustuen voisi siis sanoa, että Irlannissa lähes puolet oppilaista opiskelee sukupuolen mukaan jaetuissa ryhmissä myös liikuntaa. Kuitenkin niissä kouluissa, joissa opiskelee sekä tyttöjä että poikia, opetetaan myös liikunnat yhteisopetuksena (Pühse & Gerber, 2005, 393). Myös Englannissa on yhden sukupuolen kouluja (16% oppilaista) ja Luxemburgissa samoin (14% oppilaista) (Leinonen, 2005, 24). Joten myös näissä maissa opiskellaan liikuntaa ainakin osassa kouluista sukupuolen mukaan jaetuissa ryhmissä. Englannissa liikunnan yhteisopetus on aiheuttanut keskustelua viime vuosina. Asiaan ei ole kuitenkaan otettu yhteistä käytäntöä, vaan liikunnanopetus vaihtelee sen mukaan, mistä koulusta, ikäryhmästä tai lajista on kyse (Pühse & Gerber, 2005, 244).

Ranskassa yhteisopetus liikunnassa tapahtuu yleensä vain 12 – 14 -vuotiaiden oppilaiden kanssa. Oppilaat ovat silloin 6-8 luokkalaisia. Näiden ikäryhmien opettajat koulutetaan

opettamaan heterogeenisiä ryhmiä, ja huomioimaan erilaisten oppijoiden tarpeet. 14 ikävuoden jälkeen opetus ei enää aina ole yhteisopetusta, vaan osittain tunnit ovat sukupuolen mukaan jaettuja. Esimerkiksi uinti, tanssi, sulkapallo yms. ovat yhteisopetuksessa opetettavia aineita, mutta rugby, yleisurheilu ja judo ovat esimerkkejä lajeista, joita opetetaan sukupuolen mukaan jaetuissa ryhmissä. Ranskassa ajatellaan, että kaikilla tulisi olla mukavaa liikuntatunnilla, ja siksi siellä tunnit ja opetus on järjestetty näin. (Pühse & Gerber, 2005, 285 – 286.)

Sveitsissä liikunnanopetusmalli on mielestäni hyvin paljon samantapainen kuin Suomessa on pitkään ollut yleisesti käytäntönä. Yhteisopetuksen kannattajat ovat sitä mieltä, että tyttöjen ja poikien tulisi opiskella liikuntaa yhdessä ja oppia näin, että vastakkaisen sukupuolen kanssa voi urheilla ja liikkua myös vapaa-ajalla, ja yhteisopetuksessa kilpailuasetelma vähenisi. Yhteisopetuksen vastustajat taas ajattelevat, että murrosikäisten tyttöjen ja poikien on hankalaa olla samalla liikuntatunnilla niin, että molemmat saisivat onnistumisen elämyksiä, kun pojat ovat fyysisesti vahvempia ja parempia kuin tytöt. Asiasta on tehty Sveitsissä myös tutkimuksia, jotka tukivat sitä, että tyttöjen mahdollisuudet kehittyä taidoissaan olivat paremmat silloin kun tunnit olivat sukupuolen mukaan jaetut. Nykyisin liikuntatunnit pidetään alakouluikäisille yhteisopetuksena, mutta yläkouluikäisten liikuntatunnit ovat yleensä sukupuolen mukaan jaetut. (Pühse & Gerber, 2005, 646.)

Saksassa liikuntatunnit olivat 35 vuotta sitten aina sukupuolen mukaan jaettu tyttöjen ja poikien liikuntaryhmiin, sittemmin yleiseksi normiksi vaihtui yhteisopetus. Yhteisopetuksen suhteen on kuitenkin poikkeuksia eri osavaltioissa. Ja varsinkin vuosiluokkien 7-9 opetuksen osalta käytännöt vaihtelevat, ja viime vuosien aikana kasvava trendi on ollut opettaa liikuntaa jälleen sukupuolen mukaan jaetuissa liikuntaryhmissä. Saksassa ajatellaan yläkouluikäisten opetuksesta samoin, kuin esimerkiksi Sveitsissä. Ajatus on, että tyttöjen ja poikien kehittyminen sekä käyttäytyminen ovat niin erilaisia, että heitä ei kannata opettaa samassa liikuntaryhmässä. Ja pelkona on Saksassakin se, että tytöt ovat ne jotka kärsivät yhteisopetuksesta enemmän jäämällä heikommaksi osapuoleksi. (Pühse & Gerber 2005, 302.)

Turkki oli yksi hieman kaukaisemmista maista, joista tietoa löytyi. Siellä opetus tapahtuu yhteisopetuksena. Aiheesta kirjoittaa turkkilainen Canan Koca (2009), joka kertoo

tutkimuksessaan, että yhteisopetus aloitettiin vuonna 1997, ja ajatus oli se, että opettamalla ja opiskelemalla yhteisopetuksena, saisivat niin tytöt kuin pojatkin samanlaista, tasa-arvoista opetusta. Ja molemmat sukupuolet saisivat tasavertaiset mahdollisuudet opiskelussa. Liikunnanopiskelussa yhteisopetus ei ole kuitenkaan Canan Kocan mukaan automaattisesti tuonut tasavertaisia mahdollisuuksia turkkilaisille tytöille ja pojille. Hänen tutkimuksessaan kävi muun muassa ilmi, että niin mies- kuin naisopettajatkin huomioivat useammin poika- kuin tyttöoppilaita. Canan Koca tuo tutkimuksessaan esille saman seikan, josta myös Carina Persson (2003) kertoi tutkimuksessaan, että yhteisopetuksen ryhmässä stereotyyppiset roolit tulevat helpommin esiin.

Jos palaan liikunnanopetuksen osalta vielä Eurooppaan kokonaisuudessaan, niin Euroopan sisällä käytännöt ja tavat saattavat vaihdella liikunnanopetuksessa maittain. Mutta vaikka opetus käytänteet vaihtelisivat paljonkin, niin tavoitteet joihin liikunnanopetuksella pyritään, ovat suurelta osin samanlaisia riippumatta mistä Euroopan maasta on kyse. Euroopan alueella niitä kaikkein tärkeimpiä asioita liikunnan opetuksessa ovat oppilaan fyysisen, persoonallisen ja sosiaalisen kehityksen tukeminen. Monessa maassa, Suomi mukaan lukien, näiden edellä mainittujen tavoitteiden lisäksi tärkeä tavoite on liikunnallisuuden ja terveitten elämäntapojen edistäminen ja ylläpitäminen myös vapaa-ajalla ja tulevaisuudessa. Euroopassa ajatellaan, että oppilaan olisi hyvä jatkaa liikuntaa ja terveellisiä elämäntapoja elämässään myös kouluajan jälkeen. Näin ihmisistä, ja kokonaisista maista/valtioista saataisiin terveempiä ja pitkäikäisempiä. (Opetushallitus. Opettajan verkkopalvelu 2017)

Lähes samanlaisten tavoitteiden lisäksi Euroopan maita yhdistää se, että kaikkialla Euroopassa liikuntaa pidetään tärkeänä oppiaineena. Euroopassa liikunta kuuluu kaikkialla opetussuunnitelman piiriin, ja on pakollinen oppiaine ala- sekä yläkouluissa. (European Commission 2013). Myös EU:ssa on otettu liikunnanopetus tarkastelun kohteeksi. Euroopan parlamentin internetsivuilla todetaan, että koska liikkumattomuus aiheuttaa vuosittain 500 000 kuolemaa, ja maksaa yli 80 miljardia euroa, liikuntaan ja sen opetukseen on alettava panostaa enemmän. Jotta liikunnanopetus voisi olla tehokkaampaa ja mielekkäämpää, tulisi kiinnittää huomiota mm. liikuntavälineisiin. Vuonna 2014 Euroopan neuvosto aloitti kolmen vuoden liikuntasuunnitelman Euroopassa, ja ensimmäistä kertaa myös liikunnan ja urheilun saralta oli mahdollista hakea Erasmus ohjelmaan mukaan. Vuonna 2015 Euroopan komissio lanseerasi

urheiluviikon Euroopassa, jonka tarkoituksena oli kasvattaa tietoisuutta liikunnan ja urheilun hyödyistä. (Euroopan parlamentti 2016.)

5 TYTTÖJEN JA POIKIEN KASVU JA KEHITYS MURROSIÄSSÄ

Murrosiän alkamisen niin pojilla kuin tytöilläkin aiheuttavat hormonit. Pojilla hormonin nimi on testosteroni ja tytöillä estrogeeni. Sekä naiset että miehet tuottavat molempia hormoneita, mutta miehet tuottavat testosteronia enemmän kuin naiset, ja naiset taas tuottavat estrogeeniä enemmän kuin miehet. Murrosikä sijoittuu yleensä ikävuosien 9-16 välille, ja se alkaa useimmiten tytöillä aikaisemmin kuin pojilla. (Santrock, 2010, 53 – 57.)

5.1 Fyysisestä, kognitiivisesta ja sosioemotionaalisesta kehittämisestä

Murrosikä ja sen mukanaan tuomat muutokset tulevat nuorelle vahvimmin eteen juuri vuosiluokkien 7-9 aikana, jolloin opettajankin on hyvä olla näistä asioista tietoinen (Jaakkola ym. 2013, 501). Yläkoulun ajatellaan usein olevan opettajalle hankalin paikka tehdä työtään. Näin ajatellaan ehkä juuri sen takia, että monet oppilaat ovat yläkouluikäisinä keskellä murrosikää, joka saattaa vaikeuttaa heidän koulunkäyntiään sekä opettajien opetustyötä. (Virta & Lounassalo 2013, 497.) Itse henkilökohtaisesti ajattelen, että syy, miksi opettajan on hyvä olla tietoinen murrosiän tuomista fyysisistä ja psyykkisistä muutoksista, on se, että hänen tulisi pystyä ymmärtämään ja tukemaan murrosiän keskellä olevaa nuorta, joka on itsekin hieman ymmällään muuttuvasta itsestään. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteitten (2004) mukaan liikunnanopettajan tulisikin opetuksessaan ottaa huomioon sukupuolten erilaiset tarpeet sekä ne erot joita kasvu ja kehitys tuovat mukanaan. Tämä ei mielestäni onnistu, jos opettaja ei ole tietoinen murrosikään liittyvistä asioista.

