

116.

VIHTYVYYS JA ILMAPIIRI YLÄASTEEN LIIKUNTATUNNILLA

Päivi Alkula

**Liikuntapedagogiikan
pro gradu-tutkielma
Jyväskylän yliopisto
Syksy 1998**

SISÄLTÖ	
TIIVISTELMÄ	2
JOHDANTO	3
2 KOULUVIIHTYVYYDEN JA KOULUILMASTON MÄÄRITTELY	4
2.1 Oppilaiden viihtyvyys koulussa	5
2.1.1 Sukupuoli	5
2.1.2 Sosiaaliset suhteet	6
2.1.3 Koulun käynnin rasittavuus	6
3 LIIKUNTAKASVATUKSEN TAVOITTEET	8
4 VIIHTYVYYS LIIKUNTATUNNILLA	11
4.1 Motivaatioilmasto	12
4.2 Viihtyvyys liikuntatunnilla	13
5 LIIKUNTATUNTIEN VIIHTYVYYTEEN VAIKUTTAVAT TEKIJÄT	15
5.1 Opettaja vaikuttajana	16
5.2 Oppilas vaikuttajana	18
6 KOULULIIKUNTATUNTIEN TUTKIMINEN	19
6.1 Oppiminen ja opetustapahtuman analysointi	19
6.2 Liikunnan opetusmenetelmät	20
6.2.1 Yksilötyöskentely ja opettajajohtoinen työskentely	21
6.2.2 Yhteistyöskentely	21
6.2.3 Parityöskentely	22
7 YHTEENVETO JA VIITEKEHYS	22
8 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA ONGELMAT	24
8.1 Tutkimuksen ongelmat	24
9 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	25
9.1 Koehenkilöt	25
9.2 Tutkimusmenetelmä	25
9.3 Aineiston keruu	29
9.4 Aineiston käsittely	29
9.5 Mittauksen luotettavuus	29
9.5.1 Reliabiliteetti ja validiteetti	30
10 TUTKIMUKSEN TULOKSET	31
10.1 Viihtyvyys ja ilmapiiri liikuntatunnilla	31
10.2 Liikuntatuntien viihtyvyys ja ilmapiiri luokka-asteen mukaan	41

10.3 Liikuntatuntien viihtyvyys ja ilmapiiri ja niihin vaikuttavat tekijät sukupuolen mukaan	43
10.4 Oppilaiden avoimet kysymykset	50
10.5 Koulussa viihtyminen ja ilmapiiri opettajien kokemana	51
10.6 Liikunnanopettajien arvio hyvästä liikuntatunti-ilmapiiristä	53
11 POHDINTA	54
11.1 Tarkatelutavasta	54
11.2 Viihtyvyys ja ilmapiiri liikuntatunnilla	54
11.3 7lk:n ja 9lk:n oppilaiden väliset erot viihtyvyydessä	56
11.4 Tyttöjen ja poikien väliset erot viihtyvyydessä	57
LÄHTEET	59
LIITTEET	62

TIIVISTELMÄ

Päivi Alkula (1998). Viihtyvyys ja ilmapiiri yläasteen liikuntatunnilla. Jyväskylän yliopisto. Liikuntapedagogiikan pro gradu-tutkielma, 1998, 56s.

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää peruskoulun yläasteen seitsemännen ja yhdeksännen luokan oppilaiden viihtyvyyttä ja ilmapiiriä koululiikuntatunnilla sekä viihtyvyyteen ja ilmapiiriin liikuntatunnilla vaikuttavia tekijöitä.

Tutkimukseen osallistui yhteensä 150 yläasteen seitsemännen ja yhdeksännen luokan oppilasta Vaasan, Mikkelin ja Oulun läänien alueelta. Lisäksi opettajien kyselyyn vastasivat 12 liikunnanopettajaa. Tutkimuksen aineisto kerättiin kyselynä postitse.

Opettaja-oppilas suhteet, kaverisuhteet, koetun oppimisen määrä, tunnin odottaminen, tunnilla ilmenevät häiriöt, motivaatio ja oppilaiden innostuneisuus ovat selvästi yhteydessä ilmapiirin kokemiseen. Innokkaimmat oppilaat kokevat tunnin ilmapiirin usein myönteisempänä kuin vähemmän innokkaat. Samoin oppilaat, jotka kokevat opettajansa opettavan paljon uusia asioita, kokevat tunnin ilmapiirin myönteisemmäksi kuin oppilaat, joiden mielestä tunnilla oppii uutta vähän tai erittäin vähän. Oppilaat toivovat myös tunteihin vaihtelevuutta ja heidän mielipiteidensä sekä toivomustensa huomioon ottamista. Liikuntatuntien lajivalikoima ja liikunnanopettajan ominaisuudet koetaan molemmilla luokkatasoilla erittäin merkittäviksi asioiksi liikuntatuntien viihtyvyyden kannalta.

Liikuntatunnilla opettavan asian vaihtelevuuden, opettajan persoonallisuuden ja käyttämien opetusmenetelmien sekä arvostelutavan koettiin vaikuttavan eniten liikuntatunnilla viihtyvyyteen. Opettaja voi parhaimmillaan kannustavalla, tasavertaisella, oppilaiden mielipiteet huomioonottavalla ja esimerkillisellä käyttäytymisellään parantaa oppilaiden viihtyvyyttä liikuntatunnilla. Mutta pahimmassa tapauksessa opettaja voi tehdä muuten pidetystä oppiaineesta vastenmielisen ja kyllästyttävän. Erilaisia liikuntatunteja on yhtä paljon kuin opettajiakin.

Tutkimuksen tuloksista voidaan päätellä, että yläasteen seitsemännen ja yhdeksännen luokan oppilaiden viihtyvyys liikuntatunnilla on hyvä. Kaikista kyselyyn vastanneista oppilaista 55% koki viihtyvänsä liikuntatunnilla hyvin erittäin usein. Oppilaista 81% koki liikuntatunnit mielekkäänä ja kertoi menevänsä liikuntatunnille mielellään erittäin tai melko usein. 87% oppilaista arvioi koululiikuntatunnit erittäin usein suosituiksi. Liikunnanopettaja arvioitiin mukavaksi enemmistön mukaan ja koululiikunnan koettiin kannustavan liikunnallisiin harrastuksiin myös vapaa-ajalla.

Avainsanat: viihtyvyys, ilmapiiri, koululiikuntatunnit, opettaja, oppilas, motivaatioilmasto

JOHDANTO

Koululiikunta on selvimminkin yhteydessä kasvatukseen yhteiskunnallisessa viitekehyksessä. Sen osoittaa nykyisin jo yleisesti hyväksytty käsite liikuntakasvatus. Pääosan liikuntakasvatuksesta hoitaa koululiikunta. Liikunnan muista koulun oppiaineista olennaisesti poikkeavan kasvatusilmapiirilunonteen ansiosta koululiikunta toteuttaa oppilaiden kasvatusta koulun yleisten kasvatustavoitteiden mukaisesti. Näin ollen koululiikunnan sisällöllä ja sen tuntemuksilla on erittäin tärkeä merkitys pyrittäessä kehittämään ja tehostamaan koululiikuntaa.

Luokan viihtyvyys, ilmapiiri ja niihin vaikuttavat tekijät tuntuivat konkreettiselta ja tärkeältä tutkimuksen aiheelta ajatellen liikuntatunteja. Jos tunnilla ilmapiiri on hyvä, usein myös liikunnasta jää oppilaille myönteinen kokemus, mikä myös vaikuttaa olennaisesti koulun jälkeisen liikunnan harrastamiseen. Liikuntatunnin ilmapiiri vaikuttaa hyvin olennaisesti tunnin onnistumiseen ja oppilaiden viihtymiseen tunnilla. Myönteinen luokan ilmapiiri, toisten huomioon ottaminen ja hyväksyminen sekä opettajan ja oppilaiden väliset suhteet ovat tärkeä edellytys toimivalle kouluyhteisölle sekä siellä työskentelevien hyvinvoinnille. Tutkimuksen tekijä tunsi saavansa tutkimusta tehdessään paljon arvokasta tietoa liikuntatuntien ilmapiiristä ja oppilaiden viihtyvyyteen vaikuttavista tekijöistä luokassa. Tuntien mielekästä ilmapiiriä on osattava vaalia ja siihen vaikuttavat tekijät on pidettävä muistissa. Hyvä luokkailmapiiri ei synny itsestään vaan sen eteen on ponnistettava tietoisesti.

Työn tarkoituksena oli selvittää liikuntatuntien ilmapiiriä ja viihtyvyyttä oppilaiden kokemana sekä niissä viihtyvyyteen vaikuttavia tekijöitä.

2 KOULUVIIHTYVYYDEN JA KOULUILMASTON MÄÄRITTELY

Kouluviihtyvyyttä voidaan kuvata monilla eri määritteillä ja siksi käsitteen yksiselitteinen määrittäminen on hyvin vaikeaa. Lyhyesti se voisi tarkoittaa vaikkapa koulun arjessa tapahtuvien asioiden, toimintojen ja muiden kokemusten tyydyttävyyden ja merkittävyyden kokemista suhteessa oppilaan omiin tarpeisiin, asenteisiin ja tuntemuksiin. Ominaista koulussa viihtymiselle on se, että se ei ole pysyvä tila vaan jatkuvasti muuttuva. Siihen vaikuttavat erilaiset tilannetekijät mitkä ilmenevät kouluympäristössä. Oppilaan kokonaisvaltainen viihtyminen kuvaa koulumaailman laatua. (Kannas 1995 a, 131.)

Kouluviihtyvyyteen vaikuttavat opettajat, oppilas itse sekä koulutoverit. Koulun ilmapiiriä voivat asemansa perusteella tosin kuvata myös muu henkilökunta, oppilaiden vanhemmat ja muut, jotka ovat kiinteässä kosketuksessa koulun toimintaan. Koulun ilmapiiri voisi tarkoittaa yhtä kuin koulun 'henki'. Opettajakunnan opettajien väliset suhteet ovat edellytyksenä sille, miten opettajat käyttäytyvät luokkahuoneessa. Jos suhteet ovat "kireät", välittyy "kireys" opettaja-oppilas suhteisiin. Vihamielisyys tai vieraantuminen johtaa heikkoon sietokykyyn oppilaisiin nähden. Sopusointuiset, hyvät suhteet luovat oppilastasolle positiivista suhdetta opettajiin. Luottamus ja avoimuus edistävät yksittäisten opettajien innovaatioiden (uusien innostusten) hyödyntämistä koko organisaation tasolla. Myös se, millaisina oppilaat näkevät opettajien väliset suhteet, voivat vaikuttaa oppilaiden toimintaan luokassa, jo yksistään mallioppimisen kautta. Oppilaita kannustava ilmapiiri auttaa opiskeluun keskittymistä. Viihtyvyyteen vaikuttavien tekijöiden osalta painotus muuttuu alaluokkien opettajakeskeisyydestä ystävien merkityksen kasvuun ylemmillä luokilla. (Andersson 1982; Kari 1977, 43-44.)

Ilmapiiri on monisisältöinen käsite, ja riippuukin näkökulmasta ja korostuksista mitä sillä milloinkin tarkoitetaan. On puhuttu esimerkiksi "psykososiaalisesta ilmastosta", "työilmastosta", "socioemotionaalista ilmapiiristä" ja "hallinnollisesta ilmapiiristä". Sosiologisessa ja psykologisessa kirjallisuudessa ilmasto ja ilmapiiriä on käytetty synonyymeinä. Tilanne on sama myös englanninkielisessä kirjallisuudessa; "school climate"

ja "school atmosphere" ovat synonyymeja. Termien rinnakkainen käyttö saattaa hämärtää jo muutoinkin epäselvää käsitettä. Koska termit näyttävät kuitenkin vakiintuneen, on syytä totutella molempien käyttöön. Tässä tutkimuksessa puhutaan siis sekä ilmastosta että ilmapiirista ja kummallekin termille annetaan sama selitys. (Mehtäläinen 1983.)

2.1 Oppilaiden viihtyvyys koulussa

Koulun tavoitteiden saavuttamisen kannalta positiivisessa koulun ilmapiirissa on oppilailla potentiaalista vaikutusvaltaa suhteessa sekä opettajiin että toisiinsa. Tärkeätä on myös voimakas liittymishalu ryhmässä kokonaisuutena ja luokkatoverien välillä ja se, että luokan normit kannustavat menestymään opiskelussa. Opettajan ja oppilaan välisen kommunikaation tulisi olla avointa ja vuoropuhelunomaista sekä ryhmätyölle tulisi asettaa keskeinen asema. (Mehtäläinen 1983.)

WHO:n koululaistutkimuksessa lukuvuonna 1993/94 selvitettiin eri maiden lasten ja nuorten viihtyvyyttä koulussa. Koululaistutkimus on monivuotinen, kansainvälinen terveyskasvatustutkimus, jossa selvitetään 11-, 13 ja 15-vuotiaiden nuorten (N= 4187) elämäntapaa terveyden näkökulmasta. Koulun käynnistä pitämällä tarkoitettiin yleistä suhtautumista koulun käyntiin ja oman koulun kivaksi kokemisella mitattiin koulukohtaista asennointumista. Suurin osa vertailumaiden 11-15-vuotiaista piti koulunkäynnistä paljon tai melko paljon. Aikaisemmat tutkimukset ovat osoittaneet, että suomalaisnuori viihtyy koulussa keskimäärin heikommin kuin vastaavat ikäryhmät muissa maissa (esim. USA, Uusi-Seelanti, Japani). (Kannas 1995 b.)

2.1.1 Sukupuoli

Sukupuolella on vaikutusta koulussa viihtymiseen varsinkin Suomessa. Suomalaispojat suhtautuvat koulun käyntiin huomattavasti kielteisemmin kuin muut vertailumaiden pojat. Suomalaiset tytöt sijoittuvat kansainvälisessä vertailussa hieman keskivälin alapuolelle. Kaikissa vertailuryhmän maissa nuorin ikäluokka suhtautuu positiivisimmin koulun

käyntiin. Myös sukupuolten väliset erot kouluviihtyvyyden kokemisessa kasvavat ylemmille luokille siirryttäessä tyttöjen edelleen viihtyen koulussa poikia paremmin. (Kannas 1995 a.)

2.1.2 Sosiaaliset suhteet

Suomalaisnuorten sosiaaliset suhteet koulussa olivat keskimäärin paremmat kuin muissa maissa ja oppilailla oli selkeämpi käsitys työskentelyn luonteesta ja oman panoksen antamisesta koulutyössä. Hyvä koulumenestys oli voimakkaasti yhteydessä koulussa viihtymiseen. Joka toinen yhdeksäsluokkalainen koki ettei ollut tarpeeksi hyvä. Nuorten minäkäsitys oli heikko eikä omaan osaamiseen ja menestymiseen uskottu. (Kannas 1995 b.)

Opettajan tukea oppilaan toimintaan koulussa oppilaat arvioivat sen perusteella saivatko he kannustusta oman mielipiteen ilmaisuun. Maiden välillä ilmeni suuria eroja. Eniten rohkaisua mielipiteen ilmaisemiseen saivat mm. Belgian ranskankielisen alueen oppilaat, joista kaksi kolmasosaa ilmoitti opettajan rohkaisevan mielipiteen ilmaisuun. Suomalaisnuorista vain runsas kolmannes koki saavansa opettajalta rohkaisua oppitunnilla. Mielipiteen ilmaisemisen tukemisen puute on tyypillistä Itä-Euroopan maissa. Nuorempien ryhmien pojat kokivat saavansa enemmän rohkaisua mielipiteen ilmaisuun kuin vanhemmat. Myös tytöillä oli samanlaisia kokemuksia, mutta lievempänä. (Kannas 1995 b.)

2.1.3 Koulun käynnin rasittavuus

Koulun käyntiä ei koettu liian rasittavana. Koululaisten runsas kuormittuminen oli harvinaista. Suomalaispojista 10% ja -tytöistä 5% koki koulun hyvin kuormittavana. Lähes kaikissa ikäryhmissä koulunkäynnin rasittavuus kasvoi pojilla iän myötä, poikkeuksena Tanska ja Belgian ranskankieliset alueet. Myös tytöillä koulunkäynnin rasittavuus kasvoi iän mukaan kaikissa vertailumaissa. Yleisimpiä stressin aiheuttajia olivat kokeet, opettaja ja kiireisyys. Merkittävimmät stressin syyt ovat luonteeltaan sosiaalisia, psyykkisiä ja

tehtäväkeskeisiä. Kuormittavuuden tunne oli sitä suurempi mitä vähemmän oppilailla oli päätäntävaltaa omaa työskentelyyn. Oppilaiden kuormittavuutta voidaan selittää omalta osaltaan myös opettajien kuormittuneisuudella, mikä heijastuu koulunpitoon. Oppilaiden kuormittuneisuudesta johtuva rauhattomuus ja vähäinen opiskelumotivaatio lisäsivät taas vastaavasti opettajien kuormittuneisuutta. Stressiä esiintyi varsinkin syyslukukaudella ja sen esiintyvyys saavutti huippunsa joulukuun loppupuolella. (Kannas 1995 b, 132-137, 145-146.)

Lukuvuonna 1993-1994 toteutettu WHO:n koululaistutkimus osoitti, että suomalaisnuoret viihtyvät edelleen keskimääräistä huonommin koulussa kuin vastaavan ikäiset nuoret muissa maissa. Oppimistuloksia verratessa Suomi sen sijaan lukeutuu parhaimpien maiden joukkoon. Suomalaiset koululaiset ovat lukijoina huippuluokkaa. Syitä suomalaisten koululaisten huonoon viihtyvyyteen ei voida hakea koulumenestyksestä. Perustuuko koulunpitoimme opettajakeskeiseen aikuismaiseen kasvatukseen enemmän kuin muut keskieurooppalaiset koulukulttuurit? Pohjoismaisesta koulusta ei voida puhua sillä ruotsalaiset, norjalaiset ja tanskalaiset oppilaat viihtyivät koulussa huomattavasti paremmin kuin suomalaiset. Huomattavaa on myös se, että suomalaisnuoret kokivat menestyvänsä huonommin koulussa kuin monet muut oppilaat. (Kannas 1995 b, 132-137, 145-146, 193-196.)

Liikuntakasvatus koulussa antaa hyvät mahdollisuudet oppilaiden ja opettajien vuorovaikutukselle. Monet liikuntalajit vaativat luonteensa puolesta yhdessäoloa ja toisten huomioon ottamista. Yhteistyöskentelymenetelmiä lisäämällä myös muissa kouluaineissa voitaisiin herättää oppilaiden mielenkiinto koulutyöskentelyä kohtaan, lisätä kouluviihtyvyyttä sekä lievittää työrauhaongelmaa. Yhteistyöskentely on parhaimmillaan silloin, kun se on oppilaita innostavaa, toiset huomioon ottavaa ja toisia auttavaa, mielenkiintoista opiskelua. (Kahila 1993, 12-15.)

3 LIIKUNTAKASVATUKSEN TAVOITTEET

Liikuntakasvatuksen tavoitteet muodostavat käyttäytymismuutoksien aikaansaamiseen pyrkivän liikunnanopetuksen suunnittelun, toteutuksen ja arvioinnin peruslähtökohdan. Erityisenä tehtävänä on huolehtia oppilaan persoonallisuuden kehittämisestä toiminnallisella alueella eli kasvattaa liikuntaan. Toisena tärkeänä tehtävänä on liikunnan erityisluonnetta hyväksikäyttäen varmistaa yleisten kasvatustavoitteiden saavuttaminen eli kasvattaa liikunnan avulla. (Lukion opetussuunnitelman perusteet 1994, 107.)

Peruskoulun liikuntatuntien tavoitteina ovat oppilaiden toimintakykyisyyden, lähinnä kuntotekijöiden, ja taitopohjan kehittäminen sekä jatkuvan liikunnanharrastuksen herättäminen liikuntataitoja ja -tietoja opettamalla sekä myönteisiä kokemuksia ja liikunnallisia elämyksiä tarjoamalla (Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet 1994, 107).

Lukiossa kasvattaminen liikuntaan sisältää toimintakykyisyyden ja taitopohjan säilyttämisen ja edistämisen sekä oman liikunnanharrastuksen löytämisen ja vahvistamisen. Oppilaan kasvattaminen liikunnan avulla on koulukasvatuksen tavoitteiden suunnassa tapahtuvaa kasvatustoimintaa, missä liikunta on väline kohti oppilaan monipuolista ja tasapainoista kehittymistä. (Lukion opetussuunnitelman perusteet 1994, 106.)

Liikuntakasvatuksessa on perinteisesti painotettu oppilaan kasvattamista liikuntaan. Nykyisessä liikunnanopettajakoulutuksessa kuitenkin ollaan yhä useammin korostamassa oppilaan kasvattamista liikunnan avulla. Siinä ovat tukena eettis-sosiaaliset, affektiiviset ja kognitiiviset välitavoitteet. (Hirsijärvi 1983.)

On todettu, että liikuntakasvatus on yksi harvoista kasvatuksellisista tilanteista, joka antaa mahdollisuuden sosiaalista vuorovaikutusta vaativiin tilanteisiin. Siksi liikuntakasvatuksella katsotaan olevan erinomaiset potentiaaliset mahdollisuudet vaikuttaa oppilaan käyttäytymiseen. (Singer & Dick 1980, 119.) Myönteinen sosiaalinen käyttäytyminen eli

prososiaalinen käyttäytyminen perustuu yksilön tuntemaan mielenkiintoon toista yksilöä kohtaan, toisen ihmisen huomioon ottamiseen, ristiriitojen rakentavaan ratkaisemiseen sekä konkreettiseen auttamiseen ja ilmentää siten yhteistyökykyä. (Vuori & Taimela 1995, 412 - 414.)

Työille tehdyssä tutkimuksessa myös organisoitua urheilua pidetään tehokkaana lasten ja nuorten sosiaalisten taitojen kehittäjänä. Liikuntakasvatus koulussa antaa hyvät mahdollisuudet oppilaiden vuorovaikutukselle. Monet liikuntalajit kuten palloilu, taitovoimistelu ja leikit vaativat jo luonteensa puolesta yhdessäoloa. Koululiikuntaa voidaan näin pitää merkittävänä sosiaalistumisympäristönä. Sen eri toiminnot antavat mahdollisuuden synnyttää sekä sanallisia että toiminnallisia vuorovaikutussuhteita ja kehittää prososiaalisia taitoja. (Kahila 1993). Liikunta on aktiivista toimintaa, mikä esim. toiminnan teorian mukaan on merkittävä etu puhuttaessa yhteistyön tai toisen ihmisen huomioon ottamisen oppimisesta. Liikunnassa on myös helppo järjestää aitoja ja läheisiä nuorten välisiä vuorovaikutustilanteita, sekä yhteistoimintaa aikuisten kanssa. (Vuori & Taimela 1995, 412-414.)

