

Saimaan ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysala Lappeenranta
Fysioterapian koulutusohjelma

Johanna Henttu ja Laura Ihatsu

Oppilaiden ja opettajien kokemuksia toiminnallisesta opetuksesta

Opinnäytetyö 2016

Tiivistelmä

Johanna Henttu ja Laura Ihatsu

Oppilaiden ja opettajien kokemuksia toiminnallisesta opetuksesta, 37 sivua, 7 liitettä

Saimaan ammattikorkeakoulu

Sosiaali- ja terveysala Lappeenranta

Fysioterapian koulutusohjelma

Opinnäytetyö 2016

Ohjaaja: lehtori Eija Tyyskä, Saimaan ammattikorkeakoulu

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää seitsemännen luokan oppilaiden ja heidän opettajiensa kokemuksia toiminnallisesta opetuksesta. Tutkimuksessa selvitettiin oppilaiden kokemuksia osallistumisesta ja aktiivisuudesta sekä opettajien kokemuksia opettamisesta viiden viikon tutkimusjakson aikana. Oppilaiden ja opettajien kokemuksia vertailtiin. Tarkoituksena oli saada tietoa toiminnallisen opettamisen vaikutuksista koettuun aktiivisuuteen, toiminnallisuuteen ja opettajien koettuun kuormittumiseen. Opinnäytetyön tuloksia voidaan hyödyntää vuoden 2016 opetussuunnitelman toteuttamisessa. Opinnäytetyö tehtiin yhteistyössä Liikkuva koulu -hankkeessa mukana olevan lappeenrantalaisen yläkoulun kanssa.

Tutkimus oli kvalitatiivinen tutkimus, joka toteutettiin interventiotutkimuksena. Tutkimukseen kutsuttiin puolet yhteistyöyläkoulun seitsemännen luokan oppilaista (n=77) sekä heidän opettajansa (n=9). Tutkimusjakso oli pituudeltaan viisi viikkoa ja se toteutettiin syksyllä 2015. Tutkimusjakson ajan opettajat toteuttivat toiminnallista opetusta yksilöllisellä, aineeseen ja opettajan luonteeseen sopivalla tavalla huomioiden opetusryhmät. Oppilaat osallistuivat opetukseen opettajien ohjeistuksen mukaan ja vastasivat tutkimusjakson lopussa tutkimuskyselyyn.

Tutkimuksessa kerätystä aineistosta saatiin monipuolinen kuva oppilaiden ja opettajien kokemuksista. Toiminnallisen opetuksen kokeminen on molempien ryhmien kohdalla yksilöllistä. Kokemukset olivat pääosin positiivisia. Kokemiseen vaikuttavia tekijöitä olivat esimerkiksi aiheen kiinnostavuus, opettajien aktiivisuus, työmäärän lisääntyminen, ryhmähenki ja opetuksen monipuolisuus. Laadullisen tutkimuksen luonteen vuoksi tuloksia ei voida yleistää, mutta tulokset olisi hyvä huomioida opetuksen suunnittelussa ja toteutuksessa myös muissa kouluissa.

Asiasanat: toiminnallinen opetus, kokemuksellisuus, Liikkuva koulu

Abstract

Johanna Henttu, Laura Ihatsu

Students' and teachers' experiences of functional teaching, 37 pages, 7 appendices

Saimaa University of Applied Sciences

Health Care and Social Services, Lappeenranta

Degree Program in Physiotherapy

Bachelor's Thesis 2016

Instructor: Ms Eija Tyyskä, senior Lecturer, Saimaa University of Applied Sciences

The purpose of this thesis was to gain information about students' and their teachers' experiences of functional teaching in a five-week-long intervention. The purpose was to find out experiences of participation and activity. The partner in this study was a school from the national action programme "Finnish Schools on the Move".

This thesis was a qualitative study. Half of the test subjects were 7th grades (N=77) and their teachers (N=9) from the partner school. The intervention was five weeks long in autumn 2015. During the intervention the teachers used functional teaching. Functional teaching was planned by the teachers themselves. The teachers' personalities, the subject they were teaching and the student group had an influence on the planning the functional teaching. The students participated in functional studying according to teachers' guidance. In the last week of the intervention the students answered a study enquiry. The teachers were keeping a teaching diary throughout the intervention.

The information from the study enquiries and teaching diaries were analysed with inductive content analysis. The result of the analysis gave diverse results of teachers' and students' experiences of functional teaching. The experiences were individualistic with both groups and mainly positive. The experiences were influenced for example by the interest of the subject, activity of teachers, increase in work load, team spirit and diversity of teaching. The study results should be taken into consideration when planning and executing functional teaching.

Keywords: functional teaching, experience, Finnish Schools on the Move

Sisältö

1	Johdanto.....	5
2	Liikkuva koulu -hanke	6
3	Toiminnallinen opettaminen ja oppiminen.....	7
3.1	Opettajan rooli	11
3.2	Oppilaiden rooli.....	12
3.3	Liikunta ja oppiminen	13
4	Kokemuksellisuus	15
5	Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymykset	16
6	Opinnäytetyön toteutus.....	17
6.1	Tutkittavat henkilöt.....	17
6.2	Tutkimusasetelma.....	18
6.3	Tiedonkeruumenetelmät	20
6.4	Aineiston analyysi	21
6.5	Eettiset näkökohdat	22
7	Tulokset.....	22
7.1	Oppilaiden kokemukset.....	22
7.2	Opettajien kokemukset	27
7.3	Kokemusten vertailu	29
8	Pohdinta.....	32
8.1	Tutkittavat henkilöt.....	32
8.2	Menetelmät ja tutkimusjakso.....	33
9	Johtopäätökset	35
	Lähteet.....	38

Liitteet

- Liite 1 Lupa-anomus
- Liite 2 Informaatiotilaisuus
- Liite 3 Informaatiotilaisuuden koulutusmateriaali
- Liite 4 Opettajien päiväkirjaohje
- Liite 5 Tiedote opettajille
- Liite 6 Kyselylomake
- Liite 7 Sisällönanalyysi

1 Johdanto

Peruskoulu on muuttunut vuosien saatossa oppilaita liikunnallisesti passivoivaksi. Nykyinen opetusmalli vähentää tuntien aikaista aktiivisuutta ja sitoo oppilaat istuma-asentoon. Ennen käytössä ollut seisomaan nouseminen opettajalle puhuttaessa on vaihtunut kokoaikaiseen istumiseen.

Yläkoululainen nuori käyttää hereilläoloajastaan neljästä kahdeksaan tuntia koulussa jokaisena arkipäivänä, pääosin istuen. Koulupäivien aikainen passiivisuus riippuu opetusmallista, nuoren luonteesta ja välituntien liikuntamahdollisuuksista. Liikkumattomuus voi vaikuttaa koulujaksamiseen, -motivaatioon, -tuloksiin ja yleiseen hyvinvointiin. Vähäinen aktiivisuus altistaa tuki- ja liikuntaelinsairauksille, ylipainolle ja heikentää koettua hyvinvointia.

Kouluikäisten fyysiseen aktiivisuuteen vaikuttaa myös kokemuksellisuus. Mielekkääksi koetut toimet lisäävät hyvinvointia, motivaatiota ja fyysisen aktiivisuuden määrää ikäviksi koettuja asioita paremmin. Koulupäivien mielekkyyteen vaikuttavat myös opettajien asenne, motivaatio ja kannustavuus. Näihin tekijöihin vaikuttavat työmäärän muutokset, toiminnan helppous ja tuloksellisuus.

Toiminnallinen opetus pyrkii vähentämään oppilaiden passiivista aikaa oppitunneilla ja koulupäivien aikana sekä lisäämään oppilaiden kokemuksellista oppimista ja osallistumista. Toiminnallinen opetus vaikuttaa myös opetustyöhön. Opettajat ovat tärkeässä osassa toiminnallisen opetuksen toteutuksessa ja näin ollen heidän kokemuksensa ja mielipiteensä on huomioitava opetuksen ja linjausten suunnittelussa.

Opinnäytetyö tehdään yhteistyössä Lappeenrannan kaupungin opetustoimen ja lappeenrantalaisen yläkoulun kanssa. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää seitsemännen luokan oppilaiden ja heidän opettajiensa kokemuksia toiminnallisesta opetuksesta.

2 Liikkuva koulu -hanke

Liikkuva koulu -hankkeen tavoitteena on aktiivisempi ja viihtyisämpi koulupäivä. Jokainen koulu toteuttaa liikkuvampaa koulupäivää koulukohtaisten tavoitteiden ja toimintasuunnitelmien mukaan. Pääpaino hankkeessa on oppilaiden osallisuus, oppiminen, liikkumisen lisääminen ja istumisen vähentäminen. Liikkuvissa kouluissa mielletään asioita uusilla tavoilla: esimerkiksi istumista oppitunneilla tauotetaan, oppimista tuetaan toiminnallisilla menetelmillä, liikutaan välitunneilla ja hyödynnetään koulumatkat liikkuen. (Opetushallitus 2012.)

Liikkuva koulu -hanke aloitettiin vuonna 2010 pilottivaiheella, joka kesti vuoteen 2012 asti. Tällä hetkellä Liikkuva koulu on osa hallitusohjelmaa. Hankkeen rahoituksesta vastaa opetus- ja kulttuuriministeriö. Hanke rahoitetaan veikkausvoittovaroin. Veikkausvarojen lisäksi hanketta rahoittavat aluehallintovirastot. Hanketta koordinoi LIKES-tutkimuskeskus. Lukuvuoden 2014–2015 alussa liikkuvia kouluja oli Suomessa noin 800, joista 30 Lappeenrannassa. (Opetushallitus 2012.)

Lappeenrannan kaupunki on koostanut koulujensa toimintasuunnitelmista ja tavoitteista toimenpidesuunnitelman, joka kattaa kaikki Lappeenrannan alueen koulut. Perusopetuksen johtoryhmä on päättänyt, että kaikki Lappeenrannan koulut ovat mukana hankkeessa. (Opetushallitus 2012.)

Koulupäivistä saadaan viihtyisämpiä tekemällä yhdessä ja ottamalla huomioon oppilaat suunnittelussa, päätöksenteossa ja toiminnassa. Vuorovaikutus ja yhteistoiminnallisuus parantavat koulun ilmapiiriä, mikä vaikuttaa tuntien työrauhaan, oppilaiden oppimiseen ja sosiaalisiin taitoihin. (Opetushallitus 2012.)

Pilottivaihetta käsittelevän raportoinnin mukaan hankkeeseen osallistuneet yläkoululaiset kokivat kouluilmapiirin parantuneen. Kuitenkin vain yksi kolmasosa yläkoululaisista koki liikunnan lisääntyneen pilottivaiheen aikana. Raportin mukaan Liikkuva koulu -hankkeen vaikutuksia on seurattava pidempiaikaisesti. Jatkossa tulisi kiinnittää huomiota oppilaiden rooliin ja liikuntamäärän lisäämisen mahdollistamiseen. Liikuntamäärän lisäämiseksi on koulupäiviin järjestettävä aikaa liikunnalle ja luotava pysyviä liikunnallisia ratkaisuja hetkellisten ratkaisujen sijaan. Liikkumismotivaatioon pitää myös kiinnittää entistä enemmän huomiota.

(Aira, Haapala, Hakamäki, Kämppi, Laine, Rajala, Tammelin, Turpeinen & Walker 2012, 54–55.)

Liikkuva Koulu -hankkeen pilottivaiheen tutkimuksista selvisi, että yläkoululaisten mielestä tärkeää toiminnallisuudessa oli osallistuminen ja ei-kilpailuhenkinen toiminta. Oppilaat kokivat, että osallistuttava ja ei-kilpailuhenkinen toiminta kannusti liikkumaan enemmän. Oppilaat nostivat tutkimuksissa esille kavereiden ja yhteisöllisyyden merkityksen toiminnallisuuden lisäämisessä. (Aira ym. 2012, 28.)

3 Toiminnallinen opettaminen ja oppiminen

Toiminnallisuudella tarkoitetaan toiminnan aktiivisuutta, johon yhdistyy ajatuksellisuus, osallistuminen, kokemuksellisuus ja vuorovaikutus. Toiminnallista oppimista tukevia keinoja ovat muun muassa ryhmätyöt, leikit, pelit, kuvittaminen ja dramatisointi. Toiminnallisessa opettamisessa pyritään hyödyntämään toimintaa oppimistavoitteiden saavuttamiseksi. (Koskenkari 2012.)

Perinteiset oppitunnit, joiden aikana opettaja opettaa luokan edessä ja oppilaat istuvat koko oppitunnin ajan paikoillaan, laskevat oppilaiden vireystilaa. Toiminnallinen opettaminen edesauttaa oppitunnin aikana liikunnan kautta oppimista, vuorovaikutusta sekä nostattaa oppilaiden vireystilaa. Toiminnallisessa opettamisessa on helpompaa huomioida oppilaiden yksilölliset erot sekä heille sopivat opetus- ja oppimismenetelmät. Toiminnallinen opettaminen sopii myös hyvin oppilaille, joilla on hankaluuksia oppimisessa perinteisillä oppitunneilla. (Sahlberg & Leppilampi 1994, 75.)

Oppimismenetelmien vaihtelu edistää kaikkien oppilaiden oppimista, jokainen oppilas saa mahdollisuuden osoittaa omaa osaamistaan monipuolisilla opetusmenetelmillä. Tämä tuottaa oppilaille onnistumisen kokemuksia ja oppimisen iloa, mikä tukee nuorten luovuutta. Toiminnallinen opettaminen ja liikkuminen lisäävät oppimiselämyksiä ja motivaatioita. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014, 30.)

Monipuolisessa oppimisympäristössä liikkuminen ja motoristen taitojen harjoittaminen kehittävät aivoja luoden uusia aivosoluja ja uusia hermoyhteyksiä solujen

välille. Aivot uusiutuvat enemmän nuorilla, jotka liikkuvat monipuolisemmin stimuloivassa ympäristössä. Opetustilanteiden oppilaslähtöinen ongelmanratkaisu ja luovuuteen perustuvat opetusmenetelmät parantavat myös aivojen uusiutumista. Aivojen tehokkaalla hapen kuljetuksella on vaikutusta tarkkaavaisuuteen, vireyteen ja muistamiseen, joita kaikkia tarvitaan oppimisessa. Aivojen hapenkuljetus on tehokkaampaa hyvän kestävyyskunnan omaavilla nuorilla, kun verrataan kestävyyskunnoltaan heikompiin nuoriin. (Jaakkola, Liukkonen. & Sääkslahti 2013, 23.)

