

LASTEN JA NUORTEN LIKUNTAKASVATUS (SALI 304)

PUHEENJOHTAJA KAARLO LAINE, LIKES-TUTKIMUSKESKUS

Lasten erilaiset fyysisen aktiivisuuden tyypit päiväkodissa ulkona vapaan leikin aikana talvella

IIVONEN S, NIEMISTÖ D, ITKONEN J, SÄÄKSLAHTI A

TAUSTA: Lapselle tyypillinen fyysinen aktiivisuus ilmenee vapaassa leikissä (2). Tutkijat ovatkin esittäneet arvioita, että vapaa leikki ulkona olisi helppo ja edullinen tapa lisätä lasten päivittäistä fyysistä aktiivisuutta ja edistää motoristen perustaitojen kehittymistä päiväkodissa (4). Suoralla havainnoinnilla toteutettuja tutkimuksia lasten fyysisestä aktiivisuudesta on vähän, vaikka sitä pidetään tarkimpana menetelmänä tutkia lasten tyypillistä fyysistä aktiivisuutta (3). Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli havainnoida lasten vapaata leikkiä päiväkodin pihalla ja laskea, kuinka kauan aikaa kukin lapsi käytti erilaisiin motorisista perustaidoista koostuviin fyysisen aktiivisuuden tyyppeihin.

MENETELMÄT: Kaksitoista lasta videoitiin yksitellen 60 minuutin ajan päiväkodin pihalla vapaan leikin aikana talvella 2016. Jokaisen lapsen videosta koodattiin observointiohjelmalla (1) aika minuuteissa ja sekunneissa (min.s.), jonka hän käytti kahdeksaan erilaiseen fyysisen aktiivisuuden tyyppiin. Kahdeksan havainnointikategorian yksimielisyysprosentti kahden havainnoijan välillä oli keskimäärin 89, mikä osoittaa havainnoinnin luotettavuuden.

TULOKSET: Jokaiselta lapselta saatiin keskimäärin 60 minuuttia 17 sekuntia havainnoitua aineistoa. Lapsi käytti keskimäärin (min.s.) erilaisiin fyysisen aktiivisuuden tyyppeihin havainnoinnin aikana: makaamiseen 0.14, istumiseen 7.29, seisomiseen 7.24, kävelemiseen 0.49, juoksemiseen 0.33, kevyisiin fyysisiin aktiviteetteihin ja peleihin 40.26, kohtuullisesti kuormittaviin ja kuormittaviin fyysisiin aktiviteetteihin ja peleihin 3.22 sekä keinumiseen 0.0.

JOHTOPÄÄTÖKSET: Lasten vapaa leikki päiväkodin ulkoilutilanteessa koostui suurimmaksi osaksi kevyistä fyysisistä aktiviteeteista ja peleistä. Yksilöiden väliset erot erilaisiin fyysisen aktiivisuuden tyyppeihin eli erilaisten motoristen taitojen harjaannuttamiseen käytetyissä ajoissa olivat kuitenkin suuria. Kevyet fyysiset aktiviteetit saattoivat sisältää esimerkiksi hienomotorisia taitoja harjaannuttavia leikkejä ja karkeamotorisia käsittelytaitoja harjaannuttavia pelejä. Aikuisten tulisi havainnoida lasten leikkimistä ja kannustaa erityisesti vähiten fyysisesti aktiivisia lapsia fyysisesti kuormittaviin aktiviteetteihin ja peleihin.

LÄHTEET:

General Observation Software. 2006. Department of Sport Sciences. University of Jyväskylä.

Pellegrini, A.D. & Smith, P.K. 1998. Physical activity play: the nature and function of a neglected aspect of playing. *Child Development* 69 (3), 577–598.

Trost, S.G. 2007. State of the art reviews: Measurement of physical activity in children and adolescents. *American Journal of Lifestyle Medicine* 1 (4), 4299–4314.

True, L., Pfeiffer, K.A., Dowda, M., Williams, H.G., Brown, W.H., O’Neill, J.R. & Pate, R.R. 2017. Motor competence and characteristics within preschool environment. *Journal of Science and Medicine in Sport*.

* * *

Ulko-opetus lisää alakoululaisten fyysistä aktiivisuutta ja vähentää paikallaanoloa

ROMAR J-E, ENQVIST I, KULMALA J, KALLIO J, TAMMELIN T

TAUSTA: Koulut voivat lisätä oppilaiden fyysistä aktiivisuutta innostamalla oppilaita kävelemään tai pyöräilemään kouluun, tarjoamalla lisää liikuntatunteja, kannustamalla liikkumiseen välitunneilla sekä vähentämällä paikallaanoloa oppitunneilla. Siirtyminen luokkahuoneesta ulos luontoon oppimaan on pedagoginen lähestymistapa, missä opetus ja oppiminen on organisoitu eri tavalla kuin perinteisessä luokkahuoneessa. Tämän tutkimuksen tarkoitus oli tutkia ulkona opettamisen vaikutusta alakoulun oppilaiden fyysiseen aktiivisuuteen ja paikallaanoloon vertaamalla objektiivisesti mitattua fyysistä aktiivisuutta ulko-opetuspäivinä ja tavanomaisina koulupäivinä.

