

1204

YLÄASTEEN LIIKUNTALUOKALLA OPISKELLEIDEN  
OPPILAIKEN OPISKELUKOKEMUKSET SEKÄ NIIHIN  
LIITTYVIÄ TAUSTATEKIJÖITÄ

Martti Tossavainen

Liikuntatieteen pro gradu-tutkielma  
Syksy 1998  
Liikuntapedagogiikan laitos  
Jyväskylän yliopisto

## Tiivistelmä

Tossavainen, Martti

Yläasteen liikuntaluokalla opiskelleiden oppilaiden opiskelukokemukset sekä niihin liittyviä taustatekijöitä

Liikuntatieteen pro gradu-tutkielma.

Liikuntapedagogiikan laitos. Jyväskylän yliopisto, 1998, 46 s., 2 liites.

Tutkimuksen kohteena olivat vuonna 1998 yläasteen 9 luokalla opiskelleet liikuntaluokkalaiset. Tutkimuksen tarkoituksena on kuvata sitä, millainen on oppilaiden koti-, liikunta ja koulutausta ala-asteelta, mitä oppilaat odottivat liikuntaluokalta ja kuinka liikuntaluokkaopetus vastasi asetettuja odotuksia ja millaisia oppimistuloksia saavutettiin. Lisäksi pyrittiin selvittämään sitä, miten liikuntaharrastus tulisi jatkamaan yläasteen jälkeen ja kuinka liikunta on mukana tulevaisuuden opiskelu- ja urasuunnitelmissa. Tutkimuksessa käytettyyn kyselylomakkeeseen vastasi 233 oppilasta. Tuloksissa havaittiin, että yläasteen liikuntaluokalle tulevat oppilaat ovat perheistä, joissa vallitsee liikunnallinen elämäntapa. Oppilaat ovat menestyneet hyvin ala-asteen koulunkäynnissä ja ovat liikuntataustaltaan kilpaurheilijoita. Liikuntaluokkakokemukset ja oppimistulokset olivat positiivisia. Tärkeimpinä tekijöinä liikuntaluokkaopiskelussa korostuivat monipuolinen lajivalikoima sekä liikuntaa harrastavat luokkakaverit. Pääasiallinen liikunnan harrastusmuoto yläasteen päättyessä sekä tytöillä että pojilla oli kilpaurheilu urheiluseurassa. Suurin osa oppilaista halusi jatkaa opiskeluaan lukiossa. Kiinnostavin ammattiala oli liikunta-ala. Liikuntaluokan ei koettu suoranaisesti vaikuttaneen ammattitoiveisiin, mutta kuitenkin suurin osa oppilaista halusi liikunnan jotenkin liittyvän tulevaan ammattiinsa. Tutkimuksen perusteella voidaan todeta, että yläasteen liikuntaluokka toimii varsin hyvin. Liikuntaluokkaopetuksen kehittämisen kannalta on tärkeätä, että kiinnitetään edelleen huomiota toimivaan oppilasvalintaan ja luodaan yhteyksiä keskiasteen urheiluluokkatoimintaan valmennuksen tehostamiseksi.

Asiasanat: liikuntaluokka, opiskelutavoitteet, opiskelukokemukset, urasuuntautuneisuus

## SISÄLTÖ

1 JOHDANTO .....	1
2 LIIKUNTA PERUSKOULUSSA.....	3
2.1 Peruskoulun tehtävät.....	3
2.2 Liikunta peruskoulun oppiaineena.....	3
3 YLÄASTEEN LIIKUNTALUOKKA.....	6
3.1 Perustamisvaiheet.....	6
3.2 Liikuntaluokkatoiminnan tavoitteet.....	7
3.3 Oppilasvalinta.....	7
4 LAHJAKKUUS JA KOULU.....	8
4.1 Lahjakkuus käsitteenä.....	8
4.2 Lahjakkuus liikunnanopetuksessa.....	9
5 KOULULIIKUNTA JA TERVEYS.....	9
5.1 Minäkäsitys ja mielenterveys.....	10
5.2 Sosiaalisuus.....	12
5.3 Liikunta ja psyykinen hyvinvointi.....	13
5.4 Fyysinen terveys.....	14
6 LIIKUNTA JA OPISKELU.....	15
6.1 Kouluvireys.....	15
6.2 Koulumenestys.....	16
6.3 Ammattisuuntautuneisuus.....	17
7 LIIKUNTAHARRASTUS.....	19
7.1 Liikuntaharrastus käsitteenä.....	19
7.2 Liikunnan motiivit ja tarpeet.....	19
7.3 Liikuntaharrastukseen vaikuttavia tekijöitä.....	21
7.4 Nuoruusiän liikuntaharrastus aikuisiän liikuntaharrastuksen selittäjänä.....	22
8 AINEISTO JA MENETELMÄT.....	23
8.1 Perusjoukko ja otanta.....	23
8.2 Käytetyt mittarit.....	21
8.3 Tilastolliset menetelmät.....	25

9 TULOKSET.....	26
9.1 Oppilaan kotitausta.....	26
9.1.1 Vanhempien koulutus.....	26
9.1.2 Vanhempien liikunnanharrastus.....	26
9.2 Ala-asteen koulunkäynti- ja liikuntatausta.....	26
9.2.1 Koulumenestys.....	26
9.2.2 Liikunta ala-asteella.....	27
9.3 Liikuntaluokalle hakeutumisen motiivit ja opiskelutavoitteet.....	27
9.3.1 Liikuntaluokalle hakeutuminen.....	27
9.3.2 Liikuntaluokan opiskelun tavoitteet ja keskeisenä koetut erityispiirteet.....	29
9.4 Koulunkäyntikokemukset liikuntaluokassa.....	30
9.4.1 Poissaolot.....	30
9.4.2 Luokkayhteisö.....	30
9.5 Liikuntaluokkaopetuksen tulokset.....	31
9.5.1 Liikuntaluokan hyöty verrattuna muihin luokkiin.....	31
9.5.2 Liikuntaharrastus yläasteen päättyessä.....	31
9.5.3 Kehittyminen liikunnassa.....	32
9.5.4 Koulumenestys.....	33
9.5.5 Liikuntaluokkavalinta.....	34
9.6 Urasuuntautuneisuus.....	34
9.6.1 Jatko-opiskelu.....	35
9.6.2 Ammattiala.....	36
10 POHDINTA.....	37
10.1 Oppilaiden taustat.....	38
10.2 Opiskelukokemukset.....	39
10.3 Urasuuntautuneisuus.....	41

Lähteet

Liitteet

## 1 JOHDANTO

Liikuntaluokkatoiminta käynnistyi Suomessa 1980 luvun alkupuolella peruskoulun ala-asteelta. Ensimmäiset yläasteen liikuntaluokat perustettiin kokeiluluonteisena 1980-1990- luvun vaihteessa Uranuurtajina toimivat Salpausselän yläaste Lahdessa ja Tehtaanpuiston yläaste Helsingissä. Liikuntaluokkien perustamiselle ei määritelty mitään oikeata yläasteen liikuntaluokan mallia vaan pääasia oli, että kouluaikana voidaan urheilla niin paljon kuin mahdollista (Pekkala, 1991).

Toteuttamismallina voi olla joko tiettyihin lajeihin painottuva urheiluluokka tai monipuolisen lajivalikoiman tarjoava liikuntaluokka. Urheilusta innostuneille murrosikäisille nuorille haluttiin tarjota mahdollisuus monipuoliseen psykomotoristen ominaisuuksien harjaanuttamiseen, myönteisten liikuntaelämysten lisäämiseen sekä erilaisten psyykkisten ja fyysisten rajojen kokeiluun ja uteliaisuuden tyydyttämiseen. Lisätyllä liikunnalla nähtiin olevan myös kansantaloudellista merkitystä terveyden edistäjänä ja jatkuvan liikuntaharrastuksen virittäjänä (Murtamo, 1992).

Nuori Suomi- kartoituksen (1996) mukaan vuoteen 1996 mennessä yläasteille oli perustettu 31 liikuntaluokkaa ja 68 luokkaa, joilla koululiikunta oli jollain tavoin painottunut.

Liikuntaluokka nähtiin positiivisena kasvuympäristönä murrosikäiselle nuorelle ta-soittamassa murrosiän levottomuutta sekä tukemassa terveen itsetunnon kehittymistä antamalla mahdollisuuksia onnistumisen elämyksiin ja minäkuvan vahvistamiseen. Etenkin yläasteikäisten positiivisten liikuntakokemusten ja monipuolisten liikuntakokemusten merkitystä tuli korostaa, koska yläaste on nuorille herkkää aikaa, jolloin huonot liikuntakokemukset voisivat uhata aktiivisen elämäntavan muodostumista.

Fyysisen pätevyyden on todettu vaikuttavan voimakkaasti oppilaiden kaverisuhteisiin. Liikunnallisesti lahjakas oppilas saavuttaa usein kaveripiirissä korkeamman statuksen ja saa suuremman sosiaalisen hyväksynnän kuin liikuntataidoiltaan heikko oppilas (Lintunen, 1993). Eri yhteyksissä tuli myös esille se, että oppilaiden vanhemmat uskoivat kunnollisten luokkatovereiden pitävän nuoret "toivottujen" har-

rastusten parissa myös vapaa-aikana ja estävän siten päihteiden ym. epätoivottujen ilmiöiden esiintymistä peruskoulun aikana.

Liikuntaluokkien perustamisvaiheessa keskeiseksi toimintatavaksi valikoitui yhteistyö paikkakunnan urheiluseurojen ja seuravalmentajien kanssa. Yhteistyö mahdollisti paikkakunnan omaleimaisen urheilu- ja lajikulttuurin kehittämisen koulun kanssa sekä antoi asiantuntija-apua koulun liikuntatunneille. Monipuolinen liikunnanopetus nähtiin tärkeäksi myös liikunnallisten jatko-opintojen kannalta (Murtamo 1992).

Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet oli pohja, jota tulkiten, muokaten ja täydentäen laadittiin paikallisia opetussuunnitelmia. Tehokas opettaminen nähtiin ennen kaikkea optimaalisten oppimismahdollisuuksien luomisena (Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet 1994). Kun koulut voivat itsenäisesti kehittää opetustyötään, alkoivat ne myös saada omaleimaisuutta. Profiloitumisen myötä alkoi liikuntaluokkienkin määrä lisääntyä.

Sitä, miten koulu ja oppilaat ovat kokeneet lisätyn liikunnan ja liikunnallisen ryhmän koulunkäynnissään on tutkittu vähän. Tähänastiset urheileviin oppilaisiin kohdistuneet tutkimukset ovat suuntautuneet pääasiassa ala-asteelle (Salminen 1992) tai urheilukouluihin (Pekkala 1993). Omaan kouluun kohdistuneita kartoituksia ovat yläasteella tehneet mm. Aarno Murtamo Salpausselän yläasteella ja Veikko Niemikorpi Tehtaanpuiston yläasteella (Suomen Liikunnanopettajien Liitto 1997). Näiden kartoitusten valossa yläasteen liikuntaluokasta saadut kokemukset näyttäisivät olevan varsin positiivisia.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää yhdentoista eri puolella Suomea toimivan yläasteen liikuntaluokan avulla yläasteen liikuntaluokalla opiskelevien oppilaiden liikunnallisia taustoja ja sitä, kuinka oppilaat kokivat kolmen vuoden opiskeluajan liikuntaluokassa. Tutkimuksessa pyrittiin myös selvittämään, kuinka oppilaiden liikuntaharrastus on jatkunut murrosiän yli ja oliko liikunta mukana oppilaiden opiskelu- ja uratoiveissa peruskoulun jälkeen.

Liikuntaluokkia on ollut yläasteella jo useita vuosia, joten oli aika saada jo palautetta

ja kokemuksia tämän tutkimuksen avulla. Tutkimustuloksia voidaan käyttää hyväksi kehitettäessä yläasteen opetussuunnitelmia.

## 2 LIIKUNTA PERUSKOULUSSA

### 2.1 Peruskoulun tehtävät

“Peruskoulua kehitetään monipuolisia yleissivistäviä opintomahdollisuuksia tarjoavana oppivelvollisuuskouluna, johon jokaisella lapsella ja nuorella on oikeus. Sen tehtävänä on edistää oppilaittensa persoonallisuuden kaikenpuolista kehittymistä, tukea jatko-opintojen ja ammatinvalinnan kannalta tarpeellisten valmiuksien saavuttamista sekä luoda edellytykset suotuisalle sosiaaliselle kasvulle ja yhteistyössä toimimiselle ottamalla huomioon oppilaiden yksilölliset erot.” (Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet 1994, 11.)

### 2.2 Liikunta peruskoulun oppiaineena

“Koululiikunta kasvattaa lapsia ja nuoria liikkumaan ja liikunnan avulla. Liikunnan käsite tulee nähdä laaja-alaisesti siten, että siihen kuuluu perinteisten liikuntalajien harrastamisen lisäksi aktiivinen liikkuminen eri elämän toiminnoissa, kuten vapaa-ajan askareissa luonnossa ja liikenteessä. Keskeistä oppilaalle on liikuntatarpeen tyydyttäminen, liikunnasta saatu ilo ja muut elämykset, mahdollisuus kehittää itsetuntemusta ja vahvistaa omanarvontuntoa. Tärkeää on myös taito rentoutua ja kyky vähentää ahdistuneisuutta sekä omaksua terveelliset elämäntavat. Liikunta suo mahdollisuudet luovaan itsensä ilmaisemiseen ja esteettisiin kokemuksiin sekä yhteistoimintaan ja toisten ihmisten huomioonottamiseen. Näiden sosiaalisten ja eettisten lähtökohtien ohella korostuu tarve kehittää kansallista liikuntakulttuuria ja kansalaistaitoja. Liikunta voi olla myös tärkeä koulutyön ja kouluyhteisön kannalta. Se voi lisätä opiskeluvireyttä ja parantaa oppimistuloksia muissa aineissa. Lisäksi aktiivisena ja suo-

sittuna toimintana liikunta voi olla koulu yhteisöä integroiva tekijä ja siten avainasemassa kehitettäessä koulua ympäristönsä toimintakeskukseksi.

Koululiikunta on enemmän kuin oppitunnit ja oppiaine. Vaikka liikuntatunnit edelleen muodostavat toiminnan ytimen, tärkeä osa nykypäivää ja tulevaisuuden koululiikuntaa ovat erilaiset oppituntien ulkopuoliset liikuntatuokiot ja tapahtumat sekä yhteistyö muiden liikuntatahojen kanssa.” (Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet 1994, 107.)

Peruskoulu on ainoa koulumuoto, jonka kaikki ikäluokat käyvät läpi. Se, miten opetussuunnitelmat ja tavoitteet toteutuvat, on yhteydessä koko kansakunnan liikunta- ja terveystyöhön.

”Peruskoulun liikunnan opiskelun tavoitteena on, että oppilas

- kokee liikunnan iloa, oppii harrastamaan liikuntaa säännöllisesti ja omaksuu myönteisen asenteen liikuntaan
- oppii tarkkailemaan, kehittämään ja ylläpitämään omaa fyysistä ja psyykkistä toimintakykyään ja hyvinvointiaan, jolloin keskeisiä ovat oppilaan liikehallinnan, kunnon, motoristen perustaitojen ja liikunnan lajitaitojen kehittyminen ja harjaantuminen,
- edistyy yhteistyötaitoissa, sääntöjen noudattamisessa sekä itsensä tuntemisessa ja ilmaisutaidossa,
- tutustuu kansalliseen liikuntakulttuuriin, esimerkiksi perinteisiin liikuntaleikkeihin, kansantansseihin ja liikkumiseen luonnossa,
- tuntee terveyteen vaikuttavat tekijät ja omaksuu opiskeluvireyttä ja terveyttä edistäviä arkikäytäntöjä ja elämäntapoja sekä
- oppii turvalliset liikuntatavat ja uimataidon, osaa toimia hengenpelastus- ja ensiaputilanteissa sekä liikkua turvallisesti maaliikenteessä ja vesillä.” (Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet 1994, 107-108.)



”Yläasteen liikunnanopetuksessa pyritään erityisesti saavuttamaan myönteisiä liikuntaelämyksiä, kehittämään monipuolisesti lajitaitoja ja tutustumaan erilaisiin liikunta-  
muotoihin. Nuorta pyritään ohjaamaan itsensä hyväksymiseen ja rakentavaan tunne-  
käyttäytymiseen. Tärkeätä on myös perehtyminen oman kunnon hoitamiseen ja ren-  
toutumiseen sekä liikunnan ja terveyden välisten yhteyksien ymmärtämiseen.” (Pe-  
ruskoulun opetussuunnitelman perusteet 1994, 109.)

”Liikuntalajit ovat väline pyrittäessä tavoitteisiin. Sisältöjen ohella tulee erityistä  
huomiota kiinnittää työtapoihin, joiden merkitys on sisältöratkaisuja keskeisempi  
esimerkiksi sosiaalisiin tavoitteisiin pyrittäessä. Vaikka liikuntalajien valinta on va-  
paa ja mahdollistaa koulukohtaisen vaihtelun, tulee kuitenkin huolehtia siitä, että  
sisältövalinnoin turvataan oppilaiden perusmotoriikan kehittyminen ja heille tarjotaan  
peruskoulun aikana monipuolisia liikuntakokemuksia keskeisistä sisä- ja ulkoliikun-  
talajeista. Sisältöjen luokittelussa ja valinnassa tulee ottaa huomioon myös koulun  
työskentely kokonaisuudessaan ja ympäristön tarjoamat mahdollisuudet.” (Peruskou-  
lun opetussuunnitelman perusteet 1994, 109.)