Oppilaiden mielipiteet perinteisestä koulunkäynnistä ovat negatiivisia, koska oppilaat kokevat paikallaan istumisen ahdistavaksi, tylsäksi ja väsyttäväksi. Oppilaat kokevat, ettei oppimista tapahdu opetustilanteissa, joissa täytyy vain istua ja kuunnella opettamista. Kyseisissä opetustilanteissa oppilaat kokevat olonsa levottomiksi. Levottomuus ilmenee ylimääräisen toiminnan lisääntymisenä, esimerkiksi jutteluna ja vihkoon piirtelynä. Tällainen ylimääräinen toiminta ei yleensä jää opettajalta huomioimatta. Opettaja tulkitsee oppilaan toiminnan väärin, ja oppilas saa siitä huomautuksen. Oppilaan keskittyminen voi olla parempi hänen saadessaan kuuntelun ohessa esimerkiksi piirtää tai liikkua. Oppilaat toivovat enemmän tekemistä oppitunneille. Onnistuneen oppimiskokemuksen edellytyksenä on se, että oppilaat voivat yhdistää opittavan asian tekemiseen, kokemuksiin tai liikkeeseen. (Rantanen 2010, 48–68.)

Toiminnallisen oppimisen tueksi ja edistämiseksi on olemassa useita keinoja. Opettamisen aikana opettaja voi hyödyntää visuaalisia esityksiä, jotka selkeyttävät opittavaa asiaa. Oppilaat oppivat ja motivoituvat opetettavaan asiaan monipuolisemmin, kun he pystyvät yhdistämään opittavan asian omaan elämäänsä. Opetettava asia jää paremmin oppilaiden muistiin käytettäessä erilaisia opetusmenetelmiä. Oppitunnin koostuessa vain istumisesta ja kuuntelemisesta, tarvitaan oppilaiden aktivoimiseen jokin toiminallinen tauko. Tauon voi toteuttaa esimerkiksi taukojumpan avulla. Oppilaiden on vaikeampi keskittyä opetukseen, jos he eivät pääse osallistumaan oppitunneilla. (Rantanen 2010, 48–68.)

Suomalaisen koulujärjestelmän tavoite on mahdollistaa oppilaille fyysinen, motorinen, psyykinen ja sosiaalinen kehitys. Lukuaineiden lisäksi peruskoulutuksen

tulisi sisältää hyvinvoinnin kannalta riittävä määrä liikuntaa. (Jaakkola, Liukkonen & Sääkslahti 2013, 55.)

Yläkoulussa välitunnit vietetään pääosin passiivisesti. Opetussuunnitelman mukaan yläkoulussa on pakollista liikuntaa keskimäärin kaksi 45 minuutin oppituntia. Liikuntatuntien määrään vaikuttaa valinnaisten tuntien määrät. Opetussuunnitelman mukaiset liikuntatunnit eivät itsessään mahdollista tarpeeksi liikuntaa yläkoululaisille. Valtakunnallisten liikuntasuosituksien mukaan yläkouluikäisen pitäisi harrastaa monipuolista liikuntaa yhdestä kahteen tuntia päivässä. (Ahoon, Hakkarainen, Heinonen, Kannas, Kantomaa, Karvinen, Laakso, Lintunen, Lähdemäki, Mäenpää, Pekkarinen, Sääkslahti, Stigman, Tammelin, Telama, Vasankari, & Vuori 2008, 6-13.)

Koulujen liikuntakasvatuksella on vaikutusta oppilaiden liikuntatottumuksiin ja liikuntaan vaikuttaviin arvoihin. Liikuntakasvatuksella voidaan auttaa oppilaita löytämään liikunnan ilo. Koulujen vähäisen liikuntatuntien määrän takia toiminnallisella opetuksella on ratkaiseva rooli osana liikuntakasvatusta. (Jaakkola, Liukkonen & Sääkslahti 2013, 58.)

Koululiikunta ei ole vain liikuntatuntien ja -opetuksen tuomaa liikuntaa. Koulussa tapahtuva liikunta käsittää kaiken koulun piirissä tapahtuvan liikunnan. Näin ollen koululiikuntaan kuuluvat välituntiliikunta, koulumatkat ja oppituntien aikainen liikunta eli toiminnallinen opetus. Liikunnan positiiviset vaikutukset näkyvät selvimmän kun nuoret pääsevät itse osallistumaan liikunnan suunnitteluun. (Jaakkola, Liukkonen & Sääkslahti 2013, 68–69.)

Kouluissa toteutettujen liikuntainterventioiden on todettu lisäävän oppilaiden liikuntaa alakouluissa. Yläkouluikäisten liikunnan edistämiseen ja lisäämiseen painottuvien interventioiden on todettu onnistuvan parhaiten liittämällä useita liikuntaa käsitteleviä osa-alueita yhteen. Osa-alueina ovat olleet mm. liikunnan lisääminen oppitunneilla, positiiviset kokemukset liikunnasta, kannustavat materiaalit, yhteisöllisyys, aktiivisuuden seuranta, ryhmäkeskustelut, ongelmanratkaisut ja opettajien tuki. Yläkoulussa toteutetuilla liikuntahankkeilla on terveydellisiä vaikutuksia. Hankkeet ovat vaikuttaneet positiivisesti nuorten kestävyyskuntoon ja veren rasva-arvoihin. (Tammelin, Rajala, Hapala & Kantomaa 2010, 5-6)

Liikkuva koulu -hankkeen pilottivaiheessa tehdyssä tutkimuksessa mitattiin objektiivista liikkumatonta aikaa kiihtyvyysantureilla. Tutkimuksen mukaan 13–14-vuotiaat viettivät päivästäan 8,5 tuntia passiivisesti. Mittauksista selvisi myös, että jokaista oppituntia kohden lapset istuivat 45 minuuttia. Yläkouluun siirtyminen lisäsi istumiseen käytettyä aikaa merkittävästi. Muutoksen syynä pidetään välituntien aikaisen fyysisen aktiivisuuden vähentymistä siirryttäessä yläkouluun. (Lasten ja nuorten liikunta 2014.)

Vuonna 2010 tehdyn HBSC-kyselytutkimuksen (n=6 678) mukaan 24 % yläkoululaisista liikkuu suositusten mukaisesti vähintään yhden tunnin päivässä. Yläkoulun aikana nuorten liikkuminen vähenee, jonka takia yläkouluun siirryttäessä ja sen aikana tulisi kiinnittää huomiota nuorten päivittäiseen aktiivisuuteen. (Lasten ja nuorten liikunta 2014.)

Yläkouluun siirtyminen vähentää nuorten fyysistä aktiivisuutta kaikilla elämän osa-alueilla. Passivoitumisen taustalla vaikuttavat useat syyt kuten murrosikä, kiire ja pitkät välimatkat koulun ja kodin välillä sekä kodin ja kavereiden välillä. Vapaa-ajan passiivinen viettäminen lisääntyy myös siirryttäessä yläkouluun. Vanhempien liikunnallinen esimerkki ja tuki ovat tärkeitä nuoren yläkoululaisen liikunnan ja aktiivisuuden edistämässä. (Aira, Kannas, Tynjälä & Kokko 2013, 7-21)

Passiivista aikaa voidaan vähentää oppituntien aikaisilla toiminnallisilla aktiviteeteilla. Tällaisia aktiviteetteja ovat esimerkiksi lyhyet liikuntahetket ja seisten viittaaminen. Toiminnalliset aktiviteetit katkaisevat myös yhtäjaksoisen istumisen ja näin vähentävät istumisesta johtuvia haittoja. (Ahonen ym. 2008, 75.)

Liiallisella passiivisuudella on yhteys kansanterveyteen sairauksien aiheuttajana. Liiallinen passiivisuus altistaa mm. kroonisille sairauksille kuten aikuistyyppin diabetekselle sekä sydän- ja verenkiertoelimistön sairauksille ja alentaa terveyden elinvuosien määrää. Terveydenhuollon kustannusten nousu selittyy osaltaan passiivisuuden lisääntymisellä. (Kolu, Vasankari & Luoto 2014, 885-889.)

Vuonna 2016 käyttöön otettavassa opetussuunnitelmassa on huomioitu toiminnallinen opettaminen aikaisempia opetussuunnitelmia monipuolisemmin. Uusi

opetussuunnitelma kannustaa kouluja toiminnallisuuteen oppilaiden ikään sopivalla tavalla. Opetussuunnitelma mahdollistaa luovan työskentelyn ja liikkumisen koulupäivien aikana. (Opetushallitus 2012.)

3.1 Opettajan rooli

Opettajan rooli toiminnallisessa opetuksessa on innostaa ja motivoida oppilaita aktiivisempaan koulupäivään. Opettaja näyttää esimerkkiä omalla aktiivisuudellaan, mikä parhaimmissa tapauksissa innostaa oppilaita liikkumaan. Opettajien haaste on saada passiiviset opiskelijat innostumaan liikkumisesta. Liikkumisesta innostumiseen tarvitaan nykyistä enemmän keinoja ja opettajien panosta. (Ahonen ym. 2008, 38–39.)

Opettajalla on vastuu oppituntien rakenteesta. Toiminnallisen opettamisen periaatteiden avulla opettaja voi vähentää oppilaiden istumisaikaa ja lyhentää yhtäjaksoista istumisaikaa. Eri oppiaineiden opettajat hyötyisivät käyttäessään liikuntaa osana opettamista. Liikunnan avulla oppilaat ovat virkeämpiä ja oppituntien työrauha on parempi. (Ahonen ym. 2008, 38–39.)

Opettajilla on toiminnallisen opettamisen näkökulmasta rooli ympäristön luojana. Luokkahuoneet ohjaavat oppilaita ja opettajia tietynlaiseen vuorovaikutukseen. Vaihtelevalla oppimisympäristöllä voidaan edesauttaa oppilaiden aktiivista roolia opetuksessa. Oppimisympäristön muutos mahdollistaa myös vuorovaikutuksen muutokset. Erilaisia oppimisympäristöjä ovat esimerkiksi koulun piha, luonto ja kirjasto. (Kumpulainen, Krokfors, Lipponen, Tissari, Hilppö & Rajala 2009, 25.)

Opettajakoulutuksessa on tavoitteena kouluttaa opettajia, jotka ovat valmiita kehittämään asiantuntijuuttaan myös työelämässä. Opettajat säilyttävät helposti vanhat opetukselliset rutiininsa ja asiantuntijuuden kehittäminen jää usein pois opetusuran edetessä. Opettajien itsensä kehittämiseen voi vaikuttaa myös motivaation lasku ja työn arvostuksen vähäisyys. (Jaakkola, Liukkonen & Sääkslahti 2013, 643.)

Ukk-instituutin suosituksien mukaan opettajien tulisi tukea oppilaiden toimintaa ja oppimista sekä lisätä liikuntaa ikään sopivalla tavalla. Liikunnan lisäämisellä pyritään vähentämään oppilaiden yhtäjaksoista istumista. Suosituksen mukaan

opettajien tulisi myös kertoa oppilaille syyt istumisen tauottamiseen. Liikkumisen rajoittamisesta tulisi luopua. Opettajien esimerkillä on tärkeä rooli oppilaiden liikunnan lisäämisessä. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2015.)

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa (2014, 29.) on huomioitu erilaiset oppimisympäristöt. Opetussuunnitelmassa on oppimisympäristönä tuotu esille luonto ja koulun lisäksi muu rakennettu ympäristö, kuten kirjastot. Opetussuunnitelmassa on esitetty myös, että erilaiset keskuksat ja museot tarjoavat koulun tiloista poikkeavia oppimisympäristöjä. Opetussuunnitelman perusteissa (2014, 30.) painotetaan oppilaiden kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin huomioimista oppimisympäristöjen kehittämisessä. Oppimisympäristöjen tulee olla turvallisia ja oppimista edistäviä. Opettajalla on mahdollisuus käyttää opetuksessaan opetussuunnitelman mukaisia opetusympäristöjä. (Opetushallitus 2012.)

Osalle oppilaista koulussa tapahtuva liikunta on heidän ainoa tapa liikkua ja olla fyysisesti aktiivinen. Toiminnallisessa opetuksessa opettajilla on mahdollisuus lisätä liikuntaa koulupäiviin ja oppitunteihin. Toiminnallisen opetuksen toteutumiseen vaikuttavat opettajan mielikuvitus ja motivaatio. (Aira ym. 2013, 7-21)

3.2 Oppilaiden rooli

Toiminnallisessa opetuksessa oppilailla on aktiivinen rooli, joka tarkoittaa fyysistä aktiivisuutta, osallistumista, vaikutus- ja valinnanmahdollisuuksia ja vapaaehtoisuutta. Oppilaiden aktiivisella roolilla on merkitystä luokan identiteetin muodostumiselle ja toiminnallisen opetuksen toteutumiselle. Luokan identiteetti ja vuorovaikutus vaikuttavat oppilaiden yksilöllisen aktiivisen roolin kehittymiseen. Oppilaiden aktiivista roolia tulisi tukea luomalla mahdollisuuksia tehdä aloitteita ja päätöksiä. (Kumpulainen ym. 2009, 25.)

Oppilailla on yksilöllinen tapa kerätä ja käsitellä tietoa. Oppimistyyli riippuvat oppilaasta itsestään sekä lisäksi mm. oppimisympäristön taustatekijöistä. (Jaakkola, Liukkonen & Sääkslahti 2013, 664.)

Oppilaiden kokemukset koulusta vaikuttavat kouluviihtyvyyteen, -motivaatioon ja -menestykseen. Koulun tehdessä yhteistyötä eri tahojen kanssa tulisi selvittää,

miten oppilaat kokevat yhteistyön vaikuttavan heidän oppimiseensa ja koulunkäyntiinsä. Koulu on keskeisessä osassa nuorten elämää, ja se vaikuttaa monella tasolla heidän vapaa-aikaansa sekä sosiaalisiin suhteisiin. Tämän takia nuorten kokemukset koulusta ovat merkittävässä roolissa kokonaisuuden kannalta. (Kii-lakoski 2012, 8-9.)