Kun lapsi/nuori tulee murrosikään (puberteetti-ikään), hänessä alkaa tapahtua fyysisten muutosten lisäksi myös, kognitiivisia, eli tiedollisia, sekä sosioemotionaalisia, eli tunne- ja vuorovaikutustaidollisia muutoksia (Virta & Lounassalo 2013, 501; Numminen 2005, 156, 172). Hietala ym. (2010) toteavat kirjassaan Nuori ja mieli – koulu mielenterveyden tukena, että puberteetti alkaa fyysisillä muutoksilla, jotka saattavat olla nuorelle samaan aikaan sekä hämmentäviä että ylpeyden aiheita. Murrosiän keskellä nuori ei aina tiedä mitä ajatella itsestään ja muuttuvasta kehostaan. Ja kun myös psyykinen kehitys on vielä kesken, voi nuorelle olla todella hämmentävää huomata olevansa murrosiässä. Lisäksi nämä fyysiset muutokset ovat

vuosien kuluessa varhaistuneet selkeästi, kun taas psyykkinen puoli kehittyy fyysistä hitaammin (Hietala ym. 2010, 42).

Tyttöjen murrosikä alkaa yleensä ikävuosien 9 – 13 välillä. On kuitenkin mahdollista, että se alkaa hieman aikaisemmin tai myöhemmin, koska jokainen kehittyy yksilöllisesti omaan tahtiinsa. Ensimmäinen merkki tytön murrosiän alkamisesta on usein pituuskasvun kiihtyminen sekä rintojen kasvu. Rintojen kehitys kestää useamman vuoden ajan, ja niiden kehittyessä muu keho alkaa myös muuttua. Häpykarvoitusta, ja muuta karvoitusta alkaa kasvaa yksilöllisesti eri kehon osiin. Hiljalleen kehityksen edetessä myös lantio ja reidet pyöristyvät, ja valmistavat tytön kehoa lisääntymistä varten. (Väestöliitto 2017.) Tämä murrosiän mukanaan tuoma kehon muotojen muuttuminen saattaa Santrockin (2010, 63) mukaan aiheuttaa tytöille emotionaalisia ja sosiaalisia vaikeuksia varsinkin jos tyttö on aikaisin kehittyvä. Nämä vaikeudet saattavat olla seurausta muun muassa länsimaisista kauneusihanteista, joiden mukaan naisen kuuluu olla hoikka ja kevyt (Santrock, 2010, 63). Tyttöjen murrosikään kuuluvat olennaisena osana kuukautiset, jotka alkavat suomalaisella tytöllä usein kasvupyrähdyksen jälkeen, n. 10-16 vuoden iässä. Kuukautisten alkaminen on merkittävä tapahtuma tytön elämässä (Väestöliitto 2017).

Poikien murrosikä alkaa keskimäärin kaksi vuotta myöhemmin kuin tyttöjen murrosikä (Väestöliitto 2017). Jotkin lähteet antavat poikien murrosiän alkamiseksi 10-14 vuotta (Iivonen & Lamminpää, 2004, 8), mutta kuten tytöilläkin, myös pojilla murrosikä alkaa ja etenee yksilöllisesti. Ensimmäinen merkki siitä, että pojan murrosikä alkaa, on kivesten ja kivespussien kasvu, jonka jälkeen karvoitusta alkaa ilmestyä. Noin vuoden päästä tästä myös penis alkaa kasvaa. Ulkopuolisen silmin näkyvin murrosiän merkki on pituuskasvu. Poika voi kasvaa vuoden aikana jopa 10 cm. (Iivonen & Lamminpää, 2004, 8.) Siinä missä aikaisin kehittynyt tyttö voi kokea ahdistusta ja joutua emotionaaliin vaikeuksiin uuden kehonsa kanssa, saattaa aikaisin kehittynyt poika saada itsevarmuutta siitä, että hän on länsimäisen ihanteen mukaan pitkä ja harteikas (Santrock, 2010, 63). Pituuskasvun lisäksi pojan murrosiän yksi selkeä merkki on äänenmurros, joka sekkin on yksilöllinen. Toisilla ääni madaltuu tasaisesti pikku hiljaa, ja toisilla ääni vaihtelee nopeastikin korkeasta matalaksi ja päinvastoin. Kuten aikaisemmin jo todettiin, tytöllä kuukautiset ovat merkki sukukypsyydestä, pojalla taas merkinä ovat siemensyöksyt, jotka alkavat keskimäärin 12-14 vuotiaina. Murrosikäinen poika

voi saada tahattomia siemensykyjä esimerkiksi nukkuessaan. (Iivonen & Lamminpää, 2004, 8.)

Kuten Hietala ym. (2010) toteavat, voi nuori olla murrosikänsä takia hämmentynyt. Tämä saattaa johtua osittain siitä, että nuoren vartalo alkaa pikkuhiljaa näyttää aikuisen vartalolta, mutta psyykinen kehitys tulee fyysisestä kehityksestä jäljessä. Ajatukset, tavat, sosiaaliset taidot ym. ovat vielä lapsen tasolla, jolloin syntyy ristiriitaa kehon ja mielen välillä. Tämä on kaikessa hämmentävyydessään täysin normaalia, ja sitä kutsutaan taantumaksi (sähköinen oppimisympäristö, terveystieto). Yläkoulun opettajan on mielestäni hyvä tiedostaa tämä, ja ymmärtää myös, että murrosikäiselle oma keho ja kehonkuva ovat todella merkittävässä osassa omassa mielessä ja omalla arvoasteikolla. Nuori saattaa olla todella epävarma omasta kehostaan, jolloin voi olla hankalaa esimerkiksi mennä alasti suihkuun luokkakavereitten edessä. Tämä saattaa olla yksi syy, miksi etenkin uintitunnit voivat olla haastavia niin oppilaille kuin opettajallekin. Opettaja saattaa luulla, että oppilas on hankala tahallaan tai ei pidä esimerkiksi uinnista, vaikka kyse ei olisikaan siitä. Uinti voi oppilaan mielestä olla mukavaa lajina, mutta koska hän arastelee ja häpeää omaa murrosikäistä vartaloaan, niin hän saattaa heittäytyä hankalaksi eikä tule liikuntatunnilla uimaan. (Virta & Lounassalo 2013, 502.)

5.2 Motoristen taitojen kehittymisestä

Motorinen kehitys on muutoksia kehon ja kehon eri osien toiminnoissa. Lapsen motorinen kehitys tapahtuu vaiheittain, ja kehityksen määrää suurelta osin perimä, mutta myös ympäristöllä ja harjoituksella on ainakin jonkin verran vaikutusta. Vaiheittain tapahtuva kehitys tarkoittaa, että kehityksen edetessä nähdään tiettyssä iässä tapahtuvia muutoksia, ja näitä kausittain tapahtuvia vaiheita kutsutaan kehitysvaiheiksi. Näille kehitysvaiheille on olemassa tietty järjestys ja ne ilmenevät peräkkäin. (Numminen 2005, 95 – 96.) Ensimmäinen lapsen motorisista kehitysvaiheista on refleksit, tämä vaihe alkaa heti syntymästä. Silloin tehtävät liikkeet eivät ole tahdonalaisia liikkeitä, vaan refleksien aiheuttamia liikkeitä. Tämä vaihe kestää noin kahteen ikävuoteen saakka, vaikka seuraava vaihe alkaa tämän vaiheen kanssa päällekkäin, ja on nimeltään alkeellisten liikkeiden vaihe. Alkeellisia liikkeitä lapsi oppii, kun hän harjoittelee mm. liikkumaan itse tai kun hän haluaa ottaa jonkun välineen käteensä ja

leikkiä sillä (välineenkäsittelytaidon alkeet). Myös alkeellisten liikkeiden vaihe kestää noin kahteen ikävuoteen saakka. Tämän jälkeen lapsen kehityksessä alkaa motoristen perustaitojen kehitysvaihe, joka ajoittuu ikävuosille 2-7, ja jolloin lapsi oppii motorisia perustaitoja kuten kävely, juoksu, hyppiminen, heitto, lyönti, potku, kiinniotto jne. (Holopainen 1991, 15 – 16.) Tästä ikävaiheesta mm. Kinnunen & Rahomäki (2011, 8) ovat pro gradu tutkielmassaan kirjoittaneet, että lapsi oppii nopeasti, ja että tämän ikävaiheen aikana lapsi oppii suurimman osan motorisista perustaidoista. Seitsemännen ikävuoden jälkeen lapsella alkaa erikoistuneiden liikkeiden vaihe, jolloin lapsi oppii mm. yhdistelemään jo osaamiaan perustaitoja ja hän ehkä harrastaa jotain lajia, ja alkaa oppia lajitaitoja tai muita soveltamista vaativia taitoja. (Kinnunen & Rahomäki 2011, 8.) Kirjassa *Motoriikan säätely ja motorinen oppiminen* Kari Kauranen (2011, 291) kirjoittaa, että motorisessa suorituskyvyssä tapahtuneiden muutosten tulisi olla suhteellisen pysyviä, ennen kuin voidaan sanoa, että on tapahtunut motorista oppimista. Tämä tarkoittaa sitä, että motorinen oppiminen saa aikaan pysyviä muutoksia keskushermoston hermoyhteyksissä, jolloin motorinen suorituskyky on suhteellisen pysyvä ja toistettavissa.

Yläkouluikäisen motorinen kehitys on vielä vaiheessaan, ja siksi on tärkeää, että liikunnanopettajat ottavat tämän huomioon suunnitellessaan mahdollisimman monipuolisia liikuntatunteja. 8-12 -vuotiaan lapsen motoriikkaan ilmestyy paljon uusia liikkeitä, ja liikuntasuoritusten oppiminen on melko helppoa. Tässä ikävaiheessa lapsi oppii varsinkin sellaisia liikuntasuorituksia ja liikkeitä, jotka eivät kuulu niin sanottujen perusliikkeiden piiriin. Tällaisia uusia liikuntasuorituksia voi olla esim. rullaluistelu. Tytöt kasvavat pituutta tässä ikävaiheessa (n. 12 -vuotiaina) voimakkaimmin, jolloin kehon muuttuvat mittasuhteet voivat aiheuttaa haasteita ja kömpelyyttä. Pojilla pituuskasvun pyrähdysvaihe tulee hieman myöhemmin, n. 13-15 -vuotiaina, jolloin pojat voivat myös olla kömpelöitä, kun koordinaatio on nopean pituuskasvun takia hukassa. Tässä iässä lapset ovat viimeistään yläkouluikäisiä, ja pojilla lihakset alkavat kasvaa, ja voima lisääntyy. Tyttöillä yhtenä suurena muutoksena tulee se, että rasvaprosentti alkaa kasvaa, ja naiselliset piirteet muuttavat motoriikkaa. Tyttöjen juoksutyyli muuttuu, ja muutenkin sukupuolien erot liikuntasuorituksissa alkavat korostua. (Kauranen 2011, 354 – 355.)

