

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

**Author(s):** Laukkanen, Arto

**Title:** Osallistaminen tärkeää liikunnan pelillistämisessä

**Year:** 2022

**Version:** Published version

**Copyright:** © 2022 Liikuntatieteellinen seura

**Rights:** In Copyright

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

**Please cite the original version:**

Laukkanen, A. (2022). Osallistaminen tärkeää liikunnan pelillistämisessä. *Liikunta ja tiede*, 59(5), 29.

## Pedagogiikka

ARTO LAUKKANEN

arto.i.laukkanen@juu.fi

# Välituntiliikunnan säännöt riippuvat aikuisten turvallisuuskäsityksistä

**KYMMENEN ERILAISTA KOULUN HENKILÖKUNNAN** käsityksiin kytkeytyvää sosiokulttuurista tekijää rajoittaa mahdollisuuksia edistää lasten aktiivista vapaata leikkiä koulujen välitunneilla. Australialais-englantilainen tutkijaryhmä tunnisti systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessaan myös vapaata välituntiliikuntaa edistäviä sosiokulttuurisia tekijöitä, vaikka vähemmän kuin rajoittavia tekijöitä.

Aktiivista vapaata leikkiä rajoittavat ja riskejä välttelevät välituntivalvonnan käytänteet liittyivät kouluhenkilökunnan käsityksiin lasten turvallisuudesta. Varovaisuuteen vaikuttaa myös pelko joutua itse syytetyksi ja rangaistuksi tapaturmatilanteen sattuessa. Turvallisuuskäsityksiin ja pelkoihin vaikuttivat valvojien näkemykset vanhempien turvallisuushuolista, käsitykset koulun välituntivalvonnan säännöistä sekä omista kyvyistä tunnistaa riskialttiita tilanteita välitunneilla. Lisäksi käsityksiä suuntasivat fyysisessä ympäristössä tunnistetut riskit sekä laajemmin yhteiskunnassa turvallisuutta painottavat asenteet.

Lasten aktiivista vapaata välituntileikkiä edistäviksi tekijöiksi tunnistettiin koulun henkilökunnan käsitykset siitä, että vapaalla lekillä on vanhempien tuki ja välituntivalvojat sietävät liikkumiseen kuuluvia riskejä. Näitä käsityksiä edesauttoivat vapaan leikin hyötyjen tunnistaminen koulujen välituntitoimintaa määrittelevissä ohjeissa ja säännöissä sekä myös jo opettajakoulutuksen aikana.

Systemaattisella laadullisen tutkimuskirjallisuuden katsauksella selvitettiin aikuisten (vanhemmat, opettajat, välituntivalvojien, rehtorien) näkemyksiä lasten vapaan leikin turvallisuudesta ja riskeistä ala- tai keskikoulujen välitunneilla. Katsauksen tekijät pyrkivät lisäksi tunnistamaan, miten turvallisuuteen ja riskeihin liittyvät käsitykset vaikuttavat välituntivalvontaan ja siihen liittyvään päätöksentekoon kouluissa. Lopullinen aineisto koostui 10 370 asiakirjasta ja yhteensä 25 eri tutkimuksesta, jotka edustivat 608 aikuista 89 koulusta ja 9 eri maasta.

Huoli lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden vähäisyydestä on nostanut aikuisten turvallisuuskäsitykset tutkimuksen valokeilaan toistuvasti. Aikuisten turvallisuuteen liittyvien käsitysten tiedetään muotoilevan lasten mahdollisuuksia aktiiviseen liikunnalliseen leikkiin niin ulko- kuin myös sisäympäristöissä. Kirjallisuuskatsauksen tulosten jäsentäminen sosioekologisen teorian pohjalta mahdollistaa välituntiliikuntaa estävien ja edistävien tekijöiden tunnistamisen eri tasoilla.

Tutkimus antaa käyttökelpoisen viitekehyksen liikuntatäystävällisten välituntiympäristöjen kehittämiseen varsinkin

kin alakouluissa. Esimerkiksi vanhempien turvallisuuteen liittyvät käsitykset otetaan hyvin harvoin huomioon koulujen liikunnallistamista kehitettäessä. Ne liittyvät tämän katsauksen mukaan keskeisesti koulujen välituntikäytänteisiin ja niiden perusteluihin.

Samanlaisia tutkimuksia tarvittaisiin kipeästi myös yläkoulujen välitunneista. Lasten liikkuminen vähenee lasten iän myötä. Koulujen välituntien kehittäminen liikuntaa edistäviksi on yksi vaikuttavimmista tavoista tarttua tähän ongelmaan.

### LÄHDE

Jerebine, A., Fitton-Davies, K., Lander, N., Eyre ELJ, Duncan MJ & Barnett LM. 2022. "Children are precious cargo; we don't let them take any risks!": Hearing from adults on safety and risk in children's active play in schools: a systematic review. *Int J Behav Nutr Phys Act.* 2022 Sep 1;19(1):111. doi: 10.1186/s12966-022-01344-7

## Vanhemmat määrittävät lasten ulkoliikunnan vapausasteen

**BELGIALAISVANHEMMAT NÄKIVÄT LASTENSA** ulkoliikunnassa paljon enemmän hyötyjä kuin turvallisuushuolia. Belgialais-englantilainen tutkijaryhmä havaitsi, että vanhempien näkemät ulkoliikunnan edut määrittivät suurelta osin heidän 1,5–6-vuotiaille lapsilleen suomiaan ulkoliikkumisen vapauksia. Koetut uhat määrittivät vain vähän ulkoliikunnan vapautta.