”Liikunta erityispiirteinen voi tarjota muista aineista poikkeavan ja usein sosiaali-  
sesti ja emotionaalisesti väritetyn tavan hahmottaa maailmaa. Liikunnan omaleimai-  
suuden ja hyvinkin erisisältöisten tavoitteiden toteutuminen edellyttää erilaisten työ-  
tapojen oppimista ja käyttöä. Koulun liikunnan tulisi tarjota sisällöllisesti monipuoli-  
sia kokemuksia ja elämyksiä, jotta oppilaiden yksilöllisyys ja erilaiset motiivit har-  
rastaa liikuntaa tulevat huomioonotetuiksi jo peruskoulun aikana.

Yhteistyötaitojen ja eettisten ominaisuuksien kehittyminen edellyttää tilanteita, jol-  
loin oppilaat voivat suunnitella ja toteuttaa liikuntaansa ja terveystieteiden aiheita  
yhdessä. Vastaavan yhteistyön periaate tulisi näkyä myös opettajien työnjaossa, jota  
suuntaavat muun muassa koulun liikunnan tavoitteet, oppilaiden intressit ja lähialu-  
een muut voimavarat. Konkreettisesti muodossa yhteistyön tulokset näkyvät par-  
haimmillaan koulun me-henkeä ylläpitävänä voimana.”(Peruskoulun opetussuunni-  
telman perusteet 1994, 109.)

”Oppilaan aktiivisen roolin vahvistaminen on yksi keskeisimmistä opetuksellisista periaatteista. Oppilaita totutetaan osallistumaan oppituntien ja koulun muun liikuntatoiminnan suunnitteluun ja toteutukseen siten, että he peruskoulun loppupuolella kykenevät ottamaan vastuun sekä omasta liikkumisestaan että toimimaan ryhmänä ilman opettajan näkyvää kontrollia. Oppilaan oman toiminnan ja kehittymisen itsearviointi, jossa myös edetään vaiheittain, tukee osaltaan yksilöllistä, oppilaskeskeistä tavoitteiden saavuttamista. Joitakin oppilaita motivoi kilpailun luonteinen liikkuminen.” (Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet 1994, 111.)

### 3 YLÄASTEEN LIKUNTALUOKKA

#### 3.1 Perustamisvaiheet

Liikuntaluokkatoiminta alkoi Suomessa 1980 alkupuolella liikunnanopettajien ja yksittäisten koulujen aloitteesta. Aluksi mukana oli kolme lahtelaista yläastetta, mutta pian toiminta vakiintui Salpausselän kouluun. Laajennettu liikunnanopetus käytti alussa koulun kerhokiintiötä ja oppilaat tulivat kouluun useimmiten koulupiirin alueelta. Karsintamenettelyjä ei juuri käytetty, mutta liikuntanumerolla ja käyttäytymisen arvosanoilla saattoi olla merkitystä, jos pyrkijoita oli tulossa enemmän kuin ryhmiä voitiin muodostaa (Murtamo 1992).

Opetusministeriö myönsi vuonna 1989 virallisen kokeiluluvan Salpausselän yläasteen liikuntaluokkien muodostamiselle. Käytännössä se merkitsi sitä, että lukusuunnitelman tuntijaossa kahdeksannella ja yhdeksännellä luokalla liikunta oli koulun normaalin liikunnan lisäksi myös valinnaisaine eikä näin ollen lisännyt oppilaan viikottaista tuntimäärää. Seitsemännen luokan oppilaan ylimääräinen liikunta sen sijaan oli vielä kerhotuntikiintiöstä ja tuli muiden oppituntien lisäksi (Murtamo 1992). Helsingissä järjestettiin 20.11.1990 yläasteiden urheiluluokkaseminaari, jonka pohjalta toiminta-ajatus alkoi voimakkaasti levitä ympäri Suomea.

Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet antoi vuodesta 1994 lähtien mahdollisuuden koulukohtaisten tuntijakojen toteuttamiseen, jolloin liikuntaluokkia voitiin

muodostaa valinnaisaineena tapahtuvan painotuksen avulla. Vuonna 1996 suoritettun kyselyn (Nuori Suomi) mukaan Suomessa oli 68 liikuntapainotteista yläastetta ja 31 yläasteella oli liikuntaluokka.

### 3.2 Liikuntaluokkatoiminnan tavoitteet

Liikuntapainotus on useimmilla kouluilla ollut kaksi tuntia ja painotus kohdistuu useimmiten monipuoliseen liikunnanopetuksen ja lajitarjontaan. Joissakin yksittäisissä kouluissa on keskitytty vain tiettyihin lajeihin (Haukipudas: jalkapallo ja jääkiekko, Kartano: jääkiekko, Kiihtelysvaara: lentopallo ja yleisurheilu, Mansikkaho: koripallo, Suomussalmi: koripallo, Vaisaari: jalkapallo, Vehkoja: jääkiekko, Vuorikatu: tanssi). Opetuksen tavoitteena on ollut antaa oppilaille mahdollisuus monipuoliseen lajitarjontaan, lajitaitojen syventämiseen, yksilölliseen lajiharjoitteluun, ohjaustoimintaan sekä psyykkiseen ja sosiaaliseen kehittymiseen liikunnallisessa ja motivoituneessa ryhmässä. Keskeistä on myös yhteistyö seurojen kanssa sekä valmiuksien luominen jatko-opintoja varten. Mielenpitoet jakaantuvat sen suhteen, onko koululiikunnassa syytä aloittaa lajiharjoittelu jo yläasteella vai olisiko tärkeämpää monipuolinen perustaitojen harjoittaminen. Useimmissa kouluissa on päädytty monipuolisuuteen. Positiivisilla liikuntakokemuksilla uskotaan olevan myös muuta koulunkäyntiä tukevaa vaikutusta (Suomen Liikunnanopettajien Liitto 1996).

### 3.3 Oppilasvalinta

Liikuntaluokkien oppilaat valitaan joko liikuntataitoja mittaavien valintakokeiden perusteella tai erilaisten koulukohtaisten ratkaisujen avulla. Valintaperusteina käytetään liikunnanharrastusta, koulumenestystä, sosiaalisuutta sekä käyttäytymistä. Käyttäytymistä ja sosiaalisuutta arvioidaan useimmiten ala-asteen opettajan lausunnon perusteella.

Tavoitteena on muodostaa lähtötilanteessa motivoitunut, tavoitteellinen, koulunkäynnistään huolehtiva homogeeninen liikuntaluokka, jonka oppilaalla on mahdolli-

suus monipuolisen koululiikunnan ja oman urheiluharrastuksensa ohella selviytyä hyvin muistakin opinnoistaan. Yhteiset harrastukset ja kiinnostuksen kohteet kehittävät me-henkeä ja tukevat hyvien kaverisuhteiden rakentumista (Suomen Liikunnanopettajien Liitto 1997).

## 4 LAHJAKKUUS JA KOULU

### 4.1 Lahjakkuus käsitteenä

”Lahjakkuus on moniulotteinen kulttuuri-, tavoite- ja arvosidonnainen ilmiö” (Brunell 1985). Länsimaisen käsityksen mukaan lahjakkuuteen kuuluu 1. yleinen älykkyys 2. Erityinen oppimiskyky 3. luova ja tuottoisa ajattelu 4. johtamiskyky 5. kuvataide ja esittävä taide ja 6. psykomotorinen kyky (Uusikylä 1987).

”Lahjakkuuden voidaan katsoa olevan potentiaalinen ominaisuus ja kyvykkyyden toimintaan kytkeytyvä lahjakkuuden toteuttamiselementti. Kyvykkyys kytkeytyy suoritukseen ja on siten mitattavissa olevaa. Tietyn lahjakkuuden turvin muodostunut kyvykkyys olisi siten esimerkiksi jokin psykomotorinen taito.” (Merenheimo 1990.)

Gagne (1985) määrittelee lahjakkuuden ja kyvyn yhdessä pätevyudeksi tai sisäiseksi voimaksi. Näin ollen lahjakkuus on yksinään yksilön käytössä olevaa kapasiteettia, jota hän joko käyttää tai ei käytä tai ei ymmärrä käyttää. Lahjakkuus muotoutuu vasta kehityksen myötä ja on riippuvainen kehitysympäristöstä.

Renzullin (1979) perustaa lahjakkuuden kolmeen perusluonteenpiirteeseen: 1. keskitason ylittävään kyvykkyyteen 2. luovuuteen ja 3. tehtävään sitoutumiseen. Lahjakkuuden ilmeneminen vaatii kaikkien kolmen osa-alueen integraatiota. Lahjakkuus kehittyy sosiaalisessa ympäristössä, johon kuuluvat koulu, perhe ja toverit (Mönsk ja Boxtel 1985, Salminen 1992, 27 mukaan).

## 4.2 Lahjakkuus liikunnanopetuksessa

Peruskoulun uusien opetussuunnitelmien tultua voimaan 1980-luvun puolivälissä (Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet 1985), mahdollisti tuntikehysjärjestelmä aikaisempaa paremmin erityisryhmien huomioonottamisen koulukohtaisten painotusten avulla. Liikuntaluokkien oppilaat ovat yleensä läpäisseet monipuoliset liikunnalliset testit ja muodostavat siten liikunnallisesti taitavan ja lahjakkaan erityisryhmän. Liikuntaluokkien perustaminen antaa mahdollisuuden kehittää liikunnallisuutta sisällöllisin ja laadullisin erityisjärjestelyin. Kehitystä tukee myös liikunnallisesti taitava opetusryhmä.

Bloomin (1989) mukaan lahjakas lapsi tarvitsee vertaisryhmän, joka tavalla tai toisella arvostaa hänen lahjakkuuttaan (Olkinuora & Soininen, 1989). Strang, Smith ja Rogers (1978, 487- 497) ovat todenneet, että lahjakkaat lapset tulevat vielä lahjakkaammiksi lahjakkaassa ja vaativassa ympäristössä (Salminen 1992, 30).

”Opetustyö saa aivan uutta tehoa niissä kouluissa, joissa lahjakkaat lapset otetaan huomioon opetuksessa niin, että he saavat tuntea itsensä tärkeiksi ja arvokkaiksi. Opetuksen kautta saavutettu itseluottamus vapauttaa lahjakkuuspotentiaalia.” (Freeman 1985.)

## 5 KOULULIIKUNTA JA TERVEYS

Peruskoulun yksi keskeisimmistä liikunnanopetuksen tavoitteista on jatkuvan liikuntaharrastuksen syntyminen ja terveiden elämäntapojen omaksuminen. Mitä myönteisempiä kokemuksia koululiikunta pystyy tarjoamaan sitä todennäköisempää on myös liikuntaharrastuksen vahvistuminen.

## 5.1 Minäkäsitys ja mielenterveys

”Minäkäsitys on keskeinen osa persoonallisuutta. Koulussa on pidetty kasvatustavoitteena minäkasvatuksen vahvistamista ja realistisuutta itsearvioissa. Minäkäsityksellä tarkoitetaan sitä, millaisena henkilö näkee itsensä. Minäkäsityksen kuvaileva puoli kertoo siitä, millaisena henkilö näkee mm. oman ruumiinsa, ulkonäkönsä, persoonallisuutensa ja henkisen ja fyysisen suoriutumiskykynsä. Minäkäsityksen arvostava puoli koskee sitä, kuinka tyytyväinen henkilö on omiin ominaisuuksiinsa. Tällöin puhutaan mm. itsearvostuksesta ja itseluottamuksesta, mitkä ovat erittäin tärkeitä myös urheilumenestyksen kannalta. Hyvää itsetuntemusta ja realistista käsitystä omista ominaisuuksista ja mahdollisuuksista sekä itsearvostusta pidetään ns. ehyen persoonallisuuden kehityksen ja myös mielenterveyden kulmakivenä.” (Telama 1989, 88.)

Koulun vaikutusta oppilaan minäkuvaan on tutkimuksissa vaikeaa erottaa muista tekijöistä. Todennäköisesti vaikutus on suurinta silloin, kun joko myönteisiä ja tukevia tai kielteisiä ja nujertavia kokemuksia jatkuvasti kasaantuu (Lintunen 1993).

Fyysisen pätevyyden on todettu vaikuttavan voimakkaasti oppilaiden kaverisuhteisiin. Liikunnallisesti lahjakas oppilas saavuttaa kaveripiirissä korkeamman statuksen ja nauttii suuremmasta sosiaalisesta hyväksynnästä kuin liikuntataidoiltaan heikko oppilas (Evans & Roberts, 1987, Valkonen 1996, 20).

Menestyminen koululiikunnassa on varsinkin pojilla erittäin tärkeä itsetunnon ja fyysisen pätevyyden ilmentäjä. Liikunta antaa mahdollisuuksia myös heikosti muissa aineissa menestyvälle oppilaalle saada positiivista minäkuvaa rakentavia kokemuksia. Tutkimusten mukaan näyttäisi siltä, että liikuntaa harrastavilla lapsilla on korkeammat fyysisen pätevyyden kokemukset kuin harrastamattomilla. Pojille näyttäisi merkitsevän tyttöjä enemmän fyysinen pätevyys, tytöillä taas korostuu sosiaalinen vuorovaikutus sekä siihen liittyvät ulkonäöstä johtuvat tekijät (Lintunen 1993).

Minäarviot ovat kaikkein kielteisimpiä varhaisnuoruudessa. Noin 13-14 vuodesta lähtien itsearvostus ja pätevyyden kokemukset, myös fyysiset, kääntyvät kasvuun (Lintunen 1993).

Perinteisen mielenterveyskäsitteen mukaan hyvinvoivalla ihmisellä ajatellaan olevan realistinen kuva itsestään ja ympäristöstään. Aikuisten parissa suoritettut tutkimukset kuitenkin osoittavat, että psyykkiseen hyvinvointiin näyttäisi kuitenkin liittyvän epärealistisen myönteinen kuva omasta itsestä (Sorvali & Lindeman 1992; Taylor & Brown 1998; Lintunen 1993).

Mielenterveyteen liittyy kyky tehdä työtä ja toimia ongelmista huolimatta. Voidaan-kin ajatella, että myönteisten illuusioiden tehtävänä on ylläpitää ihmisen toimintakykyä auttamalla häntä tulemaan toimeen epämiellyttävien ja uhkaavien asioiden kanssa. Keskiarvotarkastelujen mukaan tällainen lievästi myönteiseen suuntaan vääristynyt minäkäsitys on lapsilla yleinen. Koulun liikuntakasvatuksella on oikein toteutettuna mahdollisuudet myönteisen minäkuvaan rakentamiseen, koska fyysiset pätevyyden kokemukset ovat sekä tytöillä että pojilla kouluiässä tärkeitä. Yläasteella oppilaat ovat herkässä murrosiässä ja oikea kasvun tukeminen asettaa opettajalle suuria vaatimuksia. Esimerkiksi liika kilpailuttaminen saattaa murentaa monen oppilaan itsetuntoa ja johtaa jopa vastenmielisyyteen liikuntaa kohtaa.

Myöhäislapsuuteen ja murrosikään kuuluu itsenäistyminen yksilöksi ja oman identiteetin löytäminen. Identiteetti tarkoittaa minäkäsityksen yhtenäisyyttä. Minäkäsitys on yhtenäinen silloin, kun minäkuvat ovat riittävästi sopusoinnussa omien ihanteiden ja normien kanssa sekä realistisessa suhteessa minään ja ympäristöön. Identiteetin kypsyminen ja vahvistaminen on yksi nuoruusiän ratkaisevimpia kehitystehtäviä (Telama 1989, 89).

Hentunen ja Torkkel (1987) ovat tutkineet liikuntaluokan vaikutusta minäkuvaan ala-asteella ja havainneet, että vertailuryhmän oppilailla toveri- ja kouluminä olivat parempia kuin liikuntaluokan oppilailla, joiden fyysinen minäkuva, yleis-, liikunta- ja kokonaisminä olivat parempia kuin vertailuryhmällä. Liikuntaluokalla melkein kaikki minäkuvaosa-alueet olivat tytöillä parempia kuin pojilla.

## 5.2 Sosiaalisuus

Koululiikuntaa voidaan perustellusti pitää merkittävänä sosiaalistumisympäristönä, sillä koulun liikuntakasvatuksella on tiettyjä ominaispiirteitä, joilla on merkitystä kasvatuksen välineenä. Sen eri toiminnot antavat mm. mahdollisuuden synnyttää vuorovaikutussuhteita ei vaan verbaalisella vaan myös toiminnan tasolla, ja opetella prososiaalisia taitoja vuorovaikutussuhteiden kautta. (Kahila & Telama 1994, 158).

Liikuntatunneilla kasvattavia vuorovaikutustilanteita syntyy peleissä, joissa voidaan oikealla ohjauksella myötävaikuttaa fair-play- hengen kehittymiseen sekä joukkuevoereiden kannustamiseen ja hyväksymiseen myös epäonnistumisen hetkillä. Vuorovaikutuksessa oppilaat oppivat ymmärtämään, sisäistämään ja hyödyntämään positii- vista sosiaalista käyttäytymistä harjoittelemalla niitä taitoja, joita tarvitaan työskente- lyssä erilaisten ihmisten kanssa (Deline 1991, Kahila 1994, 158). Koulutyössä hy- vän mahdollisuuden harjoitella yhteistyötaitoja antaa esimerkiksi erilaiset retket ja selviytymiskurssit, joita on toteutettu erityisesti liikuntaluokilla.