Sosio-emotionaalisia tavoitteita ovat lähinnä ohjeiden, normien ja sääntöjen noudattaminen, yhteistoiminnan kehittäminen, toisten huomioon ottaminen ja oikeaan kilpailamiseen ohjaaminen. Oppilaan aktiivista roolia pyritään vahvistamaan totuttamalla heitä oppituntien ja koulun muun liikuntatoiminnan suunnitteluun ja toteutukseen. Oppilaiden itsenäisen ajattelun ja toiminnan lisääntyminen ei vähennä opettajan merkitystä, vaan muuttaa ja vaihtelee hänen rooliaan oppilaiden kehitysvaiheen ja tavoitteiden mukaisesti. (Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet 1994, 110.) Suomalaisessa koululiikunnassa sosio-emotionaalisten tavoitteiden saavuttamisessa on pyritty erilaisin kampanjoin normaalin kasvatustoiminnan ohella. Reilu Peli -kampanjassa tavoitteena oli ohjata oppilaita noudattamaan kaikkia sääntöjä ja ohjeita, poistaa oppilastoveriini kohdistuva väkivalta ja ohjata oppilaita asialliseen kielenkäyttöön (Nurmi 1988). Lisäksi kouluissa käynnistettiin Tanssitaito Tavaksi -kampanja, jossa tanssitaidon opettamisen ohella sosio-emotionaalisilla tavoitteilla oli tärkeä rooli.

Liikuntakasvatuksen affektiivisiä piirteitä tarkasteltaessa keskitytään emotionaaliseen puoleen. Koululiikunnassa affektiiviset tavoitteet ovat lähinnä myönteisten liikunta- asenteiden luominen (liikunnan affektiivinen kokeminen, liikuntaharrastus, asennoituminen liikuntaan ja liikunnan arvostaminen), minä-kuvan, itsetunnon ja positiivisen luonteenpiirteiden vahvistaminen sekä keksimiskyvyn, ilmaisun ja luovuuden kehittäminen. (Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet 1994, 110.)

Affektiivisten tavoitteiden saavuttaminen on pitkäaikainen prosessi, jonka eteneminen edellyttää liikunnanopettajalta oppilaan kiinnostuksen, motivaation sekä asenteiden ja arvojen huomioimista. Haasteellisinta on se, että oppilaiden kiinnostuksen kohteet ja motivaatiotaso poikkeavat toisistaan, jossain määrin myös asenteet ja arvot. Ja siksi on tärkeätä, että opettaja on jatkuvasti kiinnostunut kehittämään itseään ja ottamaan selvää oppilaiden kiinnostuksen kohteista. (Singer & Dick 1980, 118.)

Oppilaan kasvattaminen liikunnan avulla edellyttää progressiivista etenemistä sekä sosio-emotionaalisella että affektiivisellä tavoitealueella ja lisäksi jatkuvaa arviointiin pohjautuvaa tavoitteiden tarkistamista. Affektiiviseen tavoitealueeseen liittyvät läheisesti kognitiiviset tavoitteet, joita peruskoulussa ovat havaintotoimintojen, muistin ja ajattelukyvyn kehittäminen, liikuntamuotoihin, -lajeihin ja harjoitteluun liittyvien käsitteiden ja tietojen ymmärtäminen sekä liikunnan merkityksen hahmottaminen (Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet 1994, 107.) Lukiossa tietojen oppimisen ja asian ymmärtämisen lisäksi tavoitteeksi voidaan asettaa oppilaan kyky hyväksikäyttää hankittua tietoa. Koululiikunnalla on mahdollisuus monilta osin edesauttaa koulun yleissivistävän tehtävän toteuttamista. Liikuntatietojen ja -taitojen lisääminen, liikuntatapojen ja -kulttuurin säilyttäminen ja levittäminen ovat esimerkkejä tästä. Myös oppilaan opiskelunvalmiuksien kehittäminen on tärkeä tehtävä lukiossa. Tämän taidon saavutettuaan, oppilaalla on paremmat mahdollisuudet menestyä ylioppilaskirjoituksissa ja jatko-opinnoissa sekä tulevaisuuden työelämässä. (Lukion opetussuunnitelman perusteet 1994, 14.)

Liikuntakasvatuksessa kognitiivisilla ja psykomotorisilla välitavoitteilla pyritään oppilaan kasvattamiseen liikuntaan. Psykomotorisia välitavoitteita peruskoulussa ovat liikuntatarpeen tyydyttäminen, kuntotekijöiden ja motoristen taitotekijöiden kehittäminen, erilaisiin harjoittelumuotoihin ja -olosuhteisiin totuttautuminen, harjoittelamisen oppiminen ja terveystottumusten omaksuminen. (Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet 1994, 107.)

Vankin asema psykomotorisista välitavoitteista on tavoitealueella kuntotekijöiden ja motoristen taitotekijöiden kehittäminen (lukiossa niiden säilyttäminen ja edistäminen). Valitettavasti koululiikunnan arviointi monessa koulussa kohdistuu nykyään vielä liian yksipuolisesti tähän tavoitealueeseen. Oppilaan kasvattamisessa liikuntaan korostuu lajin luonteen mukaisesti psykomotorinen tavoitealue, mutta niin koululiikuntaan kuin urheilutoimintaan kohdistetaan nykyään myös kasvatuksellisia odotuksia. Nuorten kilpaurheiluharrastuksessa varsinkin vanhemmat usein toivovat kiinnitettävän huomiota myös kasvatukselliseen puoleen. (Vanhalakka-Ruoho 1981, 64.)

4 VIIHTYVYYS LIKUNTATUNNILLA

Liikuntatunnilla vallitsevan psykologisen ilmaston luo pitkälti liikunnanopettaja. Myös oppilailta on ilmastoon vaikutusta. Kilpailullinen opetusryhmä saattaa asettaa paineita toteuttaa oppitunnit minäsuuntautuneella tavalla. Kasvatuksellisesti ja psykologisesti on merkittävää, että opettaja voi tehtäväsuuntautuneen ilmaston piirteitä korostamalla lisätä sisäistä motivaatiota myös liikunnallisesti taitamattomien oppilaiden osalta. (Liukkonen, Telama, Jaakkola & Sepponen 1997)

Oppilaan vaikutus positiiviseen ilmapiiriin luomiseen tunneilla keskittyy suurelta osalta myös oppilaiden omaan yhteistyökykyisyyteen. Oppilailta halutaan yhteishenkeä ja toisen oppilaan hyväksymistä sellaisena kuin hän on. Aktiivisuus tunnilla, mukana oleminen ja innostuneisuus tulee selkeästi esille oppilaiden omassa ilmapiiriin luomisessa. Avoin asenne,

seikkailun halu ja joustavuus ovat myös positiivisesti ilmapiiriin vaikuttavia tekijöitä. Oppilaat tiedostavat hyvin sen, että koko ryhmä vaikuttaa omalla toiminnallaan liikuntatunnin ilmapiiriin. Olemalla ystävällisiä toisilleen ja osallistumalla aktiivisesti annettuihin tehtäviin saadaan liikuntatunnit mielekkäämmiksi kaikille. (Kannas 1995 a, Kari 1977.)

4.1 Motivaatioilmasto

Koulun liikunnanopetuksella on tärkeä rooli suunnattaessa lapsia omaksumaan fyysisesti aktiivinen elämäntyyli. Koululiikunnalla on tärkeä merkitys siksi, että sillä on mahdollisuus tarjota koko ikäluokalle myönteisiä elämyksiä liikunnasta. Kun lapset lapsuutensa aikana saavat positiivisia kokemuksia liikunnasta ja siihen osallistumisesta, heidän koettu fyysinen kyvykkyytensä kehittyy myönteisesti, millä on yhteys koko persoonallisuuden kehitykselle ja sille johtavatko subjektiiviset tuntemukset liikunnan aikana fyysisesti aktiivisen elämäntavan omaksumiselle ja sen ylläpitämiselle (Rejeski 1992.)

Motivaatioilmastolla tarkoitetaan tilannekohtaista psykologista ympäristöä, joka suuntaa sitä, miten osallistujat kokevat toiminnan ja tulkitsevat sitä. Tehtäväsuuntautunutta ilmastoä ilmentää se, jos lapsia opastetaan kiinnittämään huomiota omaan kehittymiseensä ja palkitaan sinnikkästä yrittämisestä. Lapsien palkitseminen siitä, että he menestyvät paremmin kuin toiset ja virheitä tai epäonnistumisia käsitellään negatiivisina asioina, ilmentää kilpailusuuntautunutta ilmastoä. Koetun tehtäväilmaston on oletettu olevan yhteydessä sellaisiin kognitioihin ja emootioihin, jotka lisäävät lasten osallistumista toimintaan ja oppimiseen. (Liukkonen ym. 1997.)

Jyväskyläläisten yhdeksäsluokkalaisten keskuudessa tehty tutkimus osoitti, että tehtäväsuuntautunut motivaatioilmasto liikuntatunneilla sekä oppilaan tehtäväorientaatio ja koettu fyysinen kyvykkyys olivat yhteydessä positiivisesti sisäiseen motivaatioon sekä tytöillä että pojilla. Tämä saattaa lisätä oppilaiden motivaatiota liikuntaan osallistumista kohtaan myös vapaa-aikana. (Liukkonen ym. 1997.)

Koettu pätevyys ja vahva sisäinen motivaatio ennustavat liikunnan harrastamisen jatkuvuutta. Jos sisäinen motivaatio puuttuu ja ulkoinen motivaatio korostuu, on sen havaittu olevan yhteydessä toiminnasta luopumiseen. (Biddle 1995.)

Liikunnassa koettu fyysinen kyvykkyys on keskeinen tekijä liikuntamotivaation kannalta. Koettu kyvykkyys ja tavoiteorientaatio ovat kuitenkin suhteellisen pysyviä ominaisuuksia. Sen sijaan motivaatioilmaston pedagoginen merkitys koululiikunnassa korostuu, sillä tehtäväsuuntautunut ilmasto, jota voidaan opettajan toimenpitein säädellä, tarjoaa oppilaille persoonallisuuden kehitystä tukevan kasvuympäristön ja lisää heidän motivaatiotaan liikuntaa kohtaan (Liukkonen ym. 1997.)

4.2 Viihtyvyys liikuntatunnilla

Liikuntatunnilla viihtymistä on tutkinut Portman vuonna 1995 tutkimuksessaan ”Who is having fun in Physical Education Classes?”. Tutkimukseen osallistui neljä kuudennen asteen luokkaa kolmesta amerikkalaisesta koulusta. Jokaista luokkaa tarkkailtiin kahdessa pidemmässä jaksossa. Keskimääräisen jakson pituus oli 12 viikkoa. Koehenkilöt valittiin opettajan arvioinnin ja fyysisen testin avulla. Taidot jaettiin kolmeen tasoon: hyvä, keskitasoinen ja heikko. 16 oppilasta saavutti kaikki kriteerit heikkotasoiseksi oppilaaksi, mutta kolmen vanhemmat kielsivät lastensa osallistumisen tutkimukseen. Tieto kerättiin tarkkailemalla itse liikuntatunteja ja haastatteleamalla oppilaita. Haastattelut muodostivat päämetodin. Niitä tehtiin kolme kertaa, ensin pienryhminä ja viimeisenä yksilökeskusteluina. Portmanin tutkimuksen tulokset analysoitiin ensin erikseen ja myöhemmin yhdessä. Huonoilla oppilailta löytyi seuraavat neljä teemaa hallitsevina liikuntaan suhtautumisessa:

- 1) "Pidän liikunnasta sillä onnistun".
- 2) " En osaa, koska en osaa".
- 3) " Yleensä kukaan ei auta".
- 4) " Yleensä kaikki huutavat minulle". (Portman 1995.)

Portmanin tutkimuksessa ilmeni, että huonona oppilaana oleminen oli epämiellyttävä kokemus kaikille koehenkilöille. Kaikki pitivät liikunnasta silloin kun he kokivat menestyvänsä tunnilla. He mielsivät menestymisen iloon ja hauskanpitoon. Joillekin menestys tarkoitti tehtävää tai aktiviteettia, jonka taidot he jo osasivat. Myös ilon kokeminen yhdistettiin jo tuttuun toimintaan. Menestyminen koettiin myös positiivisen tuloksen saavuttamisella heti. Useimmiten menestys selitettiin aikaisemmalla kokemuksella / kyvyllä, harjoittelulla tai onnella. Joillakin koehenkilöistä tapahtui selvää edistymistä tutkimuksen aikana, mutta sen selitykseksi oppilaat antoivat onnen. Oppilaat eivät odottaneet liikuntatunnilla uusien taitojen oppimista, mutta he halusivat tunnin olevan paikka missä heillä olisi mahdollisuus onnistua joka kerta. Välitön onnistuminen oli tärkeätä. Ideaalein liikuntatunti olisi sellainen missä toistettaisiin jo hankittuja taitoja. (Portman 1995.)

Liikuntatunnit eivät olleet hauskoja kenellekään mikäli he eivät onnistuneet, mikä tässä koeryhmässä tarkoittaa sitä, että liikuntakokemukset olivat suurilta osin negatiivisia. Mikäli toiminnoissa ei onnistuttu se miellettiin tylsäksi ja usein harjoittelu päättyi sen seurauksena. Kymmenen oppilasta koeryhmästä piti taitotason puutetta syynä jatkuviin epäonnistumisiin. He pitivät omaa edistymistään epätodennäköisenä tai heikkona. Syyt heikkouteen haettiin myös mielenkiinnon puutteesta ja selitettiin, että olisi voinut tehdä suorituksen, mutta ei haluttanut. Kritiikkiä tuli myös opettajan erilaiseen suhtautumiseen oppilaisiin sekä opettajan haluun auttaa huonoa oppilasta. Myös luokkaa syytettiin epäonnistumisista. (Portman 1995.)

Opettajan rooli huonon oppilaan avustamisessa oli kaksiselitteinen. Opettajat antoivat riittävästi palautetta. Oppilaat kokivat myös hyvien oppilaiden antaman palautteen mielekkäänä. Opettajan liiallinen huomion osoittaminen koettiin kuitenkin usein ahdistavana. (Portman 1995.)

Ongelmana liikuntatunneilla oli huonoille oppilaille muiden kielenkäyttö. Kaikki koehenkilöt uskoivat, että kykenisivät suoriutumaan tunnilla paremmin mikäli muut

oppilaat eivät kritisoi heitä varsinkaan kilpailutilanteissa. Yleensä oppilaat pakoilevat tilannetta olemalla siten kuin mitään ei olisi tapahtunut tai syylistämällä itseään ja kavereitaan. Suurin osa häirinnästä oli verbaalista. Kriittinen ilmapiiri luokassa vähensi heikkojen oppilaiden kykyä selviytyä tehtävistä. Ahdistuneisuus lisäsi heidän jatkuvaa epäonnistumistaan. (Portman 1995.)

Havainnoista ilmeni etteivät huonot oppilaat saaneet riittävästi aikaa harjoitella perustaitoja. Kaikki koeryhmän oppilaat kärsivät opitun avuttomuuden oireita. He olivat varmoja siitä, että he eivät voi onnistua liikuntatunnilla. Suoritusten vertaaminen toisiin oppilaisiin ”ruokki” tätä käsitystä, sillä silloin heille tuli se tunne, että odotettua taitotasoa on mahdoton saavuttaa. He eivät olleet halukkaita oppimaan uusia taitoja. Onnistumisen kokemukset kirjattiin tuurin tiliin eikä uskottu oman kehittymisen olevan todennäköistä. Samat oppilaat kirjasivat taas epäonnistumisen oman kyvyttömyyden tiliin. Vain muutama syytti luokkaa epäonnistumisestaan. Mikäli he saisivat onnistumisen elämyksiä tunnilla, he kokisivat tunnit hauskoiksi. (Portman 1995.)

Tälle amerikkalaiselle koeryhmälle liikuntatunnit eivät olleet miellyttäviä. He kokivat ne epäinhimillisinä, turhauttavina, nolaavina ja huonosti kestävinä (Portman 1995). Onnistumista näille oppilaille tulisi antaa enemmän omien suoritusten kehittymisen kautta, kuin vertaamalla heitä muihin oppilaisiin. Muuttamalla menestymisen kriteerejä tälle tasolle voi kaikki muutaman oppilaan sijaan olla menestyjiä.

5 LIIKUNTATUNTIEN VIIHTYVYYTEEN VAIKUTTAVAT TEKIJÄT

Luokan ilmapiiriin vaikuttaa ratkaisevasti opettajan oma persoonallisuus sekä hänen tyyliinsä ohjata luokkaa. Myönteisen ilmapiirin syntymiseksi on tärkeitä oppilaiden motivointi ja riittävä palautteen antaminen. (Salmimies 1978.)

Kouluviihtyvyyden yhteyksiä selvitetessä on todettu, että tunnilla viihtymiseen vaikuttavat ensisijaisesti kaverit, opettaja, oppiminen ja oppilas itse. Yleisvaikutelmana voidaan sanoa, että ihmissuhteiden laadulla on suuri merkitys koulussa viihtymiselle. (Kääriäinen, Laaksonen & Wiegand 1990, 36.)

Portmanin (1995) tutkimuksen lähtökohtana on suoritustaso liikuntatunnilla ja opittu avuttomuus. Aikaisemmista tutkimuksista ilmenee etteivät heikotasoiset oppilaat saa tarvittavaa määrää harjoitusta liikuntatunnilla. Oppilaita kohdellaan eriarvoisesti ja tämä heijastuu suoritukseen. Muuttujat jotka vahvistavat eriarvoisuutta ovat mm. sukupuoli, fyysinen kyky liikkua ja fyysinen viehätysvoima. Eriarvoisuus tulee esille opettajankontaktien luonteessa sekä määrässä. Yleisesti ottaen heikot oppilaat vastaanottavat huomattavasti useammin palautteessa kritiikkiä kuin kiitosta. Vastaavaa vaikutusta on myös oppilas-oppilassuhteessa. (Portman 1995.)

5.1 Opettaja vaikuttajana

Opettaja voi monella tavalla ohjata oppilaiden oppimiskokemuksia. Opettaja päättää oppisisältöjen painotuksesta, oppilaille annettavista tehtävistä, oppitunnilla käytettävistä työtavoista ja opetusmenetelmistä, opetuksen eriyttämisestä, suoritusten arviointitavasta ja oppimista koskevasta palautteesta. Opettajan valintoja ohjaavat hänen persoonallisuutensa, aikaisemmat kokemukset ja lisäksi opetussuunnitelma, oppikirjat sekä luokan/ryhmän rakenne, johon liittyy esimerkiksi kiintymys/torjuntasuhteet, luokan henki ja koostumus. (Peltonen & Ruohotie 1992, 87–88.)

Jokaisella opettajalla on mahdollisuus opettaa oman persoonallisuutensa mukaisesti. Persoonallaan opettaja pystyy vaikuttamaan luokkaansa ja tämän voi havaita siitä, että sama luokka käyttäytyy eri tavoin eri opettaja tunneilla. Johdonmukainen opetus sekä riittävä kannustus ja ohjaus luovat oppilaille perusturvallisuuden, joka on perustana sosiaalisten suhteiden syntymiselle ja kehittymiselle. (Asher & Gottman 1981, 187.)

Luokan on useimmiten todettu olevan hyvin ahkera, yhteistyökykyinen ja itseensä luottava, jos opettaja on rauhallinen, ystävällinen ja tasapainoinen. Huolimaton ja epäjohdonmukainen opettaja saa luokassaan aikaan kiistaa, hyökkääväävyyttä ja oppilaiden tyytymättömyyttä. Tällöin opettaja voi menettää otteen oppilaistaan ja aiheuttaa epävarmuutta oppilaissaan. Opettajan tulisi kyetä olemaan sekä ystävällinen, ymmärtäväinen, välitön ja avoin että luja ja voimakastahtoinen persoona. (Jääskeläinen 1980, 88-89.)

Opettajan tulisi uskoa, että hänen toimintansa vaikuttaa oppilaiden oppimiseen. Opettajan luonteen eheys ja toimintojen vakioisuus ovat positiivisia tekijöitä, kun taas epävakaisuus ja ristiriitaisuus ovat negatiivisia piirteitä. Usko oppilaiden edellytyksiin vaikuttaa oppilaisiin positiivisesti, vähättely negatiivisesti. (Lahdes 1997, 258.)

Koulusta muistetaan jälkeinpäin parhaiten elämykselliset opetustilanteet, poikkeavat olosuhteet ja persoonalliset opettajat. Julkinen nöyryyttäminen muiden edessä, arvosanoilla uhkailu, iva ja pelon aiheuttaminen jättävät opettajista elinikäisiä ikäviä muistoja. (Puurula 1992.)

Ihaneopettajan ominaisuuksista on esitetty erilaisia luetteloita. Niiden painotuserot johtuvat yhteiskunnan lisäksi myös erilaisista pedagogisista ihmiskäsityksistä, luokkatasoista, eri oppiaineista jne. Opettajan ammatti perustuu kasvatustieteen ja sen lähitieteiden perustalle, opettaja toimii palveluammattissa, työ edellyttää sekä itsenäistä että ryhmässä työskentelyä, opettajalla on oma ammattietiikkansa ja hän tarvitsee kehittyäkseen täydennyskoulutusta. Tästä johtuen keskeisiksi muodostuvat vankka kasvatustietoisuus ja vastuun kantaminen oppilaista ja omasta kehityksestä. (Kari 1996.)

Opettajalla saa ja tulee olla pedagogista auktoriteettia, joka perustuu laillisuuteen virkamiehenä, asiantuntemukseen, traditioon ja jopa henkilökohtaiseen karismaan, mutta hänen ei tulisi olla autoritaarinen vallankäyttäjää. Käytännössä opettaja ei kuitenkaan voi tätäkään välttää, sillä hänelle kuuluu myös rankaisuvallta. Opettajan pedagogista

auktoriteettia kaipaavat erityisesti ne oppilaat, joiden lähi ympäristössä ei ole kasvun kannalta tärkeitä ihailun- ja samaistumisen kohteita. (Vikainen 1986.)