Motoriset taidot eivät kaikilla kehity samanaikaisesti, vaikka herkkyykskaudet osuvatkin näihin edellä mainittuihin ikäkausiin. Jokainen ihminen on yksilö, ja kehittyy omaan tahtiinsa.

Kehittyminen on iän myötä tapahtuva muutos, ja kuten Numminen (2005) toteaa, kehitykseen vaikuttavat sekä perintötekijät että ympäristö. Myös sukupuolilla on huomattu eroavaisuuksia motorisen kehityksen suhteen. Tyttöillä motorisen kehityksen paras herkkyyskausi on n. 1-3 vuotta poikia aikaisemmin. Tyttöillä tämä herkkyyskausi alkaa noin alakoulun viidennellä luokalla, ja pojilla vasta yläkoulussa. (Holopainen 1991, 11 & 111.)

Motoriset taidot ovat ihmiselle tärkeitä taitoja. Motorisiin perustaitoihin kuuluvat muun muassa tasapainotaito, kävely, juoksu, hyppiminen ja heittäminen. Motoriset perustaidot ovat taitoja, jotka alkavat kehittyä heti kun lapsi syntyy. Ensin vauva on joko selällään, vatsallaan tai kyljellään, mutta sitten hän alkaa liikkua ja vaihtaa asentoa kierähtämällä selinmakuulta päinmakuulle tai toisinpäin. Seuraavaksi vauva istuu, ryömii, konttaa, kiipeää, nousee seisomaan tai laskeutuu istumaan, ja siirtyy omaa lihasvoimaansa käyttäen paikasta toiseen. Nämä vauvojen ja pienten lasten asennot ja liikkumiset ovat perusliikkumista, ja perusliikkuminen luo pohjan motorisille perustaidoille, joita olisi hyvä harjoituttaa ja pitää yllä läpi elämän. (Numminen 2005, 109 – 146.) Motorisista perustaidoista olisi hyvä pitää huolta läpi elämän, koska ne ovat taitoja, jotka auttavat arjessa, ja esimerkiksi vanhana auttavat pysymään kunnossa ja selviämään omin avuin pidempään. Kouluikäiselle motoriset perustaidot ovat tärkeitä, koska on arvioitu, että noin 5-6 prosentilla kouluikäisistä on motorisen oppimisen vaikeuksia, ja usein lapsella, jolla on motorisen oppimisen vaikeuksia, on myös esimerkiksi lukemisen, kirjoittamisen tai matematiikan oppimisvaikeuksia. Näin ollen olisi siis ehdottoman tärkeää, että lapsi saisi tarvitsemaansa tukea ja opetusta myös liikunnassa, ja motorisen oppimisen saralla. (Viholainen & Ahonen 2013, 396 – 399.)

5.3 Murrosiän mahdolliset vaikutukset liikuntatunnilla

Yläkoulussa oppilaat ovat iältään n. 12-15 -vuotiaita, eli he ovat juuri murrosiän keskellä olevia nuoria. Henkilökohtaisesti ajattelen, että tämä hankala ikävaihe saattaa välillä unohtua niin opettajilta kuin päättäjiltäkin, kun koulumaailmaan kehitellään uusia ideoita ja käytäntöjä.

Kuten aikaisemmin jo todettiin, on yläkoulun opettajien hyvä tiedostaa, että murrosikäinen ajattelee kehostaan eri tavalla, kuin hän koskaan aikaisemmin on ajatellut. Murrosiässä oma

keho ja kehonkuva ovat nuoren arvoasteikolla paljon tärkeämmässä ja ehkä suuremmassa asemassa, kuin ennen murrosikää. Oppilaat saattavat olla epävarmoja omasta kehostaan, ja häpeillä sitä. (Santrock 2010, 60.) Pirkko Jarasto ja Nina Sinervo kirjoittavat kirjassaan *Murrosikäisen ja nuoren maailma* (1999), että jokainen meistä tietää sen ”näyttämöllä olontunteen”, joka saattaa tulla kenelle vain tilanteessa, jossa joutuu sanomaan oman mielipiteensä ääneen tai jollakin muulla tavalla olemaan esillä. Tällainen tilanne voisi olla esimerkiksi jossain neuvottelussa tai puhetta pitäessä jossakin tilaisuudessa tai mikä vain tilanne, jossa joutuu toisten ihmisten eteen. Sellainen esillä olon tunne saattaa murrosikäiselle tulla paljon useammin ja herkemmin. Aikuisten mielestä se saattaa tulla nuorelle ehkä jopa mitättömissäkin tilanteissa. Nuori ajattelee tilanteesta kuitenkin eri tavalla kuin aikuinen. Nuori tarkkailee ja tarkastelee itseänsä niin omin kuin toistenkin silmin, ja vertaa itseään sekä vartaloon toisiin. (Jarasto & Sinervo, 1999.) Olettaisin, että itsensä toisiin vertaaminen voi helpostikin aiheuttaa epävarmuutta ja hämmennystä jo ennestään epävarman nuoren mieleen lisää. Ja tätä mieltä ilmeisesti ovat myös Virta & Lounassalo (2013), jotka kirjoittavat teoksessa *Liikuntapedagogiikka miten epävarmuus voi tulla eteen varsinkin silloin kun joutuu olemaan alasti luokkakaveriensa edessä* (esim. uintitunnit). Olettaisin, että tämä on suurena syynä esimerkiksi siihen, että nuoren voi olla hankalaa mennä esim. suihkuun liikuntatuntien jälkeen, tai uintitunnille osallistuminen ei tämän vuoksi ole monellekaan kovin mieluista. Murrosikäinen on hyvin herkkä oman itsensä ja vartalonsa suhteen, ja näistä aroista asioista puhutaan ehkä vain parhaimman ystävän kanssa. Sen vuoksi murrosikäisen kanssa tulee olla hienovarainen, koska tässä iässä nuorta voi suuresti loukata jokin pienikin huolimattomasti sanottu asia tai huomautus hänen ulkonäöstään. (Jarasto & Sinervo, 1999.)

Yläkoululainen on usein 7. luokkalaisena juuri murrosiän alkamispaikalla. Joillain murrosikä on jo alkanut, ja joillain se on aluillaan. Monelle häpeilevä käyttäytyminen, ujous ja arkuus sekä epävarmuus ovat tavallisia. Hiki alkaa haista, iho ja hiukset alkavat rasvoittua, tyttöillä rinnat kasvavat ja saattavat olla arat, pojilla kivekset alkavat kasvaa (Cacciatore, 2007, 128). Cacciatoren tapaan myös Lehtinen ym. toteavat, että murrosikä tapahtuu vaiheittain. Joillakin se on alkanut jo alaluokilla, mutta useimmilla se alkaa viimeistään yläkouluun siirryttyä (Lehtinen ym. 2007, 18). Tästä yksilöllisestä murrosiän alkamisesta ja etenemisestä johtuen yläkoulussa oppilasryhmät ovat fyysisiltä ominaisuuksiltaan todella heterogeenisiä. Samassa ryhmässä saattaa olla joku, jonka murrosikä on vasta alkamaisillaan, kun joku toinen taas voi

olla aikaisemmin kehittynyt, ja lähestulkoon miehen mitoissa. (Virta & Lounassalo, 2013, 502.) Kuten aikaisemmassa luvussa todettiin, tytöt voivat joutua vaikeuksiin, jos he kehittyvät aikaisin, kasvavat pituutta ohi poikien, ja saavat pyöreämpiä muotoja. He saattavat itse tuntea olevansa erilaisia, tai he voivat joutua sosiaalisiin vaikeuksiin ja jopa kiusatuksi. Toisaalta taas joku poika voi joutua samaan tilanteeseen päinvastaisen tilanteen vuoksi. Hänen voi olla vaikeampi hyväksyä kehoaan, tai hän voi joutua kiusatuksi, koska on pienikokoinen ja hitaasti kehittyvä. (Virta & Lounassalo, 2013, 502.) Henkilökohtaisesti olen sitä mieltä, että tällaiset asiat saattavat tuoda ongelmia koulun arkeen, ja varsinkin liikunnassa nämä asiat voivat aiheuttaa välillä ongelmia. Esimerkiksi pelitilanteissa saattaa olla hankalaa, kun joku on paljon voimakkaampi tai kooltaan suurempi, kuin muut, tai jos joku häpeää omaa kehittyntä tai kehittymätöntä vartaloaan, eikä uskalla vaihtaa vaatteita tai käydä suihkussa.

Itse muistan, että vuonna 1992, kun olin 6. luokalla, meille opetettiin liikuntaa yhteisopetuksena, oman luokan kesken. Muistan, että meillä oli jokin leikki, jossa jalat ja kädet olivat jotenkin sekaisin ja ristissä toisten käsien ja jalkojen kanssa. Minulla oli alkanut jo kasvaa säärikarvoja. Siinä kesken leikin eräs poika totesi kovaan ääneen ”Kenen jalat nää on?! Hirveän karvaiset!”. Jalat olivat tietenkin minun, ja sen päivän itkujen jälkeen äitini vihdoinkin antoi minun ajaa säärikarvani. Tämä muisto on se, minkä minä yritän muistaa sen takia, että muistaisin miten pahalta tuntui, kun joku kommentoi ulkonäköni liittyvää asiaa. Opettajana se saattaa auttaa minua ymmärtämään miltä jostakin oppilaastani saattaa tuntua kesken murrosiän myllerryksen, kun joku toinen ajattelemattaan sanoo jotain pahasti.

Murrosikäisten liikuntatunteihin saattavat vaikuttaa myös murrosikään kuuluvat psyykkiset vaikutukset, jotka aiheuttavat usein motivaation ja kiinnostuksen kohteiden muuttumista. Murrosikäisen sosiaalinen elämä muuttuu ja kaverit ovat yhä tärkeämpiä. Tämä voi heijastua liikuntatunteihin ja yleisesti liikunnan harrastamiseen, koska liikunta ei enää välttämättä ole nuoren elämässä ja arvoasteikolla kovin tärkeässä roolissa. Murrosikäisellä nuorella ei välttämättä ole kiinnostusta eikä motivaatiota liikuntaa kohtaan. (Nupponen 1997, 72.)

