



Erilaisia kokemuksia aktiivisesta välituntitoiminnasta Varsinais-Suomen alueen kouluissa

Karita Toivonen

Opinnäytetyö

Liikunnan ja vapaa-ajan koulutus-
ohjelma, monimuoto

2010



<p>Tekijät Karita Toivonen</p>	<p>Ryhmä tai aloitusvuosi AMK08 aikuiset</p>
<p>Opinnäytetyön nimi Erilaisia kokemuksia aktiivisesta välituntitoiminnasta Varsinais-Suomen alueen kouluissa.</p> <p>Haastattelututkimus, jonka avulla tuotettiin opettajien ideaopasaineisto Nuori Suomi ry:lle.</p>	<p>Sivu- ja liitesivumäärä 62+14</p>
<p>Ohjaaja tai ohjaajat Kirsi Hämäläinen</p>	
<p>Tässä tutkimuksessa selvitettiin ala- ja yläkouluissa toteutettujen oppilaiden ohjaamien aktiivisten välituntien erilaisia toteutusmalleja sekä sisällöllisiä kehittämistarpeita toiminnan jatkuvuuden varmistamiseksi. Lisäksi haluttiin selvittää koulun henkilökunnan ja osallistuvien oppilaiden kokemuksia aktiivisesta välituntitoiminnasta.</p> <p>Tutkimukseen haastateltiin vuoden 2009 keväällä yhtätoista koulun välituntitoiminnasta vastaavaa yhdysopettajaa, rehtoria tai koululiikunnan kehittämisestä vastaavaa henkilöä, yhdeksäätoista välituntiliikunnasta vastaavaa oppilasta (Välkkäriä) sekä kolmea välituntitoimintaan osallistunutta alakoulun oppilasta. Haastattelut suoritettiin teemahaastatteluna Varsinais-Suomen alueen kouluissa. Haastattelujen yhteydessä havainnoitiin Välkkäreiden toteuttamaa välituntitoimintaa.</p> <p>Vanhempien oppilaiden ohjaamalle, nuorempia oppilaita aktivoivalle välituntitoiminnalle oli tarvetta. Koulutetut Välkkäri-oppilaat olivat tyytyväisiä Välkkäri-ohjaajakoulutuksen sisältöön sekä saamaansa lisävastuuseen koulun välituntitoiminnan kehittämisestä. Välkkäri-ohjaaja-toiminta innosti sekä tyttöjä että poikia. Oppilaat halusivat toimia Välkkäreinä, koska pitivät liikunnasta, koulutuksen sisältö innosti osallistumaan, heillä oli halu vaikuttaa tyksiksi kokeimiinsa välitunteihin sekä he toivoivat hyötyvänsä osaamisesta tulevaisuudessa.</p> <p>Opettajien mukaan Välkkärit aktivoivat suuremman määrän oppilaita kuin yleensä välituntisin liikkuu - ”koko koulu oli aktivoitunut liikkumaan.” Toiminnalla koettiin olevan positiivinen vaikutus myös muihin välitunteihin sekä ylimpien luokkien oppilaiden liikunta-aktiivisuuteen. Välkkärinä toimiminen motivoi ylimpien luokkien oppilaita pelaamaan muillakin välitunneilla.</p> <p>Haastateltujen opettajien mukaan aktiivinen välituntitoiminta tukee mm. KiVa Koulu -toimintaa, koska koulukiusaamista tapahtuu eniten silloin, kun aikuinen ei ole valvomassa. On tärkeää, että koko koulun henkilökunta sitouu välituntitoimintaan. Toiminnalla saattaa olla rakenteellisia vaikutuksia koulupäivään. Pidennetty 20-30 minuutin välitunti on tärkeää kunnollisten pelien aikaansaamiseksi välituntisin. Lisäksi oppilaiden oman opettajan tulisi kannustaa erityisesti passiivisempia oppilaita osallistumaan toimintaan, vaikka sen pitääkin olla vapaaehtoista niin pitkälle kuin mahdollista. Välituntitoiminnan yhdysopettajaa välituntitoiminta oli työllistänyt vähemmän kuin opettaja oli etukäteen olettanut.</p>	
<p>Asiasanat Välitunti, koulupäivän liikunnallistaminen, oppilaiden aktivointi, Välkkäri</p>	

Degree programme

<p>Authors Karita Toivonen</p>	<p>Group or year of entry AMK08 adult</p>
<p>The title of thesis Various experiences of physical activities at recess in the schools of Southwestern Finland. An interview survey that produced material for a teachers guide for Nuori Suomi ry.</p>	<p>Number of pages and appendices 62+14</p>
<p>Supervisors Kirsi Hämäläinen</p>	
<p>In this study, I investigated the different implementation models of active breaks. How I can develop these existing structures in the primary and secondary schools, and how to ensure the continuity of these activities. I also looked at the experiences of the school staff, and of the students in the program.</p> <p>In the spring of 2009, I interviewed eleven support persons, either schoolmasters or Physical education development officers, nineteen Animators, and three primary school students for the survey. I did the interviews as a theme interview in the schools of Finland Proper. During the interviews, I observed the break activities that the Animators instructed.</p> <p>I found out, that there was a need for the active recess, and that the older students inspired the younger students to become active. The trained Animator-students were satisfied with the additional responsibility for developing the recess activity, and of the Animator -instructor training. It got both girls and boys excited about the program. Students wanted to work as an Animator because they liked to exercise, and found the material for the training interesting. They expressed a desire to change the boring breaks, and hoped to benefit from the knowledge in the future.</p> <p>The teachers said that Animators got the students to exercise more than normally, and that “the whole school was inspired to exercise”. The activity had a positive impact on recess in general and to the physical activity of the older students. Being an Animator gives them permission to play during breaks.</p> <p>The teachers I interviewed thought that the active recess program supports the KiVa koulu – project that fights school bullying. It is vital that the whole school staff commits to the active recess program. The activity may change the structure of a school day. It is important to have a twenty- to a thirty-minute break, in order to build a decent game. In addition, the classroom teachers should inspire students to become active, especially the passive ones, even though it is voluntary to participate. The active break program required less work than the teachers did expect.</p>	
<p>Key words recess, exercise at school, activities for students, an Animator</p>	

Sisällys

1	Johdanto.....	1
2	Hyvinvointi koulussa.....	4
3	Oppilaat mukaan päätöksentekoon.....	5
3.1	Tukioppilas- ja vertaissovittelijatoiminta koulussa	6
3.2	Tukioppilaiden kiusaamisen vastainen pilottikampanja vuonna 1999.....	6
3.3	Isostoiminta seurakunnissa	7
3.5	Auttamiskäyttäytyminen.....	8
4	Ystävyys ja yksinäisyys.....	10
5	Leikit ja sääntöleikit	12
6	Liikunnan merkitys lapsen kehitykselle.....	13
6.1	Liikunnan merkitys lapsen fyysis-motoriseen kehitykseen.....	14
6.2	Liikunnan merkitys kognitiiviselle oppimiselle	14
6.3	Liikunta sosiaalisen ja eettisen kasvun välineenä	15
7	Koululiikunta hyvinvoinnin edistäjänä tulevaisuudessa	17
8	Liikkumaan aktivoiva koulupiha.....	18
9	Välituntitoiminta koulussa.....	20
9.1	Mikä on Väykkäri?.....	21
9.2	Väykkäri-koulutuksen sisältö	22
9.3	Välituntiliikuntavälineet koulussa.....	22
9.4	Yhdistyksien toimesta edistetään aktiivista välituntitoimintaa.....	23
10	Vastuukysymykset koulussa ja turvallisen toimintaympäristön luominen.....	24
11	Tutkimuksen tarkoitus	26
11.1	Tutkimuksessa käytetyt menetelmät.....	26
11.2	Haastateltavien valinta	27
11.3	Haastatteluiden sopiminen.....	28
11.4	Haastattelun sisällön suunnittelu ja toteutus	28
11.5	Välituntitoiminnan havainnointi osana kouluvierailua	31
11.6	Haastatteluaineiston analysointi, luotettavuus ja tulkinta	31
12	Kehittämishankkeen tulokset.....	33
12.1	Koulujen henkilökunnan näkökulma aktiiviseen välituntitoimintaan	33
12.2	Väykkäri-toiminnan markkinointi koulun ylimpien luokkien oppilaille.....	34
12.3	Oppilaiden valinta Väykkäri-koulutukseen ja koulutusten toteutus	35
12.4	Aktiivisesta välituntitoiminnasta vastaavan yhdysopettajan toimenkuva... ..	36

12.5 Aktiivinen välituntitoiminta muiden opettajien näkökulmasta.....	37
12.6 Uuden välituntitoiminnan markkinointi koulun oppilaille.....	37
12.7 Toiminnan käynnistämisesä huomioitavia asioita.....	38
12.8 Välituntitoiminnan soveltuminen koulupäivän rakenteeseen	40
12.9 Välituntitoiminnan vaikutukset opettajien näkökulmasta	41
12.10 Välituntitoiminta Väkkäri-oppilaiden näkökulmasta.....	42
12.11 Välituntitoiminnan kehittäminen Väkkäreiden näkökulmasta.....	45
12.12 Toimintaan osallistuvien oppilaiden näkemyksiä.....	45
13 Välituntitoiminnan ideaopas opettajien käyttöön.....	47
14 Pohdinta	49
14.1 Jatkotutkimusaiheita.....	58
Lähteet	59
Liite 1. Loimaan välitunnin lehtileike	28
Liite 2. Uudenkaupungin yläkoulun välituntitoiminnan lehtileike	28
Liite 3. Hakemusmalli oppilaalle Väkkäri-koulutukseen Tarvasjoki	34
Liite 4. Hakemusmalli oppilaalle Väkkäri-koulutukseen Loimaa	34
Liite 5. Kutsu Väkkärikoulutukseen oppilaalle Loimaa	35
Liite 6. Kutsu Väkkärikoulutukseen oppilaalle Tarvasjoki.....	35
Liite 7. Ohjausvuorojen jako oppilastiimeille Merimaskun malli	36
Liite 8. Ohjausvuorojen jako oppilaille	36
Liite 9. Muistio Väkkärikokouksesta 25.3.2009	36
Liite 10. Muistio Väkkärikokouksesta 14.4.2009	36
Liite 11. Muistio Väkkärikokouksesta 24.4.2009	36
Liite 12. Väkkärioppilaan muistilista.....	36
Liite 13. Väkkäri tiedote koulun opettajille.....	37
Liite 14. Väkkäriin välituntivälineet	39

1 Johdanto

Koululaisten (7-18-vuotiaat) fyysisen aktiivisuuden vähimmäissuositus on terveystieteiden näkökulmasta 1-2 tuntia päivässä monipuolista liikuntaa ikään sopivalla tavalla (Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille, 2008, 18-19). Suositukseen ylittää puolet tytöistä ja hieman yli puolet pojista. Liian vähäinen liikunnan määrä korreloi kunnossa ja painossa havaittuihin muutoksiin. Verenkierto- ja hengityselimistö kunto on heikentynyt 11 % viimeksi kuluneen reilun kymmenen vuoden aikana (Vasankari 2007). Lasten ja nuorten passiiviset vapaa-ajan viettämismahdollisuudet ovat lisääntyneet (istuminen, TV:n katselu, tietokoneella pelaaminen) ja samanaikaisesti omaehtoisen liikuntaharrastuksen määrä on vähentynyt, vaikkakin urheiluseurojen organisoimaan lasten ja nuorten liikuntatoimintaan osallistuminen on lisääntynyt (Kansallinen liikuntatutkimus 2005-2006, 20).

Tulevaisuudessa koulunsa aloittava 7-vuotias on todennäköisemmin ylipainoinen kuin viimeksi kuluneen 30 vuoden aikana. Painon nousun lisäksi fyysinen passiivisuus aiheuttaa muita terveyteen ja elämiseen liittyviä ongelmia. Huono kunto heikentää motivaatiota sekä kykyä liikkua itsenäisesti. Se vaikuttaa elintason sairauksiimme riskitekijöihin, esimerkiksi tyypin 2 diabetekseen, sepelvaltimotautiin sekä kohonneeseen verenpaineeseen. Lisäksi sillä voi olla vaikutusta yksilön itsetuntoon ja identiteettiin. (Vasankari, 2007.)

Peruskoulussa oppilas on päivittäin välitunnilla tunnista kahteen tuntiin. Koko peruskoulun aikana oppilas viettää aikaa välitunnilla lähes 2000 tuntia, joka on enemmän kuin minkään yksittäisen aineen oppitunnilla, joilla oppilas viettää aikaa 600 tuntia (Liikunta ja Tiede 6/2008, 16). Välitunti toimii opettajille hetkenä hoitaa ”juoksevia asioita”, kahvitaukona, sosiaalisena hetkenä. Sillä aikaa oppilaat ovat ulkona tekemässä jotain omista mielenkiinnon kohteista ja ympäristön tarjonnasta riippuen. Tilanteen mukaan yhden tai kahden opettajan velvollisuutena on valvoa turvallisuutta, kuria ja järjestystä koulupihalla. Välituntien kokonaistuntimäärä tarjoaa suuren, osaksi käyttämättömän mahdollisuuden lasten ja nuorten päivittäisen omaehtoisen ja organisoidun liikunnan lisäämiseen. Näillä lyhyillä liikuntajaksoilla voidaan kerryttää päivittäistä terveydelle riittävää fyysisen aktiivisuuden kokonaismäärää (Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 7-18-vuotiaille 2008, 18.)

Aktiivinen välituntitoiminta laajemmassa mittakaavassa Varsinais-Suomessa sai alkunsa, kun Liedon Yliskoulun koulun rehtori pyysi yhteistyössä edistämään yhtenäiskoulun välituntitoimintaa. Koulun tarpeisiin rakennettiin Väikkäri- eli välituntiliikuttajakoulu syksyllä 2008

yhteistyössä Nuori Suomi ry:n kanssa. Välkkäri-koulutuksen pilottivaiheen jälkeen sitä lähtivät yhdessä edistämään valtakunnallisesti SLU-alueet ja Nuori Suomi. Järjestöjen tavoitteena oli edistää lasten päivittäistä liikuntaa koulupäivän aikana.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, miten erilaisissa kouluissa on toteutettu fyysisesti aktiivista välituntitoimintaa, ja minkälaisia vaikutuksia opettajien mielestä oppilaiden toteuttamalla välitunneilla on koulun toimintaan yleisesti. Lisäksi selvitetään, miten välituntitoimintaa ohjaavat oppilaat kokevat toimintansa nuorempien ohjaajina.

Tutkimus on laadullinen tapaustutkimus. Tutkimuksessa käytetään aineistonkeruumenetelminä teemahaastattelua sekä tarkkailevaa havainnointia. Laadullinen tutkimus antaa määrälliseen tutkimukseen verrattuna mahdollisuuden ymmärtää erilaisia ilmiöitä ja tapahtumia. Laadullisen tutkimuksen tavoitteena on kuvata todellista elämää sekä siinä tapahtuvia tilanteita mahdollisimman kokonaisvaltaisesti (Hirsijärvi, Remes ja Sajavaara 2004, 152). Tässä tutkimuksessa Välkkäri-oppilaiden ohjaamat välitunnit ovat koulupäivän aikana tapahtuvia oppilaiden luonnollisia arkipäivän tilanteita.

Tutkimuksen teoriaosuudessa tarkastellaan aikaisempia kokemuksia nuorten osallistamisesta kouluissa ja isostoiminnassa sekä ystävyuden merkitystä ja koulukiusaamista. Teoriaosuudessa käsitellään rajatusti liikunnan merkitystä lapsen fyysis-motoriselle kehitykselle. Liikunnasta innostuneet ihmiset perustelevat liikunnan merkitystä usein juuri fyysis-motorisesta näkökulmasta, vaikka liikunnasta innostumattomille muut perustelut voisivat olla merkityksellisempiä. Tämän vuoksi liikuntaa tarkastellaan tässä opinnäytetyössä kongnitiivisen eli tiedollisen ja sosiaalisen alueen näkökulmasta.

Tutkimuksen teoria pohjautuu suomalaiseen lähdekirjallisuuteen. Välituntia aiheena on käsitelty Suomessa vähän. Aiheesta löytyi aikaisemmin toimitettua kirjallisuutta vain yksi opetushallituksen vuonna 1985 tuottama julkaisu sekä kaksi pro gradu työtä. Aikaisempia pro gradu töitä en onnistunut saamaan käsiini, koska niitä ei ollut mahdollisuutta kaukolainata. Ulkomaalaista lähdekirjallisuutta välituntitoiminnasta ei löytynyt. Välituntikäytänteet ovat kulttuurisidonnaisia ja poikkeavat näin toisistaan eri puolilla maailmaa. Tutkimus käsittelee suomalaista välituntiliikuntaa ja siellä toteutettavaa aktiivista välituntitoimintaa, joten suomalaisen kirjallisuuden käyttö oli perusteltua.

Haastatteluun osallistuneissa Varsinais-Suomen kouluissa aktiiviset oppilaat olivat toimineet välituntitoiminnan suunnittelijoina sekä käytännön toteuttajina, Väykkäreinä koulun toisille oppilaille. Tukea oppilaat olivat saaneet aktiivisesta välituntitoiminnasta vastaavalta yhdysopettajalta. Haastattelut keskittyivät Varsinais-Suomen maakuntaan, koska muualla Suomessa Väykkäri-koulutukset lähtivät liikkeelle vasta syksyllä 2009.

Opinnäytetyön aineistosta kootaan yhteistyössä Nuori Suomi ry:n kanssa toiminnallisen välituntiliikunnan ideaopas opettajien käyttöön. Opas on opettajien saatavilla keväällä 2010. Ideaoppaan levityksestä Suomessa vastaavat Nuori Suomi ry sekä SLU-alueet.

2 Hyvinvointi koulussa

Maailman terveysjärjestö WHO julkaisi vuonna 2004 kansainvälisen koululaistutkimuksen, josta ilmeni, että suomalaiset lapset ja nuoret eivät viihdy koulussa samalla tavoin kuin WHO:n tutkimukseen osallistuneiden vertailumaiden oppilaat. Raportin johdosta Suomessa käynnistyi vilkas keskustelu lasten ja nuorten hyvinvoinnista ja siihen vaikuttavista tekijöistä. Opetusministeriön asettama työryhmä luovutti Opetusministeriölle kouluviihtyvyyttä koskevan muistion (2005:27). Muistiossa annettiin konkreettisia toimenpide-ehdotuksia koululaisten hyvinvoinnin lisäämiseksi. Toimenpide-ehdotukset kohdistuvat mm. säännökseen oppilaskuntatoiminnasta ja oppilaiden kuulemisesta heitä itseään koskevissa asioissa, oppilaiden osallisuutta tukevien toimintatapojen vakiinnuttamiseen osaksi koulun arkea, koulukoulukiusaamisen ennaltaehkäisemiseen sekä vertaissovittelutoiminnan hyödyntämiseen osana koulukiusaamisen ennaltaehkäisyä ja käsittelyä. (Opetusministeriö, koulutus ja tiedepolitiikan osasto 2005, 46-49.)