Sherifin (1967) mielestä koululiikuntaa on perinteisesti leimannut kilpailullisuus, joka mielletään yhteistyön vastakohdaksi. Jos kilpailun merkitys koululiikunnassa korostuu, käyttäytyminen saattaa tulla vallitsevaksi (Kahila & Telama, 158). Kilpai- lullisuus koululiikunnassa on jo koulunsa jättäneillä ikäluokilla usein todettu sam- muttaneen koko liikunnan ilon. Kilpailun mukana olo koulussa on suurelta osalta aiheutunut numeroarvostelusta, joka pohjaa tehtyihin tuloksiin. On syyllistytty ver- taamaan oppilaita keskenään eikä niinkään oppilaan omaa tasoa aikaisemmin saavu- tettuun.

On syytä kysyä, olisiko oppilaan sosiaalisen kehityksen kannalta järkevää luopua numeroarvioinnista ja siirtyä sanalliseen arviointiin, jopa tehostaa itsearviointia niin, että asenteet, aktiivisuus ja vuorovaikutustaidot saisivat suuremman painoarvon. Se millaisiin tuloksiin sosiaalisessa oppimisessä päästään riippuu käytetyistä opetusme- netelmistä. Ilman ohjausta tapahtuva pelkkä osallistuminen fyysisiin aktiviteetteihin vuorovaikutusmuotona ei välttämättä edistä sosiaalista kehittymistä ja hyviä ominai- suuksia (Coakley 1987; Sage 1986, Kahila & Telama 1994, 158). Niillä opetusme-



netelmillä, joissa oppilaat eivät ole vuorovaikutuksessa toistensa kanssa, kuten opettajajohtoisessa tai yksilötyöskentelyssä, on todettu vähän prososiaalista käyttäytymistä edistävää vaikutusta (Kahila & Telama 1994, 159).

Orlickin ja Davidsonin (1988) mukaan niin koulussa kuin harrastustoiminnassa on vuorovaikutuksellisella toiminnalla ratkaiseva osuus positiivisen sosiaalisen käyttäytymisen edistämiseksi. Urheiluun osallistuminen voi vaikuttaa lapseen joko positiivisesti tai negatiivisesti riippuen siitä sosiaalisesta oppimiskokemuksesta, jonka hän saa. Positiivisten oppimiskokemusten saavuttamiseksi kilpailullisissa toiminnoista voidaan tehdä kooperatiivisia ja humanistisia opettamalla lapselle kuinka kontrolloida toimintoja. Erinomainen tilaisuus on keskustella esimerkiksi pelin yhteydessä sellaisten arvojen kuten voittamisen, häviämisen, onnistumisen, ahdistuneisuuden, toisen yksilön hyväksymisen ja torjumisen, reilun pelin, ystävyuden, yhteistyön ja terveen kilpailun merkityksestä (Kahila & Telama 1994, 161).

Nuoruusiän aikana ryhmät vaikuttavat kehitykseen lähinnä kolmessa tärkeässä suhteessa: 1) ryhmät edistävät välttämätöntä eroamista kodista, 2) niiden kautta nuori tutustuu lukuisiin arvoihin ja 3) ryhmät ovat harjoituslaitoksia, joiden piirissä yksilön kyvyt saavat välttämätöntä toimintaa. Kaikki nämä toiminnot edistävät sopeutumista ja vähentävät nuoren henkilökohtaisia vaikeuksia (Heinonen 1976, 154).

Yläasteen liikuntaluokkien oppilaista enemmistö on mukana urheiluseurassa, jossa seurakaverit ja valmentajat muodostavat erittäin tärkeän sosiaalisen ympäristön. Olisikin erittäin tärkeää, että koulun opettajat ja valmentajat olisivat yhteistyössä oppilaiden sosiaalisen kasvun tukemisessa.

### 5.3 Liikunta ja psyykinen hyvinvointi

Liikunnalla oppiaineena on muihin oppiaineisiin nähden oma erityisluonteensa. Liikunnan vaihtelevat opetusympäristöt ja erilaiset sosiaaliset vuorovaikutustilanteet takaavat sen, että liikuntatunneilla rikkoutuu paremmin kuin missään muussa kouluaineessa koulun perinteinen jäykkä tila- ja aikarakenne. Se, että liikunta on luonteeltaan julkista, voi vaikuttaa oppilaaseen hyvin eri tavoin. Hyvälle suoritukselle julki-

suus voi antaa myönteistä lisämerkitystä, mutta huono suoritus voi olla uhka suorittajan minälle (Kahila & Telama 1994, 151).

Psyykinen hyvinvointi koululiikunnassa merkitsee yhtäältä viihtyisyyttä ja liikunnasta saatua iloa ja virkistystä, mihin liittyy myös rentous, ja toisaalta psyykinen hyvinvointi riippuu siitä, miten minäkäsitys saa tukea tai on uhattuna liikuntatunnilla. Liikuntatunnin psyykkisen merkityksen kannalta ovat tärkeitä liikunnasta saadut henkilökohtaiset kokemukset ja elämykset. Keskeistä on, miten eri toimintatilanteiden vaatimukset eli haasteet ovat sopusoinnussa koetun pätevyyden kanssa. Jos haaste on liian vaatimaton on seurauksena kyllästyminen ja jos haaste on liian korkea on seurauksena ahdistuneisuus ja suorituksesta luopuminen. Haasteiden ja kykyjen tasapainottaminen liikuntatunneilla on todettu ongelmaksi suomalaisessa liikunnanopetuksessa. Syynä tähän on arveltu olevan opettajajohtoisuus sekä eriyttämisen puute (Varstala, Telama & Heikinaro-Johansson 1987, Kahila & Telama 1994, 154).

Liikuntaluokat on yksi tapa eriyttää opetusta. Lahjakkaille oppilaille annetaan mahdollisuus haasteelliseen toimintaa hyvätasoisessa ryhmässä. On kuitenkin vaarana se, että kilpailuhenkinen ryhmä aiheuttaa liian suuria onnistumispaineita ryhmän heikotasoisimmille ja saa aikaan näin turhautumista ja ahdistusta hyvätasoisellekin oppilaalle.

#### 5.4 Fyysinen terveys

Koululiikunnan terveydellistä merkitystä on vaikea arvioida myöhemmällä iällä. Liikunnan fysiologiset vaikutukset häviävät, kun liikunnan harrastus lopetetaan. Koululiikunnan merkitys nähdään asiantuntijoiden mukaan siinä, että koululiikunnan yhteydessä on erinomaiset mahdollisuudet antaa virikkeitä elinikäiseen liikunnanharrastukseen ja opettaa niitä menetelmiä, joilla voidaan ehkäistä sydän- ja verisuonisairauksia, liikalihavuutta sekä tuki- ja liikuntaelimestön sairauksia (Kahila & Telama 1994, 150).

Monet koululaiset ovat omaksuneet liikunnallisesti passiivisen elämäntavan, jota pitää yllä nykyajan mukanaan tuomat tekniset laitteet kuten tietokoneet, videot jne.. Koululiikunnan mahdollisuudet hyvän fyysisen kunnon ylläpitämisessä ovat vähäiset nykyisten pakollisten tuntien aikana. Koululiikunnassa tulisikin päästä kaikkien oppilaiden kohdalla siihen, että jokaiseen koulupäivään mahtuisi ainakin pieni liikuntatuokio. Ennen kuin tähän tilanteeseen päästään onkin tällä hetkellä tärkeää, että koulujen liikuntatunnit toteutetaan niin hyvin, että oppilaat haluavat liikkua myös vapaa-aikanaan.

## 6 LIIKUNTA JA OPISKELU

### 6.1 Kouluviereys

Koululiikunnan vaikutuksia kouluviereyteen on tutkittu varsin vähän. Liikunnan psyykkisiä vaikutuksia koskevan tiedon perusteella voidaan liikunnalla olettaa olevan kouluviereyttä lisäävää vaikutusta mm. seuraavista syistä: "1) liikunta kohottaa oppilaiden aktiivisuustasoa eli viireystilaa, mitä voidaan käyttää hyväksi suunnattaessa oppilaiden toimintaa koulutyöskentelyn tavoitteisiin, 2) liikunta lisää fyysistä kuntoa, mikä lisää stressinsietokykyä ja estää väsymistä, 3) liikunta rentouttaa ja ehkäisee siten mielenterveyden lieviä oireita, kuten ahdistuneisuutta ja jännittyneisyyttä" (Kahila & Telama 1994, 156).

Vaikuttaakseen kouluviereyteen liikunnan tulisi toistua mahdollisimman usein. Tätä tukee mm. Guttmanin (1984) havainto, että aivot ovat parhaimmillaan omaksumaan ja käsittelemään uutta informaatiota täydellistä rentoutumista seuraavan keskittymisen tilassa. Rentoutus tapahtui hänen tutkimuksessaan vuorottelemalla voimakkaita isometrisiä lihasjännityksiä ja lihasten rentoutusta. Rentoutuksen kannalta ei liene haitaksi, vaikka mukana olisi myös dynaamista liikuntaa (Kahila & Telama, 1994). Sarlinin (1987) tekemän katsauksen mukaan joissakin kansainvälisissä tutkimuksissa on todettu päivittäisen liikunnan vaikuttavan myönteisesti kouluviereyteen, mikä nä-

kyi mm. keskittymiskyvyn ja opintosuoritusten paranemisena (Kahila & Telama, 1989). Shephardin (1989) mukaan kouluajan jakaminen siten, että lukuaineista siirretään aikaa liikuntaan, ei huononna lukuaineiden koulusaavutuksia, vaan parantaa koulumenestystä näissä aineissa.

Edellä esitetyt tutkimustulokset tukevat sitä, että koulujen tulisi pyrkiä tarjoamaan oppilaille mahdollisimman paljon tilaisuuksia liikuntahetkiin kouluviikon aikana joko valinnaisaineiden kautta tai esimerkiksi liikuntaluokkien avulla.

Niemikorven ja Murtamon (1997) selvitysten perusteella liikuntaluokkalaiset ovat vilkkaita ja energisiä oppilaita, joilla on hyvä keskittymiskyky, mikä on auttanut menestymään opinnoissa keskimääräistä paremmin (Suomen Liikunnanopettajien Liitto 1997).

## 6.2 Koulumenestys

Urheilun ja koulumenestyksen välisiä yhteyksiä on tutkittu ulkomailla varsin paljon. Se, että hyvä urheilija on aktiivinen myös koulussa saa tukea joissakin tutkimuksissa (Otto & Alwin 1977), mutta suurimmassa osassa tutkimuksia todetaan, ettei urheilemisella ja koulumenestyksellä ole merkittävää yhteyttä. Suomalaisissa tutkimuksissa nuoret urheilijat ovat menestyneet koulussa yhtä hyvin tai paremmin kuin ei-urheilijat (Telama 1992; Salminen & Luhtanen 1993; Heikkala 1994, 1998). Yläasteen liikuntaluokilla tehtyjen koulu-kohtaisten selvitysten ja arvioiden mukaan liikuntaluokkien oppilaat menestyvät kouluopinnoissaan keskimääräistä paremmin (Suomen Liikunnanopettajien Liitto 1997).

Ala-asteen liikuntaluokkatutkimuksissa Jyväskylässä taas todettiin (Hentunen & Torkkel, 1987), että vertailuryhmän oppilaat menestyivät koulussa huomattavasti paremmin kuin liikuntaluokan oppilaat. Vain huolellisuuden ja kielentuntemuksen vieraan kielen, liikunnan ja musiikin arvosanojen keskiarvot olivat liikuntaluokalla parempia.

Ala-asteen tulokset viittaavat siihen, että liikuntaluokkien muodostamisessa ei ole kiinnitetty huomiota juuri muuhun kuin haluun liikkua paljon, jolloin on syntynyt vilkas energinen ryhmä, jossa muu opiskelu kuin liikunta saattaa jäädä taka-alalle.

Oppilaat, jotka eivät ole aktiivisessa kilpaurheilussa mukana käyttävät Nupposen (1990) mukaan aikaa television katseluun 15 %, läksyjen lukuun 7 % ja liikunnan harrastamiseen 7 % vapaa-ajastaan. Harrastusajasta aktiivisen liikuntaharrastuksen osuus oli 17 % ja passiivisen penkkiurheilun 15 %. Liikuntaa harrastavilla nuorilla on muihin harrastuksiin ja vapaa-aikaan vähemmän aikaa kuin muilla koululaisilla. Urheileva nuori käyttää vuorokaudessa keskimäärin vähemmän aikaa opiskeluun kuin muut nuoret. Urheilulukioiden mahdollisuus harjoitella kouluaihana ja jatkaa opiskeluaikaa vuodella on mahdollistanut urheilijoiden selviytymisen lukio-opinnoista hyvin (Pekkala 1993, 67).

Onkin tärkeää, että urheileville nuorille luodaan koulussa sellaiset olosuhteet, että urheilusta ei koituisi haittaa koulunkäynnille. Yläasteella tämä voisi tarkoittaa sitä, että liikuntaluokalla järjestettäisiin mahdollisuuksia lajiharjoitteluun kouluaihana ja, että liikuntaluokkien oppilasaineksen valinnassa pyritään erityisesti kiinnittämään huomiota opiskelumotivaatioon myös muissa oppiaineissa.

### 6.3 Ammattisuuntautuneisuus

”Yksilö on vuorovaikutuksen tuote, jossa vaikuttavat kulttuuri- ja henkilökohtaiset tekijät, joita ovat esimerkiksi ystävät, vanhemmat, aikuiset, sosiaaliluokka, fyysiset ominaisuudet jne.. Liikunnallisia harrastuksia omaava ihminen on kiinnostunut usein juuri fyysisestä voimaa vaativista tehtävistä. Liikunnallisen yksilön luonteenominaisuuksiin voivat kuulua myös kiinnostus motorista koordinaatiota vaativiin tehtäviin ja maskuliinisuus.” (Holland 1959, 35-45.) Holland (1959) jakaa ihmiset kuuteen eri ihmistyyppiin 1) realistinen tyyppi 2) älyllinen tyyppi 3) sosiaalinen tyyppi 4) sovinainen tyyppi 5) hallitseva tyyppi 6) taiteellinen tyyppi. Luokituksen mukaan liikunnallisuus liittyy läheisesti realistiseen tyyppiin, jonka luonteenominaisuuksiin kuuluu aggressiivinen käyttäytyminen, kiinnostus motorista koordinaatiota ja voimaa vaativiin tehtäviin, konkreettiset ratkaisut probleemeissa ja maskuliinisuus. Realistiselta tyyppiltä

puuttuvat sosiaalisuus ja herkkyys. Hollandin mukaan liikunnallisuus liittyy myös läheisesti älylliseen tyyppiin, jolle on ominaista ajattelu ennen toimintaa, läheisten kontaktien välttäminen, ymmärtäminen ja organisointikyky.

Yksilö etsii ammattiympäristöä, joka sallii hänen harjoittaa taitojaan ja kykyjään, ilmaista asenteitaan ja arvojaan ja omaksua rooleja. Henkilön käyttäytymistä määrää vuorovaikutus hänen persoonallisuutensa ja ympäristön piirteiden välillä (Salminen 1992, 23-25).

Persoonallisuustyyppien kehittymiseen vaikuttavat harrastustoiminnot, mielenkiinnon kohteet, taipumukset, minä-käsitys, herkkyys ympäristön vaikutuksille ym.. Myös koti- ja kouluympäristö sekä ystävät vaikuttavat eri vaiheissa yksilöön (Holland 1959).

Nummenmaa ja Vanhakkala-Ruohon (1985, 115, 131) mukaan ammatinvalintaan suuntaavista tekijöistä kirjallinen informaatio, kokemukset sekä vanhempien vaikutus nousivat yleisimmiksi. Myös nuorten toiminnallisuudesta ja vapaa-ajan harrastuksista ovat peräisin monet nuoren ammatillisen suuntautumisen virikkeet.

Harrastusten ja koulun vaikutusta ammatinvalintaan on tutkittu vähän. Jyväskylässä suoritetun ala-asteen liikuntaluokalla (kokeilu 1978-79) opiskelleiden opiskelijoiden ammatinvalintaa tutkittaessa (Salminen, 1992) (n=6) havaittiin, että haastateltavien oli vaikea eritellä ammattiin suuntautumisen syitä ja vaikutuksia. Kokeilu ei välttämättä ollut suoranaisesti vaikuttanut ammatinvalintaan, mutta kylläkin sen olemassaolo tiedostettiin ja muistettiin. Vain yksi haastateltavista oli sitä mieltä, että kokeilulla ei ollut vaikutusta hänen ammatinvalintaansa. Ammattitoiveiden myötä oli kuitenkin havaittavissa jonkinlaista yhteyttä liikuntaan. Haastateltavista kolmella oli tavoitteena opiskelussa suoranaisten liikunnallinen ala (matkaopas, liikunnanopettaja, valmentaja). Yhdellä liikkuminen liittyisi mahdolliseen tulevaan ammattiin olennaisesti (sotilasura) ja yhden haastateltavan ammatin ehtona on mahdollisuus urheilulajin harjoittamiseen opiskeluaikana. Yksi haastateltavista ei yhdistänyt ammattitoivettaan mitenkään liikuntaan.