6 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Tämän kvalitatiivisen tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää Armfeltin koulun yhden yhdeksännen luokan oppilaiden kokemuksia liikunnan yhteisopetuksesta, eli sekaryhmässä tapahtuvasta liikunnanopetuksesta. Tarkoituksena oli selvittää opiskelevatko he mielellään yhteisopetuksessa, tuntevatko he olonsa turvalliseksi ja tapahtuuko oppimista heidän omasta mielestään. Vai olisiko heidän mielestään mahdollisesti parempi ratkaisu palata takaisin sukupuolen mukaan jaettuihin ryhmiin. Lisäksi selvitettiin heidän mielipiteitään siitä ajatuksesta, että liikunnanopetus tapahtuisi aina yhteisopetuksessa.

6.1 Kohdejoukko

Tutkimuksen kohdejoukoksi valikoitui Armfeltin koulun yksi yhdeksäs luokka. Luokalla oli 20 oppilasta, joista 10 tyttöä ja 10 poikaa. Tämän luokan oppilaista osa oli opiskellut liikuntaa sukupuolen mukaan jaetuissa ryhmissä jo alakoulussa, osa oli ollut yhteisopetuksessa koko alakoulun ajan. Yläkouluun siirryttyään kaikki olivat opiskelleet liikuntaa sukupuolen mukaan jaetuissa ryhmissä koko 7. ja koko 8. luokkien ajan, mutta 9. luokalla heidän liikuntaryhmänsä muutettiin sekaryhmäksi, jolloin liikunnan opiskelu tapahtui yhteisopetuksessa oman luokan kesken. Osa luokan oppilaista oli tuntenut toisensa jo alakoulusta asti, mutta kaikki tunsivat toisensa kuitenkin vähintään yläkoulun, eli kahden vuoden ajalta, ja olivat työskennelleet yhdessä muissa oppiaineissa, mutta liikunnassa yhteisopetus oman luokan kesken oli heille uutta.

Valinnaisliikuntaryhmät olivat olleet Armfeltin koulussa jo entuudestaan yhteisopetusryhmiä, joten osa oppilaista oli mahdollisesti valinnaisliikunnassa opiskellut jo yhteisopetuksessa. Tämä oli kuitenkin ensimmäinen kerta Armfeltin koulun historiassa, kun pakollinen liikuntaryhmä muutettiin sekaryhmäksi. Tutkimukseen valikoitu yhdeksäs luokka valikoitui ainoana yhdeksäntenä luokkana yhteisopetukseen, ja tätä tutkimusta tehdessä oppilaat olivat olleet liikunnan yhteisopetuksessa n. puoli vuotta.

6.2 Tutkimuksen eteneminen ja tutkimusmenetelmät

Tämän tutkimuksen aineiston keruu suoritettiin tutkimukseen valikoidun yhdeksännen luokan äidinkielen tunnilla maaliskuussa 2016. Aineisto kerättiin tarkoituksella äidinkielenopettajan kanssa yhteistyössä, jolloin minä sain tutkijana aineistoni kerättyä ja hän sai äidinkielenopettajana arvioitua aineet oman oppiaineensa näkökulmasta. Luokassa on oppilaita 20, joista 10 on tyttöjä ja 10 on poikia. Oppilaat kirjoittivat aineen, jonka aiheena oli yhteisopetus liikuntatunnilla. Äidinkielenopettaja sai aineet ensin arvioitavakseen, ja sen jälkeen minä sain ne nimettöminä niin, että tiesin vain onko kirjoittaja tyttö vai poika.

Olin kertonut tutkimusideastani ensin Armfeltin koulun rehtorille, joka piti ideaa hyvänä. Sen jälkeen kerroin liikuntaa yhteisopetuksessa opiskelevien luokkien äidinkielen opettajille ideani, ja sain heti toisen heistä innostumaan valtavasti. Aluksi ajatukseni oli saada kaikki yhteisopetukseen siirretyt oppilaat tutkimukseni piiriin, mutta koska vain toinen äidinkielenopettajista innostui ideastani, niin sain vain 9. luokkalaiset mukaan tutkimukseeni. Kerroin ensin äidinkielen opettajalle tarkemmin ideastani, jonka jälkeen kävin hänen äidinkielenopetustunnillaan kertomassa tutkimuksesta myös oppilaille. Ennen tutkimusta oppilaat ja opettaja olivat keskustelleet aiheesta äidinkielenopetustunnilla, ja lukeneet aiheeseen liittyvää materiaalia mm. Anna-Stina Nykäsen artikkelin ”Miksi tyttöjen ja poikien liikuntaa ei voisi Suomessa järjestää yhdessä?” (Helsingin Sanomat 6.4.2014), sekä osia vuoden 2014 perusopetuksen opetussuunnitelman perusteista liikunnan osalta. Jokaisella oppilaalla oli siis tutkimusainetta kirjoittaessaan oman liikunnanopiskelukokemuksensa ja mielipiteensä lisäksi jonkunlainen tieto siitä mitä liikunnanopetuksen tulisi valtakunnallisen opetussuunnitelman mukaan olla, sekä pieni tiedon murunen siitä, millaista se yhdessä pääkaupunkiseudun koulussa on artikkelin perusteella kerrottuna.

Aineisto, jonka sain itselleni, oli oppilaiden minulle kirjoittamia narratiiveja. Yhteensä aineisto oli 20 sivua tietokoneella tehtyä ja tulostettua tekstiä. Suurimmassa osassa teksti oli kirjoitettu fonttikoolla 12 ja rivivälillä 1,5. Mukana oli myös muutama suuremmalla fonttikoolla tai suuremmalla rivivälillä kirjoitettu aine. Suurin osa oppilaista kirjoitti oman aineensa yksin, mutta muutama oppilas oli kirjoittanut aineen parityönä, josta kuitenkin erottui molempien

omat mielipiteet selkeästi. Itsenäisesti aineen kirjoitti kahdeksan (8) tyttöä ja kuusi (6) poikaa. Parityön valitsi kaksi (2) tyttöä, jotka tekivät aineen yhdessä, sekä neljä (4) poikaa, jotka muodostivat kaksi (2) paria.

Oppilaiden kirjoittamat narratiivit olivat mielenkiintoisia, joskin suppeampia, kuin olisin toivonut. Tytöt kirjoittivat äidinkielellisesti selkeämpää tekstiä, jonka vuoksi heidän aineensa vaikuttivat perusteellisemmilta. Kumpikin sukupuoli kirjoitti kuitenkin samoista aiheista, tytöt vain käyttivät laajempaa sanastoa, kuin pojat.

Oppilaat olivat kirjoittaneet omat ajatuksensa ja mielipiteensä narratiiveihin, mutta niitä lukiessani huomasin, että harjoitusaine olisi varmasti ollut paikallaan. Harjoitusaineen olisin voinut teettää jollakin toisella ryhmällä, jolloin olisin saanut itselleni selkeän kuvan siitä millä tasolla yhdeksäluokkalainen on kirjoituksessaan. Näin olisin osannut antaa tutkimusryhmälle vielä tarkemmat ohjeet tai mahdollisia lisäotsikoita, joita he olisivat voineet kirjoituksissaan käyttää. Aineet olivat kirjoitettu oikeasta aiheesta, ja niissä oli selkeästi näkyvä kirjoittajan oma mielipide. Olin kuitenkin toivonut saavani vielä perusteellisempia ja mahdollisesti yksityiskohtaisempia kuvauksia miksi kirjoittajat olivat sitä mieltä kuin olivat.

Olin selvillä tutkimusta aloittaessani siitä, että oppilaat kirjoittaisivat aineet omilla nimillään ensin äidinkielenopettajalle, ja siinä kohtaa mietinkin narratiivien luotettavuutta. Mietin, että uskaltavatko oppilaat kirjoittaa oikeasti aidon mielipiteensä, kun joku opettajakunnasta näkee mitä kukakin on kirjoittanut. Päätin kuitenkin lähestyä aihetta narratiivien kautta, koska kyseessä oli näin pieni kohdejoukko. Tutkimuksen voisi mahdollisesti tehdä myös määrällisenä, jolloin tutkimusjoukko voisi muodostua useamman eri koulun oppilaista, ja tulokset olisivat yleistettävissä suuremmalle alueelle.

Oma esioletukseni tutkimusta aloittaessa oli, että oppilaat haluaisivat mieluummin palata sukupuolen mukaan jaoteltuihin ryhmiin, ja opiskella niin sanotulla vanhalla ja tutulla tavalla, kuin jatkaa yhteisopetuksessa. Esioletukseni pohjautui kokemukseeni kyseisen koulun liikunnanopettajana. Olin keskustellut aiheesta omien ryhmieni kanssa aiemmin, ja vaikka en ollutkaan opettanut poikia, enkä tiennyt poikien mielipiteitä, niin esioletukseni oli kuitenkin se,

että suurin osa oppilaista tuntisi olonsa vapaammaksi ja rohkeammaksi sukupuolen mukaan jaetuissa ryhmissä, kuin yhteisopetuksessa.

Vaikka minulla tutkijana oli asiasta ennakkokäsitys/esioletus, niin yritin tutkimusta tehdessäni olla mahdollisimman avoin. En halunnut antaa oman esioletuksen vaikuttaa tutkimusta tehdessä, vaan pyrkimyksenäni oli ymmärtää oppilaitten minulle kirjoittamia tekstejä, ja sitä miksi he mahdollisesti ovat sitä mieltä kuin ovat.

Saatuani aineet itselleni, luin aineita ja etsin niistä samankaltaisuuksia. Teemoittelin oppilaitten kertomia ajatuksia samankaltaisten asioitten alle (Jyväskylän yliopisto 2017). Monet kirjoittivat samanlaisista asioista kertoen vain asiat eri sanoin.

Teemoiteltuani aineista muutaman pääaiheen, pystyin niiden pohjalta tekemään aineista omat päätelmäni tutkimustehtävän sekä tutkimuskysymyksien suunnassa.

6.2 Tutkimuksessa käytetty analyysi

Koska tämän pro gradu -työn aineisto koostui oppilaiden minulle kirjoittamista aineista, eli narratiiveista käytin analysoinnissa hermeneuttis-fenomenologista otetta ja sisältöanalyysiä. Analysoin aineita lukemalla niitä läpi useaan kertaan, ja etsimällä niistä samankaltaisuuksia. Samankaltaiset asiat teemoittelin omien otsikoittensa alle, jonka jälkeen analysoin sisältöanalyysiä käyttäen löytämiäni asioita. (Jyväskylän yliopisto 2017.)