Toiminnallinen opetus vaatii oppilailta uudenlaista asennetta oppimiseen. Perinteiseen opetusjärjestelmään tottuneet oppilaat saattavat vierastaa aktivoivia opetusmenetelmiä. Toiminnalliset opetusmenetelmät pyrkivät muuttamaan oppilas-opettaja asetelmaa oppilaskeskeiseen suuntaan. Oppilaat tottuvat yleensä nopeasti uuteen opetusmenetelmään. Alkuvastustelun jälkeen uusi opetusmenetelmä koetaan mielekkääksi ja tehokkaaksi oppimisen kannalta. Toiminnallinen opetus vähentää oppilaiden pitkästyminen oppitunneilla, koska työtahti ja tuntien sisältö suhteutetaan oppilaiden mukaan. (Lonkka & Lonkka 1993, 20.)

3.3 Liikunta ja oppiminen

Liikunta vaikuttaa positiivisesti nuorten terveyteen ja kehitykseen. Fyysisen aktiivisuuden suositusten mukaan 7-18-vuotiaiden lasten ja nuorten pitäisi liikkua monipuolisesti ja ikään sopivalla tavalla vähintään 1-2 tuntia päivässä. Suosituksista huolimatta monen nuoren fyysinen aktiivisuus koulupäivän aikana jää vähäiseksi ja nuorten hyvinvoinnin kannalta riittävän liikunnan määrän toteutumisen edellyttäisi koulupäivän aikaisia fyysisiä aktiviteetteja. (Niemi & Multisilta 2014, 239.)

Fyysinen aktiivisuus tukee nuorten kasvua ja kehitystä. Fyysinen aktiivisuus ja kognitiivinen toiminta kehittyvät samanaikaisesti. Liikkumisella on vaikutusta nuorten fyysisten, motorisen ja kognitiivisten alueiden kehittämisessä. Kognitiivinen kehitys mahdollistaa muistamisen, ymmärtämisen, havaitsemisen, ongelmanratkaisemisen, ajattelun ja toiminnan suunnittelun taidot. (Ahonen ym. 2008, 55–61.)

Liikunnalla on yhteys koulumenestykseen ja hyvään kognitiiviseen kehitykseen lapsilla ja nuorilla. Riittävällä liikunnalla on positiivisia yhteyksiä myös keskittymiskykyyn ja käyttäytymiseen luokkatiloissa. Lukeminen ja matemaattisten ongelmien ratkaisu aktivoi samaa aivojen aluetta kuin liikunta. Liikunnalla on myös

yhteyksiä positiivisesti matemaattisiin ja kielellisiin osa-alueisiin. (Tammelin ym. 2010, 5.)

Koulussa oppitunteihin integroitu liikunta voi virkistää, lisätä oppilaiden vireyttä ja siten parantaa oppimiskykyä esimerkiksi parantamalla keskittymiskykyä ja vähentämällä levottomuutta. (Jaakkola, Liukkonen & Sääkslahti 2013, 23.)

Hyvä fyysinen kunto ja motoriset valmiudet edesauttavat kognitiivista suoriutumista. Lasten hyvä yleiskunto vaikuttaa koulumenestykseen positiivisesti. (Kujala, Krause, Sajaniemi, Silván, Jaakkola & Nyyssölä 2012, 54.) Motoriset vaikeudet lapsuudessa ovat yhteydessä nuoruuden ja aikuisuuden ylipainoon ja liikkumattomuuteen. Ylipaino ja liikkumattomuus vähentävät tietoista toimintaa ja heikentävät oppimista. (Kantomaa, Syväoja & Tammelin 2013, 15.)

Oppitunteihin integroitu liikunta, fyysisen aktiivisuuden määrä sekä kestävyyskunto ovat positiivisesti yhteydessä koulumenestykseen. Liikunnan on havaittu vaikuttavan positiivisesti muistiin, tarkkaavaisuuteen, käyttäytymiseen, keskittymiseen, osallistumiseen sekä tiedonkäsittely- ja ongelmanratkaisutaitoihin. (Jaakkola, Liukkonen & Sääkslahti 2013, 23.) Yläkoulun oppilaat, jotka harrastavat reipasta liikuntaa, saavat parempia arvosanoja kuin inaktiiviset oppilaat ($p < 0.05$). (Coe, Pivarnik, Womack, Reeves & Malina 2006, 1515–1519.)

Liikunnan positiivinen yhteys koulumenestykseen on havaittu parhaiten matemaattisissa aineissa (Syväoja ym. 2012, 17). Liikunnallinen koulu tukee oppilaiden menestystä akateemisissa aineissa. (Jaakkola, Liukkonen & Sääkslahti 2013, 267.) Oppitunneilla pidettyjen liikuntahetkien on todettu parantavan lukeamisen ymmärtämistä. (Kujala ym. 2012, 58.)

Liikunta lisää sen aivokuoren alueen aktivoitumista, jota käytetään tarkkaavaisuuden kohdistamisessa. Fyysisesti aktiivisten lasten aivot toimivat aktiivisemmin ja tarkemmin kuin inaktiivisten lasten aivot. (Hillman, Pontifex, Raine, Castelli, Hall & Kramer 2009, 1044–1054.)

Liikunnalla on myönteisiä vaikutuksia aivojen terveyteen, rakenteisiin ja toimintaan. Tämä osittain selittää liikunnan ja koulumenestyksen yhteyden. Liikunnan harrastaminen koulu- ja vapaa-ajalla ei häiritse oppimista. Koulupäivän aikaiset

aktiviteetit vähentävät levottomuutta ja auttavat rentoutumaan, jolloin keskittymisen oppitunneilla paranee. (Syväoja ym. 2012, 17.)

Liikunta on usein yhteisöllistä. Yhteisöllisyys tukee nuorten sosioemotionaalista kehitystä. Liikunnalliset tilanteet kehittävät nuorten tunne- ja vuorovaikutustaitoja. Kyseisiin taitoihin kuuluvat esimerkiksi kyky ymmärtää, käsitellä ja ilmaista tunteita ja toimintaa, muiden auttaminen ja empatiakyky. (Jaakkola, Liukkonen & Sääkslahti 2013, 22.)

Oppilaiden mielipiteet omasta heidän oppimistavastaan vaikuttavat motivaatioon, toimintaan ja sitä kautta oppimiseen. Oppilaiden ajattelun kehittyminen mahdollistaa toiminnan suunnittelun, toteuttamisen ja kehittämisen. Toiminnan perustalle rakentuu oppilaiden kokemukset itsestä ja ympäristöstä. Kokemuksiin vaikuttavat myös luokkatoverit ja kulttuuri. (Ahonen ym. 2008, 55–61.)

Nuorena aloitetulla liikunnalla on mahdollista vaikuttaa ennaltaehkäisevästi muistisairauksiin, diabetekseen, liikalihavuuteen ja korkeaan verenpaineeseen. Kyseiset sairaudet ovat kansanterveydellisesti ja -taloudellisesti merkittävimpiä ehkäistävissä olevia sairauksia. (Tammelin ym. 2010, 6.)

4 Kokemuksellisuus

Kokemuksellisuus selittää ihmisen yksilöllisiä tuntemuksia ja aistimuksia. Kokemuksellisuus on prosessi, joka alkaa uudesta tilanteesta, jonka ihminen kokee merkittäväksi. Ihminen kokee, että uusi tilanne pitää reflektoida. Reflektointi luo ihmisen muistiin kokemuksen. (Henriksson, Mantere & Mänty 2014, 8-16.)

Ryhmän kokemuksellisuuteen vaikuttaa jokaisen yksilön henkilökohtaiset kokemukset sekä ryhmänä koetut tilanteet. Ryhmän kokemuksellisuus syntyy yksilöiden kokemusten yhdistelmästä tai ryhmän yhteisistä kokemuksista, joihin yksilöllisyys vaikuttaa. (Henriksson, Mantere & Mänty 2014, 8-16.)

Kokemuksellisuudessa yksilön tai ryhmän aikaisempi tietotaito lisääntyy työskentelyn kautta. Kokemuksellisuus tuottaa lisää tietoa, uusia tapoja toimia ja muuttavat yksilön suhtautumista itseensä ja ympäristöön. (Henriksson, Mantere & Mänty 2014, 8-16.)

David Kolbin (1984) mukaan kokemuksellisen oppimisen perustana on ajatusmaailma, että oppiminen on pitkälle aikavälille sijoittuva prosessi, jossa vähitellen opitut asiat täsmentyvät ja syventyvät. Palauteprosessi ja kokemuksellisuus ovat tärkeä osa oppimisprosessia. Uusien asioiden ja taitojen oppiminen toteutuu kokemuksellisen oppimisen neljän vaiheen kautta:

- 1) Kyky olla avoin ilman ennakkoluuloja uusissa tilanteissa
- 2) Kyky kokemusten tarkkailemiseen ja pohdintaan
- 3) Kyky luoda käsitteitä ja yhdistellä niitä omiin havaintoihin
- 4) Kyky soveltaa oppimaansa käytäntöön. (Öystilä 2003, 51-54)

5 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymykset

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää seitsemännen luokan oppilaiden ja heidän opettajiensa kokemuksia toiminnallisesta opetuksesta viiden viikon mittaisen interventiojakson avulla. Tutkimuksesta saatuja tietoja voidaan käyttää opetuksen kehittämisessä yläkoulussa. Tutkimustietojen on tarkoitus lisätä oppilaiden ja opettajien kokemusten ymmärtämistä käytännön tasolla.

Opinnäytetyö etsii vastauksia seuraaviin tutkimuskysymyksiin:

1. Miten toiminnallinen opettaminen vaikuttaa seitsemännen luokan oppilaiden kokemukseen fyysisestä aktiivisuudesta koulupäivien aikana?
2. Miten toiminnallinen opettaminen vaikuttaa seitsemännen luokan oppilaiden kokemukseen osallistumisesta?
3. Miten toiminnallinen opettaminen vaikuttaa opettajien kokemukseen opettamisesta?
4. Miten opettajien ja oppilaiden kokemukset toiminnallisesta opettamisesta vastaavat toisiaan?

6 Opinnäytetyön toteutus

Tämä opinnäytetyö pohjautuu Liikkuva koulu -hankkeeseen. Yhteistyökouluksi haettiin sähköpostikyselyllä yläkoulua Lappeenrannan alueelta. Kiinnostusta tutkimukseen osoitti yksi yläkoulu, joka valittiin tutkimuksen yhteistyökouluksi.

6.1 Tutkittavat henkilöt

Lukuvuonna 2015-2016 yhteistyökoulussa oli 206 seitsemännen luokan oppilasta. Heidät on jaettu kymmeneen luokkaan. Systemaattisella ryväotannalla tutkimukseen valittiin joka toinen luokka A-luokasta aloittaen. Tutkimukseen valittiin viisi luokkaa. Näin ollen tutkittavien oppilaiden määrä oli 97. Tutkittaviin henkilöihin kuului myös kyseisten oppilaiden opettajat, joita tutkimushetkellä oli 40.

Oppilaiden mukaanottokriteereinä olivat:

1. täyspäiväinen opiskelu yhteistyöyläkoulun seitsemännellä luokalla
2. halu osallistua tutkimukseen

Poissulkukriteereinä olivat:

1. kieltäytyminen tutkimukseen osallistumisesta
2. poissaolo tutkimuskyselyyn vastaustilaisuudesta

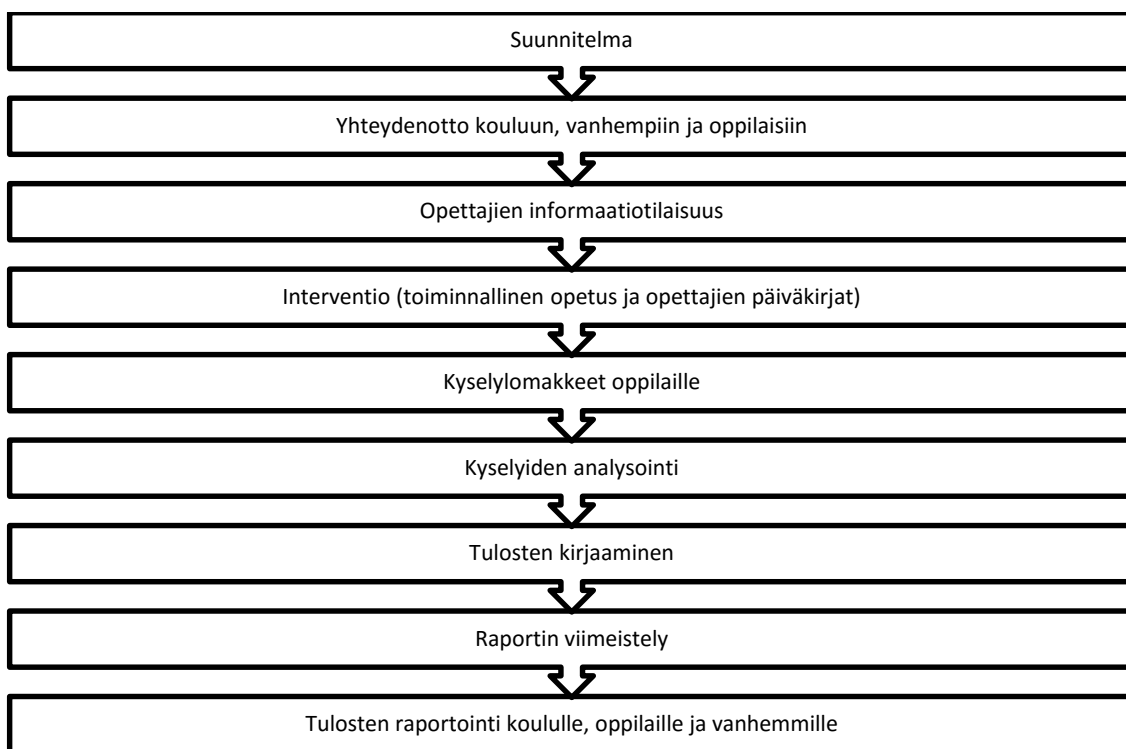
Opettajien mukaanottokriteereinä olivat:

1. tutkimukseen osallistuvien luokkien opettaminen tutkimusjakson aikana
2. halu osallistua tutkimukseen

Tutkimukseen osallistui 77 oppilasta ja heidän 9 opettajaansa. Oppilaiden vastausprosentti oli 79,4 % ja opettajien 22,5 %.