Urheilijan koulutustutkimuksen mukaan (Telama 1996, 8) yli 80 % oli sitä mieltä, että urheilulukio oli helpottanut urheilun ja opiskelun yhdistämistä paljon tai erittäin paljon. 80 % katsoi urheilu-uran edistäneen koulutusuraa. 61 % katsoi urheilu-uran edistäneen ammattiuraa.

Yläasteen liikuntaluokan ja uranvalinnan yhteyksistä ei ole tutkimustuloksia. On mielenkiintoista saada tietää, miten yläasteen liikunnanopettajat ovat näillä luokilla pystyneet toteuttamaan opetuksensa niin, että oppilaiden mielenkiinto liikuntaa kohtaan säilyy sellaisena, että suomalainen liikuntaelämä saa koulutuksen myötä näistä oppilaista elinikäisiä liikunnanharrastajia, tulevaisuuden opettajia, valmentajia, ohjaajia tai muita liikunnan ammattilaisia.

## 7 LIKUNTAHARRASTUS

### 7.1 Liikuntaharrastus käsitteenä

Liikuntaharrastuksella tarkoitetaan varsinaisen koulutyön ulkopuolella tapahtuvaa oma-kohtaista osallistumista liikuntaan (Telama 1986, 53). Organisoituneena tämä käsittää ennen muuta nuorten osallistumista urheiluseurojen tai koulun liikuntakerhojen toimintaan. Järjestymätöntä on kaikki muu vapaa-aikana tapahtuva liikuntatoiminta.

Liikuntaharrastuksella voidaan myös tarkoittaa vapaa-aikana tapahtuvaa henkilökohtaiseen kiinnostukseen perustuvaa fyysistä aktiivisuutta tai aktiivisen liikkumisen valitsemista vapaaehtoisesti muissa elämän toiminnoissa, kuten esimerkiksi liikenteessä. (Telama, Vuolle & Laakso 1986, 17)

### 7.2 Liikunnan motiivit ja tarpeet

Liikuntamotiiveilla tarkoitetaan henkilökohtaisen liikuntaharrastuksen taustalla olevia tai sen virittämiä tarpeita, perusteluja ja tavoitteita eli tekijöitä, jotka suuntaavat

ja ylläpitävät harrastuneisuutta. Yleismotivaatiolla tarkoitetaan toiminnan pysyväisluonteista tavoitteellisuutta tai pysyvää kiinnostusta tiettyä toimintaa kohtaan. Tilanemotivaatio viittaa niihin päätöksiin, joita henkilö tekee kussakin toimintatilanteessa (Telama 1986b, 151).

Tarve käsitteenä viittaa yleisempään tavoitteeseen, motivaatiolla tarkoitetaan tavallisesti yksityiskohtaisempaa kiinnostusta tiettyyn kohteeseen tai toimintoon, motiivi on tiettyyn kohteeseen suuntautunut tarve. Psykologinen suuntaus, joka korostaa toiminnan merkitystä ihmisen persoonallisuuden kehittymisen ja motivoituneen käyttäytymisen kannalta, lähtee siitä, että toiminta ei ole vain motiivien seuraus vaan, että tarpeet ja motiivit kehittyvät ja muuntuvat toiminnassa. Esimerkiksi liikunnanharrastuksen myötä tapahtunut suorituskyvyn muutos saattaa innostaa liikkujaa tulos- ja kilpaurheiluun (Telama 1986b, 152).

Toinen tärkeä motiivien ja toiminnan välistä suhdetta kuvaava käsitys on, että sama tarve voi saada tyydytyksen useissa erilaisissa toiminnoissa ja vastaavasti sama toiminto voi tyydyttää hyvin erilaisia tarpeita. Liikunnassa, niin kuin ihmisen monissa muissakin toiminnoissa, koetaan erilaisia tunne-elämyksiä. Liikuntamotivaatio saattaa tällöin olla emotionaalisesti virittäytynyttä siten, että tavoitteena liikunnassa onkin enemmän tietyn tunnetilan saavuttaminen tai välttäminen kuin rationaalinen pohdiskelu liikunnan merkityksestä (Telama 1986b, 153).

Motiivien funktionaalisen autonomian periaatteen mukaan toiminnan alkuun saattanutta tarvetta ei enää sen jälkeen tarvita, kun henkilölle on tullut toiminnasta tottumus ja automaattinen taito, joka ei helposti enää sammuu. Tällöin taito sinänsä toimii motivoivana tekijänä (Nummenmaa, Takala & von Wright, 1982, Telama 1986b, 153).

Kompetenssimotiivit tarkoittavat sitä, että yksilö motivoituu tavoittamaan sellaisia suorituksia, joissa hän kokee saavansa tuloksia. Tällöin taito sinänsä ei ole tärkeintä, vaan koettu menestyminen. Menestyminen taas saattaa olla tärkeitä henkilön minäkuvan kannalta (Telama 1986b).



Henning (1965, 128-137) jakaa liikunnan motiivit vitaalisiksi, persoonallisiksi ja yhteiskunnallisiksi tarpeiksi. Kenyon (1971, 71-81) näkee liikunnan motiivit 1. sosiaalisena kokemuksena, terveyttä ja kuntoa edistävänä toimintana, 3. voimakkaita tunnetiloja tuottavana toimintana, 4. esteettisenä elämyksenä, 5. suorituskorosteisena askeettisena kokemuksena, 6. aggressioiden ja jännityksen laukaisijana ja 7. sattuman kaltaisena uhkapelinä (Telama 1986b, 154).

Alle 10-vuotiaiden liikuntaharrastusten motiivit ovat vielä hyvin jäsentymättömiä. 11-vuotiaat ovat sisäistäneet jo hyvin tarpeen harjoittaa liikuntaa oman kilpailumenestyksensä vuoksi. Toisena tärkeänä tekijänä pidetään ystävien tapaamista. Kilpailullisten motiivien sekä ystävien merkitys vähenee kuitenkin nopeasti iän myötä ja aikuistuttaessa nämä motiivit eivät enää houkuttele tyttöjä liikunnan pariin ja ja pojillakin niiden merkitys on vähäinen (Silvennoinen 1981, 55, 128).

Toukomaan (1967) mukaan nuorten motiiveissa heijastuu heidän arvomaailmansa. Ennen puberteettia kilpaurheilulla ja sen ihanteilla on voimakas, jopa hallitseva vaikutus nuorten motiiveihin ja minäkuvaan. Puberteetin ja sen jälkeisen seestymäkauden aikana nuoren minäkuva selkiytyy ja samalla käsitys omista kyvyistä ja mahdollisuuksista saa realistisemmän perustan. Iän karttuessa liikunnan motiivit siirtyvät kohti aikuisten motiiveja niin, että tärkeäksi tulevat terveys, ilo ja virkistys ja rentoutuminen (Silvennoinen 1981, 53).

Yläasteen liikuntaluokille hakeutuvat oppilaat elävät murroskautta. On tutkittu vähän sitä, miksi oppilaat hakeutuvat liikuntaluokalle ja mitä he opiskelultaan odottavat. Onko taustalla vaikuttamassa vanhempien toiveet kehittymisestä yleisesti hyväksytyssä vertaisryhmässä vai painottuvatko liikunnalliset tavoitteet hakeutumisen motiiveina.

### 7.3 Liikuntaharrastukseen vaikuttavia tekijöitä

Aikuisväestön keskuudessa sosiaalisen aseman ja liikuntaharrastuksen on todettu olevan yhteydessä toisiinsa. Nuorten liikunta-aktiivisuus puolestaan liittyy vanhempien sosiaaliseen asemaan siten, että eniten liikuntaa harrastavat johtavassa asemassa ole-

vien henkilöiden lapset ja vähiten maanviljelijöiden lapset (Telama & Laakso 1983). Telama ja Laakso (1983) toteavat myös, että hyvin koulussa menestyvät oppilaat harrastavat liikuntaa eniten ja heikoimmin menestyvät vähiten.

Laakson (1981) mukaan vanhempien ja lasten liikuntaharrastuksen välinen yhteys on positiivinen. Merkittävää on, että jompikumpi vanhemmista harrastaa liikuntaa. Jos molemmat vanhemmat ovat passiivia, se näkyy myös lasten liikunnanharrastuksessa. Sekä isän että äidin harrastus korreloivat poikien liikuntaharrastukseen, mutta tyttöjen harrastus ei näyttänyt olevan yhteydessä vanhempien liikunnallisuuteen. Eskola (1989, 14) puolestaan toteaa lahjakkaiden urheilijanuorten (14-20 v) urheilu-uran aloittamisen syistä toiseksi tärkeimmäksi oman innostuksen jälkeen isän vaikutuksen. Kaveripiirin vaikutus oli kolmanneksi tärkein syy urheilu-uran aloittamiseen. Opettajan merkitys oli jokseenkin vähäinen.

Asuinpaikkakunnalla näyttää tutkimusten mukaan olevan merkitystä liikuntaharrastuksen kannalta. Laakson (1981) mukaan Itä- ja Pohjois-Suomen maaseuduilla on nuorten urheiluseuraharrastus vähäisempää kuin muualla Suomessa. Toisaalta saman tutkimuksen mukaan haja-asutusalueilta kotoisin olevat osallistuivat koulun kerhotoimintaan muita useammin.

Rannan ja Valtosen (1981, 39) mukaan koulun ulkopuolella harrastetuista toiminnoista havaittiin liikuntaluokkalaisten toimintojen olevan monipuolisempia kuin kontrolliluokkalaisten. Aktiivisen liikuntaharrastuksen osalta erottui myös osallistuminen urheilukilpailuihin, mikä liikuntaluokalla oli selvästi kontrolliluokkaa yleisempää. Liikuntaluokka oli ilmeisesti antanut paremmat valmiudet sekä virikkeitä kilpailemiseen.

#### 7.4 Nuoruusiän liikuntaharrastus aikuisiän liikuntaharrastuksen selittäjänä

Koululiikunnan yksi päätavoitteista on jatkuvan liikunnanharrastuksen ja liikunnallisen elämäntavan aikaansaaminen. Siitä, miten koululiikunta on tässä onnistunut tiedetään tutkimusten perusteella varsin vähän. Laakso on (1981) on retrospektiivisellä

tutkimuksellaan osoittanut, että miehillä oli yhteys nuoruusiän liikuntaharrastuksen ja aikuisiän harrastuksen välillä, mutta naisilla ei vastaavaa yhteyttä ollut.

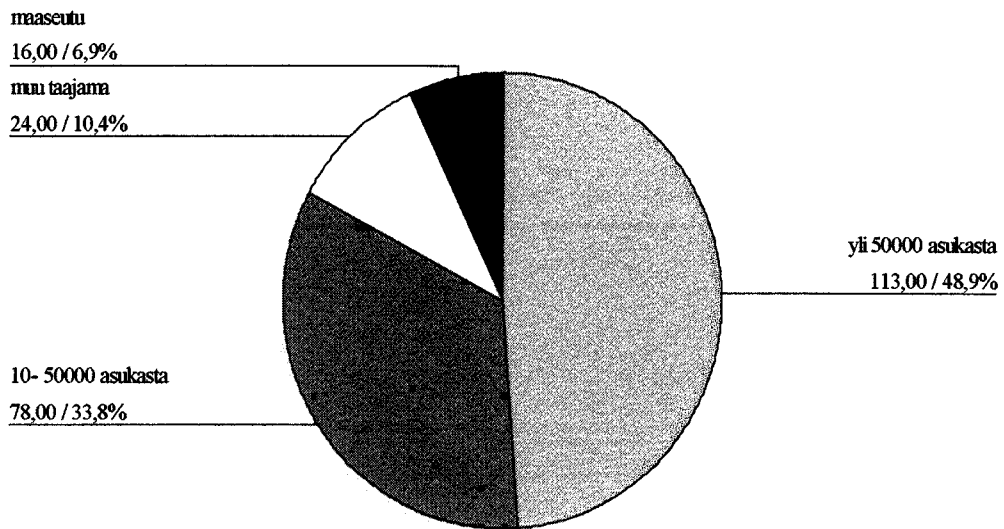
Suomalaisilla lapsilla ja nuorilla tehty seurantatutkimus osoitti, että liikunta 9-vuoden iässä ennusti tilastollisesti merkitsevästi, mutta heikosti liikunta-aktiivisuutta yhdeksän vuotta myöhemmin (Telama, Laakso & Yang 1994, Kahila ja Telama 1994, 173). Parhaita yksittäisiä ennustajia olivat koulun liikuntanumero ja osallistuminen urheiluseuratoimintaan. Koululiikunnan vaikutusta kuvaa Laakson (1981) tutkimus, jonka mukaan osallistuminen koulun liikuntakerhoon ja myönteiset kokemukset koululiikunnasta korreloivat aikuisiän aktiivisuuteen. Lajiuskollisuus oli saman tutkimuksen mukaan parasta uinnissa ja hiihdossa.

Tärkeimmältä näyttää kuitenkin se, että koulussa tai urheiluseurassa pidetään yllä tai vahvistetaan lasten luontaista liikunta-aktiivisuutta ja liikuntamotivaatiota ja ohjataan aikuisiän liikuntamuotoihin.

## 8 AINEISTO JA MENETELMÄT

### 8.1 Perusjoukko ja otanta

Tämän tutkimuksen perusjoukkona olivat vuonna lukuvuonna 1997-1998 yläasteiden liikuntaluokilla opiskelleet oppilaat. Liikuntaluokkia oli kyseisenä vuonna Nuori Suomi ry:n laatiman luettelon mukaan 31:ssä peruskoulussa. Otokseen valittiin satunnaisesti 1/3 liikuntaluokkakouluista (11 koulua). Tutkimus suoritettiin näiden koulujen päättävillä liikuntaluokilla (9 lk), joiden oppilaista 233 oli mukana tässä tutkimuksessa.



KUVIO 1 Tutkimukseen osallistuneet oppilaat asuinpaikan koon mukaan.

Tutkimus suoritettiin käyttäen kyselylomaketta, joka postitettiin kouluille toukokuun 1998 alussa ja palautettiin toukokuun loppuun mennessä. Näin pyrittiin saavuttamaan mahdollisimman moni liikuntaluokan oppilas ja saamaan tietoa nimenomaan siinä vaiheessa, kun oppilaalla on mahdollisimman pitkä kokemus yläasteen liikuntaluokasta. Luokkien opettajat valvoivat kyselyyn vastaamisen. Samassa postituksessa lähetettiin myös koulujen rehtoreille kyselykaavake, jolla pyrittiin saamaan tutkimusta tukevaa tietoa liikuntaluokasta lähinnä hallinnon näkökulmasta.

## 8.2 Käytetyt mittarit

Tutkimuksessa käytetty kyselykaavake laadittiin tätä tutkimusta varten. Kysymysten asettelussa pyrittiin löytämään sellaisia muuttujia, jotka oman kokemuksen pohjalta tuntuivat olevan keskeisiä asioita liikuntaluokan oppilaiden keskuudessa.

Kysymysten käyttökelpoisuuden varmistamiseksi kyselykaavake testattiin ennen varsinaista tutkimusta huhtikuussa 1998 Hatsalan klassillisen yläasteen liikuntaluokalla. Kyselyn pohjalta kysymyksiin tehtiin tarkennuksia ja karsittiin pois sellaiset kysymykset, joihin vastaaminen ei ollut yksiselitteistä. Varsinaisen tutkimuksen kysely

voitiin suorittaa millä oppitunnilla tahansa, jotta vastauksiin ei olisi päässyt vaikuttamaan liikunnanopettajan mahdollinen läsnäolo.

Liikuntaluokkaopiskelua tutkittiin seuraavilla muuttujilla, jotka esitetään liitteessä siinä järjestyksessä kuin ne on lomakkeella kysytyt.

1. Kotitausta, ala-asteen koulutausta ja liikuntatausta (kysymykset 2-8 ja 11 ja 12)
2. Liikuntaluokalle hakeutumisen motiivit ja opiskelun tavoitteet (kysymykset 9,15 ja 16)
3. Liikuntaluokka opiskeluympäristönä (kysymykset 21- 27)
4. Liikuntaluokkaopiskelun tulokset (kysymykset 28-30, 33-35 ja 39)
5. Opiskelu- ja urasuuntautuneisuus (kysymykset 36-38)

Rehtorille osoitetun kyselyn tarkoituksena oli saada muun kuin liikunnanopettajan näkökulmaa liikuntaluokkaan.

### 8.3 Tilastolliset menetelmät

Muuttujien kuvailussa käytettiin frekvenssi- ja prosenttijakaumia sekä kaksisuuntaista ristiintaulukointia. Ristiintaulukointijakaumien (nominaaliasteikolliset muuttujat) testaamiseen käytettiin Khin neliötestiä ( $\chi^2$ ).

Ryhmien keskiarvojen testaamiseen käytettiin sekä riippumattomien otosten että verrannollisten parien Studentin t-testiä. Ryhmien keskiarvoja tutkittiin myös korrelaatiokertoimen avulla (Pearson).