5.2 Oppilas vaikuttajana

Oppilaan koulunkäyntisuhtautumiseen vaikuttavat useat eri tekijät. Tällaisia ovat yksilölliset ominaisuudet kuten oppilaan omat tarpeet, harrastukset ja asenteet. Lisäksi suhtautumista määräävät ulkopuoliseen ympäristöön ja oppimistilanteeseen liittyvät tekijät, joita ovat koulun ja luokan fyysinen ympäristö, varsinaiset tehtäväkannusteet (opetuksen sisältö ja tavoitteet) sekä sosiaalinen vuorovaikutus. Sosiaaliseen vuorovaikutukseen kuuluu esimerkiksi koulun ilmapiiri, kodin ilmapiiri, kodin ja koulun vuorovaikutus, kaverit, opettajan ominaisuudet ja opettajan ja oppilaiden vuorovaikutus. (Peltonen & Ruohotie 1992, 82.)

Opiskelu on aina tiettyihin tavoitteisiin pyrkimistä. Jos oppilaalla on suotuisa ja positiivinen suorituminäkäsitys, hän tuntee mielenkiintoa opittavaa kohtaan ja hän käyttää aikaa ja voimia tavoitteisiin pääsemiseksi. Parhaimmillaan tällainen toiminta voi tuottaa sisäistä tyydytystä. Epätoivottava on minäkäsitys, jonka seurauksena opiskelu on epäkiinnostavaa ja ”pakkoa”, josta pyritään laistamaan. (Lahdes 1997, 100.)

Opettajan ja oppilaiden välisistä suhteista on helposti nähtävissä luokan ilmapiiri. Luokan hyvinvointiin ja viihtymiseen vaikuttavat oppilaan oma asenne luokkaa, opettajaa, oppilaskavereita ja itseä kohtaan. Oppilaiden suhtautuminen koulun rangaistustoimenpiteisiin kertoo myös luokan ja koulun ilmapiiristä. On todettu, että mitä myönteisempi on oppilaiden asenne luokkaa, opettajaa ja oppilaskavereita kohtaan, sitä suotuisampi on koulun ilmapiiri. (Kari 1988.)

Oppilaan riittäväällä kannustamisella ja motivoinnilla on myös tärkeä sija koulumaailmassa. Motivointi on yksi opettamisen perustaito, jolla tarkoitetaan sitä, että oppilaan mielenkiinto suuntautuu kohti tiettyä tavoitetta. Tehokas oppiminen edellyttää, että

mielenkiinto säilyy riittävän kauan ja opittava asia on mielenkiintoista ja mielekästä. Oppimisen kannalta on ihannetila, jos oppilas haluaa itse aktiivisesti pyrkiä opettajan, kavereidensa ja itsensä asettamiin ja hyväksymiin tavoitteisiin ja näin tuntee oppimistilanteen mielekkääksi. (Lahdes 1997, 143.)

Oppilaat ovat tavallista suuremmassa vuorovaikutuksessa keskenään liikuntatuntien aikana. Tästä syystä oppilaiden keskenäisillä suhteilla on kovin suuri merkitys tunnin onnistumisen kannalta. Läheinen vuorovaikutus liikuntatunneilla saattaa aiheuttaa pelkoa aroille oppilaille. Kuitenkin sosiaalista eristymistä esiintyy vähemmän liikuntatunneilla verrattuna muihin oppiaineisiin, mikä edesauttaa luokan ilmapiiriä. Liikuntatunnilla arvostetaan kaverissa hänen motorisia valmiuksiaan ja näinollen liikuntatunnilla johtavaksi persoonaksi saattaa tulla oppilas, joka ei muilla tunneilla ole luokan johtavassa asemassa. (Asher & Gottman 1981, 107.)

6 KOULULIIKUNTATUNTIEN TUTKIMINEN

6.1 Oppiminen ja opetustapahtuman analysointi

Ihmisen niinsanotut kognitiiviset toiminnot kuten havaitseminen, muistaminen ja ajattelu nivoutuvat saumattomasti toisiinsa. Ihmiselle ominainen informaation prosessointi (vastaanotto, muokkaus ja tulkinta) on jatkuva, kokonaisvaltainen prosessi, se voi aiheuttaa muutoksia tiedoissamme, käsityksissämme, taidoissamme, tunteissamme ym. Kun tämä muutos kestää kauemmin kuin hetken, kutsumme sitä oppimiseksi. Oppimista on monenlaista, mutta yhteistä sen eri muodoille on oppimisen kytkeytyminen ihmisen toimintaan, sekä auttaminen orientoitumaan, sopeutumaan, kehittymään, ratkaisemaan ongelmia ja vastaamaan haasteisiin. (Rauste-von Wright 1994, 19.)

Oppimisprosessi on aina tilannesidonnainen. Oppiminen on sidoksissa siihen toimintaan, kontekstiin ja kulttuuriin, jossa tietoa opitaan ja käytetään. Kontekstista riippuu pitkälti

mikä hahmotetaan ongelmaksi tai tavoitteeksi, mikä keinoksi ja mikä hyväksyttäväksi ratkaisuksi (Rauste-von Wright 1994, 33.)

Pedagogiikassa korostetaan oppimismotivaation ja oppimisen tavoitteisuuden tärkeyttä. Kouluopetuksen menestyksen ehtona pidetään yhä useammin sitä, että oppilaat omaksuvat oppimisen tavoitteeksi. Mitä paremmin oppilas sisäistää tämän tavoitteen, sitä enemmän hän pyrkii organisoimaan toimintaansa tavoitteen suuntaiseksi. On kuitenkin muistettava, että tavoitteiden ja keinojen yhteispeli on koulutuksen suunnittelussa onnistumisen kannalta välttämätöntä (Rauste-von Wright 1994, 35.)

Oppiminen ei ole mikään erillinen toiminnan ryhmä. Havainnoidessamme maailmaa, pohtiessamme sitä ja toimiessamme siinä, organisoimme informaatiota, luomme mielessämme kuvaa tapahtumista ja niiden seuraannoista sekä taltioimme tietoa muistiin tulevaa käyttöä varten. Ratkaisevaa tiedon käytölle on sen organisaatio muistissa tai mielessä, sillä oppimisaktiviteettien luonne kuvastuu myöhemmin siinä, mitä opitusta muistetaan ja miten tietoa pystytään käyttämään hyväksi (Rauste-von Wright 1994, 37.)

Liikunnassa opetuksen avulla oppilas pyritään saattamaan tehokkaaseen vuorovaikutukseen ympäristönsä kanssa sekä hyödyntämään omia kokemuksiaan tiedonmuodostamistapahtumassa. Tässä tapahtumassa pyritään oppilas ohjaamaan niin, että hän etenee havainnoista kokemuksiin ja näiden ymmärtämisen kautta havaintoihin ja käsitteisiin, joihin opettaminen ja oppiminen perustuvat. Opetuksen ja ohjauksen tarkoituksena on tukea oppilaan eri aistien välistä hermotoimintaa mentaalisen ja fyysisen harjoituksen avulla (Numminen 1994.)

6.2 Liikunnan opetusmenetelmät

Opetustapa kuvaa opettajan ja oppilaan roolia ja liittyy siihen tavoitteet, jotka kyseisellä opetustavalla saavutetaan. Opettajan ja oppilaan välisessä vuorovaikutuksessa heijastuu aina tietty opetus- ja oppimiskäyttäytyminen. Opetus- ja oppimiskäyttäytymisen sekä

tulosten välinen sidos muodostaa aina pedagogisen yksikön. Jatkuva vuorovaikutussuhde näiden erillisyyksiköiden välillä antaa mahdollisuuden tarkastella opetuksen ilmiötä eri lähtökohdista. Voidaan tehdä kysymyksiä opetuksen kohteesta ja sitten tarkastella suhdetta opettajan ja oppilaan välillä tai voidaan tarkastella opettamiskäyttäytymistä, ja sen perusteella selvittää käytettävissä olevat valinnan mahdollisuudet. Opettamis- ja oppimistapahtumassa esiintyvät päätöksenteon ryhmät (opetusaineen tavoite, erityisopinnot, opetusjärjestelyt, palautteen antaminen, jne.) muodostuvat kolmesta osasta, joista ensimmäinen, opetuksen suunnittelu sisältää päätökset, jotka on tehty ennen opettajan ja oppilaan kohtaamista opetustilanteessa. Toinen ryhmä on toteutus sisältäen päätökset, jotka tehdään suorituksen aikana. Viimeinen kategoria on arviointivaihe, joka käsittää suorituksen arvosteluun ja palautteen antamiseen liittyvät päätökset (Kahila 1993, 28.)

6.2.1 Yksilötyöskentely ja opettajajohtoinen työskentely

Tässä harjoitustyyliässä oppilas työskentelee itsenäisesti opettajan etukäteen antamien ohjeiden mukaan. Oppilas oppii keskittymään annettuihin ohjeisiin ja noudattamaan niitä sekä kantamaan vastuuta omasta työstään. Tämä harjoitustyyli tarjoaa maksimaalisen harjoitusajan sekä antaa mahdollisuuden opettajan systemaattiseen palautteeseen, ja siten soveltuu hyvin perustason motorisen tehtävän harjoitteluun viimeisessä perustaitojen vaiheessa (Mosston & Ashworth, 1986.)

6.2.2 Yhteistyöskentely

Oppilaiden kyky yhteistoimintaan, toisen huomioon ottaminen, toisen auttaminen sekä yhteisten sääntöjen noudattaminen ovat prososiaalisen käyttäytymisen perusasioita ja siten sosiaalisen kasvatuksen tavoitteita. Pieni ryhmä vertaisiaan edistää lapsen aktiivisuutta oppia, ja tarjoaa mahdollisuuden demonstroida ja opettaa yhtä hyvin kuin observoida ja oppia (Mosston & Ashworth, 1986.)

6.2.3 Parityöskentely

Parityöskentely on yhteistyöskentelyn muoto, missä välittömään palautteen antamiseen luodaan optimaalinen tilanne. Oppilaat on jaettu pareihin ja jokaisella on oma roolinsa, yksi on suorittaja ja toinen havainnoija. Liikuntaharjoituksen suorittajalla on mahdollisuus harjoitella tehtävää useampaan kertaan, keskustella tehtävän ongelmakohtista ja erityispiirteistä havainnoijan kanssa sekä saada välitöntä palautetta suorituksesta vertaiseltaan (Mosston & Ashworth, 1986.)

7 YHTEENVETO JA VIITEKEHYS

Tämän kirjallisuuskatsausosion tarkoituksena oli selvittää, mitkä tekijät vaikuttavat sekä miten ne vaikuttavat liikuntatuntien viihtyvyyteen ja ilmapiiriin.

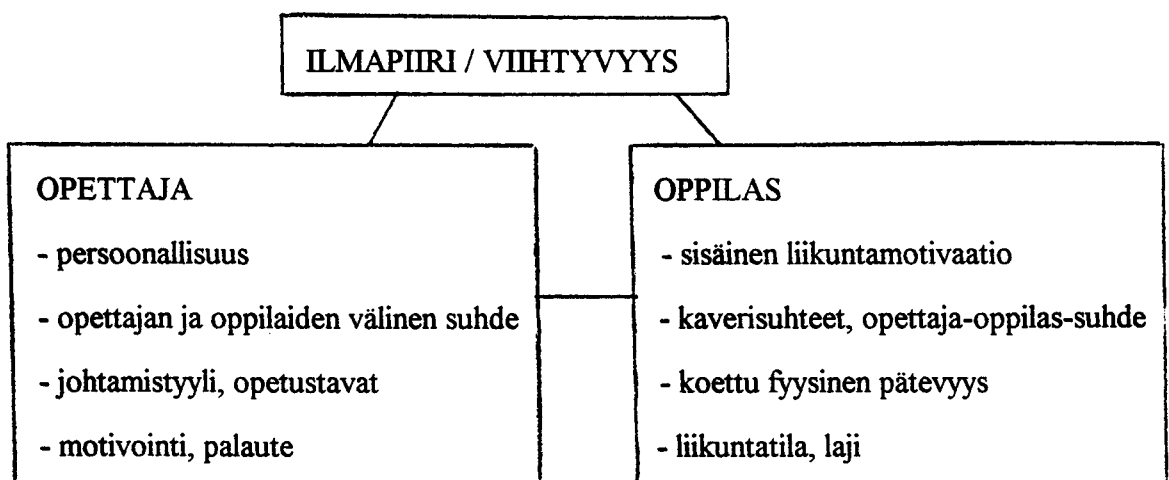
Koulu yhteisön tulisi huolehtia jokaisen lapsen ja nuoren hyvinvoinnista. Mikä tarkoittaa sitä, että jokainen koulussa toimiva aikuinen on aidosti kiinnostunut lapsen tukemisesta ja kehittämisestä. Koulussa tarvitaan lapsen ymmärtämistä, kykyä havaita heidän tarpeensa ja mielenkiinnon kohteensa. On myös tärkeää, että lapsi tuntee kuuluvansa kouluun sekä saa oikeudenmukaista kohtelua.

Koulussa viihtyminen edistää oppimisen tuloksellisuuden lisäksi myös jokaisen koulussa toimivan henkistä hyvinvointia ja omasta terveydestään huolehtimista. Sekä oppilaalla itsellään, että opettajalla on suuri osuus koulussa vallitsevaan ilmapiiriin. Opettaja omalla persoonallisuudellaan sekä johtamis- ja opetustavoillaan pitkälti vaikuttaa liikuntatuntien ilmapiiriin. Opettaja, joka sallii oppilaan tuntea turvallisuutta ja hyväksyntää sekä kannustusta ja tukea, tarjoaa parhaat mahdollisuudet kehittää oppilaiden itsearvostusta ja laajentaa minäkäsitystä uusien oppimiskäsitysten myötä.

Ilmapiiri koulussa vaikuttaa myös siihen millaisia kokemuksia lapset kouluaikanaan saavat ja millaiseksi heidän ihmiskäsityksensä lopulta muotoutuu. Arvot ja asenteet omaksutaan myös kouluvuosien aikana.

Lapsen koulussa pärjäämisen ja onnistumisen kokemukset luovat mahdollisuuksia lapsen terveen itsetunnon ja identiteetin rakentamiselle. Liikuntatunnilla lapsella tulisi tarjoutua mahdollisuuksia kokea oma fyysinen pätevyys sekä löytää sisäinen liikuntamotivaatio. Koululiikuntatuntien ilmapiirin tulisi olla kaikille myönteinen ja viihtyisä. Liikuntatunnilla viihtymiseen vaikuttavat ensisijaisesti opettaja ja oppilas, sekä heidän välinen vuorovaikutus. Opettajan sekä oppilaan motivaatio, oppilaiden kaverisuhteet, opettajan antama palaute, liikuntatila sekä harrastettava laji vaikuttavat myös osaltaan siihen minkälainen ilmapiiri liikuntatunnilla vallitsee ja miten opettaja ja oppilaat tunnilla viihtyvät.

Jokaisella lapsella pitäisi olla mahdollisuuksia kokea koulussa onnistumisen tuottamaa iloa ja tyydytystä. Koululiikunnalla on erinomaiset mahdollisuudet tarjota onnistumisen elämyksiä jokaiselle lapselle, jos vain opettaja osaa käyttää mielikuvitustaan ja huomaa lasten erilaiset kyvyt ja taidot sekä osaa hyödyntää ne oikein. Onnistuminen lisää aina lapsen viihtymistä tunnilla. Tutkimuksen viitekehys muodostui seuraavaksi (kuvio 1).



KUVIO 1 Liikuntatunnin ilmapiiriin ja viihtyvyyteen vaikuttavat tekijät

8 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA ONGELMAT

Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää yläasteen oppilaiden viihtyvyyttä ja luokan ilmapiiriä koululiikuntatunnilla sekä siihen vaikuttavia tekijöitä. Ilmapiirin muodostumiseen tietynlaiseksi vaikuttaa opettaja persoonallaan ja käyttäytymisellään sekä oppilaat omalla persoonallaan, motivaatitasollaan ja ystävyyssuhteillaan. Lisäksi luokan ilmapiiriin vaikuttavat opettajan ja oppilaiden väliset suhteet.

8.1 Tutkimuksen ongelmat

Tutkimuksessa selvitetään 7. luokan ja 9. luokan oppilaiden sekä opettajien viihtyvyyttä ja ilmapiiriä koululiikuntatunnilla.

Ongelma 1 Minkälainen on viihtyvyys/ilmapiiri liikuntatunneilla tutkittavissa kouluissa?

- 1) Minkälainen on liikuntatuntien ilmapiiri oppilaiden kokemana?
- 2) Minkälainen on liikuntatuntien ilmapiiri opettajan arvion mukaan?
- 3) Onko liikuntatuntien viihtyvyydessä ja ilmapiirissä eroja 7lk:n ja 9lk:n välillä?
- 4) Onko liikuntatuntien viihtyvyydessä ja ilmapiirissä eroja tyttöjen ja poikien välillä?

Ongelma 2 Miten liikuntatuntien ilmapiiriä ja tunnilla viihtymistä voitaisiin parantaa ?

- 1) Miten opettaja vaikuttaa tunnin ilmapiiriin ja viihtymiseen oppilaiden arvioimana?
- 2) Miten oppilaat vaikuttavat tunnin ilmapiiriin ja viihtymiseen heidän itsensä arvioimana?

9 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

9.1 Koehenkilöt

Tutkimuksessa oli mukana Vaasan läänin, Mikkelin läänin ja Oulun läänin eri paikkakuntien yläasteen yhdeksännen ja seitsemännen luokan oppilaita (n=150). Opettajien kyselylomakkeeseen vastasivat liikunnanopettajat kuudelta eri paikkakunnalta (n=12). (Taulukko 1)

TAULUKKO 1 Tutkimuksen koehenkilöt (n;%)

Koehenkilöt	n	%
Tytöt 7lk	32	21
Tytöt 9lk	42	28
Tytöt yht.	74	49
Pojat 7lk	40	27
Pojat 9lk	36	24
Pojat yht.	76	51
Naisopettajat	6	50
Miesopettajat	6	50
Opettajat yht.	12	100

Tutkimukseen osallistui yhteensä n = 150 oppilasta, joista tyttöjä oli 49% ja poikia 51%. Seitsemännen luokan oppilaita kyselyyn vastanneista oli 48% ja yhdeksännen luokan oppilaita 52%. Kyselyyn osallistui 12 opettajaa, joista kuusi oli naisia ja kuusi miehiä.

9.2 Tutkimusmenetelmä

Tutkimus toteutettiin kyselynä, koska näin oli mahdollisuus saada suhteellisen suuri joukko koehenkilöitä laajalta alueelta mukaan tutkimukseen. Tutkimuksen aineisto kerättiin oppilaille ja opettajille tehtyjen kyselylomakkeiden avulla. Oppilaiden

kyselylomakkeen alkuosassa kysyttiin oppilaan sukupuoli ja luokka. Kyselyn alkuosassa käsiteltiin monivalintakysymyksiä viihtymistä koulussa, viihtymistä liikuntatunneilla, motivaatiota sekä vertailtiin viihtymistä teoria-aineen tunneilla ja liikuntatunneilla. Kyselyssä kysyttiin opettajan ja luokkakavereiden vaikutusta omaan viihtymiseen liikuntatunnilla, sekä arvioitiin omaa kiinnostusta yleensä liikuntaa kohtaan.

Oppilaiden kyselylomakkeen monivalintakysymyksiin oli erilaisiin väittämiin viisi vastausvaihtoehtoa: 1=erittäin usein, 2=melko usein, 3=melko harvoin, 4=erittäin harvoin ja 5=en/ei ollenkaan. Lisäksi kyselyssä oli lopussa kolme avointa kysymystä; miten oppilas itse kokee viihtyvänsä liikuntatunnilla sekä pyydettiin kuvailemaan hyvä opettaja ja hyvä oppilas. Oppilaiden kyselylomakkeessa oli 21 kysymystä. (Liite 1)

TAULUKKO 2 Oppilaiden kyselylomakkeen vastausvaihtoehdot

Ilmapiiiri ja viihtyminen	vastausvaihtoehdot
1. Koulussa viihtyminen	x3, x4
2. Koululiikunnan mielekkyys	x5, x8, x9, x10, x11, x12
3. Oppilaiden keskinäiset suhteet	x16, x17
4. Opettajan ja oppilaan väliset suhteet	x6, x7, x13, x14, x15
5. Oppilaan arvio viihtymiseen vaikuttavista seikoista	x18
6. Avoin kysymys	x19, x20, x21

Koulussa viihtyminen mittasi yleistä viihtymistä koulussa sekä vertaili viihtymistä liikuntatunnilla ja teoreettisella tunnilla (x3, x4). Koululiikunnan mielekkyyttä mittaavat kysymykset koostuivat oppilaan omasta kiinnostuksesta koululiikuntaa kohtaan, koululiikunnan tarjoamien lajivalikoimien riittävydestä, oppilaan omasta harrastuneisuudesta ja koululiikunnan suosioista kouluaineena (x5, x8, x9, x10, x11, x12). Oppilaiden keskinäisissä suhteissa mitattiin oppilaan toimeen tulemistä muiden liikuntaryhmäläisten kanssa sekä liikuntaryhmässä koettua yhteishenkeä (x16, x17).

