

PALLO PELIIN JA OPETTAJAHUONEESEEN KAHVILLE, VAI ONKO SITTENKÄÄN NÄIN?

**LIKUNNANOPETTAJAKELPOISUUDEN MERKITYKSIÄ ALAKOULUN
LIKUNNANOPETUKSEEN.**

Roosa-Mari Heikkinen ja Sanni Nissinen

Liikuntapedagogiikan pro gradu -tutkielma

Liikuntatieteellinen tiedekunta

Jyväskylän yliopisto

Kevät 2024

TIIVISTELMÄ

Heikkinen, R-M. & Nissinen, S. 2024. Pallo peliin ja opettajahuoneeseen kahville, vai onko sittenkään näin? Liikunnanopettajakelpoisuuden merkityksiä alakoulun liikunnanopetukseen. Liikuntatieteellinen tiedekunta, Jyväskylän yliopisto, Liikuntapedagogiikan pro gradu – tutkielma, 58 s, 4 liitettä.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, onko liikunnanopettajan kelpoisuudella vaikutusta alakoulun liikunnanopetukseen. Lisäksi tutkimuksessa selvitettiin, mitä merkityksiä kumpikin kelpoisuus tuo liikunnanopetukseen, millaisia “vaikutuksia” liikunnanopettajan tutkinto tuo liikuntatunteihin sekä minkälaisia liikuttajia molempien kelpoisuuksien omaavat opettajat kokevat työpaikalla olevansa. Lisänä tutkittiin liikunnanopettajan ja luokanopettajan kelpoisuuksien merkitystä oppilaiden liikuntaan suhtautumiseen ja niitä asioita, mitkä kuormittavat liikunnanopettajaa työssään. Aihe lähti omasta työkokemuksestamme liikunnan- ja terveystiedon opettajina, sillä alakoulusta tullaan yläkouluun hyvin eri tasoisina liikkujina.

Työ toteutettiin kvalitatiivisesti, eli laadullisin menetelmin kirjallisina yksilöhaastatteluin. Haastatteluun osallistui seitsemän (7) liikunnan- ja luokanopettajaa. Jokaisella opettajalla oli eri määrä työkokemusta liikunnan opettamisesta, vähintään 2,5- vuotta ja enintään 19- vuotta. Haastateltavat asuivat ja hankkivat kokemuksensa eri puolilta Suomea. Käytimme analyysimenetelmänä aineistolähtöistä sisällönanalyysia. Aloitimme aineiston analyysin pelkistämällä, eli redusoinnilla. Tämän jälkeen klusteroimme aineiston eli ryhmittelimme vastaukset.

Tulosten perusteella liikunnanopettajan kelpoisuudella on merkitystä alakoulun liikuntatunneille, mutta myös luokanopettajan kelpoisuus tuo opetukseen erilaista osaamista, mitä ei välttämättä saa pelkällä liikunnanopettajan tutkinnolla. Liikunnanopettaja kokee roolinsa koko koulun liikuttajana suureksi ja koulun liikunnallistaminen jää usein liikunnanopettajien harteille. Liikunnanopettaja voi lisäksi omalla toiminnallaan vaikuttaa positiivisesti oppilaiden liikuntaan suhtautumiseen. Liikunnanopettajat kokevat liikunnanopetuksen kuormittavana, sillä erityisoppilaiden määrä on kasvussa ja oppilaat kamppailevat mielenterveysongelmien kanssa. Lisäksi työn ulkopuolista tekemistä on paljon ja taukoja on vähän, joka kuormittaa liikunnanopettajia. Liikunnanopettajan työ koettiin yksin puurtamisena, lisäksi opetuksen avuksi on tarjolla vähän ja ryhmäkoot ovat isoja. Tämän lisäksi liikunnanopettajat kokivat lisääjän tuntien suunnitteluun vähäiseksi sekä haastatteluissa kävi myös ilmi oppilaiden huono asenne liikuntaa kohtaan.

Saatu tulos on ilmeisen siirrettävä, sillä liikunnan- ja luokanopettajan koulutus, sekä koulukulttuuri ovat varsin samanlaiset eri puolella Suomea. Tutkimuksen uskottavuutta lisää se, että jokaisella haastateltavalla oli kertynyt työkokemusta liikunnanopettajana. Lisäksi uskottavuutta tutkimukseen tuo muun muassa huolellinen ja yksityiskohtainen prosessin kuvaus itse tutkimusraportissa. Haastateltavat olivat usein samaa mieltä aiheista, joten vastauksista voi päätellä, että liikunnanopettajan tutkinnolla on vaikutusta myös alakoulun liikunnanopetuksen sisältöön.

Asiasanat: Liikunnanopettaja, luokanopettaja, alakoulu, kelpoisuus, rooli, työkuormitus, erityisoppilaat, mielenterveysongelmat

ABSTRACT

Heikkinen, R-M & Nissinen, S. 2024. Throw a ball to the game and go for a coffee at the teacher's office, or is it actually like this? Meanings of physical education teacher competence for elementary school physical education. Faculty of Physical Education, University of Jyväskylä, master's thesis in sports pedagogy. 58 p, 4 attachments.

The purpose of this study was to sort out if there is any significance in elementary school physical education lessons if you have the competence to teach physical education. In addition, the study investigated, what meanings both competencies bring to physical education, how competence affects upper elementary school's physical education lessons and what kind of movers teachers with both competencies feel they are in the workplace. It also examined the meaning of physical education teachers' competence and the classroom teacher's competence to students' attitude towards physical education and those things that burden teachers in their work. The subject of this study came from our own work experience as physical education and health education teachers because students come to upper elementary school as movers at different levels.

The study was implemented qualitative with qualitative methods like written individual interviews. Seven (7) physical education and classroom teachers participated in the interviews. Every one of them had a different amount of experience as a physical education teacher, at least 2,5 years and 19 years at most. Interviewees have lived and acquired their work experience in different parts of Finland. As the analysis method, we used material-based content analysis. We started analysis with reducing analysis and after that, we grouped the answers.

According to results, the competence of a physical education teacher plays a significant importance in an elementary school's physical education class, although the competence of a classroom teacher brings a different kind of educational aspect, that may not solely be acquired with the master's degree in physical education. A physical education teacher experiences his/her role to be significant when it comes to educating and exercising the school. A task that often relies on the physical education teacher alone. By self-management, a physical education teacher can reflect positively on the student's general attitude towards exercise. Physical education teachers experience physical education to be more burdening as the number of special needs students are increasing and students struggle with mental health problems. Also, there is a lot of additional work and not a lot of breaks, which burdens physical education teachers. The work of a physical education teacher was experienced as lonesome, extra help is rarely available and the group sizes are large. In addition, physical education teachers often felt that additional time for planning the lessons was minimal and the student interviews revealed a poor attitude towards physical education.

The obtained result is transferable, as the education of physical education and classroom teachers, as well as the school culture, are quite similar in different parts of Finland. The credibility of the research is increased by the fact that each interviewee had accumulated work experience as a physical education teacher. In addition, a careful and detailed description of the process in the research report itself brings more credibility. The interviewees often agreed on the topics, so based on the answers it can be concluded that the physical education teacher's degree has an impact on the elementary school level as well.

Keywords: Physical education teacher, classroom teacher, elementary school, qualification, role, workload, special needs students, mental health issues

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO.....	1
2	OPETUSTYÖ.....	3
2.1	Liikunnanopettajan työ.....	3
2.2	Kaksoiskelpoinen opettaja.....	5
2.3	Opettajan työssä jaksaminen.....	5
2.4	Liikunnanopettajan työn muutos ja kuormittavuus.....	8
3	KOETTU PÄTEVYYS OPETUSTYÖSSÄ.....	11
3.1	Koettu pätevyys ja minäpystyvyys.....	11
3.2	Motivaatio ja viihtyminen opetustyössä.....	12
4	LIIKUNTAAN OSALLISTUMINEN.....	14
4.1	Oppilaiden liikkuminen ja sen muutokset.....	14
4.2	Liikuntaan suhtautuminen ja liikuntamotivaatio.....	15
5	TUTKIMUSTEHTÄVÄ JA TUTKIMUSKYSYMYKSET.....	17
6	LAADULLINEN TUTKIMUS TUTKIMUKSEN LÄHESTYMISTAPANA.....	18
6.1	Tutkimusote.....	18
6.2	Tutkimukseen osallistujat.....	18
6.3	Aineiston hankinta.....	20
6.4	Aineiston analyysi.....	21
7	TULOKSET.....	23
7.1	Ala- ja yläkoulun kelpoisuuden merkitys liikunnanopettajuuteen.....	23
7.2	Kelpoisuuden merkitys alakoulun liikuntatunteihin.....	25
7.3	Kelpoisuuden merkitys oppilaiden liikuntaan suhtautumiseen.....	28

7.4 Oman toiminnan merkitys oppilaiden liikuntaan suhtautumiseen	30
7.5 Opettajan rooli lasten liikuttajana.....	32
7.6 Työn kuormittavuus, muutokset ja resurssit.....	33
7.7 Muita mietteitä.....	37
8 POHDINTA.....	40
8.1 Keskeiset tulokset.....	40
8.2 Tutkimuksen kriittinen tarkastelu.....	44
8.3 Tutkimuksen luotettavuus ja jatkotutkimusehdotukset	46
LÄHTEET	48

LIITTEET

Liite 1: Haastattelupyyntö

Liite 2: Saatekirje

Liite 3: Kysymyslomake

Liite 4: Aineiston analyysiprosessin esimerkkikuvaus

1 JOHDANTO

“Koulujen liikunnanopetukseen pitäisi tehdä muutoksia ja panostaa huomattavasti nykyistä enemmän.” Alakoulussa liikuntaa opettaa usein luokanopettaja ja liikunnanopettaja astuu kuvaan vasta seitsemännellä luokalla. Luokanopettajakoulutukseen verrattuna liikuntapedagogiikkaa opiskellaan liikunnanopettajan koulutuksessa monikymmenkertainen määrä. “Tämä on merkittävä tekijä liikunnalliseen elämäntapaan kasvattamisessa. Alakoulun liikuntaa opettavien koulutuksen pitäisi olla sellainen, että heillä olisi vahvempi osaaminen liikuntakasvatukseen, kuin mitä se tänä päivänä on. Vaihtoehtoisesti liikunnan aineenopettajan opetusta alakoulussa tulisi lisätä.” (Rautajoki, 2023)

Tutkimuksen aihe lähti omasta elämästäimme, työskentelemme molemmat liikunnan- ja terveystiedon opettajina ylä- ja alakoulussa. Olemme itse työssämme huomanneet, että seitsemäsluokkaiset tulevat yläkouluun todella eri tasoisina liikkujina. Pysähdyimme pohtimaan, mitkä asiat vaikuttavat alakoululaisten motivaatioon ja liikuntataitoihin liikuntatunneilla ja miten ne saisi siirrettyä yläkouluun. Omien havaintojemme perusteella yläkoululaisten liikuntaan suhtautuminen on ajoittain huonoa, eikä liikuntamotivaatiota aina löydy. Lähdimme pohtimaan, onko tällä yhteyttä siihen, että alakoulun liikuntatunteja opettaa usein luokanopettaja, eikä liikunnan aineenopettaja. Jyväskylän yliopiston (2023) mukaan luokanopettajan pakollisia liikunnan opintoja tulee suorittaa 6 opintopistettä ja jos liikunnan haluaa valita sivuaineeksi, tulee opintoja yhteensä 25 opintopistettä. Saako näin pienellä liikunnan opintomäärällä tarvittavat taidot opettaa alakoululaisia monipuolisesti, herkkyyksikaudet huomioiden sekä kasvamaan liikunnalliseen elämäntapaan? Meitä kiinnosti kysyä mielipidettä sellaisilta opettajilta, jotka ovat päteviä opettamaan liikuntatunteja ylä- ja alakoulussa sekä omaa luokkaa alakoulussa. Mitkä asiat heidän mielestään vaikuttavat oppilaiden motivaatioon liikuntaa kohtaan ja mitä eroa sillä on, jos liikuntaa opettaa alakoulussa liikunnanopettaja tai luokanopettaja?

Opetushallitus (2014) kuvaa 3.–6.- luokalla liikunnan oppiaineen tehtäväksi vaikuttaa positiivisesti oppilaiden hyvinvointiin niin psyykkisesti, sosiaalisesti kun fyysisestikin lisäten myönteistä suhtautumista omaan kehoon. Oppiaineessa on tärkeä huomioida oppituntien positiiviset kokemukset ja liikunnalliseen elämäntapaan ohjaaminen. Liikunnan tarkoitus on kasvattaa liikkumaan liikunnan avulla, ja osatekijöitä liikuntaan kasvamisessa ovat ikä-kehitystason mukainen fyysinen aktiivisuus, motoristen perustaitojen oppiminen sekä fyysisten

ominaisuuksien harjoittaminen. Pääpainona opetuksessa nähdään motoristen taitojen vakiinnuttaminen sekä monipuolistaminen sekä lisäksi sosiaalisten taitojen vahvistaminen.

Pro gradu -tutkielmamme tarkoituksena on tutkia, onko liikunnanopettajan kelpoisuudella merkitystä alakoulun liikunnanopetukseen. Lisäksi tutkimme, mitä merkityksiä kumpikin kelpoisuus, luokanopettaja sekä liikunnanopettaja tuo liikunnanopetukseen, millaisia vaikutuksia liikunnanopettajan tutkinnolla on liikuntatunteihin sekä minkälaisia liikuttajia molempien kelpoisuuksien omaavat opettajat kokevat työpaikalla olevansa. Pohdimme myös, miten liikunnan- ja luokanopettajan kelpoisuus vaikuttaa oppilaiden suhtautumiseen liikuntaa kohtaan. Lisäksi tutkimme, mitkä asiat kuormittavat liikunnanopettajaa työssään ja mitä puutteita hän kokee opettajuudessaan.

2 OPETUSTYÖ

2.1 Liikunnanopettajan työ

Opetustoimen laatima opetussuunnitelma on asiakirja, joka määrittelee koulun kasvatusta ja opetustyötä. Siinä tulee ilmi koulun toiminnalle asetetut tavoitteet. (Launonen & Pulkkinen 2000) Opetushallitus (2014) kuvaa liikunnan opetuksen tarkoituksiksi vaikuttaa oppilaiden hyvinvointiin tukemalla heidän fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä, sekä lisäksi myönteistä suhtautumista omaan kehoon. Liikuntatunneilla oppilaat kasvavat liikkumaan ja liikunnan avulla, eli tunneilla vahvistetaan oppilaiden liikuntaan kasvatusta. Tunneilla on tarkoitus harjoitella motorisia perustaitoja, fyysisesti aktiivista toimintaa sekä fyysisiä ominaisuuksia erilaisissa ympäristöissä. Lisäksi liikunnan avulla kasvamisessa harjoitellaan toisia kunnioittavaa vuorovaikutusta, pitkäjänteisyyttä, vastuullisuutta, tunteiden tunnistamista ja säätelyä sekä myönteisen minäkäsityksen kehittymistä. (Opetushallitus 2014)

Liikunnanopettajan työ on hyvin samantapaista, kun kenen tahansa opettajan ja siinä korostuu ammatillinen sisältöosaaminen, yhteiskunnallinen kasvatustehtävä ja työn eettinen perusta (Salin, Huhtiniemi & Hirvensalo 2017). Liikunnanopettajan rooli saatetaan sekoittaa pelkän urheilutoiminnan tarjoajan rooliin. Liikunnanopettaja yhdessä muiden opettajien kanssa työskentelee samanlaisten koulutustavoitteiden saavuttamiseksi ja sen lisäksi heillä on tarkoituksena kehittää oppilaiden fyysisiä taitoja. Liikunnanopettaja täyttää samanaikaisesti opettajan, valmentajan sekä urheilijan roolit käyttäen opetuksen pohjana opetussuunnitelmaa. Liikuntatunneista tulee myös tehdä oppilaille mieleisiä ja haastavia, jotta kiinnostus liikuntatunneissa pysyy. (Hind & Palmer 2007)

Liikunnanopettajan työ on henkisesti sekä fyysisesti raskasta, joka päivä on otettava huomioon monia erilaisia rooleja sekä vastuun eri tasoja. Opettajan tulisi jakaa omaa tietotaitoaan ja hyviä käytänteitä soveltamalla tietojaan sekä ymmärrystään oppilaiden suoriutumiseen vaadittavista taidoista ja fyysisistä ominaisuuksista. Liikunnanopettajan tulee edistää oppilaiden fyysistä aktiivisuutta, jotta liikunta olisi nautinnollista ja elinikäistä. Tunneilla tulee huomioida oppilaiden tunteet ja tarpeet, jotta ilmapiiri oppimiselle on suotuisa. Opettajan tärkeä tehtävä on myös pitää huolta oppituntien turvallisuudesta. (Brouwers Tomic & Boluijt 2011) Heikinaro-Johanssoniin ja Lyyraan (2018) nojaten fyysisesti turvalliseen oppimisympäristöön liittyy myös oppilaiden kokema turvallinen ilmapiiri, jossa ketään ei loukata. Tällainen ilmapiiri

myös mahdollistaa jokaisen osallisuuden toimintaan. Opettaja varmistaa, miten liikuntatunneilla tulee käyttäytyä, mitä saa tehdä ja mikä on kiellettyä. (Heikinaro-Johansson & Lyyra 2018) Hind ja Palmer (2007) lisäksi kertovat liikuntatuntien suunnittelun edellyttävän opettajilta inklusiota, jotta kaikille lapsille voi tarjota yhtäläiset mahdollisuudet hankkia sekä kehittää taitoja.

Liikunnanopettajan on tarkoitus luoda monipuolisia oppitunteja ja suotuisa ilmapiiri oppimiselle. Opettajalla on siihen käytössään esimerkiksi Mosstonin ja Ashworthin (2008) luomat opetustyyli, joita opettajan tulee monipuolisesti käyttää opetuksessaan. (Hind & Palmer 2007) Opetustyyli toimivat viitekehyksenä ja apuvälineenä liikunnan opettamisessa sekä apuvälineenä myös opettajan oman opetustoimintansa analysoimisessa (Jaakkola & Säsklahti 2017.) Opettaja organisoii ja pyrkii edistämään oppimista. Opettaja valitsee suotuisan työtavan kullekin tunnille säädellen samalla opettajan ja oppilaan välistä sekä oppilaiden keskinäistä vuorovaikutusta. (Heikinaro-Johansson & Lyyra 2018)

Liikunnanopetuksessa opiskeluympäristö on vaihtelevaa ja poikkeakin näin muiden kouluaineiden opiskeluympäristöstä. Liikuntaa opetetaan erilaisissa tiloissa ja vaihtelevilla välineillä, joka asettaa tietynlaiset rajat sekä mahdollisuudet oppimisprosessin toteutukseen. (Heikinaro-Johansson & Lyyra 2018) Liikunnanopettajan työssä vaaditaan äänenkäyttöä ja organisointia, sillä ympäristöt ovat erilaisia ja muuttuvia. Muuttuvien ympäristöjen lisäksi oppilaat tulee pitää hallinnassa jatkuvassa liikkeessä paikasta toiseen. (Brouwers ym. 2011)

Onnistunut liikuntatunti vaatii liikunnanopettajalta organisointia. Organisointi vaatii riittävää suunnittelua etukäteen, jossa opettajan tulee määrittellä tunnin tavoitteet, opetusmenetelmät sekä erilaisiin toimintoihin käytetty aika. Lisäksi liikunnanopettajan tulee huomioida yksilöt ja ryhmä toiminnan tavoitteiden mukaisesti. (Rantalainen & Kaski, 333. 2017) Liikunnanopettaja käyttää pedagogista sekä didaktista vapauttaan päättäen opetuksen toteutuksen. Liikuntatuntin suunnittelu vaatii jatkuvaa päätöksentekoa ja siinä huomioidaan tavoitteet, yksilölliset tarpeet, tilat, tuntimäärät ja välineet. Opettaja tekee myös monia pedagogisia ratkaisuja valitessaan kullekin ryhmälle sopivia työtapoja ja sisältöjä. (Heikinaro-Johansson & Lyyra 2018)

Liikunnanopettajan työ ja sen moninaisuus on hyvä ymmärtää, jotta pystymme tarkastelemaan sen tuomaa kuormittavuutta, muutosta sekä opettajantyössä jaksamista.