Oppilaiden tyytyväisyys koulunkäyntiin on alaluokilla suurta. Oppilaiden viihtyminen koulussa vähenee merkittävästi kolmannelta kahdeksanteen luokkaan välisenä aikana. Kahdeksannen luokan oppilailla on vain prosentti siitä innosta, joka heillä oli aloittaessaan koulun. Kansainvälisesti arvioituna koulukielteisyys sekä opettajan ja oppilaan välisen suhteen negatiivisuus on Suomessa yleisempää kuin muissa tutkimukseen osallistuneissa maissa. Kuitenkin meillä on tiedossa, että kouluviihtyvyydellä on merkitystä oppilaan menestymiseen koulussa, sosiaalisiin suhteisiin sekä keskinäiseen vuorovaikutukseen. (Kantomaa, Heino ja Lehto 2007, 10.) Tietojen ja taitojen ohella koulun tehtävänä on tukea oppilaiden hyvinvointia. Lapsen päivittäisellä liikunnalla ja sitä tukevilla olosuhteilla on tärkeä rooli kouluhyvinvoinnin edistämisessä. (Norrä, Ruokonen 2006, 3.)

Opetussuunnitelma peruskoulussa painottaa oppilaiden kokonaispersoonallisuuden monipuolista kehittämistä. Koulun tulee huolehtia tiedollisen kehityksen lisäksi oppilaan fyysisestä kunnosta unohtamatta tunteita ja sopeuttamista yhteisön jäseneksi. Koulussa oppilaan pitäisi oppia tekemään työtä, keskittymään sekä käyttämään työtautot mielekkäästi. Välitunti on oppilaan tauko. Liikunnallinen työtauko virkistää parhaiten sekä fyysisesti että henkisesti. Siksi olisi tärkeää, että lapsi oppisi viettämään tauot aktiivisesti. Aktiivisilla välitunneilla voidaan parantaa fyysisen kunnan eri osa-alueita sekä tukea koulun liikuntakasvatuksen tavoitteita. (Jääskeläinen, Kivimäki, Pekkala 1985, 6.)

3 Oppilaat mukaan päätöksentekoon

Koulun henkilökuntaan kohdistuu monenlaisia yhteiskunnallisia odotuksia kuntien yhä tiukemmassa taloudellisessa tilanteessa. Eräänä kouluhyvinvointia edistävänä, taloudellisesti edullisena ratkaisuna voisi olla aikaisempaa määrätietoisemmin edistää yhteistyötä koulun henkilökunnan ja oppilaiden välillä.

Kansainvälisissä tutkimuksissa on voitu todeta, että suomalaisilla nuorilla on tietoa yhteiskunnallisista asioista, mutta he eivät ole kiinnostuneita niistä. Suomessa tytöt uskovat yhteiskunnallisissa asioissa vaikuttamismahdollisuuksiinsa enemmän kuin pojat. Tätä vahvistaa aikaisemmissa tutkimuksissa saatu havainto, jonka mukaan tytöt uskovat myös koulu yhteisössä vaikutusmahdollisuuksiinsa ryhmätoiminnan kautta enemmän kuin pojat. Kansainvälisesti tarkasteltuna suomalaiset nuoret kokevat vaikutusmahdollisuutensa koulussa vähäisiksi ja ehkä siksi osallistuvat esimerkiksi oppilaskuntien toimintaan vähemmän kuin muiden Pohjoismaiden nuoret. Muissa Pohjoismaissa on aktiivisesti edistetty oppilaiden osallistumista koulun päätöksentekoon 1980-luvun jälkeen. Yhteiskunnallisesti olisi hyvin tärkeää, että oppilaat olisivat mukana omaa toimintaansa koskevassa päätöksenteossa. (Opetusministeriö 2005, 23.)

Peruskoulun opetussuunnitelman (2004) mukaan perusopetuksen tehtävänä on tarjota yksilölle mahdollisuus oppivelvollisuuden suorittamiseen. Tasa-arvoa ja yhteisöllisyyttä edistämällä tarjotaan oppilaalle edellytykset monipuoliseen kasvuun, oppimiseen sekä terveen itsetunnon kehittämiseen. Yhteiskunnan jatkuvuuden varmistamiseksi perusopetuksen tehtävänä on kulttuuriperinnön siirtäminen sukupolvelta toiselle. Perusopetuksella on siis sekä kasvatuksellinen että opetustehtävä. (Opetushallitus 2004, 14.) Kun oppilaille annetaan mahdollisuus vaikuttaa arkeen, he aktivoituvat. Kun oppilaat saavat kannustusta ja myönteistä palautetta toiminnastaan, innostaa se jatkamaan yhteistyötä opettajien ja muiden oppilaiden kanssa. Näin oppilaista pikkuhiljaa kehittyä aktiivisia aikuisia. Aikuisten tehtävä on tutustua siihen arkeen, jossa lapset ja nuoret elävät. Nuorilla on halu vaikuttaa ilmapäiriin ja turvallisuutta edistäviin ratkaisuihin omassa yhteisössään. (Saloviita 2009, 158.)

Erilaisista nuoriin kohdistuvista vaikuttamisen ja vastuun tarjoamista mahdollisuuksista sekä niistä saaduista positiivisista kokemuksista on Suomessa tietoa ja kokemuksia jo useiden vuosikymmenien ajalta. Tässä muutamia esimerkkejä organisaatioista, joissa nuorten osaamiseen on luotettu ja heitä on vastuutettu aktiivisiksi toimijoiksi.

3.1 Tukioppilas- ja vertaissovittelijatoiminta koulussa

Mannerheimin Lastensuojeluliitto on aloittanut tukioppilastoiminnan vuonna 1972. Peruskoulussa toimivan tukijärjestelmän tavoitteena on vertaistuen edistäminen keskustelun ja yhdessä tekemisen keinoin. Vuosittain Suomessa osallistuu noin 14 000 oppilasta tukioppilaskoulutuksiin. Kummioppilastoiminta on 1.-6.-luokilla edistämässä vertaistukea, lukioissa ja ammatillisissa oppilaitoksissa nuorten vertaistoimintaa tuetaan tutoritoiminnan avulla. (Mannerheimin lastensuojeluliitto, 2010.)

Koulutetut tukioppilaat toteuttivat kiusaamisen vastaisen pilottikampanjan Etelä-Suomen alueen koulussa vuonna 1999. Tukioppilaiden toteuttamassa pilottikampanjassa on useampia yhteneväisyyksiä Välkkäri-oppilaiden ohjaamaan liikunnalliseen välituntitoimintaan. Tämän vuoksi onkin tärkeää, että tukioppilaiden toteuttamasta pilottikampanjasta saadut kokemukset hyödynnetään kehitettäessä Välkkäri-toimintaa esimerkiksi sitouttamalla toiminnan ohjaajiksi sekä tyttöjä että poikia.

3.2 Tukioppilaiden kiusaamisen vastainen pilottikampanja vuonna 1999

Kampanja käynnistyi koko koulun yhteisellä tilaisuudella juhlasalissa, jossa tukioppilaat kertoivat kiusaamisen vastaisesta kampanjasta sekä kiusaamisesta yleensä. Kampanjan aikana kolme tukioppilasta vieraili jokaisessa luokassa tunnin verran, jolloin kerrattiin faktoja kiusaamisesta. Tämän jälkeen oppilaat keskustelivat aiheesta. Kampanjaviikon aikana kiusaaminen otettiin esille koulun omassa uutislähetyksessä keskusradion kautta. Seitsemäsluokkalaiset olivat tehneet aiheeseen liittyviä julisteita aikaisemmalla viikolla kuvaamataidon tunnilla. Lisäksi kampanjaan liitettiin kilpailu kiusaamisesta positiivisesti päättyvänä sarjakuvana. Kampanjan kaikissa vaiheissa korostettiin jokaisen oppilaan omaa vastuuta. Kampanja toteutettiin Etelä-Suomen koulussa oppilaiden omin voimin. Kokonaisuudessaan oppilaat kokivat kampanjan hyvin myönteisesti. Kampanjan vaikutukset erityisesti tyttöjen kohdalla olivat selkeät. Poikien kohdalla kampanja ei purrut niin hyvin, mutta toisaalta poikien kohdalla kyseisessä koulussa ei ollut samanlaista kiusaamisongelmaa. Pojat alkoivat kampanja-aikana pitää kiusaamista kiusatun omana vikana. Vaikutusta saattaa olla sillä, että kaikki kahdeksan kampanjasta vastuussa olevaa tukioppilasta olivat tyttöjä. Tämän vuoksi oppilaiden toteuttamaan kampanjaa olisi tärkeää saada mukaan tyttöjä ja poikia. Joitain myönteisiä muutoksia kiusaamista kohtaan poikienkin parissa havaittiin. (Salmivalli 2003, 94-101.)

Suomen sovittelufoorumi (SSF) jatkaa Suomen Punaisen Ristin ja Helsingin opetusviraston yhteistyössä käynnistämää koulusovittelutyötä. Vertaissovittelu on ratkaisukeskeinen yhteisöllinen menetelmä. Vertaissovittelijoina toimivat siihen koulutuksen saaneet oppilaat, jotka sovittelevat oppilaiden välisiä ristiriitoja, esimerkiksi koulukiusaamista. Oppilaiden tehtävänä on kuulla ristiriitatilanteessa olleita oppilaita ilman syyttelyä. Tavoitteena on edistää oppilaiden vuorovaikutustaitoja, ehkäistä ja vähentää koulun toimintahäiriöitä sekä edistää oppilaiden elämönhallintataitoja myönteisin keinoin. Sovittelu toteutetaan ennakkoon määrätyllä kaavalla koulutetun verso-oppilaan johdolla. Sovittelijaosapuoli ohjaa keskustelua siten, että molemmat osapuolet pääsevät rauhassa esittämään oman näkemyksensä ristiriitatilanteesta. Yhdessä oppilaat yrittävät löytää kaikkia osapuolia tyydyttävän ratkaisun ilman rangaistuksen pelkoa. Toiminnan tavoitteena on auttaa oppilaita ymmärtämään, että ristiriidat kuuluvat osana elämään ja ne on opittava selvittämään mahdollisimman nopeasti. Kun oppilaiden ratkaisutaidot kehittyvät, he alkavat luottamaan itseensä ja omaan toimintaansa. Uskallus ottaa vastuuta omasta elämästä lisääntyy ja siitä on hyötyä koko yhteisölle. (Saloviita 2009, 145-154.)

Vertaissovittelutoiminnalla on aina koulussa aikuisten tuki. Aikuinen tarvitaan, jos sovittelulla ei päästä haluttuun tulokseen tai tilanteesta tulee niin kiperä, että sitä ei voida sovittelulla ratkaista. Osassa kouluista ollaan jo niin pitkällä, että sovittelijat saattavat toimia riidan ratkaisijoina ilman aikuisten puuttumista siihen millään tavoin. Haasteena on saada vertaissovittelutoiminnasta kouluun pysyvä malli, koska osa opettajista turvautuu edelleen vanhaan aikuisjohtoiseen toimintamalliin. Vertaissovittelu on yksi keino edistää koulussa viihtymistä sekä yhteistä ME-henkeä. Se on myös keino lisätä oppilaiden osallisuutta aktiivisina koulun jäseninä. (Saloviita 2009, 145-154.)

3.3 Isostoiminta seurakunnissa

Isostoiminta nousi seurakunnan käytännön tarpeista, kun rippikoulutoiminta yleistyi 50-luvun lopulla ja leireille tarvittiin lisää ohjaajia. 60-70-luvulla luotiin seurakuntiin oma isoskoulutusjärjestelmä, jonka avulla haluttiin antaa nuorille valmiuksia erilaisiin seurakunnan palvelutehtäviin. Tänä päivänä isostoiminta on suosittua ja kolmasosa rippikoulun käyneistä osallistuu siihen. Syynä osallistumiseen ovat lähinnä omat positiiviset kokemukset rippikoulusta sekä kaverit. Yhdessä tekemisen mahdollisuus vaikuttaa myös nuorten innostukseen isostoiminnasta. Vuonna 2004 isostoimintaan osallistui lähes 25 000 nuorta, joka osoittaa, että vapaaehtoistoiminta ja yhdessä tekeminen kiinnostavat nuoria tänäkin päivänä. (Evangelisluterilainen seurakunta, 2010.)

3.4 Oppilaskunta perusopetuksessa

Perusopetuslaissa (628/1998) säädetään, että koululla voi olla koulun oppilaista muodostuva oppilaskunta, jonka tehtävänä on edistää oppilaiden välistä yhteistoimintaa, vaikutusmahdollisuuksia sekä osallistumista oppilaita koskevissa asioissa. Jos koulussa ei ole oppilaskuntaa, oppilaille on annettava mahdollisuus ilmaista mielipiteensä koulunsa toimintaan liittyvissä, oppilaita yleisesti koskevissa asioissa. (Kerhokeskus, 2010.)

Oppilaskunnan hallituksen tehtävänä on vaikuttaa ja kehittää koulun asioita. Toimintaa ohjauksella opettajalla tulee oman motivaation ja ajan lisäksi olla kykyä tulla toimeen oppilaiden kanssa. Opettajan tulee auttaa oppilaita esimerkiksi käytännön asioissa, dokumentoinnissa, kokoustekniikassa, talousasioissa, vaikutuskanavien hyödyntämisessä sekä yhteydenpidossa opettajakuntaan. Oppilaskunnan hallituksen työskentelyssä opettaja on konsultti, ei määrääjä. Opettaja saa toiminnastaan oppilaskunnan hallituksessa korvauksen koulun koosta riippuen virka- ja työehtosopimuksen mukaan. (Opetushallitus, 2010.)

3.5 Auttamiskäyttäytyminen

Vapaaehtoistoimintaan liittyy tietynlainen halu vaikuttaa ja auttaa toisia ihmisiä. Auttamiskäyttäytymiseen liittyy mielenkiinto toista ihmistä kohtaan, huolenpito ja kiintymys. Auttamiskäyttäytyminen voidaan Kahilan mukaan jaotella jakamiseen, antamiseen, avustamiseen, tukemiseen ja lohduttamiseen. Auttamiskäyttäytymisen tarkoituksena on kuitenkin vaikea määrittellä. Joskus se määritellään välineeksi saavuttaa jotain esimerkiksi palkkio, joka voi olla luonteeltaan materiaallinen, sosiaalinen tai oman itsensä vahvistaminen. Palkkion tavoittelun lisäksi auttamisen halu voi olla ohjautuva sosiaalisista normeista. Keskeisiä sosiaalisia normeja ovat esimerkiksi sosiaalisen vastuuntunnon normi, joka vaatii auttamaan toista ihmistä, tai antamisen normi, joka vaatii auttamaan sen itseisarvon vuoksi. Kahilan mukaan kaksi auttamiskäyttäytymistä selittävää tekijää ovat sosiaalinen vastuuntunto ja vastavuoroisuus. Merkkitsevin tekijä tutkittaessa auttamiskäyttäytymistä on sukupuoli. 11-12-vuotiaat tytöt ovat kaikkein auttavaisempia, kun vastaavasti pojat saavuttavat saman tason vasta vanhempana. Lehti Reiman ”Ei tartte auttaa” -liikuntaan liittyvän auttamiskäyttäytyminen ja moraalivalinnat nuorilla pro gradu-tutkielman mukaan tytöt ovat auttamishaluisempia, empaattisempia sekä moraalisesti oikeudenmukaisempia kuin pojat. (Lehti 2000, 1-12.) Auttamiskäyttäytyminen on ihmisen sisäinen tarve. Se on tarve, joka haluaa tehdä jotain hyvää toisille ihmisille. Tämän tarpeen hyödyntämi-

nen esimerkiksi koulun välituntitoiminnassa ala- ja yläkouluissa on suuri mahdollisuus.

4 Ystävyys ja yksinäisyys

Lapset ja nuoret viettävät suuren osan päivästänsä koulutovereidensa kanssa koulussa. Koulu on merkittävä paikka ystävyysuhteiden solmimiseen kodin elinympäristön ja harrastusten lisäksi. Aina lapsi ei löydä parasta ystävää omalta luokalta tai rinnakkaisluokalta. Joskus lapsi menettää parhaan ystävän, kun ystävien mielenkiinnon kohteet muuttuvat ja ystävyys päättyy. Ystävyys päättyessä lapsi kokee hylätyksi tulemisen tunteita ja se vaikuttaa ainakin hetkellisesti lapsen itsetuntoon. Myös jättävä osapuoli saattaa tuntea syyllisyyttä, varsinkin jos hän on löytänyt esimerkiksi samasta koulusta uuden ystävyysuhteen. (Aho, Laine 2004, 180-186.)

Kaikkia koulun oppilaita osallistava välituntitoiminta saattaa helpottaa uusien ystävyysuhteiden rakentamisessa. Aktiivisessa välituntitoiminnassa eri-ikäiset lapset osallistuvat yhteiseen toimintaan yli luokkarajojen vanhempien oppilaiden avustuksella. Yhteinen peli tai leikki madalta lasten kynnystä tutustua toisiinsa. Yhteisen toiminnan kautta lapset voivat löytää uusia samoista asioista kiinnostuneita oppilaita omasta koulustaan. (Aho ym. 2004, 180-186.)

Opettajan roolia voidaan pitää merkittävänä yhteisöllisyyden ja sosiaalisen kanssakäymisen edistäjänä omassa luokkayhteisössä, koska opettajalla on mahdollisuus kehittää sosiaalista käyttäytymistä. Ystävverkosto on hyvin tärkeä sekä lapsille että aikuisille. Ystävyys tarjoaa hyväksytyksi tulemisen ja yhteenkuulumisen tunteita sekä turvallisuutta. Yksinäisyys voi johtua sosiaalisten suhteiden solmimisen puutteista. Lapsi voi olla yksin esimerkiksi välitunnilla tuntematta oloaan yksinäiseksi. Silloin haluaa ehkä rauhoittua ja olla hetken omien ajatuksiensa kanssa. Toisaalta lapsi voi olla yksin vaikka hän olisikin muiden ihmisten parissa. Tällöin lapsi on mukana ryhmän toiminnassa, mutta ei tunne kuuluvansa ryhmään. Pidemmällä aikavälillä yksinäisyys koetaan epämiellyttävänä ja ahdistavana riippumatta siitä, onko ihminen fyysisesti yksin vai onko hänellä seuraa. Yksinäisyys on aina subjektiivinen, yksilön omakohtainen kokemus. (Aho ym. 2004, 180-182.)