Opettajan ja oppilaan väliset suhteet muodostuivat yhteisymmärryksestä, tasavertaisesta kohtelusta, kannustamisesta ja oppilaiden toivomusten ja mielipiteiden huomioonottamisesta (x6, x7, x13, x14, x15). Oppilaan arvio viihtymiseen vaikuttavista seikoista mitattiin numeroimalla valmiiksi annetut seikat tärkeysjärjestyksessä (x18). (Taulukko 2)

Opettajien kyselylomakkeen alussa kysyttiin taustatietokysymyksiä; sukupuoli ja työvuodet liikunnanopettajana. Seuraavaksi olivat monivalintakysymykset koskien suhdetta muihin liikunnanopettajiin omassa koulussa, opettajan omaa viihtymistä ja innostuneisuutta työssä, opettajan ja oppilaiden välistä suhdetta sekä suhdetta muuhun henkilökuntaan. Kysyttiin myös oman työn tärkeyden tuntemista ja jatkuvaa oman työn kehittämistä sekä yhteydenpitoa muihin alan ihmisiin kotimaassa ja ulkomailla. Näissä monivalinta kysymyksissä oli viisi vastausvaihtoehtoa erilaisiin väittämiin: 1=erittäin usein, 2=melko usein, 3=melko harvoin, 4=erittäin harvoin ja 5=en/ei koskaan. Viimeiseksi sijoitettiin avoin kysymys, jossa opettajat saivat vapaasti kirjoittaa mielipiteensä toimenpiteistä, joita hyvän liikuntatunti-ilmapiirin synnyttäminen vaatii. Kysyttiin myös ehdotuksia miten liikuntatunneista saataisiin entistä viihtyisämpiä oppimisympäristöjä sekä oppilaille että opettajille ja ennenkaikkea miten saataisiin kaikki oppilaat innostumaan liikkumisesta entistä enemmän. Opettajien kyselylomakkeessa oli 19 kysymystä. (Liite 2)

Opettajien kyselylomakkeen vastausvaihtoehdot mittasivat työpaikan ja liikuntatuntien ilmapiiriä sekä niihin vaikuttavia tekijöitä: a) liikunnanopettajien välistä yhteistyötä ja "mehenkeä", b) koulun ilmapiiriä sekä suhteita muuhun koulun henkilökuntaan, c) opettajan omaa innostuneisuutta ja viihtymistä työssä, d) opettajan ja oppilaiden välisiä suhteita, e) oman työn arvostusta ja itsensä kehittämistä. (Taulukko 3)

TAULUKKO 3 Opettajien kyselylomakkeen vastausvaihtoehdot

Ilmapiiri ja viihtyminen	vastausvaihtoehdot
1. Oman koulun liikunnanopettajien yhteistyö	x4, x5, x6
2. Koulun ilmapiiri ja suhteet muuhun henkilökuntaan	x8, x12
3. Opettajan viihtyvyys ja innostuneisuus	x7, x9
4. Opettajan ja oppilaiden väliset suhteet	x10, x11
5. Oman työn arvostus ja ammatillinen kehittäminen	x13, x14, x15, x16, x17, x18
6. Avoin kysymys	x19

Liikunnan opettajien yhteistyö omassa koulussa mitattiin tehtävien tasapuolisella jakamisella, hyvällä 'me-hengellä' ja yhteisillä projekteilla (x4, x5, x6). Koulun ilmapiiri ja suhteet muuhun henkilökuntaan muodostuivat opettajan omasta tyytyväisyydestä koulun vallitsevaan ilmapiiriin ja ihmissuhteisiin muiden koulun työntekijöiden kanssa (x8, x12). Opettajan viihtyvyyttä omassa työssään ja innostuneisuutta kysyttiin; kuinka usein tuntee viihtyvänsä ja olevansa innostunut tekemästään työstä (x7, x9). Kysymys opettajan ja oppilaiden välisistä suhteista sisälsi väittämiä oppilaiden positiivisuudesta, aktiivisuudesta sekä opettajan ja oppilaiden välisestä yhteisymmärryksestä (x10, x11). Opettajan oman työn arvostus ja ammatillinen kehittäminen muodostuivat opettajan tuntemuksista työnsä tärkeydestä ja hyödyllisyydestä sekä tuntien kiinnostavuudesta ja monipuolisuudesta. Mitattiin myös opettajan jatkuvaa kiinnostusta kehittää itseään, opetella uutta ja pitää yhteyttä liikunnanopettajiin kotimaassa ja ulkomailla (x13, x14, x15, x16, x17, x18).

Tutkimuksen luotettavuutta ja virheettömyyttä pyrittiin saamaan paremmaksi jo suunnitteluvaiheessa poistamalla virheitä aiheuttavia tekijöitä. Kyselylomake tehtiin helppolukuiseksi ja mahdollisimman selkeäksi. Luotettavuutta lisäsi kyselylomakkeen täyttöohjeiden kertaaminen ennen kyselyn aloittamista, sekä valvottu testitilanne, joten väärinkäsitykset ja muiden oppilaiden vaikutus kyselylomakkeen täyttöön saatiin minimoitua.

9.3 Aineiston keruu

Tutkimus alkoi syksyllä 1997 yhteydenotolla kolmen koulun rehtoriin sekä koulujen liikunnanopettajiin, jotka antoivat luvan kyselyn suorittamiseen. Koulut valittiin sattumanvaraisesti. Tutkimus suoritettiin kyselynä liikuntatunnin aikana. Tutkimuksen suorittaja antoi ohjeet henkilökohtaisesti kirjallisena sekä puhelimitse vastaamisvaiheessa mahdollisesti syntyviin ongelmiin opettajille, jotka suorittivat kyselyn valvonnan. Kysely suoritettiin lokakuussa 1997. Oppilaat vastasivat kyselyyn yhden oppitunnin ajan, jonka jälkeen kyselylomakkeet lähetettiin tutkimuksen suorittajalle postitse. Sattumanvaraisesti valituille, eri puolilta Suomea oleville liikunnanopettajille suunnattu kysely lähetettiin postitse täyttöohjeineen ja palautettiin tutkimuksen suorittajalle myös postin kautta (n=12). Kyselyn aineisto oli tutkimuksen suorittajalla joulukuussa 1997.

9.4 Aineiston käsittely

Aineisto käsiteltiin Pyhäjoella Statistica-ohjelmalla. Tutkimuksen tuloksia analysoitaessa käytettiin kuvailuun keskiarvoja, keskihajontoja ja prosenttijakaumia. Tutkimustulosten vertailuun ilmapiiristä ja liikuntatunnilla viihtymisestä käytettiin Studentin t-testiä. Avoimet kysymykset tulkittiin omaa harkintaa käyttäen. Näistä saatiin täydentävää ja ennakoimatonta tietoa opettajien ja oppilaiden mielipiteistä ja kokemuksista

9.5 Mittauksen luotettavuus

Mittausten luotettavuutta voidaan tarkastella sisäisen ja ulkoisen luotettavuuden näkökulmasta. Sisäinen luotettavuus tarkoittaa sitä, miten luotettavasti ja oikein mittauksissa mukana olleista henkilöistä saadaan tietoa. Ulkoisessa validiteettitarkastelussa ollaan kiinnostuneita siitä, miten aineistosta saadut tulokset edustavat suurempaa perusjoukkoa (Valkonen 1981, 53.)

9.5.1 Reliabiliteetti ja validiteetti

Reliabiliteetti kuvaa tutkimuksen luotettavuutta ja virheettömyyttä. Mitä vähemmän tulokset ovat alttiita satunnaisvirheiden vaikutukselle sitä luotettavampia tulokset ovat (Valkonen 1981,53.)

Nuorten viihtymistä liikuntatunnilla sekä tunnin ilmapiiriä arvioitiin usealla eri kysymyksellä. Koululiikuntatuunin viihtyvyyttä ja ilmapiiriä kuvaavat summamuuttujat olivat koulussa viihtyminen, koululiikunnan mielekkyys, oppilaiden keskinäiset suhteet ja opettajan ja oppilaiden väliset suhteet. Summamuuttujiin mukaan otettujen muuttujien sisäistä yhdenmukaisuutta mitattiin Gronbachin alfa-kertoimen avulla. Kertoimet vaihtelivat .65 - .91 välillä, joten kysely oli varsin luotettava.

Validiteetilla tarkoitetaan sitä, että mittari mittaa juuri sitä mitä sen on tarkoituskin mitata. Validiteetti tarkoittaa tutkimuksen luotettavuutta, pätevyyttä ja paikkansapitävyyttä. Validiteetti on mittaustulosten ja mitattavan ominaisuuden todellisen määrän välinen korrelaatio, vastaavuussuhde (Karman, 1983).

Validiteetti voidaan jakaa sisäiseen ja ulkoiseen validiteettiin. Sisäinen validiteetti tarkoittaa sitä, havainnoiko tutkija sitä, mitä hän ajatteli havainnoivansa ja mittaavansa. Ulkoinen validiteetti määrittelee missä määrin tutkijan tutkimuksensa perusteella muodostamat oletukset ovat yleistettävissä (Syrjälä & Numminen, 1988.)

Korrelaatiolla osoitetaan kahden satunnaissuureen välinen riippuvuus ja mitä suurempi korrelaatiomatriisiluku on, sen riippuvaisempi se on toisesta satunnaissuureesta. Mittauksen luotettavuuteen pyritään kiinnittämään huomiota tutkimuksen eri vaiheissa, esimerkiksi laatimalla kyselylomake mahdollisimman selkeäksi välttämällä erehdykset, väärinymmärrykset ja huolimattomuudet vastauksissa. Tutkimuksen suorittaja antoi henkilökohtaisesti ohjeet ja neuvot kyselyä valvoville opettajille vastaamisvaiheessa mahdollisesti esiintyviin ongelmiin. Tällä pyrittiin poistamaan mahdolliset satunnaisvirheet.

Tutkimuksessa laskettiin Statistica ohjelman avulla kyselylomakkeesta muodostetuille muuttujille korrelaatiomatriisit ja vertailtiin tuloksia sukupuolten ja luokka-asteiden välillä, jotka kuvaavat liikuntatuntien ilmapiiriä ja viihtymistä. Tutkimuksen tulokset osoittivat, että tilastollisesti merkittäviä eroja ei luokka-asteen välisessä vertailussa juuri esiintynyt. Sukupuolten välillä eroja löytyi ja yleisesti tulokset osoittivat tyttöjen olevan poikia tyytyväisempiä nykyisiin liikuntatunteihin viihtyvyyden ja tunneilla vallitsevan ilmapiirin puolesta.

Tutkimuksen tulosten yleistettävyys oppilaiden (n=150) tutkimustulosten perusteella on mahdollista. On kuitenkin muistettava, että tutkimuksen koehenkilöt, seitsemännen ja yhdeksännen luokan oppilaat olivat kaikki suhteellisen pieneltä paikkakunnalta, ja näin tulosten yleistettävyys isommille paikkakunnille saattaa olla kyseenalaista erilaisten liikuntamahdollisuuksien vuoksi. Oppilaiden tulokset ovat kuitenkin hyvin suuntaa-antavia ja kuvaavat selvästi pienten paikkakuntien liikuntatunnilla viihtymistä ja ilmapiiriin vaikuttavia tekijöitä. Opettajien (n=12) vastausten lukumäärä on liian pieni yleistettäväksi, mutta on myös hyvin suuntaa antava ja kuvaa opettajien viihtymistä työssään sekä työpaikan ilmapiiriä.

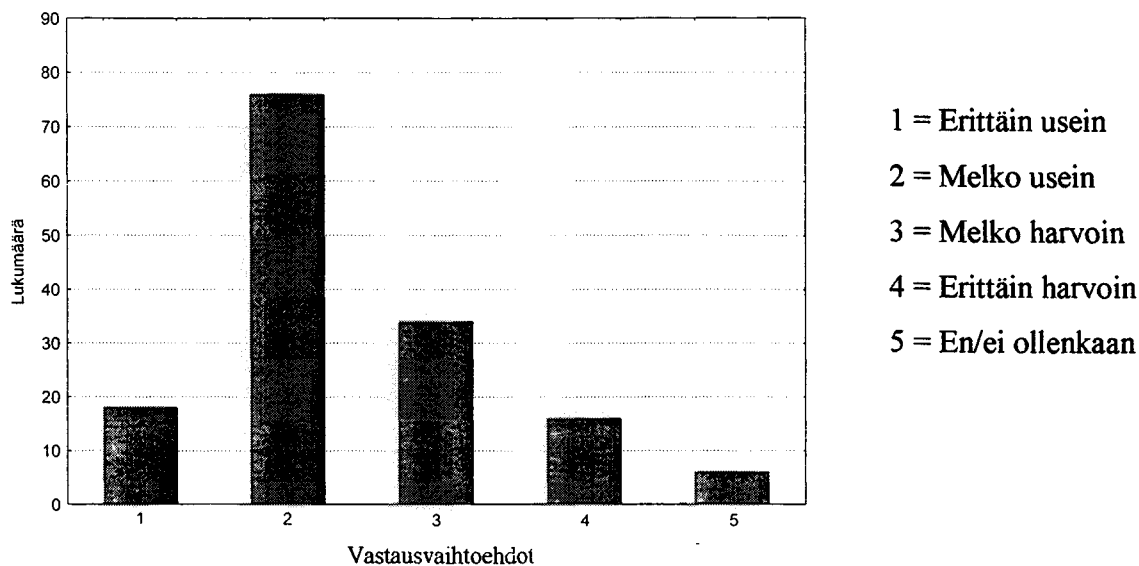
10 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Tutkimukseni osoitti, että suurin osa tähän tutkimukseen osallistuneista 7lk:n ja 9lk:n tytöistä ja pojista viihtyy hyvin koulun liikuntatunneilla. Erot tässä tutkimuksessa vertailtujen tyttöjen ja poikien ja 7lk:n ja 9lk:n välillä olivat suurelta osin hyvin vähäiset. Löytyneet erot tyttöjen ja poikien välillä liittyivät lähinnä koulussa viihtymiseen, mielipiteeseen liikunnanopettajasta, opettajan ja oppilaiden väliseen yhteisymmärrykseen, mielipiteeseen oppilaiden tasapuolisesta kohtelusta ja oppilaiden toivomusten ja mielipiteiden huomioimisesta.

10.1 Viihtyvyyden ja ilmapiiri liikuntatunnilla

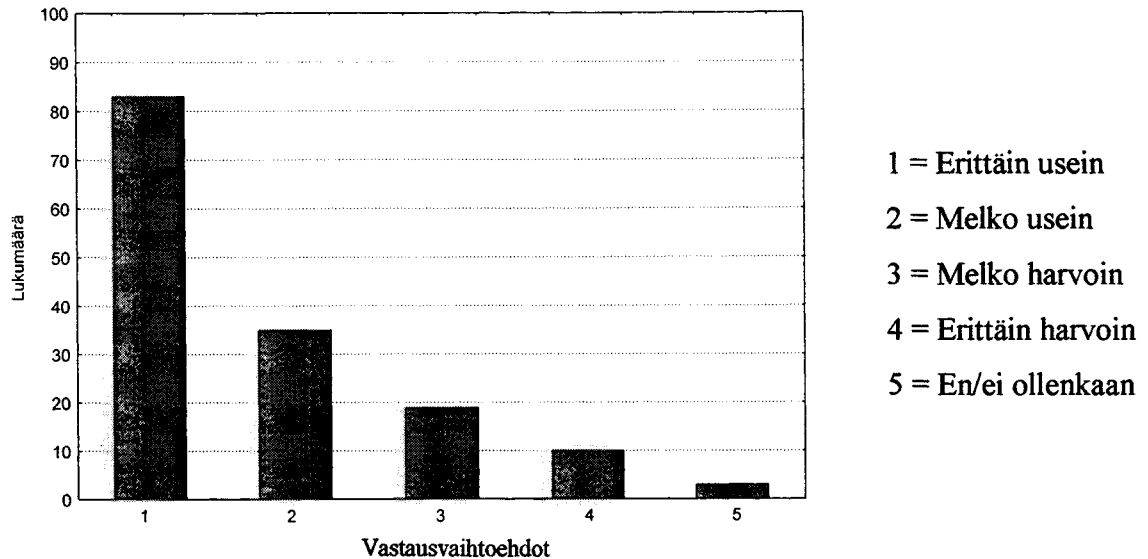
Yläasteen seitsemännen ja yhdeksännen ja luokan oppilaiden arvio koulussa viihtymisestä oli

tutkimuksen mukaan myönteinen. Vain pieni osa oppilaista ei kokenut viihtyvänsä koulussa hyvin. Oppilaista 18 arvioi viihtyvänsä koulussa hyvin erittäin usein, 76 oppilasta kertoi viihtyvänsä koulussa hyvin melko usein, 33 viihtyy hyvin melko harvoin, 17 erittäin harvoin ja 6 oppilasta ei kokenut viihtyvänsä ollenkaan koulussa (kuvio 2).



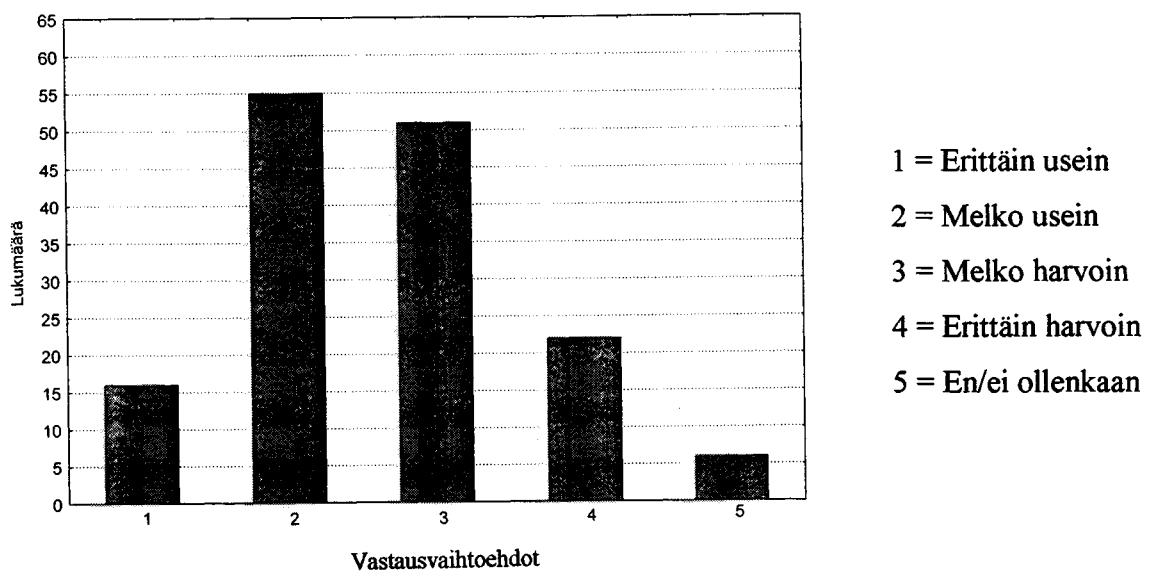
KUVIO 2 Oppilaiden viihtyminen koulussa

Yläasteen seitsemännen ja yhdeksännen luokan oppilaiden mielipidettä kysyttiin liikuntatunnilla viihtymisestä. Vain muutama oppilas ei kokenut viihtyvänsä liikuntatunnilla ollenkaan. Suurin osa tutkimuksen koehenkilöistä arvioi viihtyvänsä liikuntatunnilla paremmin kuin teoreettisella tunnilla. Oppilaista 83 kertoi viihtyvänsä erittäin usein liikuntatunnilla. 35 oppilasta koki melko usein liikuntatunnit mielekkäämmiksi kuin teoreettiset tunnit, 19 arvioi liikuntatunnit melko harvoin mielekkäämmiksi, 10 oppilasta erittäin harvoin ja 3 oppilasta ei kokenut viihtyvänsä liikuntatunneilla yhtään paremmin kuin teoreettisellakaan tunnilla (kuvio 3).



KUVIO 3 Oppilaiden viihtyminen liikuntatunnilla

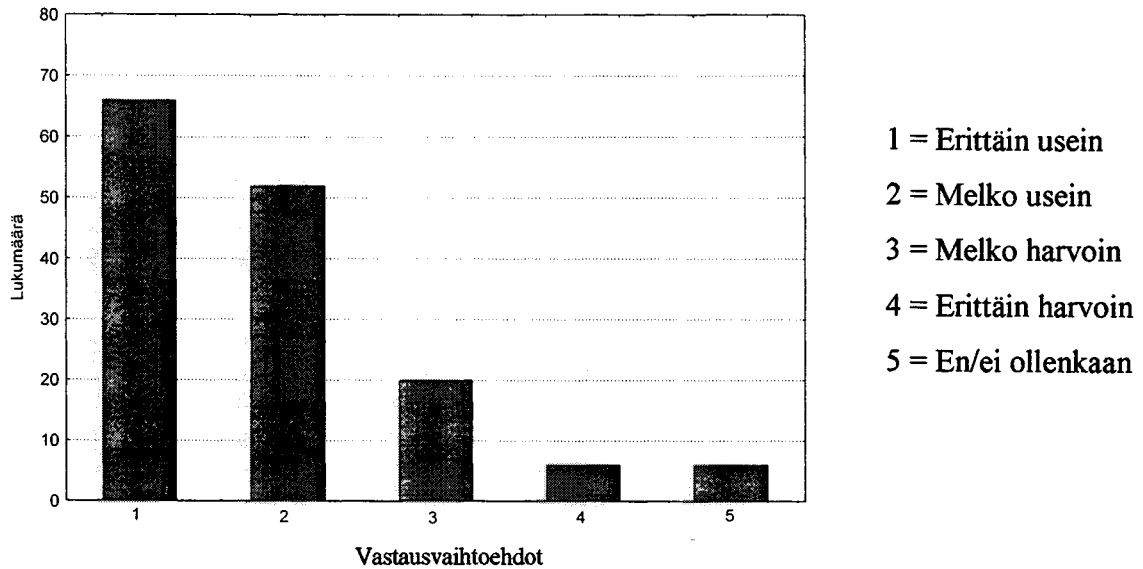
Oma vaikutus liikuntatunnin tunnelmaan yläasteen seitsemännän ja yhdeksännän luokan tyttöjen ja poikien mukaan on harvoin merkittävä. Tunnelma liikuntatunnilla riippuu erittäin usein itsestä 16:n oppilaan arvion mukaan, 55 oppilasta arvioi tunnelman riippuvan itsestä melko usein, 51 arvioi melko harvoin, 22 erittäin harvoin ja 6:n mielestä tunnelma liikuntatunnilla ei riipu itsestä laisinkaan (kuvio 4).



KUVIO 4 Oppilaiden oma vaikutus liikuntatunnin tunnelmaan

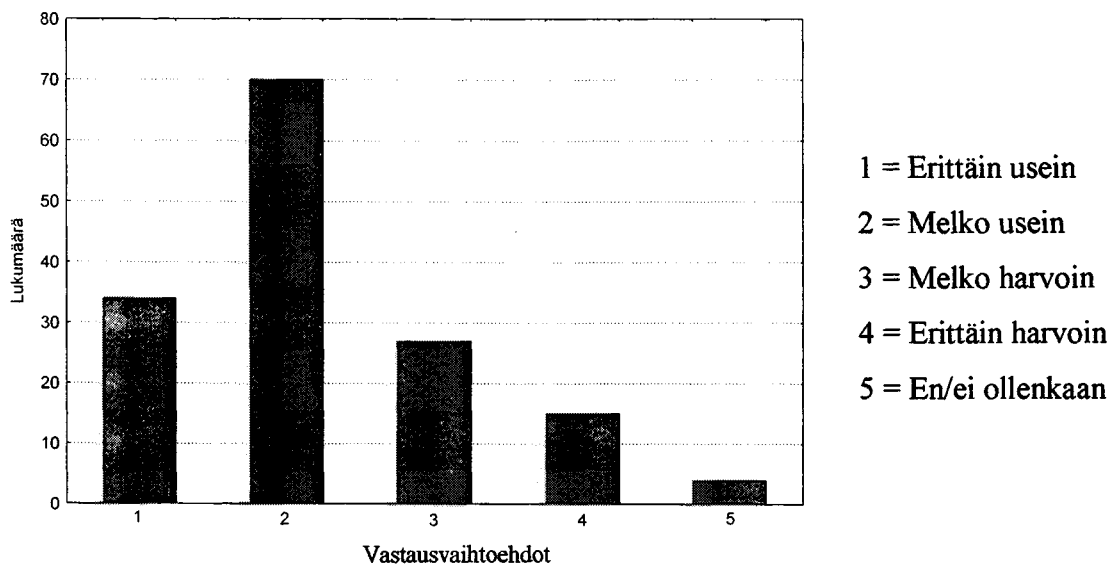
Vain pieni osa tutkimukseen osallistuneista oppilaista ei pitänyt liikunnanopettajastaan. Suurin osa oppilaista arvioi liikunnanopettajansa erittäin tai melko usein mukavaksi.