6.2 Tutkimusasetelma

Tutkimusprosessiin kuului 9 vaihetta (Taulukko 1). Suunnitelmavaiheessa koottiin tutkimuksen tieteellinen tausta sekä suunniteltiin interventiojakson toteutus. Opettajien informaatiotilaisuus, interventio sekä tiedonkeräys kuuluivat käytännöllisen toteutuksen vaiheeseen. Analysointi, kirjaaminen ja raportin viimeistely kuuluivat tutkimustietojen kokoamisen, jäsentelyn ja raportoinnin vaiheeseen.



Taulukko 1. Tutkimusasetelma.

Tutkimuslupa-anomukset (Liite 1) lähetettiin tutkimukseen valituille seitsemäsluokkalaisten vanhemmille. Oppilaat palauttivat täytetyt lupa-anomukset luokanvalvojille.

Tutkimukseen osallistuvien seitsemäsluokkalaisten opettajille järjestettiin tunnin mittainen informaatiotilaisuus ennen opinnäytetyön interventiojaksoa (Liite 2). Informaatiotilaisuudessa esiteltiin opettajille liikkuva koulu -toiminnan periaatteita ja ideoita toiminnalliseen opettamiseen. Tilaisuudessa käytettiin Liikkuvan koulun koulutusmateriaalia (Liite 3), joka lähetettiin opettajille tilaisuuden jälkeen sähköpostitse. Opettajiä kehoitettiin tutustumaan Liikkuva koulu -hankkeen verkkosivuihin itsenäisesti. Informaatio tilaisuudessa opettajille ei annettu tarkkaa toimintamallia tutkimusjakson ajaksi. Opettajat ohjeistettiin toteuttamaan toiminnallista

opetusta aineeseen ja opettajan luonteeseen, voimavaroihin ja kiinnostuksen kohteisiin sopivalla tavalla. Informaatio tilaisuudessa opettajien kanssa käytiin läpi opetuspäiväkirjan ohjeistus ja palauttaminen (Liite 4).

Opettajat toteuttivat toiminnallista opettamista viiden viikon ajan. Tutkimusjakson aikana toinen opinnäytetyön tekijöistä kävi kerran viikossa tapaamassa opettajia opettajainhuoneessa. Käyntien päivämäärät ja kellonajat sovittiin rehtorin kanssa, jotta ne sopivat koulun aikatauluihin mahdollisimman hyvin. Käyntien aikataulu lähetettiin koululle sähköpostitse ja se tulostettiin opettajainhuoneen pöydälle. Käyntien tarkoituksena oli luoda opettajille mahdollisuus kysyä opinnäytetyöhön liittyvistä asioista suoraan opinnäytetyöntekijöiltä. Käynnit sijoitettiin ilta-päivän pitkälle välitunnille, jonka aikana kaikki tutkimukseen osallistuvat opettajat olivat tauolla. Käynnit sijoitettiin kahdelle eri viikonpäivälle, jotta mahdolliset lyhyet työpäivät eivät olisi este opinnäytetyöntekijöiden näkemiselle.

Ensimmäisten kahden käynnin pohjalta opettajille laadittiin kolmannella interventiiviikolla tiedote (Liite 5), joka lähetettiin opettajille sähköpostilla. Tiedotteessa vastattiin opettajille heränneisiin kysymyksiin. Tiedotteen tarkoituksena oli antaa kaikille opettajille samat tiedot myös tutkimuksen aikana.

6.3 Tiedonkeruumenetelmät

Tiedonkeruumenetelmät suunniteltiin niin, että menetelmät kattavat tutkimuskysymykset mahdollisimman tarkasti (Taulukko 2). Tutkimusmenetelminä olivat kyselylomake sekä opettajien päiväkirjat.

	Tutkimus- kysely, kysymykset 1-2	Tutkimus- kysely, kysymykset 3-5	Tutkimus- kysely, kysymykset 6-8	Tutkimus- kysely, kysymys 9	Opettajien päiväkirjat
1.	x		xx	x	
2.	x	xx		x	
3.					xx
4.	x	x	x	x	x
xx= ensisijainen tiedonkeruumenetelmä x= toissijainen tiedonkeruumenetelmä					

Taulukko 2. Tutkimuskysymykset ja niihin vastaavat menetelmät.

Opettajat täyttävät intervention ajan viikkotasoista päiväkirjaa, johon he referoivat toteuttamansa toiminnallisen opettamisen keinot, niiden toimivuuden sekä kokemuksiaan ja tuntemuksiaan kyseiseltä viikolta. Päiväkirjan kirjoitusohje (Liite 4) annettiin opettajille ja käytiin suullisesti läpi informaatiotilaisuudessa.

Kaikki tutkimukseen osallistuvat oppilaat vastasivat tutkimuskyselyyn (Liite 6) 8.9.2015. Oppilaiden määrästä johtuen kyselyyn vastaamiseen käytettiin useampaa oppituntia. Kaikki tutkittavat oppilaat vastasivat tutkimuskyselyyn samanaikaisesti oman luokkansa kanssa, jotta keskustelua kysymyslomakkeista ei syntynyt. Tutkimuslomakkeiden täytön aikana toinen opinnäytetyön tekijöistä oli lomakkeita täyttävien oppilaiden kanssa samassa tilassa. Opinnäytetyön tekijän läsnäolo mahdollisti epäselvien kysymysten tarkentamisen. Osa oppilaista pyysi tarkennusta kysymykseen 2. Opinnäytetyöntekijä kertoi toisin sanoen *Kirjoita miten sinun mielestäsi opetus on erilaista kuin viisi viikkoa sitten*. Selvennys koettiin riittäväksi ja sitä käytettiin jokaisen kysyjän kohdalla samalla tavalla. Selvennys ei muuta kysymyksen kaksi merkitystä tai aseta oppilaita kysymyksen kannalta eriarvoiseen asemaan.

6.4 Aineiston analyysi

Tässä tutkimuksessa aineistona ovat seitsemännen luokan oppilaiden täyttämät kyselylomakkeet sekä opettajien päiväkirjat. Aineisto analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä.

Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä on tarkoitus selkeyttää aineistoa ja tuottaa uutta tietoa aineiston pohjalta. Sisällönanalyysiä voidaan käyttää aineistoanalyysin menetelmänä laadullisessa tutkimuksessa. Sisällönanalyysiä voidaan käyttää joko väljänä teoreettisena kehyksenä tai yksittäisenä menetelmänä. Sisällönanalyysin tavoitteena on aineiston järjestäminen tiiviiseen ja ymmärrettävään muotoon hävittämättä tai muokkaamatta aineiston informaatiota. (Puusa & Juuti 2011, 111-119)

Tässä opinnäytetyössä käytetään aineistokohtaista eli induktiivista sisällönanalyysiä, jonka katsotaan antavan parhaiten vastauksia tutkimuskysymyksiin. Analyysi eteni vaiheittain alkaen tutkimuskyselyn vastausten lukemisella, minkä jälkeen aineisto pelkistettiin eli redusoiitiin. Tutkimustulosten kannalta tärkeät tiedot alleviivattiin ja ryhmiteltiin eli klusteroitiin. Aineistosta yhdisteltiin samankaltaisia tuloksia ryhmiksi eli pääluokiksi. Muodostuneet ryhmät nimettiin niin, että ne kuvaavat niiden yhteistä sisältöä parhaalla mahdollisella tavalla. Luokittelun ja nimeämisen jälkeen aineisto käsitteellistettiin, eli aineistosta poimittiin tutkimukseen liittyviä tietoja. (Tuomi & Sarajärvi 2003, 105-114)

Tässä tutkimuksessa aineistona ovat seitsemännen luokan oppilaiden täyttämät kyselylomakkeet sekä opettajien päiväkirjat. Tutkimuskyselyn kysymysten 1, 3, 6 ja 7 vastauksista laskettiin frekvenssit. Frekvenssit ilmaistiin vastausten lukumäärinä sekä prosenttiosuuksina. Avointen kysymysten 2, 4, 5, 8 ja 9 vastaukset analysoitiin induktiivisella sisällön analyysillä. Aineistosta pyritään luomaan alaryhmiä, jotka kattavat kaikki annetut vastukset.

Opettajien päiväkirjat analysoitiin samalla tavalla kuin tutkimuskyselyn avoimet kysymykset. Analysoinnin jälkeen oppilaiden vastauksia ja opettajien päiväkirjoihin kirjaamia kokemuksia vertailtiin keskenään.

6.5 Eettiset näkökohdat

Tämän opinnäytetyön kohderyhmänä olivat alaikäiset oppilaat. Tiedot tutkimuksesta lähetettiin otokseen valituille oppilaille ja heidän vanhemmilleen lupa-anomuksessa (liite 1). Lupa käyttää oppilaan vastauksia tutkimuksessa pyydettiin sekä oppilaalta itseltään että hänen huoltajaltaan. Oppilas ei osallistunut, jos jomankumman suostumus tutkimukseen osallistumiseen puuttui. Tutkittavilla oli mahdollisuus kieltäytyä tutkimukseen osallistumisesta ja halutessaan keskeyttää tutkimus omalta osaltaan missä tutkimuksen vaiheessa tahansa. Tutkimuksessa saadut tiedot ovat nimettömiä. Osallistujia ei yksilöity missään tutkimuksen vaiheessa. Tutkimuskyselyt ja opettajien päiväkirjat olivat vain tutkijoiden käytössä, eikä niitä luovutettu eteenpäin. Kyselylomakkeet hävitettiin asianmukaisesti, kun opinnäytetyöraportti jätettiin arvioitavaksi.

Tutkimuksen aikana pyrittiin minimoimaan tutkimuksesta aiheutuneet fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset haitat. Oppilaita tai opettajia ei tutkimuksen aikana painostettu tai pakotettu toimimaan tutkimusta hyödyttävillä tavoilla. Tällä opinnäytetyöllä ei tavoiteltu taloudellista voittoa. Tutkimustiedot ovat julkisia. Tulokset julkaistiin oppilaille ja heidän vanhemmilleen vanhempainillassa keväällä 2016. Opinnäytetyö julkaistaan Theseus-tietokannassa.

7 Tulokset

Tuloksissa on huomioitu jokaisen oppilaan ja opettajan subjektiivinen käsitys omista kokemuksistaan. Opettajien kokemuksissa on pyritty tuomaan esille myös oppiaineen vaikutus kokemukseen. Tulokset on pyritty esittämään niin, että ne kuvaavat oppilaiden ja opettajien kokemuksia mahdollisimman laajasti ja totuuden mukaisesti.

7.1 Oppilaiden kokemukset

Tutkimuskoulussa oli tutkimuksen aikana 97 seitsemännen luokan oppilasta. Oppilasta 77 osallistui tutkimukseen vastaamalla tutkimuskyselyyn viiden viikon tutkimusjakson päätteeksi.

Analysoinnin alussa oppilaiden vastaukset jaettiin neljään ryhmään. Ryhmät määräytyivät sen mukaan, mitä muutoksia oppilaat kokivat tutkimusjakson aikana. Ryhmät olivat

1. Oppilaat, jotka eivät kokeneet muutosta opetuksessa eivätkä omassa toiminnassaan
2. Oppilaat, jotka kokivat opetuksen muuttuneen, mutta eivät kokeneet sen vaikuttavan omaan toimintaan
3. Oppilaat, jotka kokivat oman toiminnan muuttuneen, mutta opetuksen pysyneen ennallaan
4. Oppilaat, jotka kokivat muutoksen sekä opetuksessa että omassa toiminnassaan.

Ryhmittelyn tarkoituksena oli saada kokonaiskuva oppilaiden kokemuksista. Ryhmät ja niiden oppilasmäärät ovat esitetty taulukossa 4. Ryhmittelyä ei ole huomioitu tutkimuskyselyn sisällönanalyysissä.

	Frekvenssi ja prosenttiosuus kaikista vastauksista
1. Ei muutosta	13 kpl 16,9 %
2. Oma toiminta ei muuttunut, mutta opetus muuttui	6 kpl 7,8 %
3. Oma toiminta muuttui, opetus ei muuttunut	18 kpl 23,4 %
4. Muutos sekä toiminnassa, että opetuksessa	40 kpl 51,9 %

Taulukko 3. Oppilaiden ryhmittely.

Tutkimuskyselyn avointen kysymysten analyysin pohjana käytettiin strukturoituja kysymyksiä 1, 3, 6 ja 7. Kaikki oppilaat vastasivat kaikkiin strukturoituihin kysymyksiin. Tutkimuskyselyn ohjeen mukaan osa oppilaista jätti vastaamatta joihinkin avoimiin kysymyksiin.

Strukturoitujen kysymyksen vastauksien frekvenssit sekä prosenttiosuudet on ilmaistu taulukossa 5. Kyselyn (Liite 6) avoimet kysymykset on analysoitu induktiivisella sisällönanalyysillä. Sisällönanalyysi tehtiin kahdessa tutkimuskysymysten yksi ja kaksi mukaisessa osassa. Avointen kysymysten 4 ja 5 avulla pyrittiin vastaamaan tutkimuskysymykseen 2. Kysymyksen 8 avulla pyrittiin vastaamaan tutkimuskysymykseen 1. Kysymysten 2 ja 9 vastauksilla on pyritty täydentämään kysymysten 4, 5 ja 8 vastauksia. Kysymysten kaksi ja yhdeksän vastauksia ei huomioitu luokitteluvaiheessa.

Strukturoitujen kysymysten vastaukset taulukoitiin ja niistä laskettiin frekvenssit (Taulukko 4). Vastausten taulukoinnin tarkoituksena oli selvittää strukturoitujen kysymysten vastausten jakautumista.

	Kysymys 1	Kysymys 3	Kysymys 6	Kysymys 7
EI	33 42,9 %	33 42,9 %	49 63,6 %	33 42,9 %
KYLLÄ	44 57,1 %	44 57,1 %	28 36,4 %	44 57,1 %

Taulukko 4. Strukturoitujen kysymysten vastaukset.