Joskus lapsi, joka ei kykene solmimaan ystävyysuhteita koulun muihin oppilaisiin, joutuu kiusaamisen kohteeksi syystä tai toisesta. Ilman ystäviä lapsella ei ole myöskään ”puolustajia.” Koulukiusaamista tapahtuu koulussa sekä koulumatkalla. Eniten kiusaamista tapahtuu paikoissa, joissa ei ole jatkuvaa valvontaa eli koulupihalla, luokassa ennen oppitunnin alkua, vessassa sekä käytävillä. Kiusaamistilanteet syntyvät useimmiten oman luokan oppilaiden keskuudessa. Koulun koon pieneneminen ja koulupiikan varustetason ja virikkeellisuuden lisääminen saatta-

vat vähentää koulukiusaamista. Monipuoliset toimintamahdollisuudet auttavat lapsia purkamaan ylimääräisen energian muualla ja näin ehkäisevät toimettomuutta ja ikävystymistä, jotka laukaisevat kiusaamista. (Aho ym. 2004, 235, 242.) Koulujen välillä on eroja siinä, kuinka paljon koulukiusaamista esiintyy. Ristiriitaisen tiedon edellä mainittuun antaa Salmivallin kirja, jonka mukaan koulun koolla ei ole todettu olevan yhteyttä siihen, kuinka paljon koulussa esiintyy koulukiusaamista (Salmivalli 2003, 38).

Koulussa on paljon oppilaita ja henkilökuntaa melko pienissä tiloissa. Voidaan pitää luonnollisena, että joskus syntyy ristiriitoja ja ongelmia. On muistettava, että koulussa vaaditaan oppilailta paljon: heidän tulee osata kontrolloida käytöstään, olla tarkkaavaisia, noudattaa sääntöjä, huomioida muita ja niin edelleen. Ongelmakäyttäytyminen merkitsee sitä, että toisten oppilaiden on vaikeampi noudattaa näitä vaatimuksia. (Saloviita 2009, 92.) Koulukiusaaminen heikentää koulun oppilaiden hyvinvointia. Koulukiusaamisen ennaltaehkäisemiseksi on kiinnitettävä huomiota koulun työskentelyilmapiiriin, kasvatuskulttuuriin ja kiusaamiseen liittyviin asenteisiin. (Salmivalli 2003, 38.)

5 Leikit ja sääntöleikit

Koulun välitunnit tarjoavat mahdollisuuden pelaamiseen, leikkimiseen ja liikkumiseen. Leikkiminen ja liikkuminen ovat lapselle tapa oppia sosiaalisia taitoja. Leikit tarjoavat eri-ikäisille lapsille mahdollisuuden tutustua toisiinsa. Leikkiessä ja pelatessa suunnitellaan, sovitaan toimintatavoista, opetetaan toista sekä ratkotaan ristiriitoja (Karvinen ym., 2002, 9-11). Leikki on lapsen tapa solmia sosiaalisia suhteita, ymmärtää ympäröivää maailmaa sekä oppia tuntemaan itsensä. Leikki rikastuttaa elämää. Siitä saadaan uutta energiaa, se antaa mielihyvän tunteita, kehittää luovuutta ja mielikuvitusta sekä edistää ongelmanratkaisukykyä. Lapset leikkivät ympäristössä, jossa kokevat olevansa turvassa. (Zimmer 2001, 69.)

Sääntöleikeille, jotka ilmenevät lapsilla 5-6-ikävuoden aikoihin on tunnusomaista yhdessä leikkiminen. Sääntöjä omaksutaan aikuisilta. Vapaassa leikissä vanhemmat lapset opettavat sääntöjä nuoremmille. Esikouluikäiset näkevät pelisäännöt aikuisten määrääminä, ehdottomina ”pakko-sääntöinä”. Lasten mielestä oikea leikkiminen tarkoittaa pelisääntöjen noudattamista. Lapset hakevat järjestystä ja jatkuvuutta elämäänsä. Siihen liittyy oleellisesti leikin leikkiminen aina samalla tavalla. Kouluiässä lapset alkavat ymmärtämään, että pelin tai leikin sääntöjä voidaan muuttaa tai soveltaa mikäli kaikki leikin osallistujat hyväksyvät sen. (Zimmer 2001, 73.)

Erityisesti nuoremmat lapset hyötyvät, kun vanhemmat lapset antavat leikkien avulla heille henkisiä ja kielellisiä virikkeitä. Myös leikkien seuraaminen rikastuttaa nuorempia lapsia. Liikuntaleikkien köyhtymisen syynä on osaksi se, että lapset leikkivät yhä harvemmin eri-ikäisten kavereiden kanssa. Pihaleikit eivät siirry automaattisesti lapsisukupolvelta toiselle. Kun vanhemmat oppilaat toimivat koulussa nuorempien oppilaiden ohjaajina välitunneilla, mahdollistaa se leikkimisen ja pelaamisen sekaryhmissä. Näin nuoremmat oppilaat voivat tarkkailla isompia oppilaita, oppia heidän sääntönsä peleistä ja leikeistä sekä vähitellen osallistua isojen leikkeihin. Leikkiessään nuorempien kanssa vanhemmat oppilaat oppivat jakamaan tietoaan ja taitojaan sekä ottamaan tietoisesti vastuuta pienemmistä oppilaista. Leikeissä vanhempien oppilaiden kokemus pätevyyden tunne suuremmasta osaamisesta verrattuna nuorempiin oppilaisiin lisää vanhempien oppilaiden omanarvontuntoa. Sekaryhmissä ryhmän rakenne on muuttuva, koska tiukkaa arvojärjestystä ja pysyvää syrjäytymistä on vähemmän kuin ikärakenteeltaan homogeenisissa ryhmissä. (Petersen 1991, 134; Zimmer 2001, 182.)

6 Liikunnan merkitys lapsen kehitykselle

Tässä teoriaosuudessa en tarkastele liikunnan merkitystä niinkään fyysis-motorisen kehityksen kannalta. Liikunnasta innostuneiden ihmisten tulisi enemmänkin pystyä perustelemaan liikunnan merkitystä tiedollisen osa-alueen sekä tunteiden ja vuorovaikutuksen kehittymisen näkökulmasta.

Lapsen kehitys on usean eri elimen ja toimintajärjestelmän yhteistyötä. Liikunnan tehtävänä on tukea ja edistää lapsen luonnollista kehitystä. On muistettava, että lapsen kokonaisvaltaiseen kehittymiseen kuuluvat fyysis-motorisen kehityksen lisäksi sosioemotionaalinen ja kognitiivinen kehitys. Ne kaikki kietoutuvat tiukasti toisiinsa. Fyysis-motorisella kehityksellä on vahvoja yhteyksiä sosio-emotionaaliseen eli tunnealueen kehittymiseen sekä kognitiiviseen eli tiedolliseen osa-alueen kehittymiseen. (Kantomaa, Heino, Lehto 2007, 16-17). Alle kouluikäisenä lapsen hermostollinen kehitys on nopeampaa kuin missään myöhemmässä vaiheessa ja sen vuoksi sitä ikävaihdetta ei voida ohittaa puhuttaessa liikunnan merkityksestä lapsen kehitykselle.

Liikkuminen on inhimillisen elämän perusilmiö ja ihminen on olennaisesti riippuvainen liikkumisesta. Liikunnallinen kehitys alkaa äidin kohdussa ja päättyy ihmisen kuolemaan. (Zimmer 2001, 14.) Lapsi liikkuu luonnostaan ja liike on pääosin spontaania. Lapset eivät harrasta liikuntaa; heidän motiivinaan ei ole pitää huolta kunnosta ja terveydestä. Liikkumisen avulla lapsi löytää itsensä ja häntä ympäröivän maailman. Hän oppii hallitsemaan ympäristöään askel kerrallaan ja jokainen päivä on uusi mahdollisuus. Lapsi kehittää liikkeen avulla aistien ja liikkeiden yhteistoimintaa, havaintomotoriikkaa. Liike antaa lapselle ärsykeitä omasta kehostaan ja painovoimasta. Se tuottaa jatkuvasti uusia muistijälkiä lapsen keskushermostoon. (Karvinen, Norra 2002, 9.)

Motivaatio on yhteinen nimitys kaikille olosuhteille ja prosesseille, joita voidaan pitää toiminnan vaikuttimina. Motivaatio on erilaisia tarpeita, viettejä ja kiinnostuksen kohteita, jotka yllyttävät ja innostavat toimimaan. Synnynnäisinä vietteinä ja tarpeina voidaan pitää nälkää, janoa, unta, lämpöä ja liikuntaa. Ne kuuluvat primaariseen motivaatiojärjestelmään. Kehityksen myötä ihmiselle on tullut myös sekundäärisiä eli toissijaisia tarpeita kuten menestys, hyväksyntä ja niin edelleen. Lapsen toiminnan kannalta tärkeät vaikuttimet kuuluvat synnynnäisiin vietteihin ja tarpeisiin. Näitä ovat muun muassa uteliaisuus, halu tutkia ja liikkumisen tarve. Kun puhu-

taan lapsen liikkumisen perustarpeesta tai uteliaisuudesta, tarkoitetaan juuri edellä mainittuja motiiveja. Ne kuuluvat lapsuuteen. (Zimmer 2002, 78-79.)

6.1 Liikunnan merkitys lapsen fyysis-motoriseen kehitykseen

Lapsen liikkumisen tavoitteena on synnyttää liikunnallinen elämäntapa, tukea lapsen kehitystä lapsen omat lähtökohdat huomioiden sekä luoda edellytykset niiden oppimistilanteiden hallintaan, joita eri ikävaiheet tuovat tullessaan. Kun lapsella on ollut riittävästi mahdollisuuksia omaehtoiseen sekä organisoituun liikuntaan on hänellä mahdollisuus saavuttaa kehittynyt karkeamotoriikka. Tällöin liikkeet ovat automatisoituneet, lapsi pystyy liikkeiden ennakointiin, hänellä on myönteinen ja realistinen kehon tuntemus, kädentaidot ovat kehittyneet, liikkeet ovat eriytyneitä, oikea-aikaisia ja rytmillisiä, voiman käyttö on tarkoituksen mukaista, raajojen välinen yhteistyö toimii ja kehon keskiviivan ylittämiseen liittyvät harjoitukset onnistuvat. Lisäksi lapsella on kestävyyttä, kehittynyt tasapaino, dominoiva käsi ja jalka ovat vakiintuneet. Lapselle on kehittynyt halu liikkua omasta tahdosta. (Karvonen 2002, 24-28.)

Fyysis-motorinen kehitys tarkoittaa kehon eri osien kasvua, mittasuhteiden muuttumista, muutoksia motorisissa perustaidoissa, lajitaidoissa sekä fyysis-motorisissa kyvyissä. (Numminen, 2005, 94). Motorinen kehitys etenee hermostollisen kehityksen mukaan siten, että ensin kehittyvät motoriset perustaidot ja ne luovat pohjan lajitaitojen oppimiselle. Motoriset perustaidot ovat arkipäivän liikkumisen taitoja, jotka voidaan jakaa käsittelytaitoihin, tasapainotaitoihin ja liikkumistaitoihin. Motoriset perustaidot vaativat tuhansia toistoja kehittyäkseen automaattisiksi, joustavasti eteneviksi liikesuorituksiksi. (Pulli 2001, 28.)

6.2 Liikunnan merkitys kognitiiviselle oppimiselle

Kognitiivinen kehitys tarkoittaa tiedon käsittelyyn liittyvää kehitystä. Kognitiivinen oppiminen on ajattelutoiminnan sekä siihen liittyvän havaitsemisen, motoristen toimintojen sekä muistamistoimintojen keskinäisten suhteiden muutoksia. Tiedollinen kehitys etenee vaiheittain eikä mitään kehitysvaihetta voida ohittaa. Erityistä huomiota liikuntakasvatuksessa tulisikin kiinnittää lapsen havaintomotorisen oppimisen tukemiseen. Kun lapsi oppii tuntemaan toimintamahdollisuutensa, hahmottaa hän itsensä ja kehonsa. Liikunnan avulla lapsi oppii voimaan, tilaan, aikaan, määrään, laatuun sekä syy-seuraussuhteisiin liittyviä käsitteitä. Liikkeeseen, suoritukseen tai havaitsemiseen liittyvillä kysymyksillä, joihin lapsi vastaa liikkeen tai liikkeiden muodossa voidaan kehittää lapsen ajattelua. (Numminen 1997, 12-13.)

Liikkumalla lapset vahvistavat kehoaan ja aivojaan. On pystytty osoittamaan, että 20-40 minuutin päivittäinen energinen liikunta vahvistaa kouluikäisten lasten kognitiivisia taitoja.

”Tutkimuksessa joukko liikunnallisesti passiivisia lapsia ohjattiin päivittäiseen noin puolen tunnin mittaiseen fyysiseen aktiviteettiin. Jo kolmen kuukauden harjoittelu paransi merkittävästi tarkkaavaisuutta, toiminnan ohjausta ja matemaattisia valmiuksia. Aktiivinen liikunta näyttää yhä useamman tieteellisesti korkeatasoisen tutkimuksen mukaan edistävän nimenomaan toiminnan ohjausta ja tarkkaavaisuutta. Häiriöt tarkkaavaisuudessa ja toiminnan ohjauksessa ovat lisääntyneet koululaisilla vuosi vuodelta.”

Liikunnallisen aktiivisuuden vähenemisellä ja viihdemedian ääressä käytetyn ajan lisääntymisellä uskotaan olevan yhteys tarkkaavaisuushäiriöiden yleistymiseen (Sajaniemi 2009, 9.) Ristiriitaisen tutkimustiedon edellä mainittuun näkökulmaan antoi ruotsalainen väitöskirjatutkimus (Ericsson 2003), jossa liikuntatuntien määrällisellä lisäämisellä oli positiivinen korrelaatio äidinkielen ja matematiikan oppimiseen, mutta tarkkaavaisuuden parantumiseen ei tässä tutkimuksessa saatu vakuuttavaa näyttöä. (Rintala, Ahonen, Cantell, Nissinen 2005, 5.)

Lapsen kehitykselle liikkumistaidoilla on tärkeä merkitys. Liikkumistaidot heijastelevat lapsen itsetuntoon ja oman pätevyyden kokemiseen. Keskeinen tekijä oppimistavoitteiden saavuttamisessa on hyvä itsetunto. Yleensä kaikki lapset viihtyvät toiminnallisissa ja yhteistoiminnallisissa oppimistilanteissa kohtalaisen pitkän ajan. He ovat motivoituneita oppimaan uusia asioita. Tietojen oppimiseen tulisi liittää oppilaiden kokonaisvaltainen tapa kokea maailmaa. Asia konkretisoituu lapselle, kun sen voi toteuttaa omalla kehollaan ja sen voi havaita. Liikunnan mahdollisuuksia opetusmenetelmänä tulisi korostaa. Liikunnan avulla lapsi oppii itsensä tuntemisen lisäksi kielellisen, matemaattisen ja tiedeopiskelun perusteita suuntia, etäisyyksiä, käsitteitä, rajoja, sijaintia, kokoa, muotoja ja värejä. (Rintala ym. 2005, 5, 29-31.)

6.3 Liikunta sosiaalisen ja eettisen kasvun välineenä

Liikunnalla on havaittu vaikutuksia sosio-emotionaaliseen kehitykseen. Sosio-emotionaalisella kehityksellä tarkoitetaan lapsen tunne- ja vuorovaikutuksen osa-alueita. Tällöin lapsi opettelee tulemaan toimeen itsensä ja muiden ihmisten kanssa. (Numminen 1997, 13.) Liikunta tarjoaa eri tavoin mahdollisuuksia ihmisten väliseen vuorovaikutukseen, toisten kanssa yhdessä työskentelyyn sekä uusien sosiaalisten suhteiden luomiseen. Kysymys kuuluu, osataanko näitä mahdollisuuksia riittävästi hyödyntää. Lauri Laakson (2008) mukaan pelit ja leikit sisältävät sellaisia ristiriitatilanteita, jotka mahdollistavat moraalisen ajattelun ja eettisen kehityksen. Näitä ristiriitatilanteita oppilaiden on hyvä ratkoa yhdessä toisten oppilaiden kanssa. Ihannetilantees-

sa ristiriitoja ratkotaan ryhmässä yhteisvoimin. Myös pelitilanteissa syntyvät ristiriitatilanteet pitäisi ratkoa itse. Sosiaalisen ja eettisen kasvun kannalta on tärkeää edistää omatoimisuutta sekä oppilaiden työskentelyä yhdessä muiden kanssa. (Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 7-18-vuotiaille 2008, 64-65.)

Perheissä on tänä päivänä vähemmän lapsia kuin ennen. Koulussa olisi tärkeää, että eri-ikäiset oppilaat tutustuisivat toisiinsa. On huomattu, että lapsen suhtautuminen nuorempiin, samanikäisiin ja vanhempiin on erilaista. Nuorempia lapsia kohtaan nuorilla esiintyy enemmän hoi-vakäyttäytymistä, samanikäisiä nuoria kohtaan aggressiivisuutta ja vanhempia kohtaan riippu-vuutta. Eri-ikäisten sekaryhmissä opitaan niitä taitoja, joita lapset tarvitsevat sosiaalisessa kans-sakäymisessä erilaisten ihmisten kanssa. Silloin opitaan pitämään puolia, auttamaan, etsimään tukea sekä epäsosiaalisuutta. Yleensäkin luokkarajojen ylittäminen koulussa saattaa auttaa oppi-laita löytämään uusia ystäviä koko koulun oppilaista. (Aho ym. 2004, 225.)

Sosiaalisia taitoja lapset oppivat tiimityöskentelyssä, tutoroinnissa ja niin kutsutussa ystäväkon-sultoinnissa. Näiden toimintojen onnistumisen edellytyksenä on, että lapset huomioivat muut ihmiset, auttavat muita sekä sitoutuvat yhteisiin tavoitteisiin. Tällöin tapahtuu myös moraalista kehittymistä. Vanhemmille lapsille tutor-toiminta ja ystäväkokemukset antavat mahdollisuu-den päteä. Näin nuoret saavat onnistumisen ja arvostuksen kokemuksia, joilla on vaikutusta heidän itsetuntonsa vahvistumiseen. (Aho ym., 2004, 142.)