Oppilaista 66 arvioi oman liikunnanopettajansa mukavaksi erittäin usein, 52 melko usein, 20 melko harvoin, 6 erittäin harvoin ja 6 ei pitänyt liikunnanopettajaansa ollenkaan mukavana (kuvio 5).



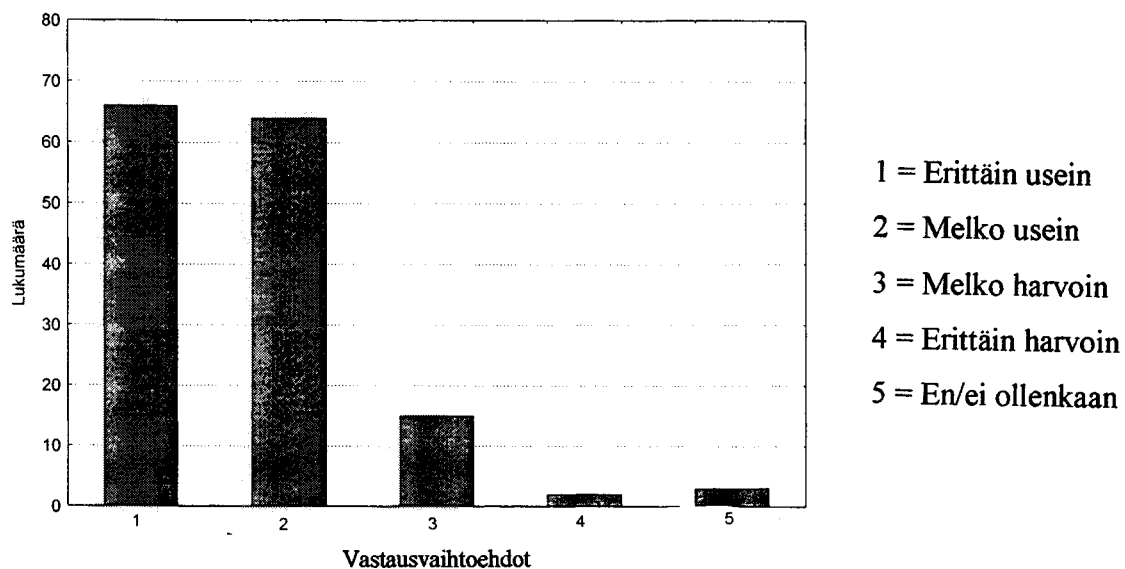
KUVIO 5 Yläasteen seitsemännän ja yhdeksännän luokan oppilaiden arvio omasta liikunnanopettajasta

Liikunnanopettajan ja oppilaiden välinen yhteisymmärrys oppilaiden arvion mukaan on liikuntatunnilla hyvä erittäin ja melko usein. Oppilaista 34 arvioi liikunnanopettajan ja oppilaiden välillä vallitsevan hyvän yhteishengen erittäin usein, 70 koki yhteisymmärrystä melko usein, 28 melko harvoin, 15 erittäin harvoin ja 3 oppilasta ei kokenut yhteisymmärrystä liikunnanopettajan ja oppilaiden välillä ollenkaan (kuvio 6).



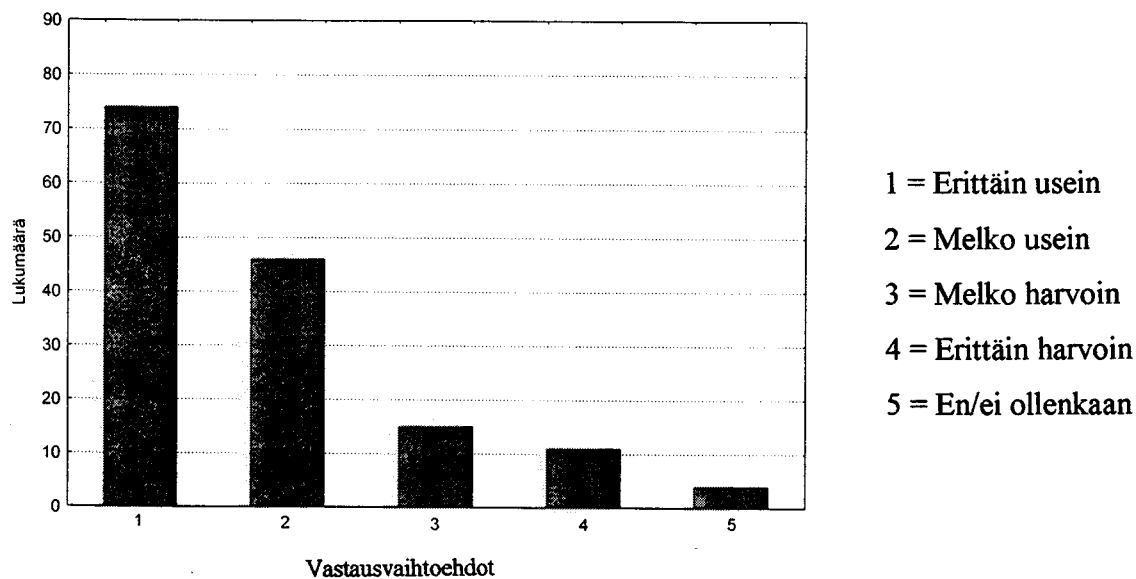
KUVIO 6 Liikunnanopettajan ja oppilaiden välinen yhteisymmärrys oppilaiden arvioimana

Koululiikuntaa pidettiin erittäin suosittuna kouluaineena tutkimukseen osallistuneiden oppilaiden arvion mukaan. Koululiikunnan suosiota yläasteen oppilaiden keskuudessa arvioitiin väittämällä, johon voi vastata viisiasteikollisesti. Oppilaista 66 arvioi liikunnan suosituksi kouluaineeksi erittäin usein, 64 nuorta mielsi liikunnan suosituksi melko usein, 15 melko harvoin, 2 erittäin harvoin ja 3 oppilasta arvioi, ettei liikunta ole ollenkaan suosittu kouluaine (kuvio 7).



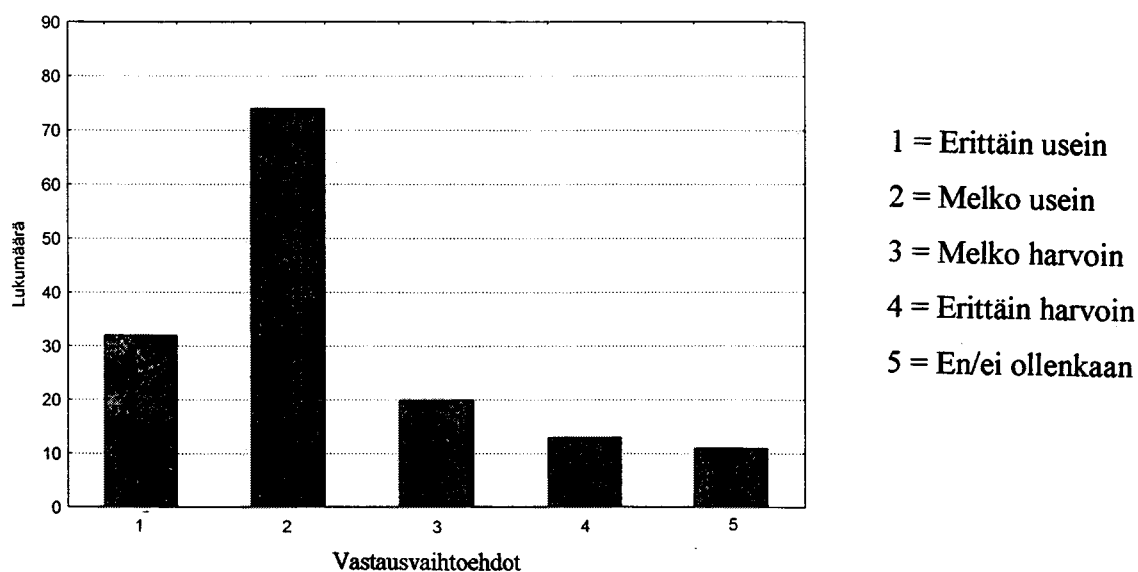
KUVIO 7 Oppilaiden arvio koululiikunnan suosiosta nuorten keskuudessa

Liikuntatunnit koettiin yläasteen seitsemännen ja yhdeksännen luokan oppilaiden keskuudessa mielekkäiksi. Oppilaista 74 kertoi menevänsä liikuntatunnille erittäin usein mielellään, 47 arvioi menevänsä melko usein mielellään, 15 melko harvoin mielellään, 11 erittäin harvoin mielellään ja 3 oppilasta ei mene arvionsa mukaan liikuntatunnille ollenkaan mielellään (kuvio 8).



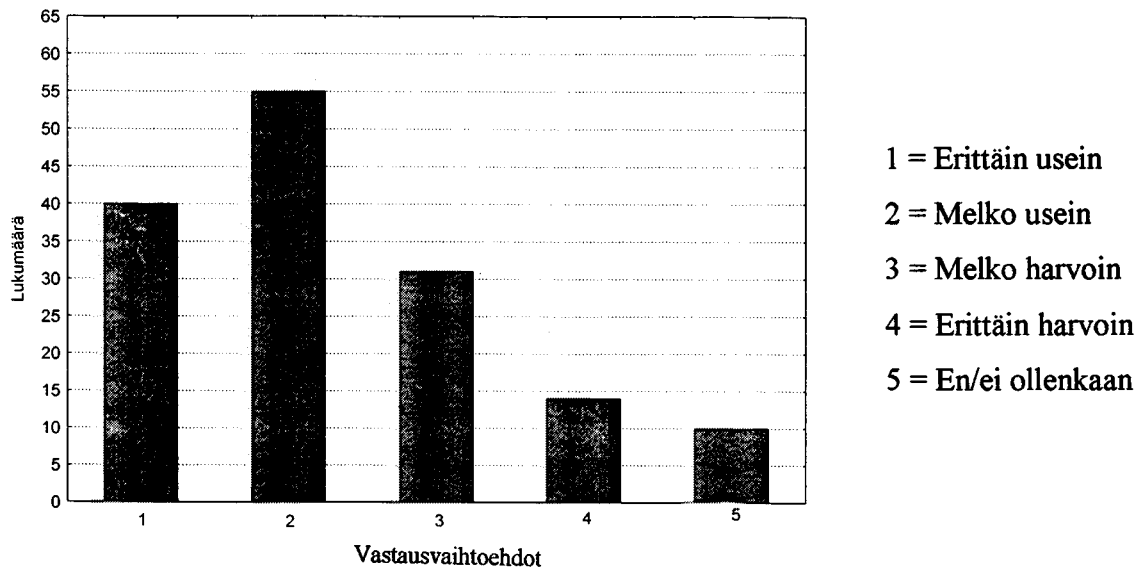
KUVIO 8 Oppilaiden arvio liikuntatuntien mielekkyydestä

Koululiikunnan tarjoamat lajivalikoimat yläasteen seitsemännen ja yhdeksännen luokan oppilaiden mukaan ovat useinmiten melko hyvät. Lajivalikoimat ovat riittävät erittäin usein 32:n oppilaan mielestä, 74 oppilasta arvioi lajivalikoimat riittäviksi melko usein, 20 melko harvoin, 13 erittäin harvoin ja 11 ei pidä koululiikunnan lajivalikoimia ollenkaan riittävinä (kuvio 9).



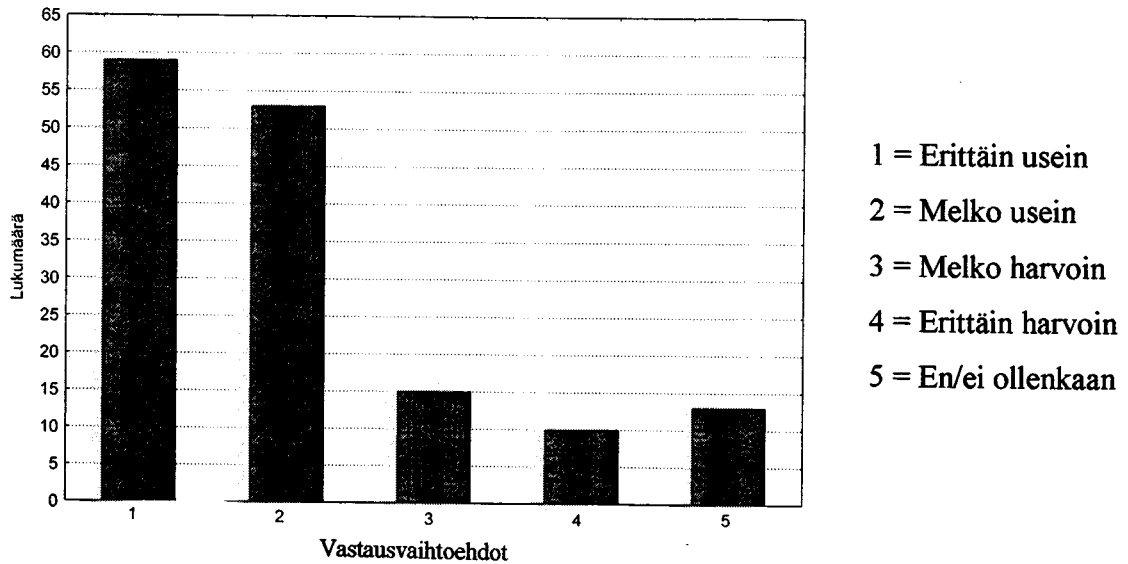
KUVIO 9 Oppilaiden arvio koululiikunnan lajivalikoimien riittävydestä

Koululiikunta koettiin enemmistön mielestä kannustavana vapaa-ajan urheiluharrastuksiin.. Oppilaista 40 arvioi koululiikunnan kannustavan erittäin usein harrastamaan liikuntaa myös vapaa-aikana, 55 arvioi melko usein kannustavan, 31 melko harvoin, 14 erittäin harvoin ja 10 koki, ettei koululiikunta kannusta ollenkaan harrastamaan liikuntaa vapaa-aikana. (kuvio 10)



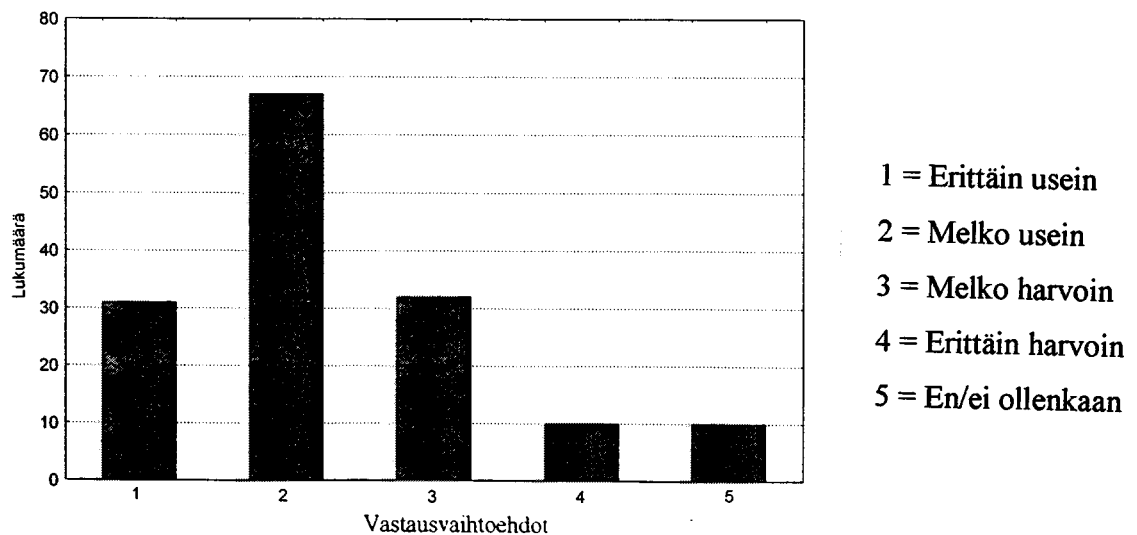
KUVIO 10 Oppilaiden arvio koululiikunnan kannustuksesta vapaa-ajan liikintaharrastuksiin

Yläasteen seitsemännen ja yhdeksännen luokan oppilaat kokevat koululiikuntatunnit tärkeänä vastapainona muulle koulutyölle. Koululiikuntatunnit ovat tärkeitä henkireikiä erittäin usein rankan koulutyön vastapainoksi 59:n oppilaan arvion mukaan, 53 arvioi koululiikuntatuntien virkistävän melko usein, 15 melko harvoin, 10 erittäin harvoin ja 13 ei koe liikuntatunteja tärkeänä koulutyön vastapainona (kuvio 11).



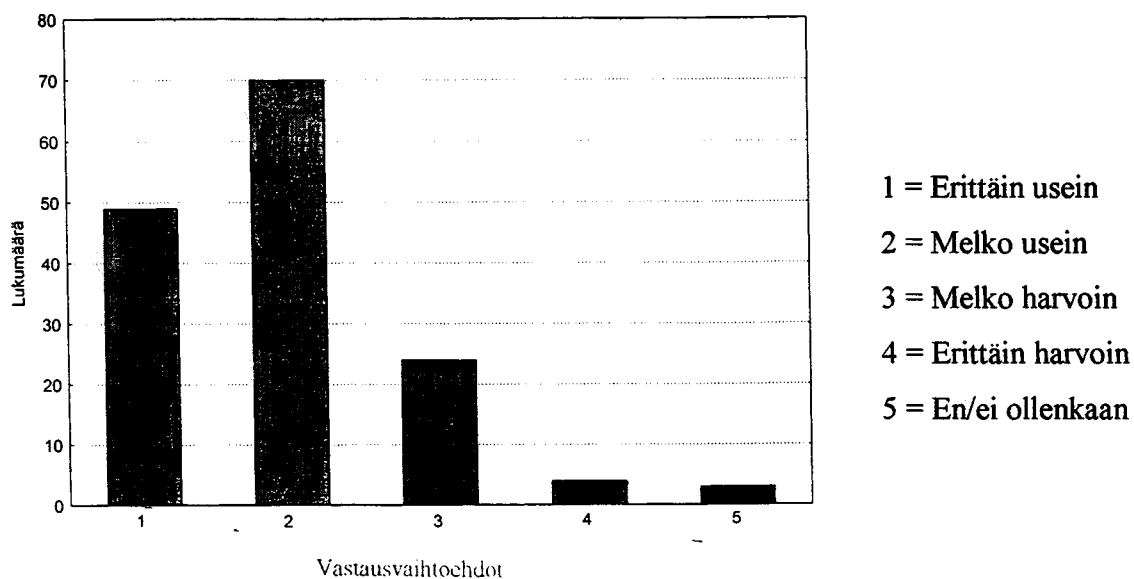
KUVIO 11 Oppilaiden arvio koululiikunnan tärkeydestä rankan koulutyön vastapainona

Suurin osa tutkimukseen vastanneista yläasteen seitsemännän ja yhdeksännän luokan oppilaista koki oppilaiden saavan tasapuolista kohtelua liikunnanopettajaltaan liikuntatunnilla. Oppilaista 31 arvioi liikunnanopettajan kohtelevan kaikkia oppilaita erittäin usein tasavertaisesti, 67 oppilasta arvioi tasapuolisuuden tapahtuvan melko usein, 32 melko harvoin, 10 erittäin harvoin ja 10 oppilasta kokee liikunnanopettajan kohtelevan oppilaita epätasapuolisesti (kuvio 12).



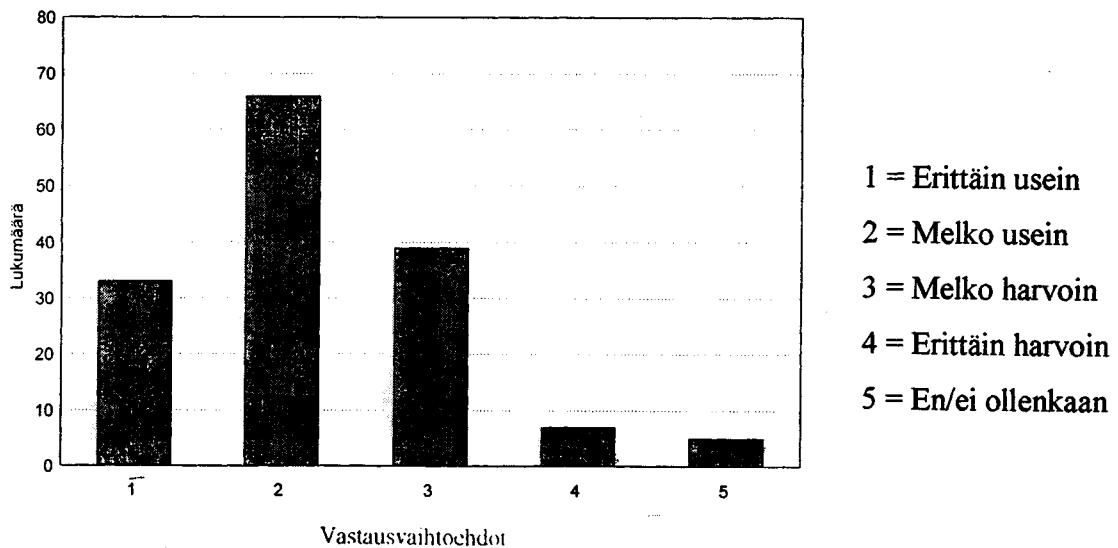
KUVIO 12 Oppilaiden arvio tasapuolisesta kohtelusta liikuntatunnilla

Enemmistön kyselyyn vastanneiden seitsemän ja yhdeksän luokan oppilaiden mielestä heidän liikunnanopettajansa kannustaa parempiin suorituksiin liikuntatunnilla. Liikunnanopettaja kannustaa oppilaita suoriutumaan paremmin erittäin usein 49:n oppilaan arvion mukaan, 70 oppilasta arvioi kannustusta tulevan melko usein, 24 arvioi kannustusta löytyvän melko harvoin, 4 arvioi erittäin harvoin ja 3:n oppilaan mielestä liikunnanopettaja ei kannusta oppilaita parempiin suorituksiin ollenkaan (kuvio 13).