MENETELMÄT: Tutkimukseen osallistui 20 vuosiluokkien 1–6 oppilasta pienestä alakoulusta. Kyseinen koulu valittiin tutkimukseen, koska tiedettiin, että siellä opettajat integroivat ulko-opetusta koulupäiviin. Sisätiloissa opetettuina päivinä koulupäivät sisälsivät opettajakeskeistä opetusta, lukemista, hiljaista työntekoa, ryhmätöitä ja käytännön tehtäviä kaikissa koulun oppiaineissa. Näinä päivinä oli tavallista, että opettaja tunnin alussa selitti tunnin aiheen, jonka jälkeen oppilaat tekivät oppikirjan tehtäviä. Sisätiloissa pidettyinä koulupäivinä 45 minuutin oppituntien väleissä oli 15 minuutin välitunteja. Ulko-opetuspäivät toteutettiin koulun läheisessä metsässä, ja ne olivat osa koulun opetussuunnitelmaa. Koulun opettajat integroivat näihin päiviin osia kaikista oppiaineista. Ulko-opetuspäivät sisälsivät sekä vapaata että opettajan järjestämää leikkiaikaa. Muita osioita ulkopäivinä olivat yhteistyötehtävät, suunnistus, kynän vuoleminen puukolla metsästä löydetystä materiaalista, kirjan lukeminen, metsän eläinten ja kasvien opiskelu sekä lounastaminen leirinuotion äärellä. Oppilaiden päivittäinen fyysinen aktiivisuus ja paikallaanolo mitattiin lantiolla pidettävällä kiihtyvyyssanturilla. Aineisto kerättiin kahden viikon aikana syys-lokakuun vaihteessa. Mittaukset suoritettiin kahtena sisäopetuspäivänä, viitenä ulko-opetuspäivänä ja lopuksi taas kahtena sisäopetuspäivänä.

TULOKSET: Tulokset osoittivat, että siirtyminen sisätilojen perinteisistä opetusmetodeista ulko-opetusympäristöön vähensi oppilaiden paikallaanoloa ja lisäsi oppilaiden fyysistä aktiivisuutta koulupäivän aikana kevyellä ja keskiraskaalla tasolla. Oppilaat ottivat ulko-opetuspäivänä keskimäärin 1 100 askelta enemmän kuin sisäopetuspäivinä ($p < 0,001$). Askelmäärien välinen ero oli suurin vähiten liikkuvilla oppilailta. Ulko-opetus ei vaikuttanut vapaa-ajan fyysisen aktiivisuuden määrään.

JOHTOPÄÄTÖKSET: Tutkimuksen yhteenvedona voidaan todeta, että ulko-opetus lisäsi oppilaiden fyysistä aktiivisuutta ja vähensi paikallaanoloa verrattuna perinteiseen luokkahuoneopetukseen ja että fyysinen aktiivisuus koulussa on yhteydessä opettajien opetusmenetelmien valintoihin.

* * *

Elämys- ja seikkailupedagoginen luontoliikunta opetussuunnitelman toteutuksessa: Etnografinen tutkimus

MARTTILA M

TAUSTA: Tutkimuksen tarkoituksena oli lisätä ymmärrystä 1990-luvulla Suomeen levinneestä elämys- ja seikkailupedagogiikasta ja tutkia sen sovellusmahdollisuuksia opetuksessa opetussuunnitelmaa toteuttaen. Lisäksi tarkoituksena oli tutkia menetelmän soveltuvuutta erilaisille oppijoille.

Tutkimusongelmat tiivistyivät tutkimuksen edetessä seuraaviin kysymyksiin: 1) Miten elämys- ja seikkailupedagoginen luontoliikunta soveltuu erilaisille opiskelijoille? 2) Mitä muutoksia vuoden

aikana tapahtuu valmentavan ja kuntouttavan opetuksen ja ohjauksen ryhmän opiskelijoissa, ryhmässä ja organisaatiossa? 3) Miten elämys- ja seikkailupedagoginen luontoliikunta soveltuu opetussuunnitelman toteuttamiseen ja tavoitteisiin?