7 Koululiikunta hyvinvoinnin edistäjänä tulevaisuudessa

Yhdysvalloissa on kongressin toimesta nostettu koululiikuntaan panostaminen yhdeksi tärkeimmistä keinoista lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden lisäämisessä. Tällä hetkellä Suomen peruskoulussa on kaikille yhteistä liikuntaa 90 minuuttia viikossa. Määrä on vähemmän kuin EU-maissa keskimäärin. Kuitenkin yhä suuremmalle joukolle oppilaita liikuntatunnit ovat viikon ainoa hetki tehokkaammalle ja rasittavammalle liikunnalle, joka tarjoaa mahdollisuuden tutustua monipuolisesti eri liikuntalajeihin. (Heikinaro-Johansson 2009, 6-7.)

Liikunnan edistämisen linjauksena (2008) Valtioneuvoston periaatepäätöksessä esitetään liikunnanopettajien toimenkuvan kehittämistä ”Fyysisen hyvinvoinnin ammattilaisen” suuntaan. Ajatuksena on, että liikunnanopettajat ottaisivat suuremman vastuun koko koulun toimintakulttuurin liikunnallistamisesta. Tämä ehdotus on yksi mahdollisuus muiden vaihtoehtojen joukossa aiheuttaen sekä kannatusta että vastustusta. Myös muita vaihtoehtoja kartoitetaan koulupäivän liikunnallistamisessa, kuten liikunnan ammattilaisten laajentamista kaikille luokkasteille sekä kouluympäristön kehittämistä edelleen. (Heikinaro-Johansson 2009, 7-8.)

Koululiikunnalla on varmasti tärkeä paikka suomalaisten lasten hyvinvoinnin edistämässä. Tutkimuksissa on voitu osoittaa, että liikunnanopetukseen käytetty lisäaika voi jopa parantaa menestymistä teoria-aineissa. Suomessa teoria-aineisiin panostamisella on vähennetty taito- ja taideaineiden oppitunteja. Tämä toimenpide ei saa tutkimuksellista tukea. (Heikinaro-Johansson 2009, 6.) Liikunnan ja terveystiedon opettajat ry ovatkin antaneet julkilausuman koululiikunnan tilanteesta 30.-31.9.2009 vaatimalla lisää tuntiresursseja koululiikunnalle, kun peruskoulun uusi opetussuunnitelma on valmisteluvaiheessa (Koululiikuntaliitto, 2009).

8 Liikkumaan aktivoiva koulupiha

Lapsella on sisäinen liikkumisen ja energian purkamisen tarve. Nämä tarpeet lapsi tyydyttää helpommin, mikäli hänen elinympäristöstään löytyy luontoa tai liikkumaan aktivoiva ympäristö. (Zimmer 2001, 130.) Liikuntaan innostava, viihtyisä ja turvallinen koulupiha tukee lapsen kokonaisvaltaista kasvua ja kehitystä. Koulupiha ei kuitenkaan tarvitse kokonaisuudessaan olla valmiiksi rakennettu vaan sen tulee antaa lapselle mahdollisuus omaan mielikuvitukseen sekä itsensä toteuttamiseen. (Grönholm, 2004, 330-331).

Viime vuosina on kiinnitetty yhä enemmän huomiota koulupihaan varustukseen sekä yleisilmeeseen. Nuori Suomi ry:n 2003 julkaiseman tutkimuksen mukaan kolmasosa koulupihoista kaipaa välitöntä kunnostamista. Tällaisten pihojen lisäksi löytyy satoja koulupihoja, joiden kehittämiseksi on selkeää tarvetta. (Norra, Ruokonen ja Karvinen 2003, 32.)

Viimeinen koulurakentamista koskeva valtiohallinnon ohjeistus, *Peruskoulun tontin suunnitteluohje*, julkaistiin 1979. Ohje menetti asemansa 1990-luvun alun kouluhallinnon uudistuksessa. Ohjeella on edelleen merkitystä koulupihojen suunnittelua ja mitoitusta koskevina suosituksena. Suositukset koskevat koulutontin ja välituntipihaa kokonaan. Vastuu koulupihaan kehittämiseksi ja rakentamisesta tapahtuu kunnissa tehtävän päätöksenteon kautta. Tällöin voidaan paikalliset tarpeet huomioida, minkälaisia tiloja kuntaan rakennetaan. (Norra ym. 2003, 13.)

Leikki, peli ja liike vaativat tilaa. Aikuisen tehtävä on muokata ympäristöä liikkumista sallivaksi ja suotuisaksi kyseenalaistamalla kieltoja rajoittavista tekijöistä kuten melu, likaantuvat vaatteet ja turvallisuus. Mitä taitavammaksi lapsi kehittyy liikunnallisissa taidoissaan, sitä turvallisemmaksi hänen elämänsä muuttuu. (Karvinen, Norra, Hotrelli, Kaaja, Kukkonen, Kytä 2002, 9-11.) Nuori Suomen vuonna 2006 julkaisemassa tutkimuksessa oppilaiden välituntija vapaa-ajan liikunta lisääntyi selvästi kouluissa, joiden piha-alue oli kunnostettu liikkumiseen innostavaksi. Fyysisen aktiivisuuden lisääntymisellä oli vaikutusta oppilaiden keskittymiskykyyn sekä jaksamiseen oppitunneilla. Lisäksi viihtyisää koulupihaa voitiin hyödyntää eri aineiden oppimisympäristönä ja sillä oli välituntisin tapahtuvaa häiriökäyttäytymistä vähentävä vaikutus. (Norra ym. 2006, 3-8.)

Keravalla vuonna 2002 toteutettu poikkihallinnollisessa lähiliikuntapaikkaprojektissa nousi esille mielenkiintoinen huomio lasten liikuntakäyttäytymisestä uudessa lähiliikuntapaikassa.

Projektissa oli mukana kaupungin virkamiesten lisäksi myös asukkaita (koululaisia ja heidän vanhempiaan). Projektin tulosodotuksena oli, että koulupihan kunnostaminen lähiliikuntapaikaksi lisäisi alakouluikäisten lasten fyysistä aktiivisuutta välituntien aikana ja näin arkiliikunnan kokonaisuutena. Koulupihan laatu parani oppilaiden oman arvion mukaan ja uudet välineet luonnollisesti innostivat liikkumaan. Liikkuminen lisääntyi erityisesti alle kymmenvuotiailla oppilailla. Mielenkiintoiseksi Keravan lähiliikuntapaikkaprojektin tekee se, että siihen liittyvässä tutkimuksessa voitiin todeta, että aktiivisten lasten liikkumistapa muuttui, mutta se ei lisännyt liikunnallisesti passiivisten lasten liikuntaa. Tässä tutkimuksessa nousikin jatkopohdintaan liikkumaan innostajien tarve välituntisin erityisesti liikunnallisesti passiivisten lasten kannalta. Jo alakoulun viimeisellä luokalla opiskelevilla näkyy leikkimielisen liikkumisen vähentyminen. Huomio liikunnan näkökulmasta tuleekin tulevaisuudessa kiinnittää erityisesti alakoulun viimeisten luokkien oppilaisiin sekä yläkoululuun. Hoidettu, kehitetty asuinympäristö on viihtyisä, turvallinen ja osa kunnan positiivista imagoa, mutta uudet välineet ja pallokentät ennemminkin muuttavat liikunnan muotoa aktiivisilla lapsilla kuin lisäävät sitä. (Fogelhom 2008, 21-20.)

Kun koulupihaa lähdetään kehittämään, tulee koulun oppilailla, koulun muulla henkilökunnalla sekä lähiseudun asukkailla olla mahdollisuus päästä osallistumaan pihan suunnitteluun. Osallistavassa suunnittelussa on Suomessa kehitytty viimeisten vuosien aikana paljon. Saksassa osallistavaa suunnittelua toteutettiin kouluissa jo 1970-luvulla integroituna muihin oppiaineisiin. Saksalaisessa koulussa oli tavoitteena saada oppilaat tiedostamaan koulupihan puutteet sekä välituntitoiminnan ongelmat. Kouluympäristön kehittämistä yhdistettiin eri oppiaineisiin siten, että tiedonhankintaan välituntitoiminnan ongelmista oppilaat suunnittelivat kyselykavakkeen. Tämän pohjalta oppilaat haastattelivat koulun muita oppilaita. Äidinkielen tunnilla esiteltiin sanallisesti leikkejä ja sääntöjä. Lisäksi oppilaat kirjoittivat kirjeen rinnakkaisluokalle välituntitoiminnan ongelmien korjaamiseksi. Kirje viritti keskustelun mm. tappeluista, luokassa oleilusta välituntien aikana, välituntien pituudesta ja niin edelleen. Oppilaat vastasivat kirjallisesti ehdotuksistaan välituntitoimintaan. Lisäksi oppilaat saivat kysyä rehtorin mielipidettä ideoiden toteuttamismahdollisuuksista. Kuvaamataidon tunneilla suunniteltiin ja järjestettiin näytellyä, liikuntatunnilla opeteltiin erilaisia pelejä ja liikuntaleikkejä, musiikin tunnilla laululeikkejä. Edellä mainittujen toimenpiteiden lisäksi puutarhaviranomainen vieraili koulussa. Koulupihaa uudistettiin suunnitelmien mukaan. Projektin aikana oppilaat oppivat, että lähiympäristön kehittäminen vaatii aikaa, työtä ja taloudellisia resursseja. (Jääskeläinen 1985, 10.)

9 Välituntitoiminta koulussa

Peruskoulussa oppilas on päivittäin välitunnilla tunnista kahteen tuntiin. Koko peruskoulun aikana oppilas viettää aikaa välitunnilla lähes 2000 tuntia, joka on enemmän kuin minkään yksittäisen aineen oppitunnilla, joilla oppilas viettää aikaa 600 tuntia. (Koski Asanti, Koivusilta, Heinonen, Salanterä, Aromaa, Suominen, Oittinen 2008, 16.) Välituntien kokonaistuntimäärä tarjoaakin suuren mahdollisuuden lasten ja nuorten päivittäisen liikunnan lisäämiseen.

Koulun henkilökunnalla on mahdollisuus itse päättää koulupäivän rytmittämisestä. Vuonna 1998 annetun perusopetusasetuksen mukaan ”Opetukseen tulee käyttää tuntia kohden vähintään 45 minuuttia. Opetukseen käytettävä aika jaetaan tarkoituksenmukaisiksi opetusjaksoiksi.” Laki antaa siis mahdollisuuden muokata koulupäivän rakennetta koulun parhaaksi katsomalla tavalla. Tuntien yhdistämisellä peräkkäisiksi oppitunneiksi sekä pidennetyllä välitunnilla on tavoitteena rauhoittaa koulupäivää. Opettajien näkökulmasta oppituntien pitäminen helpottuu, koska tauot voi pitää opetettavien asioiden ja oppilaiden kannalta sopivissa kohdissa. Lisäksi pidemmät välitunnit mahdollistavat opettajille aikaa suunnitella ja toteuttaa koulun yhteisiä asioita. (Eerola 2009, 28.)

Välitunnin merkitystä lapselle ei pidä vähätellä. Välitunneilla on tärkeä rooli lapsen kasvussa ja kehityksessä. Oppilaille pidennetyt välitunnit antavat aikaa leikkiä, puuhata kavereiden kanssa ja solmia sosiaalisia suhteita. Pukemisen lisäksi ehtii kunnolla pelamaan. (Eerola 2008, 28.)

Kymmenen ikävuotta on kriittinen rajapyykki. Vielä siihen saakka suurin osa lapsista touhuaa aktiivisesti välitunneilla. Pari vuotta vanhempana etenkin tyttöjen passiivisuus yleistyy. Näin välituntiliikuntaa voidaan pitää eräänlaisena liikkumattomuuden hidastamistaisteluna. (Koski ym. 2008, 16.)

Koulupäivän rakenteesta ja erilaisten ratkaisumallien paremmuudesta ei ole koottua tietoa. Esimerkiksi Kirkkojärven koulussa Espoossa koulupäivä alkaa klo 8.15. Kahdessa kohdassa aamupäivää toteutetaan tuplatunnit, joka mahdollistaa aamupäivällä 30 minuutin välitunnin sekä ruokailun jälkeen kaikille 30 minuutin välitunnin. Pidempien välituntien aikana opettajilla on aikaa tavata toisiaan ja hoitaa koulun toimintaan liittyviä yhteisiä asioita.

Kanniston koulussa Keravalla oppitunteja on niputettu edellistä koulua enemmän. Kannistossa useasta välitunnista on koottu keskelle päivää 45 minuutin ”oma tunti”, jolloin oppilailla on

mahdollisuus omiin peleihin ja leikkeihin, vuoroihin salissa, musiikkiluokassa, ATK-luokassa tai kentillä. Tavoitteena on kasvattaa oppilaita vastuuseen omasta ympäristöstä sekä tukea omatoimisuutta. Oppilaiden mielestä järjestely on hyvä.

Espoossa, Auroran koulussa koulu alkaa klo 8.15 ja aamupäivän tunnit on niputettu kaksois-tunneiksi. Iltapäivän tunnit on koottu kaksi tuntia viisitoista minuuttia kestäväksi kokonaisuudeksi. Tämä niputtaminen mahdollistaa aamupäivällä 30 minuutin välitunnin ja keskellä päivää ruokailun yhteydessä 75 minuuttia kestävä siestan. Tämän järjestelyn seurauksena koulupäivä on 15 minuuttia pidempi kuin aikaisemmin. Siestan aikana lapset mm. ruokailevat, ulkoilevat, osallistuvat kerhotoimintaan ja harjoittelevat näytelmiä. (Eerola 2009, 29.)

Jos koulupäivän rakenteeseen lähdetään tekemään muutoksia, tulee muutoksen hyödyntää erityisesti lapsen kasvua sekä itseoppimista. Myös muutoksesta aiheutuvia taloudellisia kustannuksia sekä opettajan työn mahdollista lisäkuormittavuutta tulee pohtia. Muutos aiheuttaa usein vastarintaa, mutta jos halutaan edistää yhteisöllisyyttä ja oppia toisilta työtovereilta täytyy löytää yhteistä aikaa ideointiin ja vuorovaikutukseen. (Eerola 2009, 30.)

Aktiivisesta välituntitoiminnasta on pidempiaikaisia kokemuksia Turun koulut liikkeelle – hankkeesta vuodelta 2006, jolloin Turun OKL:n kanssa yhteistyössä Turun alakouluihin koulutettiin välitunti liikuttajia (aktivaattoreita) koulun vanhimmista oppilaista. Aktivaattorit loivat Turun koulujen välitunteihin ja arkeen uutta sisältöä ja antoivat onnistumisen kokemuksia erikäisille lapsille. Vanhemmat oppilaat saivat ja ottivat vastuuta ja pienemmät saivat huomiota, huolenpitoa ja uutta toimintaa. (Koski ym. 2008, 17.) Aktiivinen välituntitoiminta jatkuu ja kehittyi Turussa edelleen.

9.1 Mikä on Väykkäri?

Välituntiaktivaattori, välituntiliikuttaja, Väykkäri -välituntiliikuttajaoppilaista alettiin keväällä 2009 käyttää valtakunnallisesti yhteistä nimitystä ”Väykkäri.” Väykkäri on liikunnasta ja ohjauksesta kiinnostunut yläkoulun oppilas tai alakoulun 5.-6. luokan oppilas. Väykkäri-oppilas on osallistunut kahteen koulukohtaiseen 90 minuutin tunnista koostuvaan Väykkäri-koulutukseen. Koulutus on toteutettu kouluajana ja opettaja on valinnut siihen oppilaat halukkaiden joukosta.

9.2 Välkkäri-koulutuksen sisältö

Koulutuksen alussa Välkkäri-koulutukseen osallistuvat oppilaat leikkivät tutustumisleikkejä ja pelejä, jotka ovat siirrettävissä välituntitoimintaan. Koulutuksen teoriaosuus etenee keskustelun välituntiliikunnan erityispiirteistä, lasten ja nuorten terveyden kannalta riittävän liikunnan määrästä sekä ruutuajasta. Yhdessä oppilaat pohtivat unelmien välituntitoimintaa. Koulutuksessa harjoitellaan leikin tai pelin opettamista toisille koulutukseen osallistuville oppilaille. Koulutukseen liittyy kaksi välitehtävää: ohjattavan leikin tai pelin suunnittelu toisille oppilaille sekä suunnitelma koulun välituntitoiminnan käynnistämisestä yhdessä muiden koulutukseen osallistuvien oppilaiden kanssa. (Toivonen 2009, 3.)

9.3 Välituntiliikuntavälineet koulussa

Välituntiaktivaattoritoiminnan lisäksi Turun Koulut liikkeelle –hankkeessa panostettiin luokkakokohtaisiin välituntiliikuntavälineisiin. Hankkeen aikana Turun koulujen opettajat näkivät liikuntavälineiden vaikuttavuuden lasten arkiliikkumisen lisääntymisenä ja ei-toivotun käyttäytymisen vähentymisenä. (Koski ym. 2008, 17.) Yleisesti eri kouluissa välituntiliikuntavälineitä on oppilaiden käytössä vaihtelevasti. Kouluista löytyy ehkä koulukohtaiset välituntivälineet, mutta harvemmin jokaiselle luokalle on omat välituntivälineensä. Yleisesti käytetyimpiä välituntiliikuntavälineitä kouluissa ovat pallot ja hyppynarut. Harvemmin oppilaiden käytössä on esimerkiksi mailapeleihin tarvittavia liikuntavälineitä. Välituntiliikuntavälineiden hankinnassa koulujen henkilökunta tekee usein yhteistyötä koulun vanhempainyhdistyksen kanssa, koska koulujen määrärahat välinehankintoihin ovat liian pienet.

9.4 Yhdistyksiens toimesta edistetään aktiivista välituntitoimintaa

Valtakunnallisesti merkittävät yhdistykset Mannerheimin lastensuojeluliitto ry (MLL) ja Nuori Suomi ry ovat myös halunneet lähteä edistämään lasten aktiivista toimintaa välituntien aikana. MLL:n tavoitteena on edistää välitunneilla yhteisöllisyyttä, koska kenenkään ei haluta jäävän yksin. MLL:n vuonna 2005 tekemän kiusaamiskyselyn mukaan 72 % peruskoululaisista kertoo, että kiusaamista tapahtuu eniten välitunneilla. (Puustinen 2008, 34-25.) MLL:n valtakunnallinen välituntiviikko toteutetaan marraskuussa. Välituntiviikon aikana kouluja kannustetaan järjestämään yhteisöllisyyttä edistävää toimintaa välituntisin esimerkiksi koulun tukioppilaiden johdolla. Tavoitteena on, että jokainen oppilas voisi löytää mielenkiintoista tekemistä välituntien aikana yhdessä muiden oppilaiden kanssa. (Mannerheimin lastensuojeluliitto, 2010.)