Jakaumien erojen merkitsevyydet on ilmoitettu taulukoiden alla ainoastaan siinä tapauksessa, että ne ovat olleet tilastollisesti merkitseviä.

## 9 TULOKSET

### 9.1 Oppilaan kotitausta

#### 9.1.1 Vanhempien koulutus

Suurin osa oppilaiden vanhemmista oli koulutukseltaan keskitasoa. Äideistä (n=214) noin 30 % ja isistä (n=213) noin 39 % oli saanut ammattikoulutasoisen koulutuksen. Yliopistotasoinen koulutus oli 16 %:lla äideistä ja 15 %:lla isistä. Ainoastaan peruskoulutasoinen koulutus esiintyi 17 %:lla äideistä ja 22 %:lla isistä.

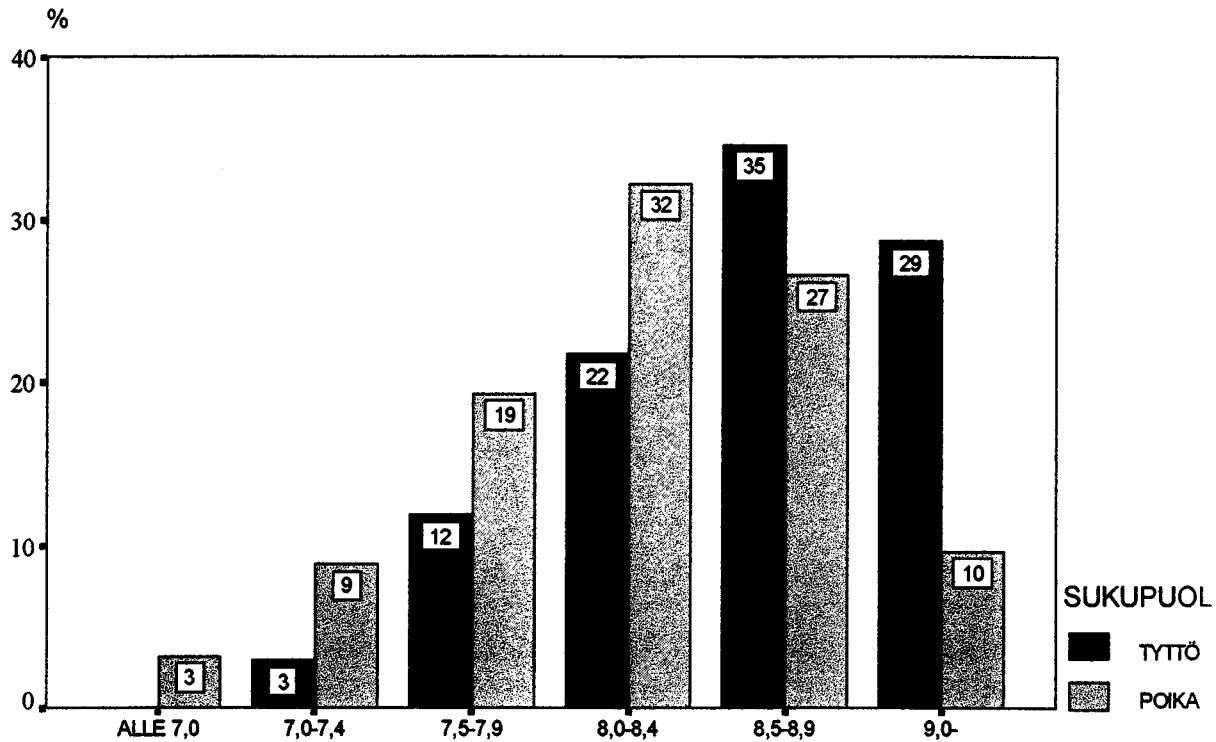
#### 9.1.2 Vanhempien liikunnanharrastus

Äideistä 43 % harrasti liikuntaa säännöllisesti vähintään 3 kertaa viikossa ja isistä 40 % Kilpaurheilussa oli mukana noin 3 % äideistä ja 12 % isistä. 11 % äideistä 13 % isistä ei harrastanut liikuntaa juuri lainkaan. Seuratoiminnassa joko valmentajana tai huoltajana toimi 29 % äideistä ja 42 % isistä.

### 9.2 Ala-asteen koulunkäynti- ja liikuntatausta

#### 9.2.1 Koulumenestys

Tyttöjen (n=101) ja poikien (n=124) ala-asteen keskiarvot erosivat selvästi toisistaan. Tyttöjen keskiarvo oli 8,7 ja poikien 8,3. Ero oli tilastollisesti erittäin merkitsevä ( $p > .001$ ).



KUVIO 2 Keskiarvot ala-asteen päättyessä sukupuolen mukaan (n = 225)

### 9.2.2 Liikunta ala-asteella

Pääasiallinen liikuntamuoto ala-asteen aikana sekä tytöillä että pojilla oli kilpaurheilu urheiluseurassa. Tytöistä 93 % ja pojista 98 % oli kilpaurheilijoita. Koulun liikuntatunnit oli tärkein harrastusmuoto ainoastaan 4 %:lla tytöistä ja 2 %:lla pojista. Ala-asteen liikuntaluokalla ja yläasteen liikuntaluokalla näytti olevan vain vähän yhteyttä toisiinsa. Ala-asteen liikuntaluokan oli käynyt 12 % tytöistä ja 15 % pojista.

## 9.3 Liikuntaluokalle hakeutumisen motiivit ja opiskelutavoitteet

### 9.3.1 Liikuntaluokalle hakeutuminen

82 % liikuntaluokalle päässeistä on käynyt läpi liikuntataitoja mittaavan testin ja heidän valinnassaan on myös huomioitu ala-asteen koulumenestys. Sekä tytöillä (78 %) että pojilla (85 %) liikuntaluokalle pyrkimisen pääasiallinen syy oli se, että pidettiin liikunnasta ja haluttiin lisää liikuntatunteja. Kun kysyttiin toiseksi tärkeintä

syytä, lisätyn liikunnan ohella painottui tytöillä mahdollisuus lajiharjoitteluun (35 %) ja pojilla se, että kaverit pyrkivät liikuntaluokalle (26,8 %).

TAULUKKO 1 Tärkein syy liikuntaluokalle hakeutumiseen sukupuolen mukaan  
(n = 233)

Tärkein syy liikuntaluokalle hakeutumiseen	TYTTÖ % n = 104	POIKA % n = 129
Pidin liikunnasta ja halusin lisää liikuntatunteja	78	85
Yläasteen koulussa oli hyvät liikuntapaikat	1	1
Vanhemmat halusivat liikuntaluokalle	2	0
Kaverit pyrkivät liikuntaluokalle	2	3
Liikuntaluokka mahdollisti pääsyn tähän kouluun	9	2
Liikuntaluokalla oli mahdollisuus lajiharjoitteluun	6	8
Tiesin, että koulussa on hyvä liikunnanopettaja	0	0
Muu	3	2
Yhteensä	100	100



### 9.3.2 Liikuntaluokan opiskelun tavoitteet ja keskeisenä koetut erityispiirteet

Tytöt kokivat liikunnanopetuksen tärkeimmäksi tavoitteeksi ilon ja virkistyksen. Poikien tärkein tavoite oli fyysisen kunnon ylläpitäminen ja kehittäminen. Lähes yhtä tärkeäksi kokivat pojat ilon ja virkistyksen.

TAULUKKO 2 Liikunnanopetuksen tavoitteiden kokeminen sukupuolen mukaan (n = 228)

Liikunnanopetuksen tärkein tavoite	TYTÖT % n = 101	POJAT % n = 127
Ilo ja virkistys	54	31
Jatkuvan harrastuksen syntyminen	8	9
Fyysisen kunnon ylläpitäminen ja kehittäminen	19	33
Sosiaalisuuden kehittäminen	7	5
Liikuntataitojen kehittäminen	13	23
Yhteensä	100	100

Melkein merkitsevä ero: Tytöt ja pojat  $\chi^2$  14,96, df=3, p= .04

Liikuntaluokan opiskelussa sekä tytöt (42 %) että pojat (44 %) pitivät tärkeimpänä monipuolista lajivalikoimaa. 27 % tytöistä ja 24 % pojista asetti tärkeimmäksi tekijäksi liikuntaa harrastavat luokkakaverit. Pojat pitivät tärkeänä myös hyviä liikunta-  
paikkoja (12 %). Pätevän liikunnanopettajan merkitys sekä koulun ja urheiluseuran yhteistyö tärkeimpänä tekijänä ei näiden vastausten perusteella saanut suurta painoarvoa. Vaikka seurayhteistyö ei tärkeimpänä tekijänä saanut suurta merkitystä, kysyttäessä erillisellä kysymyksellä "Pitäisikö liikuntaluokan opetuksesta osan olla lajivalmennusta valmentajan johdolla kuten urheilulukiossa?" 63 % tytöistä ja 65 % pojista vastasi kyllä.

## 9.4 Koulunkäyntikokemukset liikuntaluokassa

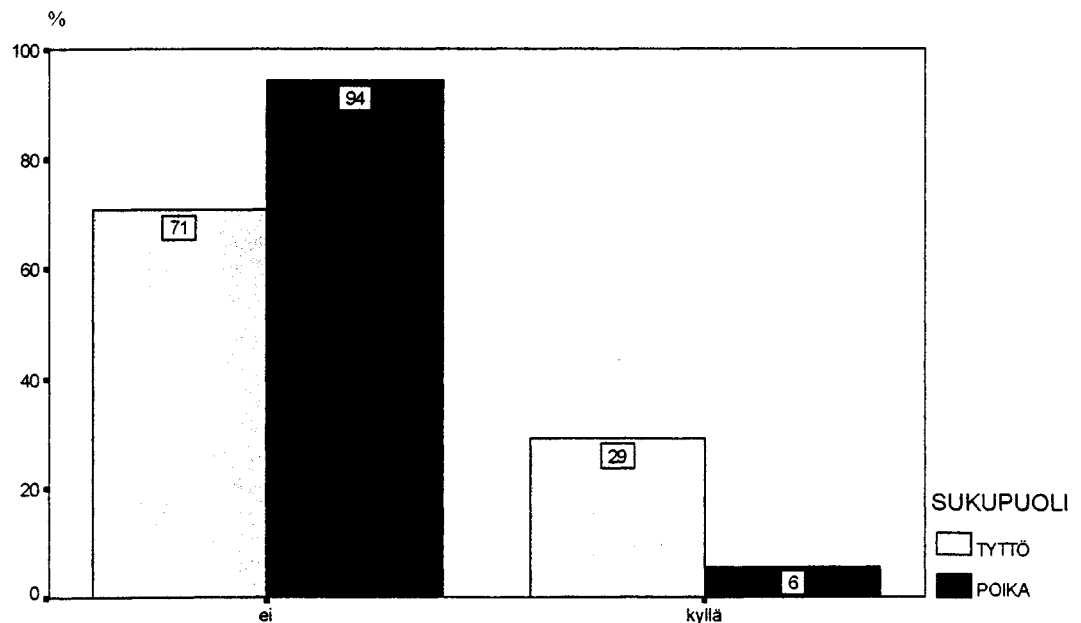
### 9.4.1 Poissaolot

Noin puolet oppilaista oli poissa urheilun takia ainoastaan alle 10 tuntia vuodessa. 17 % tytöistä ja 26 % pojista joutuu olemaan poissa yli 20 tuntia vuoden aikana. 14 % tytöistä ja 21 % pojista ilmoitti urheiluharrastuksen vaikeuttaneen koulunkäyntiä. 68 %:lla tytöistä ja 57,9 %:lla pojista urheilusta ei koitunut haittaa koulunkäynnille. Ainoastaan 6 % oppilaista oli saanut tukiopetusta urheilusta johtuvien poissaolojen takia. Noin 10 %:lla olisi ollut tarvetta tukiopetukseen, mutta sitä ei oltu saatu.

### 9.4.2 Luokkayhteisö

Liikuntaluokan oppilaat ovat enimmäkseen kilpaurheilijoita (73 %).

Kysyttäessä aiheuttaako tällainen luokka erityisiä onnistumispaineita liikuntatunnilla, 29 % tytöistä ja 6 % pojista koki luokan aiheuttavan paineita.



KUVIO 3 Onnistumispaineiden kokeminen liikuntatunnilla.

Noin joka kolmannen mielestä liikuntaluokassa vallitsee tavallista kovempi kilpailuhenki oppilaiden kesken. Kuitenkin 63 % oli sitä mieltä, että luokassa vallitsee hyvä mehenki ja ainoastaan 11,8 % oli asiasta eri mieltä.

60 % oppilaista koki, että muiden aineiden opiskelussa luokassa vallitsee hyvä työrauha ja 11 % oli täysin eri mieltä. Muiden aineiden opettajien suhtautumista liikuntaluokkaan pidettiin yleisesti myönteisenä (44 %). Kielteisenä suhtautumista piti 28 % oppilaista. Negatiivisen suhtautumisen tärkeimpänä syynä pidettiin poissaoloja. Kielteisiä kokemuksia aiheutui 19 %:lla siitä, että opettajien koettiin vaativan liikuntaluokalta enemmän kuin muilta luokilta.

Liikuntaluokkalaisten sijoittamiseen eri luokkayhteisöön muiden aineiden opiskelussa 87 % suhtautui kielteisesti. Kielteistä suhtautumista perusteltiin useimmiten hyvien kavereiden muodostaman luokkahengen katoamisella. 79 % oppilaista koki liikuntaluokan lisäävän koulun arvostusta.

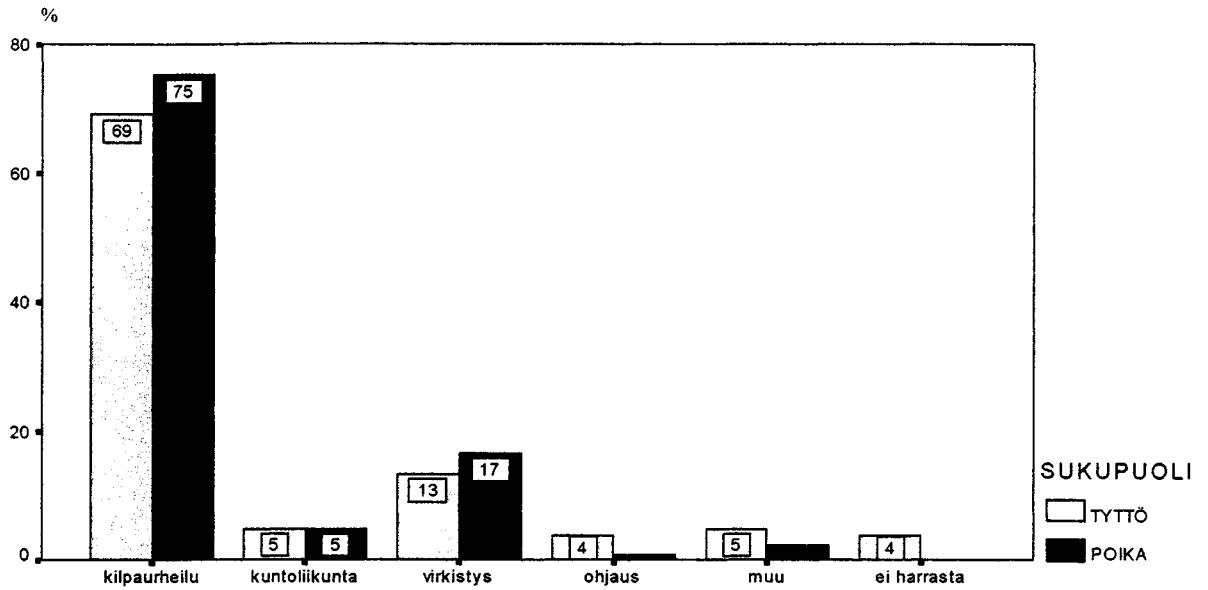
## 9.5 Liikuntaluokkaopetuksen tulokset

### 9.5.1 Liikuntaluokan hyöty verrattuna muihin luokkiin

Liikuntaluokan tärkeimpänä antina 42 % oppilaista piti liikuntalajien monipuolisuutta. 21 % piti tärkeänä hyvätasoista ja samanhenkistä liikuntaryhmää. Lajiharjoittelu liikuntatunnilla oli paras anti 10%:n mielestä kun taas liikuntaluokan koki jollain tavoin pettymyksenä 14 % oppilaista.

### 9.5.2 Liikuntaharrastus yläasteen päättyessä

Tärkeimmät liikunnan harrastusmuodot sekä tytöillä että pojilla olivat kilpaurheilu urheiluseurassa sekä liikkuminen omaksi iloksi ja virkistykseksi.



KUVIO 4 Pääasiallinen liikuntamuoto yläasteen päätyessä

Vapaa-ajan liikuntaharrastus oli liikuntaluokan aikana lisääntynyt 45 %:lla tytöistä ja 47 %:lla pojista. Liikunta oli vähentynyt 21 %:lla tytöistä ja 16 %:lla pojista. Liikuntaharrastuksen ohella tärkein harrastus oli tytöillä musiikki ja pojilla kalastus tai metsästys. 39 %:lla pojista ja 18 %:lla tytöistä ei liikunnan ohella ollut muita harrastuksia.