2.2 Kaksoiskelpoinen opettaja

Kaksoiskelpoisella opettajalla tarkoitetaan sellaista opettajaa, jolla on kelpoisuus toimia luokanopettajana alakoulussa sekä aineenopettajan yläkoulussa (Meri 2005, 253). Luokanopettajaopiskelijat voivat sisällyttää toisen opetettavan aineen maisterin tutkintoon. Myös aineenopettajaopiskelijat voivat hakea sivuaineeksi peruskoulussa opettavia monialaisia opintoja, joilla saa luokanopettajan kelpoisuuden. (Jakku-Sihvonen 2005) Luokanopettajaksi kelpoinen henkilö on suorittanut kasvatustieteen maisterin tutkinnon, vähintään 60 opintopisteen laajuiset opettajan pedagogiset aineopinnot sekä vähintään 60 opintopisteen monialaiset opinnot (Asetus 865/2005 4§; Kasvatustieteiden tiedekunnan opinto-opas 2009–2010, 183). Aineenopetusta on kelpoinen opettamaan henkilö, joka on suorittanut ylemmän korkeakoulututkinnon ja vähintään 60 opintopisteen laajuiset opinnot kaikissa aineissa, joita hän opettaa. Nämä opinnot koostuvat perusopinnoista ja aineopinnoista. Tämän lisäksi opettajilla tulee olla tehtynä vähintään 60 opintopisteen laajuiset opettajan pedagogiset opinnot. (Asetus 865/2005 5§)

Meriläisen (1999, 32) ja Tynjälän (2011, 83) mukaan asiantuntijuutta käsitteenä voidaan tarkastella myös opettajan osaamisen alueina. Silloin tarkastellaan sitä, mitä kaikkea opettajan laaja-alaiseen asiantuntijuuteen sisältyy ja millaiset valmiudet laaja-alainen opettajankoulutus, eli kaksoiskelpoisuus antaa laaja-alaisen asiantuntijuuden kehittymiselle työelämässä. (Meriläinen 1999, 32, Tynjälän 2011, 83 mukaan) Sillanpää (2020) on todennut Kuntarekryyn (2020) viitaten, että auki olevissa luokanopettaja virkojen hakuilmoituksissa ilmenee, että esimerkiksi vuorovaikutus ja tiimityöskentelytaitojen lisäksi arvostetaan myös kelpoisuutta opettaa lisäksi jotain ainetta, erityisesti taito- ja taideaineita.

2.3 Opettajan työssä jaksaminen

Opettajan työ on keskittynyt perinteisesti itsenäisesti omassa luokassa tapahtuvaksi opettamiseksi sekä kasvattamiseksi. Työkulttuurin muuttuessa yhteistoiminnallisemmaksi, uudet toimintatavat ja lisääntynyt työmäärä luovat opettajille paineita. Koulun oppilaisissa sekä oppimisympäristöissä on tapahtunut paljon muutoksia, joista yksittäinen opettaja ei selviydy yksin. Opettajat kokevat, että työn arvostus on muuttunut viime vuosina huonompaan suuntaan. Lisäksi työn vaatimukset koetaan suuriksi sekä riittämättömyyden tunne on läsnä opettajan

työssä. (Salovaara & Honkonen 2013, 147) Työn vaatimusten lisääntyminen näkyy esimerkiksi työn määrällisten vaatimusten kuormittavuutena. Jatkuva kiire sekä työn ruuhkautuminen kuormittavat opettajia. Lisäksi opettajista tuntuu, että he eivät pysty vaikuttamaan työtahtiin ja se näkyy esimerkiksi taukojen vähäisyydessä. Kokemus mahdollisuudesta vaikuttaa koulu- tai oppilastasolla oman työnsä kannalta tärkeisiin päätöksiin oli huono. (Pahkin, Vanhala & Lindström 2007)

Työhyvinvointi jakautuu neljään eri osaan, fyysiseen, henkiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin sekä omaan työhön asennoitumiseen. (Salovaara & Honkonen, 19, 2013, Moisio 2010, 88 mukaan) Työhyvinvointia vähentää työn kuormittavuus, vähäiset vaikuttamismahdollisuudet, huonoksi koetut ihmissuhteet työpaikalla, johtamisen ongelmat sekä jatkuvat muutokset. Työtyytyväisyyttä taas heikentää epätasaisesti jakautuneet työt, työn epäselvät odotukset, palautteen vähyys, kokemus siitä, ettei esimies välitä ja lisäksi tunne siitä, että omaa työtä ei arvosteta ja työntekijää kohdellaan epäoikeudenmukaisesti. Hyvinvoinnin kannalta on tärkeää opettajan omat stressinhallintakeinot. Näitä ovat esimerkiksi omien työtapojen kehittäminen ja ongelmien ratkaiseminen työyhteisössä. On olennaista, miten ongelmiin ja puutteisiin suhtaudutaan sekä miten niitä käsitellään. (Salovaara & Honkonen 2013, 205) Brouwers ym. (2011) määrittelevät itsetehokkuutta uskona omiin kykyihin. Lisäksi se auttaa organisoimaan ja toteuttamaan toimintalinjoja, joita vaaditaan tiettyjen saavutusten saavuttamiseksi. Työn hallinta, sosiaalinen tuki sekä työn vaatimukset ovat työhön liittyviä piirteitä ja itsetehokkuus kertoo, kuinka tehokkaasti opettaja selviytyy näiden asioiden kanssa työssään. Itsetehokkuuteen vaikuttaa myös stressi sekä masennuksen tunteet ja se on liitetty vahvasti osaksi opettajien burnoutia. (Brouwers ym. 2011)

Opettajan työssä on opetuksen lisäksi paljon muutakin tehtävää. Jotta opettaja jaksaa työssään, on tärkeää, että antamisen ja saamisen vaakakuppi on tasapainossa eli opettajan panostus työhönsä on tasapainossa sen kanssa, mitä hän kokee saavansa työstään. On myös tärkeää, että opettajaa arvostetaan työssään. Silloin uupuminen on epätodennäköisempää ja opettaja ei kuormitu liikaa. (Salovaara & Honkonen 2013, 21) Brouwers ym. (2011) mukaan sosiaalisen tuen puute työpaikalla voi aiheuttaa opettajille työuupumusta. Opettajat kaipaavat työkavereiltaan tukea, ystävyyttä sekä apua jaksakseen työssään. Työkavereiden sekä lisäksi rehtoreiden sosiaalinen tuki ehkäisee emotionaalista uupumista, itsensä ulkopuoliseksi tuntemista sekä henkilökohtaisten saavutusten arvostusta. (Brouwers ym. 2011) Malisen ja Palmun (2017) mukaan yhteisopettajuudessa kaksi tai useampi opettaja vastaa yhdessä

oppilasryhmän opetuksen suunnittelusta, toteutuksesta sekä arvioinnista. Se on työtapa, jonka avulla on mahdollisuus oppia ja saada tukea kollegalta. Opettajien kiinnostus yhteisopettajuutta kohtaan on kasvussa ja sitä Jyväskylän yliopiston opettajankoulutuksen harjoittelussa voikin jo kokeilla. (Malinen & Palmu 2017) Linturin ja Rubiniin (2011) nojaten, tiimityöskentely ja yhdessä oppiminen on työkalu, joka kykenee vastaamaan muuttuneen todellisuuden haasteisiin.

Pahkin ym. (2007) suorittivat tutkimuksen, jonka tarkoituksena oli kerätä tietoa opetusalan työyhteisöstä sekä opettajien hyvinvoinnista. Tutkimus suoritettiin vuonna 2007 ja se lähetettiin postikyselynä 700 opettajalle. Alle 55- vuotiaita vastaajia oli 300 ja vähintään 55- vuotiaita oli 400. Tutkimuksessa kävi ilmi, että opettajat kokevat työroolinsa sekä vastuunsa selkeänä. Ongelmana koettiin ylimääräinen työ, joka ei kuulu opettajan toimenkuvaan. Lisäksi vähäiset resurssit ylimääräisen työn hoitamiseen tuo lisätaakkaa. Sosiaaliset suhteet toimivat voimavarana työssä ja koulun ilmapiiri koettiin pääsääntöisesti hyväksi. Esimiehiltä kaivattiin enemmän tukea ja apua työn ja taitojen kehittämiseen. Yksi keskeisistä tuloksista koski kuntien ja organisaatioiden kykyä huolehtia ja olla kiinnostuneita työntekijöiden terveydestä ja hyvinvoinnista. 30 % opettajista oli kokenut sanallista väkivaltaa niin oppilaiden, kun vanhempien taholta. Suuri osa vastaajista koki työn myös uuvuttavana ja stressaavana. (Pahkin ym. 2007)

Muuttuvassa yhteiskunnallisessa tilanteessa opettajat saattavat kokea voimattomuutta sekä kärsimystä keinojen vähäisyydestä. Opettajien toivotaan konservatiivisen säilyttäjän roolin vastaisesti toimivan yhteiskuntaa uudistavana ja proaktiivisena. Opettajat koittavat muuttaa omia toimintamallejaan jatkuvan muutoksen läsnä ollessa. (Säntti 2008) Tulevaisuuden opettajan katsotaankin olevan valmis osallistumaan aktiivisesti yhteiskunnalliseen keskusteluun, vaikuttavan keskustelun sisältöön sekä suunnata keskustelua. Opettajan nähdään siis olevan aktiivinen yhteiskuntakehittäjä. (Ranta 2020, Luukkaisen 2000, 234 mukaan) Opettajan halua rakentaa ja muuttaa opettajuuttaan sekä kiinnostusta osallistua yhteiskuntaa liittyvään keskusteluun kuvataan käsitteellä refleksiivinen opettajuus. (Luukkainen 2004, 192-193.) Tämän lisäksi opettajalta odotetaan oman opettajuutensa kehittämistä ja opettajan tehtävässä korostuukin tulevaisuudessa vahva henkilökohtainen kasvatusnäkemys sekä ympäristön muutoksen jäsentely peilaten sitä omaan työhön. (Ranta 2020, Luukkaisen 2000, 234 mukaan) Kouluja saatetaan kehittää kehittämisen itsensä vuoksi, josta seuraa opettajien väsymystä uudistamistyöhön. Opettajat ovat velvollisia toteuttamaan ylhäältä annettuja

uudistamiskehotuksia koulun hyväksi, joka saattaa olla pois ajasta oppilaiden kanssa työskentelemiseen. (Säntti 2008)

2.4 Liikunnanopettajan työn muutos ja kuormittavuus

Opettajan työ on muutoksessa ja puhutaan uudenlaisesta opettajuudesta. Sillä viitataan yhteistyön merkityksen lisääntymiseen, yhteiskunnalliseen osallistumiseen ja vaikuttamiseen sekä tutkivaan suuntautumiseen oman ammatillisen osaamisen edistämiseksi, jotta muutosta saadaan aikaan. Opettajat tarvitsevat eväitä kyetäkseen ratkomaan moninaisia oppilaiden elämäntilanteista syntyviä ongelmia sekä ottamaan huomioon oppijoiden yksilöllisyyden. Opettajan työssä haasteena onkin kyky hahmottaa oman työnsä muuttuvat yhteisölliset sekä yhteiskunnalliset ulottuvuudet ja lisäksi kyky tukea yksilön kokonaisvaltaista kasvua kouluyhteisössä. (Launonen & Pulkkinen, 2000) Liikunnanopettajan työssä vaikutusmahdollisuudet on koettu vähäisiksi. Työn vaikutusmahdollisuuksien vähäisyys näkyy esimerkiksi oppilasaineksessa, opetustilojen etäisyydessä tai niiden saatavuudessa sekä opetusryhmien koossa tai työajoissa. Liikunnanopettajan työssä on koettu työstressiä. Työstressi voidaan määritellä työn suurten haasteiden sekä pienten vaikutusmahdollisuuksien yhdistelmäksi. Kuitenkin suurin osa liikunnanopettajista kokee työnsä mielekkääksi varsinkin työuran alussa. (Salin, Huhtiniemi & Hirvensalo 2017)

Liikunnanopettajan työn lisäksi opetuksen ulkopuoliset tehtävät ovat lisääntyneet. Niitä ovat esimerkiksi luokanvalvojan tehtävät, yhteydenpito vanhempiin, yhteissuunnittelu ja kokoukset. Liikunnanopettajat usein suunnittelevat juhlaohjelmia sekä erilaisia tapahtumia ja liikuntapäiviä. Liikunnanopettajat ovat keskeisessä tehtävässä myös aktiivoiden oppilaitosten toimintakulttuuria. Muut opettajat tarvitsevat usein liikunnanopettajan apua integroidessaan liikuntaa ja toiminnallisia työtapoja omiin oppiaineisiinsa. (Salin, Huhtiniemi & Hirvensalo 2017)

Fyysisen aktiivisuuden edistämistoimet sijoittuvat kouluissa eri tasoille, riippuen toimenpiteiden laajuudesta sekä kohderyhmästä. (Rajala, Turpeinen & Laine 2013) Fyysisen aktiivisuuden väheneminen tuo muutospainetta liikunnanopettajalle ja hänen odotetaan edistävän oppilaiden hyvinvointia sekä arjen fyysistä aktiivisuutta kokonaisvaltaisesti ja myös liikuntatuntien ulkopuolella. Laajentuneen ja muuttuneen työnkuvan takia liikunnanopettaja

nähdään tulevaisuudessa hyvin koulutettuna, fyysisen hyvinvoinnin ammattilaisena, jonka tehtävä on vastata koko koulun terveystoiminnasta ja toimintakulttuurin liikunnallistamisesta. Tämän lisäksi siihen odotetaan kuuluvan oppilaiden henkilökohtaisena liikuntaneuvojana toimiminen. (Lyyra, Palomäki & Heikinaro-Johansson 2016) Jotta liikuntaa saadaan lisää koulupäiviin, edellyttää se rehtorin ja henkilökunnan yhteistä määrätietoisuutta, sekä nuorten kohtaamista yksilöinä. Jos koulua halutaan muuttaa toiminnallisemmaksi, siihen tarvitaan oppilaiden kuulemista ja kuuntelemista, heistä kiinnostumista sekä aitoa toimintaan osallistamista. (Rajala, Turpeinen & Laine 2013)

Siljamäki & Anttila (2022) ovat todenneet Kuusoon ym. (2019) viitaten, että ulkomaalaistaustaisten henkilöiden määrä Suomessa on kymmenen vuoden aikana kaksinkertaistunut ja tulevaisuudessa sen nähdään edelleen lisääntyvän. Siljamäki ym. (2022) mukaan liikuntakasvatuksessa kulttuurien välinen osaaminen liittyy siihen, miten opettaja tukee kaikkien oppilaiden yhtäläisiä mahdollisuuksia osallistua liikuntaan kielestä, uskonnosta tai kulttuurista riippumatta. Liikunnanopettajien tulee olla tietoisia oppilaan sekä oppilaan perheensä kulttuuriin tai uskontoon liittyvistä arvoista. (Siljamäki ym. 2022) Liebkind (1994) 192–194, 196; Vastamäki (2004) mukaan maahanmuuttajalapsi kokee uuden kulttuurin ja opettajat muuttaessaan Suomeen ja opettajan sekä oppilaan suhde voi olla erilainen, kuin hänen kotimaassaan. Maahanmuuttaja pohtii päivittäin käyttäytymistään ja tulkitsee muiden käyttäytymistä peilaten sitä omaansa. Suomessa koulujen resursseja on vähennetty, joten esimerkiksi sellaiset oppilaat, jotka eivät osaa suomen kieltä, lisäävät opettajien painetta ja kiirettä isojen luokkien keskellä. Opettajien halu maahanmuuttajien sopeuttamiseksi on suuri, mutta mahdollisuuksia siihen on entistä vähemmän. (Liebkind 1994 192–194, 196; Vastamäki 2004)

Liikunnanopettaja saattaa kohdata myös työssään haastavia vanhempia sekä erityisoppilaita. Ne saattavat kuormittaa liikunnanopettajan työtä, tai aiheuttaa subjektiivista turvattomuuden tunnetta. (OAJ 2019) Soveltava liikunta tarkoittaa opetustilannetta, jossa tulisi huomioida jokaisen oppilaan kiinnostuksen kohteet sekä valmiudet, kehitysvaiheet ja yksilölliset erityistarpeet. Koululiikunnassa tavoitteet ovat samat myös erityisoppilaille. (Kosonen 2019, Segercrantz 2001, 22 mukaan) Usein erityistä tukea vaativat oppilaat saatetaan integroida yleisopetukseen muiden ryhmien sekaan ja heillä saattaa olla apuna koulunkäyntiavustaja tunneilla. (Kosonen 2019, Jaakkola, Liukkonen & Sääkslahti 2013, 412–415 mukaan)

Siljamäki & Anttila (2022) keräsivät tutkimusaineiston yhdenvertaisuuskurssin yhteydessä, joka järjestettiin Jyväskylän yliopiston liikuntatieteellisessä tiedekunnassa vuosina 2020–2021. Tämä kurssi sitoi yhteen kulttuurien välisen osaamisen, tuen tarpeen liikunnassa, sukupuolisuuden ja seksuaalisuuden huomioimisen sekä soveltavan liikunnan. Iso osa tutkimukseen osallistuneista opiskelijoista koki, että kulttuuriseen moninaisuuteen liittyvä opetus tulisi olla välttämätöntä. Tutkimuksen perusteella liikunnanopettajakoulutukseen olisi tarve säilyttää kaikille pakolliset ja erilliset kurssit, joissa voidaan keskittyä kulttuurien välisten osaamisten kehittämiseen. (Siljamäki & Anttila 2022)

Yläkoululaiset viettävät arkivuorokaudesta koulussa noin kolmasosan, joten koulun rooli fyysisenä aktiivisuuden mahdollistajana on merkittävä. Koulun toimintakulttuuria on liikunnallistettu muun muassa Liikkuva koulu- hankkeella, johon koko koulun toimijoiden tulisi yhdessä osallistua. Liikunnanopettajista yli puolet on kokenut, että liikunnallistaminen kouluissa on jäänyt yksin heidän harteilleen lisäten kiirettä, räsitystä ja työmäärää. Silti he kokivat, että liikunnallistamisen eteen tehtiin liian vähän töitä. Liikunnallistamisen lisääminen koettiin tuoneen uusia työtehtäviä jo vanhojen päälle, eikä se muuttanut liikunnanopettajien työnkuvaa. Liikunnanopettajia lähestyttiin liikunnan- ja terveystiedon opettajien pedagogisen aineopettajajärjestön Liikunnan ja Terveystiedon Opettajat ry:n valtakunnallisen jäsen sähköpostilistan avulla kahdesti vuonna 2016. Liikunnanopettajista 58 prosenttia koki olevansa jokseenkin tai täysin saman mieltä sen väitteen kanssa, että liikunnallistaminen jää omassa koulussa vain liikunnanopettajan harteille. Koulupäivien liikunnallistaminen nähtiin liikunnanopettajan työnkuvassa eniten työmäärää sekä kiirettä lisäävänä. Miesliikunnanopettajat kokivat arvostuksen nousun työyhteisössä vahvemmin, kun naiset, kun taas naiset painottivat vastauksissa kiireen lisääntymistä. Lisäksi tutkimuksessa tutkittiin, vaikuttaako vastaajien työkokemus liikunnanopettajana vastauksiin. Alle 10 vuotta liikunnanopettajana toimineen opettajan mielestä kiire oli lisääntynyt enemmän, kuin pidemmän työuran tehneiden opettajien mielestä. Liikunnanopettajat saivat myös kertoa avoimessa vastauskentässä muita asioita, jotka ovat vaikuttaneet heidän työnkuvaansa. Sieltä nousi esiin välituntien työntäyteisyys, liikuntavälineistä huolehtiminen ja liikunnallistamiseen liittyvä muu organisointi. (Lehmuskallio & Toskala 2018)