Tutkimuksen teoreettisina lähtökohtina olivat suomalaiset ja kansainväliset elämys- ja seikkailupedagogiikan teoriat ja traditiot sekä kokonaisvaltaisen, reflektiivisen, kokemuksellisen ja konstruktivistisen oppimisen teoriat. Oppimisympäristönä elämys- ja seikkailupedagogiikassa on usein luonto ja siellä toimiminen. Luontoliikunnalla oli tärkeä rooli tutkimuksessa.

MENETELMÄT: Tutkimuskohteena oli erään ammatillisen oppilaitoksen valmentavan ja kuntouttavan opetuksen ja ohjauksen ryhmä. Ryhmään kuului kymmenen iältään 16–22-vuotiasta opiskelijaa. Ryhmän opetukseen sisällytettiin lukuvuonna 2012–2013 opettajatiimissä (ryhmää ohjaava erityisopettaja, -ohjaaja ja tutkija-opettaja) kehittämää tutkimuksen teoreettiseen viitekehykseen pohjautuvaa elämys- ja seikkailupedagogiikkaa erilaisissa ympäristöissä huomioiden opetussuunnitelman tavoitteet kokonaisvaltaisesti.

Tutkimuksen aineisto kerättiin haastattelemalla (opiskelijat, kotiväki, rehtori, ammatillisen koulutuksen johtaja, erityisopettaja, -ohjaaja), havainnoimalla, valokuvaamalla, videoimalla ja tallentaen opiskelijoiden kirjoituksia ja kertomuksia. Lisäksi pidettiin kenttä- ja tutkimuspäiväkirjaa sekä muistioita eri yhteistyötahojen kanssa käydyistä keskusteluista. Erityisopettajalle ja -ohjaajalle tehtiin seurantakysely vuonna 2014. Opetussuunnitelmia koskevaa materiaalia eri koulutusasteilta ja julkaisuja elämys- ja seikkailupedagogiikasta kerättiin. Elämys- ja seikkailupedagogiikan asiantuntijoita (4 kpl) hyödynnettiin tutkimuksessa peilaten kerättyä aineistoa heidän näkemyksiinsä. Aineisto analysoitiin käyttämällä tutkimusta varten räätälöityä etnografiaan soveltuva aineistoa kunnioittavaa ja teorian tietoon linkittyvää analyysimenetelmää.

TULOKSET: Opiskelijoiden, opettajien ja vanhempien kokemukset olivat myönteisiä. Keskeiset tulokset näyttävät osoittavan, että elämys- ja seikkailupedagoginen luontoliikunta tuki yhteisöllisyyttä ja kaverisuhteita, kouluviihtyvyyttä parantui, poissaolot olivat vähäisiä ja liikunnan määrä lisääntyi. Menetelmä tuki oppimista opiskelijoiden itsensä ja kotiväen kertomana.

JOHTOPÄÄTÖKSET: Elämys- ja seikkailupedagoginen luontoliikunta näyttää sopivan opetussuunnitelmien toteuttamiseen eri koulutusasteilla ja erilaisille oppijoille. Myös aiempien tutkimusten mukaan elämys- ja seikkailupedagogiikalla on ollut myönteisiä vaikutuksia muun muassa oppimiseen motivaation kautta ja yhteistyöhön. Koska tutkimus oli laadullinen, tuloksia ei voida suoraan yleistää. Kuitenkin tulokset tukevat aiempia tutkimustuloksia, ja tästä johtuen suositus on, että menetelmää sisällytetään laajemmin osaksi opetussuunnitelmia eri koulutusasteilla.

* * *

Aktiivisen toimintakulttuurin edistäminen peruskouluissa itsearviointia hyödyntäen

KÄMPPI K, INKINEN V, AIRA A, HAKONEN H, LAINE K

TAUSTA: Nykytilan arvioinnin työkalu on luotu koulujen käyttöön, jotta ne voisivat itse arvioida oman koulunsa Liikkuva koulu -toiminnan tilannetta, saada kehittämisideoita ja konkreettisen välineen koulun sisäisiin keskusteluihin. Työkalu on kehitetty Liikkuva koulu -ohjelmassa, jonka tavoitteena on edistää aktiivisen toimintakulttuurin levittämistä kaikkiin peruskouluihin. Toukokuussa 2017 ohjelmaan oli rekisteröitynyt 1 978 peruskoulua eli 81 % kaikista Suomen peruskouluista.