### 9.5.3 Kehittyminen liikunnassa

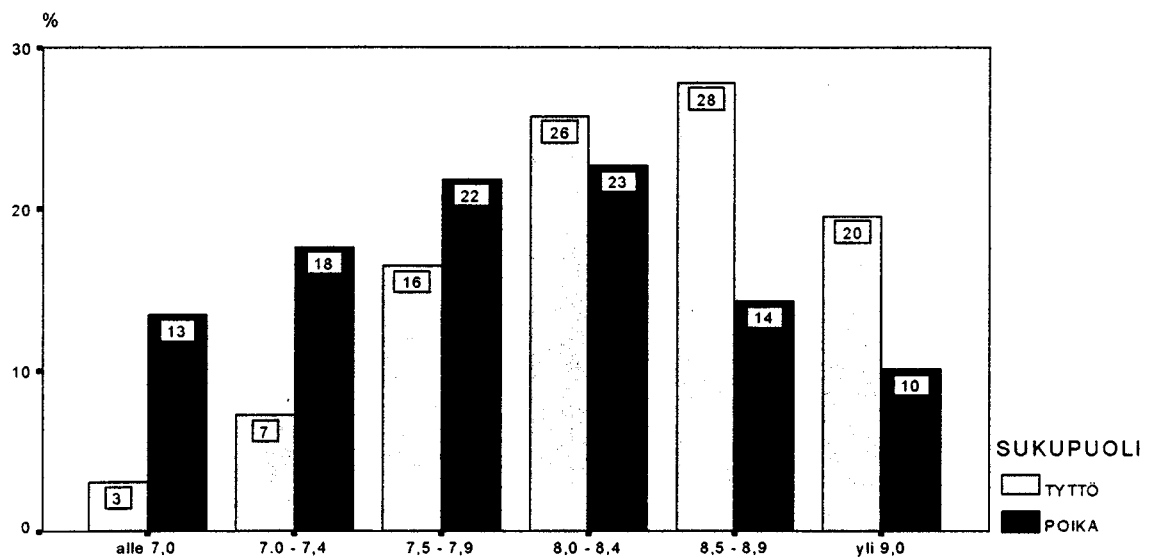
61,1 % oppilaista oli sitä mieltä, että liikuntaluokka oli auttanut kehittymään liikunnassa paremmin kuin tavallinen luokka. 16,6 % koki, että liikuntaluokka ei auttanut pääsemään parempiin tuloksiin.

TAULUKKO 3 Kehittymisen kokeminen sukupuolen mukaan (n = 229)

Liikuntaluokka auttanut kehittymään liikunnassa paremmin kuin tavallinen luokka	TYTÖT %	POJAT %
	n = 103	n = 126
Kyllä	56	70
Ei	22	12
Ei osaa sanoa	27	18
Yhteensä	100	100

#### 9.5.4 Koulumenestys

Sekä tytöt että pojat näyttivät saavuttaneen hyvän opiskelutuloksen myös yläasteella. 63 % oppilaista saavutti keskiarvon 8,0 tai enemmän. Tyttöjen keskiarvot olivat parempia kuin poikien. Tyttöjen keskiarvo oli 8,5 ja poikien 8,0. Ero oli tilastollisesti erittäin merkitsevä (p = .000).



KUVIO 5 Liikuntaluokkalaisten keskiarvot yläasteen päätyttyä sukupuolen mukaan

Sekä tytöillä että pojilla olivat keskiarvot laskeneet ala-asteen keskiarvoista. Ala- ja yläasteen keskiarvot erosivat tilastollisesti erittäin merkitsevästi ( $p = .000$ ). Luokkien keskiarvot olivat kuitenkin rehtorien ilmoituksen mukaan 9:ssä koulussa 11:stä parempia kuin muilla luokilla. Sellaisessa koulussa, missä ala-asteen koulumenestystä ei oltu huomioitu luokkaa muodostettaessa, oli koulumenestys selvästi heikompaa myös yläasteella.

#### 9.5.5 Liikuntaluokkavalinta

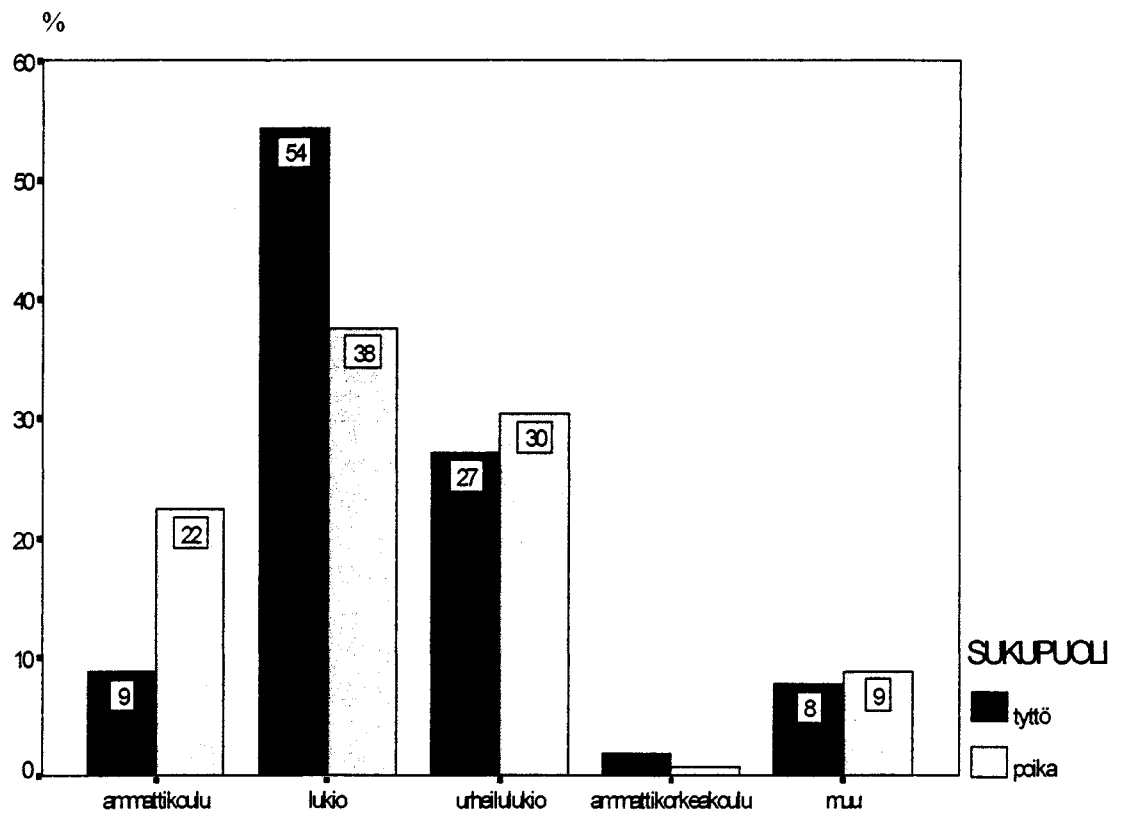
Tämän tutkimuksen mukaan oppilaat näyttäisivät olevan tyytyväisiä liikuntaluokkavalintaansa. Jos oppilaat olisivat nyt kokemuksensa perusteella hakeutumassa liikunta-luokalle 65 % oppilaista tekisi edelleen saman valinnan. 14 % ei hakeutuisi enää liikuntaluokalle.

#### 9.6 Urasuuntautuneisuus

Liikuntamyönteinen asenne näytti säilyvän yläasteen loppuun saakka. 74 % tytöistä ja 81 % pojista halusi, että liikunta liittyisi jollakin tavoin tulevaan ammattiin. 87 % kaikista oppilaista oli sitä mieltä, että liikuntaluokka ei ollut suoranaisesti vaikuttanut ammattitöiveisiin. 7 %:lla liikuntaluokka oli vaikuttanut myönteisesti liikunnallisen ammatin valintaan.

### 9.6.1 Jatko-opiskelu

Keskiarvojen perusteella suurimmalla osalla oppilaista näyttäisi olevan lukiokelpoisuus. Tämä näkyy myös jatko-opiskelutoiveissa. 54 % tytöistä ja 38 % halusi ensisijaisesti lukioon. Urheilulukio kiinnosti noin kolmasosaa sekä tytöistä että pojista. Sukupuolten ero jatko-opintojen suhteen oli tilastollisesti melkein merkitsevä ( $p = .02$ )



KUVIO 6 Jatko-opiskelutoiveet sukupuolen mukaan

Asuinpaikan koolla näyttää olevan merkitystä jatko-opintosuuntautuneisuuden suhteen. Kaupungeissa kiinnostus lukiota kohtaan on suurempaa kuin pienemmillä paikkakunnilla. Urheilulukio kiinnosti erityisesti suurten kaupunkien oppilaita.

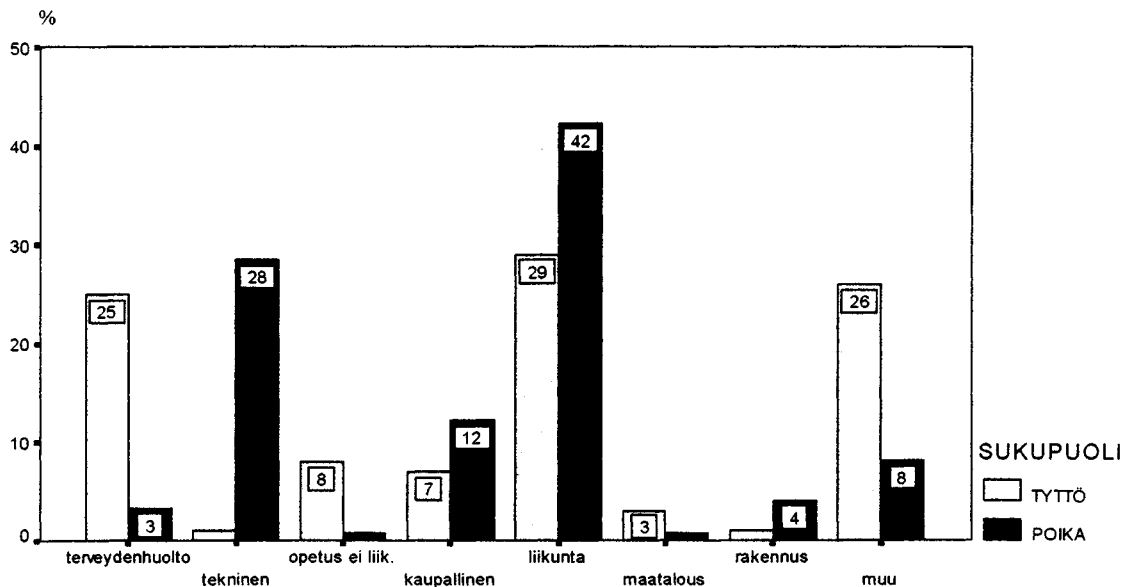
TAULUKKO 4 Jatko-opiskelutoiveet asuinpaikan koon mukaan (n = 226)

Jatko- opiskelupaikka	Kaupunki	Kaupunki	Muu	Maaseutu
	Yli 50000 as	10- 50000 as	taajama	
	%	%	%	%
Ammattikoulu	12	13	38	40
Lukio	47	55	29	13
Urheilulukio	37	17	33	0
Muu	4	13	0	20
Yhteensä	100	100	100	100

Merkitsevä ero: Suuret kaupungit - muut  $\chi^2 = 18,8$ ,  $p = .000$

### 9.6.2 Ammattiala

Eniten kiinnostava ammattiala sekä tytöillä että pojilla oli liikunta-ala. Toiseksi eniten tyttöjä kiinnosti terveydenhoitoala ja poikia tekniikka. Ero tyttöjen ja poikien välillä oli tilastollisesti erittäin merkitsevä ( $p = .000$ ).



KUVIO 7 Kiinnostavin ammattiala sukupuolen mukaan.



## 10 POHDINTA

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää yläasteen liikuntaluokkalaisten harrastuksia, liikuntaluokkaopiskelukokemuksia sekä urasuuntautuneisuutta. Tutkimus suoritettiin käyttäen tätä tutkimusta varten suunniteltua kyselykaavaketta, joka testattiin ennen tutkimuksen suorittamista. Kysely suoritettiin yläasteen päättyessä toukokuussa 1998, jolloin oli saatavissa tietoa koko yläasteen opiskelusta. Heikkoutena kyselyn ajankohdassa oli se, että oppilaiden motivaatio vastaamiseen ei ollut paras mahdollinen koeruuhan jälkeen luokkaretkitunnelmissa ja lomaa odotellessa. Oppilaiden arvosanoja koskevat tiedot ovat jouluarvostelusta ja arvosanat ovat saattaneet muuttua kevätarvostelussa. Todennäköisesti arvosanat eivät ole muuttuneet kuitenkaan huonompaan suuntaan, koska kevät on yleensä loppukirin aikaa ja halutaan saada mahdollisimman hyvä päästötodistus.

Oppilaiden poissaolot tässä vaiheessa yläastetta ovat tavallista yleisempiä, minkä vuoksi tämäkään tutkimus ei tavoittanut kaikkia oppilaita. Tutkimusta suoritettaessa oli kuitenkin ilahduttavaa todeta koulujen halukkuus yhteistyöhön ja mielenkiinto saatavaan palautteeseen.

Tutkimuksessa oli mukana noin yksi kolmasosa yläasteen liikuntaluokista. Maantieteellisesti koulut sijaitsivat tasaisesti eri puolella Suomea ja edustivat erikokoisia paikkakuntia. Otokoko oli 233 oppilasta, joka antaa mielestäni jo edustavan otoksen liikuntaluokkalaisista ja tuloksia voitaneen osin yleistää myös muihin kuin tutkimuksessa olleisiin liikuntaluokkalaisiin.

Mielestäni tämä tutkimus antoi hyvän kuvan liikuntaluokan oppilaasta ja siitä, miten koululaitos ja opettajat ovat onnistuneet työssään toteuttaessaan peruskoulun opetussuunnitelmaa ja sen suomia mahdollisuuksia koulun profiloitumisessa liikuntaan.

## 10.1 Oppilaiden taustat

Liikuntaluokkalaiset olivat lähtöisin keskitason perheistä, joissa vallitsee liikuntaa tukeva elämäntapa. Merkittävää oli isän (42 %) ja äidin (29 %) aktiivinen toiminta urheiluseurassa. Tutkimustulokset tukevat sitä käsitystä, että vanhempien liikuntaharrastuksella on positiivinen yhteys lasten liikuntaharrastukseen (vrt. Laakso, 1981) ja voitaneenkin olettaa, että liikuntaluokalle hakeutumisessakin vanhempien tuki on merkityksellinen. Lapsille ehkä halutaan antaa positiiviseksi koettu kasvuympäristö, jossa aktiivinen liikunnan harrastus ja liikunnallinen luokka on tukemassa fyysistä kehitystä ja tasoittamassa murrosiässä usein koettuja henkisiä kasvuongelmia.

Ala-asteella yli puolet oppilaista oli saavuttanut keskiarvon 8,00 tai yli. Erityisesti tyttöjen keskiarvot olivat korkeita (64 %:lla 8,50 tai yli). Vaikka liikuntaluokalle päässeistä yli 90% harrasti pääasiassa kilpaurheilua jo ala-asteen aikana, se ei näyttänyt vaikuttaneen koulumenestykseen ainakaan kielteisesti. Liikunta on ilmeisesti vaikuttanut positiivisesti kouluvireyteen ja keskittymiskykyyn (vrt. Sarlin 1987), mikä on saattanut näkyä myös ajankäytön tehostumisena kotitehtävien teossa.

Ala- ja yläasteen liikuntaluokat näyttivät olevan vain vähän yhteydessä toisiinsa. Alle 15 % oppilaista oli ollut ala-asteen liikuntaluokalla. On vaikea arvioida johtuuko tämä siitä, että Suomessa on vähän ala-asteen liikuntaluokkia vai, onko harrastukset ala-asteella niin moninaiset, että lopulta vain pienellä osalla oppilaista liikunta muodostuu niin tärkeäksi, että se johtaa myös yläasteen liikuntaluokalle.

Koulut näyttävät muodostaneen liikuntaluokat pääasiassa karsintakokeiden ja ala-asteen koulumenestyksen perusteella. Yli 80% oppilaista oli läpikäynyt liikuntataitoja mittaavan testin. Tämä on mahdollistanut lähtökohdiltaan hyvätasoisen ja homogeenisen luokan. Onkin varsin perusteltua se, että liikuntaharrastuksessa paljon aikaa käyttävälle oppilaalle annetaan mahdollisuus opiskella sellaisessa ryhmässä, jossa on hyvä koulunkäyntimotivaatio ja jatko-opiskeluedellytykset.