3 KOETTU PÄTEVYYS OPETUSTYÖSSÄ

3.1 Koettu pätevyys ja minäpystyvyys

Koettu pätevyys on yksi ihmisen psykologisista perustarpeista. Koetun pätevyyden osa-alueita ovat esimerkiksi koettu sosiaalinen pätevyys, koettu fyysinen pätevyys, koettu tunnepätevyys ja koettu tiedollinen pätevyys. (Liukkonen & Jaakkola 2013, 150) Koettu pätevyys kokonaisuudessaan tarkoittaa ihmisen kokemusta omista kyvyistään ja -siitä, miten ne riittävät erilaisiin tehtäviin ja haasteisiin (Deci & Ryan 2000). Opettajan työssä on tärkeää, että opettaja kokee työn tarvitsevan hänen ammattitaitoaan ja että työssä on tarpeeksi hänen ammattitaitoaan vastaavia tehtäviä. Mikäli opettajan mielestä työssä on liikaa sellaisia tehtäviä, jotka opettaja kokee työhön kuulumattomiksi, voi kokemus ammattitaidosta ja pätevyydestä horjua. Opettajan työssä tällaisia tehtäviä voivat olla esimerkiksi kirjaaminen, erilaiset kampanjat ja keräykset, tapahtumien järjestämisvastuu ja erilaiset kehittämistyöryhmät. (Salovaara & Honkonen 2013, 21)

Myös minäpystyvyys liittyy keskeisesti opettajan työhön. Opettajan työssä se voidaan nähdä uskomuksena omista kyvyistään edistää oppilaiden oppimista. Opettajan minäpystyvyys liittyy myös uusien opetustyylien omaksumiseen ja se voi näkyä myös opiskelijoiden oppimistuloksissa ja motivaatiossa. (Yada, Tolvanen, Malinen ym. 2019, 14) Minäpystyvyyden käsite on osa Banduran (1977) luomaa sosiaaliskognitiivista teoriaa, jossa minäpystyvyys käsitteellä tarkoitetaan yksilön omia käsityksiä osaamisestaan, kyvyistään pärjäämisestään eli yksinkertaisesti sitä, miten yksilö uskoo itseensä ja omaan toimintaansa erilaisissa tilanteissa. Korkean minäpystyvyyden omaava opettaja sietää myös enemmän stressiä ja ei pala työssään loppuun niin helposti (O'Neill & Stephenson 2012; Yada, Tolvanen, Malinen ym. 2019, 14). Opettajan minäpystyvyys voi kehittyä, mutta myös heikentyä. Kehittymiseen vaikuttavat esimerkiksi myönteiset kokemukset, onnistumiset, toisilta opettajilta saadut mallisuoritukset sekä toisten kannustaminen. Minäpystyvyys voi heikentyä, mikäli tehtävät ovat liian haastavia ja kokemukset toisten kannustukseen nähden ristiriitaisia. (Bandura 1977, 198) Voimakkaimmin minäpystyvyyteen vaikuttavat kuitenkin opettajan aiemmat henkilökohtaiset kokemukset tilanteiden hallinnasta. Epäonnistumiset heikentävät sitä erityisesti silloin, jos niitä sattuu suorituksen alkuvaiheessa ja uutta taitoa opetellessa. (Bandura, 1997, 195)

3.2 Motivaatio ja viihtyminen opetustyössä

Jotta opettaja pystyy antamaan työlleen täyden panoksensa, on hänen koettava työnsä ja tekemänsä tehtävä tärkeäksi sekä merkitykselliseksi itselleen. Myös työn antama henkilökohtainen arvo on tärkeää opettajan työssä. (Salovaara & Honkonen 2013, 142) Motivaatiotekijöitä on sekä sisäisiä että ulkoisia ja ne molemmat vaikuttavat työmotivaatioon. Sisäisiä motivaatiotekijöitä voi olla esimerkiksi halu opettaa ja tehdä töitä oppilaiden kanssa, oma kiinnostus kehittyä työssään ja uuden oppiminen. Ulkoisia motivaatiotekijöitä ovat esimerkiksi raha, työuralla eteneminen ja kouluttautumismahdollisuudet. (Salovaara & Honkonen 2013, 143) Myös palkkiot ja esimerkiksi pelko rangaistuksesta ovat ulkoisia motivaatiotekijöitä (Liukkonen & Jaakkola 2013, 151). Decin ja Ryanin (2000) mukaan tärkeää sisäisen motivaation syntymisessä on autonomia, jolla tarkoitetaan vapautta osallistua valintoihin ja päätöksen tekoon. Sisäinen motivaatio näkyy opettajan työssä muun muassa viihtymisenä, yrittämisenä, lisääntyneenä kyvykkyyden tunteena sekä opettajan kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin lisääntymisenä (Liukkonen & Jaakkola, 147). Myös kokemuksen kertyminen auttaa opettajaa kehittymään työssään, mikä lisää kyvykkyyden tunnetta, kun tietoa työstä on kertynyt enemmän (Rink 2010, 19). Opettajan sisäisellä motivaatiolla voi olla vaikutusta myös oppilaiden motivaatioon. Honghui ym. (2023) ovat tutkineet tutkimuksessaan opettajan sisäisen motivaation vaikutusta oppilaiden sisäiseen motivaatioon. Tutkimuksen tulokset osoittivat, että opettajien sisäinen opetusmotivaatio sekä opettajien motivoiva opetustyyli vaikutti selkeästi oppilaiden sisäiseen opiskelumotivaatioon.

Iso osa liikunnanopettajista arvostaa opetustyötä ja kokee sen yhteiskunnallisesti merkittäväksi. He viihtyvät töissä esimerkiksi nuorten kanssa työskentelyn- ja työn autonomisuuden vuoksi. Työ on monipuolista ja sitä saa tehdä eri vuodenaikoina erilaisissa liikuntapaikoissa. Viihtyvyyttä työssä lisäävät myös esimerkiksi hyvä työilmapiiri ja opettajakollegat. (Mäkelä ym. 2013, 573–574) Innostava työyhteisö esimerkiksi kuuntelee, kannustaa ja pitää huolta toisistaan. Opettajat myös ideoivat yhdessä ja ideoita yhdistellään ja kehitetään. Tiedon ja osaamisen jakaminen opettajien työyhteisössä on edellytys yhteisölliselle ja innostavalle työlle. (Salovaara & Honkonen 2013, 136)

Myös työnimu, eli aidosti myönteinen tunne- ja motivaatiotila, vaikuttaa opettajan viihtyvyyteen opetustyössä. Työn imussa työntekijä omistautuu työhönsä ja uppoutuu siihen.

Työnimua kokeva opettaja lähtee yleensä töihin mielellään ja nauttii työstään. Työ on mielekästä ja opettaja on ylpeä työstään. Silloin epäonnistumisetkaan eivät lannista, vaan opettaja pysyy sinnikkäänä. Työnimun kokemuksella on myönteisiä seurauksia muillekin kuin opettajalle itselleen. Se vaikuttaa esimerkiksi oppilaisiin, työkavereihin ja opettajan perheeseen. (Salovaara & Honkonen 2013, 138; Schaufeli & Bakker 2003)

4 LIIKUNTAAN OSALLISTUMINEN

4.1 Oppilaiden liikkuminen ja sen muutokset

Perusopetuksen opetussuunnitelman (2014) mukaan liikunnassa oppiaineena on tavoitteena, että oppilaat kasvavat liikkumaan ja liikunnan avulla. Liikkumaan kasvamisen osatekijöitä ovat fyysisesti aktiivinen toiminta, motoristen perustaitojen oppiminen ja fyysisten ominaisuuksien harjoittelu, oppilaiden ikä- ja kehitystaso huomioon ottaen. Yksi iso osa liikuntakasvatusta on fyysisen toimintakyvyn kehittäminen. Toimintakykyä on mahdollista kehittää ainoastaan säännöllisellä ja riittävän usein toistuvalla, tarpeeksi intensiivisellä, liikunnalla. Koululiikunta onkin isossa roolissa toimintakyvyn kehittymisessä, sillä siellä opetetaan, miten toimintakykyä voi kehittää ja ylläpitää. Pelkkä koululiikunta ei kuitenkaan riitä fyysisen toimintakyvyn kehittämiseen, vaan tarvitaan muutakin liikkumista. (Kalaja 2013, 185)

Koululaisten fyysistä aktiivisuutta ja fyysistä toimintakykyä voidaan mitata esimerkiksi liikemittareilla, kyselylomakkeilla tai päiväkirjoilla. Yksi tällainen mittausjärjestelmä on fyysisen toimintakyvyn seurantarjestelmä Move!. (Tammelin 2013, 67; Kalaja 2013, 197) Move! on perusopetuksen 5. ja 8. vuosiluokkien oppilaille tarkoitettu fyysisen toimintakyvyn valtakunnallinen mittaus- ja palautejärjestelmä. Sen keskeisenä tarkoituksena on kannustaa oppilaita omatoimiseen fyysisestä toimintakyvystä huolehtimiseen. Mittausjärjestelmän tuloksia hyödynnetään esimerkiksi liikunnanopetuksen kehittämisessä ja terveystarkastuksissa. Mittauksissa on kuusi erilaista osa-aluetta, jotka mittaavat esimerkiksi kestävyyttä, lihasten voimakkuutta, liikkuvuutta ja havaintomotorisia taitoja. (Opetushallitus 2023) Move! – 2022 tuloksissa todettiin, että valtakunnallisesti noin 40 prosentilla mittauksiin osallistuneista oppilaista fyysinen toimintakyky on sillä tasolla, että se voi vaikeuttaa arjessa jaksamista. Tuloksissa oli merkittäviä eroja kuntien sekä hyvinvointialueiden välillä. Ne voivat selittyä esimerkiksi sillä, että kaupungeissa on enemmän harrastusmahdollisuuksia kuin maaseuduilla ja maaseuduilla joudutaan usein pitkien välimatkojen takia kulkemaan autolla, mikä lisää autossa istumisjaksoja. (Valtion liikuntaneuvosto 2022) ”Lasten ja nuorten toimintakyvyn haasteet heijastuvat myöhemmin muun muassa varusmiespalveluksen suorittamiseen, monille aloille hakemiseen, opiskelu- ja työkykyyn, sairastavuuteen ja sairauspoissaoloihin, eläköitymiseen sekä sosiaali- ja terveydenhuollon kustannuksiin” (Vasankari 2022).

Myös yksi suuri Suomalaisten lasten ja nuorten liikkumista ja liikuntakäyttäytymistä mittaava tutkimus, Liitu-tutkimus, julkaistaan neljän vuoden välein. Tutkimuksessa tutkitaan 7–15-vuotiaita lapsia ja nuoria ja se toteutetaan sähköisenä kyselytutkimuksena sekä liikemittareilla. (Valtion liikuntaneuvosto 2023) Vuonna 2022 tehdyssä tutkimuksessa selvisi, että lähes kaksi kolmesta eli 61 prosenttia kaikista tutkimukseen osallistuneista 7–15-vuotiaista arvioi liikkumisensa lisääntyneen viimeisen 12 kuukauden aikana. Kuitenkin vain noin kolmasosa eli 36 prosenttia raportoi saavuttavansa lasten ja nuorten liikkumissuosituksen, joka on pienempi osuus kuin vuonna 2018 tehdyssä tutkimuksessa, eli 38 prosenttia. Liikemittarilla mitatut tulokset kertovat samaa; liikkumissuosituksen saavutti mitatusti vuonna 2022 kolmasosa eli 33 prosenttia lapsista ja nuorista. Liikkumissuositusten mukaan liikkuvien osuudet ovat siis matalammalla tasolla kuin edellisessä tutkimuksessa. Liikkumisen vähentymistä oli tapahtunut erityisesti omaehtoisessa liikkumisessa ja seuraharrastamisessa. Lisäksi erityisen huolestuttavaa on tyttöjen ja poikien välisen eron lisääntyminen useilla eri osa-alueilla. (Valtion liikuntaneuvosto 2023)

4.2 Liikuntaan suhtautuminen ja liikuntamotivaatio

Koulun liikunnanopetuksen tehtävänä on oppilaiden hyvinvoinnin edistäminen kokonaisvaltaisesti tukemalla fyysistä, sosiaalista ja psyykkistä toimintakykyä. Oppiaineessa pyritään tukemaan oppilaiden liikunnallista elämäntapaa ja tarjoamaan heille myönteisiä liikuntakokemuksia ja mahdollisuuden iloon. (POPS 2014) Vuonna 2022 julkaistussa Liitu-tutkimuksessa tutkittiin lasten ja nuorten liikuntakäyttäytymistä. Yhtenä osana tutkimuksessa selvitettiin lasten ja nuorten käsityksiä koululiikunnasta. Yli puolet tutkimukseen osallistuneista oppilaista piti liikuntaa tärkeänä, hyödyllisenä ja kiinnostavana oppiaineena. Kuitenkin niillä, jotka liikkuvat suositusten mukaan, oli myönteisempi käsitys koululiikunnasta kuin niillä, jotka eivät liikkuneet suositusten mukaan. Tutkimukseen osallistuneet oppilaat pitivät liikunnassa tärkeimpänä osa-alueena sen sosioemotionaalista puolta, eli heistä oli tärkeää, että liikuntatunneilla on hauskaa, tunneilla on hyvä ilmapiiri ja että saa liikkua kavereiden kanssa. Seuraavaksi tärkein osa-alue oli terveyden edistäminen ja se, että siellä oppii terveyden edistämisen taitoja. (Lyyra & Palomäki 2022)

Kun puhutaan motivaatiosta, on sen määrittelyssä perusoletuksena se, että ihminen on itse vastuussa tuloksesta ja että tehtävään liittyy tarpeeksi haastetta. Motivaatio näkyy oppilaiden käyttäytymisessä kahdella tavalla. Se toimii energian lähteenä ja saa oppilaat toimimaan tietyllä

innokkuudella. Lisäksi se suuntaa käyttäytymistä, jolloin motivaatio ohjaa käyttäytymistä jonkin tavoitteen suuntaan. (Liukkonen & Jaakkola 2013, 145) Liikuntatunneilla motivoitunut oppilas ponnistelee liikuntatunneilla, harrastaa liikuntaa myös vapaa-ajallaan ja tekee muutenkin elämässään sellaisia valintoja, jotka tukevat liikunnallista elämäntapaa. Tunneilla motivoitunut oppilas yrittää enemmän kuin muut, keskittyy- ja sitoutuu harjoitteluun ja siten suoriutuu tunnin tehtävistä myös laadukkaammin. (Roberts 2012) Opettajan toiminnalla on vaikutusta oppilaiden motivaatioon ja sen syntymiseen. Kun opettaja saa luotua innostavia tilanteita liikuntatunneilla, voi hän pitkällä aikavälillä vahvistaa oppilaan käsitystä itsestään liikkujana ja lisätä täten positiivisia kokemuksia liikunnasta. Opettajan tulisi pyrkiä luomaan oppilaiden taitotasosta riippumatta kaikille oppilaille positiivisia kokemuksia, minkä kautta on mahdollista muuttaa oppilaan motivaatiota liikuntaa kohtaan. (Liukkonen & Jaakkola 2013, 146) Positiivisia kokemuksia opettaja saa luotua sekä tehtävävalintojen, että myös kannustamisen ja esimerkiksi oikeudenmukaisuuden avulla. Liitu-tutkimuksessakin on todettu, että oppilaat pitävät opettajan tärkeimpinä ominaisuuksina oikeudenmukaisuutta sekä kannustamista. (Lyyra & Palomäki 2022)

5 TUTKIMUSTEHTÄVÄ JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Tässä tutkimuksessa tavoitteenamme oli tutkia sekä liikunnan- että luokanopettajan työkokemusta omaavien opettajien näkemyksiä siitä, miten heidän kelpoisuutensa liikunnan opettamiseen näkyy alakoulun liikunnanopetuksessa. Pyrimme myös selvittämään, minkälaisia muita asioita liikunnan- ja luokanopettajat käsittelevät työssään ja minkälainen heidän roolinsa on kouluissaan oppilaiden liikuttajana. Muissa tutkimuksissa on tutkittu esimerkiksi liikuntaprojektien kuormittavuutta ja hyvinvointitekijöitä, koetun kelpoisuuden vaikutusta oppitunneilla koettuihin tunteisiin sekä lisäksi opettajien näkemyksiä koululiikunnasta.

Tässä tutkimuksessa tulkitaan sitä, onko liikunnanopettajan kelpoisuudella merkitystä alakoulun liikuntatunteihin ja niiden sisältöihin. Tutkimuksessa haastateltavat pohtivat liikunnan- ja luokanopettajan kelpoisuuksien positiivisia ja negatiivisia merkityksiä opettajuuteen. Tutkimustuloksista nousseita asioita pohditaan teoriaosassa monesta eri näkökulmasta.

Edellä mainittuja asioita pyrimme selvittämään seuraavien tutkimuskysymysten avulla:

1. Millaisia merkityksiä liikunnanopettajan kelpoisuudella on alakoulun liikunnanopettajuuteen?
2. Mitkä asiat kuormittavat liikunnanopettajaa työssään ja mitä puutteita liikunnanopettaja kokee opettajuudessaan?

6 LAADULLINEN TUTKIMUS TUTKIMUKSEN LÄHESTYMISTAPANA

6.1 Tutkimusote

Tutkimuksemme perustuu kvalitatiiviseen- eli laadulliseen tutkimukseen. Laadullinen tutkimus on menetelmäsuuntaus, jossa pyritään kokonaisvaltaisesti ymmärtämään tutkittavan kohteen erilaisia merkityksiä sekä ominaisuuksia ja laatua (Koppa, Jyväskylän yliopisto 2021). Tässä tutkimuksessa käytimme menetelmänä kirjallisia yksilöhaastatteluja. Haastattelut olivat puolistrukturoituja lomakehaastatteluita eli kysymykset laadittiin ennakkoon ja esitettiin samalla tapaa kaikille, mutta vastaamisen tapa oli vapaa (Tietoarkisto 11.4.2023: ks. myös Valli 2018, 29–30). Lomakkeessamme ei ollut valmiita vastausvaihtoehtoja, toisin kuin strukturoiduissa lomakehaastatteluisissa yleensä on (Menetelmäopetuksen tietovaranto 12.4.2023). Pyrimme muotoilemaan kysymykset niin, että ne johdattelisivat osallistujia mahdollisimman vähän.