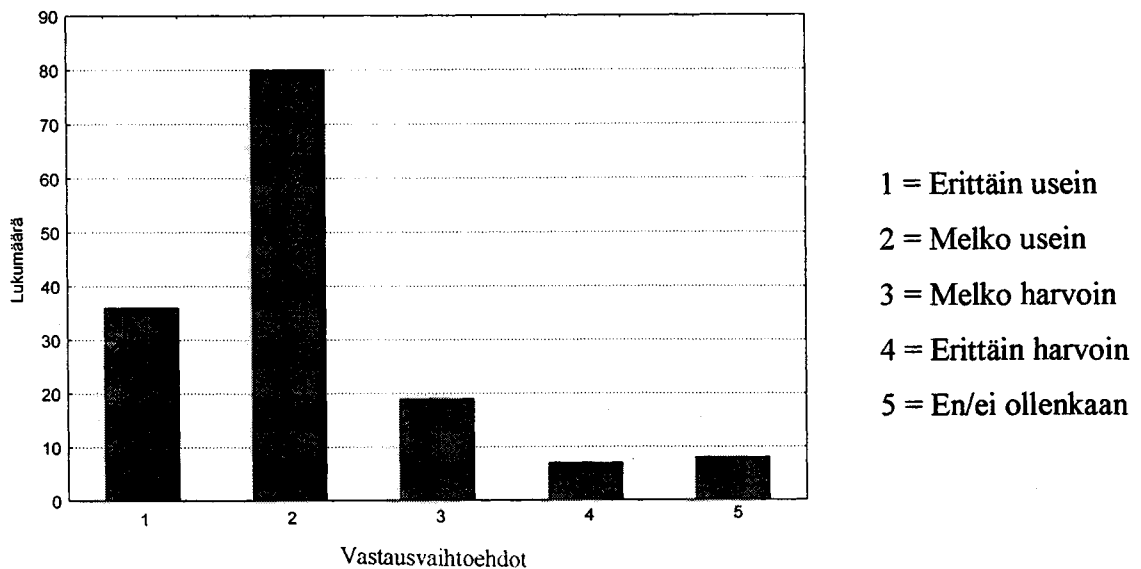
KUVIO 13 Oppilaiden arvio opettajalta saamastaan kannustuksesta liikuntatunnilla

Suurin osa kyselyyn vastanneista oppilaista on sitä mieltä, että heidän mielipiteitään ja toivomuksiaan huomioidaan liikuntatunnilla ainakin jonkin verran. Liikunnanopettaja ottaa huomioon oppilaiden mielipiteet ja toivomukset erittäin usein 32:n oppilaan arvion mukaan, 66 arvioi opettajan huomioivan melko usein, 39 melko harvoin, 8 erittäin harvoin ja 5 oppilasta arvioi, ettei opettaja huomioi heidän mielipiteitään tai toiveitaan liikuntatunnilla ollenkaan (kuvio 14).



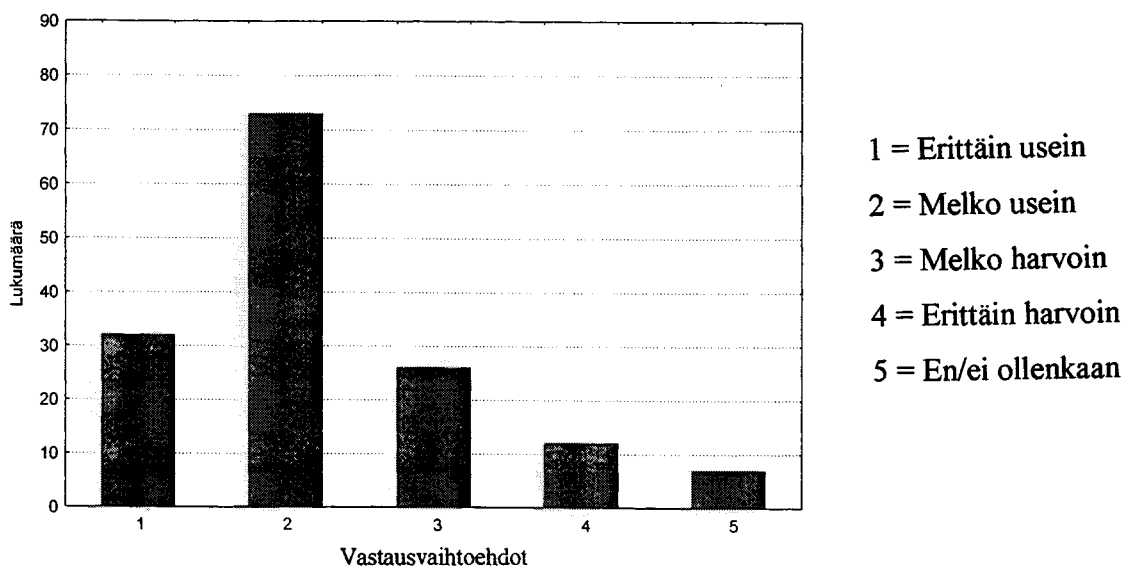
KUVIO 14 Oppilaiden toivomusten ja mielipiteiden huomioonottaminen liikuntatunnilla

Vain pieni osa oppilaista arvioi tulevansa toimeen huonosti muiden liikuntaryhmäläisten kanssa. Oppilaista 36 arvioi tulevansa toimeen toisten liikuntaryhmäläisten kanssa erittäin usein, 80 kokee tulevansa toimeen melko usein, 19 melko harvoin, 7 erittäin harvoin ja 8 oppilasta ei tule toimeen toisten liikuntaryhmäläisten kanssa ollenkaan (kuvio 15).



KUVIO 15 Oppilaiden toimeentuleminen muiden liikuntaryhmäläisten kanssa

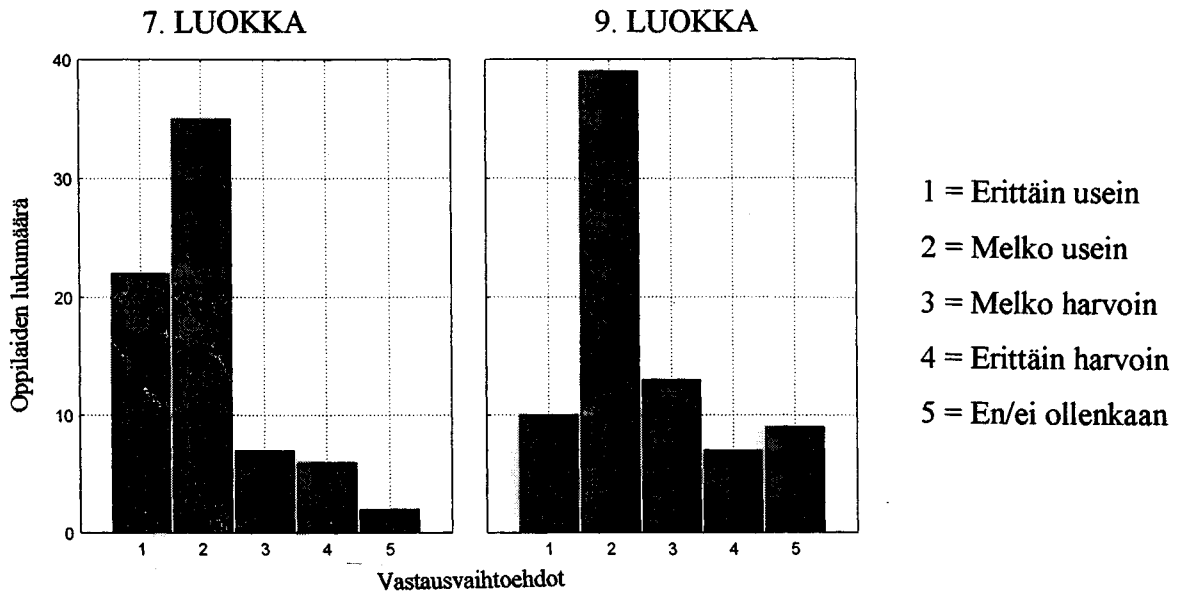
Oppilaiden arvio oman liikuntaryhmän hengestä on suurimmalla osalla vastanneista hyvä. Oppilaista 32 kokee liikuntaryhmän yhteishengen hyväksi erittäin usein, 73 arvioi yhteishengen olevan hyvän melko usein, 26 arvioi yhteishengen hyväksi melko harvoin, 12 erittäin harvoin ja 7 oppilasta on sitä mieltä, että yhteishenki liikuntaryhmässä ei ole hyvä koskaan (kuvio 16).



KUVIO 16 Liikuntaryhmän yhteishenki oppilaiden arvion mukaan

10.2 Liikuntatuntien viihtyvyys ja ilmapiiri luokka-asteen mukaan

Liikuntatuntien ilmapiiriä ja tunnilla viihtymistä vertailtiin kahdella eri luokka-asteella; seitsemännellä ja yhdeksännellä. Tilastollisesti merkittävä ero seitsemännen ja yhdeksännen luokan välillä löytyi ainoastaan kysymyksen numero 10 kohdalla. Tutkimuksen mukaan suurin osa seitsemännen luokan oppilaista on tyytyväisiä koululiikunnan tarjoamiin lajivalikoimiin. Yhdeksännellä luokalla sen sijaan oltiin paljon tyytymättömämpiä tuntien liikuntavalikoimiin (kuvio 17).



KUVIO 17 Koululiikunnan tarjoamat lajivalikoimat seitsemännen ja yhdeksännen luokan oppilaiden arvioimana

Koululiikunnan tarjoamia lajivalikoimia riittäviksi arvioitiin väittämällä, johon voi vastata viisiasteikollisesti. Seitsemännen luokan oppilaista 22 oppilasta arvioi koululiikunnan tarjoamat lajivalikoimat riittäviksi erittäin usein, 35 oppilasta mielsi lajivalikoiman hyväksi melko usein, 7 arvioi lajivalikoiman hyväksi melko harvoin, 6 oppilasta erittäin harvoin ja 2 oppilasta arvioi, että koululiikunnan tarjoamat lajivalikoimat eivät ole riittävät ollenkaan. Yhdeksännen luokan oppilaista 10 koki koululiikunnan tarjoamat lajivalikoimat hyväksi erittäin usein, 39 oppilasta piti lajivalikoimaa hyvänä melko usein, 13 melko harvoin, 7 erittäin harvoin ja 9 ei kokenut koululiikunnan tarjoamaa valikoimaa riittävänä milloinkaan. (Taulukko 4)

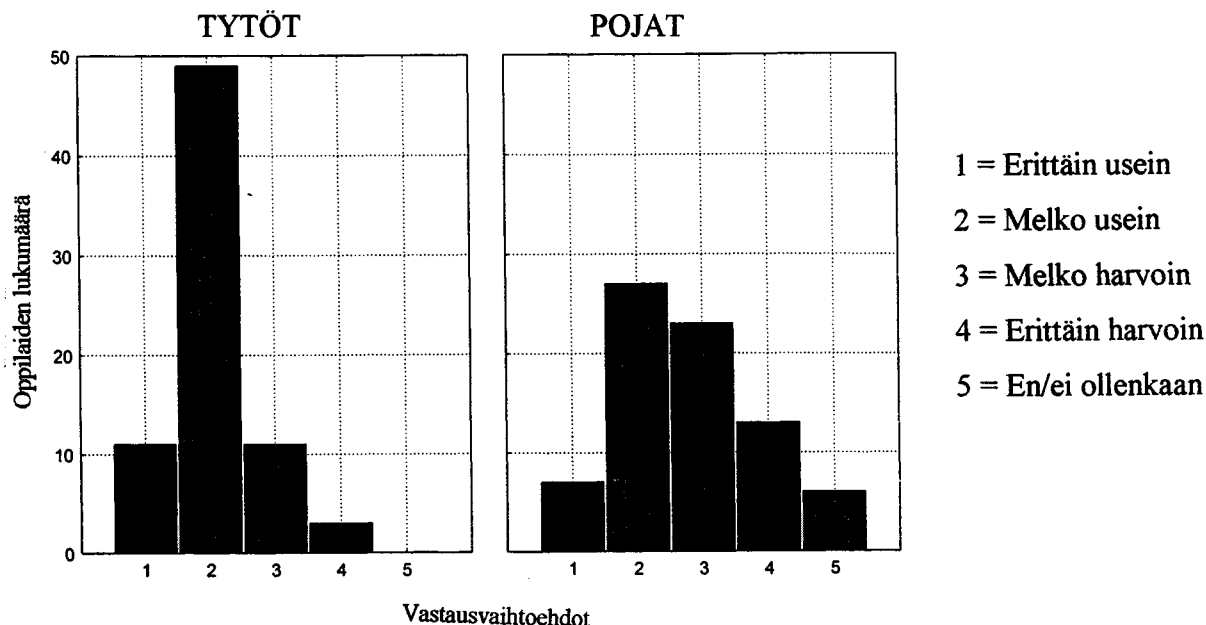
TAULUKKO 4 7- ja 9-luokkalaisten mielipide-erot koululiikunnan tarjoamista lajivalikoimista (t-testi)

Luokka-aste	N	ka	kh	Merkitsevyys
7. luokka	72	2.0	0.9	$t = 2.91$
9. luokka	78	2.6	1.2	$p = .004$

10.3 Liikuntatuntien viihtyvyys ja ilmapiiri ja niihin vaikuttavat tekijät sukupuolen mukaan

Liikuntatunnilla viihtymistä ja tunnin ilmapiiriä vertailtiin myös sukupuolen mukaan. Tilastollisesti poikkeavia vastauksia esiintyi sukupuolen mukaan huomattavasti enemmän kuin luokka-asteen mukaan. Tutkimuksen mukaan tytöt kokevat viihtyvänsä niin koulussa kuin liikuntatunnillakin poikia paremmin. Seuraavassa vertaillaan tyttöjen ja poikien vastauksia kysymyksiin, joissa esiintyi tilastollisesti merkittäviä eroavaisuuksia (kysymykset: 3, 5, 6, 7, 13 ja 15).

Vain pieni osa tytöistä kertoi viihtyvänsä koulussa huonosti. Tytöistä suurin osa arvioi viihtyvänsä koulussa hyvin erittäin tai melko usein. Pojista sen sijaan yli puolet arvioivat viihtyvänsä koulussa huonosti (kuvio 18).



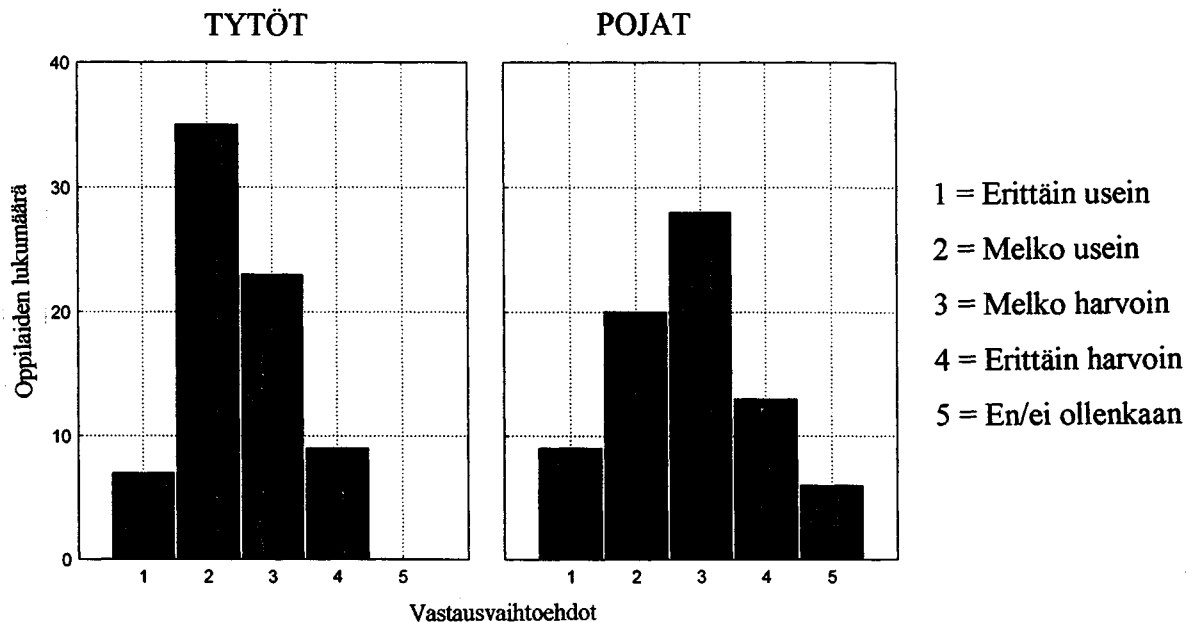
KUVIO 18 Tyttöjen ja poikien viihtyminen koulussa

Tytöistä 11 arvioi viihtyvänsä koulussa hyvin erittäin usein, 49 tyttöä kertoi viihtyvänsä koulussa hyvin melko usein, 11 viihtyi hyvin melko harvoin, 3 erittäin harvoin ja tytöistä kukaan ei arvioinut ettei viihtyisi koulussa ollenkaan. Pojista 7 kertoi viihtyvänsä koulussa hyvin erittäin usein, 27 pikaa arvioi viihtyvänsä hyvin melko usein, 23 viihtyi hyvin melko harvoin, 13 erittäin harvoin ja 6 arvioi ettei viihdy koulussa ollenkaan. (Taulukko 5)

TAULUKKO 5 Tyttöjen ja poikien erot koulussa viihtymisestä (t-testi)

Sukupuoli	N	ka	kh	Merkitsevyys
Tytöt	74	2.1	0.7	t = 4.8
Pojat	76	2.8	1.1	p = .000004

Tutkimuksen mukaan suurin osa tytöistä arvioi liikuntatunnin tunnelman johtuvan usein itsestä. Pojista sen sijaan yli puolet arvioivat liikuntatunnin tunnelman johtuvan harvoin itsestä. Poikien mukaan tunnelmaan vaikuttavat enemmänkin opettaja, liikuntalaji, liikuntatila ja kaverit. (Kuvio 19)



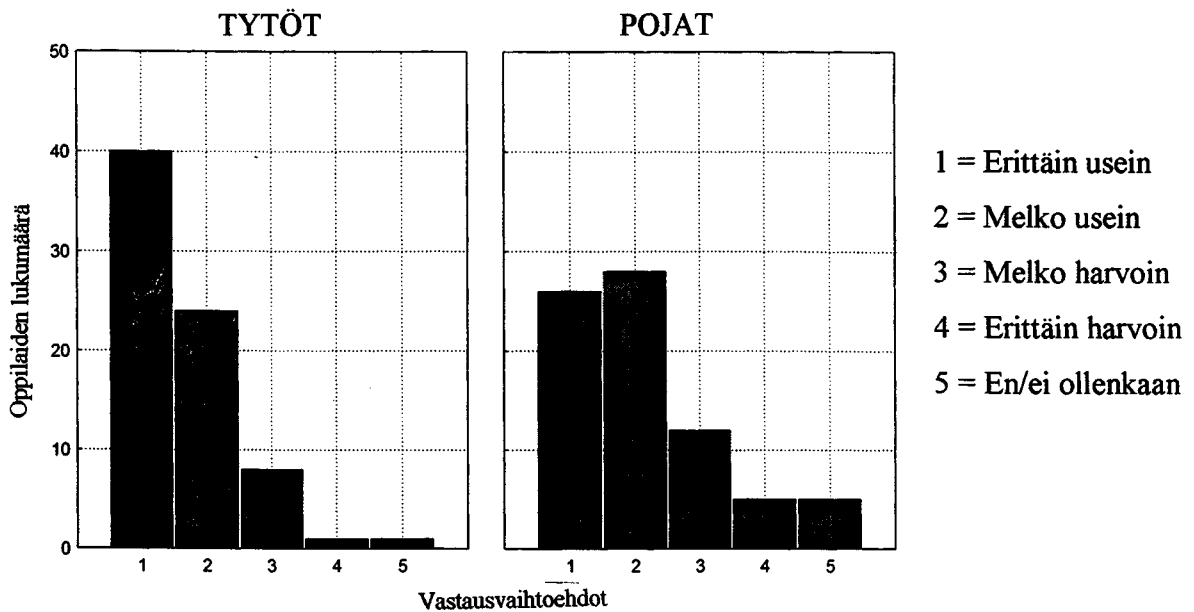
KUVIO 19 Tyttöjen ja poikien erot omasta vaikutuksesta liikuntatunnin tunnelmaan

Tytöistä 7 arvioi tunnelman liikuntatunnilla johtuvan erittäin usein itsestä, 35 tyttöä arvioi tunnelman johtuvan melko usein itsestä, 23 kertoi tunnelman johtuvan melko harvoin itsestä ja 9 tyttöä arvioi tunnelman johtuvan itsestä erittäin harvoin liikuntatunnilla. Pojista 9 arvioi liikuntatunnin tunnelman johtuvan erittäin usein itsestä, 20 kertoi tunnelman johtuvan itsestä melko usein, 28 poikaa vastasi tunnelman johtuvan melko harvoin itsestä, 13 arvioi tunnelman johtuvan erittäin harvoin itsestä ja 6 poikaa oli sitä mieltä, ettei tunnelma liikuntatunnilla johdu itsestä ollenkaan. (Taulukko 6)

TAULUKKO 6 Tyttöjen ja poikien erot omasta vaikutuksesta liikuntatuntien tunnelmaan
(t-testi)

Sukupuoli	N	ka	kh	Merkitsevyys
Tytöt	74	2.5	0.8	t = 2.3
Pojat	76	2.8	1.1	p = 0.2

Tutkimuksen mukaan tytöt arvioivat liikunnanopettajansa useammin mukavaksi kuin pojat. Tytöistä ainoastaan kaksi oli sitä mieltä, että heidän liikunnanopettajansa on harvoin tai ei ollenkaan mukava. Pojista taas kymmenen arvioi liikunnanopettajansa erittäin harvoin tai ei ollenkaan mukavaksi (kuvio 20).