## 10.2 Opiskelukokemukset

Liikuntaluokalle hakeutumisen tärkein syy oli se, että pidettiin liikunnasta ja haluttiin paljon liikuntatunteja. Muilla syillä oli selvästi vähäisempi merkitys. Yllättävää oli se, että lajiharjoittelumahdollisuudella eikä tulevilla liikunnanopettajalla ollut juurikaan merkitystä. Liikunnanopetuksen tavoitteiden kokemisessa sukupuolten ero oli selvä. Tytöt pitivät tärkeimpänä iloa ja virkistystä kun taas pojille oli fyysiset tavoitteet tyttöjä tärkeämpiä. Liikuntaluokan keskeisimmäksi tekijäksi nousi molemmilla sukupuolilla monipuolinen lajivalikoima, mikä antaa tukea varsin yleiselle opettajien käsitykselle siitä, että yläasteen liikuntaluokan tulisi olla monipuolisia liikuntataitoja kehittävä eikä niinkään tiettyihin kilpaurheilulajeihin valmentava luokka. Vastaukset kysymykseen “Tulisiko osa liikuntatunneista olla valmentajan johtamaa kuten urheilulukioissa?”, antaa kuitenkin viitteitä siitä, että suurelle osalle oppilaista (noin 60 %) kilpaurheilu on muodostunut yläasteen aikana niin tärkeäksi, että valmennuksen toteuttaminen koululiikunnassa koettiin tarpeelliseksi. Koulujen tehtävänä olisikin selvittää, miten huippu-urheiluun tähtäävä yläasteen oppilaan tarpeet voidaan toteuttaa. Voisiko esimerkiksi yhdeksännellä luokalla oleva oppilas olla mukana urheilulukioiden ja ammatillisten oppilaitosten urheiluluokkien valmennustunneilla. Mukanaolo tukisi oppilaan kehitystä ja helpottaisi oppilaan siirtymistä kyseisiin oppilaitoksiin ja antaisi tuntumaa myös jatko-opintoihin.

Joka neljäs oppilas piti tärkeimpänä liikuntaa harrastavia luokkakavereita. Kavereiden merkitys korostui siinä, että hyvätasoinen luokka antoi mielekkyyttä ja haasteita liikkumisessa ja auttoi täten kehittymään myös liikuntataidoissa. Tämä tukee myös aikaisempien tutkimusten tuloksia vertaisryhmän vaikutuksesta kehitykseen (Oikinuora 1989, Srang, Smith & Rogers 1978).

Liikuntaluokkien me-henki näytti muodostuvan varsin hyväksi ja erittäin harvoin toivottiin luokan hajauttamista muiden aineiden opiskelussa. Liikuntaluokka näytti tukevan oppilaan itsetuntoa ja useimmat oppilaat kokivat liikuntaluokan lisäävän myös koulun arvostusta. Koulun arvostuksen lisääntyminen näkyi myös useimpien rehtoreiden vastauksissa.

Liikuntaluokka osoittautui suurimmalle osalle oppilaista positiiviseksi kokemukseksi. Oppilaat kokivat kehittyneensä liikuntaluokassa paremmin kuin olisivat kehittyneet muissa luokissa. Opetuksen onnistumisesta kertoo myös se, että yli 60% oppilaista valitsisi yläasteen liikuntaluokan uudelleen. 14,1 % oppilaista oli pettynyt liikuntaluokan antiin. Useissa vastauksissa pettymyksen aiheuttaja oli opettaja. On vaikeaa päätellä mistä tämä johtuu. Vastauksista oli aistittavissa se, että syynä saattoi olla usein murrosiässä kärjistyvät ihmissuhteet, erityisesti tyttöjen ja naisopettajien välillä. Pettymykset kouluun heijastivat usein myös pettymyksiä elämässä yleensä ja vapaa-aikaan olivat tulleet mukaan käyttäytymismallit, joita vanhemmat eivät varmaan toivoneet.

Sukupuolten ero tuli selvästi esille tyttöjen ja poikien kokemissa onnistumispaineissa. Pojat tuntuivat olevan tyttöjä paljon suorituskorosteisempia. Tytöille näyttävät sosiaaliset arvot olevan poikia tärkeämpiä. Yllättävää oli todeta, että 29 % tytöistä koki liikuntaluokan aiheuttavan ylimääräisiä onnistumispaineita kun taas pojista vain 5 % koki paineita. Paineet muodostuivat usein siitä, että opettajan koettiin vaativan liikuntaluokkalaiselta enemmän kuin muilta, koska liikuntaluokkalainen kuului “valikoituun” ryhmään. Tämä ei koskenut ainoastaan liikuntatunteja vaan samoja kokemuksia oli muissakin aineissa.

Tyttöjen kohdalla onkin ehkä erityistä syytä miettiä sitä, missä määrin oppitunneilla keskitytään tulokokeisiin ja vaativiin taitosuorituksiin ja missä määrin painopiste on sosiaalisuudessa, luovuudessa ja virkistyksessä.

Peruskoulun liikunnanopetuksen jatkuvan harrastuksen tavoite näyttää tämän tutkimuksen mukaan toteutuneen hyvin. Yli 70 % oppilaista harrasti kilpaurheilua vielä peruskoulun päättyessä ja ainoastaan 4 % oppilaista ei harrasta liikuntaa juuri lainkaan. Ilo ja virkistys oli tärkeimpänä liikunnan motiivina noin 15 %:lla oppilaista. Myönteisten kokemusten ja opetuksen tuloksista kertoo paljon se, että lähes puolella oppilaista vapaa-ajan liikunta oli lisääntynyt liikuntaluokan aikana. Tämä palvelee myös fyysisen kunnon ylläpidon ja kehittämisen tavoitetta. Vapaa-ajan liikunta oli vähentynyt useimmin tytöillä kuin pojilla. Syynä tähän lienee se, että tytöt lopettavat

murrosiässä poikia useammin kilpaurheilun ja tärkeäksi tulevat sosiaalinen vuorovaikutus sekä siihen liittyvät ulkonäöstä johtuvat tekijät (vrt. Lintunen, 1993).

Liikuntaluokat selvittivät yläasteen yleensä hyvin arvosanoihin. Liikunnanharrastuksen ei koettu juuri haitanneen koulunkäyntiä. Kun liikuntaluokkaa muodostettaessa ei otettu oppilaasta huomioon juuri muuta kuin innostus liikuntaan, ei myöskään yläasteen päättyessä päästy hyviin tuloksiin koulunkäynnissä. Onkin tärkeätä, että kun vilkkaista ja energisistä oppilaista muodostetaan liikuntaluokka, niin otetaan tarkkaan huomioon, millaiset edellytykset näillä oppilailla on selviytyä koulunkäynnistään. On mahdollista, että luokan muodostuessa hyvin heterogeeniseksi, heikot oppilaat saattavat omaksua luokassa rooleja, jotka eivät ole toivottuja hyvän koulumenestyksen kannalta.

### 10.3 Urasuuntautuneisuus

Rehtoreiden vastausten perusteella liikuntaluokkien keskiarvot olivat yleensä parempia kuin muiden luokkien. Paremmuutta selittää suurelta osalta se, että liikuntaluokkien oppilaat on koulumenestyksen perusteella valikoitu ryhmä, jossa opetus voi edetä tehokkaasti.

Liikuntaluokkien oppilaat halusivat yleisimmin jatkaa opintojaan lukiossa. Urheilulukio oli kiinnostuksen kohteena noin joka kolmannella oppilaalla. Kiinnostus urheilulukioon näyttää olevan suurinta isoissa kaupungeissa. Tämä johtunee siitä, että urheilulukio toimii juuri kyseisellä paikkakunnalla ja urheilulukio-opiskelu ei aiheuta ylimääräisiä asunto- ym. järjestelyjä.

Liikuntamyönteisyyden säilyminen yläasteen jälkeen näkyy siinä, että suurin osa oppilaista halusi liikunnan sisältyvän tulevaan ammattiinsa. Liikuntaluokan vaikutus ammatinvalintaan oli vähäistä, mikä johtunee siitä, että yleensäkin yläasteen oppilaan ammatinvalinta ei ole vielä selkiytynyt. Kiinnostavin ammattiala oli liikunta-ala. Kiinnostus alaan johtuu varmasti omista taipumuksista sekä koetusta opetuksesta että alan tuttuudesta. Tyttöjen kiinnostus terveydenhoitoalasta sekä poikien kiinnos-

tus tekniikasta toiseksi halutuimpana ammattialana ei varmaankaan poikkea muiden luokkien ammattitavoista.

Liikuntaluokkajärjestelmä puoltaa paikkaansa suomalaisessa koulujärjestelmässä. Se antaa mahdollisuuden yhden lahjakkuuden alueen kehittämiseen tehokkaasti peruskoulussa. Se antaa mahdollisuuden kehittymiseen hyvässä vertaisryhmässä ja luomolle oppilaalle hyvän kasvualustan sekä huippu-urheilun, terveysliikunnan että ammattikoulutuksen tarpeisiin.

Jatkossa olisi tärkeätä tutkia sitä, miten liikuntaluokkalaisten opiskelutavoitteet ovat toteutuneet, kuinka oppilaat ovat menestyneet jatko-opinnoissaan, kuinka urheilu-ura on jatkunut, missä ammateissa liikuntaluokkalaiset toimivat ja millainen osuus liikunnalla on jokapäiväisessä elämässä. Olisi mielenkiintoista saada myös tietoa siitä, miten vastaavat koulujärjestelmät toimivat muissa maissa.

Kouluissa on myös mietittävä sitä, mikä on liikuntaluokan rooli tulevaisuudessa. Koulujen opetussuunnitelmat ovat mahdollistaneet liikuntatuntien lisäämisen valinnaisuuden kautta niin, että kaikilla oppilailla on mahdollisuus lähes samoihin liikuntatuntimääriin kuin nykyisillä liikuntaluokilla. Onko liikuntaluokan opetussuunnitelmat suunnattava entistä enemmän palvelemaan kilpaurheilun tavoitteita?

Onko liikuntaluokka liikunnallisesti lahjakkaiden oppilaiden ainoa mahdollisuus turvata menestys opiskelussa, urheilussa sekä ammattikoulutuksessa? Onko syytä suunnitella urheilijan uraputki jo yläasteelta alkaen. Jääkö liikuntaluokan anti pelkästään hyvään liikuntaryhmään vai saadaanko opetussuunnitelmallisilla ratkaisulla aikaan sellaisia toimintoja, jotka todella koituvat liikkuvan, kehittymään pyrkivän oppilaan hyväksi

## Lähteet

- Brunell, V. 1985. Lahjakkaiden oppilaiden huomioonottaminen koulutuksessa. *Kasvatus* (4), 16.
- Coakley, J.J. 1987. Children and the sport socialization process. Teoksessa: Diamant L. (toim.) *Mind body maturity. Psychological approaches to sports, exercise and fitness*. Hemisphere Pub. Corporation, Washington, 105-126.
- Eskola, J. 1995. Urheilu sosiaalista, mutta mihin? Teoksessa: *Liikkuva ihminen ja kasvatus*. Lapin yliopiston kasvatustieteellisiä julkaisuja C. Suoranta J. ja Eskola, J. (toim.) *Katsauksia ja puheenvuoroja 7*. Rovaniemi. Lapin yliopisto, 14.
- Freeman, J. 1979. *Gifted Children. Their Identification and Development in a Social Context*. MTP. Press Limited. Liverpool.
- Gagne, F. 1985. Giftedness and Talent. Reexamination of the Definitions. *Gifted Child Quarterly* 29, (3), 103- 112.
- Guttman, G.& Bauer, H. 1984. Learning and information in dependence on cortical DC-potentials. Teoksessa: Sinz, R. ja Rosenweig, E. (toim.), *Psychophysiology*: Jena, Fisher & Elsevier, 1982.
- Heikkala, J. 1994. Urheilijan ura ja sen sosiaaliset ulottuvuudet. Teoksessa: *Liikunnan yhteiskunnallinen perustelu. Tieteellinen katsaus. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 90*. Jyväskylä. Liikunnan ja kansanterveyden edistämissäätiö.
- Heinonen, V. 1976. *Peruskoulumme oppilaat*. Jyväskylä: Oy Keskisuomalainen, 154 ja 175. (3 rd ed.)
- Hentunen, J. & Torkkel, H. 1987. Jyväskylän normaalikoulun ala-asteen liikuntaluokkakokeilusta. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteen laitos. Pro gradu-tutkielma.
- Holland, J.L. 1973. *Making Vocational Choices: A Theory of Careers*. Prentice-Hall inc., Englewood Clifts, New Jersey.
- Kenyon, G.S. 1971. A conceptual model for characterizing physical activity. Teoksessa Loy, J.& Kenyon, G. (toim.) *Sport, culture and society*. (3 rd ed.) Mc Millan. New York, 71-81.

- Laakso, L. 1981. Lapsuuden ja nuoruuden kasvuympäristö liikuntaharrastusten selittäjänä; retrospektiivinen tutkimus. *Studies in Sport, Physical Education and Health* 14. University of Jyväskylä.
- Lintunen, T. 1993. Millainen minä olen. *Liikunta ja tiede* 5/93, 8-11.
- Merenheimo, J. 1990. Lahjakkuuden yhteys kulttuuritaustaan (osa 1). Oulun yliopiston kasvatustieteiden tiedekunnan tutkimuksia 66.
- Murtamo, A. 1992. Liikuntaluokkatoiminta Salpausselän yläasteella. *Kisaviesti*.
- Niemikorpi, V., Murtamo, A. & Flink, T. 1997. Luennotluentovihkosessa Liikuntapainotteisten yläasteiden seminaari Jyväskylässä 14.-15.3.1997. Suomen liikunnanopettajien liitto ry.
- Nummenmaa, A.R. & Vanhakkala -Ruoho, M. 1985. Ammatti, sukupuoli ja työmarkkinat. Ennakkoluulottomat ja tavanomaiset ammattisuunnitelmat. Tampereen yliopiston psykologian laitoksen tutkimuksia 138.
- Nummenmaa, T., Takala, M., von Wright, J. 1982. Yleinen psykologia kokeellisen tutkimuksen näkökulmasta. Otava. Keuruu.
- Nuori Suomi 1996. Liikuntapainotteiset yläasteet Suomessa 1996. Moniste.
- Nupponen, H. 1990. Tehostetun koululiikunnan vaikutukset. *Liikunta ja tiede* 27, (6) 53.
- Olkinuora, E. & Soininen, M. 1989. Professori Benjamin S. Bloomin haastattelu. *Kasvatus* 3, 184-193.
- Otto, L.B. & Alwin, D.F. 1977. Athletics, Aspirations and Attainments. *Sociology of Education*, (50) 2.
- Orlick, T.D. & Pitman-Davidson, A. 1988. Enhancing cooperative skills in games and life.
- Pekkala, J. 1993. Urheilijoiden keskiasteen opiskelun ja urheiluvalmennuksen yhdistäminen osana nuoren urheilijan uraa Suomessa. Jyväskylän yliopisto. Liikuntapedagogiikan laitos. Pro gradu-tutkielma.
- Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet 1985. Valtion Painatuskeskus. Helsinki.
- Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet 1994. Opetushallitus. Helsinki.
- Ranta, S. & Valtonen, J. 1981. Lisätyn koululiikunnan vaikutus peruskoulun alasteen oppilaiden kasvuun ja kehitykseen, fyysiseen suorituskykyyn, liikuntaharrastukseen ja koulunkäyntiin. Jyväskylän yliopisto. Liikuntapedagogiikan pro gradu.



- Sage, G.H. 1986. Social development. Teoksessa: Seefeld, V. (toim.) Physical activity and well-being. Reston, VA American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance, 343-371.
- Salminen, K. 1992. Jyväskylän normaalikoulun liikuntaluokkakokeilussa vuosina 1978- 1979 mukana olleiden oppilaiden kokemukset liikuntaluokkakokeilusta, harrastukset sekä ammattitavoitteet. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteen laitos. Pro gradu-tutkielma.
- Salminen, S., Luhtanen, P. 1993. Jääkiekkoilija pärjää koulussa. Liikunta ja tiede 1(30).
- Sarlin, E-L. 1987. Päivittäisen liikunnan vaikutukset. Katsaus kansainväliseen tutkimukseen. Liikunta ja tiede 24 (5), 238-241.
- Shephard, R., J. 1989. Lisätyn koululiikunnan vaikutus psykomotoriseen kehitykseen ja koulumenestykseen. Teoksessa: J. Juppi, T. Pyykkönen & R. Telama (toim.) Liikkuvat lapset. Liikuntatieteellisen seuran julkaisu n:o 114. Helsinki, Valtion Painatuskeskus, 119-122.
- Sherif, M. 1967. Group conflict and co-operation. London. Routledge & Kegan Paul.
- Silvennoinen, M. 1981. 11-19- vuotiaiden koululaisten liikuntaharrastukset, liikuntamotiivit ja näitä selittävät tekijät. Liikunnan ja kansanterveyden edistämissäätiö. Jyväskylä. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja n:o 31 .
- Sorvali, H., Lindeman, M., 1992. Harhautunut tiedonkäsittely – mielenterveyden edellytys. Psykologia 27, 34-37.
- Strang, L. Smith, M.B. & Rogers, C.M. 1978. Social comparison, multiple referense groups and self-concepts of academically handicapped children before and after mainstreaming. Journal of Educational Psychology 70.
- Suomen Liikunnanopettajien Liitto r.y. 1997. Liikuntapainotteisten yläasteiden seminaari Jyväskylässä 14.- 15.3.1997. Luentovihkonen.
- Taylor, S.E. & Brown, J.D. 1988. Illusion and well-being: a social-psychological perspective on mental health. Psychological Bulletin 103, 193-210.
- Telama, R. 1986a. Kouluikäisten liikuntakäyttäytyminen. Teoksessa: P. Vuolle, R. Telama & L. Laakso (toim.) Näin Suomalaiset liikkuvat. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 50. Helsinki. Valtion Painatuskeskus, 51-64.