MENETELMÄT: Koulujen itsearviointityökalu on sähköinen verkkokysely. Arvioinnissa on yhdeksän osa-aluetta: 1) toiminnan organisointi, 2) välitunnit ja kampanjat, 3) henkilökunnan osallistuminen, 4)

oppilaiden osallisuus, 5) koulun piha, tilat ja ympäristö, 6) oppitunnit, opetuskäytännöt ja oppimisympäristöt, 7) koulumatkojen edistäminen, 8) kerhotoiminta ja 9) yhteistyö. Jokainen osa-alue koostuu useasta väittämästä, joita arvioidaan asteikolla 0–4 (0=ei lainkaan ja 4=toteutuu täysin). Arvioinnin täyttämisen jälkeen koulu saa visuaalisen yhteenvedon tuloksistaan. LIKES-tutkimuskeskus koordinoi arviointiprosessia kansallisesti, kerää aineiston ja analysoi tuloksia. Tulokset ovat avoimesti tarkasteltavissa verkkosivuilla.

TULOKSET: Toukokuussa 2017 nykytilan arvioinnin oli tehnyt 1 367 koulua (951 alakoulua, 234 yhtenäiskoulua ja 182 yläkoulua; 209 kunnasta). Valtakunnallisten tulosten mukaan Liikkuva koulu -toiminnan organisointi ja välituntitoiminta ovat saaneet osa-alueista parhaat keskiarvot. Noin 60 prosentissa kouluista on Liikkuva koulu -tiimi, joka organisoii toimintaa. Yhtä yleistä on, että koulupäivän aikainen liikkuminen on kirjattu osaksi koulun lukuvuoden toimintasuunnitelmaa. Lukujärjestyksiin on raivattu tilaa pitkille toimintavälitunneille joka toisessa koulussa. Eniten kehitettävää on oppilaiden osallisuuden hyödyntämisessä, oppituntien toiminnallisuuden lisäämisessä sekä yhteistyömahdollisuuksien hyödyntämisessä. Vähän liikkuvat oppilaat huomioi kohdennetuina toimenpitein joka viides koulu. Tulosten perusteella edellytykset aktiiviselle toimintakulttuurille ovat paremmalla mallilla ala- ja yhtenäiskouluissa suhteessa yläkouluihin kaikilla osa-alueilla.

JOHTOPÄÄTÖKSET: Nykytilan arvioinnin avulla saadaan seurantatietoa Liikkuvien koulujen nykytilasta ja kehitystarpeista. Tuloksia voidaan tarkastella esimerkiksi valtakunnallisesti, maakunnittain, kunnittain tai aluehallintovirastojen alueiden mukaan tai erotellen alakoulujen, yläkoulujen ja yhtenäiskoulujen vastaukset. Kuntakoosteita on eri kunnissa hyödynnetty myös esimerkiksi kunnan hyvinvointikertomuksen datana. Työkalun avulla saadaan ajantasainen tieto aktiivisen toimintakulttuurin edistämisestä peruskouluissa välittömästi asian parissa toimivien käyttöön.

* * *

Kahdeksaluokkalaisten välituntien fyysinen aktiivisuus ja koulun sosiaaliset tekijät neljässä koulussa vuosina 2011 ja 2013

HAAPALA H, HIRVENSALO M, LAINE K, LAAKSO L, HAKONEN H, LINTUNEN T, TAMMELIN T

TAUSTA: Liikkuva koulu -ohjelman tavoitteena on edistää aktiivisempia ja viihtyisämpiä koulupäiviä. Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli tutkia koulun liikunnallisen toimintakulttuurin muutosta 1) selvittämällä neljän yläkoulun kahdeksannen luokan oppilaiden välituntien fyysistä aktiivisuutta ja kouluun liittyviä sosiaalisia tekijöitä Liikkuva koulu -ohjelman keskivaiheilla (kevät 2011) ja vuosi ohjelmaan osallistumisen jälkeen (kevät 2013), sekä 2) kuvailemalla koulujen liikunnan edistämistoimia ja henkilökunnan kokemuksia.

MENETELMÄT: Neljä yläkoulua osallistui Liikkuva koulu -ohjelman pilottivaiheeseen lukuvuosien 2010–2012 aikana. Välituntien fyysistä aktiivisuutta, vertaissuhteita koulussa, yhteenkuuluvuutta koulussa ja kouluilmapiiriä kartoitettiin kyselylomakkeilla kahdeksansien luokkien oppilailta keväällä 2011 (n=385) ja keväällä 2013 (n=373). Fyysisen aktiivisuuden edistämisen prosessin kartoittamiseksi hankevastaavat osallistuivat haastatteluihin ja kyselyihin (2012, n=7), ja rehtorit (2013, n=3) ja henkilökunta (2012, n=83) vastasivat kyselyihin. Oppilastason data analysoitiin varianssianalyysillä, ja kouluprosessien analysoinnissa käytettiin luokittelua, narratiivista lähestymistapaa ja sisällönanalyysia.