6.2 Tutkimukseen osallistujat

Tutkimukseen osallistui seitsemän opettajaa, joilla on sekä liikunnanopettajan että luokanopettajan kelpoisuus. Heillä tuli olla vähintään liikunnan pitkä sivuaine. Osallistujista kaikki ovat työskennelleet sekä liikunnan- että luokanopettajina. Laadullisessa tutkimuksessa on tärkeää, että ne henkilöt, jotka ovat mukana tutkimuksessa ja joilta tietoa kerätään, tietävät tutkittavasta asiasta mahdollisimman paljon. On myös tärkeää, että heillä olisi käytännön kokemusta tutkittavasta asiasta. (Tuomi & Sarajärvi, 2018, 85) Tutkittavilta löytyi eri määrä kokemusta liikunnan- ja luokanopettajan tehtävistä. Vapaaehtoisia haastateltavia ilmoittautui yhdeksän kappaletta ja kaikki olivat soveltuvia osallistumaan tutkimuksemme. Heistä seitsemän lopulta vastasi kyselyymme ja kaksi jätti vastaamatta.

Laitoimme yleisen haastattelupyynnön Jotain todella uutta liikunnanopetuksessa- Facebook ryhmään (Liite 1). Haastattelupyynnössä pyysimme ottamaan yhteyttä meihin, mikäli kaksoiskelpoisuus liikuntaan sekä luokanopettajana toimimiseen löytyy ja haastatteluun osallistuminen kiinnostaa. Osallistujat ilmoittivat vapaaehtoisesti halukkuutensa osallistua pro gradu -tutkielmamme haastatteluun. Vallin (2018, 31–32) mukaan sosiaalinen media on hyvä tapa etsiä haastateltavaehdokkaita, sillä näin henkilölle tarjoutuu perusteltu syy kieltäytyä tai olla osallistumatta tutkimukseen. Motivaatio/syyt haastatteluun osallistumiseen voi olla oman

äänen kuuluviin saaminen, tarve kertoa omista kokemuksistaan, oman toiminnan näkökulman saaminen esille tai hyvä kokemus aikaisempaan tieteelliseen tutkimukseen osallistumisesta.

Tutkimuksemme tarkoituksena oli tutkia yksittäisten opettajien mielipiteitä käsiteltävästä aiheesta. Tutkimukseen valikoituneet haastateltavat (seitsemän) ovat tähän tutkimukseen soveltuva joukko, sillä Tuomen ja Sarajärven (2018, 85) mukaan laadullisessa tutkimuksessa ei pyritä saamaan aikaan tilastollisia yleistyksiä, vaan antamaan teoreettisesti mielekäs tulkinta jollekin tietylle ilmiölle. Tutkimuksen tarkoitus ei ollut tuottaa yleistettävää tietoa vaan halusimme saada juuri näiden opettajien mielipiteet tutkimuksemme aiheesta.

Tutkimukseen osallistuneet opettajat työskentelivät tällä hetkellä Kanta-Hämeen, Keski-suomen ja Meri-Lapin keskisuurissa taajamissa. Heidän työkokemusvuotensa liikunnan- ja luokanopettajina vaihtelivat. Kahdella osallistujalla seitsemästä työkokemusta liikunnanopettajana oli alle 10 vuotta ja loppuilla viidellä sitä oli 13–19 vuotta. Viidellä osallistujalla seitsemästä luokanopettajan työkokemusta oli 0,5–7 vuotta ja loppuilla kahdella sitä oli 10–25 vuotta.

TAULUKKO 1. Haastateltavien taustatietoja

Haastateltavat	Sukupuoli	Työkokemus liikunnanopettajana vuosina	Työkokemus luokanopettajana vuosina	Kokemuksen hankkimisympäristöt
H1	nainen	15	22	Jyväskylä, Jämsänkoski, Hyvinkää
H2	nainen	6	7	Helsinki, Oulu
H3	nainen	19	0,5	Oulu, Rovaniemi, Ii
H4	mies	2,5	25	Polvijärvi
H5	nainen	17	2,5	Hyvinkää
H6	nainen	15	10	Jyväskylä
H7	mies	13,5	1	Hyvinkää

6.3 Aineiston hankinta

Keräsimme tutkimusaineiston opettajilta, jotka opettavat tai ovat opettaneet liikuntaa sekä ovat tai ovat olleet luokanopettajan tehtävissä. Tutkimusaineisto kerättiin kirjallisina haastatteluina helmi-, maalisi- ja huhtikuussa 2023. Ne toteutettiin yksilöhaastatteluina sähköpostin välityksellä. Annoimme myös mahdollisuuden videon välityksellä tehtävään haastatteluun, mutta kukaan ei käyttänyt tätä mahdollisuutta. Valitsimme kirjallisen haastattelun esimerkiksi sen takia, ettei oma mielipiteemme, äänenpainomme tai johdattelu vaikuta haastateltavien vastauksiin. Vallin (2018, 35) mukaan maantieteelliset etäisyydet voivat vaatia haastattelun tehtävän kaikille helpoimmalla tavalla. Tämä myös säästää tutkijan sekä tutkittavien aikaa ja haastattelun voi tehdä omalla aikataululla.

Tutkimuksemme pyrkimyksenä oli saada opettajat miettimään monesta eri näkökulmasta molempien kelpoisuuksien merkitystä liikunnanopetuksessa. Pyrimme huomioimaan kysymysten muotoilussa sen, että ne ovat puolueettomia, eli ne eivät ole negatiiviseen tai positiiviseen suuntaan muotoiltuja. Lisäksi mietimme sanamuodot ja lauserakenteet niin, että kysymyksiin ei voi vastata vain kyllä tai ei. Tärkein tavoite oli saada haastateltavilta rehellinen mielipide asiaan.

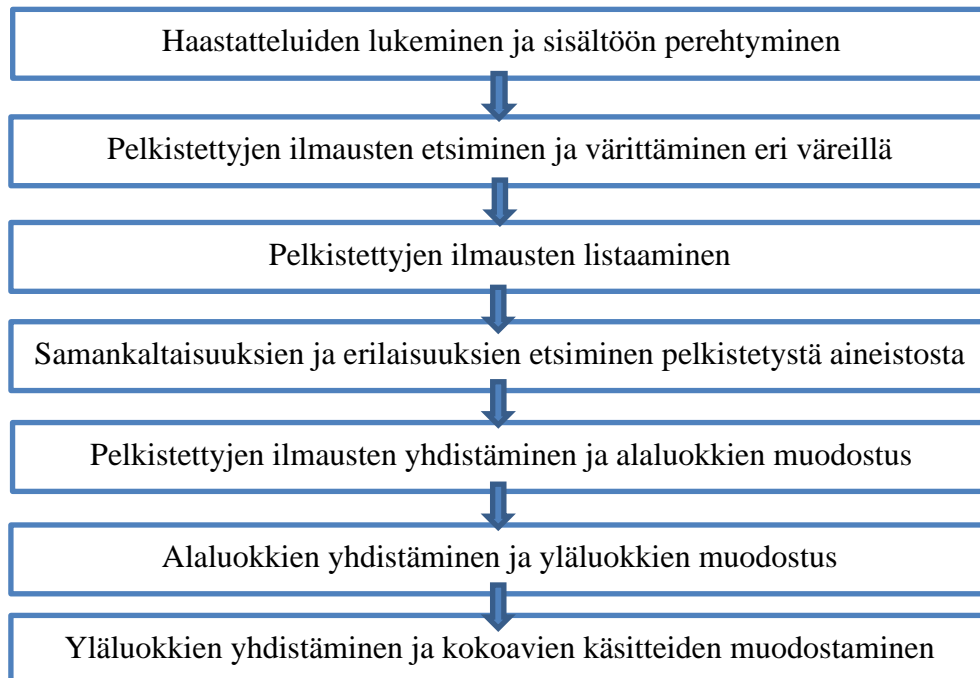
Lähetimme haastattelukysymysten mukana saatekirjeen (liite 2), jossa kiitimme osallistujia, esittelimme itsemme ja kerroimme haastatteluihin liittyvän aikataulun. Haastattelulomakkeen (liite 3) alussa kysyimme opettajien perustietoja. Näitä olivat sukupuoli, ikä, työskentelykaupunki, työkokemus liikunnanopettajan vuosina ja työkokemus luokanopettajana vuosina. Loput haastattelun kysymykset olivat avoimia kysymyksiä. Vallin (2018, 114) mukaan avointen kysymysten avulla tekstistä saa poimittua pieniäkin eroja ja vivahteita teemoittelun avulla. Avointen kysymysten käyttämisessä etuna on, että vastausten joukossa voi olla hyviä ja erilaisia ideoita. Toisena etuna on mahdollisuus saada vastaajan mielipide selville perusteellisesti. Avointen kysymysten huonona puolena voidaan pitää sitä, että niihin vastaaminen voi olla vajanaista tai niihin ei vastata laisinkaan. Vastaaja voi myös vastata aiheen vierestä, eikä tällöin vastaa kysyttävään kysymykseen, jolloin kysymyksistä ei saa aiheeseen kunnollista vastausta. (Valli 2018, 114)

Avoimia kysymyksiä oli lomakkeessa kahdeksan. Aluksi haastateltavat saivat kuvailla kokemustaastaansa opettajana. Tämän jälkeen he pohtivat molempien kelpoisuuksien

merkityksellisyyttä liikunnanopetuksessa ja sen vaikutusta liikuntatunteihin. Seuraavaksi haastateltavat pohtivat omaa rooliaan liikuttajana ja sitä, miten oma kelpoisuus vaikuttaa oppilaiden liikuntaan suhtautumiseen. Haastateltavat saivat lopuksi pohtia myös omaan opettajuuteensa liittyviä puutteita tai vaihtoehtoisesti he pystyivät myös tarkastelemaan tyytyväisyyttä jo olemassa olevaan. Viimeisenä heillä oli vapaa sana aiheen tiimoilta. Vallin (2018, 41) mukaan teemat haastatteluun voidaan valita intuition perusteella sekä lisäksi apuna voi käyttää kirjallisuutta ja aiempia tutkimuksia. Tärkeää on perehtyä aiheeseen ennen haastattelua, sillä näin teemat perustuvat teoreettiseen esiyymmärrykseen, mutta jättävät tilaa myös poikkeaville ajatuksille ja käsityksille.

6.4 Aineiston analyysi

Aineistoa kertyi seitsemältä vastaajalta 4A x 18, fontilla Times New Roman, fonttikoolla 12 ja rivivälillä 1.5. Tutkimuksen analyysimenetelmänä käytimme aineistolähtöistä sisällönanalyysiä. Laadullisen aineiston analysoinnilla pyritään luomaan mielekästä, selkeää ja yhtenäistä informaatiota (Hämäläinen 1987, Tuomen ja Sarajärven 2018, 108 mukaan).



KUVA 1. Aineistolähtöisen sisällönanalyysin eteneminen tutkimuksessa (mukailen Tuomi & Sarajärvi 2018, 109)

Aloitimme aineiston analyysin havaintojemme pelkistämällä eli redusoinnilla. Pelkistämisessä pyritään keskittymään olennaiseen ja yhdistämään raakahavaintoja toisiinsa. Tätä kutsutaan laadulliseksi analyysiksi. Tarkoituksena on saada aikaan sellaisia havaintolauseita eli sääntöjä, jotka pätevät lähes koko aineistoon. (Alasuutari 2011, 52–53) Tämän jälkeen klusteroimme eli ryhmittelimme pelkistämämme aineiston. Aineisto ryhmitellään niin, että samaa asiaa tarkoittavat asiat päätyvät samaan alaluokkaan (Leinonen 13.4.2023). Aineiston analyysiprosessin esimerkkikuvaus on liitteenä 4.

7 TULOKSET

7.1 Ala- ja yläkoulun kelpoisuuden merkitys liikunnanopettajuuteen

Tutkimukseen osallistuneita pyydettiin pohtimaan, miten merkitykselliseksi he kokevat sen, että heillä on kelpoisuus opettaa liikuntaa sekä alakoulussa, että yläkoulussa. Haastatteluun osallistuneet kokivat molemmat kelpoisuudet erittäin merkitykselliseksi asiaksi, ja osa kertoi olevansa erityisen ylpeitä omaavansa molemmat kelpoisuudet. Haastateltavat toivat esille sen, että luokanopettajan koulutus sekä liikunnanopettajan koulutus tuovat molemmat erilaista osaamista liikunnan opettamiseen. Molemmat koulutukset koettiin erittäin tärkeäksi varsinkin, jos saman luokan opettaminen aloitetaan alakoulussa ja päätetään, kun yläkoulu loppuu.

“Molemmat roolit koen tärkeäksi ja olen ylpeä molemmista. Koen, että olen hyödyllinen työntekijä koska pärjään erilaisissa tilanteissa ja eri ikäisten oppijoiden kanssa.” (H2)

“Yhtenäiskoulussa työskennellessä saatoin huomioida oppilaiden kehitystä motorisissa perustaidoissa pitkällä aikavälillä, yhdeksän vuoden jatkumo antaa kokonaiskuvaa”. (H6)

Haastateltavat kokivat kaikkein tärkeimmäksi asiaksi sen, että heillä on käsitys oppilaan kasvusta ja kehityksestä eri ikävaiheissa. Kun kasvun ja kehityksen ymmärtää eri ikävaiheissa, se vaikuttaa liikuntatuntien suunnitteluun positiivisesti. Kasvatusta pidettiin myös yhtenä opetusperiaatteena. Haastateltavat kokivat myös, että luokanopettajan kelpoisuus tuo taitoa kohdata oppilas, ymmärtää oppilaan haasteita sekä tunnistaa oppilaan kokonaisvaltainen osaaminen.

“Laaja käsitys oppilaiden kasvusta ja kehityksestä eri ikävaiheissa helpottaa myös liikunnanopetuksen jatkumon suunnittelua”. (H6)

“Luokanopettajan ammatti tuo laajasti oppilaan kohtaamista ja kokonaisvaltaista oppilaan osaamisen tunnistamista ja haasteiden ymmärtämistä”. (H1)

Kelpoisuus auttaa myös ottamaan huomioon alakoulun oppilaiden leikin ja mielikuvituksen tarpeen. Haastateltavat kokivat, että motoristen perustaitojen kehitys on helpompi huomata perustaidoissa pitkällä aikavälillä, jos sama luokka on opetettavana alakoulusta yläkouluun. Näin on helpompi tukea oppilaan perusmotoristen ja havaintomotoristen taitojen kehittymistä jatkumona. Haastateltavat kokivat osaavansa suunnitella ja toteuttaa monipuolisia sisältöjä eri liikuntaympäristöihin kelpoisuuksien vaikutuksesta. Myös arviointi, niin opettajan, kun oppilaan oma arviointi koettiin positiiviseksi vaikutukseksi. Lisäksi liikunta koettiin opetettavana aineena, jossa on muiden oppinaineiden tapaan tarkoitus oppia taitoja, pelkkä fyysinen aktiivisuus ei riitä.

“Osaan suunnitella ja toteuttaa monipuolisia sisältöjä eri liikuntaympäristöihin, tukea oppilaan perusmotoristen ja havaintomotoristen taitojen kehittymistä jatkumona.”
(H6)

“Koen myös, että tunnistan liikunnan opetettavana aineena, jossa on muiden oppinaineiden tapaan tarkoitus oppia taitoja ja työskentelytaitoja, pelkkä fyysinen aktiivisuus ei riitä”. (H6)

Kelpoisuus sekä alakouluun, että yläkouluun koettiin merkitykselliseksi myös siksi, sillä haastateltavat kokivat näin arvostavansa omaa oppiainettaan, pitävänsä aineen puolia sekä sen lisäksi halua kehittyä ja opettaa laadukkaasti. Tämä toi myös positiivisia kokemuksia siitä, että on hyödyllinen työntekijä ja pärjää erilaisissa tilanteissa eri ikäisten oppijoiden kanssa. Laajempi koulutus kahdesta tiedekunnasta tuo myös tunteen, että on parempi opettaja. Kaksoiskelpoisuus koettiin tärkeäksi myös työtä hakiessa sekä itse työpaikalla. Kaksoiskelpoisuus vaikuttaa palkkaan, työtehtävien saantiin sekä se antaa paremmat valmiudet opettaa sekä tiedollisesti että taidollisesti.

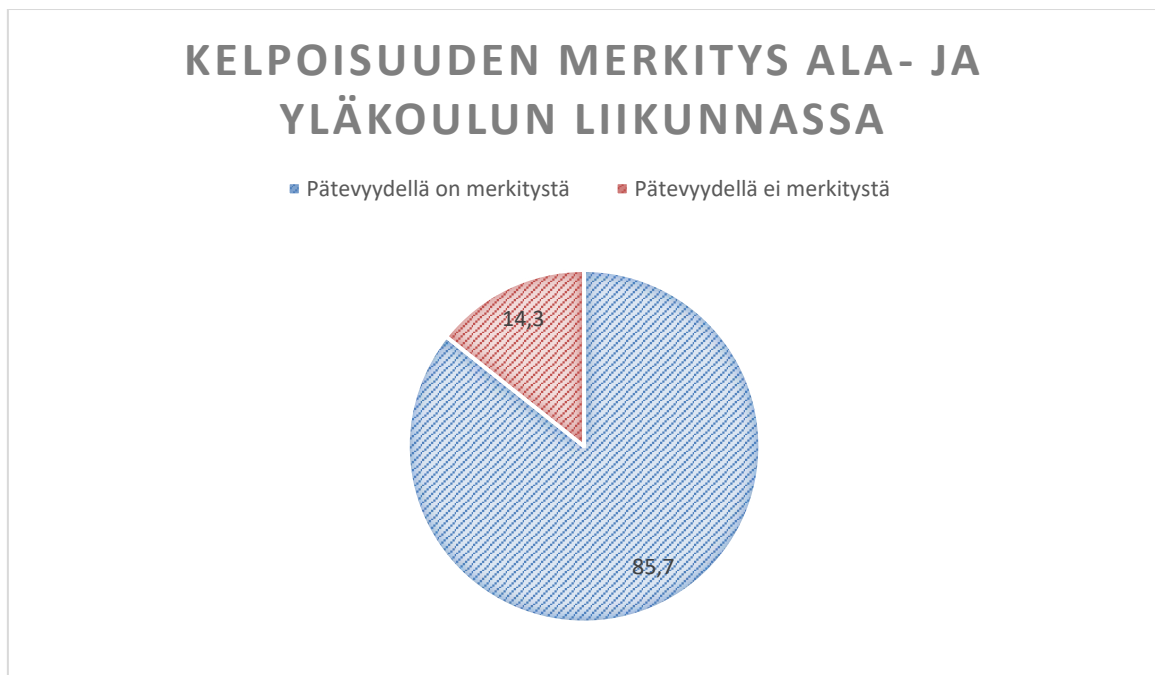
“Koen, että olen hyödyllinen työntekijä koska pärjään erilaisissa tilanteissa ja eri ikäisten oppijoiden kanssa”. (H2)

“Pätevyys kenties tuo sitä, että arvostaa omaa oppiainettaan, pitää aineen puolia ja haluaa kehittyä sekä opettaa laadukkaasti oppilaita”. (H1)

“On sillä iso merkitys. Vaikuttaa palkkaan, työtehtävien saantiin ja antaa paremmat valmiudet opettaa sekä tiedollisesti että taidollisesti”. (H7)

Yksi haastatteluun vastanneista ei kokenut kelpoisuudella olevan merkitystä suuntaan tai toiseen, jos kelpoisuudella tarkoitetaan opintoarvoa. Haastateltavan mukaan kelpoisuuden kautta saa työkokemusta, jolla taas on merkittävä painoarvo.

“Pätevyydellä, jos sillä tarkoitetaan opintoarvoa, en näe merkitystä suuntaan tai toiseen. Pätevyyden kautta saat työkokemusta molemmista ammateista, ja sillä taas on merkittävä painoarvo”. (H4).



KUVIO 1. Kuvio havainnollistaa vastaajien kokemuksia kelpoisuuden merkityksestä sekä ala- että yläkoulun liikunnanopettajuuteen.