- Telama, R. 1986b. Mikä liikunnassa kiinnostaa-liikuntamotivaatio. Teoksessa: P. Vuolle, R. Telama & L. Laakso (toim.) Näin Suomalaiset liikkuvat. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 50. Helsinki. Valtion Painatuskeskus, 149-174.
- Telama, R. 1989. Urheilu kasvatusympäristönä. Teoksessa: J. Juppi, T. Pyykkönen & R. Telama (toim.) Liikkuvat lapset. Liikuntatieteellisen seuran julkaisu n:o 114. Helsinki. Valtion Painatuskeskus, 87-96.
- Telama, R. 1994. Liikuntakasvatus koulussa ja nuorisourheilussa. Teoksessa: Liikunnan yhteiskunnallinen perustelu, 149-177. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 90. Jyväskylä. Kopi- Jyvä Oy.
- Telama, R. 1996. Urheiluoppilaitosten ja urheilukoulujärjestelmän arviointia. Arviointi ja kehittäminen. Urheiluoppilaitosseminaari Jyväskylä 13.- 14.5.1996. Julkaisuja 4/1996. Keski-Suomen lääninhallitus.
- Telama, R., Laakso, L. & Young, X. 1994. Physical activity and sport participation of young finns. Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sport 4.
- Toukoma, P. 1967. Arvomaailman kehitys kouluiässä. Tampereen yliopisto. Acta universitatis Tamperensis. Serie A, 17. Tampere.
- Uusikylä, K. 1987. Lahjakkaiden nuorten koulukokemukset, persoonallisuuden piirteet ja harrastuspreferenssit. Kasvatustieteiden tiedekunnan tutkimuksia n:o 22. Joensuun yliopisto.
- Valkonen, H. 1996. Viihtymättömyys koululiikunnassa peruskoulun kahdeksaluokkalaisilla. Jyväskylän yliopisto. Liikuntapedagogiikan laitos. Pro gradu-tutkielma.
- Varstala, V., Telama, R. & Heikinaro-Johansson, P. 1987. Koulun liikuntatuntien sisältötutkimus, menetelmäraportti. Jyväskylä: Liikunnan ja Kansanterveyden julkaisuja 52.

## LIITE 1. Rehtoreille osoitettu kyselykaavake

Arvoisa koulun rehtori!

Teen pro gradu-tutkielmaani yläasteen liikuntaluokan oppilaiden liikuntaluokalle hakeutumisen motiiveista, opiskelun kokemisesta, jatko-opiskelusuuntautuneisuudesta sekä ammattitavoista.

Oppilailta saatavan tiedon lisäksi haluaisin saada tietoa myös Teiltä lähinnä hallinnon näkökulmasta.

Toivon, että Teillä on aikaa vastata rehtorille osoitettuun kysymykseen. Jos Teillä on kysyttävää tutkimuksen tai lomakkeen täyttämisen suhteen, vastaan mielelläni.

---

Martti Tossavainen  
liik. lehtori  
Hatsalan klassillinen yläaste  
Opistotie 3 70200 Kuopio  
puh 017184504

1. Milloin kouluunne perustettiin liikuntaluokka?

perustamisvuosi \_\_\_\_\_

2. Mitkä olivat pääasialliset syyt liikuntaluokan perustamiselle?

---

---

---

3. Miten oppilaat valitaan liikuntaluokalle?

---

---

---

4. Kuinka monta oppilasta otetaan vuosittain kouluunne liikuntaluokalle?

\_\_\_\_\_

5. Onko liikuntaluokan opetuksessa jokin liikuntalaji erityisesti painottunut?

1 ei

2 kyllä, mikä \_\_\_\_\_

6. Onko oppilaiden valinnassa otettu huomioon ala-asteen koulumenestys ja käyttäytyminen?

1 ei

2 kyllä, miten \_\_\_\_\_

---

---

7. Millainen on liikunnan tuntijako liikuntaluokalla?

7lk \_\_\_\_\_

8lk \_\_\_\_\_

9lk \_\_\_\_\_

8. Miten liikuntaluokan opetussuunnitelma poikkeaa ns. tavallisen luokan opetussuunnitelmasta liikunnassa?

---

---

---

9. Aiheuttaako liikuntaluokan opetus koulussanne lisäkustannuksia?

1 ei

2 kyllä, millaisia \_\_\_\_\_

---

10. Myönnetäänkö kunnassanne liikuntaluokan opetukselle taloudellisia lisäresursseja?

1 kyllä

2 ei

11. Liikuntaluokan opettajina toimivat koulussanne

1 liikunnanopettajat

2 liikunnanopettajat ja valmentajat yhdessä, miten

---

---

12. Millainen on käsityksenne liikuntaluokan opiskelumotivaatiosta ja käyttäytymisestä muiden aineiden oppitunneilla?

---

---

---

13. Pitäisikö liikuntaluokan oppilaat sijoittaa muiden aineiden opiskelussa "tavallisiin" luokkiin?

1 ei

2 kyllä

Perustelu \_\_\_\_\_

---

---

14. Jos oppilas joutuu olemaan poissa koulusta urheilun takia (kilpailut, leirit yms.), niin kuinka koulussanne pyritään estämään se, että oppilas ei jää jälkeen opinnoissaan?

---



---



---

15. Onko liikuntaluokka mielestänne tuonut koululle positiivista imagoa?

- 1 ei
- 2 en osaa sanoa
- 3 kyllä, miten se ilmenee \_\_\_\_\_

---

16. Mikä oli liikuntaluokan oppilaiden luokan kaikkien aineiden keskiarvo edellisessä arvostelussa?

keskiarvo \_\_\_\_\_

17. Millainen oli liikuntaluokan (9lk) keskiarvo edellisessä arvostelussa verrattuna muihin luokkiin?

- 1 heikompi
- 2 jokseenkin sama
- 3 parempi

18. Mitä a) hyötyä mielestänne on oppilaalle liikuntaluokasta

---



---



---

b) oppilas mielestänne menettää liikuntaluokalla opiskellessaan

---



---

Kiitokset vastauksestanne!

## LIITE 2. Tutkimuksessa käytetty kyselykaavake

Hyvä yläasteen oppilas!

Olet saanut vastattavaksesi kyselylomakkeen, joka on osoitettu liikuntaluokan ( 9lk) oppilaille. Kysely liittyy Jyväskylän yliopistossa tehtävään pro gradu -tutkielmaan, jonka tarkoituksena on selvittää oppilaiden liikuntaluokalle hakeutumisen motiiveja, opiskelun kokemista sekä jatko- opiskelusuuntautuneisuutta. Tutkimustulokset käsitellään luottamuksellisesti niin, että yksittäisen oppilaan vastaukset jäävät vain tutkijan tietoon. Tutkimustuloksia käytetään hyväksi kehitettäessä liikuntaluokkien opetusta. Siksi on tärkeää, että vastaat jokaiseen kysymykseen rehellisesti ja huolellisesti.

---

Martti Tossavainen

liik. lehtori

Ympyröi se vaihtoehto, joka kuvaa tilannetta sinun kohdallasi!

Malli

- äidinkieli      1 suomi  
                    2 ruotsi

1. Sukupuoli    1 tyttö  
                    2 poika

2. Asuinpaikka 1 kaupunki yli 50000 asukasta  
                    2 kaupunki 10000- 50000 asukasta  
                    3 muu taajama  
                    4 maaseutu

3. Isän koulutus1 peruskoulu tai keskikoulu  
                    2 ylioppilas  
                    3 ammattikoulutasoinen tutkinto  
                    4 opistotasoinen tutkinto  
                    5 yliopisto- tai korkeakoulututkinto

4. Äidin koulutus1 peruskoulu tai keskikoulu  
                    2 ylioppilas  
                    3 ammattikoulutasoinen tutkinto  
                    4 opistotasoinen tutkinto  
                    5 yliopisto- tai korkeakoulu



## 5. Isän liikuntaharrastus

1 osallistuu kilpaurheiluun urheiluseurassa laji \_\_\_\_\_

2 harrastaa säännöllisesti liikuntaa (väh. 3 krt/vko) millaista \_\_\_\_\_

3 harrastaa liikuntaa satunnaisesti

4 ei harrasta liikuntaa juuri lainkaan

## 6. Äidin liikuntaharrastus

1 osallistuu kilpaurheiluun urheiluseurassa laji \_\_\_\_\_

2 harrastaa säännöllisesti liikuntaa (väh.3 krt/vko) millaista \_\_\_\_\_

3 harrastaa liikuntaa satunnaisesti

4 ei harrasta liikuntaa juuri lainkaan

7. Ovatko vanhempasi mukana seuratoiminnassa valmentajana, huoltajana, toimihenkilönä tms.?

Äiti 1 kyllä

2 ei

Isä 3 kyllä

4 ei

8. Oletko ollut ala-asteen liikuntaluokalla?

1 kyllä

2 en

9. Ympyröi mielestäsi kolme tärkeintä syytä, miksi hakeuduit yläasteen liikuntaluokalle (1= tärkein, 2= toiseksi tärkein jne.)!

- 1 pidin liikunnasta ja halusin enemmän liikuntatunteja
- 2 yläasteen koulussa oli hyvät liikuntapaikat
- 3 vanhemmat halusivat minut liikuntaluokalle
- 4 kaverit pyrkivät liikuntaluokalle
- 5 liikuntaluokka antoi mahdollisuuden päästä juuri tähän kouluun
- 6 liikuntaluokalla oli mahdollisuus omaan lajiharjoitteluun
- 7 tiesin, että koulussa oli hyvä liikunnanopettaja
- 8 muu mikä \_\_\_\_\_

10. Ympyröi ne tahot, joilta sait tietoa yläasteen liikuntaluokasta!

- 1 ala-asteen opettaja
- 2 vanhemmat
- 3 sanomalehti
- 4 yläasteen oppilaat
- 5 kaverit
- 6 urheiluseura
- 7 muu, mikä \_\_\_\_\_

11. Mikä oli keskiarvosi ala-asteen viimeisessä arvostelussa?

Keskiarvoni oli \_\_\_\_\_

12. Mikä oli tärkein liikunnan harrastusmuotosi ala-asteen aikana?

1 kilpaurheilu urheiluseurassa

laji \_\_\_\_\_

2 vapaa-ajan liikunta kavereiden tai vanhempien kanssa

3 koulun liikuntatunnit

4 muu, mikä \_\_\_\_\_

13. Mikä seuraavista kuvaa parhaiten tämän hetken vapaa-ajan liikuntaharrastustasi?

1 säännöllinen kilpaurheilu urheiluseurassa

laji \_\_\_\_\_

2 kuntoliikunta tavallisimmin,

millainen \_\_\_\_\_

3 liikunta omaksi iloksi

4 toimiminen ohjaajana tai valmentajana

5 muu, mikä \_\_\_\_\_

6 en harrasta liikuntaa vapaa-aika juuri lainkaan

14. Mitä harrastuksia sinulla on, jos liikuntaa ei oteta huomioon? Mainitse mieluisimmat!

1 \_\_\_\_\_

2 \_\_\_\_\_

15. Alla on lueteltu koulun liikunnanopetuksen tavoitteita. Numeroi kolme tärkeintä tavoitetta siten, että mielestäsi tärkein tavoite, jonka tulisi koululiikunnassa toteutua on 1, toiseksi tärkein 2 jne.!

- ilo ja virkistys
- jatkuvan liikunnan harrastuksen syntyminen
- fyysisen kunnon ylläpitäminen ja kehittyminen
- sosiaalisuuden kehittyminen (käyttäytyminen, ihmissuhdetaidot jne.)
- liikuntataitojen kehittyminen

16. Mikä on mielestäsi tärkeintä liikuntaluokan opiskelussa? Numeroi mielestäsi 3 tärkeintä tekijää siten, että tärkein on 1, toiseksi tärkein 2 jne.!

- liikuntaa harrastavat luokkakaverit
- monipuolinen lajivalikoima
- liikuntaan liittyvän terveystiedon saaminen
- hyvät harjoitustilat
- pätevä liikunnanopettaja
- seuran ja koulun yhteistyö (esim. valmennuksen toteuttaminen oppituntien aikana)
- pieni liikuntaryhmä
- mahdollisuus toimia ohjaajana
- muu, mikä \_\_\_\_\_

17. Pitäisikö liikuntaluokan opetuksesta osan (esim. 2h) olla lajivalmennusta valmentajan johdolla kuten urheilulukioissa?

- 1 kyllä
- 2 ei

18. Kuinka paljon joudut liikuntaharrastukseksi (kilpailumatkat, leirit tms.) vuoksi olemaan poissa koulusta keskimäärin?

- 1 alle 10 tuntia/vuosi
- 2 10-20 tuntia/ vuosi
- 3 yli 20 tuntia/vuosi

19. Onko urheiluharrastus vaikeuttanut koulunkäyntiäsi?

- 1 kyllä
- 2 ei
- 3 en osaa sanoa

20. Kun olet ollut poissa koulusta urheilun takia (pelit, leirit tms.), oletko saanut tukiopetusta?

- 1 kyllä
- 2 en, olisitko tarvinnut kyllä / en ( ympyröi oikea vaihtoehto)
- 3 en ole ollut poissa koulusta urheilun takia

21. Onko sinusta koskaan tuntunut siltä, että liikuntaluokka aiheuttaa sinulle ylimääräisiä onnistumispaineita liikuntasuorituksessa liikuntatunnilla?

- 1 ei
- 2 kyllä, millaisia \_\_\_\_\_

22 Liikuntaluokassa vallitsee tavallista kovempi kilpailuhenki oppilaiden kesken.

- 1 olen samaa mieltä
- 2 olen eri mieltä
- 3 en osaa sanoa

23 Mielestäni luokassamme vallitsee hyvä me-henki.

- 1 olen eri mieltä
- 2 olen samaa mieltä
- 3 en osaa sanoa

24 Miten mielestäsi muiden aineiden opettajat suhtautuvat liikuntaluokkaan?

- 1 en osaa sanoa
- 2 myönteisesti
- 3 kielteisesti,  
miten \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

25. Pitäisikö liikuntaluokan oppilaat sijoittaa muiden aineiden opiskelussa eri luokkiin?

- 1 kyllä
- 2 ei

Perustele vastauksesi!

---

---

26. Opiskeltaessa muita aineita luokassamme vallitsee hyvä työrauha.

- 1 olen eri mieltä
- 2 olen jokseenkin eri mieltä
- 3 olen jokseenkin samaa mieltä
- 4 olen samaa mieltä

27. Liikuntaluokka lisää koulun arvostusta.

- 1 olen samaa mieltä
- 2 olen jokseenkin samaa mieltä
- 3 olen jokseenkin eri mieltä
- 4 olen eri mieltä

28. Onko liikuntaluokka mielestäsi auttanut sinua kehittymään liikunnassa paremmin kuin ns. tavallinen luokka?

- 1 kyllä
- 2 ei
- 3 en osaa sanoa

29. Oletko kokenut, että valittuasi liikuntaluokan, olet menettänyt jotakin muussa opiskelussa

- 1 en ole kokenut menettäneeni mitään
- 2 olen menettänyt, mitä \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

30. Mitä liikuntaluokkaopiskelu on tarjonnut sinulle sellaista, mitä et tavallisessa luokassa olisi mielestäsi saanut?

---

---

31. Mitkä ovat mieluisimmat oppiaineet, jos liikuntaa ei oteta huomioon (1 = mieluisin jne.)?

- 1 \_\_\_\_\_
- 2 \_\_\_\_\_
- 3 \_\_\_\_\_

32. Mistä oppiaineista pidät vähiten (1= epämieluisin jne.)?

- 1 \_\_\_\_\_
- 2 \_\_\_\_\_
- 3 \_\_\_\_\_

33. Onko vapaa-ajan liikuntaharrastuksesi liikuntaluokan aikana

- 1 vähentynyt
- 2 lisääntynyt
- 3 pysynyt ennallaan

34. Opiskeltuasi liikuntaluokalla, hakeutuisitko kokemuksesi perusteella edelleen yläasteen liikuntaluokalle ala-asteen jälkeen?

- 1 en , miksi \_\_\_\_\_
- 2 kyllä
- 3 en osaa sanoa

35. Mikä oli keskiarvosi yläasteen viimeisimmässä arvostelussa?

Keskiarvoni oli \_\_\_\_\_

36. Kun päätät yläasteen opiskelun, niin haluaisitko jatkaa opiskeluasi

- 1 ammattikoulussa
- 2 tavallisessa lukiossa
- 3 urheilulukiossa
- 4 ammattikorkeakoulussa
- 5 muussa, missä \_\_\_\_\_



37. Mitkä seuraavista ammattialoista sinua kiinnostavat eniten? Numeroi 3 kiinnostavinta siten, että 1= kiinnostavin, 2= toiseksi kiinnostavin jne.)?

- terveydenhuolto/ sairaanhoito
- tekniikka ( esim. tietokoneala, auton asentaja jne.)
- opetusala ( muu kuin liikunta)
- kaupallinen ala
- liikunta-ala (esim. liik. opettaja, liik. ohjaaja, ammattiurheilija)
- maatalousala
- rakennusala
- muu, mikä \_\_\_\_\_

38. Haluaisitko, että liikunta liittyisi jotenkin tulevaan ammattiisi?

- 1 en
- 2 kyllä

39. Onko liikuntaluokka vaikuttanut ammattitoiveisiisi?

- 1 ei
- 2 kyllä, miten \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Kiitokset avustasi!