Oppilaista 57,1 % koki opetuksen muuttuneen toiminnallisemmaksi tutkimusjakson aikana. Osa oppilaista koki, että opettajat opettivat toiminnallisemmin alussa, mutta tutkimusjakson loppua kohti opetuksen toiminnallisuus väheni tai loppui kokonaan. Osaltaan vastausprosenttiin on voinut vaikuttaa toiminnalliseen opetukseen tottuminen, jonka vuoksi oppilaat eivät välttämättä enää erota toiminnallista opettamista erillisenä opetuksen muotona.

Kysymykset 3, 4 ja 5 mittasivat oppilaiden kokemusta osallistumisesta. 57,1 % oppilaista koki osallistuneensa koulupäivien aikana aikaisempaa enemmän. Oppilaat kokivat, että toiminnallinen opettaminen lisää osallistumista koulupäivien aikana. Oppilaat kertoivat osallistuneensa aktiivisemmin opetukseen mm. viittaamalla ja ryhmätöiden kautta. Oppilaat kokivat, että osallistumisen lisäksi myös henkinen läsnäolo tunneilla on lisääntynyt, oppilaat kuuntelevat ja keskittyvät paremmin toiminnallisilla oppitunneilla.

Osallistuminen ja henkinen läsnäolo ovat oppilaiden kokemuksen mukaan lisänneet koulumenestystä. Oppilaat kokivat oppineensa paremmin ja saavansa parempia arvosanoja kokeista. Erityisesti ryhmätöistä oppilaat kokivat oppivansa syvällisemmin kuin aikaisemmasta tuntityöskentelystä. Oppilaiden mielestä oli kivaa, että ryhmätöissä ja yleisesti toiminnallisilla tunneilla on mahdollisuus kysyä apua kavereilta, auttaa ja pohtia asioita yhdessä.

Osa oppilaista kertoi kokevansa luokan yhteishengen parantuneen toiminnallisen opetuksen avulla. Oppilaat mainitsivat erityisesti ryhmätyöt positiivisena asiana yhteishengen kannalta. Yhteishengen vaikuttavat myös opettajien positiivinen palaute ja rento ilmapiiri oppitunneilla. Oppilaat kokevat, että opettajilta saadut kehu lisäävät koulumotivaatiota ja sitä kautta osallistumista ja oppimista koulupäivien aikana. Hyvä yhteishenki luokassa lisää oppilaiden viihtymistä ja osallistumista koulussa ja näin ollen parantaa koulumenestystä ja -motivaatiota. Luokissa, joissa on hyvä yhteishenki oppilaat uskaltavat osallistua ja kysyä epäselvistä asioista verrattuna luokkiin, joissa yhteishenki on huonompi.

Osallistumisen kokeminen on yksilöllistä. Oppilaan luonne, koulumotivaatio ja oppiaineen kiinnostavuus vaikuttavat osallistumiseen ja sen kokemiseen. Oppilaiden kokemukset vaihtelivat erittäin negatiivisen ja erittäin positiivisen kokemuksen välillä. Osa oppilaista koki osallistumisen lisääntymisen positiivisena asiana, osa ei kokenut osallistuvansa enempää kuin aikaisemmin, ja osa koki osallistumisen negatiivisesti.

Positiivisesti osallistumisen kokevat oppilaat kertoivat osallistumisen olevan mukavaa ja kivaa. Oppilaat kertoivat myös kokevansa itsensä helpottuneiksi ja rohkeammiksi, kun voivat osallistua tunneilla enemmän.

Osa oppilaista kertoi, että toiminnallinen opettaminen vähensi oppimista tunneilla. Oppimisen väheneminen johtui oppilaiden mukaan siitä, ettei kaikkia asioita ymmärrä esimerkiksi ryhmätöiden avulla. Oppilaat kertoivat, että osallistumisen lisääntyminen on tylsää ja joissakin tilanteissa se vaikeuttaa keskittymistä tehtävien tekemiseen. Osa oppilaista koki toiminnallisen opetuksen olevan normaalia ja tavallista. He eivät maininneet mitään selkeästi negatiivisia tai positiivi-

sia kokemuksia toiminnallisesta opetuksesta. Neutraalisti opetuksen kokevat oppilaat eivät välttämättä reagoi vahvasti muutoksiin opetuksessa tai eivät erottele kokemuksiaan koulun käynnistä opetuksen kautta.

Toiminnallisiksi oppitunneiksi oppilaat käsittävät oppitunnit, joilla käytetään jotakin selkeää toiminnallista menetelmää kuten ryhmätöitä tai taukojumppaa tai paljon seisomaannousuja ja osallistuttavaa toimintaa, kuten taululle kirjoittamista. Oppilaat kokivat olevansa toimeliaampia toiminnallisilla oppitunneilla. Toimeliaisuus ei ole suoraan verrannollinen koetun liikunnallisen aktiivisuuden kanssa. Oppilaista 57,1 % koki olevansa toimeliaampia kuin aikaisemmin. Liikunnallisesti aktiivisemmiksi itsensä koki 36,4 % oppilaista.

Toiminnallisesta opetuksesta johtuva osallistuminen koettiin passiivista istumista vähentävänä asiana. Osa oppilaista koki päässeensä tekemään enemmän asioita tunneilla. Oppilaat kertoivat, että luokassa liikkuminen on lisääntynyt ryhmätöiden, kavereiden auttamisen ja taululle kirjoittamisen kautta. Istumista vähensivät myös opettajien pitämät taukojummat sekä erilaiset toimintakortit ja -tehtävät. Toiminnalliset tauot ja luokassa liikkuminen koettiin piristävänä, virkistävänä ja keskittymistä parantavana asiana. Oppilaat kokivat taukojen lisäävän toimeliaisuutta, keskittymistä ja oppimista. Tauot koettiin ajoittain myös negatiiviseksi tilanteissa, joissa tauko keskeytti tehtävien tekemisen. Osa oppilaista kertoi myös liikuntatuntien fyysisen aktiivisuuden lisääntyneen, koska tunneilla ei ole tarvinnut istua odottamassa yhtä paljon kuin ennen.

Toiminnallisuuteen, toimeliaisuuteen ja koettuun fyysiseen aktiivisuuteen vaikuttaa välituntien aikainen liikkuminen. Oppitunnit ovat vaihtelevasti eri luokissa, minkä vuoksi oppilaiden on liikuttava välitunneilla hieman enemmän kuin silloin, jos tunnit olisivat koko ajan samassa luokkatilassa. Osa oppilaista koki välituntien siirtymät hyvänä asiana, koska heidän mielestään oppitunneilla pääosin vain istutaan.

Toiminnallinen opetus koettiin koulumotivaatiota ja -jaksamista lisäävänä tekijänä. Oppilaat kertoivat keskittyvänsä paremmin, olevansa motivoituneempia, viihtyvänsä koulussa paremmin ja saavansa enemmän kehuja toiminnastaan. Oppilaat kokivat, että toiminnasta saadut kehut ovat selkeä osoitus siitä, että he

keskittyivät olennaiseen toiminnallisilla oppitunneilla ja ovat henkisesti läsnä opetuksessa.

Oppilaista 63,6 % ei kokenut toiminnallisen opetuksen lisäävän tuntien aikaista fyysistä aktiivisuutta tai toiminnallisten taukojen tai tehtävien esimerkiksi taukojumbien, olevan aikaisemmista tunteista poikkeavaa liikunnallista aktiivisuutta. Osa oppilaista liittää mahdollisesti liikunnallisen aktiivisuuden vain urheiluun. Osa oppilaista kertoi taukojumbia ja muuta toiminnallista tekemistä olevan tunneilla vähemmän kuin alakoulussa. Oppilaat kokivat, että osa opettajista jaksoi aluksi toteuttaa toiminnallisia menetelmiä kuten taukojumbia ja ryhmätöitä. Opettajista osa kuitenkin vähensi tai lopetti toiminnallisten menetelmien käytön tutkimusjakson aikana, ja tästä syystä myös oppilaiden toiminnallisuus väheni merkittävästi.

7.2 Opettajien kokemukset

Tutkimukseen osallistuneiden oppilaiden 40 opettajasta yhdeksän osallistui tutkimukseen. Käytännössä toiminnallista opettamista saattoi toteuttaa useampi opettaja, mutta tutkimusjakson aikana osa jätti tutkimuksen kesken. Keskeyttämisen syinä saattoi olla tutkimukseen osallistumisen kokeminen työmäärää lisäävänä, kuormittavana tai turhana. Osa opettajista on voinut kokea, ettei toiminnallinen opettaminen ole häntä varten. Opettaja on voinut myös kokea, ettei toiminnallinen opettaminen sovi hänen oppiaineeseensa millään tavalla. Keskeyttämisistä johtuen tutkimukseen osallistui vain positiivisesti toiminnalliseen opetukseen suhtautuvia opettajia. Tämä voi vääristää tutkimuksen analysointia. Analysoinnissa on pyritty huomioimaan myös mahdolliset negatiiviset kokemukset.

Opettajien päiväkirjoista nousi esille, että jokainen opettaja toteutti toiminnallista opettamista omalla tavallaan. Opettajien käyttämät toiminnalliset menetelmät vaihtelivat oppiaineiden, viikkojen ja ryhmien mukaan. Käytettyjä menetelmiä olivat taukoliikunta, taululle kirjoittaminen ja muu oppilaiden seisomaan nostattaminen oppituntien aikana, ryhmätyöt, välineiden itsenäinen hakeminen ja palauttaminen, jumbapallojen käyttö tuoleina, teknologian käyttö esimerkiksi kielten opetuksessa ja koulun ulkopuolella käynnit, esimerkiksi kirjastossa käynti. Osa opettajista lisäsi tuntien toiminnallisuutta mahdollistamalla oppilaille tuntien suunnittelun ja lisäämällä oppilaiden päätösvaltaa.

Osa oppiaineista oli itsessään toiminnallisia. Toiminnallisissa oppiaineissa opettajat kokivat toiminnallisen opettamisen periaatteiden toteutuvan jo ennen tutkimusjakson alkua. Opettajat kokivat toiminnallisiin aineisiin uusien toiminnallisten menetelmien lisäämisen turhaksi. Luonnostaan toiminnallinen oppiaine on opettajien mielestä liikkumiseen ja toimeliaisuuteen kannustava.

Opettajat kokevat, että toiminnallisen opetuksen vaikutukset oppilaisiin vaihtelevat oppilaan luonteen, motivaation ja oppiaineen mukaan. Opettajien mielestä toiminnallisesta opetuksesta hyötyvät erityisesti arat ja ujut oppilaat. Opettajien päiväkirjoista ei ilmennyt koettuja toiminnallisen opettamisen vaikutuksia keskittymishäiriöisiin tai ylivilkkaisiin oppilaisiin. Opettajat eivät erotelleet päiväkirjoissaan oppilaita yksilöiksi, vaan puhuivat yleisemmin ylivilkkaista ja rauhallisista ryhmistä.

Opettajat kokivat, että toiminnallinen opetus lisää oppilaiden osallistumista ja oppimista. Osa opettajista koki, että oppilaiden on mielekkäämpää työskennellä ryhmässä kuin yksin. Opettajat kokivat, että toiminnallisuus lisää joissakin tilanteissa ryhmän sisäistä vuorovaikutusta ja näin ollen vaikuttaa oppilaiden koulussa viihtymiseen ja luokan yhteishenkeen. Oppilaiden motivaatio ennen toiminnallisuutta voi helpottaa, vaikeuttaa tai estää toiminnallisen opetuksen käyttämisen. Oppilaiden motivaatio voi lisääntyä toiminnallisen opetuksen avulla, mutta oppilaiden motivaatio ennen toiminnallisuutta pitää ottaa huomioon.

Opettajat kokivat, että toiminnallisen opettamisen kannalta on tärkeää tuntea opetettava ryhmä ja käytettävät menetelmät. Ryhmän tuntemisen haastetta lisää ryhmän sisäinen yksilöllinen vaihtelu ja luokkadynamiikka. Opettajan on tärkeää tuntea opetettava luokka, koska kaikki toiminnalliset menetelmät eivät sovi kaikille. Osa oppilaista rauhoittuu ja keskittyy paremmin, kun tunneilla on liikunnallista toimintaa, kuten taukojumppaa. Osaa taukojummat ja muu liikehdintä villitsee. Toiminnallinen opettaminen vaatii opettajilta kärsivällisyyttä, koska kaikki ideat ja menetelmät eivät aina toimi käytännössä. Menetelmien sopivuus riippuu oppilaiden mielialasta, keskittymiskyvystä, ryhmän koosta, oppiaineesta, motivaatiosta ja jaksamisesta. Oppilaiden jaksamiseen vaikuttaa esimerkiksi koulupäivän pituus, oppituntien aiheen kiinnostavuus ja koulun ulkopuoliset asiat kuten uni.

Osa opettajista kertoi, etteivät oppilaat jaksaa olla toiminnallisia kun kyseessä on täysin toiminnallinen oppitunti. Täysin toiminnallisilla oppitunneilla oppilas on koko ajan liikkeessä tai muuten toimielias. Opettajat kokevat, että oppilaiden on hyvä myös välillä istua ja rauhoittua, eikä olla kokoajan toimimassa ja liikkumassa. Toiminnallisten tuntien aikana istuminen ja lepääminen lisäävät oppilaiden jaksamista henkisesti ja fyysisesti. Opettajat kokevat itse kuormittuvansa myös liikaa sellaisina työpäivinä kun he eivät kerkeä tai pysty istumaan lainkaan oppituntien aikana. Opettajien oma jaksaminen näkyy opetuksessa opetuksen monipuolisuudessa ja laadussa. Toiminnallisen opettamisen suunnittelussa on huomioitava myös opettajan kuormittuminen, jotta opetustyö pysyisi mielekkäänä.

Opettajat kokevat, että oppilaiden lisäksi opettajat hyötyvät toiminnallisesta opettamisesta. Opettajat kokevat, että toiminnallinen opettaminen lisää työssä jaksamista, piristää ja lisää työhyvinvointia. Opettajat eivät koe toiminnallisen opettamisen lisäävän työmäärää, työn kuormittavuutta tai haastavuutta. Haastavuuden toiminnallisten menetelmien käyttöön tuo ryhmän tunteminen ja sopivien menetelmien valitseminen ryhmä- ja oppilaskohtaisesti.