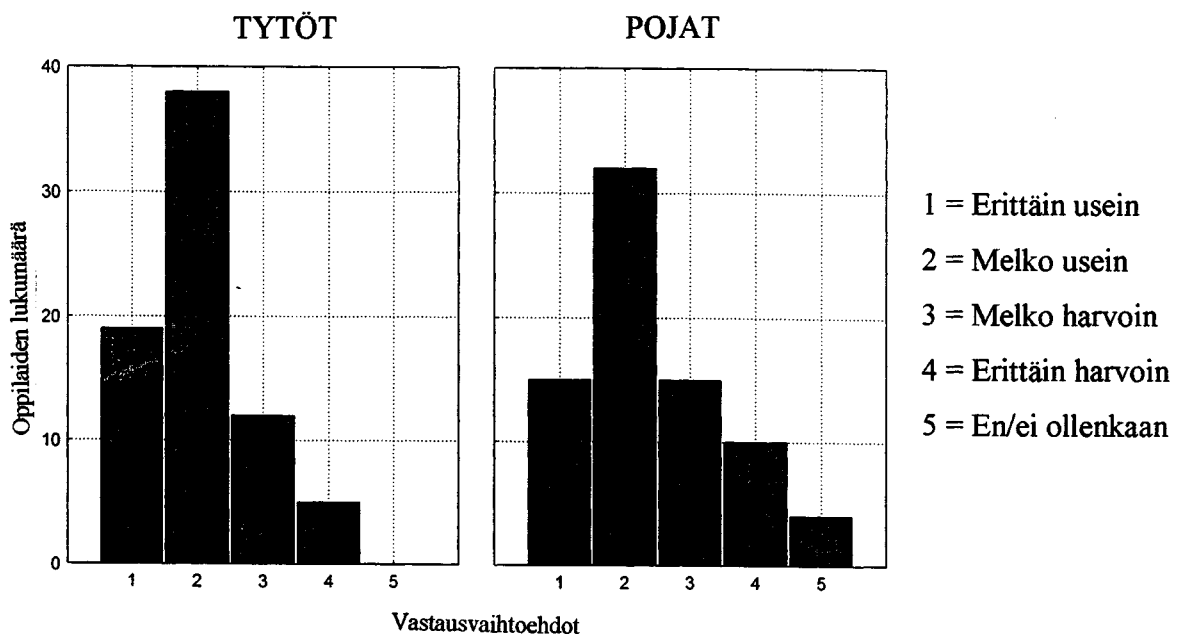
KUVIO 20 Tyttöjen ja poikien mielipide-erot oman liikunnanopettajan mukavuudesta

Tytöistä 40 arvioi liikunnanopettajansa mukavaksi erittäin usein, 24 tyttöä mielsi opettajansa mukavaksi melko usein, 8 melko harvoin mukavaksi, 1 erittäin harvoin mukavaksi ja 1 tyttö oli sitä mieltä, ettei hänen liikunnanopettajansa ole koskaan mukava. Pojista 26 arvioi liikunnanopettajansa erittäin usein mukavaksi, 28 piti opettajansa mukavana melko usein, 12 melko harvoin, 5 erittäin harvoin ja 5 poikaa arvioi, ettei heidän liikunnanopettajansa ole mukava koskaan. (Taulukko 7)

TAULUKKO 7 Tyttöjen ja poikien arvio oman liikunnanopettajan mukavuudesta (t-testi).

Sukupuoli	N	ka	kh	Merkitsevyys
Tytöt	74	1.6	0.8	t = 3.1
Pojat	76	2.1	1.2	p = .003

Tutkimuksen mukaan tytöillä ja heidän liikunnanopettajallaan valitsee yleensä hyvä yhteisymmärrys. Tytöistä ainoastaan viisi oli sitä mieltä, että yhteisymmärrystä löytyy erittäin harvoin. Pojilla ja heidän liikunnanopettajallaan taas yhteisymmärrys löytyy hieman harvemmin (kuvio 21).



KUVIO 21 Liikunnanopettajan ja oppilaiden välinen yhteisymmärrys

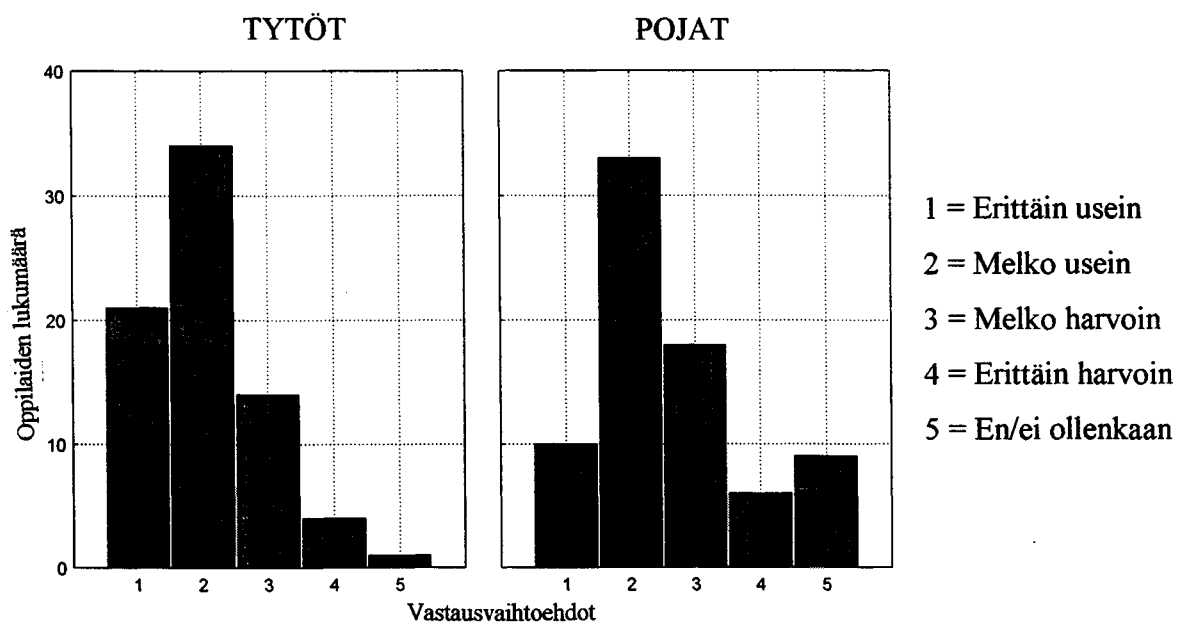
Tytöt ovat tyytyväisempiä liikunnanopettajan ja oppilaiden välillä vallitsevaan yhteisymmärrykseen kuin pojat. Oppilaiden mielipidettä liikunnanopettajan ja oppilaiden välisestä yhteisymmärryksestä arvioitiin väittämällä, kuinka usein yhteisymmärrystä löytyy. Tytöistä 19 oppilasta arvioi, että liikunnanopettajan ja oppilaiden välillä vallitsee hyvä yhteisymmärrys erittäin usein, 37 mieltää hyvän yhteisymmärryksen melko usein, 13 oppilasta melko harvoin ja 5 tyttöä arvioi liikunnanopettajan ja oppilaiden välillä vallitsevan hyvän yhteisymmärryksen erittäin harvoin. Pojista 15 oppilasta arvioi hyvän

yhteisymmärryksen löytyvän erittäin usein, 32 melko usein, 15 melko harvoin, 10 erittäin harvoin ja 4 poikaa ei näe hyvän yhteisymmärryksen vallitsevan liikunnanopettajan ja oppilaiden välillä ollenkaan. (Taulukko 8)

TAULUKKO 8 Liikunnanopettajan ja oppilaiden välinen yhteisymmärrys tyttöjen ja poikien arvion mukaan (t-testi)

Sukupuoli	N	ka	kh	Merkitsevyys
Tytöt	74	2.0	0.8	t = 2.4
Pojat	76	2.4	1.1	p = .02

Tutkimuksen mukaan tytöt ovat huomattavasti tyytyväisempiä oppilaiden saamaan tasapuoliseen kohteluun liikuntatunnilla kuin pojat. Suurin osa vastanneista tytöistä on sitä mieltä, että oppilaat saavat tasapuolista kohtelua. Poikien vastauksista myös enemmistö on sitä mieltä, että kohtelu liikuntatunnilla on tasapuolista, mutta myös iso joukko pojista kokee tasapuolista kohtelua esiintyvän liikuntatunnilla harvoin tai ei ollenkaan (kuvio 22).



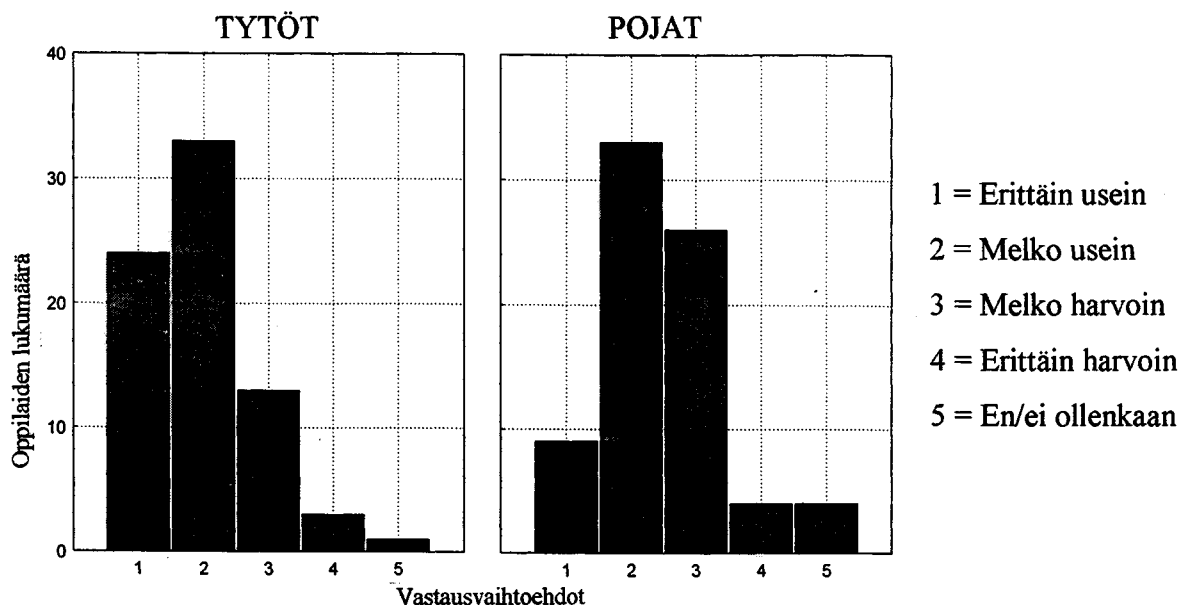
KUVIO 22 Oppilaiden kokema tasapuolinen kohtelu liikuntatunnilla

Tutkimuksen mukaan tytöt saavat liikuntatunnilla tasapuolista kohtelua useammin kuin pojat. Oppilaiden saamaa tasapuolista kohtelua liikuntatunnilla arvioitiin väittämän avulla, jossa kysyttiin, kuinka usein tasapuolista kohtelua esiintyy. Tytöistä 21 oppilasta koki liikunnanopettajan kohtelevan kaikkia oppilaita tasapuolisesti erittäin usein, 34 tyttöä arvioi tasapuolisuuden tapahtuvan melko usein, 14 melko harvoin, 4 erittäin harvoin ja 1 tyttö arvioi, ettei liikunnanopettaja kohtele kaikkia oppilaita tasapuolisesti ollenkaan. Pojista 10 arvioi opettajan kohtelevan oppilaita tasavertaisesti erittäin usein, 33 melko usein, 18 melko harvoin, 6 erittäin harvoin ja 9 poikaa arvioi, ettei liikunnanopettaja kohtele oppilaita tasapuolisesti ollenkaan. (Taulukko 9)

TAULUKKO 9 Tyttöjen ja poikien kokema tasapuolinen kohtelu liikuntatunnilla (t-testi)

Sukupuoli	N	ka	kh	Merkitsevyys
Tytöt	74	2.1	0.9	t = 3.3
Pojat	76	2.6	1.2	p = .001

Tutkimuksen mukaan tyttöjen liikuntatunnilla opettaja ottaa huomioon toivomuksia ja mielipiteitä enemmän kuin poikien tunnilla. Suurin osa kyselyyn vastanneista tytöistä arvioi oman liikunnanopettajan ottavan huomioon oppilaiden mielipiteet ja toivomukset erittäin tai melko usein. Poikien liikuntatunnilla opettaja huomioi toivomukset ja mielipiteet enemmistön mielestä hyvin, mutta on myös suuri joukko oppilaita, joiden mielestä toiveita ja mielipiteitä ei huomioida kovinkaan usein (kuvio 23).



KUVIO 23 Tyttöjen ja poikien arvio mielipiteiden ja toivomusten huomioimisesta liikuntatunnilla

Tutkimuksen mukaan liikunnanopettaja huomioi oppilaiden mielipiteitä ja toivomuksia useammin tyttöjen liikuntatunnilla kuin poikien. Oppilaiden toivomusten ja mielipiteiden huomioimista arvioitiin väittämällä, jossa kysyttiin kuinka usein oppilas kokee, että opettaja huomioi oppilaiden toiveet ja mielipiteet liikuntatunnilla. Tytöistä 24 oppilasta arvioi liikunnanopettajan ottavan huomioon oppilaiden toivomukset ja mielipiteet erittäin usein, 33 melko usein, 13 melko harvoin, 3 erittäin harvoin ja 1 tyttö koki, ettei opettaja huomioi oppilaiden toiveita ja mielipiteitä ollenkaan. Pojista 9 arvioi opettajan huomioivan oppilaiden toiveet ja mielipiteet erittäin usein, 33 melko usein, 26 melko harvoin, 4 erittäin harvoin ja 4 poikaa arvioi, ettei liikunnanopettaja ota oppilaiden toivomuksia ja mielipiteitä huomioon ollenkaan. (Taulukko 10)

TAULUKKO 10 Oppilaiden toivomusten ja mielipiteiden huomioonottaminen liikuntatunnilla tyttöjen ja poikien mukaan (t-testi)

Sukupuoli	N	ka	kh	Merkitsevyys
Tytöt	74	1.9	0.9	t = 3.4
Pojat	76	2.5	0.9	p = .0009

10.4 Oppilaiden avoimet kysymykset

Kyselylomakkeessa kysyttiin avointen kysymysten muodossa oppilailta sitä, miten he itse kokevat viihtyvänsä liikuntatunnilla. Poikien vastauksista kävi ilmi, että liikuntatunnilla viihdytään yleisesti hyvin. Mukavia liikuntatunteja poikien mukaan ovat ne tunnit, joissa ei harjoitella tekniikkaa ”liikaa”, vaan keskitytään itse peliin. Pojista moni kyselyyn vastaaja kertoi myös pitävänsä kilpailuista ja erilaisista viesteistä. ”Liikuntatunnit ovat mukavia, kun pääsee kokeilemaan uusia lajeja” oli monen pojan vastaus. Muutama poika taas kommentoi koulun lajivalikoimaa kehnoksi. Liikuntatunnit ovat poikien mukaan virkistäviä, rentouttavia ja hauskoja. Toisien oppilaiden laiskottelu ärsyttää joitakin vastaajia.

Tytöt kertoivat myös viihtyvänsä liikuntatunnilla yleensä hyvin. Muutama tyttö kertoi viihtyvänsä, jos saa itse valita mitä tekee. Toiset viihtyvät, jos pelataan paljon pallopelejä ja toiset taas, jos liikutaan ulkona. Liikuntatunnit koetaan tyttöjen mukaan rentouttaviksi ja mukaviksi. Muutama tyttö kommentoi: ”viihdyn, jos on jotain erilaista, ei aina samaa”. Monen tytön mukaan liikunta on aine, jonne tullaan viihtymään kavereiden kanssa mukavan harrastuksen pariin.

Tytöiltä ja pojilta kysyttiin avointen kysymysten muodossa arviota heidän mielestään hyvästä opettajasta. Hyvä liikunnanopettaja on yläasteen yhdeksännen ja seitsemännen luokan oppilaiden mukaan ymmärtäväinen, hauska, huumorintajuinen ja kannustava. Hyvä opettaja ei pakota oppilaita mihinkään ja arvostaa oppilaan vähäistäkin aktiivisuutta. Oppilaat arvioivat hyväksi opettajaksi myös henkilön, joka on iloinen, nuori tai nuorekas, ei liian pikkutarkka ja osaa tuomaroida peleissä oikeudenmukaisesti. ”Hyvä liikunnanopettaja on mielestäni muutoksenhaluinen ja pitää monipuolista liikuntaa” kommentoitiin oppilaiden vastauksissa. Hyvä liikunnanopettaja ei myöskään oppilaiden mukaan huuda, ota suosikkeja, ”pitää päänsä” sekä osallistuu itse mukaan liikkumiseen.

Oppilaat arvioivat avointen kysymysten muodossa myös minkälainen on heidän mielestään hyvä oppilas. Kyselyyn osallistuneiden seitsemännen ja yhdeksännen luokan oppilaiden mielestä hyvä oppilas kuuntelee opettajaa, on aktiivinen, ei häiritse muita ja ottaa kaverit aina huomioon. Hyvä oppilas ei myöskään arvostele toisia tai toisten suorituksia vaan kannustaa kavereita parempiin tuloksiin. Hyvä oppilas liikuntatunnilla oppilaiden itse arvioimana on urheilullinen, reilu, usein hyvällä tuulella ja harrastaa liikuntaa myös vapaa-ajalla. ”Hyvä oppilas ei lintsaakaan eikä valita turhista”, oppilaat kommentoivat.

10.5 Koulussa viihtyminen ja ilmapiiri opettajien kokemana

Tutkimuksen mukaan liikunnanopettajat viihtyvät työssään hyvin ja motivaatio omaan työhön löytyy helposti. Liikunnanopettajat tekevät paljon yhteistyötä oman koulun liikunnanopettajien kanssa ja jakavat työnsä tasapuolisesti. Ilmapiiri koulussa on erittäin usein hyvä. Oppilaiden kanssa tullaan toimeen yleensä hyvin; naisopettajat hieman miehiä paremmin oman arvionsa mukaan, ja oppilaat ovat liikunnanopettajien mukaan innostuneita liikkumaan. Enemmistö kyselyyn vastanneista liikunnanopettajista piti omia tuntejaan erittäin usein mielenkiintoisina ja hauskoina. Oma työtä arvostettiin erittäin paljon; naiset kuitenkin hieman enemmän kuin miehet. Liikunnanopettajat pitävät itsensä ajantasalla uusien lajien ja suuntausten suhteen hyvin, koulutuksessa käydään koulun varojen puitteissa. Yhteyttä muiden koulun liikunnanopettajiin pidetään jonkin verran, mutta ulkomaille harvoin. Kyselyn vastauksista ei käynyt ilmi mitään merkittäviä eroja miesopettajien ja naisopettajien välillä (Taulukko 11).

TAULUKKO 11 Liikunnanopettajien kysymysten keskiarvot (ka), keskihajonnat (kh), t-testiarvot ja merkitsevyys (p), naiset N (n = 6) ja miehet M (n = 6)

Muuttuja	N ka	M ka	N kh	M kh	t-arvo	p
Liikunnanopettajien yhteistyö	1.5	1.5	0.5	0.8	0.00	1.00
Koulun ilmapiiri	2.0	2.0	1.1	0.6	0.00	1.00
Viihtyvyys ja motivaatio	1.3	1.3	0.5	0.5	0.00	1.00
Opettaja-oppilas suhteet	1.2	1.5	0.4	0.5	1.19	0.25
Työn arvostus	1.2	1.7	0.4	0.5	1.86	0.09
Ammatillinen kehittyminen	1.7	1.7	0.5	0.8	0.00	1.00

Kyselyyn vastanneista opettajista puolet koki tekevänsä yhteistyötä muiden koulun liikunnanopettajien kanssa erittäin usein, 42% arvioi yhteistyön tapahtuvan melko usein ja 8% arvioi tekevänsä yhteistyötä melko harvoin.

Liikunnanopettajien arvion mukaan 46% opettajista koki työyhteisönsä ilmapiirin ja suhteet hyväksi erittäin usein, 46% arvioi ilmapiirin ja suhteet hyväksi melko usein, 4% koki suhteiden ja ilmapiirin olevan työpaikalla hyvän melko harvoin ja 4% tunsi työilmapiirin ja opettajien väliset suhteet hyväksi erittäin harvoin.

63% liikunnanopettajista arvioi viihtyvänsä koulussa ja olevansa motivoitunut omaa työtä kohtaan erittäin usein ja 37% liikuntaa opettavista opettajista koki viihtyvänsä sekä olevansa motivoitunut omaan työhönsä melko usein.

Liikunnanopettajista 63% arvioi opettajan ja oppilaiden väliset suhteet hyväksi erittäin usein ja loput 37% liikunnanopettajista koki suhteet hyväksi melko usein.

Liikunnanopettajista 28% arvosti omaa työtään sekä halusi kehittää omia ammatillisia kykyjään erittäin usein, 42% opettajista arvosti työtään sekä koki ammatillisen kehittämisen tärkeäksi melko usein, 13% opettajista arvioi näin melko harvoin, 7% erittäin

harvoin ja 10% liikunnanopettajista ei kokenut tekevänsä tärkeätä työtä eikä kokenut haluua kehittää omaa ammatillista kykyä.

10.6 Liikunnanopettajien arvio hyvästä liikuntatunti-ilmapiiristä

Tutkimukseen osallistuneet liikunnanopettajat (n=12) pohtivat avointen kysymysten muodossa toimenpiteitä, jotka hyvän liikuntatunti-ilmapiirin synnyttäminen vaatii. Pohdittiin myös miten liikuntatunneista saataisiin mahdollisimman viihtyisiä sekä opettajille että oppilaille ja ennenkaikkea miten oppilaat saataisiin innostumaan liikkumisesta entistä enemmän. Opettajat kommentoivat seuraavalla tavalla:

Naisopettaja: ”Tunnin tietty jämäkkyys eli lasten tulisi tietää kuka ohjaa, mitä tehdään ja yhteiset pelisäännöt jokaisen tietoon. Hyvä ilmapiiri syntyy opettaja-oppilas vuorovaikutussuhteesta; katseesta, hymystä, kosketuksesta, jutustelusta, vitseistä ja ylensäkkien oppilaan huomioimisesta. Oppilaiden mielipiteiden ja ehdotusten huomioiminen opetuksen toteutuksessa ja heidän mahdollisuutensa esittää ja näyttää kykyjään, taitojaan ja harrastuneisuuttaan tuo innostusta liikuntaan.”

Naisopettaja: ”Tuntien aiheet oppilaille tiedoksi etukäteen. Yhteissuunnittelua. Opettaja hyväntuulisena, ei saa tuijottaa oppilaan tekemiä virheitä, vaan lähdeittävä siitä, mitä he osaavat. Ei saa olla suosikkeja, eikä silmätikkua. Oppilaille perusteltava mitä ja miksi tehdään. Opetuksen oltava etenevää, ei saman toistamista. Aktiivisuus palkittava sanallisestikin.”

Miesopettaja: ”Riittävän pienet opetusryhmät (15-20) tuovat paremman henkilökohtaisen kontaktin jokaiseen oppilaaseen. Uudet lajit lisäävät innostusta ja hyvä kuri tuo turvallisuutta heikommillekin oppilaille.”