Vanhempien tunnistamia lasten ulkoliikunnan yleisimpiä etuja olivat hauskuus, ympäristön tutkiminen, yhteyden muodostuminen luontoon, omien rajojen tunnistaminen ja riskinhallintakyvyn kehittyminen. Ulkoliikunnan yleisimmiksi uhiksi koettiin loukkaantumisen riskit, lapsen leikkiminen ylipäänsä yksinään sekä lapsen katoaminen.

Tutkimusta varten kehiteltiin kuvallinen kyselymittari vanhemmille erityisesti lasten riskialttiita ulkoliikuntatilanteita koskevista tilanteista. Lopulliseen mittariin valikoitui huolellisen kehitys- ja validointityön tuloksena kymmenen riskialtista ulkoliikuntatilannetta, kuten kivillä kiipeily, tasapainoilu korkean paikan reunalla, metsässä leikkiminen ja avojoaloin juokseminen. Vanhemman oli arvioitava numeerisesti Likert-asteikolla kunkin tilanteen etuja ja vaaroja lapselle, lapsen kykyä suoriutua tilanteesta, suomansa liikkumisen vapautta tilanteesta ja lapsen kokemusta tilanteista. Vanhemman piti myös arvioida omia kokemuksiaan tilanteista, kun hän itse oli samanikäinen.



Kuva: Antero Aaltonen

Lasten ulkoliikunnan vapaus vaihtelee merkittävästi tiheään asuttujen kaupunkien ja väljemmin asutettujen alueiden välillä. Vähemmän kuitenkin ymmärretään sitä, mihin lasten ulkona liikkumisen vapaus ja rajoitteet käyttäytymisen tasolla liittyvät. **Jidovtseffin ja kumppanien** tutkimus osoittaa, että vanhempien kokemat ulkoliikunnan hyödyt määrittävät suurelta osin lapsille sallittuja vapauksia. Ulkoliikunnan hyötyjen tunnistaminen voi olla yksi keino edistää lasten ulkona liikkumisen mahdollisuuksia.

#### LÄHDE

Jidovtseff, B.; Pirard, F.; Martin, A.; McCrorie, P.; Vidal, A.; Pools, E. 2022. Parental Assessment of Benefits and of Dangers Determines Children's Permission to Play Outdoors. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2022, 19, 11467. <https://doi.org/10.3390/ijerph191811467>

## Osallistaminen tärkeää liikunnan pelillistämisessä

**YHDYSVALTALAINEN TUTKIJARYHMÄ HAVAITSI**, että osallistamalla laajasti alakoulun yhteisöä voidaan kehittää yhteisesti hyväksytty ja käyttökelpoinen pelisovellus liikunnan integroimiseksi osaksi opetussuunnitelman mukaista opetusta. Yhteisöön sisältyivät oppilaat, opettajat ja vanhemmat.

Hankkeessa kehitettiin Smart-niminen pelisovellus, jossa luokan yhteisen liikkumismäärän kertymisestä koko koulupäivän ajalta ansaitaan pisteitä. Kertyneillä pisteillä oppilaat pääsevät etenemään oikeaa tietä virtuaalimaailmassa, kuten halki Yhdysvaltojen Route 66 -valtatietä. Pelissä avautuu edistymisen myötä uusia tehtävätasoja, joiden sisällöt kytkeytyvät suoraan tieteeseen, teknologiaan ja matematiikkaan liittyvien oppiaineiden oppimissisältöihin.

Tutkijat havaitsivat osallistavan prosessin aikana, että esimerkiksi aktiivisen koulumatkaliikkumisen kytkemisellä peliin ei ollut riittävän laajaa hyväksyntää vanhempien puolelta. Pelin kehittäminen päätettiin kohdentaa koulupäivään. Haastatteluissa selvisi myös, että oppilaille oli erityisen tärkeää mahdollisuus merkitä pelissä oma liikkumisen määränsä koulupäivän aikana. Tätä varten peliin rakennettiin ominaisuus, jolla oppilaat voivat koulupäivän eri vaiheissa valita omaa liikunta-aktiivisuuttaan vastaavan värin pelisovelluksesta. Itsearvio rekisteröity peliin.

Pilottitutkimuksessa havaittiin oppilaiden yliarvioivan omaa liikunta-aktiivisuuttaan. Palautteen myötä oppilaiden itsearviot liikunta-aktiivisuudesta tarkentuivat.

Liikunta-aktiivisuuden mittamista on tarkoitus laajentaa liikemittareiden käytöllä. Lasten sitoutumista on tarkoitus ylläpitää siten, että peliin tehdään oma oppimismoduulinsa, jossa lapset pääsevät suunnittelemaan ja rakentamaan oman liikemittarinsa. Tutkijoiden tavoitteena on edistää liikunta-aktiivisuuden integroimista pysyväksi osaksi tieteeseen, teknologiaan ja matematiikkaan liittyvien oppiaineiden opetusta kouluissa.

#### LÄHDE

Julien, C., Castelli, D., Bray, D., Lee, S., Burson, S. & Jung, J. 2021. Project SMART: A cooperative educational game to increase physical activity in elementary schools. *Smart Health* 19 (100163). <https://doi.org/10.1016/j.smh.2020.100163>

## Hyötyjen tunnistaminen voi edistää lasten ulkona liikkumisen mahdollisuuksia.