Sisältöanalyysi on menetelmä, jossa aineistoa tarkastellaan eritellen, yhtäläisyyksiä ja eroja etsien ja tiivistäen. Sisällönanalyysi on tekstianalyysia, joka tarkoittaa sitä, että siinä tarkastellaan jo valmiiksi tekstimuotoisia aineistoja, kuten päiväkirjoja tai ainekirjoituksia. Aineistot voivat olla myös tekstimuotoon muutettuja. Tutkittavat tekstit voivat olla melkein mitä vain: kirjoja, päiväkirjoja, haastatteluita, puheita ja keskusteluita. Sisällönanalyysiä käytetään muodostamaan tutkittavasta ilmiöstä tiivistetty kuvaus, joka pyrkii kytkemään tulokset ilmiön laajempaan kontekstiin ja aihetta koskeviin muihin tutkimustuloksiin. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 105.)

Halusin siis muodostaa omasta tutkimusaiheestani mahdollisimman tiiviin ja hyvän kuvan, jolloin voisin katsoa onko tulos mahdollisesti samankaltainen kuin muissa aiheesta tehdyissä tutkimuksissa, vai poikkeako tulos niistä jollain tavalla. Halusin myös saada oppilailta heidän henkilökohtaisen oman mielipiteensä kuuluviin, jolloin he eivät olisi pelkkiä numeroita, vaan vastaisivat totuuden mukaisesti oman kokemuksensa ja ajatustensa mukaan.

7 OPPILAIKEN KOKEMUKSET LIIKUNNAN YHTEISOPETUKSESTA

Lukiessani oppilaiden kirjoittamia narratiiveja, huomasin, että monessa niistä kirjoitettiin samoista asioista. Koska samoista asioista mainittiin moneen kertaan, aloin teemoitella teksteistä nousseita ajatuksia isommiksi pääaiheiksi. Lopulta sain teemoiteltua teksteistä nousseet ajatukset neljän eri pääaiheen alle. Nämä neljä pääaihetta esiintyivät jossain muodossa useassa aineessa, ja ne olivat: *Ryhmä-/luokkahenki, oppilaiden fyysiset erot, liikuntatuntien lajivalikoima/monipuolisuus sekä ulkonäköpaineet.*

Ryhmähengestä oppilaat kirjoittivat eri tavoin, mutta lähes kaikilla siitä kirjoittaneilla ajatus oli se, että yhteisopetus parantaa luokan ryhmähenkeä. Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet (2014) toteavat, että eräs liikunnan sosiaaliseen toimintakykyyn liittyvä tavoite on esimerkiksi se, että oppilaan tulisi tulla toimeen kaikkien kanssa. Tämä tavoite täyttyy yhteisopetuksessa. Eräs jo alakoulussa yhteisopetuksessa ollut tyttö on asiasta samaa mieltä, ja hän kirjoitti näin:

”Yhdeksännellä luokalla koululiikuntamme muututtua takaisin sekaryhmäliikunnaksi huomasimme, että lajit monipuolistuivat ja luokan ryhmähenki ja tiimipelitaidot lisääntyivät.”

Samaa mieltä oli myös eräs toinen tyttö, joka kirjoitti:

”Olisi hienoa, jos yhä useammassa koulussa otettaisiin sekaryhmät käyttöön. Se on hyvä tapa parantaa luokkahenkeä.”

Ryhmähenkeä nosti esiin myös poika, joka otti huomioon myös peruskoulun opetussuunnitelmassa (2014) mainitun oppilaiden tasa-arvoisen kohtelun. Hän kirjoitti omaan aineeseensa seuraavasti:

”Positiivisia asioita ovat esimerkiksi sosiaalisuuden korostuminen, tasa-arvo, sekä yhteishengen ja vuorovaikutuksen parantuminen.”

Muutama oppilas toi esille sen seikan, että heidän mielestään yhteisopetus toimii, koska ryhmäläiset tuntevat toisensa. Heille sukupuolella ei ollut väliä, vaan sillä, että ryhmäläiset ovat toisilleen tuttuja. Mietin, että tähän saattaa vaikuttaa murrosikäisen nuoren ajatusmaailma, ja se miten he kokevat olevansa ”näyttämöllä”, kuten Jarasto & Sinervo (1999) asiasta kirjoittivat. Nuori tarkastelee muita, ja vertaa itseään muihin, jolloin toisten edessä liikunnallisten tehtävien suorittaminen voi varmasti jännittää. Silloin saattaa olla helpompi olla ryhmässä, jonka tuntee. Nämä oppilailta tulleet mielipiteet tutusta ryhmästä teemoittelin myös ryhmähenki teeman alle. Eräs poika kirjoitti aiheesta näin:

”Sekaryhmässä toimiminen on vähän rennompaa, kun luokkatoverit ovat jo ennalta tuttuja.”

Toinen poika, joka oli alakoulussa opiskellut liikuntaa yhteisopetuksessa oman luokkansa kesken, muisteli yläkoulun alkua, ja liikuntatunteja siltä ajalta kirjoittaen:

”Kun yläkoulu sitten alkoi, en pitänyt liikunnan ryhmästä, koska kolmen luokan pojat, jotka tapaavat vain kerran viikossa, osallistuivat eniten yhteistyötä vaativaan koulutuntiin samaan aikaan samassa tilassa.”

Ryhmähengestä mainittiin myös negatiivisessa mielessä, kun eräät tytöt kirjoittivat luokkansa huonosta ryhmähengestä, joka vaikuttaa myös liikuntatunteihin. Toinen heistä kirjoitti:

”Meidän luokkamme tapauksessa on hyvin vaikeaa arvioida, miten sekaryhmä toimii. Luokkamme ryhmähenki ei nimittäin ole parhaasta päästä.”

Mutta sama tyttö kuitenkin lisää myös, että hänelle ei ole väliä ryhmässä olevien sukupuolilla, vaan

”Liikuntaryhmä on aina mukava, jos siinä on paljon mukavia ihmisiä. Se ei liity mitenkään siihen, onko siinä poikia ja tyttöjä.”

Toinen tytöistä taas sanoo, että:

”Ideana sekaryhmä on todella hyvä, mutta meidän luokkamme ryhmähenki ei ole koskaan ollut kovin hyvä. Tästä myös todennäköisesti johtuu se, että liikuntatuntimme eivät ole olleet kovin mukavia yhdessä. Jos luokkahenkemme olisi parempi, olisivat liikuntatunnit varmasti paljon hausempia.”

Toinen teemoittelemani pääaihe oli *oppilaiden fyysiset erot*. Tästä oli maininta noin kolmasosassa aineista. Kauranen (2011) toteaa, että yläkouluikäisillä fyysiset erot poikien ja tyttöjen välillä alkavat näkyä, kun pojat alkavat saada lihasta ja tytöt taas saavat naisellisia muotoja. Molemmilla nämä fyysiset muutokset muuttavat motoriikkaa (Kauranen 2011). Oppilaat olivat luultavasti huomanneet tämän saman, vaikka eivät sitä kirjoittaneetkaan kovin tieteellisesti. Osa oppilaista oli sitä mieltä, että fyysiset erot ovat haittaa, mutta osa oli sitä mieltä, että erot huomaa kyllä, mutta niistä ei ole sanottavaa haittaa. Jotkut olivat jopa sitä mieltä, että erot voi kääntää omaksi hyödykseen. Eräässä tytön kirjoittamassa aineessa aiheesta kirjoitettiin näin:

”Kuitenkin esimerkiksi salibandyssa ja jalkapallossa pojilla on enemmän voimaa lyönnissä ja potkussa kuin tytöllä. Sen takia tytöllä saattaa olla pientä pelkoa mennä pallon eteen.”

Sama tyttö kirjoittaa myös omasta pituudestaan seuraavasti:

”Olen yksi lyhyimmistä tytöistä luokaltani, joten melkein kaikki ovat minua pidempiä. Tuntuu, että jään aina pidempien ja parempien varjoon. Onhan ilmiselvää, että pidempi saa pallon ensin ja heittäminen lyhyiden yli on helppoa.”

Tämä tyttö on kuitenkin näistä edellä mainituista mielipiteistään huolimatta sitä mieltä, että yhteisopetus on ollut hänen kannaltaan hyväkin asia. Hän sanoo, että

”Itse olen huomannut liikuntasuoritusteni parantuneen, koska poikien kanssa liikkuminen antaa enemmän vastusta.”

Myös muutama poika ottaa oppilaitten fyysisen eron esille, ja eräs heistä kirjoittaa, että

”Tyttöjen ja poikien välillä vallitsee kokoero, mutta sillä ei oikeastaan ole väliä, jos joukkueet valitaan liikuntatunneilla satunnaisesti.”

Jotkut pojat ovat kuitenkin sitä mieltä, että fyysinen kokoero on pieni haitta, ja eräässä aineessa mainitaankin asiasta seuraavasti:

”Välillä se (yhteisopetus) on vaikeampaa, jos jotkut oppilaat haluavat pelata fyysisemmin. Joittenkin oppilaitten kanssa täytyy siis ottaa rauhallisemmin, koska he eivät ole tottuneet fyysiseen peliin.”

Tässä aineessa ei kuitenkaan erotella, että tarkoitetaanko tässä tyttöjen ja poikien välistä fyysistä kokoeroa, vai kenen tahansa ryhmässä olevan oppilaan kokoa ja fyysisyyttä verrattuna toiseen.

Liikuntatuntien lajivalikoima/monipuolisuus tuli esille myös noin kolmasosassa aineista. Monet kirjoittivat siitä, miten aikaisemmin tytöt olivat pelanneet ringetteä ja pojat jääkiekkoa, mutta yhteisopetuksessa päästiin koittamaan molempia. Tästä luisteluaiheesta kirjoittaa esimerkiksi eräs tyttö näin:

”Aiemmin valitimme tyttöjen liikuntaryhmässä siitä, että meillä on aina talvisin ringetteä ja pojilla jääkiekkoa. Nyt kun olemme samassa liikuntaryhmässä, tytötkin ovat päässeet pelaamaan jääkiekkoa ja pojat ringetteä.”

Toinen tyttö mainitsee omassa aineessaan, että

”Kun liikuntatunneilla on myös poikia, ”perinteiset tyttöjen lajit” jäävät vähemmälle ja pääsee pelaamaan kunnolla.”

Jotkut eivät antaneet aineissaan konkreettisia lajiesimerkkejä, vaan kirjoittivat yleisesti, kuten tämä tyttö, joka kirjoitti, että

”Koululiikuntamme muututtua takaisin sekaryhmäliikunnaksi huomasimme, että lajit monipuolistuivat...jne.”

Myös tyttö, jolla on kuusi tuntia liikuntaa viikossa, oli aineessaan sitä mieltä, että sekaryhmät ovat hyvä juttu, koska

”Sekaryhmissä oppilaat keskittyvät enemmän tekemiseen, ja pelaaminen on kivempaa, toimintaa on enemmän ja liikkuminen on monipuolista.”