7.3 Kokemusten vertailu

Oppilaiden ja opettajien kokemusten vertailu tehtiin vertailemalla sisällön analysejä keskenään. Vertailussa on pyritty huomiomaan se, että tutkimukseen osallistuneet opettajat edustavat vain alle 10 % tutkimukseen osallistuneiden oppilaiden opettajista. Osa oppilaiden opettajista, jotka eivät osallistuneet tutkimukseen, ovat voineet toteuttaa toiminnallista opetusta koko tutkimusjakson ajan tai pienemmissä osissa esimerkiksi tutkimusjakson alussa.

Opettajien ja oppilaiden kokemukset vastasivat hyvin toisiaan. Kokemuksista suurin osa oli positiivisia tai neutraaleja. Opettajat erottelivat negatiivisia kokemuksia oppilaita selvemmin. Oppilaiden negatiivisten kokemusten poisjäänti aiheistosta johtuu osittain tutkimuskyselyn rakenteesta.

Opettajat kertoivat käyttäneensä monipuolisesti toiminnallisia menetelmiä. Opettajat kokivat, että luonnollinen liikkuminen on helpoin ja vähiten kuormittava tapa lisätä toiminnallisuutta. Luonnolliseksi liikkumiseksi opettajat kokevat esimerkiksi

tavaroiden hakemisen itsenäisesti ja vapaan liikkumisen luokassa. Oppilaiden kokemukset luonnollisesta liikkumisesta ovat vähäisiä. Osa oppilaista kertoi, että on kivaa tai mukavaa päästä kirjoittamaan asioita taululle, liikkua luokassa esimerkiksi tarkistamassa tehtäviä ja kävellä välituntisin luokasta toiseen. Suurin osa oppilaista ei maininnut tutkimuskyselyn vastauksissa mitään luonnollisesta liikkumisesta tai toiminnallisuudesta. Mainitsematta jättäminen voi johtua siitä, että oppilaat eivät koe luonnollista liikuntaa osana toiminnallisempaa opetusta. Luonnollinen liike koetaan osaksi normaalia opetusta, eikä siihen kiinnitetä erityistä huomioita.

Oppilaiden kokemuksissa näkyy opettajien kertoma toiminnan lisääntyminen. Oppilaat kokivat päässeensä tekemään tunteilla enemmän, osallistuneensa ja olevansa toimeliaampia koulupäivien aikana. Opettajat kokivat lisänneensä tunteihin erilaisia osallistumista ja toimeliaisuutta lisääviä asioita. Tällaisia asioita olivat taukojumput, ryhmätyöt, koulun ulkopuolella käynnit ja teknologian käyttö opetuksessa. Osallistumisessa ja toimeliaisuudessa opettajien ja oppilaiden kokemukset vastaavat hyvin toisiaan.

Opettajat kokevat, että toiminnallinen opetus lisää merkittävästi oppilaiden osallistumista oppitunneilla. Osallistuminen on lisääntynyt sekä fyysisesti että henkisesti. Oppilaat kuuntelevat ja keskittyvät toiminnallisilla tunteilla pelkkää istumista sisältäviä tunteja paremmin. Oppilaat osallistuvat myös vastaamalla kysymyksiin ja kysymällä epäselvistä ja kiinnostavista asioista.

Opettajat kertovat, että oppilaiden käytöksestä huomaa heidän kokevan toiminnalliset työtavat kuten ryhmätyöt ja erilaiset taukoliikunnat piristäviksi. Oppilaat kokivat toiminnallisen opetuksen piristävän selkeästi koulupäiviä ja olevansa energisempiä kuin aikaisemmin. Osa oppilaista ei kuitenkaan kokenut olevansa pirteämpiä, vaan kertoivat olevansa tylsistyneitä. Suuri osa oppilaista kertoi, että toiminnallinen opetus ei vaikuta mielialaan.

Opettajat kokevat, että ryhmädynamiikka vaikuttaa opetukseen paljon. Heidän mukaansa osa luokista villiintyy toiminnallisista tehtävistä ja osaa toiminnallisuus rauhoittaa. Opettajien mukaan osa oppilaista muuttuu levottomammaksi toiminnan aikana ja sen jälkeen. Toiminnallisuus myös vähentää joidenkin oppilaiden

keskittymistä merkittävästi. Oppilaiden kokemuksista ei näy opettajien kuvaama villiintyminen tai levottomuus. Oppilaat eivät todennäköisesti koe kyseisiä asioita erityisiksi tai eivät huomaa niitä ollenkaan. Osa oppilaista kertoo, että toiminnallisten hetkien tai tehtävien jälkeen on hetken vaikeampi keskittyä tekemiseen, ja toiminnallisen tehtävän keskeyttäessä esimerkiksi kirjoitustehtävän aiheuttaa toiminnallisuus keskittymiskyvyn heikkenemistä. Opettajien ja oppilaiden mielestä yleinen keskittyminen tekemiseen on parempaa toiminnallisen opetuksen aikana kuin aikaisemmin.

Opettajat kokevat, että toiminnallinen opettaminen on hyödyksi erityisesti aroille ja ujoille oppilaille. Osa oppilaista kertoi kokevansa toiminnallisen opettamisen lisäävän rohkeutta osallistua. Oppilaat kertovat myös, että on helpottavaa pystyä osallistumaan enemmän.

Opettajat kokevat, että toiminnallinen opetus lisää oppimista valtaosalla oppilaita. Opettajat kertovat, että toiminnallinen opettaminen mahdollistaa myös liikkeiden kautta oppimisen, mikä niin sanotussa normaalissa opetuksessa jää lähes kokonaan pois. Opettajat ovat käyttäneet esimerkiksi pantomiimia ja vieraissa kielissä esineiden konkreettista näyttämistä keinoina visuaalisen ja tekemisen kautta oppimisen keinoina. Opettajat kertovat lisänneensä myös teknologian käyttöä opetuksessa. Teknologialla on pyritty motivoimaan ja monipuolistamaan oppitunteja. Teknologiaa on käytetty esimerkiksi vieraiden kielten opetuksessa sanojen kuvaamiseen ja keskustelujen äänittämiseen.

Oppilaat kokevat, että toiminnallinen opettaminen lisää oppimista. Oppilaat eivät erottele oppimista erityisesti parantavia keinoja. Oppilaat kertovat, että he ovat saaneet parempia arvosanoja kokeista ja kokevat tajuavansa asioita paremmin kuin vain istumalla ja kuuntelemalla.

Oppilaiden ja opettajien mielestä toiminnallinen opetus lisää koulussa viihtymistä. Molempien osapuolien viihtyvyyteen vaikuttavat keuhut, osallistuminen ja toimeilaisuus. Erityisesti oppilaat kokevat keuhut ja parantuneet arvosanat koulumotivaatiota ja koulussa viihtymistä lisäävinä asioina.

Opettajat kertovat opetuksen kokemisesta ja opetukseen vaikuttavista asioista ryhmätasolla. Opettajat käyttävät erittäin vähän oppilaiden tai oppilastyypin

erottelua kertoessaan toiminnallisen opetuksen toteutumisesta, kokemisesta ja vaikutuksista oppilaisiin. Oppilaiden vastausten perusteella oppilaat kuitenkin kokevat opetuksen monella eritavalla riippuen motivaatiosta, jaksamisesta ja oppilaan luonteesta. Opettajien tapa kertoa asioista pääosin ryhmäkohtaisesti kertoo opettajien suunnittelevan ja toteuttavan opetusta pääosin ryhmän, eikä niinkään yksilöiden mukaan.

Vertailtaessa opettajien ja oppilaiden kokemuksia huomataan, että yksilölähtöisempi toiminnallinen opetus voisi toimia käytännön tasolla nykyistä käytäntöä paremmin. Toiminnallisen opetuksen suunnittelussa ja toteutuksessa on huomioitava yksilöllisesti jokainen oppilas ja opetusta toteuttavat opettajat.

8 Pohdinta

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää seitsemäsluokkalaisten oppilaiden ja heidän opettajiensa kokemuksia toiminnallisesta opetuksesta. Oppilaiden kokemuksista pyrittiin selvittämään toiminnallisen opetuksen vaikutus koettuun fyysiseen aktiivisuuteen ja koettuun osallistumiseen. Opettajien kokemuksista pyrittiin selvittämään toiminnallisen opetuksen vaikutus työn kuormittavuuteen, työmäärään sekä opettajien kokemuksia suhteessa toiminnallisen opetuksen haasteisiin ja mahdollisuuksiin.

Tulosten analysointiin ja tuloksista tehtäviin johtopäätöksiin on vaikuttanut tutkimukseen osallistuvien henkilöiden määrä, menetelmien valinta ja tutkimusjakson ohjeistus ja toteutus. Kuten kaikissa kvalitatiivisissa tutkimuksissa on tässä tutkimuksessa tulosten analysointiin ja niistä tehtäviin johtopäätöksiin on vaikuttanut opinnäytetyön tekijöiden koulutustausta ja tapa ymmärtää asioita. Tutkijoiden ajattelutapojen vaikutusta tutkimustuloksiin on vähentänyt se, että tutkijoita oli kaksi, jolloin tutkijat ovat voineet tasapainottaa ja vähentää yksittäisiä oletuksia, mielipiteitä ja ajattelutapoja tulosten analysointivaiheessa.

8.1 Tutkittavat henkilöt

Tutkimusprosessin alussa oli tavoitteena saada koehenkilöiksi 20 oppilasta ja heidän opettajansa. Yhteistyökoulun löytymisen jälkeen koehenkilöiden määrää

nostettiin vastaamaan noin puolta koulun seitsemänneistä luokka-asteesta (N=100). Pyyntö tutkimushenkilöiden määrän lisäämiseen tuli sekä yhteistyökoululta että tutkijoilta itseltään. Tutkittavien oppilaiden määrän nousun vuoksi tutkittavien opettajien tavoiteltu määrä nousi (N=40). Opettajien mukaanottokriteerinä oli halu osallistua tutkimukseen. Opettajat ilmaisivat halunsa osallistua tutkimukseen toteuttamalla toiminnallista opettamista ja palauttamalla opetuspäiväkirjan kolmen viikon sisällä tutkimusjakson loppumisesta. Oppilailta kerättiin tutkimusluvut ennen tutkimusjaksoa. Tutkittavien oppilaiden lopulliseen määrään vaikuttivat läsnäolo tutkimuskyselyntäyttöpäivänä sekä tutkimuslupa-anomuksen täyttäminen ja palauttaminen.

Tutkimukseen osallistui 77 oppilasta ja 9 heidän opettajaansa. Oppilaiden määrä oli korkea ja tulokset kattavat laajasti oppilaiden kokemuksia kyseisellä tutkimusjaksolla. Opettajien määrä jäi vähäiseksi (22,5 %). Osallistuneiden opettajien määrää saattoi vähentää se, että opettajat eivät kokeneet toiminnallista opettamista itselle tärkeäksi tai omaan opetustapaan sopivaksi. Tutkimukseen osallistuminen on voitu kokea työmäärää ja työn kuormittavuutta lisäävänä tekijänä, minkä vuoksi tutkimukseen osallistuminen on voitu keskeyttää siitä tutkijoille ilmoittamatta. Osa opettajista on voinut kokea viiden viikon tutkimusjakson liian pitkäksi.

Tutkimuskyselyyn vastaustilaisuudessa pyrittiin siihen, että jokainen oppilas vastaa omien kokemusensa perusteella. Tuloksiin on kuitenkin voinut vaikuttaa se, että vaikka tilanteet pyrittiin pitämään hiljaisina ja rauhallisina, niin ei jokaisen ryhmän kohdalla käynyt. Yhden tutkimukseen osallistuneen luokan osalta tuloksia on voinut vääristää se, että osa luokan oppilaista huusi muulle luokalle lauseen: *vastataan kaikkiin ei, ni ei tarvi vastata näihin kaikkiin kysymyksiin* vastatessaan tutkimuskyselyihin. Lauseen ja siitä aiheutuneiden vastahuutojen vaikutusta tuloksiin ei voida tarkasti määrittää.

8.2 Menetelmät ja tutkimusjakso

Tutkittaville henkilöille ei suoritettu alkutilanteen kartoitusta ennen tutkimusjaksoa. Oppilaiden tutkimuskyselyt täytettiin yhden koulupäivän aikana luokka kerrallaan. Oppilaat ovat voineet vaihtaa mielipiteitä tutkimuskyselystä keskenään

välitunneilla, ennen kuin kaikki oppilaat olivat vastanneet kyselyyn. Välituntikeskusteluja ei pystytty täysin poissulkemaan, koska luokkien koulupäivien rakenne ja tutkijoiden määrä estivät järjestämästä tilannetta, jolloin kaikki oppilaat olisivat vastanneet kyselyyn samanaikaisesti. Mahdollisten välituntikeskustelujen vaikutusta vastauksiin ei voida määrittää. On mahdollista, ettei tutkimuskyselystä ole keskusteltu oppilaiden kesken lainkaan välitunneilla.

Tutkimuskyselyn kysymykset olivat selkeitä ymmärtää ja helposti vastattavissa. Ennen tutkimusta tutkimuskysely esitettiin Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijoilla ja siihen tehtiin palautteen pohjalta tarvittavat muutokset. Tutkimuskysely oli pituudeltaan hyvä, oppilaat jaksoivat keskittyä kyselyyn vastaamiseen hyvin. Tutkimuskyselyn muotoilu, kysymykset ja vastausvaihtoehdot olisivat voineet tutkimuksesta saatujen tietojen kannalta olla hieman erilaisia. Kysymyksessä yhdeksän olisi ollut tulosten monipuolisuuden kannalta ollut kannattavaa kysyä myös perusteluja vastauksille. Käytetyllä kysymysmuodolla oppilaat vastasivat kysymyksen yhdeksän alakysymyksiin pääosin yksisanaisesti. Kysymyksille 4, 5 ja 8 olisi ollut kannattavaa olla myös vastakysymykset. Kysymyksissä selvitettiin nyt vain kokemuksia, jos oppilas koki toiminnan muuttuneen positiivisesti. Strukturoiduissa kysymyksissä 3, 6 ja 7 olisi ollut kannattavaa olla myös vaihtoehto ilmaisemaan negatiivista muutosta toiminnassa kuten toimeliasuuden vähenemiselle ja osallistumisen vähenemiselle.