7.2 Kelpoisuuden merkitys alakoulun liikuntatunteihin

Haastateltavat pohtivat liikunnanopettajan kelpoisuuden merkitystä alakoulun tunteihin. Haastattelussa lähes kaikki olivat sitä mieltä, että liikunnanopettajan koulutus tuo paremmat valmiudet opettaa liikuntaa, kun pelkällä luokanopettajan koulutuksella. Haastateltavat kokivat, että liikunnanopettajan koulutus tuo didaktista osaamista, esimerkiksi miten kehittää tai

vaikeuttaa pelejä. Lisäksi kelpoisuus tuo ymmärrystä siihen, miten samaan peliin saa monen tasoista tekemistä ja kuinka kehitellä oikeat liikkeet eri liikuntalajeissa. Alakoulun liikunnassa korostuu perustaitojen harjoittelu ja kelpoisuus antaa osaamista siihen, miten rakentaa tunnit niiden ympärille aktiivisiksi ja tehokkaiksi sekä eri ympäristöissä. Haastattelussa tuli myös ilmi, että opettajan oma luovuus ja ryhmänhallintataidot ovat korostuneet. Kelpoisuus tuo tiedon siitä, mitä yläkoulussa tulisi jo osata, joten silloin se on myös helpompi ottaa alakoulun liikuntatunteja suunnitellessa huomioon.

“Liikunnanopettajan koulutus tuo didaktista osaamista, miten kehitellä, vaikeuttaa ym. peliä, esim. kuinka kaikille saa samaan peliin monentasoista tekemistä tai kuinka kehitellä oikeat liikkeet esim. Voimistelussa”. (H1)

“Osaan ajatella mitä perustaitoja tulee oppia ja rakentaa tunnit aktiivisiksi ja tehokkaiksi”. (H2)

Itsearvioinnin ja vertaisarvioinnin liittäminen osaksi arkea on vahvistunut, tavoitteet ovat näkyvillä, sekä tunneilla on helpompi antaa jatkuvaa palautetta. Palautteen antaminen on kehittynyt ja se koetaan oppilaan eduksi. Oppilas nähdään kokonaisuutena, ei pelkästään liikkujana.

“Itsearvioinnin ja vertaisarvioinnin liittäminen osaksi opetusta on arkea, tavoitteiden läpinäkyvyys ja jatkuva palaute taas oppilaan kehittymisen kannalta olennaista. Realistinen mutta kannustava arviointi on oppilaan etu. Näen oppilaan kokonaisuutena, en vain liikkujana”. (H6)

Haastattelussa tuli ilmi myös se, että haastateltavat kokevat kelpoisuuden merkityksen niin, että he jakavat omaa osaamistaan myös kollegoille ja työyhteisölle. Koulun liikuntatapahtumien organisointi, juhlaohjelmien suunnittelu ja toteuttaminen kuuluvat työhön ja kelpoisuus tuo varmuutta ja osaamista myös niihin.

“Koen myös voineeni jakaa osaamistani kollegoiden kanssa, minulla on ammatillisesti annettavaa oppilaille, kollegoille ja työyhteisölle”. (H6)

Kelpoisuus tuo myös ymmärrystä siitä, että liikuntatunneilla olisi tarkoitus oppia motorisia perustaitoja, jolloin pelkät hippaleikit eivät riitä kattamaan kaikkia alakoulun tunteja. Taidon opettaminen ja oppiminen on liikunnassa olennaista tulevien liikuttajien kasvattamisessa. Lisäksi liikunnan kognitiivisilla taidoilla esimerkiksi liikunnan monilukutaidolla on merkittävä osa koululiikunnassa. Liikunnanopettajana toimiminen antaa myös aikaa kehittää tunteit sellaisiksi, että taitojen opettaminen ja oppiminen on tehokkaampaa.

“Taidon opettaminen ja oppiminen on liikunnassa olennaista tulevien liikkujien kasvattamisessa, myös liikunnan kognitiivisilla taidoilla, esim. liikunnan monilukutaidolla on merkittävä osa koululiikunnassa”. (H6)

“Näen suorastaan punaista siitä, kun näen joidenkin opettajien vain leikittävän hippaleikkejä (mitkä toki ovat oikein toimivia fyysisen aktiivisuuden lisääjinä), ajattelematta, että liikuntatunneilla olisi tarkoitus myös oppia motorisia perustaitoja, esim. tasapainoa, liikkumisliikkeitä, havaintomotorisia taitoja, välineenkäsittelyä”. (H6)

Toisaalta haastattelussa tuli myös ilmi, että liikunnanopettajan kelpoisuudella saattaa alkaa helposti opettamaan lajitaitoa ja tekniikkaa alakouluikäisille, jolloin leikin kautta oppiminen jää vähemmälle. Toisaalta on mukava nähdä perustaitojen kehittyvän, kun saa opettaa pienille taitoja monipuolisesti.

“Varsinkin alussa lähdin alakoulussa liian helposti opettamaan lajitaitoja tai jotain tekniikkaa. Toisaalta on kiva päästä opettamaan monia juttuja jo pienille, ja nähdä perustaitojen kehittyvän”. (H5)

Yksi vastaajista ei kokenut alakoulun liikuntatunteihin kelpoisuudella olevan suurta merkitystä, sillä vastaajan aiempi kokemus liikunnan piirissä vaikutti osaamiseen. Kelpoisuuden merkitys oli hänelle lähinnä vahvistusta jo toteuttamalleen autonomista oppimisympäristöä painottavalle liikuntapedagogiikalle.

“Ei suurta merkitystä, sillä aiempi taustani liikunnan piirissä vaikutti jo alakoulun liikuntatunteihin. Merkitys on lähinnä se., että sain vahvistusta jo toteuttamallaeni autonomista oppimisympäristöä painottavalle liikuntapedagogiikalle”. (H4)



KUVIO 2. Kuvio havainnollistaa vastaajien kokemuksia pätevyyden merkityksestä alakoulun liikuntatunteihin.

7.3 Kelpoisuuden merkitys oppilaiden liikuntaan suhtautumiseen

Haastateltavat pohtivat myös, miten heidän kelpoisuutensa opettaa liikuntaa vaikuttaa oppilaiden liikuntaan suhtautumiseen. Tutkimuksen aineistosta selvisi, että oppilaiden suhtautuminen liikuntaan on muuttunut. Nykyään jo hengästyminen ja hikoileminen ovat aiheita, mitkä ovat osalle oppilaista outoja ja niihin suhtaudutaan joskus jopa pelolla. Myös oppilaiden taitotaso on laskenut ja kehonhallintataidot on heikentyneet ja joillekin esimerkiksi jo pituushyppy on vaarallista. Liikuntamotivaatioon vaikuttavat sekä opettajan innostava opetustyyli että esimerkiksi ryhmäkoot ja ryhmien muodostamiset, esimerkiksi sekaryhmät. Lisäksi opettajat kertoivat, että ovat yrittäneet saada työyhteisön muita opettajia ottamaan liikuntaa mukaan oppitunneilleen, jotta lapsille ja nuorille saataisiin lisää liikettä koulupäiviin, mutta kaikki eivät ole siitä pitäneet.

Suurin osa haastateltavista oli sitä mieltä, että kelpoisuus antaa keinoja eriyttää tunteja ja tunnin aiheita niin, että jokainen saisi sieltä jotain ja oppilaat pääsevät nauttimaan liikunnan ilosta. Kelpoisuus tuo haastateltavien mukaan myös mukanaan ammattitaitoa, jolla rakentaa tunteja niin, että yksittäinen oppilas ja hänen taidon opettelunsa ei ole liikaa esillä. Alakoulun liikunnanopetuksen lähtökohtaisesti tärkeimmäksi tavoitteeksi koettiin se, että jokainen lapsi tuntisi lähtökohtaisesti olevansa hyvä liikkuja. Siihen se, että opettajalla on tietotaitoa, mutta myös kokemusta, auttaa paljon. Liikunnassa kelpoisuuden ja hyväksytyksi tulemisen kokemukset ovat voimakkaammin läsnä. Kannustavan ilmapiirin luominen oli vastaajien mielestä myös tärkeä avain oppilaiden positiivisen liikuntaan suhtautumisen kannalta.

”Jokaisen oppilaan täytyy saada harjoitella liikuntatunneilla oman taitotasonsa mukaisesti fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisessa liikuntaympäristössä.

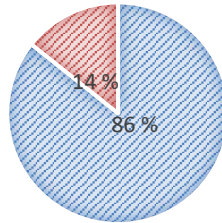
”Uskon, että osaan suunnitella liikuntatunnit siten, että kaikki oppilaat taitotasosta tai erityistarpeista huolimatta saavat monipuolisia liikuntakokemuksia ja pääsevät nauttimaan liikkumisen ilosta liikuntataitoja harjoitellessaan” (H6)

Kelpoisuuden merkityksestä oppilaiden liikuntaan suhtautumiseen oltiin myös hieman eri mieltä. Sen ei koettu olevan esimerkiksi oppilaiden mielestä niin tärkeää, sillä siitä ei ole ikinä kyselty tai sitä ei ole kyseenalaistettu. Lisäksi valmistuneissa eli kelpoisuuden hankkineissa opettajissa voi olla sekä hyviä että huonoja opettajia, ihan samalla tavalla kuin muissakin ammattiteissa. Toisaalta koettiin, että koulutuksen käyneen pitäisi ainakin osata suunnitella pedagogisesti perusteltavia tunteja ja osata myös tarkastella omaan toimintaansa kriittisesti.

”Pätevyydestä (eli kelpoisuudesta?) en tiedä. Ei sitä oppilaat ole koskaan kysellyt, että oletko oikea liikkaope. Eiköhän meitä valmistu hyviä ja huonoja siinä missä huonoja/hyviä lääkäreitä tai maalareita. Toisaalta onhan sitä koulutuksen käynyt, että ainakin pitäisi osata tarkastella omaa toimintaa kriittisesti ja suunnitella pedagogisesti perusteltuja tunteja. Koen kyllä, että koulutus auttaa ja tietyn laadun tae.” (H3)

KELPOISUUDEN VAIKUTUS OPPILAIKEN LIIKUNTAAN SUHTAUTUMISEEN

- Pätevyydellä on merkitystä oppilaiden liikuntaan suhtautumiseen
- Pätevyydellä ei ole merkitystä oppilaiden liikuntaan suhtautumiseen



KUVIO 3. Kuvio havainnollistaa vastaajien kelpoisuuden merkitystä oppilaiden liikuntaan suhtautumiseen.

7.4 Oman toiminnan merkitys oppilaiden liikuntaan suhtautumiseen

Myös omalla toiminnalla on haastateltavien mukaan paljon vaikutusta siihen, miten oppilaat suhtautuvat liikuntaan ja millainen mieli heille liikuntatunneista ja liikunnasta yleensä jää. Sillä, että opettaja on itsekin aktiivinen ja positiivinen, on paljon merkitystä liikuntatuntien ilmapiiriin. Se vaikuttaa myös siihen, innostuvatko oppilaat liikkumaan tunneilla. Tähän vaikuttaa myös opettajan oma innokas osallistuminen ja esimerkki, esimerkiksi hiihtämisessä ja muissa aiheissa.

“Myös opettajan malli liikkujana on merkittävä, koululaiset kyllä tarkkailevat opettajaa ja opettajan toimintaa/käyttäytymistä. Aidosti oppilaistaan kiinnostunut opettaja vaikuttaa oppilaiden toimintaan monella tasolla, asiaan huomiota kiinnittävä opettaja osaa myös toimia liikunnallisena mallina oppilailleen.” (H6)

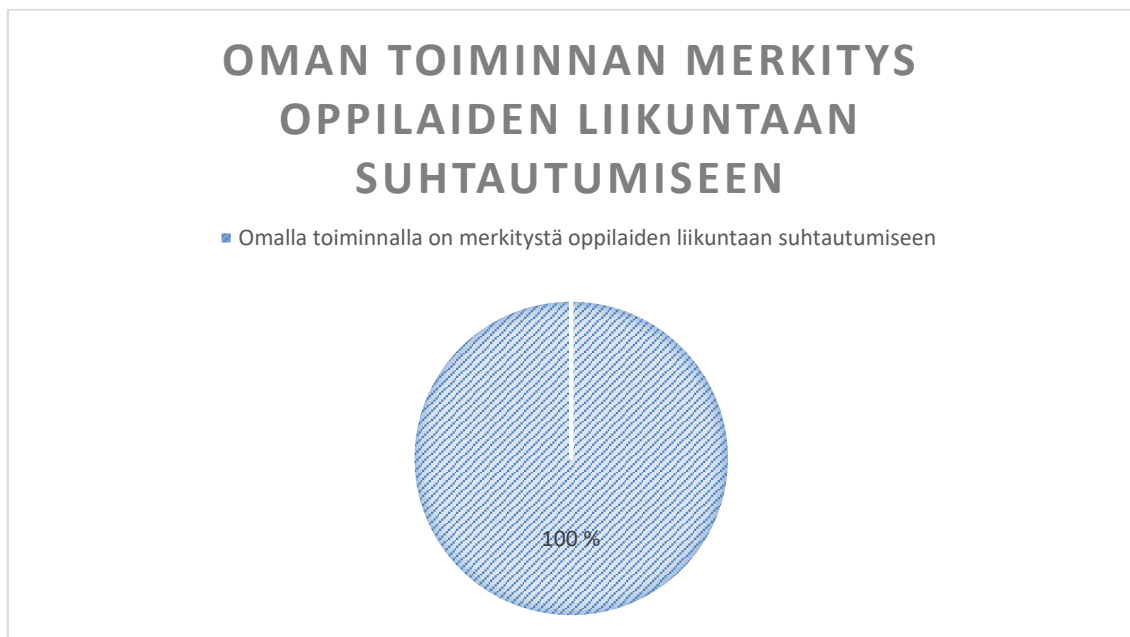
“Että olen itsekin aktiivinen ja positiivinen vaikuttaa ilmapiiriin. Pitää jaksaa tsemppata ja innostaa.” (H2)

Vastauksissa kerrottiin, että opettajan tulisi pyrkiä luomaan sellainen turvallinen ilmapiiri, joka sallisi myös epäonnistumiset ja sitä kautta auttaisi liikunnan ilon syttymisessä. Tässä tärkeää on se, että opettaja osaa antaa kannustavaa, mutta myös korjaavaa palautetta ja pystyy pitämään kuria yllä. Toiveina haastateltavilla oli, että liikuntatunnit toisivat piristystä päivään ja että sitä kautta oppilaat innostuisivat liikkumaan myös vapaa-ajalla.

”Positiivisuus ja nuorten ymmärtäminen on tärkeimpiä ominaisuuksia ryhmänhallintataitojen ohella. Lajitaitojen merkitys on mielestäni vähäisempi kasvatuksellisen merkityksen ohella.” (H2)

Vastauksista nousi esille kuitenkin myös se, miten vaikeaa on miellyttää kaikkia. Vaikka opettaja kuinka suunnittelisi ja pitäisi erilaisia tunteja ja tunneilla olisi toimintaa sekä rauhallisesti pelaaville että kilpailuhenkisille oppilaille, ei kaikki silti pidä tai tule ikinä pitämään koululiikunnasta. Toiveena kuitenkin on, että tällaiset oppilaat oppisivat edes pitämään liikunnasta yleisesti osana omaa elämäänsä.

”Tiedän kyllä, että osalla on 30 vuoden takaa ikäviä kokemuksia koululiikunnasta, eivät siksi liiku. Toki opetus on toivottavasti muuttunut niistä ajoista. Esimerkiksi huutojaot.” (H3)



KUVIO 4. Kuvio havainnollistaa vastaajien oman toiminnan merkitystä ja vaikutusta oppilaiden liikuntaan suhtautumiseen

7.5 Opettajan rooli lasten liikuttajana

Iso osa tutkimukseen osallistuneista koki roolinsa lasten liikuttajana koulussaan varsin merkittäväksi. Moni heistä koki olevansa koulussaan se, joka haluaa saada lapset liikkumaan ja liikettä koulupäiviin, esimerkiksi välituntiliikunnan avulla. Lisäksi toivottiin, ettei kukaan ainakaan heidän toimintansa takia alkaisi vihaamaan liikuntaa, vaan että kaikki saisivat onnistumisen kokemuksia liikunnassa. Sekä ala- että yläkoulun puolella haastateltavat kokivat tekevänsä liikuntatuntien lisäksi paljon työtä sen eteen, että lapsilla olisi liikettä koulupäivissään. He kertoivat esimerkiksi, että ovat yrittäneet saada muiden aineiden opettajia ottamaan liikettä myös heidän tunneilleen, joskus siinä onnistuen ja joskus ei.

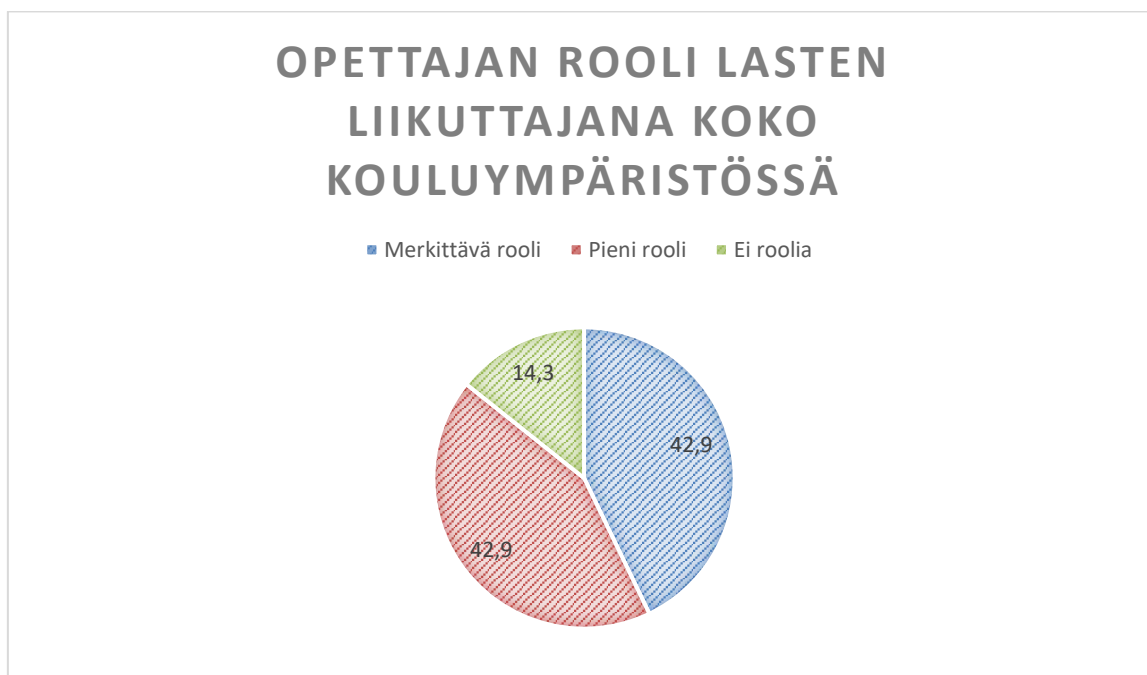
”Toiminnallisen opetuksen kulttuurin viljeleminen muillekin oppitunneille on mielestäni myös merkityksellistä. Pelkät liikuntatunnit eivät riitä vaan koulun liikkuvan kulttuurin tulisi ulottua myös luokkatunneille, välitunneille sekä liikunnallisten kotitehtävien kautta myös vapaa-ajalle.” (H6)

Lisäksi haastateltavat kertoivat järjestävänsä liikuntapäiviä, turnauksia ja muita tapahtumia, jossa liikkumassa on myös koko koulu, joten rooli ulottuu myös paljon omien tuntien ulkopuolelle. Osa kertoi myös vastaavansa koulun liikuntamateriaalilauksista ja liikuntavälineiden huollosta.