Lähes kaikki lajien monipuolisuuden maininneet olivat tyttöjä. Vain kaksi poikaa mainitsee aineessaan jotain siitä, että lajit olisivat muuttuneet. Toisessa aineessa sanotaan, että

”Helpostihan käy niin, että erilliset ryhmät ajavat helpommin sukupuolierotteluun. Esimerkiksi voisin mainita ringeten, jota poikana en ole koskaan pelannut ja jota muutama tuntemani tyttö sanoo pelanneensa koko ajan jääkiekon sijaan.”

Ja toisessa aineessa kerrotaan, että

”Kun yhdeksännellä luokalla liikuntaryhmästämmä tuli sekaryhmä, en ole vielä kuullut valituksia ”tyttöjen lajeista”. Jos lajista ei tykätä, sen syy on yksinkertaisuudessaan, että lajista ei tykätä, ja vaihtelu alkuperäisistä lajeista on hyväksi.”

Viimeinen pääteema, joka nousi aineista, oli *ulkonäköpaineet*. Kuten aikaisemminkin tuli esille, ovat murrosikäiset paljon tarkempia ulkonäköön liittyvissä asioissa. Kuten Santrock (2010) toteaa, saattavat murrosikäiset olla epävarmoja omasta kehostaan, ja jopa häpeillä sitä. Murrosikäinen vertaa itseään muihin ja on hämillään omasta muuttuvasta kehostaan (Jarasto & Sinervo 1999). Kun keho muuttuu, ja psyykinen puoli on vielä enemmän lapsen tasolla, en henkilökohtaisesti ihmettele yhtään, että se aiheuttaa murrosikäiselle ulkonäköpaineita. Muutamassa aineessa mainitaan ulkonäköön liittyviä asioita, jotka osaltaan vaikuttavat liikuntatunnin kulkuun, tai tässä tapauksessa liikuntatunnin alkuun. Muutama poika kirjoittaa lähes ärsyyntyneenä siitä, miten tytöillä kestää saapua pukuhuoneesta tunnin alussa. Eräs poika mainitsee aineensa lopussa näin:

”Sitten tulee tärkeä lisäys. Pojat joutuvat aina odottamaan liikuntatuntien alussa monta minuuttia tyttöjä, joilla kestää pukuhuoneessa kauan. Ja tämä koskee kaikkia tyttöjä.”

Yhdessä tytön kirjoittamassa aineessa otetaan tämä aihe esille, ja siinä kerrotaan suoraan miksi tytöillä kestää pukuhuoneessa kauan. Tässä aineessa kirjoitetaan hyvin rehellisesti seuraavasti:

”Pojat myös valittavat usein, että tytöillä kestää pukuhuoneessa kauan, mutta ongelmaan ei voi oikein vaikuttaa. Olemme nuoria naisenalkuja, joten ei ole ihmekään, että kaikkiin kohdistuu ulkonäköpaineita, jotka heijastuvat pukuhuoneessa.”

Yksittäisiä negatiivisia asioita, joita mainittiin, olivat muun muassa se, että muihin luokkiin tutustuminen jää vähemmälle, jos kaikki tunnit ovat vain oman luokan kesken (tytön kirjoittama aine). Joku tyttö mainitsi aineessaan, että ajatus tyttöjen ”huonommuudesta” johtuu yhteiskunnasta ja sukupuolen mukaan jaetut liikuntaryhmät vain vahvistavat sitä ajatusta. Hän kirjoittaa, että

”Ennakkoluulot tyttöjen osaamista kohtaan ovat ikäviä. Sekaryhmässäkin opettaja joskus sanoo, että tytöt saavat aloittaa esimerkiksi lentopallossa lähempää verkkoa. Se ei ole tasa-arvoista.”

Poikien aineissa esiintyviä yksittäisiä negatiivisia asioita olivat muun muassa tyttöjen liika höpötys;

”Itseasiassa tytöt ovat myös kovia tai jopa kovempia hillumaan. Esimerkiksi he puhuvat jotain turhaa aivan liikaa.” kirjoittaa eräskin poika.

Muutama kirjoittaja tulee omassa aineessaan siihen tulokseen, että sillä ei ole oikeastaan väliä, että onko liikuntaryhmä sekaryhmä, vai sukupuolen mukaan eroteltu ryhmä. Ainoastaan sillä on väliä, että ryhmäläiset tuntevat toisensa, jolloin liikkuminen ja oleminen kyseisessä ryhmässä on rennompaa ja luontevampaa.

Vain kaksi poikaa ovat sitä mieltä, että yhteisopetus on mahdollisesti huonompi juttu, kuin sukupuolen mukaan eroteltu liikunnanopetus. He ovat kirjoittaneet esimerkiksi, että tyttöjen kanssa on tylsä pelata, kun tytöt ovat ”niin iik”, eivätkä he ole myöskään huomanneet mitään positiivista vaikutusta luokan yhteishenkeen. Lisäksi he kirjoittavat siitä miten tyttöjä täytyy aina odottaa pukuhuoneesta.

Vaikka lukemissani aineissa mainitaan muutamia negatiivisia asioita, joita yhteisopetuksessa esiintyy, on minun johtopäätökseni näitä tuloksia tutkiessa se, että oppilaat ovat pääosin yhteisopetuksen kannalla ja että heidän mielestään liikunta on yhteisopetuksessa mukavaa ja monipuolista.

8 POHDINTA

Tutkimukseni tulos oli minulle yllätys. Sain tulokseksi, että oppilaat ovat tyytyväisiä yhteisopetuksessa. Heidän mielestään lajit ovat monipuolistuneet, luokan ryhmähenki on parantunut, eivätkä oppilaiden fyysiset erot ole esteenä mukavalle oppimisympäristölle.

Kun aloin miettimään tutkimukseni aihetta ja toteutustapaa, päätin heti, että aiheen tulisi olla sellainen, josta olisi jollekin jotakin hyötyä. Keskusteltuani Armfeltin koulun rehtorin kanssa, päädyin yhteisopetuksen tutkimiseen, koska se oli koulussa uusi juttu, ja tuloksista saattaisi olla jatkossa hyötyä, kun uusia liikuntaryhmiä tehdään. Lisäksi olin jo aikaisemmin keskustellut omien liikuntaryhmieni kanssa aiheesta, joten minulla oli itsellä kiinnostus aiheeseen, sekä esioletus. Esioletukseni osoittautui kuitenkin tämän ryhmän kohdalla vääräksi. Tiesin jo tutkimusta aloittaessa, että tulosta ei voisi yleistää, vaan se koskisi vain yhtä koulua, koska kohdejoukko oli niin pieni. Toisaalta jos olisin tutkinut isompaa ryhmää, ja halunnut yleistettävissä olevan tuloksen, olisin joutunut käyttämään erilaista tutkimusmenetelmää. Halusin tuntea olevani lähempänä tutkittavaa kohdejoukkoa, niin että he eivät olisi pelkästään numeroita, vaan että jokaisen oma ääni pääsisi kuuluviin. Näin pienen ryhmän tutkimisessa tällainen ote oli mahdollinen, ja ainekirjoitus valikoitui tutkimusmenetelmäksi, sillä ainemäärä ei vielä ollut niin iso, etteikö niitä olisi pystynyt lukemaan ja analysoimaan.

Ainekirjoitus päättyi tutkimusmenetelmäksi muutamien vaihtoehtojen joukosta, koska kuten jo mainitsin, ajatukseni oli, että haluan saada oppilailta avoimia vastauksia ja oikeasti omia henkilökohtaisia mielipiteitä. Toivoin pääseväni syvemmälle oppilaitten mielipiteisiin ja ajatuksiin käyttämällä ainekirjoitusta esimerkiksi kysymyslomakkeen sijaan. Odotin, että oppilaat kirjoittaisivat omakohtaisia kokemuksia ja kertoisivat ja perustelisivat mikä on ollut mukavaa ja mikä ei. Analyysiä tehdessäni huomasin kuitenkin, että avoimet vastaukset ovat ilmeisen hankalia yläkouluikäisille oppilaille, ja jonkinlainen tarkempi aiheen rajaus, tai muutama lisäkysymys olisi voinut olla paikallaan. Myös harjoitusaine olisi voinut auttaa minua tutkijana. Olisin voinut ehdottaa, että jokin muu ryhmä olisi kirjoittanut minulle harjoitusaineet, jolloin olisin huomannut vielä tarkennusta tai parannusta vaatineet kohdat, ja olisin saanut

mahdollisesti tarkempia ja omakohtaisempia tekstejä tutkimusryhmältä itse tutkimukseen analysoitaviksi.

Tutkimustulos oli minun henkilökohtaista ennakkokäsitystäni paljon positiivisempi. Tarkoitan tällä sitä, että oppilaat näkivät ja kokivat yhteisopetuksen paljon positiivisempana ja mukavampana, kuin olin ennakkoon oletanut. Esioletukseni oli, että oppilaat olisivat mieluummin palanneet takaisin niin sanottuun vanhaan malliin, jossa he olisivat opiskelleet liikuntaa sukupuolen mukaan erotelluissa ryhmissä. Esioletukseni pohjautui omaan kokemukseeni liikunnanopettajana tutkimuksen kohteena olleessa Armfeltin koulussa. Olin keskustellut aiheesta jo aikaisempina vuosina oppilaitteni kanssa, ja koska opetin vain tyttöryhmiä, niin juttelin aiheesta vain tyttöjen kanssa. Silloin moni vastasi opiskelevansa mieluummin vain tyttöjen kesken. Opettajana ajattelin myös, että yhteisopetus voisi tuoda käytännön ongelmia liikuntatunneille. Mietin, että yhteisopetus saattaa olla ongelma sekä aikaisin kehittyneille, voimakkaille ja kooltaan suuremmille oppilaille, että myöhemmin kehittyville kooltaan pienemmille oppilaille. Mielestäni tuntuisi jotenkin loogiselta, että aikaisin kehittyneet oppilaat eivät ehkä koskaan pääse pelaamaan tai liikkumaan niin sanotusti omalla tasollaan, ja heidän motivaationsa voi mahdollisesti kärsiä, ja myöhemmin kehittyvät, voimantuotoltaan heikommat oppilaat taas saattavat harmistua, koska he ovat aina niin sanotusti altavastajina. Minun yllätyksekseni oppilaat eivät kuitenkaan tuoneet tällaisia asioita esiin ollenkaan.