TULOKSET: Kahdessa yläkoulussa pojat raportoivat fyysisesti aktiivisempia välitunteja vuonna 2013 verrattuna vuoteen 2011 ($p=0,004$; $p=0,003$). Yhdessä yläkoulussa oppilaat raportoivat heikompia vertaissuhteita ja kouluilmapiiriä sekä pojat parempaa ja tytöt heikompaa yhteenkuuluvuutta koulussa vuonna 2013 verrattuna vuoteen 2011. Liikkumisen edistämishanke koettiin hyvin näkyväksi kouluissa, mutta henkilökunnan osallistuminen liikkumisen edistämiseen vaihteli. Yhdessä koulussa lähes kaikki opettajat osallistuivat ja toisessa koulussa alle neljännes opettajista oli mukana toiminnassa. Suurin osa henkilökunnasta koki koulupäivän aikaisen liikunnan edistävän kouluviihtyvyyttä ja välituntiliikunnan edistävän oppituntien työrauhaa. Kolmessa koulussa neljästä suurin osa henkilökunnasta uskoi hankkeesta jäävän pysyviä käytäntöjä kouluun.

JOHTOPÄÄTÖKSET: Kouluissa toteutetut fyysisen aktiivisuuden edistämistoimet aktivoivat poikien välituntiliikkumista, mutta eivät juurikaan vaikuttaneet kouluun liittyviin sosiaalsiin tekijöihin. Henkilökunnan osallistuminen edistämistöimiin vaihteli kouluittain, vaikka koulupäivän aikaisen liikunnan hyödyistä oltiin yksimielisiä. Jatkossa tulisi tutkia millaiset aktiviteetit ja toteutustavat olisivat tehokkaimpia lisäämään niin fyysistä aktiivisuutta kuin sosiaalista hyvinvointia kouluissa. Lisätietoa tarvitaan myös koulun autonomian tason sekä henkilökunnan sitoutumisen ja osallistumisen merkityksestä fyysisesti aktiivisemmän ja viihtyisemmän koulupäivän edistämiseksi.

* * *

Liikuntatehtäviä kotiläksyinä: Koulun ulkopuolella tapahtuva oppiminen opetuksen tukena tyttöjen liikunnassa

KÄÄPÄ M, HIRVENSALO M, PALOMÄKI S, VALLEALA U M

TAUSTA: Liikuntaläksykokeilussa tutkittiin, miten erilaiset liikunnalliset kotitehtävät, liikuntaläksyt, toteutuivat koululiikunnan osana ja miten oppilaat kokivat liikuntaläksyt sekä oman osallisuutensa niiden tekemisessä. Tutkimuksessa tarkasteltiin, tehtiinkö läksyjä kaverien ja vanhempien kanssa sekä sitä, millaisia eroja oli läksyjentekoaktiivisuudessa ja luokka-asteiden välillä?

MENETELMÄT: Liikuntaläksykokeilu toteutettiin lukuvuonna 2015–2016 keskusomalaisessa koulussa 6.–9.-luokan tyttöjen kanssa, yhteensä 117 tyttöä. Liikuntaläksykokeilun päätteeksi tehdyn oppilaskyselyn vastaukset analysoitiin frekvenssien, ristiintaulukoiden (khiin neliötesti) ja keskiarvovertailujen avulla (varianssianalyysi ja t-testi). Kyselylomakkeen avoimet vastaukset järjestettiin luokka-asteittain ja läksytyypeittäin.

TULOKSET: Oppilaskyselyn vastausten mukaan liikuntaläksyjä tehtiin ahkerasti. Lähes 90 prosenttia oppilaista teki läksyt aina (89,7 %). Yli puolet (51,3 %) vastanneista teki läksyt mieluiten yksin ja neljännes teki ne kavereiden kanssa. Läksyjentekoaktiivisuudessa havaittiin muiden muuttujien suhteen merkittäviä eroja. Läksyt aina tehneet pitivät läksyistä enemmän, he pitivät läksyjen tekemistä hyödyllisempänä kuin läksyjä vähemmän tehneet. Vähemmän läksyjä tehneet eivät pitäneet niin tärkeänä läksyjen tarkistamista. Aina läksyt tehneiden mielestä läksyjen tekeminen on lisännyt heidän liikuntaansa ja heille vapaa-ajalla liikkuminen oli mieltäisempää. Oppilaiden mielestä heidän tulisi voida vaikuttaa liikuntaläksyihin.

JOHTOPÄÄTÖKSET: Kotitehtävät sopivat koululiikuntaan, oppilaat tekivät liikuntaläksyjä ahkerasti. Kotitehtävät ovat muissa koulun oppiaineissa tavallinen osa koulutyötä, myös liikunnan oppiaineen lisäharjoittelulla kotitehtävien muodossa voidaan lisätä tunneilla opitun harjoittelumäärää, mahdollisesti myös lisätä yläkouluikäisten tyttöjen fyysistä aktiivisuutta kouluajan ulkopuolella.