”Kyllähän tässä on aika monta liikuntapäivää, laskettelureissua, turnausta, oppilaat peliä ja sählysarjaa pyöritetty yms eli liikkaopet tekevät paljon muutakin. Samoin välituntiliikunnan organisointia. Liikkuva koulu- tiimissä (nyt en ole) yritetty saada myös muiden opettajien tunneille liikettä lisää taukojumpilla ja toiminnallisella opetuksella.” (H3)

Kaikilla vastaajilla rooli liikuttajana ei kuitenkaan omien liikuntatuntien ulkopuolella ole niin suuri. He kuitenkin kertoivat, että pienillä teoilla, kuten pallojen antamisella välitunnille ja luokkaopetukseen pienen liikkeen lisäämisellä, voi vaikuttaa oppilaiden liikkumisen määrään.

”Vaikka pienillä liikuntatuntimäärillä ei ihmeitä tehdä, voin kuitenkin tarjota lapsille monipuolisia liikuntakokemuksia erilaisissa liikuntaympäristöissä, lähestyä erilaisia motoristen taitojen oppimistilanteita motivoivasti ja oppilaiden liikuntainnostusta herättelevästi, tavoitteena tietysti OPS: in mukaisesti elinikäisen liikkumisen sytyttäminen.” (H6)



KUVIO 5. Kuvio havainnollistaa vastaajien kokemaa rooliaan liikuttajana koko koulussa.

7.6 Työn kuormittavuus, muutokset ja resurssit

Aineisto osoitti, että suurimmaksi kuormittavuutta lisääväksi tekijäksi vastaajat ovat nimenneet haasteet ryhmien sisällä. Haastateltavat kaipaisivat lisää aikaa ja lisätaitoja opettaa isoa ryhmää samalla, kun mukana on esimerkiksi ensimmäistä kertaa lajia kokeileva oppilas.

Opettajuus kärsii, kun lisäkäsii ei ole saatavilla. Lisäksi usealla oppilaalla on haasteita mielenterveyden kanssa, joka tuo opettajille epävarmuutta sekä lisää kuormaa. Nämä mielenterveyden haasteet saattavat vaikuttaa liikuntatunteihin osallistumiseen, joka taas vaikeuttaa arviointia ja tuo haastetta opettajalle. Lisäksi liikuntatunnit koetaan olevan usein ne, joista oppilaat karsivat opiskelutaakkaansa. Opettajat kokevat, että he tarvitsisivat työssään päivittäin erityisopettajan taitoja tehostetun tuen oppilaita sekä mielenterveydestä kärsiviä

varten. Vaikka opettajilta löytyy ymmärrystä, tuntuu heistä siltä, että jokaisella oppilaalla tulisi olla oma liikuntatunti ja suunnitelma. Opettajan työ muuttuu ikään kuin personal trainerin työksi. Kaikkia tietoja oppilaista ei myöskään saa liikunnanopettajalle luovuttaa, joka tuo haastetta entisestään. Erityisoppilaiden kohtaaminen koetaan omaksi maailmaksi ja siihen tarvitaan lisää apua sekä resursseja. Joissain kouluissa tukea löytyy enemmän, kun toisissa. Näistä haastateltavien esimerkkivastaukset alla.

“Yläkoululaisten (ja lukiolaisten) henkisistä syistä johtuvat runsaat poissaolot liikunnasta tai ei pysty osallistumaan siihen ja siihen eikä siihen kun ahdistaa, masentaa, uuvuttaa. Vaikka omat taidot näihin estyneisiin ovat omasta mielestä kasvaneet ja ymmärrystä löytyy sekä on keinoja eriyttää, en silti aina ymmärrä. Lähinnä miten heidän määränsä kasvaa, miksi (aina) helpotetaan koulunkäyntiä liikuntatunneilta ja miten heitä voi arvioida? Lisäksi tunneilla olevillakin on vaikka ja mitä, joka pitäisi ottaa huomioon. Välillä tuntuu, että kohta on jokaisella oppilaalla oma liikuntatunti ja suunnitelma. Opettaja muuttuu PT:si.” (H3)

“Päivittäin tuntuu, että pitäisi suorittaa erityisopettajan tutkinto. Tällä hetkellä yläkoulun liikuntaryhmässäni on useita eri syistä tehostetussa tuessa olevaa oppilasta. Lisäksi muutama ahdistushäiriöstä pulmautuva, ja yksi soveltavan liikunnan oppilas. Onneksi kuntamme antaa toistaiseksi hyvät resurssit 3-portaisen inklusion toteuttamiseksi.” (H4)

Vaikka liikunnanopettajan työ aineiston mukaan koetaan kuormittavammaksi erityisoppilaiden ja mielenterveyden haasteiden takia, yksi vastaajista on kuitenkin kokenut sen positiivisena muutoksena. Työ on enemmän läsnäoloa ja kasvattamista, minkä hän kokee mieleiseksi. Liikunnanopettajana saa jutella yläkoululaisten kanssa vaikeistakin asioista sekä toimia kuuntelijana oppilailleen.

“Tuntuu, että työni meni koko ajan liikunnanopena enemmän ja enemmän ”läsnäoloksi” ja kasvattamiseksi, ja se onkin minulle mieleistä. Liikunnanopena juttelin usein yläkoululaisten kanssa vaikeistakin asioista, ja toimin välillä kuuntelijana oppilaiden niin tarvittaessa.” (H5)

Haastatteluun vastanneet ovat maininneet myös isot ryhmäkoot, pienet tilat sekä melun kuormittavana tekijänä. Lisäksi vastanneet ovat huomioineet kuormittavana tekijänä materian. Vastaajat kaipaisivat panostusta liikuntavälineisiin ja -varustukseen, sillä koulun budjetoinnissa ei oteta näitä seikkoja tarpeeksi huomioon. Lisäksi opettajien omat sosiaalitulat saattavat olla puutteelliset, vaatteita joutuu vaihtamaan missä sattuu ja omien liikuntavarusteiden säilytys on haasteellista.

“Joskus koulujen panostus liikuntavälineisiin ja -varustukseen on hiukan heikkoa, toivoisi liikunnan saavan budjetoinnissa sille kuuluvan osan. Liikuntaa opettavien opettajien sosiaalituloissa on usein merkittäviä puutteita, vaatteita vaihdetaan missä sattuu ja omien liikuntavarusteiden säilytys on haasteellista. Nämä tietysti ovat materiaa, mutta vaikuttavat mielestäni siihen, miten arvostetuksi liikuntaoppiaine koulussa koetaan.” (H6)

“Tilat ovat toisinaan pienet, melutaso on kova.” H2

Itse liikunnanopettajan työ on yhden aineiston perusteella kuvailtu yksin puurtamisena, joka tuntuu raskaalta. Liikunnanopettaja on myös paljon poissa opettajahuoneesta, sillä liikunnanopettajan työnkuva on liikkuva. Tämä johtaa siihen, että hiljainen tieto opettajahuoneista ei kulje liikunnanopettajien korviin. Toinen vastaaja on taas kertonut liikunnanopettajan työn olevan kuormittavaa sen takia, sillä opettajan pitää osallistua tunneilla, jotta motivaatio välittyisi oppilaisiin. Sama vastaaja tekee työtä yhteisopettajuuden periaattein ja kokee sen vievän kuormaa omilta harteilta huomattavasti pois.

“Liikuntaa opettavan opettajan työ on usein yksin puurtamista, liikkaope heiluu urheilukentillä, suunnistusmaatoissa, liikkasalissa...” (H6)

“Toimin opena tiimissä ja se on ollut ihan parasta. Teen töitä tiimin kanssa niin luokanopena kuin liikunnassa. Meitä on aina useampi ope paikalla. Sillä on todella iso merkitys työssä viihtymiseen ja jaksamiseen.” (H2)

Aineiston mukaan aika koetaan erittäin rajalliseksi ja sitä jää liian vähän suunnitteluun ja ylimääräiseen työhön tuntien pitämisten ulkopuolella. Esimerkiksi on otettu Wilma, jota liikunnanopettajat eivät pysty käyttämään tunnin aikana, vaan sen käyttö jää tuntien ulkopuolelle. Tämä myös johtaa siihen, että vastaajat kokevat jaksamisen olevan välillä kovilla.

“Usein aika on tiukilla ehtiä kaikki työhön liittyvät toimet, liikunnanopetuksen äärellä kun wilmat yms. hoidetaan koulupäivän jälkeen, niitä ei pysty tunnin aikana työstämään.” (H6)

“Tyytymätön olen siihen, että on liian vähän energiaa uudistua, suunnitella ja valmistella hyviä tunteja ja innostavia harjoitteita /leikkejä.” (H5)

Yksi vastaajista kokee tietoteknisen osaamisen heikoksi, joka tuottaa hänelle lisää kuormaa työntekemiseen. Siihen kaivattaisiin lisää koulutusta. Toisaalta taas vastaaja kokee liian tietotekniikan liikunnan opetuksessa myös huonona asiana. Liikunta on niitä harvoja aineita, jossa on mahdollisuus olla läsnä ilman minkäänlaista tietotekniikkaa.

“Tietotekniikan käyttöni rajoittuu tällä hetkellä YouTuben erilaisiin tutoriaaleihin, joita oppilaat käyttävät joko itsenäisesti johonkin antamaani aiheeseen, tai joita itse käytän silloin tällöin hakiessani lisätietoa. Tähän toivoisin lisää asiantuntijuutta. Toisaalta liika tietotekniikka liikunnan pedagogiikassa ei saa olla isetarkoituksena. Liikunta on kuitenkin harvoja aineita, jossa on mahdollisuus olla läsnä kokonaisvaltaisesti psykofyysisenä kokonaisuutena. Nykynuoriso ”piiloutuu” kännykän taakse muutenkin jo ihan tarpeeksi.” (H4)

Oppilaiden asenne ja arvostus liikuntaa kohtaan koetaan myös ajoittain huonona. Oppilaat arastelevat esimerkiksi hikoilemista ja lihaskipuja, joka johtaa heikkoon osallistumiseen tunneilla. Oppilaita tulee motivoida tekemiseen, muuten osallistuminen tunnilla saattaa jäädä vähäiseksi. Lisäksi oppilaiden taitotaso koetaan heikentyneen vuosien saatossa. Yksi vastaajista toisaalta kokee, että on saanut luotua oppilaita kohtaan hyviä suhteita, joista hän on tyytyväinen.

”Oppilaat haluaisivat yrittää parhaansa, eikä arasteltaisi ihan perusjuttuja kuten hikoilemista, lihaskipua tms.” (H1)

”Oppilaita tulee motivoida muuten ovat aika laiskoja.” (H2)

Yksi vastaajista on myös maininnut sekaryhmät, jossa kaikki sukupuolet ovat sekaisin omana luokkanaan. Vastaaja kokee, että tällöin pojat vievät tilaa tytöiltä. Vastaaja kuitenkin kokee, että on silti parempi olla jaottelematta ryhmiä sukupuolen mukaan. Tämän sijaan voi tarjota erilaisia pelimuotoja, joista jokainen voi tunnilla valita mieluisensa.

“Sekaryhmissä pojat vievät tilaa työiltä. Silti pidän siitä, että ryhmiä ei jaotella sukupuolen mukaan. Tarjoamme usein esim. vaihtoehtoja ja nopeampia /rauhallisempia pelejä.” (H2)



KUVIO 6. Haastateltavien kokemat suurimmat kuormittavuustekijät liikunnanopetuksessa.

7.7 Muita mietteitä

Vastauksista nousi esiin myös kysymysten ulkopuolelta olevia aiheita. Kuten edellisestä kappaleesta nousi esille, kokee moni opettajan ja eritoten liikunnanopettajan työn välillä kuormittavaksi, esimerkiksi työn muutosten takia. Nykylapsille perusjututkin ovat haastavia ja he vierastavat sitä, että liikunta tuntuu joskus hieman epämukavalta hengästymisen ja hikoilun takia. Kehonhallinta on selkeästi mennyt huonompaan suuntaan ja jopa pituushyppy saattaa olla joillekin vaarallista, kun omaa kehoa ei hallita.

”Eli liikunnan opettaminen on muuttunut paljon vuosien saatossa, mitä voi vaatia tai olettaa, miten alkeellisia asioita opetellaan vielä yläkoulussakin.” (H1)

Myös sekaryhmät nostettiin esille vastauksissa ja niistä oltiin kahta mieltä. Idea sekaryhmien taustalla on vastaajien mielestä ylevä ja varsinkin alakoulun puolella ne toimivat pääsääntöisesti

pedagogisesti hyvin. Nousi kuitenkin esiin, että sekaryhmäopetukselle voi käydä samoin, kuin liian vähäisin resurssein toteutetulle inklusiolle. Vastaajilla oli itsellään ryhmiä, joissa on esimerkiksi ahdistushäiriöistä kärsiviä oppilaita, joten oppituntien järjestäminen niin, että hekin saisivat liikunnan iloa ja pätevyyden kokemuksia, on todella vaikeaa.

”Sekaryhmä, jossa toinen puoli ryhmää on asioita rajusti ja jopa räävisti kommentoivia poikia ja osa näitä hiljaisia, itseensä ja omiin pelkoihinsa kätkeytyviä tyttöjä, ei auta tukemaan näiden tyttöjen liikunnallista itsetuntoa.” (H4)

Myös muut persoonallisuuden neuroottiset häiriöt ja niiden yleistymisen mietityttivät vastaajia. Vastauksissa pohdittiin, että ne tulevat varmasti vaikuttamaan enenevässä määrin sekä liikunnanopetuksen suunnitteluun, että järjestelyihin. Esiin nousi myös pelko siitä, ettei yleisopetusta kohta enää ole ja että esimerkiksi erityisopettajat olisivat isommassa roolissa liikunnanopetuksen sisällön suunnittelussa kuin liikunnanopettajat, vaikka liikunnanopettajat kantaisivat edelleen yksin pedagogisen vastuun.

”Luulen, että tulevaisuudessa erilaiset persoonallisuuden neuroottiset häiriöt tulevat näyttelemään merkittävää roolia liikunnanopetuksenkin suunnittelussa, ja järjestelyissä.” (H4)

”Pahoin pelkään, että yleisopetusta ei kohta käytännössä ole enää olemassa. Pelkään, että lähitulevaisuudessa liikunnanopetuksenkin suunnitelmia ja toteutusta ohjaavat ja määrittelevät enenevässä määrin erityisopettajat ja erilaisissa koulun viihtyvyyshankkeissa työskentelevät vastuuhenkilöt, kuitenkin liikunnanopettajan kantaessa edelleen samoista tunteista yksin pedagogista vastuuta.” (H4)

Myös uusi, LiikLo-koulutus, eli liikunnan- ja luokanopettajan pätevyyden tuova koulutus nostettiin esille vastauksissa. Sen toteutumisesta oltiin iloisia ja toivottiin sen tuovan lisää liikuntaan motivoituneita opettajia koulumaailmaan.

”Olen ääri-iloinen ensi syksynä alkavasta LiikLo-koulutuksesta, ehkäpä näin saadaan taas lisää liikuntamotivoituneita opettajia koulumaailmaan. (H6)

Aineistossa nousi esille, että suurin osa haastateltavista koki kelpoisuuden ja pätevyyden kokemusten vaikuttavan heidän opetukseensa. Myös se, millaisia työtehtäviä heillä on, vaikuttaa pätevyyden kokemuksiin. Jos saa tehdä sitä työtä, mitä osaa ja mihin on koulutus, kokee myös pätevyyden kokemuksiin. Kun kokee olevansa pätevä työhönsä, voi myös jakaa tietoaan muille ja kouluttaa muita sekä tuoda osaamistaan monelle eri osa-alueelle.

8 POHDINTA

8.1 Keskeiset tulokset

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli tutkia liikunnan- ja luokanopettajien kelpoisuuksien omaavia opettajia. Tarkoitus oli saada tietoa siitä, kokevatko he liikunnanopettajan kelpoisuudella olevan vaikutusta alakoulun tunteihin. Lisäksi tutkimuksessa tutkittiin, millainen rooli heillä on koulussa liikuttajina, miten kelpoisuus vaikuttaa oppilaiden suhtautumiseen liikuntaa kohtaan sekä millaisia asioita haastateltavat ovat kokeneet kaipaavansa työn puitteissa. Aineistonkeräysmenetelmänä toimi kirjalliset yksilöhaastattelut, jotka lähetimme osallistujille sähköpostitse. Haastatteluihin vastasi seitsemän (7) liikunnan- ja luokanopettajan kelpoisuuden omaavaa opettajaa.

Lähes kaikkien haastateltavien mielestä liikunnanopettajan kelpoisuudella on merkitystä alakoulun liikuntaan. Heidän mukaansa se tuo pedagogista ja didaktista osaamista esimerkiksi miten kehittää tai vaikeuttaa pelejä. Lisäksi opettajat kokivat osaavansa suunnitella eri tasoista tehtävää tunneille eriyttämällä oppilaita. Löytämämme teoria tukee tutkimustulosta. Salinin, Huhtiniemen ja Hirvensalon (2017) mukaan liikunnanopettajan työssä korostuu ammatillinen sisältöosaaminen, työn eettinen perusta ja yhteiskunnallinen kasvatustehtävä. Hindiin ja Palmeriin (2007) nojaten liikunnanopettaja työskentelee samanlaisten koulutustavoitteiden saavuttamiseksi, kun muutkin opettajat ja sen lisäksi liikunnanopettajan tarkoitus on kehittää oppilaiden fyysisiä taitoja. Liikunnanopettaja täyttää opettajan, valmentajan sekä urheilijan roolit käyttäen opetussuunnitelmaa opetuksensa pohjana. Liikunnanopettajan tehtäviin kuuluu myös tehdä oppilaille tunneista mieleisiä ja haastavia, jotta kiinnostus liikunnassa pysyy. (Hind & Palmer 2007) Lisäksi Heikinaro-Johanssonin ja Lyyran (2018) mukaan liikunnanopettaja käyttää pedagogista sekä didaktista vapauttaan päättäen opetuksen toteutuksen.