Opettajien opetuspäiväkirja oli selkeä ja mahdollisti opetuspäiväkirjan toteuttamisen opettajan omalla tavalla. Opettajien opetuspäiväkirja ohjetta ei esitettävä ennen tutkimusjaksoa. Kaikki tutkimukseen osallistuneet opettajat vastasivat opetuspäiväkirjan kysymyksiin omien kokemuksiansa pohjalta. Opetuspäiväkirjan toteutuksen kanssa tuli hieman väärinkäsityksiä, minkä vuoksi yksi opettajista sai selvennetyt ohjeet tutkimusjakson jo loputtua. Selvennetyt ohjeet eivät vaikuttaneet opettajan vastausten luotettavuuteen tai asettanut häntä eriarvoiseen asemaan muiden opettajien kanssa.

Viiden viikon tutkimusjakso osoittautui riittävän pitkäksi ajaksi kokemusten syntymiselle.

Tutkimusjakso sijoittui oppilaiden seitsemännen luokan syksyyn. Tästä syystä osa oppilaista vertasi tutkimusjaksolla saamiaan kokemuksia alakoulusta saatuihin kokemuksiin. Tämä on voinut vaikuttaa tulosten luotettavuuteen muuttamalla vertailuajaksi alakoulun tai kuudennen luokan. Suurin osa oppilaista vertasi tulosten perusteella tutkimusjaksoa seitsemännen luokan syksyn alkuun.

9 Johtopäätökset

Kvalitatiivisen tutkimuksen luonteen vuoksi tutkimuksesta saatuja tuloksia ei voida tai haluta yleistää. Tässä tutkimuksessa esitetyt tulosten analyysit, pohdinta ja tuloksista tehdyt johtopäätökset ovat luokittelun ja ryhmittelyn avulla tehtyjä selvennyksiä.

Kaikki tutkimukseen osallistuneet henkilöt olivat samasta koulusta. Tämä ei kuitenkaan vaikuta tulosten käytettävyyteen muissa yläkouluissa. Tulosten käytettävyyttä muissa kouluissa lisää tämän tutkimuksen tutkittavien henkilöiden määrä (N=77+9) sekä opetuksen yhdenmukaisuus eri kuntien ja koulujen välillä.

Molemmissa tutkimukseen osallistuvissa ryhmissä, opettajissa ja oppilaissa, toiminnallisen opettamisen kokeminen painottui positiivisiin kokemuksiin. Tutkimuksesta saadut tulokset ovat samankaltaisia kuin Liikkuva Koulu -hankkeen pilottivaiheen tutkimuksissa (Aira ym. 2012, 28). Pilottitutkimuksessa huomattiin, että yläkoululaisten mielestä kouluilmapiiri parani toiminnallisen opetuksen keinoilla. Tässä tutkimuksessa kouluilmapiiriä vastaa luokan yhteishenki.

Jatkotutkimuksia kokemuksellisuudesta on syytä tehdä lisää. Kokemuksellisuuden tutkiminen on tärkeää, koska kokemukset vaikuttavat oppilaiden koulumotivaatioon, henkisiin voimavaroihin, opiskeluun panostamiseen sekä kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Opettajien kokemuksia on tärkeää tutkia, koska kokemukset vaikuttavat opetuksen laatuun, vaikuttavuuteen ja monipuolisuuteen sekä opettajien työhyvinvointiin, työssä jaksamiseen ja kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin.

Jatkossa voitaisiin tutkia lisää myös yläkouluun siirtymisen vaikutuksia osallistumiseen. Tässä tutkimuksessa tuli esille, että jotkut oppilaista yrittivät tai halusivat

osallistua opetukseen alakoulua enemmän, lisäksi joidenkin vastausten perusteella voidaan sanoa, että yläkouluun siirtymisellä voi olla vaikutusta koulun käyntiin panostamiseen.

Taulukot

Taulukko 1. Tutkimusasetelma, s. 18

Taulukko 2. Tutkimuskysymykset ja niihin vastaavat menetelmät, s. 20

Taulukko 3. Oppilaiden ryhmittely, s. 23

Taulukko 4. Strukturoitujen kysymysten vastaukset, s. 24

Lähteet

Ahonen, T., Hakkarainen, H., Heinonen, O., Kannas, L., Kantomaa, M., Karvinen, J., Laakso, L., Lintunen, T., Lähdesmäki, L., Mäenpää, P., Pekkarinen, H., Sääkslahti, A., Stigman, S., Tammelin, T., Telama, R., Vasankari, T. & Vuori, M. 2008 Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 7-18 vuotiaille. Opetusministeriö ja Nuori Suomi ry.

Aira, A., Haapala, H., Hakamäki, M., Kämppi, K., Laine, K., Rajala, K., Tammelin, T., Turpeinen, S. & Walker, M. 2010-2012. Liikkuva koulu -ohjelman pilottivaiheen loppuraportti. Liikunnan ja kansanterveyden edistämisyhteistyö LIKES.

Aira, T., Kannas, L., Tynjälä, J. & Kokko, S. 2013. Miksi murrosikäinen luopuu liikunnasta. Liikunta-aktiivisuuden väheneminen murrosiässä. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja. Luettu 10.11.2015.

Coe DP., Pivarnik JM., Womack CJ., Reeves MJ., & Malina RM. 2006. Effect of physical education and activity levels on academic achievement in children. *Medicine & Science in Sports & Exercise*.

Henriksson, K., Mantere, P. & Mänty, I. 2014: Kehittämispohjaisen oppimisen sovellus peruskouluille. Laurea julkaisut. Kuopio: Koipijyvä Oy.

Hillman, C., Pontifex, M., Raine, L., Castelli, D., Hall, E. & Kramer, A. 2009. The effect of acute treadmill walking on cognitive control and academic achievement in preadolescent children. *Cognitive Neuroscience* 159 (3). Saatavana: ScienceDirect-tietokannasta.

Jaakkola, T., Liukkonen, J. & Sääkslahti, A. Liikuntapedagogiikka 2013. Jyväskylä: PS-kustannus.

Kantomaa, M., Syväoja, H. & Tammelin T. 2013. Liikunta – hyödyntämätön voimavara oppimisessa ja opettamisessa?. *Liikunta & tiede* 4/2013. 12-17.

Kiilakoski, T. 2012. Koulu nuorten näkemänä ja kokemana: tilannekatsaus – marraskuu. Opetushallitus.

Kujala, T., M. Krause, C., Sajaniemi, N., Silvén, M., Jaakkola T. & Nyysölä K. 2012. Opetushallituksen julkaisu: Aivot, oppimisen väylät ja koulunkäynti. Tilannekatsaus tammikuu.

Kolu, P., Vasankari, T. & Luoto, R. 2014. Liikkumattomuus ja terveydenhuollon kustannukset. *Suomen lääkärilehti* 12/2014

- Koskenkari, S. 2012. Koulutusmateriaali. Toiminnallinen oppiminen. http://www.liikkuvakoulu.fi/filebank/768-Toiminnallinen_oppiminen_Koskenkari.pdf. Luettu 1.9.2015.
- Kumpulainen, K., Krokfors, L., Lipponen, L., Tissari, V., Hilppö, J. & Rajala, A. ym.2010. Oppimisen Sillat - Kohti osallistavia oppimisympäristöjä. Verkkojulkaisu <http://hdl.handle.net/10138/15628>. Yliopistopaino Helsinki. 25.
- Lasten ja nuorten liikunta. 2014. Suomen tilannekatsaus ja kansainvälinen vertailu. Jyväskylä: LIKES-tutkimuskeskus ja Jyväskylän yliopisto.
- Lonkka, K. & Lonkka, I. 1993. Aktivoiva opetus. Tampere: Tammerpaino oy.
- Niemi, H. & Multisilta, J. 2015. Rajaton luokkahuone. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Opetushallitus. 2012. Liikkuva koulu -hanke. Liikkuva koulu -hankkeen verkkosivut. www.liikkuvakoulu.fi. Luettu 26.9.2014.
- Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Määräykset ja ohjeet 2014:96. Tampere: Opetushallitus.
- Puusa, A. & Juuti, P. 2011 Menetelmäviidakon raivaajat. Vantaa Hansaprint: JTO.
- Rantanen, E. 2010. Toiminnalliset oppijat koulunkävijöinä. Pro gradu-tutkielma. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Opettajan-koulutuslaitos.
- Sahlberg, P. & Leppilampi, A. 1994. Yksinään vai yhteisvoimin? 2. painos. Helsinki: Yliopistopaino.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2015. Istu vähemmän, voi paremmin -Kansalliset suositukset istumisen vähentämiseen. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.
- Syväoja, H., Kantomaa, M., Laine, K., Jaakkola, T., Pyhältö, K. & Tammelin, T. 2012. Liikunta ja oppiminen. Opetushallituksen muistiot 2012: 5. Helsinki: Opetushallitus.
- Tammelin, T., Rajala, K., Haapala, H. & Kantomaa, M. 2010. Liikunnan edistäminen lapsilla ja nuorilla -liikuntaan vaikuttavat tekijät ja liikuntainterventioiden vaikutukset. Nuori Suomi ry. Liikunnasta syrjäytyneiden lasten ja nuorten fyysinen aktivointi-hanke. Tutkimus ja kirjallisuuskatsaus. LIKES-tutkimuskeskus. Luettu 10.12.2015

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Öystilä, S. 2003. Toiminnallisen opetuksen perustan rakentajia. Tampere University Press. Luettu 10.11.2015.

Hyvät oppilaan huoltajat

Olemme Saimaan ammattikorkeakoulun fysioterapian koulutusohjelman opiskelijoita ja teemme opinnäytetyötä seitsemäsluokkalaisten kokemuksista toiminnallisesta opettamisesta. Tutkimus on osa fysioterapian ammattikorkeakoulututkintoa. Opinnäytetyö tehdään yhteistyössä Lappeenrannan kaupungin opetus-toimen ja teidän yläkoulunne kanssa. Opinnäytetyö on osa opetus- ja kulttuuriministeriön Liikkuva koulu -hanketta.

Opinnäytetyön tarkoituksena on kerätä kyselylomakkeilla tietoa oppilaiden kokemuksista toiminnallisesta opetuksesta.

Osallistuminen on vapaaehtoista ja käsittelemme saadut tiedot luottamuksellisesti ja nimettömänä. Aineiston tulemme hävittämään asianmukaisesti.

Pyydämme palauttamaan tämän lupa-anomuksen viimeistään 28.8.2015 luokkanvalvojalle.

Rastittakaa jompikumpi seuraavista vaihtoehtoista:

Lapseni vastauksia saa käyttää opinnäytetyön aineistona

Lapseni vastauksia ei saa käyttää opinnäytetyön aineistona

Oppilaan nimi

Oppilaan allekirjoitus

Huoltajan allekirjoitus

Yhteistyötä odottaen ja siitä kiittäen!

Opettajien informaatiotilaisuus

Kohderyhmä: Yhteistyökoulun 7-luokkalaisten opettajat, joita on yhteensä noin 40. Opettajat ovat perehtyneet toiminnalliseen opettamiseen ja liikkuva koulu-hankkeeseen. Osa opettajista on jo hyödyntänyt omilla oppitunneillaan toiminnallisen opettamisen keinoja.

Tavoite: Informaatiotilaisuudessa on tarkoitus kertoa opettajille opinnäytetyön tarkoitus, menetelmät ja tavoitteet. Opettajille kerrotaan myös laajemmin toiminnallisesta opettamisesta ja annetaan käytännön esimerkkejä. Opettajille annetaan ohjeet opetuspäiväkirjojen tekemiseen ja palauttamiseen. Opettajat saavat myös kysyä opinnäytetyöhön liittyviä kysymyksiä.





LIIKKUVA KOULU
skolan i rörelse

Toiminnallinen oppiminen

-Sari Koskenkari









LIIKKUVA KOULU
skolan i rörelse

Toiminnallinen oppiminen

- Perusopetuksen opetussuunnitelmassa painotetaan työtapojen toiminnallisuutta. Toiminnallisuudella tarkoitetaan oppilaan toiminnan ja ajatuksen aktiivisuutta, osallistumista, kokemuksellisuutta ja oppilaiden välistä vuorovaikutusta. Toiminnalliset opetusmenetelmät voivat olla esimerkiksi ryhmätöitä, väittelyitä, leikkejä, projektitöitä, draamaa, rooli- ja tutkimustehtäviä tai yhteistoiminnallista oppimista. Ne on todettu tehokkaiksi oppimismenetelmiksi, koska niiden avulla oppilas osallistuu oppimisprosessiin aktiivisesti. (Graczyk ym.2000; Sahlberg & Leppilampi 1994.)
- Toiminnallisissa tehtävissä oppilaat keskustelevat paljon ja joutuvat harjoittelemaan toisten huomioon ottamista, ristiriitojen ratkaisemista, joustamista, toisten kuuntelemista ja argumenttiansa perustelemista. Sisältöjä pohtiessaan he harjoittelevat samalla monia sosiaalisia taitoja.
- Ryhmän turvallisuuden aste vaikuttaa siihen, millaisia toiminnallisia harjoituksia voidaan tehdä. (Siponen, U. 2005.)
- Myös liikunnan avulla oppiminen voidaan laskea yhdeksi toiminnallisen oppimisen menetelmistä.



OPS suo mahdollisuudet. Esteenä toimintakulttuuri?