Jos oma esioletukseni olisi ollut oikea, ja oppilaat olisivat kirjoittaneet opiskelevansa liikuntaa mieluummin sukupuolen mukaan jaetuissa ryhmissä, tulos olisi voinut olla rehtorin kannalta hankala. Hän olisi joutunut luultavasti miettimään seuraavan lukuvuoden lukujärjestyksiä uudelleen, ja se olisi voinut hankaloittaa myös muiden kuin liikunnan opetusryhmien muodostamista.

Näin positiiviseen tutkimustulokseen saattaa kuitenkin vaikuttaa muutamakin asia. Yksi vaikuttava asia on saattanut olla se, että tutkimusryhmä oli ollut liikunnan yhteisopetuksessa vasta noin puoli vuotta, ja opettajana oli koulun uusi, ja ehkä sen vuoksi myös mielenkiintoisin liikunnanopettaja. Yhteisopetus oli vielä tutkimusta tehdessä uutta, ja erilaista. Oppilaat

ryhmänä, ja opettaja eivät vielä kunnolla tunteneet toisiaan, kun taas oppilaat tunsivat jo kaikki toisensa kahden vuoden ajalta. Ryhmäläiset olivat siis kaikki toisilleen jo entuudestaan tuttuja, eikä kenenkään tarvinnut enää jännittää uuden ryhmän suhteen. Opettajan ollessa uusi, nuori ja innokas, hänen tuntinsa ja opetustyyliinsä olivat oppilaille uusia ja mielenkiintoisia.

Mietin myös, että vaikuttiko opettajan sukupuoli jollakin lailla oppilaitten mielipiteisiin ja vastaamiseen? Tutkimukseni 9 luokkaa opetti tämän tutkimuksen kuluessa mies. Tämä siis tarkoittaa, että pojille opettajan sukupuoli oli sama kuin yläkoulun aikana aikaisemminkin, mutta ainakin suurimmalle osalle tytöistä oli uutta, että liikuntaa opetti mies. Kokonaisuudessaan koko ryhmälle tämä opettaja oli uusi, sillä hän aloitti samaan aikaan työt Armfeltin koulussa, kun liikuntaryhmä muutettiin yhteisopetusryhmäksi. Tulos olisi siis mahdollisesti voinut olla erilainen siinäkin tapauksessa, jos pojille tuttu, heitä aikaisemmin opettanut mies olisi opettanut tätä ryhmää, jolloin opettaja olisi ollut tuttu pojille sekä pojat opettajalle, mutta tytöt olisivat olleet vieraita sekä opettajalle, että opettaja tytöille. Tai päinvastoin niin, että tytöille tuttu naisopettaja olisi alkanut opettaa yhteisopetuksen ryhmää, jolloin pojat olisivat olleet opettajalle vieraita, mutta tytöt olisivat olleet tuttuja.

Tämän tutkimuksen tulokseen on saattanut vaikuttaa myös se, että oppilaat tiesivät ainetta kirjoittaessaan, että valmiit aineet tulevat äidinkielenopettajan ja minun (liikunnanopettaja) luettaviksi. Vaikka minulle aineet saapuivatkin nimettöminä, niin mietin silti, että ovatko oppilaat kirjoittaneet osittain kaunisteltua versiota, koska äidinkielenopettaja sai versiot, joissa hän näki kirjoittajan nimen. Kirsti Lauritsalo kirjoittaa väitöskirjassaan oman tutkimuksensa tuloksia pohtiessaan, että kuten aikaisemmat tutkimukset (Kokkonen 2010) ovat osoittaneet, on ihmiselle hyväksi kirjoittaa emotionaalisista kokemuksistaan (Lauritsalo 2014). Liikunta on aihe ja aine, joka herättää tunteita, ja jokaisella on omista liikuntatunneistaan tunteita herättäviä muistoja. Anonymisti kirjoittamalla on kuitenkin helpompaa kirjoittaa voimakkaastikin, kuten Kirsti Lauritsalo (2014) totesi omassa väitöskirjassaan. Lauritsalo myös toteaa väitöskirjassaan, että monet muistot ja mielipiteet liikuntatunteihin liittyvät joko luokkakavereihin tai opettajaan. Väitöskirjan pohjalta voisin siis päätellä, että kun kirjoituksessa pyydetään kertomaan mielipiteitä omista liikuntatunneistaan omalla nimellä, tietäen, että äidinkielenopettaja lukee aineen nimellisenä, voi olla hankalaa kirjoittaa negatiivisia asioita. Lauritsalon tutkimuksen perusteella sanoisin siis, että näitäkin aineita kirjoittaessaan oppilaat ovat miettineet paljon

asioita, jotka ovat liittyneet luokkatovereihin ja/tai liikunnanopettajaan. Ja jos jotkin asiat ovat olleet negatiivisia, on suuri mahdollisuus, että omalla nimellä kirjoittamisen kynnyks on kasvanut suuremmaksi, kuin jos oma nimi ei olisi lukijan tiedossa. Pelko siitä, että opettaja loukkaantuu, tai ”suuttuu” kun häntä tai luokkatovereita arvostellaan voi vaikuttaa kirjoittajan sanoihin.

Carina Perssonin (2003) tutkimuksessa tutkittiin luokkahuoneen ilmapiiriä, kun opetus muutettiin sukupuolen mukaan jaettuihin ryhmiin. Hänen tutkimustuloksensa puoltasi sitä, että sukupuolen mukaan jaetut ryhmät olisivat oppilaille sekä opettajille heidän omasta mielestään mukavampia ja parempia. Minun tutkimuksessani taas oppilaat olivat sitä mieltä, että yhteisopetus on mukavampaa, kuin sukupuolen mukaan erotelluissa ryhmissä opiskelu. Minua jäi mietityttämään, että voiko sillä olla jotain vaikutusta, että Perssonin tutkimuksessa tilanne oli oppilaille entiseen verrattuna uusi. Oppilaat olivat aikaisemmin olleet sekaryhmässä ja sitten siirtyneet sukupuolen mukaan jaettuihin ryhmiin. Minun tutkimuksessani ryhmäjaot olivat toisinpäin, ja sekaryhmät olivatkin se uusi asia. Vaikuttiko uusi ja erilainen mukavammalta kuin vanha ja totuttu?

Mietin myös sitä, että oma henkilökohtainen ennakkokäsitykseni voi olla niin erilainen, ehkä jopa vanhanaikainen, että se on syynä miksi ihmettelin näin positiivisia ajatuksia yhteisopetuksesta. Itse opiskelin sukupuolen mukaan erotelluissa ryhmissä sekä yläkoulussa että lukiossa, ja olin aina ryhmässäni yksi parhaista niin taidollisesti kuin kuntotasonkin suhteen. Näin ei olisi ehkä ollut, jos opetus olisi ollut yhteisopetusta. Olisinko pitänyt liikunnasta silti, vaikka en olisi ollut ryhmän nopein tai vahvin, tai vaikka osa asioista ei enää olisikaan ollut enää niin helppoja? Olisin ehkä osannut motivoitua kilpailusta tai siitä, että opin itsekin lisää kun teen parhaani voittaakseni jonkun joka on minua parempi. En osaa sanoa. Uusimmassa opetussuunnitelman perusteissa sanotaan, että tasa-arvo on yksi tärkeä huomioon otettava asia. Ehkä maailma on muuttunut niin, että nuoret ovat nykyisin avoimempia ja haluavat tasa-arvoa kaikessa. Paula Sahlman (2017) kirjoittaa pro gradu työssään, että tasa-arvo ei tarkoita välttämättä sitä, että kaikki tasapäistettäisiin. Tasa-arvo voi olla sitä, että jokainen uskaltaa olla se mitä on. Tasa-arvo voi olla sitä, että jokainen uskaltaa kehittää itseään ja kykyjään, ja tehdä valintojaan ilman, että sukupuoli rajoittaisi millään tavalla. (Sahlman 2017.) Ehkä tämän päivän nuoria ei haittaa biologia siinä, että eri kehityskaudet tai murrosiät ovat

pojilla ja tytöillä eri aikaan. Ehkä kaikki se, minkä itse ajattelin olevan ongelma yhteisopetuksessa, on ratkaistavissa opettajan taidoilla opettaa ja eriyttää. Ehkä yhteisopetus ja tasa-arvo kuten Sahlman (2017) siitä kirjoitti, on juuri sitä tulevaisuutta, jota nuoret liikunnanopetukseltaan toivovat?

Toisaalta onko opetuksen oltava juuri sitä, mitä nuoret itse toivovat, vai olisiko parempi, että opetus olisi sellaista, joka heidän liikunnalliselle ja motoriselle kehitykselleen olisi parasta. Olisiko parempi, että liikuntaryhmät olisi sukupuolen mukaan jaetut alakoulun viimeisiltä luokilta yläkouluun asti, jolloin molemmat sukupuolet voisivat saada omalle kehityskaudelleen sopivaa ja tarkoituksenmukaista harjoitusta? Holopainen (1991) totesi tutkimuksessaan, että tyttöjen liikunnanopetukseen pitäisi panostaa alakoulun viidenneltä luokalta lähtien ja käyttää opettajina asiantuntijoita esimerkiksi aineenopettajia, koska tyttöjen motorisen kehityksen paras kausi on juuri siinä kohtaa. Pojilla paras kehityskausi on 1-3 vuotta myöhemmin. Viholainen & Ahonen (Liikuntapedagogiikka 2013) taas toteavat, että motorinen kehitys on yhteydessä myös muuhun kehitykseen, ja motorisen kehityksen häiriöt harvoin esiintyvät yksinään. He kirjoittavat, että noin puolella lapsista, joilla on esiintynyt motoristen taitojen oppimisessa vaikeuksia, on ongelmia myös aikuisiällä. Ja nämä ongelmat vaikuttavat arkielämästä selviytymistä läpi elämän. Onko tältä kantilta katsottuna vaarallista, että liikuntaa opetetaan yhteisopetuksena? Pitäisikö ryhmät olla sukupuolen mukaan jaetut, jolloin molempien sukupuolten motorisen kehityksen paras kausi voitaisiin ottaa paremmin huomioon?