Liikunnanopettajan kelpoisuus toi ymmärrystä alakouluikäisten motoristen taitojen opettamisesta tehokkaasti eri ympäristöissä. Liikunnanopettajan kelpoisuus toi alakoulun liikunnan opettamiseen myös luovuutta ja ryhmänhallintataitoja sekä taitoa käyttää eri opetustyyliä monipuolisesti. Haastateltavat kokivat kaikkein tärkeimmäksi asiaksi sen, että he ymmärsivät lasten ja nuorten kehityksen ja kasvun eri ikävaiheissa ja pystyivät hyödyntämään sitä liikuntatunteja suunnitellessa. Löysimme teoriasta vastauksia tukevia asioita. Hindin ja Palmerin (2007) mukaan liikunnanopettaja luo monipuolisia oppitunteja ja suotuisan ilmapiirin

oppimiselle käyttäen esimerkiksi Mosstonin ja Ashworthin (2008) luomia opetustyyplejä. Heikinaro-Johanssonin ja Lyyran (2018) mukaan opettaja organisoii ja pyrkii edistämään oppimista esimerkiksi valitsemalla suotuisan työtavat kullekin tunnille säädellen samalla opettajan ja oppilaan välistä sekä oppilaiden keskinäistä vuorovaikutusta. Lisäksi liikunnanopetuksessa opiskeluympäristö on vaihteleva ja liikuntaa opetetaan erilaisissa tiloissa ja vaihtelevilla välineillä. (Heikinaro-Johansson & Lyyra 2018)

Monet kokivat myös tärkeäksi sen, että he omaavat molemmat kelpoisuudet, niin liikunnan luokanopettajankin. He kokivat arvostavansa enemmän omaa oppiainettaan, pitävänsä aineen puolia ja heiltä löytyi halu kehittyä sekä opettaa laadukkaasti. Laajempi koulutus kahdesta tiedekunnasta luo heille myös tunteen siitä, että he ovat parempia opettajia. Kaksoiskelpoisuus koettiin tärkeäksi niin työpaikalla, kun myös työnhaussa. Se näkyi palkassa, työtehtävissä sekä opettavien arvostuksessa. Löytämämme teoria tukee kaksoispätevyyden vaikutusta esimerkiksi työnhaussa. Sillanpää (2020) kertoo Kuntarekryyn (2020) viitaten, että isossa osassa avoinna olevissa luokanopettajien viroissa toivotaan myös laajempaa osaamista jostain muusta aineesta, kuten jostain taito- ja taideaineesta. Osa vastaajista koki myös luokanopettajan koulutuksen tärkeäksi alakoulun liikuntatunneilla. Luokanopettajan koulutus tuo haastateltavien mielestä lisää ymmärrystä leikin kautta opettamisen tärkeydestä. Pelkällä liikunnanopettajan koulutuksella saattaa opettaa pelkkää lajitaitoa tai tekniikkaa. Yksi vastaajista oli sitä mieltä, että itse opintoarvolla ei ole merkitystä, vaan painoarvo oli monipuolisella työkokemuksella, joka mahdollistuu, kun omaa molemmat kelpoisuudet.

Haastateltavat kokivat, että oma toiminta vaikuttaa oppilaiden suhtautumiseen liikuntaa kohtaan. Kun opettaja on itse aktiivinen ja positiivinen, vaikuttaa se myönteisesti koko liikuntatunnin ilmapiiriin ja sitä kautta liikunta tuntuu mielekkäämmältä. Opettajan oma esimerkki ja innokas osallistuminen vaikuttaa myös oppilaiden suhtautumiseen. Myös löytämämme teoria tuki tätä tulosta. Liukkonen ja Jaakkola (2013, 146) kertovat, että mikäli opettaja saa luotua innostavia tilanteita liikuntatunneilla, voi se pitkällä aikavälillä vahvistaa oppilaan käsitystä itsestään liikkujana ja lisätä positiivisia kokemuksia liikunnasta. Opettajan tulisi luoda oppilaiden taitotasosta riippumatta kaikille oppilaille positiivisia kokemuksia liikuntatunneilta. Tämän kautta on mahdollista muuttaa oppilaan liikuntamotivaatiota. (Liukkonen & Jaakkola 2013, 146) Lisäksi haastateltavien mukaan oppilaiden liikuntaan suhtautumiseen vaikuttaa opettajalta tuleva kannustus sekä korjaava palaute. Vastauksissa nousi myös esiin se, että kaikkia oppilaita on vaikea miellyttää. Vaikka yrittäisi ottaa huomioon

kaiken tasoiset liikkujat, ei kaikki silti innostu mukaan liikkumaan. Rantalaisen ja Kasken, (2017, 333) mukaan liikunnanopettajan on tärkeää huomioida yksilöt ja ryhmä toiminnan tavoitteiden mukaisesti.

Haastateltavat kokivat roolinsa kouluissa lasten liikuttajina varsin merkittäväksi. Moni heistä koki olevansa se opettaja koulussa, joka pyrkii saamaan liikettä koulupäiviin ja lapset liikkumaan. Lisäksi haastateltavat kokivat, että heidän vastuullaan on usein järjestää liikuntapäiviä, liikuntatapahtumia ja turnauksia. Haastateltavat kokivat roolinsa liikuttajana vaikuttavan myös muihin opettajiin. He ovat yrittäneet saada muutkin opettajat ottamaan liikettä omille oppitunneilleen. Kun vertaamme haastateltavien vastauksia teoriaan, löytyi teoriasta hyvin paljon samankaltaisuuksia. Salinin, Huhtiniemen ja Hirvensalon (2017) mukaan liikunnanopettajan työn lisäksi opetuksen ulkopuoliset tehtävät ovat lisääntyneet, kuten luokanvalvojuus, yhteydenpito vanhempiin, yhteissuunnittelu ja kokoukset. Liikunnanopettajat myös suunnittelevat usein juhlaohjelmia sekä erilaisia tapahtumia ja liikuntapäiviä. Liikunnanopettajat ovat keskeisessä asemassa aktivoiden oppilaitosten toimintakulttuuria ja usein muut opettajat tarvitsevat liikunnanopettajan apua integroidessaan liikuntaa ja toiminnallisia työtapoja omiin oppiaineisiinsa. (Salin, Huhtiniemi & Hirvensalo 2017) Liikunnanopettajan odotetaan edistävän oppilaiden hyvinvointia sekä arjen fyysistä aktiivisuutta kokonaisvaltaisesti ja myös liikuntatuntien ulkopuolella. Laajentuneen sekä muuttuneen työnkuvan takia liikunnanopettaja nähdäänkin tulevaisuudessa hyvin koulutettuna, fyysisen hyvinvoinnin ammattilaisena, jonka tehtävänä on vastata koko koulun terveysliikunnasta ja toimintakulttuurin liikunnallistamisesta. Jotta liikuntaa saataisiin koulupäiviin lisää, edellyttää se rehtorin ja henkilökunnan yhteistä määrätietoista toimintaa. (Lyyra, Palomäki & Heikinaro-Johansson 2016; Rajala, Turpeinen & Laine 2013)

Lisäksi haastateltavat pohtivat opettajuuteen liittyviä muita puutteita ja sitä, mitä he ovat kokeneet kaipaavansa työn puitteissa. He saivat myös tarkastella tyytyväisyyttä jo olemassa olevaan. Haastateltavat kokivat tarvitsevansa lisää aikaa ja lisää taitoja opettaakseen isoja ryhmiä, joiden sisällä saattaa olla erityistukea tarvitsevia oppilaita. Myös oppilaiden mielenterveydenhaasteet koettiin haastavina, ne toivat haastattelevien mielestä opettajille epävarmuutta, lisää kuormaa ja se koettiin myös haastavana arviointeja tehtäessä. Haastateltavat kokivat, että liikunnanopettaja työ muuttuu helposti personal trainerin työksi, kun liikuntatunneilla tulee ottaa niin monen oppilaan erilaiset lähtökohdat huomioon. Vaikka erilaiset mielenterveyden haasteet ovat lisääntyneet, on siinä nähty myös myönteisiä

vaikutuksia opettajan työhön. Työssä saa näin olla enemmän läsnä, kasvattaa ja jutella oppilaiden kanssa vaikeistakin asioista. Löytämämme teoria tukee pohdintaa siitä, että mielenterveyden haasteet tuo opetukseen haasteita ja liikunnanopettajan odotetaan olevan oppilaiden henkilökohtainen liikuntaneuvoja. Launosen ja Pulkkinen (2000) mukaan opettajat tarvitsevatkin eväitä kyetäkseen ratkomaan moninaisia oppilaiden elämäntilanteista syntyviä ongelmia, sekä ottamaan huomioon oppijoiden yksilöllisyyden. Haasteena opettajan työssä onkin kyky hahmottaa oman työnsä muuttuvat yhteisölliset sekä yhteiskunnalliset ulottuvuudet ja lisäksi kyky tukea yksilön kokonaisvaltaista kasvua koulu-yhteisössä. (Launonen & Pulkkinen, 2000) Liikunnanopettajan nähdään myös tulevaisuudessa vastaavan koko koulun terveystoiminnan ja toimintakulttuurin liikunnallistamisesta sekä opettajan nähdään myös toimivan oppilaiden henkilökohtaisena liikuntaneuvojana. (Lyyra, Palomäki & Heikinaro-Johansson 2016)

Liikunnanopettajan työ koettiin joskus kuormittavaksi, johon vaikuttaa isot ryhmäkoot, melu, huonot välineet ja -tilat. Liikunnanopettajan työ koettiin yksin puurtamisena ja kaikki tieto opettajanhuoneesta ei kulkeudu liikunnanopettajien korviin, sillä liikunnanopettajan työnkuva on liikkuva. Löytämämme teoria tukee sitä, että opettajan olisi tärkeä saada tukea työhönsä muulta työyhteisöltä. Innostava työyhteisö kuuntelee, kannustaa ja pitää huolta toisistaan. Opettajat ideoivat yhdessä ja ideoita yhdistellään ja kehitetään. Tiedon ja osaamisen jakaminen opettajien työyhteisössä on edellytys yhteisölliselle ja innostavalle työlle. (Honkonen & Salovaara 2013, 136) Lisäksi liikunnanopettajia kuormittaa oppilaiden huonot asenteet ja vähäinen arvostus liikuntaa kohtaan. Oppilaiden taitotaso ja fyysinen kunto on haastateltavien mielestä heikentynyt ja oppilaat arastelevat hikoilemista sekä lihaskipuja. Löytämämme tutkimustulokset kertovat mahdollisesta syystä fyysisen kunnan laskulle. Valtion liikuntaneuvoston (2023) mukaan liikkumissuosituksen saavutti mitatusti vuonna 2022 kolmasosa eli 33 prosenttia lapsista ja nuorista. Liikkumissuositusten mukaan liikkuvien osuudet ovat siis matalammalla tasolla kuin edellisessä Liitu-tutkimuksessa vuonna 2018. Liikkumisen vähentymistä oli tapahtunut erityisesti omaehtoisessa liikkumisessa ja seuraharrastamisessa. Lisäksi erityisen huolestuttavaa on tyttöjen ja poikien välisen eron lisääntyminen useilla eri osa-alueilla. (Valtion liikuntaneuvosto 2023)

Haastateltavat kertoivat muita mielteitä aiheen tiimoilta. Sieltä esiin nousi oppilaiden motoristen perustaitojen heikkeneminen sekä erilaiset oppilaiden mielenterveyden haasteet. Löytämämme teoria tukee osin haastateltavien ajatuksia. Oppilaiden motorisia perustaitoja ja

fyysistä kuntoa mittaavien Move! -mittausten vuoden 2022 tuloksissa todettiin, että valtakunnallisesti noin 40 prosentilla mittauksiin osallistuneista oppilaista fyysinen toimintakyky on sillä tasolla, että se voi vaikeuttaa arjessa jaksamista ja pärjäämistä (Valtion liikuntaneuvosto 2022). Haastateltavien huolena nousi se, ettei yleisopetusta kohtaan enää järjestettäisi. Näin erityisopettajat olisivat isommassa roolissa liikunnanopetuksen suunnittelussa, sillä erityisoppilaiden määrä on kasvussa. Siljamäkeen ym. (2022) nojaten liikuntakasvatuksessa kulttuurien välinen osaaminen liittyy siihen, miten opettaja tukee kaikkien oppilaiden yhtäläisiä mahdollisuuksia osallistua liikunnasta, kielestä, uskonnosta tai kulttuurista riippumatta. Liebkind (1994 192–194, 196) ovat todenneet Vastamäkeen (2004) viitaten, että Suomessa koulujen resursseja on vähennetty, joten esimerkiksi sellaiset oppilaat, jotka eivät osaa suomen kieltä, lisäävät opettajien painetta ja kiirettä isojen luokkakokojen keskellä. Usein erityistä tukea vaativat oppilaat saatetaan integroida yleisopetukseen muiden ryhmien sekaan ja heillä saattaa olla apuna koulunkäyntiavustaja tunneilla. (Kosonen 2019, Jaakkola, Liukkonen & Sääkslahti 2013, 412–415 mukaan)

Lisäksi haastatteluissa kävi ilmi innostus LiikLo- koulutusta kohtaan. Jyväskylän yliopiston (2023) mukaan on alkanut LiikLo- koulutus, jossa pääsee opiskelemaan sekä liikunnanopettajan- että luokanopettajan tutkinnon. Koulutus antaa kelpoisuuden niin liikunnan aineenopettajana toimimiseen, kun luokanopettajana työskentelemiseen. “Tulevaisuuden koulut tarvitsevat laaja-alaisia osaajia opettamaan ja kehittämään kouluarkea. Liikunnan- ja luokanopettajan koulutuksen tavoitteena on kouluttaa pedagogisesti taitavia, omaa työtään tutkivia ja kehittäviä kasvattajia ja opettajia.” (Jyväskylän yliopisto 2023)

8.2 Tutkimuksen kriittinen tarkastelu

Tutkimus toteutui mielestämme hyvin ja suhteellisen sujuvasti. Tutkimuksen edetessä etemme tuli kuitenkin monia asioita, joihin emme olleet valmistautuneet. Haastateltavien keräämiseen Facebookin kanava “Jotain todella uutta liikunnanopetuksessa” oli toimiva, sillä kanavalla on yhteensä 12 000 liikuntaa opettavaa opettajaa tai liikunnasta kiinnostunutta henkilöä. Saimmekin helposti ja nopeasti yhdeksän (9) haastateltavaa mukaan tutkimukseemme. Osan haastatteluun ilmoittautuvien alkuinnostus kuitenkin laantui ja muutamasta lisä yhteydenotosta huolimatta emme saaneet enää, kuin seitsemään yhteyden. Nämä seitsemän vastasivat kyselylomakkeeseen.

Olimme ottaneet huomioon kysymysten muotoilun kysymyslomaketta tehdessä. Muotoilimme kysymykset niin, että niihin ei voi vastata sanoilla kyllä tai ei, vaan omaa mielipidettä tulee perustella. Lisäksi valitsimme sanamuotoja, kuten: “pohdi tai pohdiskele laajasti.” Osa haastatteluun osallistuneista ei kuitenkaan vastannut niin laajasti, kun olisimme toivoneet ja tämä vaikeutti tulosten saamista. Meidän olisi mahdollisesti myös pitänyt alustaa kysymykset niin, että haastateltavat olisivat ymmärtäneet saman idean, joka oli meidän päässämme. Pohdimme, olisiko haastatteluissa toiminut paremmin esimerkiksi teams- tai puhelinyhteys, sillä näin olisimme saaneet kaiken haastateltavien kertoman käyttöömme. Toisaalta olisimme saattaneet johdatella haastateltavia kohti sitä mielipidettä, mikä meillä oli aiheen tiimoilta. Nyt saimme vastauksia sellaisista näkökulmista, kun mitä itse aluksi ajattelimme. Se taas johti siihen, että tutkimukseenne laajentui sekä sai uusia näkökulmia aiheen tiimoilta. Esimerkiksi me halusimme korostaa sitä, mitä juuri liikunnanopettajan kelpoisuus tuo alakoulun liikuntatunneille. Haastateltavat taas ymmärsivät kysymykset niin, että kertoivat molempien kelpoisuuksien, niin liikunnan- kun luokanopettajan merkityksestä alakoulun liikuntatunneille. Saimme siis erilaisia tuloksia, kuin olimme aluksi ajatelleet. Aluksi olimme hämmentyneitä tuloksista, mutta ymmärsimme kuitenkin, että tulokset muuttavat hieman näkökulmaa aiheeseen positiivisemmalla ja laajemmalla tavalla, kun mitä aluksi ajattelimme. Vaikka yritimme olla olettamatta tuloksia etukäteen, oli meillä silti tietynlainen oletus siitä, mitä vastaajat saattavat kertoa. Tulokset eivät kuitenkaan täysin vastanneet oletustamme, vaan laajensi näkökulmaamme asian tiimoilta suuresti. Tämän takia oli erittäin hyvä valinta valita aineistolähtöinen lähestymistapa tutkielmaamme, sillä teorialähtöisessä olisimme keränneet aivan väärää teoriatietoa tai toisaalta emme olisi voineet käyttää hyödyksi kaikkea sitä aineistoa, mitä haastatteluissa tuli ilmi.

Aineiston analysoiminen ja teemoittelu oli haastavaa, sillä haastateltavat ymmärsivät kysymykset niin eri tavoin, että vastauksista tuli todella laajoja ja erilaisia. Yksittäinen haastateltava saattoi vastata samaan kysymykseen monessa eri kohdassa, joten tulosten kirjoittaminen oli haastavaa. Tulosten kirjaamisessa tuli katsoa jokaista haastattelulomaketta niin kokonaisuutena, kuin kunkin teeman mukaisesti. Näin vastauksista saatiin ehyitä kokonaisuuksia tulos- osioon. Tuloksissa meitä ihmetytti eniten se, miten isoksi asiaksi liikunnanopettajan työn kuormittavuus nostettiin. Kysymyksiä laatiessamme emme olleet ajatelleet tätä asiaa lainkaan ja siksi myöskään kysymyslomakkeessa ei ollut suoraa kysymystä tähän aiheeseen. Kuitenkin aihe nousi toistuvasti esiin, kun kysyimme opettajuuteen liittyvistä puutteista ja siitä, mitä he ovat kokeneet kaipaavansa työn puitteissa. Lisäksi kuormittavuus

mainittiin myös Muita mietteitä- kysymyksessä. Tässä nousee jälleen esiin aineistolähtöisen lähtökohdan merkittävyys, sillä emme olisi ymmärtäneet huomioida kuormittavuutta teoriaosassa lainkaan, ilman haastateltavien kommentteja asian tiimoilta.

Näin tutkimusmatkamme loppuvaiheessa on hyvä sanoa, että matkamme on ollut pitkä, mutta antoisa. Aiheen tiimoilta on noussut paljon uusia näkökulmia, joita emme osanneet edes ajatella ennen tutkimuksen alkua. Vaikka työskentelemme molemmat liikunnan- ja terveystiedon opettajina, saimme paljon uutta tietoa, joten matka oli erittäin opettavainen. Matka on avannut silmiämme myös opettajan työn kuormittavuuden suhteen. Lisäksi oli helpottavaa huomata, että monet opettajat painivat samojen asioiden kanssa arjessa, kun itse painii. Painotamme vielä, että näin jälkiviisaana olemme erittäin tyytyväisiä siitä, että valitsimme aineistolähtöisen lähestymistavan tutkimukseemme.

8.3 Tutkimuksen luotettavuus ja jatkotutkimusehdotukset

Kun puhutaan laadullisesta tutkimuksesta, on tutkijan rooli osana tutkimusprosessia erityisen merkityksellinen. Tutkija tekee kaikki tutkimusta koskevat valinnat ja laadullinen tutkimus alkaakin tutkijan esiymmärryksestä aihetta kohtaan. Tutkija joutuu punnitsemaan jatkuvasti erilaisia vaihtoehtoja ja valitsee lopulta tutkimusaiheen, kohderyhmän sekä tutkimuksen metodit ja teoreettisen viitekehyksen. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 18.)

Saatu tulos on ilmeisen siirrettävä, koska liikunnan- ja luokanopettajan koulutus, sekä itse koulukulttuuri on varsin samanlaista eri puolella Suomea. Tutkimuksen uskottavuutta lisää se, että jokaisella haastateltavalla oli 2,5–19- vuotta työkokemusta liikunnanopettajana. Tämä kertoo, että jokaisella haastatteluun osallistuvalla oli kertynyt jo ammattitaitoa ja työkokemusta liikunnanopettajan työstä, joten heillä oli tällöin kertynyt tietoa aiheesta. Lisäksi uskottavuutta tutkimukseen tuo muun muassa huolellinen ja yksityiskohtainen prosessin kuvaus itse tutkimusraportissa.