Nuori Suomen toimesta on kolme kertaa toteutettu viikon kestävä välituntiliikuntakampanja kouluissa. Vuosittain marraskuussa toteutettu kampanja on kohdistunut alakouluihin teemalla ”Vipinää Välkälle” ja yläkouluihin teemalla ”Mä oon välkällä”. Lisäksi kampanjaan on liittynyt kaikkien osallistujakoulujen yhteinen ME-välkkä-tempaus. (Puustinen 2008, 34-35.)

Ruotsissa valtio on lähtenyt resursoimaan järjestöjen toteuttamaa liikuntatoimintaa kouluissa. Ruotsin Idrottslyftet-projektiin on myönnetty rahaa eduskunnalta 50 miljoonaa euroa vuosittain neljän vuoden ajaksi (2008-2011) lasten ja nuorten urheilun kehittämiseen. Esimerkiksi Hallandansin urheilujärjestön alueella urheiluseura kouluyhteistyön edistämiseen oli varattu vuodelle 2009 rahaa 270 000 €. Projektin tavoitteena oli urheiluseurojen toimesta lisätä liikuntaa koulupäivän aikana sekä koulupäivän jälkeen koulun tiloissa. Tavoitteena oli vahvistaa koulun ja urheiluseuran välistä yhteistyötä sekä lisätä koulun harrasteliikunnan tarjontaa. Ennen toiminnan käynnistämistä urheiluseura haki Hallandsin urheilujärjestöltä avustusta kouluyhteistyöhön. Tukea oli mahdollisuus saada muun muassa välituntiliikunnan toteuttamiseen (15 €/tunti) tai kerhotoiminnan toteuttamiseen (30 €/tunti). Avustus maksettiin urheiluseuralle jälkikäteen toteutetun toiminnan mukaan. Välitunnit toteutettiin pidennettyinä välitunteina tai luokkakohtaisesti. Luokkakohtaisesti toteutettuna urheiluseuran ohjaaja ohjasi liikuntaa koulupäivän aikana porrastetusti eri luokille. (Hannula, 2009.)

10 Vastuukysymykset koulussa ja turvallisen toimintaympäristön luominen

Kun koulussa lähdetään käynnistämään uutta toimintaa, kohdataan vastuukysymykset ennemmin tai myöhemmin. Vielä vuoden 1988 koululaissa oli tarkoin määritelty opettajien valvontavastuu koulun välituntitoiminnan osalta. Nykyisessä perusopetuslaissa opettajien valvontavastuuta ei enää määritellä vaan periaatteena on, että opettajalla on yleinen valvontavelvollisuus suhteessa oppilaisiin. Velvollisuus ulottuu sekä oppitunneille että niiden ulkopuolelle. Oppilaat ovat koulupäivän aikana koulun vastuulla ja jos välituntivalvontaa ei ole asianmukaisesti järjestetty on vastuu viimekädessä koulun rehtorilla. (Perusopetuslaki 1998/628, § 29.)

Turvallisuus on vaikea sana määritellä. Aikuiset eivät voi koko ajan valvoa lasten pelejä ja leikkejä. Kun lapset itse organisoivat liikunnallisia pelejä ja leikkejä, täytyy liikkumisympäristö suunnitella lapsille mahdollisimman turvalliseksi. Materiaalit ja välineet täytyy tarkistaa säännöllisin väliajoin ja mahdolliset vaaralliset tekijät eliminoida. Kuitenkin on tiedostettava, että liikuntavälineitä ja -telineitä käytettäessä ei kaikkia vaaratekijöitä voi eliminoida. Osa lapsen mielenkiinnosta liikuntavälineeseen tai -telineeseen liittyykin epävarmuuteen, selviääkö kokeilijansa asettamasta haasteesta. Tayskasko-koulupihaa ei ole olemassa. Lapsen tulee oppia arvioimaan omat kykynsä ja taitonsa. Huomioitavaa on, että kaikki lasten käyttämät välineet eivät ole turvallisuusnormien mukaisia. Osa välineistä löydetään hylättyinä esimerkiksi luonnosta ja ne saavat lapsien käsissä uuden käyttötarkoituksen. (Zimmer 2001, 173.)

Liikunnallista varmuutta opitaan liikkumalla ja kokemalla riskipitoisia tilanteita. Mikäli halutaan oppia kaatumaan oikein, täytyy kaatua. Kaikkia paikkoja ei voi eikä tule pehmustaa. Kaikkeen liikkumiseen liittyy aina riski niin kotiympäristössä kuin koulussakin. Monipuoliset liikuntakokemukset eri ympäristöissä vähentävät tätä riskiä. Osa aikuisen tuntemasta pelosta lasten toiminnassa liittyy aikuisen omaa liikunnalliseen epävarmuuteen ja epäjumavuuteen. Tällöin aikuinen ei osaa arvioida, mitä lapselta voi ja pitää vaatia. (Zimmer 2001, 175.)

Stakesin koulutapaturmien ehkäisyhankkeessa vuosina 2002 -2004 selvitettiin neljän kunnan koulujen koulutapaturmia. Saatujen tapaturmailmoitusten mukaan koulussa tapaturma-
alteinta aikaa olivat välitunnit ja liikuntatunnit. Kouluaikana tapahtuvista tapaturmista lähes puolet tapahtui välitunneilla ja noin kolmannes liikuntatunneilla. Koulussa sattuneet tapatur-

mat olivat yleensä lieviä. Puolet tapaturmista oli joko ruhjeita, avohaavoja, mustelmia tai kuumuja. Tytöille ja pojille sattuneiden tapaturmien esiintyvyydessä oli tutkimuksen mukaan myös eroja. Ilmoitetuista tapaturmista sattui pojille kolme viidesosaa ja tytöille kaksi viidesosaa. Poikkeuksellisia tapaturmia olivat välituntitapaturmat. (Sosiaali ja terveysalan tutkimus ja kehittämiskeskus, 2009.)

Koulupihan huolellisella suunnittelulla voidaan turvallisuusseikat, vuodenaikojen vaihtelut ja lasten liikkuminen ottaa huomioon jo ennakkoon. Onneksi monissa kunnissa on koulupihoja lähdetty kehittämään pikku hiljaa ja yhteiskunta on suunnannut siihen myös merkittävästi lisäresursseja.

11 Tutkimuksen tarkoitus

Tämän tutkimuksen tavoitteena oli selvittää ala- ja yläkoulussa toteutettujen oppilaiden ohjaamien aktiivisten välituntien erilaisia toteutusmalleja sekä sisällöllisiä kehittämistarpeita toiminnan jatkuvuuden varmistamiseksi. Lisäksi haluttiin selvittää koulun henkilökunnan, välitunti-toimintaa ohjaavien oppilaiden sekä välituntitoimintaan osallistuvien oppilaiden kokemuksia aktiivisesta välituntitoiminnasta. Fyysisen aktiivisuuden suosituksen mukaan 7-18-vuotiaan lapsen tulisi liikkua 1-2 tuntia päivässä. Puolet tästä liikunnallisesta aktiivisuudesta tulisi tapahtua koulupäivän aikana. Aktiivinen välituntitoiminta tarjoaa päivittäisen liikunnan lisäämiseksi yhden, osaksi vielä käyttämättömän mahdollisuuden.

11.1 Tutkimuksessa käytetyt menetelmät

Tämä tutkimus lähestyy tutkimusongelmaa, aktiivista välituntitoimintaa, laadullisen tapaustutkimuksen kautta. Laadullinen tutkimus antaa määrälliseen tutkimukseen verrattuna mahdollisuuden ymmärtää tapahtumia ja ilmiöitä. (Hirsijärvi, Remes ja Sajavaara 2004, 152.) Väykkärioppilaiden ohjaamat välitunnit koulun nuoremmille oppilaille ovat lapsille luonnollisia koulupäivään kuuluvia arkipäivän tilanteita. Tutkimuksessa on käytetty aineistonkeruumenetelmänä puolistrukturoitua haastattelua eli teemahaastattelua. Haastattelun yhteydessä on suoritettu tarkkailevaa havainnointia koulutettujen Väykkäri-oppilaiden organisoimista välitunneista koulun toisille oppilaille. Havainnoinnin tavoitteena on ollut vahvistaa tutkimuksen luotettavuutta sekä haastattelijan käsitystä haastateltavien esille nostamista asioista välituntitoimintaan liittyen. (Hirsijärvi, Hurme 2000, 47.) Puolistrukturoidussa haastattelussa kysymykset ovat kaikille haastateltaville samat, mutta vastaajalla on mahdollisuus vastata niihin itse parhaaksi katsomallaan tavalla. Robson (1995) mukaan teemahaastattelussa kysymykset on määritelty ennalta, mutta haastattelija voi vaihdella sanamuotoja haastattelujen aikana. Tunnusomaista puolistrukturoidulle haastattelulle on, että haastattelun näkökohta on päätetty ennakkoon. (Hirsijärvi ym. 2000, 47.)

Valitsin kohdennetun teemahaastattelun, koska kaikki haastateltavat olivat osallistuneet aktiivisen välituntitoiminnan käynnistämiseen ja toteuttamiseen omassa koulussaan eli he olivat kokeneet saman tilanteen (Hirsijärvi ym. 2000, 47). Toiseksi vertaisohjaajien rekrytointi välituntien liikuttajiksi ja leikittäjiksi nostetaan Koululaisten fyysisen aktiivisuuden suosituksissa 7-18-vuotiaille (2008) konkreettiseksi toimenpide-ehdotukseksi lasten arkiliikunnan lisäämiseksi

(Fyysisen aktiivisuuden suositus 7-18-vuotiaille 2008, 37). Näin ollen on teemahaastattelun näkökulmasta aikaisemmin päädytty tiettyihin toimenpide-ehdotuksiin koulupäivän liikunnallistamisessa (Hirsijärvi ym. 2000, 47). Tämän lisäksi olin itse perehtynyt aikaisemmin välituntien aktivoimisen sisältöihin kirjoittamalla syksyllä 2009 Välkkäri-välituntiohjaajakoulutusaineiston Nuori Suomi ry:n ja SLU-alueiden koulutuskäyttöön. Näistä lähtökohdista itselleni oli helppo kirjoittaa haastattelurunko opettajien ja oppilaiden haastatteluja varten.

Teemahaastattelun antoi mahdollisuuden päättää myöhemmässä vaiheessa aiheen käsittelyn ”syvällisyyden” tutkimuksen keskeisimmän teeman, välituntiliikunnan kautta. Teemahaastattelu antoi mahdollisuuden vuorovaikutukseen, lisäksymyksiin ja kokemusten kuulemiseen suoraan toteuttajilta itseltään. Toisaalta itselläni ei ollut aikaisempaa kokemusta tutkimuksen tekemisestä ja näin ollen aineistokeruumenetelmän joustavuus oli tärkeää (Hirsijärvi ym. 2000, 34).

11.2 Haastateltavien valinta

Tutkimukseen valittiin haastateltaviksi Varsinais-Suomen alueelta Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry:n kouluvuoden 2008-2009 aikana kouluttamia välituntiliikuttajia eli Välkkäreitä, jotka koulujen opettajat olivat valinneet tehtävään. Välkkärit olivat toimineet kouluissaan välituntitoiminnan käynnistäjinä ja toteuttajina noin puoli vuotta. Muualle Suomeen Välkkäri-koulutukset levisivät syksyllä 2009 Varsinais-Suomen pilotointi vaiheen jälkeen, joten haastateltavia valittaessa minulla ei ollut mahdollisuuksia tehdä otoksia eri puolilta Suomea aineiston kattavuuden laajentamiseksi.

Välkkäri –koulutukset toteutettiin lukuvuoden 2008-2009 aikana koulukohtaisina koulutuksina, jolloin tavoitteena oli käynnistää oppilaiden oman koulun välituntitoiminta. Tämän vuoksi oli luontevaa toteuttaa haastattelut koulukohtaisesti. Välkkäreiden lisäksi haastattelin välituntitoiminnan yhdysopettajia sekä koulun rehtoria mahdollisuuksien mukaan. Haastattelukierroksen alussa haastattelin Välkkäreiden ohjaamaan välituntitoimintaan osallistuvia oppilaita, mutta kolmannen koulun jälkeen luovuin tästä. Vastaukset olivat samanlaisia koulusta ja haastateltavan iästä riippumatta eivätkä antaneet mielestäni työn lopputulokselle lisäarvoa. Tämän lisäksi koin, että tutkimusaineistosta tulee niin laaja, että sen käsittely lopputyönä eri näkökulmista tulisi olemaan jo olemassa olevilla tiedoilla hyvin haastavaa. Tämän vuoksi välituntitoimintaan osallistuvien oppilaiden haastattelu jäi suppeammaksi kuin muiden haastateltavien.

Lasten huoltajilta ei erikseen kysytty lupaa haastatteluun, vaikka kyse oli alaikäisistä lapsista (Hirsijärvi ym. 2000 s. 83). Aihe liittyi koulupäivän aikaiseen toimintaan ja oppilaiden mielipiteisiin siitä. Haastateltujen oppilaiden joukko jää anonyymiksi halki työn. Opettajat olivat antaneet etukäteen luvan oppilaiden haastatteluun välituntiaiheeseen liittyen.

Turun Koulut liikkeelle –hankkeen projektijohtaja ja koululiikunnanohjaaja haastateltiin yhdessä. Yksi opettaja valittiin Turun Koulut liikkeelle -hankkeen hankekouluista. Koulussa oli aikaisemmin ollut aktiivista välituntitoimintaa, mutta se oli loppunut. Halusin kuulla opettajan näkemyksiä toiminnan loppumiseen johtaneista seikoista, jotta tulevaisuudessa voitaisiin välttää haastattelussa mahdollisesti esiin nousevat syyt aktiivisen välituntitoiminnan loppumiseen.

11.3 Haastatteluiden sopiminen

Haastatteluiden sopimiseksi lähestyin ensin haastateltavien koulujen välituntitoiminnan yhdysopettajia sähköpostilla ja kerroin, että tulen ottamaan yhteyttä puhelimitse aktiivisen, oppilaiden ohjaaman välituntitoiminnan tiimoilta. Toukokuun alussa 2009 soitin koulujen yhdysopettajat läpi ja sovin ajan, jolloin sain tulla heidän kouluunsa seuraamaan sekä valokuvaamaan välituntitoimintaa, haastattelemaan Välkkäreitä, välituntitoiminnan yhdysopettajaa ja/tai rehtoria. Kaikki suostuivat haastateltaviksi. Kahden eri paikkakunnan kanssa (Loimaa ja Uusikaupunki) sovin, että paikallislehti tekisi jutun Välkkäri-toiminnasta (liite 1, 2). Tavoitteena oli, että koulun toteuttama uusi toiminta saisi positiivista julkisuutta paikallisesti.

11.4 Haastattelun sisällön suunnittelu ja toteutus

Ennen haastattelukysymysten suunnittelua tutustuin aiheeseen liittyvään kirjallisuuteen. Olin tutkimuksen näkökulmasta haastattelijana kokematon. Suunnittelin valmiit kysymyskokonaisuudet välituntitoiminnasta rehtorille ja välituntitoiminnan yhdysopettajille, koulutetuille välituntiliikuttajille eli Välkkäreille sekä toimintaan osallistuneille koulun oppilaille. Teemahaastattelutilanteessa kysymyksistä osa oli tosiasiakysymyksiä ja osa mielipidekysymyksiä. Kysymyksiä ei lähetetty haastateltaville etukäteen. Näin vastaukset tulivat haastateltavilta spontaanisti. Esihaastattelua en ehtinyt suorittamaan, koska kevät oli jo pitkällä ja koulut loppumassa lukukauden osalta.

Teemahaastattelukysymykset eri kohderyhmille oli seuraavat:

Opettajan ja rehtorin teemahaastattelun kysymykset välituntitoimintaan liittyen:

1. Mikä on mielestäsi merkittävin asia, jonka takia lähdit edistämään koulun välituntiliikuntaa ja oppilaiden aktiivisuutta?
2. Kuvaile koulun välitunteja ennen aktiivisen välituntitoiminnan käynnistymistä.
3. Minkälainen on mielestäsi aktiivisen välituntitoiminnan vaikuttavuus?
- Mitä hyviä tai muita huomioitavia asioita haluat tuoda esille?
4. Minkälainen vaikuttavuus on ollut Väykkäreiden ohjaamilla peleillä ja leikeillä muille välitunneille?
5. Minkälaisia ongelmia aktiivisessa välituntitoiminnassa on ollut opettajien näkökulmasta?
6. Miten toiminta on vaikuttanut eri-ikäisten lasten väliseen toimintaan?
7. Miten arvioisit toiminnan kehittämistarpeita tulevaisuudessa?
8. Minkälaista palautetta koulun muut opettajat ovat antaneet Väykkäri-toiminnasta?
9. Jos lähtisit koulussasi uudestaan käynnistämään aktiivista välituntitoimintaa, mitä tekisit toisin?
10. Aktiivinen välituntitoiminta on jatkunut nyt noin puoli vuotta. Mitkä ovat mielestäsi toiminnan vakiinnuttamisen ”kulmakivet”?
11. Miten Väykkäri-koulutus markkinoitiin oppilaille?
12. Miten ilmoittautumiset Väykkäri-koulutukseen tapahtuivat?
13. Miten oppilaat valittiin Väykkäri-koulutukseen vai valittiinko?
14. Minkälaisen palautteen antaisit Väykkäri-koulutuksesta opettajan näkökulmasta (jos osallistuit)
15. Milloin Väykkäri-toiminta käynnistettiin koulussanne?
16. Missä vaiheessa idea ”myytiin” muille opettajille, miten?
17. Miten toiminta käynnistettiin? Miten markkinoitiin oppilaille?
18. Kuinka usein Väykkäri-toimintaa järjestetään kouluviikon aikana?
19. Mitä välituntivälineitä väykkäreillä on käytössä? (Miten he saavat välineet käyttöönsä?)
20. Miten Väykkäri erottuu koulun muista oppilaista ohjatuilla välitunneilla?
21. Onko Väykkäreillä jotain erityisetuja toiminnastaan Väykkärinä?
22. Kuinka paljon toiminnan käynnistäminen vaatii opettajalta a) aikaa, b) tukitoimenpiteitä, minkälaisia?

Välkkäreiden kysymykset välituntoiminnasta

1. Miksi halusit Välkkäriksi?
2. Minkälainen oppilas on mielestäsi hyvä Välkkäri?
3. Mikä on ollut mukavinta Välkkäri-toiminnassa?
4. Mikä on ollut vaikeinta Välkkäri-toiminnassa?
5. Miten Välkkäri erottuu tai voisi erottua koulussanne muista oppilaista, kun hänellä on ohjausvuoro?
6. Miten Välkkäri-toimintaa pitäisi kehittää omassa koulussasi?
7. Minkälaista apua ja tukea Välkkärit tarvitsevat mielestäsi välituntoiminnan yhdysopettajalta?
8. Saitko Välkkäri-koulutuksesta riittävästi apua toimintaasi Välkkärinä?
9. Olisitko tarvinnut vielä lisää tietoa jostakin? Mistä?