* * *

Liikuntaa tukevat vanhemmuuskäytännöt: lapsi-, perhe- ja ympäristötason korrelaatiit

LAUKKANEN A, NIEMISTÖ D, JUUTINEN FINNI T, CANTELL M, SÄÄKSLAHTI A

TAUSTA: Liikuntaa tukevat vanhemmuuskäytännöt, eli kannustus, liikkuminen lapsen kanssa sekä varusteiden hankkiminen ja kyyditseminen, ovat lasten fyysisen aktiivisuuden johdonmukainen korrelaatti (Yao & Rhodes 2015). Tämä tutkimus selvitti liikuntaa tukeviin vanhemmuuskäytäntöihin yhteydessä olevia lapsi-, perhe- ja ympäristötason muuttujia.

MENETELMÄT: Tutkimus perustuu valtakunnallisesti edustavaan, ryväsatunnaistettuun Taitavat Tenavat -hankkeen otokseen ja koostuu 3-7-vuotiasta ($5,41 \pm 1,13$ vuotta) lapsista ($n=989$) ja kunkin lapsen yhdestä vanhemmasta (naiset $n=864$, ikä $35,27 \pm 5,23$ vuotta; miehet $n=125$, ikä $38,5 \pm 5,54$ vuotta). Kyselylomakkeella selvitettiin vanhemman liikunnallisen tuen käytännöt, koulutus- ja tulotaso, liikunta-aktiivisuus, käsitys lapsen taidoista ja ulkoilumäärästä verrattuna ikätovereihin sekä lapsen temperamentti- ja persoonallisuuspiirteet (Rowe & Plomin 1977), lapsen ulkoilumäärä ja ohjattuun liikuntaan osallistumisaktiivisuus, syntymäjärjestys perheessä, nauttiminen liikunnasta, viihdemediaan käyttämä aika sekä urheilu- ja liikumispaikkojen saatavuus ja käyttöaste. Lisäksi lasten motoriset taidot mitattiin (TGMD-3, Ulrich 2013; KTK, Kiphard & Schilling 1974). Liikuntaa tukevien vanhemmuuskäytäntöjen summapisteen eroa testattiin sukupuolten välillä t-testeillä ja yhteyttä muihin muuttujiin osittaiskorrelaatioilla lapsen ikä huomioiden ($p < 0,001$ erittäin merkitsevä; $p < 0,05$ merkitsevä).

TULOKSET: Liikuntaa tukevia vanhemmuuskäytäntöjä esiintyi merkitsevästi vähemmän vanhempien kuin nuorempien lasten vanhemmilla. Miespuolisten vanhempien liikunnallinen tuki lapselle oli merkitsevästi korkeampi kuin naispuolisten. Liikuntaa tukevat vanhemmuuskäytännöt eivät kuitenkaan eronneet tyttöjen ja poikien välillä. Lapsitason tekijöistä vanhemmuuskäytäntöjen kanssa olivat erittäin merkitsevästi yhteydessä lapsen ns. ”helppo” temperamentti ($r=0,297$), ulkoilumäärä ($r=0,296$), liikunnasta nauttiminen ($r=0,257$), osallistumisaktiivisuus ohjattuun liikuntaan ($r=0,239$), ns. ”vaikea” temperamentti ($r=-0,199$), viihdemediaan käyttämä aika ($r=-0,112$) sekä merkitsevästi lapsen motoriset taidot ($r=0,098-0,107$). Perhetason tekijöistä vanhemmuuskäytäntöihin olivat erittäin merkitsevästi yhteydessä vanhemman oma liikunta-aktiivisuus ($r=0,312$), vanhemman käsitys lapsen ulkoilumäärästä ($r=0,265$) ja taidoista ($r=0,174$) muihin ikätovereihin verrattuna sekä merkitsevästi lapsen syntymäjärjestys perheessä ($r=-0,101$). Ympäristötason korrelaateista vanhemmuuskäytäntöihin olivat yhteydessä erittäin merkitsevästi lapsen aktiivisuus urheilu- ja liikuntapaikkojen käyttämisessä ($r=0,327$) sekä näiden paikkojen saatavuus ($r=0,111$).

JOHTOPÄÄTÖKSET: Tutkimus paljasti, että liikuntaa tukevat vanhemmuuskäytännöt ovat laajasti sidoksissa niin lapsi-, perhe- kuin ympäristötasonkin muuttujiin. Tulokset auttavat tunnistamaan mihin lasten liikuntaa edistävän liikuntaviestinnän, -neuvonnan ja -rakentamisen sekä erilaisten muiden vaikuttamis- ja tukitoimien tulisi kohdistua. Jatkotutkimuksissa on olennaista tunnistaa havaituista korrelaateista ne, jotka ennustavat vanhemmuuskäytänteiden muutoksia.