Tutkimuksestamme on hyötyä, jos pohditaan tarpeellisia lisäresursseja alakoulun puolelle. Tutkimuksemme tukee sitä ajatusta, että olisi tärkeä saada liikunnan aineenopettaja myös alakouluun. Lisäksi tämä on arvokasta tietoa niin luokanopettajille, kun liikunnanopettajillekin, sillä tutkimus tuo esiin, kuinka tärkeää on ymmärtää alakoulun liikunnanopetuksen laatu ja monipuolisuus. Tutkimuksen tieto olisi tärkeä saada näkyville niille ihmisille, jotka päättävät

Suomen peruskoulujen asioista. Lisäksi tutkimuksen hyötynä voi nähdä sen, että se huomioi liikunnanopettajien ja muidenkin opettajien työssä jaksamisen. Opettajien jaksaminen on kortilla ja kuormitus työssä on suuri. Jotta opettajat jaksavat työssään, on tärkeä kiinnittää huomioita ja reagoida niihin asioihin, jotka he kokevat kuormittavina ja stressiä lisäävinä.

Jatkotutkimusideana voisi tutkia, miten nyt alkava LiikLo- koulutus parantaa alakoululaisten liikuntatuntien sisältöjä sekä opettajien kokemaa pätevyyttä liikunnanopetuksen tiimoilta. Lisäksi olisi mielenkiintoista tietää, miten jo varhaiskasvatuskoulutukseen saisi liikunnanopintoja niin, että jo sieltä asti lapset pääsisivät harjoittelemaan motorisia perustaitoja monipuolisissa ympäristöissä. Pohdimme myös, että olisi mielenkiintoista saada mielipide luokanopettajilta, mitä merkitystä he kokevat sillä olevan, että heillä ei ole kelpoisuutta opettaa liikuntaa.

LÄHTEET

- Alasuutari, P. (2011). *Laadullinen tutkimus 2.0*. 4. uudistettu painos. Tampere: Vastapaino.
- Asetus opetustoimen henkilöstön kelpoisuusvaatimuksista 986/1998. (2015). Viitattu 2.1.2024. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19980986>
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review* 84 (2), 191–215. doi:10.1037/0033-295X.84.2.191
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy. The Exercise of Control*. New York: W. H. Freeman and Company.
- Brouwers, A., Tomic, W. & Boluijt, H. (2011). Job demands, job control, social support and self-efficacy beliefs as determinants of burnout among physical education teachers. *Europe's Journal of Psychology*, 7(1), 17–39. Viitattu 5.11.2023. <https://ejop.psychopen.eu/index.php/ejop/article/view/103/103.pdf>
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behaviour. *Psychological Inquiry*, 11, 227–268.
- Heikinaro-Johansson, P. & Lyyra, N. (2018). *Liikunnanopetus ja opetuksen analysointi*. Jyväskylän yliopisto. Viitattu: 30.11.2023. [978-951-39-7592-0.pdf \(jyu.fi\)](https://www.jyu.fi/jyu/978-951-39-7592-0.pdf)
- Hind, E. & Palmer, C. (2007). A critical evaluation of the roles and responsibilities of the Physical Education teacher – perspectives of a student training to teach P.E. in Primary schools. *Journal of Qualitative Research in Sports Studies*, 1(1), 1–9.
- Hirsjärvi, S., & Hurme, H. (2008). *Tutkimushaastattelu: teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Gaudeamus Helsinki University Press.
- Honghui, Z., Jihai, Y., Yuexin, Z. & Xinyi, H. (2023). The influence of teachers' intrinsic motivation on students' intrinsic motivation: The mediating role of teachers' motivating style and teacher-student relationship. *Psychology in the schools* 2023. doi:10.1002/pits.23050.
- Jaakkola, T., Liukkonen, J. & Sääkslahti, A. (2013). *Liikuntapedagogiikka*. Juva: Bookwell Oy.
- Jaakkola, T. & Sääkslahti, A. (2017). *Liikunnanopetuksen opetustyyli*. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) *Liikuntapedagogiikka*. Jyväskylä: PS-kustannus. 204.
- Jakku-Sihvonen, R. 2005. Kotoperäiset tutkinnot eurooppalaiseen kehykseen. Teoksessa R. Jakku-Sihvonen (toim.) *Uudenlaisia maistereita*. Opetus 2000. Jyväskylä: PS-kustannus, 11–20.

- Jyväskylän yliopisto. (2009). Kasvatustieteiden tiedekunnan opinto-opas 2009–2010. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 2.1.2024. https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/36632/edu_2009_2010.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Jyväskylän yliopisto. (2023). Liikunnan aineenopettaja- ja luokanopettajakoulutus (LiikLo). Viitattu 2.1.2024. <https://www.jyu.fi/fi/tule-opiskelemaan/tutustu-aloihimme/liikunta-ja-terveystieteet/liikunnan-aineenopettaja-ja-luokanopettajakoulutus-liiklo>
- Kalaja, S. (2013). Fyysinen toimintakyky ja kunto. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus. 185–201.
- Kallinen, T & Kinnunen, T. (n.d). Etnografia. Teoksessa Jaana Vuori (toim.) Laadullisen tutkimuksen käsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 11.4.2023. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/metelmaopetus/>
- Kosonen, S. (2019). Yläkoulun liikunnanopettajan työssä kokema turvattomuus. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteellinen tiedekunta. Pro gradu. Viitattu 23.9.2023. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/63293/URN%3ANBN%3Afi%3Ajyu-201903271981.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Koppa. (2021). Laadullinen tutkimus. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 21.3.2023. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/metelmapolkuja/metelmapolku/tutkimusstrategiat/laadullinen-tutkimus>.
- Lasten ja nuorten fyysisessä toimintakyvyssä merkittäviä alueellisia eroja. (2022) Valtion liikuntaneuvoston, opetus- ja kulttuuriministeriön ja Opetushallituksen tiedote 14.12.2022. Viitattu 4.12.2023. [https:// liikuntaneuvosto.fi/2022/12/14/move-tulokset2022/](https://liikuntaneuvosto.fi/2022/12/14/move-tulokset2022/)
- Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. (2022). Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2023:1. Lasten ja nuorten käsityksiä koululiikunnasta 2022:69. Viitattu 30.10.2023 [https:// liikuntaneuvosto.fi/wp-content/uploads/2023/03/Lasten-ja-nuorten-liikuntakayttaytyminen-Suomessa-2022-2.pdf](https://liikuntaneuvosto.fi/wp-content/uploads/2023/03/Lasten-ja-nuorten-liikuntakayttaytyminen-Suomessa-2022-2.pdf)
- Launonen, L. & Pulkkinen L. (2002). Koulu kasvuyhteisönä. Kohti uutta toimintakulttuuria. PS-kustannus. Jyväskylä. Opetus 2000. 57–58.
- Lehmuskallio, M. & Toskala, J. (2018). Yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia ja näkemyksiä koulupäivien liikunnallistamisesta. Liikunta & Tiede 55 (6), 79–87.
- Leinonen, R. (2018). Sisällönanalyysi. Viitattu 13.4.2023 <https://spoken.fi/sisallönanalyysi/>

- Liebkind, K. (1994). (toim.) Maahanmuuttajat: kulttuurien kohtaaminen Suomessa. Maahanmuuttajat ja kulttuurien kohtaaminen. Helsinki: Hakapaino. 21–49.
- Linturi, H. & Rubin, A. (2011). Toinen koulu, toinen maailma. Oppimisen tulevaisuus 2030. Tulevaisuuden tutkimuskeskus tutu-julkaisuja 1/2011. Haettu 6.11.2023. https://www.utupub.fi/bitstream/handle/10024/147075/Tutu_2011-1.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Lipponen, H., Hirvensalo, M. & Imanen, K. (2017). Arvostus, yhteisöllisyys ja oppilaiden tukeminen ammatissa pitkään työskennelleiden liikunnanopettajien kokeman työhyvinvoinnin ytimessä. Tutkimusartikkeli. Liikunta ja tiede 2–3/2017, 100–103.
- Liukkonen, J. & Jaakkola, T. (2013). Liikuntamotivaatio elinikäisen liikuntaharrastuksen edellytyksenä. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus. 147–159.
- Luukkainen, O. 2000. Opettaja vuonna (2010). Opettajien perus- ja täydennyskoulutuksen ennakointihankkeet (OPEPRO) selvitys 15. Opetushallitus. Helsinki: Hakapaino Oy.
- Luukkainen, O. (2004). Opettajuus – Arjessa elämistä vai suunnan näyttämistä? Tampereen yliopisto. Väitöskirja. Viitattu 7.9.2023. <https://urn.fi/urn:isbn:951-44-5885-0>
- Lyyra, N., Palomäki, S. & Heikinaro-Johansson, P. (2016). Liikunnanopettajaopiskelijoiden valmiudet koulun liikunnallistamisessa. Liikunta ja tiede 53 (1), 47–53.
- Malinen, O-P. & Palmu, I. (2017). Näkökulmia yhteisopettajuuteen. Oppimisen ja oppimisvaikeuksien erityislehti.
- Meri, M. (2005). Miksi (ei) perusopetuksen opettajan koulutus opettajankoulutuksen tutkintouudistuksen tavoitteena? Teoksessa R. Jakku-Sihvonen (toim.) Uudenlaisia maistereita. Opetus 2000. Jyväskylä: PS-kustannus, 253–266.
- Meriläinen, M. (1999). Täydennyskoulutuksen merkitys luokanopettajan ammatilliselle kehittämiselle. Joensuun yliopisto. Kasvatustieteellisiä julkaisuja 51. Väitöskirja.
- Mäkelä, K., Huhtiniemi, M. & Hirvensalo, M. (2013). Liikunnanopettajan työ ja työtyytyväisyys. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus. 573–574.
- Mosston, M. & Ashworth, S. (2008). Teaching physical education. First online edition. Viitattu: 30.10.2023. 00-front (spectrumofteachingstyles.org)
- OAJ. (2019). Opettajan vastuut ja velvollisuudet. Viitattu 12.11.2023. <https://www.oaj.fi/arjessa/opettajan-vastuut-ja-velvollisuudet/>

- Opetushallitus. Perusopetuksen opetussuunnitelma. (2014). Viitattu 3.11.2023. https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf
- Opetushallitus. (2023). Move! Fyysisen toimintakyvyn mittausjärjestelmä.
- O'Neill, S & Stephenson, J. (2012). Exploring Australian pre-service teachers sense of efficacy, its sources, and some possible influences. *Teaching and Teacher Education* 28 (4), 535–545. doi:10.1016/j.tate.2012.01.008
- Pahkin, K., Vanhala, A. & Lindström, K. (2007). Opettajantyössä jaksaminen ja jatkaminen. Työterveyslaitos 2007. Viitattu 7.11.2023. <https://docplayer.fi/2890038-Opettajien-tyossa-jaksaminen-ja-jatkaminen.html>
- Rajala, K., Turpeinen, S. & Laine, K. (2013) Notkeampi koulu – aktiivisempi koulupäivä? Teoksessa Harinen, P. & Rannikko, A. (toim.) Tässä seison enkä muuta voi? Nuorisotutkijoiden ajatuksia nuorten liikunnasta ja sen kipupisteistä. Viitattu 13.11.2023. https://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/liikuntapamfletti_2013.pdf
- Ranta, I. (2020). Hyvinvointi- ja kuormittavuustekijät liikunnanopettajan työssä. Lukion liikunnanopettajien kokemuksia liikuntaprojekteista. Pro gradu- tutkielma. Jyväskylän Yliopisto. Viitattu 13.11.2023. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/72861/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-202011276825.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Rantalainen, M. & Kaski, S. (2017). Organisointi ja järjestyksen ylläpito liikuntatunneilla. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus. 333.
- Rink, J.E. (2010). *Teaching Physical education for learning*. Sixth edition. The McGraw-Hill Companies.
- Roberts, G. C. (2001). Understanding the dynamics of motivation in physical activity: The influence of achievement goals on motivational processes. Teoksessa G. Roberts. (toim.) *Advances in motivation in sport and exercise*.
- Roberts, G. C. (2012). Motivation in sport and exercise from an achievement goal theory perspective: after 30 years, where are we now? Teoksessa G. Roberts & D.C. Treasure (toim.), *Advances in motivation in sport and exercise*. 3. painos.
- Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. (2006). KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto (verkkojulkaisu). Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 12.4.2023 <https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/>

- Salin, K., Huhtiniemi, M. & Hirvensalo, M. (2017). Liikunnanopettajan työ ja tyytyväisyys. Teoksessa T. Jaakkola, p. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus. 564–566, 569–570.
- Salovaara, R. & Honkonen T. (2016). Voi hyvin, opettaja! PS- kustannus. Opetus 2000. 18–19, 21, 136, 138, 142–143, 147, 205.
- Schaufeli, W. & Bakker A. (2003). UWES-Utrecht Work Engagement Scale: Preliminary manual. Occupational Health Psychology Unit. Utrecht University.
- Segercrantz, T. (2001). Turvallisuus ja työsuojelu liikunnanopetuksessa. Helsinki: Opetushallitus.
- Siljamäki, M. & Anttila, E. (2022). Näkökulmia kulttuuriseen moninaisuuteen: Kulttuurienvälisen osaamisen kehittyminen liikunnanopettajakoulutuksessa. Liikunta & Tiede 59 (3), 99–106
- Sillanpää, E-M (2020). ”Kyllä se tuo sellaista lisäarvoa” Luokanopettajaopiskelijoiden motiiveja kaksoiskelpoisuuteen. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteiden ja kulttuurin tiedekunta. Kandidaatin tutkielma. Viitattu 2.1.2024. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:tuni-202012078551>.
- Säntti, J. (2008). Opettajan muuttuva työ vastakohtaisuuksien näkökulmasta. Kasvatus & Aika 2 (1), 7–22.
- Tammelin, T. (2013). Liikuntasuosituksien terveyden edistämisessä. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus. 63–71.
- Tuomi, J. & Sarajarvi, A. (2018). Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 6. Uudistettu laitos. Helsinki: Kustannusyhtiö Tammi.
- Tynjälä, P. (2011). Asiantuntijuuden kehittämisen pedagogiikkaa. Teoksessa K. Collin, S. Paloniemi, H. Rasku-Puttonen, P. Tynjälä (toim.) Luovuus oppiminen ja asiantuntijuus. Helsinki: WSOYpro, 79–96.
- Valli, R. (2018). Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. PS-kustannus. Otavan kirjapaino, Keuruu.
- Vilen, J. (2023). Lapset huolestuvat hikoilusta ja sykkeen noususta. Helsingin sanomat.
- Yada, A., Tolvanen, A., Malinen, O-P., Imai-Matsumura, K., Shimada, H., Koike, R. & Savolainen, H. (2019) Teacher’s self-efficacy and the sources of efficacy: A cross-cultural investigation in Japan and Finland. *Teaching and Teacher Education* 81, 13–24. doi: 10.1016/j.tate.2019.01.014

LIITE 1. Haastattelupyyntö

Hei,

Opiskelemme liikuntatieteiden maisteriopintoja Jyväskylän yliopistossa ja teemme ystäväni kanssa pro gradua, jossa tutkimme liikuntaa opettavien opettajien käytettävyyttä perusopetuksen eri tasoilla. Toivoisimme löytävämme kirjalliseen haastatteluun opettajia, joilla on pätevyys niin luokanopettajana, kuin liikunnanopettajana. Olisi myös mahtavaa, jos löytäisimme sellaisia opettajia, jotka ovat työskennelleet luokanopettajana ja yläkoulun/lukion liikunnanopettajana. Haastatteluun sopii hyvin myös eläkkeellä olevat. Aineistonkeruun voi toteuttaa myös puhelinhaastatteluna. Jos olet etsimämme henkilö, voit laittaa minulle yksityisviestiä tänne Facebookiin.

Ystävällisin terveisin

Sanni Nissinen ja Roosa-Mari Heikkinen

LIITE 2. Saatekirje



SAATEKIRJE

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

Hei,

Kiitos halukkuudestasi yhteistyöhön kanssamme. Mielenpitemme ja osallistumisesi on meille erittäin tärkeää. Olemme liikuntapedagogiikan aikuisopiskelijoita ja opiskelemme tällä hetkellä maisteriopintoja Jyväskylän Yliopistossa. Teemme pro gradu- tutkielman, jossa tutkimme liikuntaa opettavien opettajien käytettävyyttä perusopetuksen eri tasoilla. Keräämme aineiston kirjallisten haastattelujen avulla. Aineisto kerätään maaliskuun loppuun mennessä. Tutkimuksemme on todella ajankohtainen, sillä Jyväskylän yliopistossa alkaa syksyllä 2023 uusi LiikLo- koulutus, jossa koulutuksesta valmistuessasi saat kelpoisuuden toimia sekä liikunnan aineenopettajana että luokanopettajana. Haemme tutkimukseemme ammattilaisten kokemuksia ja juuri sinulla on se ainutlaatuinen tieto, mitä tarvitsemme. Toivomme, että paneudut ajatuksella kysymyksiimme. Olisi tärkeää, että pohdit asioita oman kokemuksesi ja mielenpitemme perusteella.

Jos sinulla on kysyttävää tai haluat lisätietoja, voit olla meihin yhteydessä.

Ystävällisin terveisin,

Sanni Nissinen

Roosa-Mari Heikkinen

LIITE 3. Kysymyslomake

Käytämme ja käsittelemme henkilötietoja yleisenä joukkona, eli sinun henkilökohtaiset tietosi eivät tule esille tutkimuksessa.

Sukupuoli: Nainen Mies Muu En halua kertoa

Ikä:

Työskentelykaupunki:

Työkokemus liikunnanopettajana vuosina:

Työkokemus luokanopettajan vuosina:

Kuvaile kokemustaustaasi opettajana, minkälaisessa ympäristössä olet sitä hankkinut?

Miten merkitykselliseksi koet, että sinulla on pätevyys opettaa liikuntaa sekä alakoulussa että yläkoulussa?

Pohdiskele laajasti merkitystä molemmista pätevyyksistä.

Pohdi liikunnanopettajan pätevyytesi vaikutusta alakoulun liikuntatunteihin.

Millainen rooli sinulla on mielestäsi lasten liikuttajana koulussa?

Miten koet oman toimintasi/pätevyytesi vaikuttavan oppilaiden suhtautumiseen liikuntaa kohtaan?

Pohdi opettajuutesi liittyviä puutteita, millaisia asioita olet kokenut kaipaavasi työn puitteissa ala- ja yläkoulussa? Vaihtoehtoisesti voit tarkastella myös tyytyväisyyttäsi jo olemassa olevaan.

Muita mietteitä aiheen tiimoilta?

LIITE 4. Aineiston analyysiprosessin esimerkkikuvaus

Alkuperäisilmaus	Pelkistys	Alateema/luokka	Yläteema /luokka
<p>“Osaan suunnitella ja toteuttaa monipuolisia sisältöjä eri liikuntaympäristöihin, tukea oppilaan perusmotoristen ja havaintomotoristen taitojen kehittymistä jatkumona. Pystyn innovatiivisesti kehittämään omaan työtäni, myös arviointi on kehittynyt opintojen ja työskentelyn lomassa. Itsearviointin ja vertaisarviointin liittäminen osaksi opetusta on arkea, tavoitteiden läpinäkyvyys ja jatkuva palaute taas oppilaan kehittymisen kannalta olennaista”.</p> <p>“Toivon, että osaamisellani voin löytää jokaiselle taitotasoaan ja harrastetaustansa tukevia harjoitteita ja oppisisältöjä”.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Monipuolisten sisältöjen suunnittelu ja toteuttaminen eri liikuntaympäristöihin. -Havaintomotoristen taitojen kehittyminen jatkumona. -Oman työnsä innovatiivinen kehittäminen. -Arviointi ja sen eri muodot. -Eriyttäminen taitotason ja taustan perusteella. 	<p>Koulutuksen vaikutukset, eriyttäminen</p>	<p>Pätevyys</p>