Miesopettaja: ”Rohkeita ratkaisuja opetukseen, turha tuntisidonnaisuus pois, oltava valmis kaikkeen, kuunneltava oppilaita. Liikunta ei ole rangaistus. Kaikki epämiellyttävä poistettava (turha liikuntavaatteilla prässäily, pakolliset suihkukäynnit, jne.). Eriytettävä niin paljon kuin pystyy, apuopettajia mukaan. Hyväksy jokainen oppilas. Ilman positiivista vuorovaikutusta ei synny myönteistä asennetta eikä perustaitoja opita. Kun jokin menee pieleen, yleensä opettaja on väärässä. Vapauta itsesi nauttimaan työstäsi!”

11 POHDINTA

11.1 Tarkastelutavasta

Koululaisten viihtyvyyttä yläasteen liikuntatunneilla tarkasteltiin aluksi kokonaisuutena; miten oppilaat yleensä kokevat viihtyvänsä liikuntatunnilla, sekä millaisena he kokevat koululiikuntatuntien ilmapiirin. Liikunnanopettajilta kysyttiin myös työssään viihtymisestä ja minkälaisena he kokevat liikuntatuntien ilmapiirin. Pohdittiin liikuntatuntien viihtyvyyteen ja ilmapiiriin vaikuttavia tekijöitä opettajien ja oppilaiden arvion mukaan, sekä vertailtiin eroja seitsemännän ja yhdeksännän luokan oppilaiden välillä. Lopuksi katsastettiin tyttöjen ja poikien väliset erot liikuntatunnilla viihtymisessä.

11.2 Viihtyvyys ja ilmapiiri liikuntatunnilla

Koululiikuntatuntien ilmapiiri rakentuu paljolti opettajan ja oppilaan ympärille, mutta myös liikuntatila sekä tunnilla käsiteltävä laji vaikuttavat viihtymiseen. Opettaja osallistuu ilmapiirin luomiseen omalla persoonallisuudellaan, johtamistyyllillään, käyttämällään opetustavalla sekä suhteellaan oppilaisiin. Opettajan antama palaute sekä oppilaiden motivointi vaikuttavat myös tunnilla viihtymiseen. Oppilas osallistuu ilmapiirin luomiseen omalla liikuntamotivaatiollaan, mihin opettaja voi myös osaksi vaikuttaa. Oppilaan oma fyysinen pätevyys vaikuttaa tunnilla viihtymiseen yhdessä opettajan antaman positiivisen palautteen kanssa. Oppilaiden hyvät kaverisuhteet sekä hyvä opettaja-oppilas-suhde edesauttavat tunnilla viihtymistä.

Oppilaiden kyselyn tuloksia tarkasteltaessa käy selvästi ilmi se, että liikuntatunnit ovat suurimmalle osalle oppilaista hyvin mieluisia, toisin kuin Portmanin vuonna 1995 tekemässä tutkimuksessa. Tälle amerikkalaiselle koeryhmälle liikuntatunnit eivät olleet miellyttäviä. Oppilaat kokivat tunnit epäinhimillisinä, turhauttavina, nolaavina ja huonosti kestävinä. Oppilaille ei annettu tarpeeksi mahdollisuuksia onnistua omien suoritusten kehittymisen kautta, vaan tuloksia vertailtiin suoraan muihin oppilaisiin. Heikot oppilaat eivät saaneet riittävästi aikaa harjoitella perustaitoja, ja kokivat näin epäonnistuneensa jatkuvasti suorituksissa (Portman 1995).

Oppilaat arvioivat menevänsä liikuntatunneille innokkaammin kuin teoriatunneille. Liikunnanopettajat oman arvionsa mukaan ovat motivoituneita sekä viihtyvät työssään hyvin. Opettajan innostuneisuus vaikuttaa pitkälti myös oppilaiden positiivisuuteen koululiikuntaa kohtaan. Liikuntatuntien ilmapiiriä pidetään yleisesti hyvänä oppilaiden arvion mukaan. Liikuntatuntien tunnelmaan ja tunnilla viihtymiseen vaikuttavat oppilaiden mukaan monet tekijät; suurin osa oppilaista arvioi oman mielialan olevan suurin tekijä tunnilla viihtymiseen. Omaan mielialaan taas vaikuttavat tunnin aihe, opettaja, koulun tilat, kaverit ja ilma. Suurin osa tytöistä arvioi liikunnanopettajansa erittäin tai melko mukavaksi. Erittäin tärkeänä hyvän ilmapiirin syntymiselle oppilaat arvioivat liikunnanopettajan ja oppilaiden välisen yhteisymmärryksen, oppilaiden toiveiden ja mielipiteiden huomioonottamisen ja tasapuolisen kohtelun. Aikaisemmasta tutkimuksesta käykin ilmi se, että luokan ilmapiiriin vaikuttaa ratkaisevasti opettajan oma persoonallisuus sekä hänen tyyliinsä ohjata luokkaa. Myönteisen ilmapiirin syntymiseksi on tärkeätä oppilaiden motivointi ja riittävä palautteen antaminen (Salmimies 1978).

Oppilaat pitävät koululiikuntatunteja hyvänä vastapainona muulle koulutyölle. Pojat toivovat koululiikunnan lajivalikoimaan lisää vaihtelua. Koululiikunnan kannustusta vapaa-ajan harrastuksiin toivotaan lisättävän juuri laajemmalla lajivalikoimalla tyyliin: ”jokaiselle jotain”. Koululiikunnan päätavoite on löytää jokaiselle oppilaalle elinikäinen harrastus liikunnan parista pyrkimällä luomaan myönteinen asenne liikuntaa kohtaan sekä omaksumaan terveystottumukset. Kehittämällä oppilaiden luovuutta, keksimiskykyä ja

ilmaisua sekä lisäämällä heidän kiinnostustaan liikunnallisia harrastuksia kohtaan, toteutetaan koululiikunnan tavoitteita. Koululiikunnalla on tärkeä merkitys siksi, että sillä on mahdollisuus tarjota myönteisiä elämyksiä liikunnasta. Positiivisilla liikuntakokemuksilla on yhteys fyysisesti aktiivisen elämäntavan omaksumiselle ja sen ylläpitämiselle (Rejeski 1992).

Tutkimukseen osallistuneet liikunnanopettajat kokevat työnsä haasteelliseksi ja kiinnostavaksi. Oppilaiden kiinnostuksen kohteet ja motivaatiotaso poikkeavat toisistaan, samoin asenteet ja arvot, mikä lisää yläasteikäisten liikunnanopetuksen haasteellisuutta (Singer & Dick 1980). Opettajien arvion mukaan oppilaat tulevat liikuntatunneille yleensä mielellään ja ilmapiiri tunneilla on hyvä, siksi myös opettajat viihtyvät hyvin. Liikuntatunneilla oppilaat arvostavat opettajan jämakkyyttä sekä selkeitä ohjeita siitä mitä tehdään. Liikunnanopettajat pohtivat hyvän ilmapiirin syntyvän opettaja-oppilas vuorovaikutussuhteesta; hymystä, jutustelusta, kehuista, vitsestä, yms. Oppilaiden mielipiteiden ja ehdotusten huomioiminen sekä oppilaiden mahdollisuus näyttää kykyjään, taitojaan ja harrastuneisuuttaan lisäävät myös innostusta liikuntaan.

11.3 7lk:n ja 9lk:n oppilaiden väliset erot viihtyvyydessä

Yläasteen seitsemänneltä luokalta yhdeksännelle luokalle on ikäkausi jolloin suurin osa oppilaista käy läpi murrosiän muutokset. Tämä ikäkausi on motoristen taitojen kehityksen ja oppimiskyvyn hidastumista ja totuttelua kehon muuttuviin mittasuhteisiin. Tämän vaiheen aikana jäsenetään vapaa-aikaa ja harrastuksia sellaisten toimintojen pariin, joita pidetään sillä hetkellä tärkeinä ja joita jo ennestään osataan. Ikä sekä kaverit vaikuttavat liikuntaharrastusten valikoimaan tai niiden puuttumiseen Tämä saattaa usein tarkoittaa liikuntaharrastusten vähenemistä tai karsintaa varsinkin tytöillä. Tästä syystä on hyvin tärkeää ylläpitää oppilaiden kiinnostus ja motivaatio liikuntaa kohtaan läpi murrosiän. Jos nuoren sisäinen liikuntamotivaatio puuttuu ja ulkoinen korostuu, on sen havaittu olevan yhteydessä liikuntaharrastuksesta luopumiseen (Biddle 1995). Kyselyyn vastanneiden oppilaiden erot liikuntatuntiviihtyvyydessä 7lk:n ja 9lk:n välillä olivat hyvin pienet. Ainoa

tilastollisesti merkittävä ero löytyi koululiikunnan tarjoaman lajivalikoiman kohdalta. Seitsemännen luokan oppilaista suurin osa oli sitä mieltä, että koululiikunnan tarjoama lajivalikoima on riittävä. Yhdeksännen luokan oppilaat taas toivoivat koululiikunnan lajivalikoimaan vaihtelua ja uusia lajeja. Tämä on helposti selitettävissä sillä, että usein sama liikunnanopettaja vie oppilaat läpi yläasteen. Seitsemännelle luokalle tultaessa opettaja vaihtuu ja pelit muuttuvat yläastemaisiksi, opettaja käyttämät opetustavat ovat oppilaille uusia. Yhdeksännellä luokalla oppilaat ovat usein kolmatta vuotta saman liikunnanopettajan opetuksessa ja tunnit saattavat olla hyvinkin samankaltaisia aikaisempiin yläasteen vuosiin verrattuna, jos opettaja ei ole kehittänyt omia opetusmetodejaan, ottanut uusia lajeja tunneille mukaan tai hakenut koulutuksesta lisäideoita opetukseensa. Jyväskyläläisten yhdeksäsluokkalaisten keskuudessa tehty tutkimus osoitti, että liikuntatunnilla opettajan toimenpitein säätelämä tehtäväsuuntautunut ilmasto tarjoaa oppilaille persoonallisuuden kehitystä tukevan kasvuympäristön ja lisää heidän motivaatiotaan liikuntaa kohtaan (Liukkonen ym. 1997). Koska tehtäväsuuntautunut ilmasto on voimakkaimmin yhteydessä oppilaiden sisäiseen motivaatioon, tulisi sitä hyödyntää kehittämällä liikuntatuntien ilmastoja enemmän tehtäväsuuntautuneemmaksi.

11.4 Tyttöjen ja poikien väliset erot viihtyvyydessä

Liikuntatunnilla viihtymisen ja tunnilla koetun ilmapiirin erot tyttöjen ja poikien välillä olivat kyselyn mukaan huomattavat. Tytöt viihtyvät yleisesti ottaen poikia paremmin koulussa, samoin liikuntatunnilla. Tytöt arvioivat oman mielialan vaikuttavan liikuntatunnin tunnelmaan useammin kuin pojat. Aikaisempien tutkimusten mukaan oppilaan vaikutus positiiviseen ilmapiiriin luomiseen tunneilla keskittyy suurelta osin oppilaiden omaan yhteistyökykyisyyteen. Aktiivisuus ja innostuneisuus sekä avoin asenne, seikkailun halu ja joustavuus ovat positiivisen ilmapiirin tekijöitä. Oppilaat tiedostavat oman toiminnan vaikutuksen koko ryhmän ilmapiiriin ja olemalla ystävällisiä sekä osallistumalla aktiivisesti tunnin tehtäviin saadaan liikuntatunnit kaikille mielekkäiksi (Kannas 1995 a, Kari 1977).

Tytöt arvioivat oman liikunnanopettajansa useammin mukavaksi kuin pojat, myös yhteisymmärrys liikunnanopettajan ja oppilaiden välillä sujuu paremmin tytöillä kuin pojilla. Oppilaiden tasapuolinen kohtelu liikuntatunnilla tapahtuu tyttöjen mielestä useammin kuin poikien arvion mukaan. Oppilaiden toivomuksia kuuntelee ja mielipiteitä huomioi tyttöjen liikunnanopettaja paremmin kuin poikien.

Koulun liikuntatunnit ovat vähentyneet entisestään ja eivät näin ollen kehittä nuorten fyysistä kuntoa juuri lainkaan. Valinnaisia liikunnan kursseja eivät valitse ne oppilaat, jotka eivät harrasta liikuntaa muutenkaan. Ei-liikunnalliset harrastukset ovat kasvamassa nuorten suosioon. Liikunnanopettajien tulisi esitellä oppilaille oman paikkakunnan liikuntaharrastusmahdollisuuksia sekä kannustaa nuoria liikunnallisiin harrastuksiin. Koulujen tulisi panostaa liikuntakerhotoimintaan sekä liikkumisen mahdollisuuteen myös välitunneilla. Liikunnanopettajien tulisi hakea ”uusia tuulia” tunneille ja kouluttajien tarjota niitä nuorten mielenkiinnon mukaan. Tutkimuksen tulokset osoittavat, että nuoret ovat kiinnostuneita liikkumaan, mutta heitä kiinnostavia lajeja tarjotaan liian vähän.

On tärkeää, että oppilaat saavat vaikuttaa tunnin suunnitteluun ja esittää omia ehdotuksiaan, joita myös huomioidaan. Näin tunneista tulee heidän tuntejaan ei ainoastaan opettajan. Liikunnanopettajan tulisi pyrkiä luomaan hyvät välit oppilaiden kanssa ja näin ylläpitämään positiivista ilmapiiriä liikuntatunnilla. Myönteisillä liikuntakokemuksilla on suuri vaikutus suhtautumisessa liikuntaa myös aikuisiässä. Nuorille tulisi antaa mahdollisuus liikuntamuotoihin, jotka kiinnostavat heitä ja saavat heidät innostumaan liikkumisesta. On hyvin tärkeää löytää liikuntatunnille monipuolisuutta, uusia lajielämyksiä ja jokaiselle jotain kiinnostavaa. Liikunnanopettajan tulisi pysyä ajan tasalla nuorten mielenkiinnon kohteista, kuunnella oppilaiden toiveita ja hyödyntää niitä opetuksessa. Koulun liikuntatunnit eivät valmenna huippu-urheilijoita, vaan tavallisia, ikuisia, iloisia liikkujia.

LÄHTEET

- Andersson, C. 1982. The Search for School Climate: a Review of Educational Research, 3(52), 368-420.
- Asher, S.& Gottman, J. (toim.) 1981. The development of children's friendships. Cambridge, MA.: Cambridge University.
- Biddle, S. 1995. Development of Scales to Measure Perceived Physical Education Class Climate: a cross-national project. *British Journal of Educational Psychology* 65, 341-358.
- Hirsijärvi, S. 1983. Kasvatustieteen käsitteistö. Keuruu: Otava.
- Jääskeläinen, L., Korpilauri, A.& Tikkanen, J. 1980. Liikunnan didaktiikka. Keuruu: Otava.
- Kahila, S. 1993. Millainen minä olen; parityöskentely opettaa epäitsekkyyttä. *Liikunta & Tiede* s. 12-15.
- Kannas, L. 1995 a. Koululaisten kokema terveys, hyvinvointi ja kouluviihtyvyys. Hki: Hakapaino.
- Kannas, L. 1995 b. WHO-koululaistutkimus. Helsinki: Opetushallitus.
- Kari, J. 1977. Kouluviihtyvyys ja opettajan rooli. Jyväskylän yliopiston julkaisuja. Jyväskylä: Opettajain Koulutuslaitos.
- Kari, J. 1988. Opetus- ja kasvatustyö ammattina. Keuruu:Otava.
- Kari, J.1996. Opettajan ammatti ja kasvatustietoisuus. Keuruu: Otava
- Karma, K. 1983. Käyttäytymistieteiden metodologian perusteet. Keuruu: Otava.
- Kääriäinen, H. & Laaksonen, P. & Wiegand, E. 1990. Tutkiva ja muuttuva koulu. Juva: WSOY.
- Lahdes, E. 1997. Peruskoulun uusi didaktiikka. Helsinki: Otava.
- Liukkonen J., Telama R., Jaakkola T. & Sepponen K. 1997. Liikunnanopetuksen motivaatioilmasto ja 9-luokkalaisten oppilaiden sisäinen motivaatio. *Urheilupsykologia*. Espoo: Suomen urheilupsykologinen yhdistys 1, 15-20.
- Liukkonen, J. 1998. Koululiikunnalla kaikista oman osaamisensa sankareita. *Urheilupsykologia*. Espoo: Suomen urheilupsykologinen yhdistys 1, 8-15.

- Lukion opetussuunnitelman perusteet. 1994. Opetushallitus. Helsinki: Painatuskeskus.
- Mehtäläinen, J. 1983. Johtamistavasta ja ilmapiiristä tuntikehysjärjestelmää kokeilevilla peruskoulun yläasteilla. Jyväskylän Yliopisto. Kasvatustieteiden tutkimuslaitos. Julkaisuja 344/1983.
- Mosston, M. & Ashworth, S. 1986. Teaching physical education. Columbus, OH.: Merrill.
- Numminen, P. 1994. Kuperkeikka varhaiskasvatuksen didaktiikkaa. Helsinki: Lasten Keskus.
- Nurmi, V. 1988. Liikuntakasvatuksen eettisiä tavoitteita. Liikuntakasvatus, 2, 11.
- Peltonen, M. & Ruohotie, P. 1992. Oppimismotivaatio. Teoriaa, tutkimuksia ja esimerkkejä oppimishalukkuudesta. Helsinki: Otava.
- Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet. 1994. Opetushallitus. Helsinki: Painatuskeskus
- Portman, P.A. 1995. Who is having fun in Physical Education Classes? Experiences of Sixth-Grade Students in Elementary and Middle Schools. Journal of Teaching in Physical Education 4(14), 445-453.
- Puurula, A. 1992. Ei koulua vaan elämää varten. Helsingin yliopiston opettajan koulutuslaitoksen julkaisu, 108.
- Rauste-von Wright, M. & von Wright, J. 1994. Oppiminen ja koulutus. Juva: WSOY.
- Rejeski, W.J. 1992. Motivation for exercise behavior: A Critique of theoretical directions. Champaign, Ill.: Human Kinetics, 129-158.
- Salmimies, P. 1978. Lapsi- ja nuorisopsykologia. Keuruu: Otava.
- Singer, R.N. & Dick, W. 1980. Teaching physical education. (2nd ed.). Boston, MA.: Houghton Mifflin.
- Syrjälä, L. & Numminen, M. 1988. Tapaustutkimus kasvatustieteessä. Oulu: Oulun yliopiston kasvatustieteiden tutkimuksia.
- Valkonen, T. 1981. Haastattelu- ja kyselyaineiston analyysi sosiaalitutkimuksessa. Helsinki: Gaudeamus
- Vanhalakka-Ruoho, M. 1981. Perhe ja urheileva lapsi. Tampere: Tampereen yliopiston psykologian laitoksen tutkimuksia 123.
- Vikainen, I. 1986. Pedagoginen auktoriteetti. TY:n kasvatustieteellisen tiedekunnan julkaisu, B:13.

Vuori, I.& Taimela, S. (toim.) 1995. Liikuntalääketiede. Helsinki.

HYVÄ OPPILAS

LIITE 1

Seuraavat kysymykset koskevat mielipidettäsi nykyisen liikuntaryhmäsi ja liikunnanopettajasi toiminnasta tämän kevätlukukauden aikana. Antamasi tiedot ovat ehdottoman luottamuksellisia. Yksittäisen oppilaan vastausta ei voi nähdä tutkimustuloksista. Nimeäsi sinun ei tarvitse merkitä vastauslomakkeeseen.

1. Olen tyttö poika

2. Olen 7. lk:lla 8. lk:lla 9. lk:lla

Ympyröi seuraavista vaihtoehdoista se, joka parhaiten vastaa mielipidettäsi.

	Erittäin usein	Melko usein	Melko harvoin	Erittäin harvoin	En/ei ollenkaan
3. Viihdyn koulussa hyvin	1	2	3	4	5
4. Viihdyn liikuntatunnilla paremmin kuin teoreettisella tunnilla	1	2	3	4	5
5. Tunnelma liikuntatunnilla riippuu usein itsestäni.	1	2	3	4	5
6. Liikunnanopettajamme on mukava	1	2	3	4	5
7. Liikunnanopettajan ja oppilaiden välillä vallitsee hyvä yhteisymmärrys	1	2	3	4	5
8. Liikunta on suosittu kouluaine	1	2	3	4	5
9. Menen liikuntatunnille mielelläni	1	2	3	4	5
10. Koululiikunnan tarjoamat lajivalikoimat ovat riittävät	1	2	3	4	5
11. Koululiikunta kannustaa minua harrastamaan liikuntaa myös vapaa-aikanani	1	2	3	4	5
12. Koululiikuntatunnit ovat tärkeitä 'henkireikiä' rankan koulutyön vastapainoksi	1	2	3	4	5

20. Kuvaile hyvä opettaja

21. Kuvaile hyvä oppilas

KIITOS VAIVANNÄÖSTÄSI !

—

HYVÄ OPETTAJA

LIITE 2

Seuraavassa kysytään mielipidettänne nykyisten liikuntaryhmien toiminnasta ja opettaja-oppilas-suhteista tämän kevätlukukauden aikana. Antamanne tiedot ovat ehdottoman luottamuksellisia.

1. Olen Nainen Mies

2. Olen ollut liikunnanopettajana tässä koulussa _____ vuotta.

3. Olen ollut liikunnanopettajana muissa kouluissa _____ vuotta.

Ympyröikää seuraavista vaihtoehdoista se, joka parhaiten vastaa mielipidettänne.

	Erittäin usein	Melko usein	Melko harvoin	Erittäin harvoin	En/ei koskaan
4. Liikunnanopettajien välillä vallitsee yhteenkuuluvuuden tunne ja ”me-henki”.	1	2	3	4	5
5. Liikunnanopettajat jakavat yhteiset tehtävät tasapuolisesti.	1	2	3	4	5
6. Liikunnanopettajat työskentelevät mielellään yhteistyössä.	1	2	3	4	5
7. Viihdyn työssäni hyvin.	1	2	3	4	5
8. Olen tyytyväinen kouluni ilmapiiriin ja ihmissuhteisiin.	1	2	3	4	5
9. Olen innostunut työstäni.	1	2	3	4	5
10. Oppilaat ovat mielestäni mukavia ja innostuneita.	1	2	3	4	5
11. Tulen mielestäni hyvin toimeen oppilaitteni kanssa.	1	2	3	4	5
12. Suhteeni koulun muuhun henkilökuntaan ovat hyvät.	1	2	3	4	5
13. Tunnen tekeväni tärkeää ja hyödyllistä työtä.	1	2	3	4	5