Välituntoimintaan osallistuvan oppilaan kysymykset:

1. Mitä yleensä teet koulun välitunneilla?
2. Kuinka usein olet osallistunut välitunneilla ohjattuun toimintaan? Mikä on saanut sinut osallistumaan?
3. Mikä on ollut Välkkäreiden pitämässä välitunnissa kaikista mukavinta?
4. Miten toivoisit, että voisit liikkua koulun välitunneilla?

Haastattelut suoritin ennen oppilaiden ohjaamaa aktiivista välituntoimintaa tai välittömästi toiminnan jälkeen koulun pihalla tai koulun luokassa. Haastattelut suoritin Loimaalla ja Uudessakaupungissa mukana olevaa lehdistön edustajaa lukuun ottamatta yksin. Välituntoiminnan yhdysopettajan ja rehtorin haastattelin aina yksinään. Nämä haastattelut kestivät puolesta tunnista tuntiin. Välkkäreiden haastattelut toteutettiin yksin tai pienryhmissä, koska oppilaat tunsivat toisensa jo entuudestaan, ja aihe oli heille yhteinen, eikä millään tavoin arkaluontoinen, toimi ryhmähaastattelu myös oppilaiden kanssa. Haastateltavat olivat hyvin innostuneita kertoamaan omista kokemuksistaan, ja näin haastattelut etenivät keskustellen. Itse osallistuin haastattelun edetessä keskusteluun lyhyillä lausahduksilla, lisäkysymyksillä ja myötäilemällä. Haastattelutilanteissa istuimme lähekkäin äänityksen onnistumiseksi, ja haastateltavat unohtivat nopeasti, että nauhoitin haastattelut puhelimellani niiden myöhempää hyödyntämistä varten. Haastattelutilanteessa tein itselleni muistiinpanoja aineiston myöhempää käsittelyä varten. Tutkimustyölleni oli arvokasta kuulla oppilaiden ja opettajien kokemuksia sekä uusia kehittä-

misideoita toiminnallisista välitunneista. Lisäksi oli tärkeää saada palautetta Välkkäri-koulutuksen toimivuudesta.

11.5 Välituntitoiminnan havainnointi osana kouluvierailua

Haastattelujen yhteydessä myös havainnoin kaikissa kouluissa itse välituntitoimintaa. Havainnointi on kaikille tieteenaloille yhteinen, tärkeä perusmenetelmä (Hirsijärvi ym. 2000, 37). Havainnoinnissa seurasin Välkkäreiden ja välituntitoimintaan osallistuvien oppilaiden toimintaa ohjatun välitunnin aikana. Havainnointi oli tarkkailua, jolla halusin seurata ohjatun välitunnin toiminnallisuutta ja osallistuvien oppilaiden ikärakennetta häiritsemättä lasten omaa aktiivisuutta. Perinteisesti havainnointi voidaan jakaa neljään muotoon: piilohavainnointiin, havainnointiin ilman osallistumista, osallistuvaan havainnointiin ja osallistavaan havainnointiin (Eskola & Suoranta, 1998, 101). Tarkkailevan havainnoinnin avulla halusin varmistaa, toimiiko välitunti käytännössä siten kuin haastateltavat haastatteluissa kertoivat. Havainnointia varten en ollut työstänyt erillistä havainnointilomaketta enkä pitänyt havainnointipäiväkirjaa. Välitunnin seuraamisen lisäksi otin välituntitoiminnasta valokuvia. Valokuvien tavoitteena oli tuoda koulukohtaiset välituntitoiminnan erilaiset ratkaisumallit kaikkien opettajien saataville opinnäytetyöstä valmistuvan opettajien välituntitoiminnan ideaoppaan välityksellä. Välitunneilla otettuja valokuvia ei tulla julkaisemaan missään ilman koulun opettajien ja lasten vanhempien suostumusta.

Suurimmassa osassa kouluista Välkkärit tiesivät, että olen tulossa seuraamaan ja valokuvamaan heidän toimintaansa sekä haastattelemaan heitä. Yhdessä koulussa he eivät tienneet tulostani ennakoon, rehtori kyllä.

11.6 Haastatteluaineiston analysointi, luotettavuus ja tulkinta

Kokonaisuudessaan haastattelin kolmen viikon aikana yhdeksässä eri koulussa Varsinais-Suomen alueelta 11 välituntitoiminnan yhdysopettajaa ja rehtoria, 19 Välkkäriä sekä kolmea toimintaan osallistuvaa oppilasta. Haastattelut purin yhtä lukuun ottamatta välittömästi haastattelujen jälkeen. Lisäksi hyödynsin apuna haastattelun yhteydessä tekemiäni muistiinpanoja.

Aluksi haastattelun käsittely tuntui mahdottomalta prosessilta. Onnekseni vastausten yhteneväisyys eri vastaajien kesken helpotti käsittelyä sekä lisäsi tutkimustuloksen luotettavuutta. Ensimmäisessä vaiheessa purin aineiston paperille haastattelujen pohjalta. Tämän jälkeen käsit-

telin tulokset aihekokonaisuuksina eri vastaajaryhmien näkökulmasta ensimmäisenä yhdysopettajat ja rehtorit, toisena Välkkärit ja kolmantena toimintaan osallistuneet oppilaat.

Aineiston analysointi alkoi mielessäni jo haastatteluvaiheessa. Aineiston päättelyssä olen käyttänyt aineistolähtöistä eli induktiivista päättelyä (Hirsijärvi ym. 2000, 135). Aineiston sisältö tiivistyi välituntitoiminnan eri vaiheiden kautta yhtenäiseksi kokonaisuudeksi. Havainnot, joita pystyin tekemään kouluvierailulla, vahvistivat käsitystäni tekemistäni tulkinnoista.

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden tarkastelu on aina ongelmallista. Laadullisessa tutkimuksessa aineiston analyysivaihetta ja luotettavuuden arviointia ei voida erottaa toisistaan yhtä selkeästi kuin määrällisessä tutkimuksessa. Laadullinen tutkimus antaa tutkijalle mahdollisuuden liikkua vapaammin aineiston analyysin, tehtyjen tulkintojen ja itse tutkimuksen välillä. (Eskola & Suoranta 1998, 208.) Tämän laadullisen tutkimuksen luotettavuutta olisi voitu edistää esimerkiksi siten, että tutkijoita olisi ollut kaksi. Tällöin useampi henkilö olisi haastatellut ja havainnoinut samoja tilanteita luoden niille oman merkityksen. Kahden tutkijan näkökulma on yleensä myös laajempi ja monipuolisempi.

Luotettavuutta haastattelutilanteisiin toi oppilaiden sekä opettajien haastatteleminen heidän omassa toimintaympäristössään eli koulussa. Haastateltavat olivat innostuneita asiasta ja he pysyivät hyvin aiheessa tuoden siihen omia näkemyksiään. Välituntitoiminnan yhdysopettajat olivat tiedottaneet Välkkäri-oppilaita haastattelusta etukäteen. Välkkäri-oppilaat olivat niin innokkaita tulemaan haastateltaviksi, että haastattelijalla oli välillä runsauden pula valita Välkkäri-oppilaita haastatteluun monien innokkaiden joukosta.

Aineiston luotettavuutta lisää mielestäni kuitenkin se seikka, että samat kysymykset esitettiin yhdeksässä eri koulussa Varsinais-Suomessa. Aineiston luotettavuutta voidaan kyseenalaistaa aineiston alueellisuuden näkökulmasta, mutta toisaalta en usko, että lapset haastatellulla Varsinais-Suomen alueella ovat erilaisia kuin lapset esimerkiksi Pohjois-Karjalassa. Haastattelujen pienestä määrästä johtuen on kuitenkin vaikea tehdä yleistyksiä ja haastattelijan omat mielenkiinnon kohteet voivat luonnollisesti vaikuttaa tutkimustulokseen.

Tutkimuksen aineistonkeruu suoritettiin lyhyellä aikavälillä (kolme viikkoa). Pidemmällä aikavälillä hankitulla aineistolla voitaisiin parantaa tutkimuksen luotettavuutta. Tällöin tutkimustuloksissa olisi mahdollisuus huomioida esimerkiksi vuodenaikojen vaihtelu. Äänityslaitteet toimivat kaikissa haastattelutilanteissa. Haastatteluista ei pidetty erillistä päiväkirjaa.

12 Kehittämishankkeen tulokset

Seuraavassa esitellään tutkimuksen tuloksia. Tuloksia lähdetään tarkastelemaan rehtoreiden ja opettajien näkökulmasta. Koulun henkilökunnan tuloksien jälkeen tarkastellaan Välkkäri-oppilaiden haastattelun yhteenvetoa sekä kolmen toimintaan osallistuneen oppilaan ajatuksia.

12.1 Koulujen henkilökunnan näkökulma aktiiviseen välituntitoimintaan

Haastatteluun osallistuneissa kouluissa suurin motivaatio aktiivisen, oppilaiden organisoiman välituntitoiminnan käynnistämiseen rehtoreiden sekä välituntitoiminnasta vastaavien opettajien mielestä olivat yhteisöllisyyden, me-hengen ja oppilaiden hyvinvoinnin edistäminen välituntiliikunnan keinoin. Lisäksi uuden välituntitoiminnan tavoitteena oli vähentää ei-toivottua käyttäytymistä sekä edistää leikki- ja pelikulttuuria. Yhdessä koulussa liikunnallinen välituntitoiminta oli liitetty osaksi koululiikunnan teemavuotta. Eräs haastatelluista rehtoreista kuvaa toiminnan käynnistämisen motiiveja seuraavasti:

”Syksy oli koulussa erityisen raskas ja lasten toiminta oli levotonta. Yhdessä opettajien kanssa päätettiin tehdä asialle jotain.”

Tässä koulussa tehtiin monia yhteisöllisyyttä ja hyvinvointia edistäviä päätöksiä samanaikaisesti.

- 1) kouluun perustettiin kouluneuvosto, johon valittiin yksi oppilas kaikilta luokilta.
- 2) koulu lähti mukaan KiVa Koulu -hankkeeseen, jonka tavoitteena on koulukiusaamisen ehkäiseminen.
- 3) koulussa ryhdyttiin aktivoimaan koulun oppilaita Välkkäreiksi.

Koulun henkilökunnan tekemien päätöksiä tavoitteena oli antaa lapsille mahdollisuus vaikuttaa heitä itseään koskeviin asioihin ja näin parantaa oppilaiden tunnetta koulunkäyntiä kohtaan ajatuksena ”Kouluun on kiva tulla.”

Aktiivista välituntitoimintaa organisoineet opettajat nostivat esille, että ohjatun välituntitoiminnan ei tarvitse alkaa heti, kun koulun lukukausi alkaa. Syksyllä pimeyden ja kylmyyden lisääntyessä vähenee myös lasten aktiivinen toiminta välituntisin. Silloin on hyvä aika käynnistää oppilaita aktivoiva yhteinen välituntitoiminta.

Yhdessä koulussa Väykkäri-koulutuksen jälkeen Väykkäri-toiminta ei ollut lähtenyt käyntiin. Todennäköisesti tämän johtui siitä, että koulun henkilökunta ei ollut sitoutunut aktiiviseen välituntitoimintaan. Väykkäri-koulutuksen organisointi ja innokkuus uuden välituntitoiminnan käynnistämiseen oli siis tullut koulun henkilökunnan ulkopuolelta.

12.2 Väykkäri-toiminnan markkinointi koulun ylimpien luokkien oppilaille

Yhteistä kaikkien koulujen Väykkäri-toiminnan markkinointitoimenpiteille oli, että ne oli toteutettu luokkakohtaisesti koulun vanhimmille luokille. Luokkakohtainen markkinointi antoi oppilaille mahdollisuuden heti kysyä uudesta välituntitoiminnasta sekä ilmoittautua Väykkäri-koulutukseen. Luokkakohtaisen markkinoinnin jälkeen oppilaille oli muutaman päivän ajan mahdollisuus ilmoittautua koulutukseen omalle opettajalleen, joka hoiti ilmoittautumisen eteenpäin koulun sisällä välituntitoiminnasta vastaavalle henkilölle.

Markkinointia koulun ylimpien luokkien oppilaille olivat tehneet useammat eri henkilöt: liikuntasiteeri yhdessä liikunnan yhdysopettajan kanssa, liikunnanopettaja ja koulunkäyntiavustaja. Asiaa markkinoi se henkilö, joka itse koki välituntitoiminnan tärkeäksi. Osassa kouluista oli markkinoinnin yhteydessä oppilaille jaettu Väykkäri-koulutusmainos (liite 3), jonka tavoitteena oli innostaa oppilaita mukaan Väykkäri-koulutukseen.

Yhdessä koulussa oli suoritettu alustava kysely oppilaiden halukkuudesta Väykkäri-koulutukseen. Alustavan kartoituksen perusteella halukkaita oppilaita oli niin paljon, että oppilaat joutuivat hakemaan Väykkäri-koulutukseen (liite 4). Koulun rehtorin lisäksi hakemuslomakkeeseen oppilaiden vanhempien suostumuksen Väykkäri-ohjaajaksi ja tällä tavoin oppilaiden vanhemmat saivat tiedon aktiivisen välituntitoiminnan käynnistymisestä sekä oppilaiden halukkuudesta osallistua uuteen toimintaan.

Kahdessa koulussa koulutukseen osallistuvien oppilaiden ryhmä oli jo etukäteen valittu tyttöjen yhteisestä liikuntaryhmästä. Tällöin kaikki liikuntaryhmään kuuluvat oppilaat osallistuivat Väykkäri-koulutukseen. Koulutuksen jälkeen oppilaille oli mahdollisuus päättää, toimivatko he koulussaan Väykkäreinä vai esimerkiksi välituntitoiminnan managerina, jotka vastasivat välituntitoiminnan markkinoinnista koulun muille oppilaille.

Eräs opettaja oli havainnut, että toiminnasta vastaavan opettajan tulee etukäteen päättää voivatko jo aikaisemmin koulun vapaaehtoistoimintaan sitoutuneet oppilaat, esimerkiksi tukioppi-

laat tai vertaissovittelijat hakea Välkkäri-koulutukseen vai halutaanko välituntitoiminnan kautta aktivoida uusia oppilaita mukaan vapaaehtoistoimijoiksi koulussa.

Turun projektijohtajan ja koululiikunnanohjaajan haastattelussa ilmeni, että Turun kouluissa välituntitoiminnalle oli ehtinyt muodostumaan jo perinne. Turussa valitaan joka syksy uudet oppilaat Välituntiaktivaattori-koulutukseen. (Turun kouluissa välituntiohjaajakoulutuksella on ollut oma nimi jo aiemmin, ja tämän vuoksi sitä ei ole muutettu yhteneväksi valtakunnallisen Välkkäri-nimen kanssa.) Välituntiaktivaattori-koulutuksen Turussa toteuttaa Turun opettajan-koulutuslaitoksen opiskelijat. Vuosittain Välituntiaktivaattorit ovat viidennen luokan oppilaita ja halukkailla kuudennen luokan oppilailla on mahdollisuus jatkaa ohjaustoimintaa seuraavana lukuvuonna. Välituntiaktivaattori-koulutuksen jälkeen haastatteluun osallistuneet henkilöt pitivät tärkeänä, että välituntitoiminnan yhdysopettaja koulusta sekä Välituntiaktivaattori-koulutuksesta vastuussa ollut kouluttaja (OKL:n opiskelija) seuraavat oppilaiden toteuttaman välitunnin ja käyvät siitä arviointikeskustelun yhdessä oppilaiden kanssa.

12.3 Oppilaiden valinta Välkkäri-koulutukseen ja koulutusten toteutus

Mikäli Välkkäri-koulutukseen oli halukkaita oppilaita enemmän kuin kaksikymmentä, joutui opettaja valitsemaan koulutukseen osallistuvat oppilaat. Oppilaiden valintavaiheessa opettajat konsultoivat valintaratkaisuisissa muiden luokkien opettajia. Erityisesti vilkkaimpien oppilaiden kohdalla oli opettajan erikseen arvioitava, pystyykö kyseinen oppilas kantamaan vastuunsa välituntitoiminnasta vai suuntautuuko oppilaan energia toiminnan kannalta väärin asioihin. Useimmiten vilkkaimmat Välkkäri-oppilaat asettivat haasteen kouluttajalle jo ohjaajakoulutustilaisuudessa. Välituntitoiminnan yhdysopettaja ilmoitti oppilaille erillisellä infokirjeellä, olivatko he päässeet Välkkäri-koulutukseen (liitteet 5,6).

Välkkäri-koulutukset toteuttiin syksyllä 2008 tai keväällä 2009 koulupäivän aikana liikuntasalissa kahdessa 90 minuuttia kestävässä jaksossa. Jaksojen välissä oli vähintään viikon kestävä tauko, jolloin oppilailla oli mahdollisuus tehdä koulutukseen liittyvät välitehtävät. Koulutukseen osallistui pääsääntöisesti aktiivisesta välituntitoiminnasta vastannut yhdysopettaja. Opettajan osallistuminen oli tärkeää, koska oppilaiden yhteisenä välitehtävänä oli suunnitella aktiivisen välituntitoiminnan käynnistäminen omassa koulussa ja tästä tehtävästä suoriutumiseen oppilaat tarvitsivat opettajan apua. Toisena välitehtävänä oli suunnitella yhdessä kaverin kanssa peli, jonka he yhdessä ohjasivat seuraavassa Välkkäri-koulutusosiossa muille koulutukseen osallistuville.

Erään välituntitoiminnasta vastaavan yhdysopettajan huomio oli, että Välkkäri-koulutuksen jälkeen vielä ennen aktiivisen välituntitoiminnan aloittamista olisi ollut tärkeää koota koulutetut Välkkärit yhteen ja käydä yhteinen keskustelu kaikista käytännön toimintaan liittyvistä asioista kuten välineet, yhteiset toimintatavat ja niin edelleen.

12.4 Aktiivisesta välituntitoiminnasta vastaavan yhdysopettajan toimenkuva

Välituntitoiminnan käynnistämisessä opettajat olivat positiivisesti yllättyneitä pienemmästä työmäärästä kuin olivat etukäteen odottaneet. Yhtenäiskoulussa opettajan työmäärä ensimmäistä kertaa eri-ikäisille toteutettavassa välituntitoiminnassa oli ollut selkeästi suurempi kuin muissa kouluissa. Yhtenäiskoulussa työnjako toisen opettajan kanssa olisikin ollut järkevää jälkikäteen arvioituna. Tärkeäksi opettajat nostivat yhdysopettajan tai välituntitoiminnasta vastaavan henkilön oman mielenkiinnon välituntitoiminnan edistämiseen.

