

Taukoliikunta ja toiminnallinen opetus matematiikan tunneilla lukiossa

Esittäjä: Susanna Takalo

Kirjottajat: Takalo Susanna 1, Niemelä Kirsi 1, Ristanen Janika 1, Säkkinen Laura 1, Kallio Jouni 2 ja Tammelin Tuija 2

Taustayhteisöt: 1) Oulun yliopisto, 2) Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Likes

Asiasanat: Opiskeluvireys, taukoliikunta, toiminnallinen opetus

TAUSTA: Oppituntien aikaista vireyttä voidaan ylläpitää taukoliikunnalla ja toteuttamalla toiminnallista opetusta. Tässä tutkimuksessa toiminnallisella opetuksella tarkoitetaan opetusta, jossa liikkumista integroidaan jollakin tavalla oppituntin opetussisältöön joko luokkahuoneessa tai luokkahuoneen ulkopuolella. Tämän tutkimuksen tarkoitus oli tutkia opiskelijoiden kokemuksia taukoliikunnan ja toiminnallisen opetuksen vaikutuksista opiskeluvireyteen matematiikan pitkän oppimäärän oppitunneilla lukiossa.

MENETELMÄT: Lukiossa toteutettiin 1–2 vuosikurssin lukio-opiskelijoiden matematiikan oppituntien aikaista vireyttä mittaava Matikkavire-tutkimus, jonka yhteydessä 119 tutkimukseen osallistuneesta opiskelijasta 16 haastateltiin. Yksilöhaastattelussa tutkittavilta kysyttiin kokemuksia kestoaltaan 75 minuutin matematiikan oppitunteihin sisällytetystä taukojumpasta ja toiminnallisesta opetuksesta. Taukojumpalla tauotettu oppitunti sisälsi kaksi kestoaltaan kahden minuutin mittaista videolta ohjattua Break Pro -taukojumpaa, joista ensimmäinen toteutettiin 25 minuutin kohdalla ja toinen 50 minuutin kohdalla oppituntia. Taukojumpien liikkeet olivat monipuolisia, tehokkaita ja yksinkertaisia. Opiskelija osallistui taukojumpaan omalla paikallaan seisten. Toiminnallinen oppitunti sisälsi kestoaltaan noin 20 minuutin toiminnallisen opetuksen osuuden puolella välissä oppituntia joko luokassa tai luokkahuoneen ulkopuolella. Toiminnallinen opetus toteutettiin kolmella eri tavalla: 1) Pistetyöskentelynä toteutettu oppituntin toiminnallinen osuus sisälsi laskemista luokkahuoneen ulkopuolella lukion käytävällä. 2) Viestileikin ideaa soveltava toiminnallinen osuus toteutettiin luokassa. Opetusryhmä oli jaettu kolmen opiskelijan ryhmiin, joista yksi ryhmän jäsen vuorollaan kävi hakemassa ryhmän kanssa yhdessä laskettuun tehtävään malliratkaisun. 3) Kolmas toiminnallinen matematiikan oppitunti sisälsi suunnistustehtävän, jossa opiskelijat pareittain etsivät opettajan koulun sisätiloihin sijoittamat laskutehtävät digitaalisen kartan avulla. Toiminnallista osuutta lukuun ottamatta oppitunnit koostuivat luentotyylisestä opetuksesta ja itsenäistä laskemista sisältävästä osuudesta, joiden aikana opiskelijat istuivat omilla paikoillaan pöytien ääressä. Opiskelijat haastateltiin yhden viikon aikana sen jälkeen, kun kaikki paikallaanoloa tauottavat oppitunnit oli toteutettu. Keskimäärin haastattelut kestivät 22 minuuttia.

TULOKSET: Tulokset osoittivat, että matematiikan oppitunteihin sisällytetty liikkuminen tuki opiskeluvireyttä. Opiskeluvireydellä opiskelijat tarkoittivat keskittymiskykyä, kykyä vastaanottaa tietoa ja hyvää jaksamista. Taukojumpien myönteiset vaikutukset oppituntien aikaiseen opiskeluvireyteen perustuivat toteutettujen taukojumpien tehokkaisuuteen liikkeisiin. Myönteisenä koettiin taukoliikunnan lyhyt kesto. Opiskelijoiden kokemuksen mukaan toiminnallinen opetus sopii opitun asian kertaamiseen ja soveltamiseen. Myönteisenä koettiin toiminnallisessa oppimisessa toteutuva vuorovaikutus opiskelutovereiden kanssa ja vertaisoppiminen. Kielteisenä koettiin ongelmat ajankäytössä ja toiminnan organisoinnissa.

JOHTOPÄÄTÖKSET JA SOVELLETTAVUUS: Liikettä sisältävä paikallaanolon tauottaminen tukee opiskeluvireyttä. Taukoliikunta ja toiminnalliset opetusmenetelmät soveltuvat matematiikan oppituntien lisäksi myös muille oppitunneille lukiossa. Toiminnallisen opetuksen toteutustapaan, organisointiin ja ajankohtaan oppitunnilla tulee kiinnittää huomiota.