LÄHTEET:

Kiphard, E.J. & Schilling, F. 1974. Körperkoordinationstest für Kinder. Belz test, Weinham.

Rowe, D.C. & Plomin, R. 1977. Temperament in early childhood. *J Pers Assess* 41 (2), 150–156.

Ulrich, D. 2013. The Test of Gross Motor Development-3. *Hacettepe J Sport Sci* 24 (2), 27–33.

Yao, C.A. & Rhodes, R.E. 2015. Parental correlates in child and adolescent physical activity: a meta-analysis. *Int J Behav Nutr Phys Act* 12:10.

* * *

Kuudesluokkalaisten uimataito ja uimaopetuksen järjestäminen Suomessa

HAKAMÄKI M

TAUSTA: Uimataidon opettaminen on kirjattu Suomessa perusopetuksen opetussuunnitelman perusteisiin. Tavoitteeksi on asetettu ”opettaa riittävä uimataito, jotta oppilas voi liikkua vedessä ja pelastautua vedestä”. Opetushallitus tukee ja seuraa perusteiden toimeenpanoa. Tukeminen ja seuraaminen edellyttävät ajantasaista tietoa, jonka hankkiminen oli tämän tutkimuksen tarkoitus. Tutkimuskysymykset olivat, kuinka suuri osa kuudesluokkalaisista osaa uida, miten uimaopetus on kunnissa järjestetty ja riittääkö se perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden tavoitteiden toteutumiseen.

MENETELMÄT: Tieto koululaisten uimataidosta kerättiin kyselylomakkeilla alueellisesti kattavasti 4 213 kuudesluokkalaiselta oppilaalta sekä suomen- että ruotsinkielisistä kouluista lukuun ottamatta Ahvenanmaata. Kyselyllä selvitettiin uimataidon taso, alkeisuimataidon oppimisikä sekä uimassa käymisen useus koulun ulkopuolella. Opettajat (194 kpl) vastasivat uimaopetuksen järjestämistä kunnissa koskeviin kysymyksiin (millä luokka-asteilla uimaopetusta järjestetään ja jos ei lainkaan, niin miksi). Tuloksia verrattiin aiempiin kyselyihin, joita on toteutettu oleellisesti samalla protokollalla vuodesta 2000. Täydentävää tietoa kerättiin kysymällä pitkään uimaopettajina kunnissa toimineilta henkilöiltä (17 kpl) uimaopetuksessa tapahtuneista muutoksista ja mm. maahanmuuton vaikutuksista.

TULOKSET: Kolme neljästä kuudesluokkalaisesta - sekä tytöistä että pojista - osaa uida pohjoismaisen uimataitomääritelmän edellyttämällä tavalla eli 200 metriä. Taso on pysynyt pitkään samana. Osa kunnista ei järjestä uimaopetusta siinä laajuudessa, että riittävä uimataito olisi mahdollista opettaa, saati että pelastautumista voitaisiin opetella. Valintaa perustellaan yleensä uimaopetuksen ja kuljetusten kalleudella. Joissakin kunnissa tai yksittäisissä kouluissa uimataitoa ei pidetä niin oleellisena, että sen opettamiseen suhtauduttaisiin tavoitteen kannalta vakavasti. Toisaalta useissa kunnissa uimataito on priorisoitu korkealle elämässä tarpeellisena tietona ja taitona ja sen opetus on systemaattisesti järjestetty ja lisäopetusta on tarjolla sitä tarvitseville. Oppilaiden uimataidon yleisyys ja taso ovat yhteydessä siihen, järjestetäänkö kunnassa uimaopetusta, onko kunnassa uimahalli ja miten pitkä matka uimahalliin on. Kaksi jälkimmäistä vaikuttavat myös siihen, käyvätkö oppilaat uimassa koulun ulkopuolella. Maahanmuutto tuottaa Suomeen lapsia, joilla ei kuudenteen luokkaan tullessa ole samoja uimataito- tai vesiturvallisuusvalmiuksia kuin kantaväestöllä. Tähän ei ole kaikissa kunnissa vielä varauduttu. Osa uimaopettajista kokee, että opetustilanteet ovat levottomampia kuin ennen. Toisaalta luottamus uimaopetukseen on yleisesti korkea.

JOHTOPÄÄTÖKSET: Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteisiin kirjatut tavoitteet toteutuvat hyvin vaihtelevasti. Oppilaat ovat asuinkunnasta riippuen eriarvoisessa asemassa sen suhteen, toteutuvatko perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden tavoitteet.