Välituntitoiminnassa opettajan vastuulle oli jäänyt Välkkäreiden ohjausvuorolistojen tekeminen (liitteet 7, 8) puolivuositain tai kuukausittain riippuen siitä, kuinka usein toimintaa toteutettiin kouluviikon aikana. Lisäksi yhdysopettajat olivat auttaneet Välkkäreitä käytännön järjestelyissä tarpeen mukaan sekä muistutelleet Välkkäreitä omasta ohjausvuorostaan. Useissa kouluissa oli toteutettu Välkkäreiden ja välituntitoiminnan yhdysopettajan väliset säännölliset välituntitoiminnan palaverit viikon, kahden viikon tai kuukauden välein. Palaverit oli toteutettu välituntien aikana ja niistä oli tehty muistio (liitteet 9,10,11). Yhtenäiskoulun välituntitoiminnan yhdysopettaja oli kirjoittanut Välkkäreille välituntitoiminnan muistilistan (liite 12) toiminnan onnistumisen varmistamiseksi.

Opettajien mielestä välituntitoiminnan tehtävät kuuluvat osaksi opettajan työaikaan ja normaaleihin työtehtäviin eikä siitä odotettu erillistä korvausta. Esille nousi luonnollisesti opettajan saama erillinen virkaehtosopimuksen mukainen korvaus tukioppilastoiminnasta, johon välituntitoiminta on helpostikin verrattavissa. Tämän ottivat puheeksi etenkin nuoremmat opettajat. Opettajat näkivät mahdollisuutena esimerkiksi välituntivalvonnan korvaamisen välituntitoiminnan yhdysopettajan tehtävillä.

12.5 Aktiivinen välituntitoiminta muiden opettajien näkökulmasta

Välituntitoiminnan alkamisesta oli viestitty koulun muuta henkilökuntaa pääasiassa opettajainkokouksessa. Koulun henkilökunnalle oli työstetty tiedote välituntitoiminnasta ja tiedote oli lähetetty opettajien sähköpostiin (liite 13), jotta heillä olisi mahdollisuus myöhemmin palata tarvittaessa asiaan.

Koulun muilta opettajilta oli yhdysopettajalle tullut vähän palautetta aktiivisesta välituntitoiminnasta. Välituntitoiminnan yhdysopettajat totesivatkin, että ”kun homma toimii, mitään ei kuulu.” Koulun muut opettajat olivat saaneet palautetta toiminnasta oman luokkansa oppilailta ja heillä oli ollut mahdollisuus havaita aktiivinen toiminta oppilaiden punaisista poskista. Haastattelujen yhteydessä yleisissä välituntikeskusteluissa muut opettajat nostivat esille oppilaiden oman opettajan kannustuksen tärkeyden välituntitoimintaan erityisesti silloin, jos oppilas ei muutoin ole liikunnallisesti kovin aktiivinen tai taidoiltaan sosiaalinen.

Koulun Välkkäri–oppilaiden opettajilta oli vaatinut joustavuutta Välkkäreiden poistuminen edelliseltä oppitunnilta 5-15 minuuttia aikaisemmin välituntitoiminnan valmistelutehtäviin. Tavoitteena oli, että toiminta pääsisi aina heti käyntiin, kun oppilaat ehtivät välitunnille. Välituntitoiminnan yhdysopettajat eivät kokeneet omasta näkökulmastaan tässä minkäänlaista ongelmaa.

12.6 Uuden välituntitoiminnan markkinointi koulun oppilaille

Kaikissa kouluissa toteutettiin uudesta toiminnasta luokkakohtaista markkinointia. Lähes kaikissa kouluissa Välkkäri-oppilaat olivat itse päässeet mukaan toiminnan markkinointiin sekä levittämään tekemiään julisteita luokkiin ja koulun sisääntulo-ovien viereen. Oppilaiden lisäksi markkinoinnista olivat auttaneet aktiivisesta välituntitoiminnasta vastuussa olleet aikuiset.



Kuva 1. Taimon koulun Välkkäreiden tekemä välituntitoiminnan mainos.

Eräässä koulussa esiintymistaito oli yhdistetty toiminnan markkinointiin siten, että Väykkärioppilaat olivat harjoitelleet esiintymistä yhdessä yhdysopettajan kanssa ja tämän jälkeen kiertäneet luokissa markkinoimassa välituntitoimintaa sekä jakamassa esitteitä. Luokkakohtaisen markkinointikierroksen lisäksi välituntitoiminnan markkinointia suoritettiin keskusradion välityksellä juuri ennen toiminnan alkamista. Yleisen markkinoinnin lisäksi Väykkärit kävivät erikseen muistuttamassa aktiivisesta välitunnista koulun pienempiä oppilaita luokkakohtaisesti sekä olivat ulosmeno-ovella rekrytoimassa oppilaita mukaan itse välituntitoimintaan.

12.7 Toiminnan käynnistämässä huomioitavia asioita



Kuva 2. Hakametsän koulun tuulikaappi, jossa säilytetään luokkakohtaiset välituntivälineet ja Väykkäreiden välineet.

Yllättävänkin suuren haasteen useissa kouluissa oli aiheuttanut Väykkäreiden käytössä olevat välituntivälineet ja niiden saatavuus. Hankalien avainjärjestelyjen jälkeen oli useimmiten päädytty kaikkia osapuolia vähiten työllistävään ratkaisuun ja Väykkäreiden käytössä olevat välineet oli siirretty koulun tuulikaappiin. Opettajat totesivatkin, että jos välituntivälineet olivat lukkojen takana, etsivät Väykkärit ensin yhdysopettajaa saadakseen välineet ja päästäkseen organisoimaan itse toimintaa. Kun Väykkärit saivat käyttöönsä yhteisen kaapin ja siihen oman avaimen, muodostui ongelmaksi yhteisen avaimen säilytys. Tämän jälkeen välineet siirtyivät koulun tuulikaappiin. Tuulikaapista Väykkärioppilaiden oli helppo ottaa tarvitsemansa välineet välituntikäyttöön. Riski välineiden katoamisesta vain piti ottaa. Tuulikaappisäilytyksen toinen vaih-

toehto oli välineiden säilyttäminen opettajainhuoneessa tai niiden hakeminen opettajainhuoneesta noudettavalla avaimella, jonka avulla Väykkärillä oli mahdollisuus päästä koulun välinevarastoon. Välituntitoiminnan houkuttelevuutta lisäsi se, että Väykkäreiden toteuttamalla välitunneilla saattoi olla käytössä sellaisia liikuntavälineitä, joita muilla välitunneilla ei ollut saatavilla (liite 14). Esimerkkinä erityisistä liikuntavälineistä mainittakoon norsujalkapallo suuren kokonsa puolesta.

Toiminnan käynnistämisvaiheessa välituntiliikuntavälineiden lisäksi pohdintaa aiheutti oppilaiden erottuminen aktiivisilla välitunneilla muista oppilaista. Erottuminen oli tärkeää sen vuoksi, että nuoremmat oppilaat tiesivät yhteisestä tunnuksesta ketkä olivat eri päivinä ohjausvuorossa. Väykkäri-oppilaiden mielestä oli tärkeää, että heillä oli mahdollisuus vaikuttaa Väykkäri-tunnukseen. Peliliivit, joita on useiden koulujen välituntia valvovien opettajien yllä olivat käytetyin Väykkäri-tunnus. Kel-



Kuva 3. Väykkäreiden erottuminen muista oppilaista.

taiset, pinkit tai siniset peliliivit, jotka säilytetään Väykkäri-välineiden yhteydessä toimivat vielä alakoulussa, mutta yläkoulussa niiden käyttämisestä jouduttiin keskustelemaan välituntitoiminnasta vastaavan yhdysopettajan kanssa. Mustat tupsulliset lippalakit saivat Väykkäri-oppilailta kohtuullisen palautteen. Ylivoimaisesti positiivisimman palautteen Väykkäri-oppilaiden puolelta saivat vaaleanpunaiset t-paidat, jotka oppilaat ovat itse päässeet valitsemaan ja suunnittelemaan painatusta myöten sekä vihreät huivit, joihin on painettu V-kirjain. Tulevaisuuden Väykkäri-tuotteiksi opettajat sekä oppilaat toivoivat pilliä sekä opettajat rintanappia. Huomioitavaa on, että Väykkäri-tuotteesta tulee etukäteen sopia opettajan ja oppilaiden välillä. Väykkäreiden tulee tietää, saavatko he tunnukset omaksi vai kerätäänkö ne pois kouluvuoden jälkeen uusien Väykkäreiden käyttöä varten.

Välituntitoiminnan käynnistymiseen oli käytössä kolme eri vaihtoehtoa: 1) aktiivinen välituntitoiminta käynnistyi aina samasta paikasta, esimerkiksi koulun pääovien edestä, josta Väykkäri-oppilaat veivät toimintaan osallistuvat oppilaat suunnittelemaansa paikkaan liikkumaan, 2) itse valmistettu rumpu toimi merkinä Väykkäri-toiminnan alkamisesta tietyssä paikassa, 3) Välituntitoiminnan paikka oli merkattu isolla tolppalla viestittäen muille oppilaille toiminnan alkamisesta, kun tolppa oli paikalla.

Suurimmassa osassa kouluja toimintaa toteutettiin yhdellä piha-alueella. Kahdessa isossa koulussa välituntitoimintaa järjestettiin koulun kahdella eri piha-alueella eri-ikäisille oppilaille siten, että nuoremmat liikkuvat koulun toisella piha-alueella ja vanhemmat toisella. Jaottelun tavoitteena oli tarjota eri-ikäisille oppilaille vaativuustasoltaan erilaista toimintaa.

12.8 Välituntitoiminnan soveltuminen koulupäivän rakenteeseen

Kaikissa haastatteluissa kouluissa oli välituntitoiminta käynnistetty kokeiluluonteisesti 15 minuutin välitunnilla. Uudessakaupungissa Hakametsän alakoulussa toimintaa oli joka päivä klo 10-10.15, Pohjoiskulman alakoulussa päivittäin klo 11.30-12.00 (ruokavälitunti). Merimaskun koulussa toimintaa oli joka päivä hieman eri kellonaikoihin. Kolmessa koulussa toimintaa järjestettiin kaksi kertaa viikossa, jolloin päivät vakiintuivat kaikissa kouluissa tiistaisi ja torstaisiksi. Kalannin yläkoulussa toimintaa oli tiistaisin ja torstaisin klo 13-13.15, Liedon yhtenäiskoulussa tiistaisin ja torstaisin klo 9.45-10.00. ja Taimon koulussa Naantalissa tiistaisin ja torstaisin klo 10.45-11.15. Taimossa välitunnit olivat porrastettu ruokailujen vuoksi, jolloin yksittäinen oppilas oli välitunnilla 15 minuuttia, mutta Vätkkärät suorittivat puolen tunnin yhtäjaksoisen ohjauksen koulun oppilaille. Myös Turun kouluissa toimintaa järjestetään keskimäärin kaksi kertaa viikossa.

Loimaan keskuskoulussa toimintaa toteutettiin ensin kaksi kertaa viikossa. Kuukauden kokeiluvaiheen jälkeen toimintaan kaivattiin säännöllisyyttä, jolloin toimintaa lähdettiin toteuttamaan joka päivä kello kahdentoista välitunnilla. Loimaan keskuskoulussa 1.-3 luokkalaisille aktiivista välituntitoimintaa toteutettiin niin kutsutulla alapihalla Vätkkäreiden ohjaamana ja 4.-6 luokkalaisille niin kutsutulla yläpihalla eri Vätkkäri-ohjaajien organisoimana.

Liedon yhtenäiskoulussa kahdeksaluokkalaiset ohjasivat alakoulun oppilaita. Tämä oli toimiva ratkaisu, mutta se ei lisännyt yläkoululaisten aktiivisuutta välituntisin. Tarvasjoen yhtenäiskoulussa eri-ikäisille oppilaille järjestettiin toimintaa kaksi kertaa viikossa siten, että 1.-2 luokat osallistuivat ohjattuun välituntitoimintaan tiistaisin klo 10-10.15 ja torstaisin klo 11.05-11.20, 3.-4 luokat maanantaisin klo 10.00-10.15 ja torstaisin klo 12.15-12.30 ja 5.-7 luokat maanantaisin klo 13.15-13.30 ja keskiviikkoisin klo 10.00-10.15. Tämä monimutkaiseltakin tuntuva porrastus liittyi muun koulupäivän rytmitykseen. Tarvasjoen yhtenäiskoulussa viidesluokkalaiset ohjasivat 1.-4.-luokkalaisia ja kahdeksaluokkalaiset 6.-7.-luokkalaisia. Näin suuremmalle joukolle oppilaita pystyttiin tarjoamaan aktiivista toimintaa eri välitunneilla. Laajennettu toiminta

yhtenäiskoulussa vaati yhdysopettajalta paljon koordinoitua työtä.

Kalannin yläkoulussa liikuntavälineet olivat oppilaiden vapaassa käytössä kaikilla välitunneilla. Satunnaisesti toteutettiin pienimuotoisia turnauksia välituntisin kolmesta neljään oppilaan joukkuein esimerkiksi beachvolleyssä, koripallossa ja niin edelleen. Tämä oli toimivat ratkaisu ja Väykkäri-oppilaan rooli oli enemmänkin toiminnan käynnistäjä kuin ohjaaja. Yläkoulussa välituntimusikilla koettiin olevan tunnelmaa nostattava vaikutus turnauksien yhteydessä.

Pohjoiskulman alakoulussa Uudessakaupungissa oli toteutettu niin kutsuttua rospuuttoajan salivälituntia. Tällöin Väykkäri-oppilaat vastasivat avaimen hakemisesta välituntitoiminnan yhdyshenkilöltä. Tämän jälkeen Väykkäri-oppilaille oli mahdollisuus päästä toteuttamaan ohjattua välituntitoimintaa koulun muille oppilaille liikuntasaliin. Koulun henkilökunnan näkökulmasta salitoiminnasta ei ollut aiheutunut minkäänlaista hankaluutta.

12.9 Välituntitoiminnan vaikutukset opettajien näkökulmasta

Opettajat suhtautuivat uuteen välituntitoimintaan hyvin positiivisesti. Opettajat kokivat, että yhtäkkiä koko koulu oli aktivoitunut liikkumaan. He pitivät tärkeänä oppilaiden omaehtoista liikuntaa, mutta totesivat yksimielisesti Väykkäreiden liikuttavan suurempaa määrää oppilaita kuin yleensä liikkuu välituntisin. Fyysisen aktiivisuuden lisääntymisen lisäksi opettajat olivat havainneet, että eri-ikäiset oppilaat olivat lähteneet välituntisin pelaamaan yhdessä. Aikaisemmin kuudesluokkalaiset ja ekaluokkalaiset oppilaat eivät olleet pelanneet yhdessä. Opettajien mielestä kouluissa näkyi selkeästi välituntiliikunnan lisääntyminen. Uudenkaupungin välituntitoiminnan ja koululiikunnan yhdysopettajan mukaan

”Eniten toiminnan alkamisen on huomannut siitä, että ohjatuille välitunneille oppilaille on yleensä hirveä kiire.”

Aktiivisen toiminnan lisäksi opettajat kokivat, että erityisesti tytöt olivat saaneet lisää leikkiaikaa. Tytöt olivat ottaneet vastuuta Väykkäri-toiminnasta ja ohjanneet pelejä ja leikkejä muille oppilaille. Aktiivinen toiminta näkyi tyttöjen toiminnassa myös muilla välitunneilla. He leikkivät yhdessä kuten nuorempana eli heillä oli ”lupa leikkiä” jälleen, koska olivat Väykkäreitä. Tästä leikkiajan pidentymisestä lasten vanhemmat olivat antaneet välituntitoiminnan yhdysopettajalle positiivista palautetta. Tyttöjen lisäksi opettajat nostivat esille kuudennen luokan poikien esimerkin voiman. Opettajat totesivat, että kuudennen luokan pojat saavat halutessaan kaikki koulun oppilaat mukaan välituntitoimintaan.

Opettajien mukaan Välkkäreiden ohjaamat suosituimmat pelit ja leikit olivat siirtyneet myös muille välitunneille. Välkkäri-oppilaat olivat huomioineet saman asian. Opettajien mielestä myös oppilaiden oma aktiivisuus luokkakohtaisesti oli lisääntynyt uusien pelien ja leikkien keksimiseen. Opettajat kertoivat, että oppilaat odottivat Välkkäreiden ohjaamia välitunteja ja osasta Välkkäreistä oli tullut hyvin suosittuja henkilöitä. Välkkäreiden käyttämät niin sanotut ekstravälineet innostivat myös oppilaita osallistumaan välituntitoimintaan.

Opettajien näkemys aktiiviseen välituntitoimintaan on, että alkuinnostus loppuu aikanaan ja siksi haasteena koulussa on luoda aktiivisesta välituntitoiminnasta pysyvä kulttuuri. Kulttuurin luominen edellyttää toiminnan kokemista tärkeäksi sekä sen kehittämistä aktiivisesti.

”Jos opettajat jaksavat kannustaa ja olla innostuneita, oppilaat tekevät mitä vaan. On tärkeää, että Välkkäri-toiminnasta viestitään kaikkia opettajia samanaikaisesti ja koko koululle pidetään yhteinen tietoisuus asiasta Välkkäreiden toimesta. Välkkäreiden yhteinen tunnus on myös erittäin tärkeä, se on merkki yhteenkuuluvuudesta.”

mainitsee kymmeniä vuosia opettajana toiminut, välituntitoiminnan kokenut lehtori Turusta.

12.10 Välituntitoiminta Välkkäri-oppilaiden näkökulmasta

Oppilaat hakeutuivat Välkkäri-koulutukseen, koska he kokivat koulutuksen sisällön ja liikunnan houkuttelevaksi. Välkkäreiden mielenkiinnon koulutusta kohtaan herättivät halu sekä liikua itse että liikuttaa koulun muita oppilaita. Lisäksi koulutukseen hakeutuneet oppilaat halusivat oppia uusia pelejä ja leikkejä. Koulutukseen osallistuneiden oppilaiden oma asenne liikuntaa kohtaan oli myönteinen.

Koulutuksessa Välkkärit odottivat oppivansa sosiaalisia taitoja (miten tulla toimeen erilaisten ihmisten kanssa) sekä ohjaamisen- ja ryhmähallinnan taitoja. Lisäksi oppilaiden kommentoissa nousi esille toive mukavasta välituntitoiminnasta tylsien välituntien sijaan.