Olisi mielenkiintoista tehdä tämä tutkimus uudelleen hieman laajempaan. Tutkimuksen voisi tehdä suuremmalle oppilasryhmälle mahdollisesti määrällisenä tutkimuksena. Tutkimuksen voisi tehdä myös vertailuna niin, että vastaajina olisi oppilaita, jotka olisivat juuri aloittaneet liikunnan opiskelun yhteisopetuksessa, sekä oppilaita, jotka olisivat jo hetken opiskelleet yhteisopetuksessa. Näin tutkimukseen saisi erilaisia näkökulmia. Minua itseäni jäi kiinnostamaan se, että vaikuttaako oppilaiden omasta mielestä liikunnanopetuksessa niinkään se, että ryhmässä on sekaisin tyttöjä ja poikia, vai onko oppilaiden silmissä tärkeämpää mahdollisesti vain se, että ovatko ryhmäläiset toisilleen tuttuja?

Toinen lisätutkimus voisi olla ryhmien vertailu motoristen taitojen suhteen. Yhteisopetuksessa olleet tytöt tai pojat asetettaisiin tutkimuksessa vastakkain sukupuolen mukaan erotelluissa ryhmissä olevien tyttöjen tai poikien kanssa. Tutkimus olisi mahdollisesti pitkäkestoisempi, jolloin siitä saisi selville, että onko ryhmällä merkitystä siinä, miten motoriset taidot kehittyvät.

LÄHTEET

- Berg, P. 2010. Ryhmärajoja ja hierarkioita. Etnografinen tutkimus peruskoulun yläasteen liikunnanopetuksesta. Helsingin yliopisto. Sosiaalipsykologisia tutkimuksia 22
- Cacciatore, R. 2007. Huomenna pannaan pussauskoppiin – opas vanhemmille. Helsinki: WSOY
- European Commission/EACEA/Eurydice. 2013. Physical Education and Sport at School in Europe. Eurydice Report. Luxemburg: Publications Office of the European Union. Viitattu 20.5.2017. <http://www.eacea.ec.europa.eu/education/eurydice/documents>
- Euroopan parlamentti. Physical education in EU. Think Tank. Asiakirjoja EU:sta. Viitattu 24.5.2017. <http://www.europarl.europa.eu/thinktank>
- Gerdin, G. 2008. Boys and Physical Education - A Study of Boys' Experiences of Single-Sex and Co-Educational Physical Education. Växjö universitet. Institutionen för pedagogik.
- Hietala, T., Kaltiainen, T., Metsärinne, U. & Vanhala, E., 2010. Nuori ja mieli – koulu mielenterveyden tukena, Helsinki: Tammi
- Hiltunen, T. 1998. Yläasteen ja lukion oppilaiden kokemuksia ja käsityksiä koululiikunnasta. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteen laitos. Pro Gradu – tutkielma. Viitattu 1.5.2017 <https://jyx.jyu.fi/dspace/handle/123456789/9519>
- Hirsjärvi, S., Remes P. & Sajavaara, P. 2004. Tutki ja kirjoita. 10. osin uudistettu painos. Jyväskylä; Gummerus
- Holopainen, S. 1991. Taitavat ja kömpelöt koululiikunnassa. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 75. Jyväskylä

- Iivonen, M. & Lamminpää, R. 2004. www.murrosika.fi. Helsinki. Väestöliitto
- Ilmanen, K., & Voutilainen, T. 1982. Jumpasta tiedekunnaksi. Suomalainen voimistelunopettajakoulutus 100 vuotta 1882-1982. Liikuntatieteellisen seuran julkaisuja 84. Helsinki: Valtion painatuskeskus
- Jaakkola, T. 2013. Liikuntataitojen opettaminen. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä. PS-kustannus, 364 – 377
- Jaakkola, T., Liukkonen, J., Sääkslahti, A. 2013. Esipuhe. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä. PS-kustannus, 12
- Jarasto, P, Sinervo, N., 1999. Murrosikäisen ja nuoren maailma. Jyväskylä: Gummerus
- Jyväskylän yliopisto. Aineiston analyysimenetelmät. Teemoittelu. Viitattu 9.6.2017. www.koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/aineiston-analyysimenetelmat/teemoittelu
- Jyväskylän yliopisto. Narratiivinen analyysi. Viitattu 9.6.2017. www.koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/aineiston-analyysimenetelmat/narratiivinen-analyysi
- Jääskeläinen, L., Korpilauri, A. & Tikkanen, J. 1985. Liikunnan didaktiikka, Helsinki: Otava
- Kauranen, K. 2011. Motoriikan säätely ja motorinen oppiminen. Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu 167. Tampere
- Kinnunen, M., Rahomäki, E. 2011. Motoristen perustaitojen ja fyysisen aktiivisuuden kehittyminen yläkoulun aikana. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteen laitos. Pro Gradu tutkielma. Viitattu 19.5.2017 <https://jyx.jyu.fi/dspace/handle/123456789/37029>

- Koca, C. 2009. Gender interaction in coed physical education: a study in Turkey. *Adolescence* 44/173. 165 – 185. Roslyn Heights. Viitattu 22.5.2017 [www.http://search.proquest.com/openview](http://search.proquest.com/openview)
- Koivusalo, I. 1982. Voimistelu maamme oppikoulujen oppiaineena vuosina 1843–1917. Lappeenranta: Etelä-Saimaan Kustannus.
- Kolu, P., Vasankari, T. & Luoto, R. Liikkumattomuus ja terveydenhuollon kustannukset. *Suomen lääkärilehti*. Julkaisu 12/2014
- Korpela, S. 2014. Näin maailmalla – Vuonojen maan liikuntakulttuuri ihastuttaa ja yllättää. *Liikunta ja tiede*. Julkaisu 51. 6/2014
- Kurki, J., Anttila, R., 1999. Uintitaito ja uinninopetus Suomessa. Jyväskylä. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 117. Jyväskylä. LIKES
- Lahti, J., 2013. Koulun liikuntakasvatuksen historia. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) *Liikuntapedagogiikka*. Jyväskylä. PS-kustannus, 31-42
- Lahti, J., 2016. Jumpan jalanjäljiltä akateemiseen maisterintutkintoon, Jyväskylän yliopiston liikunnanopettajakoulutus vuosina 1963 – 2013. Jyväskylän yliopisto. *Studies in sport, physical education and health* 251. Viitattu 20.6.2017 <https://jyx.jyu.fi/dspace/handle/123456789/52501>
- Lauritsalo, K., 2014. “Usually I like school PE, but...” School physical education described in internet discussion forums. Jyväskylän yliopisto. *Studies in sport, physical education and health* 207
- Lehtinen, I., Lehtinen, T. 2007. Mikä mättää? Murrosiän muutokset kotona ja koulussa. Helsinki: Edita

Liikunnan OPS 2016 aineryöryhmä. Opettajan verkkopalvelu. Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet, liikunnan tukimateriaalit. Viitattu. 12.6.2016 http://www.edu.fi/ops2016_liikunnan_tukimateriaalit

Liukkonen, J., Jaakkola, T. 2013. Oppimista tukevan motivaatioilmaston luominen. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä. PS-kustannus, 298 – 309

Numminen, P. 2005. Avaa ovi lapsen maailmaan. Kysellään, ihmetellään ja liikutaan yhdessä. Tampere: Pilot-kustannus.

Nupponen, H., 1997. 9-16 –vuotiaiden liikunnallinen kehittyminen. Jyväskylän yliopisto. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 106

Opetushallitus. Opettajan verkkopalvelu. Viitattu 27.4.2017. www.edu.fi/perusopetus/liikunta/103/0/liikunnanopetuksella_monia_toteutustapoja_euroopan_kouluissa

Opetushallitus. Opetussuunnitelma ja tuntijako. Opetushallituksen julkaisuja. Viitattu 14.6.2016. http://www.oph.fi/koulutus_ja_tutkinnot/perusopetus/opetussuunnitelma_ja_tuntijako

Pehkonen, P. & Pätäri, P. 1997. Yläasteen oppilaiden kokemuksia liikunnan yhteisopetuksesta. Jyväskylän yliopisto, Liikuntatieteen laitos. Pro Gradu – tutkielma. Viitattu 19.5.2017 <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/9606>

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 1994. Helsinki: Opetushallitus

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004. Helsinki: Opetushallitus

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Helsinki: Opetushallitus

- Persson, C. 2003, Förbättrat klassrumsklimat genom könsuppdelad undervisning? – Ett utvecklingsarbete i religion , I åk 3 på ett yrkesförberedande gymnasieprogram. Pedagogutbildning. Luleå tekniska universitet. Examensarbete
- Pietilä, M. & Koivula, P., 2013. Valtakunnalliset opetussuunnitelman perusteet. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä. PS-kustannus, 274-275
- Pühse, U. & Gerber, M., 2005, International Comparison of Physical Education: Concepts, Problems, Prospects. Oxford; Meyer & Meyer Sport
- Rantala, T., 2006, Oppimisen iloa etsimässä, Opetus 2000. Jyväskylä: P-S kustannus
- Rokka, P. 2011. Peruskoulun ja perusopetuksen vuosien 1985, 1994 ja 2004 opetussuunnitelmien perusteet poliittisen opetussuunnitelman teksteinä. Tampereen yliopisto. Acta Electronica Universitatis Tamperensis 1076. Viitattu 1.5.2017 <https://tampub.uta.fi/handle/10024/66741>
- Sahlman, P., 2017. Sukupuolen diskurssit liikuntapedagogiikan opiskelijoiden kouluttajien puheessa. Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen laitos. Pro gradu –tutkielma. Viitattu 20.6.2017 <https://jyx.jyu.fi/dspace/handle/123456789/54080>
- Santrock, J.W.,2010. Adolescence. 13. painos. New York: McGraw-Hill.
- Sähköinen oppimisympäristö. Peda.net. Terveystiedon lisämateriaali. Viitattu 21.4.2017. www.peda.net/oppimateriaalit/e-oppi/näytekirjat/yläkoulu/terveystieto2
- Valo ry. 2015. ”Pitääkö liikuntatunnit järjestää erikseen?”. Viitattu. 21.4.2017 www.sport.fi/en/arvot-ja-vastuullisuus/reilu-peili/yhdenvertaisuus/tyttöjen-ja-poikien-liikuntatunnit-yhteen

Viholainen, H. & Ahonen, T. 2013. Motorisen oppimisen vaikeudet liikuntapedagogiikan arjessa. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.). Jyväskylä. PS-kustannus. 395-399

Virta, J. & Lounassalo, I. 2013. Liikuntapedagogiikka yläkoulussa. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.). Jyväskylä. PS-kustannus. 497-502

Väestöliitto. Nuoret, murrosikä. Viitattu 19.4.2017. www.vaestoliitto.fi

Wuolio, E-L & Jääskeläinen, L. 1993. Kyykkyyntä ylös: 150 vuotta koululiikuntaa. Liikuntatieteen Seuran julkaisu nro 136. Helsinki.