- Opetussuunnitelmissa korostetaan konkreettisuutta, tekemällä/kokemalla oppimista, yksilöllisiä tavoitteita ja monipuolisia opetusmenetelmiä.
 - Suurempana esteenä hitaasti muuttuva toimintakulttuurimme.
 - Liikunnan avulla oppiminen sotketaan liikunnan fyysis-motorisuuteen ja urheiluun.
 - Olisiko parempi termi liikkeen/koko kehon avulla oppiminen? Toiminnallisuus ja liikkeen yhdistäminen opittaviin teemoihin ei ole puhtaasti "liikuntaa".
 - Kehon liikkeen lisäämistä oppiaineisiin tapahtuu mm. draamassa, musiikissa, yhteistoiminnallisessa oppimisessa jne.
 - Kun liikuntaa lisätään muihin oppiaineisiin tulee muistaa ettei päätavoite ole liikunnan lisääminen eikä fyysis-motoristen tavoitteiden saavuttaminen. Se tulee hyvänä "sivutuotteena". Toisaalta liikuntatuntien lisäämisellä on saatu "sivutuotteena" hyviä oppimistuloksia äidinkieleen ja matematiikkaan.
-
- Kun puhutaan toiminnallisesta oppimisesta, kyseessä ei ole "välipala" liikkuminen oppimistehtävien välillä (joka sekin on koulupäivän liikunnallistamista), vaan tällöin toimintaa hyödynnetään varsinaisen oppimistavoitteen saavuttamiseksi.
 - Toiminnallisessa tavassa toteuttaa opetusta on helpompi huomioida kaikenlaiset oppijat ja heidän oppimisen tapansa. Se antaa mahdollisuuden näyttää osaamistaan myös niille lapsille, joilla on haasteita näyttää osaamistaan perinteisillä tavoilla



Miten rakennat liikunnallisia/toiminnallisia harjoitteita?

- Opettele tuntemaan lapsiryhmä hyvin. Huomaa, havainnoi, tunnista!
- Mietitään kyseisen oppiaineen tavoitteita ja verrataan niitä lasten tarpeisiin.
- Istutetaan harjoitteet johdonmukaiseksi kokonaisuudeksi oppimisprosessin eri vaiheisiin (ei siis irrallisia temppuja, mikäli liikunnan halutaan toimivan välineenä oppimistuloksiin. esim. lukemaan opetus)
- Hyödynnetään valmiita ideoita, kaikkea ei tarvitse keksiä itse, opitaan soveltamaan harjoitteita oman lapsiryhmän tarpeisiin.



Muista tämä käyttäessäsi liikuntaa/toiminnallisuutta opetusmenetelmänä!

- Liikunta on hyvä opetusväline, opettamisen keino, mutta kun se integroidaan muihin oppiaineisiin on se rengin roolissa. Tavoitteet ovat kyseisen oppiaineen tavoitteet, ja liikunta on väline niiden saavuttamisessa, apukeino lapsen oivaltamisessa ja muistiin painamisessa. Erityisen tärkeää on, että tehtävät rakentavat positiivista itsetuntoa, ne eivät saa olla fyysis-motorisesti niin vaikeita, että liikunnalliset taidot korostuvat yli oppiaineen taitojen.



Esimerkiharjoitteita:

- Kuunnellaan alku- ja loppuäänteitä lattiamuotojen avulla.
- Rytmitetään sanojen tavurakenteita lattiamuotojen avulla.
- Hahmotetaan lauserakenteita lattiamuotojen avulla.
- Heitetään kirjain/numeronoppaa, piirretään kirjaimia/numeroita ilmaan, kaverin selkään, hiekkapaperiin.
- Tunnustellaan hiekkapaperikirjaimia/numeroita pussista.
- Kävellään kirjaimia/numeroita karkeamotorisesti.
- Tehdään kirjaimia/numeroita hyppynaruista, omasta kehosta.
- Tallataan kirjaimia/numeroita karkeamotorisesti lumihankeen.
- Integroidaan opittavat teemat liikuntaan. Esim. uskonnon tunnin teema kohteliaisuudesta synnytti leikin "Kohteliaat kunkut".
- Sovelletaan seikkailuradoille, köysi- ja narutehtäviin avaruudellista hahmottamista, ongelmanratkaisua ja eri oppiaineiden teemoja.
- Kerrataan viuhkasuunnistuksen avulla kokeeseen tai opetellaan kertotauluja, vuosilukuja tms.

Lisää toiminnallisia vinkkejä mm. seuraavissa lähteistä:

- Aalto, M. 2000. Ryppäästä ryhmäksi. Turvallisen ryhmän rakentaminen.
- Aalto, M. 1998. Hyvä. X. Ryhmä. X. Toimintakokemusaineisto kouluille.
- Aalto, M. 1998. X.taasia. Toimintakokemusaineisto nuorisotyöhön.
- Leskinen, E. 2009. Ryhmä toimimaan. Vinkkejä tutustumiseen, oppimiseen ja yhteistyöhön.
- Linnossuo, O. 1997. Hyvä, paha ja hauska: Tehtäviä ja ryhmätyöharjoituksia lasten ja nuorten kasvutyöskentelyyn.
- Nykänen, M. & Honkanen, L. 1998. Leija. Toiminnallisia harjoituksia peruskouluun.
- Sahlberg, P. & Leppilampi, A. 1994. Yksinään vai yhteisvoimin? Yhdessäoppimisen mahdollisuuksia etsimässä.

Olemme Saimaan ammattikorkeakoulun fysioterapiaopiskelijoita ja teemme opinnäytetyötä seitsemännen luokan oppilaiden ja heidän opettajiensa kokemuksista toiminnallisesta opettamisesta.

Keräämme opinnäytetyötämme varten tietoja opettajien kokemuksista. Tietojen keräys ja käsittely toteutetaan nimettömänä ja vastauksenne hävitetään asianmukaisesti tuloksien analysoinnin jälkeen. Osallistuminen on vapaaehtoista.

Käymme tutkimuksen ajan viikoittain koululla seuraamassa toiminnallisen opetuksen toteutumista. Jos sinulle tulee kysyttävää tutkimuksesta tai siihen liittyvistä asioista ota meihin yhteyttä.

Täyttäkää viikoilla 37 - 41 viikkotasoista vapaamuotoista opetuspäiväkirjaa. Kerro päiväkirjassa seuraavia asioita:

- Mitä toiminnallisen opetuksen menetelmiä olet käyttänyt?
 - Mikä menetelmistä on mielestäsi toiminut parhaiten ja mikä huonoiten, perustele jos pystyt?
- Miten olet kokenut toiminnallisen opettamisen osana opetustyötä?
- Millaisia tunteita tai ajatuksia toiminnallinen opettaminen sinussa herättää?
- Koetko toiminnallisella opettamisella olevan vaikutusta oppilaiden
 - Osallistumiseen?
 - Motivaatioon?
 - Oppimiseen?
 - Muihin koulun käyntiin vaikuttaviin tekijöihin?
- Millaisia vaikutuksia toiminnallisella opettamisella on ollut omaan työssä jaksamiseesi, työmäärääsi ja muihin työhyvinvointiisi vaikuttaviin tekijöihin?

Opinnäytetyöstä heränneitä kysymyksiä:

Ovatko oppilaat tai opettajat tunnistettavissa opinnäytetyötekstistä?

- Haluamme korostaa, että missään tutkimuksen vaiheessa kukaan opettajista tai oppilaista ei tule erottumaan yksilönä. Opettajista tehdään todennäköisesti ryhmiä, kuten taideaineiden opettajat, reaaliaineiden opettajat jne, jolloin opettajien vastauksia ei voida tunnistaa tai erotella. Oppilaat vastaavat kyselyihin nimettöminä, ja heidätkin jaetaan kirjoitusvaiheessa ryhmiin kuten ”oppilaat jotka kokivat muutoksen tavalla X”.

Voiko oppimispäiväkirjan apukysymyksiä tarkentaa?

- Valitettavasti emme voi tarkentaa kysymyksiä, koska tarkentaminen voi vaikuttaa vastauksienne luotettavuuteen mm. ohjailemalla teitä vastaamaan tietyllä tavalla.
- Korostamme, että kirjoittakaa oppimispäiväkirjaan vapaamuotoisesti, miten koette toiminnallisen opettamisen.

Päiväkirjan palautuksesta

- Päiväkirjat voi palauttaa viikkokohtaisesti, kahdessa osassa tai kaikki viikot samalla kertaa.
- Palautus tapahtuu sähköpostitse osoitteeseen laura.ihatsu@student.saimia.fi

Olemme tavattavissa koululla seuraavasti:

to 24.9 klo 13:20-13:35

ti 29.9 klo 13:20-13:35

ti 6.10 klo 13:20-13:35

Meihin voi olla yhteydessä myös sähköpostitse

Hyvä seitsemännen luokan oppilas!

Olemme Saimaan ammattikorkeakoulun fysioterapiaopiskelijoita ja teemme opinnäytetyötä seitsemännen luokan oppilaiden ja heidän opettajiensa kokemuksista toiminnallisesta opettamisesta.

Kysely toteutetaan nimettömänä ja kyselylomakkeet hävitetään asianmukaisesti tuloksien analysoinnin jälkeen. Osallistuminen on vapaaehtoista.

Pyydä tarvittaessa meiltä apua lomakkeen täyttämässä.

Fysioterapiaopiskelijat
Johanna Henttu ja Laura Ihatsu

Kysymykset koskevat viittä viimeistä kouluviikkoa.
Vastaa kysymyksiin omien mielipiteidesi ja kokemuksiesi pohjalta.

Voit halutessasi käyttää apuna seuraavia adjektiiveja:
Hauska, tylsä, iloinen, surullinen, pirteä, väsynyt, aktiivinen, passiivinen, kyllästynyt, motivoitunut,

1. Oppitunneilla on opetettu aikaisempaa Kyllä ____
toiminnallisemmin Ei ____

Esim. ryhmätöitä, taukojumppia tai toiminnallisia tehtäviä on ollut enemmän

2. Kerro omin sanoin miten opetus eroaa viiden viikon takaisesta

3. Koetko osallistuneesi oppitunneilla aikaisempaa enemmän? Kyllä ____
Ei ____

Jos vastasit ei, siirry kysymykseen 6.

4. Kerro omin sanoin miten olet osallistunut opetukseen viimeisten viiden viikon aikana

5. Kerro omin sanoin miltä on tuntunut osallistua enemmän

9. Kerro omin sanoin miltä viimeisten viiden viikon aikana on tuntunut käydä koulua.

Oletko oppinut eritavalla kuin ennen?
Onko kotitehtävien tekeminen tuntunut erilaiselta kuin ennen?
Onko koulun käynnissä tapahtunut muutoksia?

Kiitos vastauksistasi!

Sisällön analyysi

Pelkistetty ilmaus	Alaluokat	Yläluokat
Koen osallistuneeni tunneilla	Toiminnallinen opettaminen lisää osallistumista	Oppilaat kokevat osallistuvansa enemmän
Koen, että olen päässyt tekemään enemmän		
Koen olleeni toimeliaampi		
Tauon jälkeen on helpompi työskennellä	Fyysinen aktiivisuus koetaan positiiviseksi asiaksi	Oppilaat kokevat fyysisen aktiivisuuden parantavan tuntityöskentelyä
Koen liikuntatauot kiivoiksi		
On hyvä, että istuminen oppitunneilla on vähentynyt		
Olen saanut enemmän kehuja toiminnastani	Tuntityöskentely on parantunut	
Jaksan työskennellä paremmin tunneilla		
Toiminnallisuus piristää	Toiminnalliset opetuskeinot piristävät	Toiminnallinen opettaminen lisää oppilaiden koulussa jaksamista
Olen ollut pirteämpi ja energisempi koulussa		
Koen taukojumpat virkistäviksi		

Pelkistetty ilmaus
Olen osallistunut aktiivisemmin
Olen viitannut enemmän
Olen osallistunut tunteilla enemmän
On kivempaa osallistua, eikä vain istua
Tuntuu mukavalta osallistua enemmän
Olen helpottunut kun voin osallistua enemmän
Välillä tuntuu, etten ymmärrä
On ollut tylsempää osallistua enemmän
Olen keskittynyt enemmän
Olen kuunnellut paremmin
Opin paremmin
Saan parempia arvosanoja kokeista
Kehuminen lisää motivaatiota

Alaluokat
Toiminnallinen opettaminen lisää oppilaiden osallistumista
Toiminnallisuus koetaan positiivisena asiana
Toiminnallinen opettaminen vaikuttaa negatiivisesti koulun käyntiin
Toiminnallinen opettaminen lisää henkistä läsnäoloa oppitunneilla
Osallistuminen oppitunneilla lisää koulumenestystä

Yläluokat
Osallistuminen oppitunneilla koetaan positiiviseksi asiaksi
Toiminnallisen opettamisen kokeminen riippuu yksilöstä
Toiminnallinen opettaminen lisää osallistumista oppitunneilla
Toiminnallisella opettamisella on positiivisia vaikutuksia koulumenestykseen

Ideat eivät aina toimi				
Luokkien väleillä on eroja				
Haasteen opettamiseen tuo oikean menetelmän valitseminen ryhmälle		Ryhmän tunteminen on erittäin tärkeää toiminnallisessa opettamisessa		Opettajien ammattitaito on tärkeää toiminnallisen opettamisen onnistumisen kannalta
Luokkadynameikka vaikuttaa toiminnallisuuden mahdollisuuksiin				
Opettaja kokee, että oppilaat eivät jaksaa olla toiminnallisia		Oppilaiden motivaatio vaikuttaa toiminnallisen opettamisen toteutukseen		Toiminnallisesta opettamisesta on hyötyä sekä opettajille että oppilaille
Koen, että toiminnallinen opettaminen on eduksi erityisesti aroille ja ujoille oppilaille				
Toiminnallinen opettaminen lisää oppilaiden osallistumista		Oppilaat hyötyvät toiminnallisesta opettamisesta monella tavalla		
Toiminnallinen opettaminen lisää oppimista				
Koen, että oppilaiden on mielekkäämpää opiskella ryhmässä kuin istua paikallaan				
teja				
Teknologian käyttö oppitunneilla lisää monipuolisuutta				

En koe toiminnallista opettamista itsessään kuormittavaksi		Toiminnallinen opettaminen ei lisää työnkuormittavuutta		
En koe toiminnallista opettamista itsessään haastavaksi		Toiminnallisesta opettamisesta on hyötyä myös opettajien jaksamiselle		
Toiminnallinen opettaminen lisää omaa työhyvinvointia		Toiminnallisuus voi syntyä myös aineesta itsestään		Opettajat eivät koe toiminnallisen opettamisen lisäävän työn kuormittavuutta
Toiminnallinen opettaminen parantaa työssä jaksamista				
Toiminnallinen oppiaine on itsessään liikkumiseen ja toimeliaisuuteen kannustava				
Toiminnallisuutta syntyy myös tuntien luonteen mukaan. Esim. kirjastokäynnit				