* * *

Lapsuuden liikunnan ja koulutuksen pitkän aikavälin yhteydet

KARI J, PEHKONEN J, HUTRI-KÄHÖNEN N, RAITAKARI O, TAMMELIN T

TAUSTA: Koulutus on yksi tärkeimmistä investoinneista inhimilliseen pääomaan (2). Korkeamman koulutustason on osoitettu olevan positiivisesti yhteydessä mm. terveyteen (6), työmarkkinatulemiin (5,6) sekä talouskasvuun (4). Mikä on puolestaan liikunnan rooli koulutuksen näkökulmasta? Aiemmat tutkimukset ovat osoittaneet liikunnan olevan positiivisesti yhteydessä mm. oppimiseen,

koulumenestykseen ja koulutustasoon (1,3). Sen sijaan tietoa liikunnan ja koulutuksen pitkän aikavälin yhteyksistä on vain vähän. Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, onko lapsuuden liikunta yhteydessä koulumenestykseen peruskoulun päättyessä sekä koulutusvuosien määrään aikuisuudessa.

MENETELMÄT: Tutkimusaineistona hyödynnettiin Lasten ja nuorten sepelvaltimotaudin riskitekijät - seurantatutkimusta yhdistettynä Tilastokeskuksen rekistereihin. Tutkimusaineisto koostui lapsista, jotka olivat 12- (n=1 723, 49 % poikia) ja 15- (n=2 445, 48 % poikia) vuotiaita liikuntaa mitattaessa. Lapsia seurattiin vuoteen 2010 asti, jolloin osallistujien keski-ikä oli 40 vuotta. Lapsuuden liikunta koostui neljästä muuttujasta: vapaa-ajan liikunta koulutuntien ulkopuolella, osallistuminen urheiluseuran harjoitukseen, osallistuminen kilpailuihin, sekä muutos liikunta-aktiivisuudessa 12–15 vuotiaana. Koulutustiedot puolestaan koostuivat kahdesta muuttujasta: keskiarvo 15-vuotiaana (itse-raportoitu) ja koulutusvuosien määrä aikuisuudessa (rekisteripohjainen). Analyysit tehtiin hyödyntäen pienimmän neliösumman- sekä instrumenttimuuttujamenetelmää. Mallinnuksessa huomioitiin mm. lapsen terveys, aikaisempi koulumenestys, vanhempien koulutus sekä perheen tulot ja koko.

TULOKSET: Lapsuuden liikunta oli positiivisesti yhteydessä koulumenestykseen peruskoulun päättyessä sekä koulutusvuosien määrään aikuisuudessa. Paljon liikkuneilla tytöillä oli keskimäärin noin yhden arvosanan verran korkeampi keskiarvo peruskoulun päättyessä verrattuna vähän liikkuneisiin tyttöihin. Pojilla ero oli noin puoli arvosanaa. Koulutusvuosien määrässä ero paljon liikkuvien ja vähän liikkuvien välillä oli noin vuosi, sukupuolesta riippumatta.

JOHTOPÄÄTÖKSET: Tulosten mukaan lapsuuden liikunnalla voi olla kauaskantoisia seurauksia koulutuksen näkökulmasta: Lapsuudessa harrastettu liikunta ei ole ainoastaan yhteydessä parempaan koulumenestykseen, vaan se voi myös johtaa korkeampaan peruskoulun jälkeiseen koulutustasoon. Tämä voi puolestaan tarjota niin yksilöllisiä kuin yhteiskunnallisia hyötyjä.

LÄHTEET:

Barron, J.M., Ewing, B.T. & Waddel, G.R. 2000. The effects of high school athletic participation on education and labor market outcomes. *Rev Econ Stat.* 82 (3), 409–421.

Becker, G.S. 2009. Human capital: A Theoretical and Empirical Analysis, with Special Reference to Education. Chicago (IL): University of Chicago Press, 17–21;29–54.

Donnelly, J.E., Hillman, C.H., Castelli, D., Etnier, J.L., Lee, S., Tomprorowski, P., Lambourne, K. & Szabo-Reed, A.N. 2016. Physical activity, fitness, cognitive function, and academic achievement in children: a systematic review. *Med Sci Sports Exerc.* 48, 1197–1222.

Hanushek, E.A. & Woessmann, L. 2012. Do better schools lead to more growth? Cognitive skills, economic outcomes, and causation. *J Econ Growth.* 17 (4), 267–321.

Organization for Economic Cooperation and Development. Education at a glance interim report: Update of Employment and Educational Attainment Indicators. 2015.

<https://www.oecd.org/edu/EAG-Interim-report.pdf>.

Ross, C.E. & Wu, C.I. 1995. The links between education and health. *Am Sociol Rev.* 60 (5), 719–45.