Koulutukseen osallistuneet Välkkärit kokivat koulutuksen sopivasti toiminnalliseksi ja monipuoliseksi. Koulutus vastasi oppilaiden odotuksia ohjaamisen taidon lisääntymisestä sekä uusien pelien ja leikkien oppimisesta. Tärkeäksi oppilaat nostivat mahdollisuuden itse harjoitella leikkien ja pelien ohjaamista. Välkkäri-koulutuksen jälkeen muutamissa kouluissa Välkkäri-oppilaat olivat saaneet harjoitella leikkien ja pelien ohjaamista toisilleen tai koulun nuoremmille

oppilaille liikuntatuntien aikana opettajien tuella. Väykkäri-toimintaan osallistumisen motivaationa oli useamman koulutetun Väykkäri-oppilaan mielestä mahdollinen tulevaisuuden hyödynäkökulma. Oppilaat arvelivat, että he voisivat tulevaisuudessa hyödyntää Väykkäri-koulutusta sekä saamaansa Väykkäri-ohjaajakokemusta esimerkiksi kesätöissä, työskentelyssä lasten kanssa tai rippileirillä. Lisäksi he kokivat aktiivisen osallistumisen saattavan hyödyntää heitä jatko-opiskelupaikan saamisessa. Muutamien Väykkäreiden mielestä oli mukava jälleen olla kuin ”ekaluokkalainen” eli toiminta antoi Väykkäreille itselleen mahdollisuuden pelaamiseen ja leikkimiseen.

Lisäosaamista välitunneilla saadun käytännön ohjauskokemuksen jälkeen Väykkärit kaipasivat pariin muodostamiseen, kun

”tyttö ei välttämättä halua olla pojan pari tai päinvastoin”

sekä joukkuejaon tekemiseen,

”jossa aina tulee riitä, kun joku yrittää huijata”

sekä ristiriitatilanteiden selvittämiseen.

Osaamista kaivattiin myös oppilaiden saamiseksi mukaan itse toimintaan. Ohjauskokemuksen lisääntyessä Väykkärit olivat kuitenkin huomanneet, että kun he saavat muutaman oppilaan lähtemään mukaan välituntitoimintaan niin muutkin innostuvat.

Haastetta Väykkäreille olivat tuottaneet uusien leikkien ja pelien keksiminen. Väykkäri-oppilaiden mukaan he olivat palanneet Väykkäri-koulutuksen osallistujamateriaaliin, jossa on valmiiksi kerättyä leikki- ja peli-ideoita välituntikäyttöön. Kuitenkin haastattelun yhteydessä tuli mielikuva, että samoja suosikkileikkejä leikitään lähes jokainen välitunti.

Sääntöjen opettamisessa sekä ryhmän hallinnassa Väykkäri-oppilaat kokivat, että heillä on vielä paljon kehittymisen mahdollisuuksia.

”Kaikki eivät kuuntele mitä sanotaan eivätkä myöskään silloin tee mitä käsketään.”

kuvaa tilannetta useampi Väykkäri. Välituntitoiminnan ohjaaminen onkin auttanut Väykkäri-oppilaita ymmärtämään koulun opettajien vaikeutta opettaa oppitunnilla esimerkiksi uutta asiaa, kun oppilaat touhuavat luokassa samanaikaisesti jotain aivan muuta. Toiminta on siis ainakin jonkin verran lisännyt empatiaa koulun opettajia kohtaan. Toiminnan näkökulmasta hankalana asiana Väykkärit pitävät sitä, että oppilaat pääsevät oppitunneilta eri aikaan.

”Kun juuri on saatu peli käyntiin, tulee uusia oppilaita mukaan peliin kysyen: ”Mitä pelaatte? Mitkä ovat säännöt? Mekin haluamme mukaan.”

kommentoivat Vätkkäröt. Ruokavälitunti on toiminnan kannalta erityisen haasteellinen, koska erityisesti silloin koulun oppilaat tulevat välitunnille vieläkin enemmän eri aikaan kuin muutoin.

Vätkkäreiden mielestä hyvän välituntiohjaajan ominaisuuksia ovat positiivisuus, kilttiys ja rohkeus puhua, komentaa sekä kannustaa. Hyvä Vätkkäri pitää lasten kanssa toimimisesta ja hän antaa kaikille oppilaille mahdollisuuden osallistua. Vätkkäri osaa ehdottaa leikkejä ja pelejä sekä kertoa säännöt peliin tai leikkiin. Tärkeänä asiana Vätkkäröt pitivät myös Vätkkärin itsensä osallistumisen peli- tai leikkitoimintaan.

Vätkkäröt nostivat mukaviksi ja palkitseviksi asioiksi välitunnin ohjaustoiminnassa suoran palautteen tehdystä työstä. He kokivat olevansa onnistuneet innostamaan koulun muita oppilaita ja saaneensa toiminnasta positiivista palautetta. Vätkkäröt olivat saaneet ”luvan” leikkiä koulun muiden oppilaiden kanssa ja myös välituntivalvonnassa ollut opettaja oli osallistunut Vätkkäreiden ohjaamaan peliin välitunnilla. Vätkkäröt olivat huomanneet, että heidän ohjaamansa pelit ja leikit, esimerkiksi vinkkelibanaani ja kymmenen tikkua laudalla olivat siirtyneet myös muille välitunneille. Vätkkäri-oppilaan rooli oli antanut Vätkkäreille mahdollisuuden ”pomottaa” koulun muita oppilaita, mutta myös mahdollisuuden oppia ymmärtämään pienempiä oppilaita ja heidän tapansa ajatella.

Vätkkäröt eivät odottaneet koulun henkilökunnalta erityistä huomioita, erityisetuja tai palkitsemista toiminnastaan Vätkkäreinä. Heidän mukaan ohjausvuorossa olevat Vätkkäröt pääsivät aikaisemmin pois edelliseltä oppitunnilta, jotta ehtivät valmistella toiminnallisen välitunnin. Aika vaihteli 5-15 minuutin välillä riippuen koulun muusta rytmityksestä. Mikäli ohjattua toimintaa järjestettiin ruokavälitunnilla, Vätkkäröt pääsivät ruokajonon ohi. Silloin Vätkkäreille jäi riittävästi aikaa toiminnan organisointiin välitunnilla.

Osa Vätkkäri-oppilaista oli saanut välituntitoiminnasta vastaavalta yhdysopettajalta erityishuomioinnin. He kokivat opettajan taholta tulleen yllättävän huomioimisen hyvin positiivisesti. Kiitoksena hyvin tehdystä ohjaustyöstä yhdysopettaja oli järjestänyt Vätkkäreille mehu-keksi tarjoilun sekä kiittänyt Vätkkäreitä ohjaustoiminnasta.

Vätkkäri-oppilaat kokivat välituntitoiminnan yhdysopettajan ja Vätkkäri-oppilaiden väliset yh-

teiset palaverit tärkeiksi. Palavereita oli toteutettu kerran viikossa, kerran kahdessa viikossa tai kerran kuukaudessa välitunnin aikana. Palaverit mahdollistivat yhteisen suunnittelun sekä tiedon välityksen. Raision Kaanaan koulua, ei oltu haastateltu tutkimukseen. Kaanaan koulussa toteutetun erillisen kouluvierailun yhteydessä oli hienoa havaita, että siellä yhteissuunnittelu oli viety pitkälle. Koulun ilmoitustaululla oli näkyvissä koko viikon välituntitoiminnan vastuuhjaajat sekä leikittävät pelit tai leikit koulun eri piha-alueilla. Opettajan ja Väykkäri-oppilaiden välisiä palavereita pidettiin kerran viikossa. Tämä suunnitelmallisuus antoi koulun oppilaille mahdollisuuden päättää etukäteen osallistumisestaan välituntitoimintaan sekä varmisti opettajalle, että pelit ja leikit vaihtuvat eri välitunneilla.

Väykkäri-oppilaiden mielestä oli tärkeää, että heidän oli pitänyt hakea Väykkäri-koulutukseen. Heidän mielestään valinta nosti Väykkäriin roolin arvoa, koska kaikki halukkaat eivät olleet päässeet koulutukseen.

12.11 Välituntitoiminnan kehittäminen Väykkäreiden näkökulmasta

Väykkäri-oppilaat olivat tyytyväisiä saamaansa vastuuseen koulun välituntiohjaajina. He toivoivat, että heillä olisi mahdollisuus toimia ohjaajina vähintään kerran viikossa. Lisäksi heidän mielestä välituntitoimintaa pitäisi markkinoida tämänhetkistä enemmän koulun muille oppilaille. Lisämarkkinointi helpottaisi koulun oppilaiden muistamista ohjatuista välitunneista. Väykkärit kokivat, että välituntitoimintaan pitäisi saada tietyin väliajoin uusia liikuntavälineitä. Uudet välineet motivoisivat Väykkäreitä uuden toiminnan suunnittelussa sekä sen toteuttamisessa. He uskoivat uusien liikuntavälineiden innostavan koulun muita oppilaita mukaan toimintaan.

Välituntitoiminnan yhdysopettajalta Väykkärit toivoivat kannustusta, palautetta toiminnan onnistumisesta, liikuntavälineitä, neuvoja ohjaustoimintaan sekä muistutusta omasta ohjausvuorosta. Konkreettista apua opettajalta ohjaustoiminnan aikana Väykkärit kaipasivat tarvittaessa

”Opettajalta tarvitaan apua, jos joku ei tottele meidän sanaa.”

mainitsee Väykkäri Uudenkaupungin koulusta.

12.12 Toimintaan osallistuvien oppilaiden näkemyksiä

Välituntitoimintaan osallistuneita oppilaita haastateltiin Taimon ja Merimaskun kouluissa Naantalissa sekä Liedon Ilmaristen yhtenäiskouluissa. Haastatellut oppilaat osallistuivat haas-

tattelupäivänä Väykkäreiden ohjaamaan välituntitoimintaan ja näin ollen heidät oli luonteva pyytää toiminnan jälkeen haastateltavaksi.

Haastatellut oppilaat toivoivat, että Väykkäreiden ohjaama välituntitoiminta voisi jatkua myös ensi lukuvuonna. Toimintaan osallistuneet oppilaat olivat kokeneet, että Väykkäreiden ohjaamat välitunnit olivat eronneet koulun muista välitunneista eniten tekemisen mahdollisuuksissa.

”Väykkäreiden ohjaamat välitunnit ovat mukavia, silloin on tekemistä, kun muulloin on tylsämpää.”

Oppilaat olivat osallistuneet Väykkäreiden ohjaamaan välituntitoimintaan vaihtelevasti riippuen omasta ”tunteesta”, haluaako olla välitunnilla mukana aktiivisessa toiminnassa vai ei.

”Välillä haluaa olla rauhassa ja pohtia omia asioita, välillä leikkimässä polttista tai maan valloitusta.”

kuvailee kolmasluokkainen nuori mies Väykkäreiden ohjaamaa toimintaa. Toimintaan osallistuneet oppilaat olivat huomioineet Väykkäreiden oman osallistumisen peliin tai leikkiin. Monet tietävät, että lasten välille tulee helposti riitaa leikin alussa siitä, kuka on ensimmäinen kiinniottaja hippaleikissä tai kirkonrotassa. Toimintaan osallistunut oppilas totesi, että

”On mukavaa, kun Väykkäri ottaa itselleen ensimmäiseksi hipan tai kirkonrotan roolin.”

Yhdessä haastatteluun osallistuneessa koulussa Väykkärit olivat mahdollistaneet oppilaiden vaikuttamisen toiminnan sisältöön. Alakoulun käytävän ilmoitustaululle oli laitettu paperi, johon oppilaat saavat esittää ehdotuksia Väykkä-toiminnan sisältöön. Väykkärit vastasivat taulun hoitamisesta säännöllisesti muutaman viikon välein sekä toiveiden huomioimisesta.

13 Välituntitoiminnan ideaopas opettajien käyttöön

Tämän opinnäytetyön tuotoksena on työstetty Välituntitoiminnan ideaopas opettajien käyttöön yhteistyössä Nuori Suomi ry:n kanssa. Välituntitoiminnan ideaoppaan työstäminen lähti liikkeelle Haaga-Helian ammattikorkeakoulun opinnäytetyöksi valitsemastani aiheesta välituntiliikunta. Välkkäri-oppilaiden toteuttamalla aktiivisella välituntitoiminnalla tuntui kevään 2008 – ja syksyn 2009 välisenä aikana olevan kova kysyntä. Osalla SLU-alueista oli jopa haasteita vastata koulujen laajenevaan Välkkäri-oppilaiden koulutuskysyntään koulupäivän aikana. Suuri osa SLU-alueiden kouluttajista teki koulutustoimintaa oman työn ohella pääasiassa iltaisin ja SLU-alueen nuorisotoiminnasta vastaavan henkilön toimenkuvaan kuuluu laajasti lasten ja nuorten liikunta toimialueellansa. Vuonna 2009 koulujen Välkkäri-oppilaiden suuren koulutuskysynnän kautta arviolta sadassa Suomen koulussa koulutettiin 1880 Välkkäri-oppilasta. Koulutuksien toteuttamisesta vastasivat SLU-alueet.

Suomessa on 2988 peruskoulua. Nuori Suomi ry:n ja SLU-alueiden yhteisellä päätöksellä syyskuussa 2009 mahdollistettiin, että yhä useampi taho lähtisi edistämään koululaisten välituntiliikuntaa. Aktiivista välituntitoimintaa halutaan levittää kaikkiin Suomen kouluihin. Järjestöjen omat resurssit toteuttaa vuosittain kaksi kertaa Välkkäri-koulutuskierros kaikkiin Suomen kouluihin oli liian kova haaste, sillä koulutus toteutetaan kahdessa yhdeksänkymmenen minuutin osassa. Tämän vuoksi välituntiliikunnan edistämiseen lähdettiin hakemaan uudenlaista ratkaisumallia.

Kävin Nuori Suomen kehityspäällikkö Juhani Lehdon kanssa neuvottelun välituntitoiminnan ideaoppaan yhdistämisestä ammattikorkeakoulun opinnäytetyöhöni. Tämän oppaan avulla voitaisiin eri puolille Suomea levittää hyviä välituntitoiminnan malleja, jotka helpottaisivat opettajia käytännön arjessa, ja toiminnalla olisi mahdollisuus laajentua jokaiseen suomalaiseen kouluun. Sovittiin, että kirjoitan opettajien välituntitoiminnan ideaoppaan, jonka painatuksesta ja levityksestä tulee vastaamaan lasten ja nuorten liikunnan valtakunnallinen organisaatio Nuori Suomi ry.

Opas työstettiin siten, että LiikU:n toimesta oli syksyllä 2008-2009 koulutettu eri kouluihin Välkkäri-oppilaita. Oppilaiden tehtävänä oli yhdessä välituntitoiminnasta vastaavan opettajan kanssa käynnistää aktiivinen välitunti omassa koulussa parhaaksi katsomallaan tavalla. Ammattikorkeakoulun lopputyötä varten kiersin toukokuussa 2009 haastattelemassa 11 koulun väli-

tuntitoiminnasta vastaava yhdysopettajaa, rehtoria tai koululiikunnan kehittämisestä vastaavaa henkilöä sekä 19 Väykkäriä. Heidän haastattelujensa tuloksena syntyi tämä opinnäytetyö.

Opinnäytetyöstä on välituntitoiminnan näkökulmasta nostettu tärkeimmät asiat selityksin ”kehitysmuotoon” opettajaoppaaseen. Esimerkiksi ”kun toteutat välituntitoiminnan markkinoinnin seuraavassa järjestyksessä, todennäköisesti onnistut.” Valokuvat välituntitoimintaa toteuttaneista kouluista antavat opettajalle mielikuvan kyseisen aihekokonaisuuden lopputuloksesta koulussa. Opettajien ideaopasta kirjoitettaessa on huomioitu, että opettajalla on käytössään rajallinen aika erilaisten aineistojen lukemiseen ja että ”kuvat kertovat enemmän kuin tuhat sanaa.” Opettajista koostuva työryhmä on ollut arvioimassa oppaan toimivuutta.

Nuori Suomi ry:ssä opas työstetään lopulliseen muotoon, jonka jälkeen se on koulujen henkilökunnan tilattavissa. Opettajien välituntitoiminnan ideaoppaan tilauksen yhteydessä opettaja saa käyttöönsä vuonna 2009 ilmestyneen oppilaan Väykkäri-välituntiohjaaja koulutusmateriaalin, joka sisältää koulun vanhemmille oppilaille valmiin koulutussisällön aktiivisen oppilaan ohjaaman välituntitoiminnan toteuttamiseen ja ideoita ohjaamisessa onnistumiseen. Lisäksi opettaja saa Väykkäri-välituntiohjaajakoulutuksen kouluttajaohjeet koulukohtaisten Väykkäri-koulutuksien toteuttamiseen. Jos opettajien omat aikaresurssit eivät riitä oppilaiden kouluttamiseen, koulujen henkilökunnalla on edelleen mahdollisuus tilata Väykkäri-koulutus SLU-alueelta. Tähän kysyntään SLU-alueiden resurssit uskoaksemme riittävät.

14 Pohdinta

Tässä kappaleessa tutkimuksen tuloksia tarkastellaan aiemmin esitetyn teorian valossa. Lisäksi esitetään aiheeseen liittyviä jatkotutkimusehdotuksia.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää ala- ja yläkouluissa toteutettujen oppilaiden ohjaamien aktiivisten välituntien erilaisia toteutusmalleja sekä sisällöllisiä kehittämistarpeita aktiivisen välituntitoiminnan jatkuvuuden varmistamiseksi. Tutkimuksen alaongelmina lähdettiin tarkastelemaan, miten koulun muu henkilökunta, välituntitoiminnasta vastaava yhdysopettaja ja oppilaat (Välkkärit ja osallistuvat oppilaat) kokivat aktiivisen välituntitoiminnan ja minkälaisia kehittämistarpeita heidän näkökulmastaan oppilaiden ohjaamassa välituntiliikunnassa ilmeni.

Tämän tutkimuksen päälöydöksenä voidaan pitää sitä, että aktiivisen välituntiliikunnan edistämiseksi oppilaiden ja opettajien yhteistyönä on yhteiskunnallista tilausta lasten arkiliikunnan lisäämiseksi. Koulun vanhempien oppilaiden auttamiskäyttäytymisen edistämisen, oppilaiden vapaaehtoistoiminnan sekä koulun yhteisöllisyyden lisäämisen näkökulmasta toimintaan kannattaa panostaa tulevaisuudessa.

Koulun henkilökunnan mukaan aktiivisesta välituntiliikunnasta haettiin osaratkaisua koulu yhteisössä ilmenneisiin erilaisiin hankaluuksiin. Aktiivinen välituntitoiminta tukee kouluun kohdistuvia muita hankkeita, esimerkiksi opetushallituksen KiVa Koulu –hanketta. Mukana olleissa kouluissa oli muutoinkin halua koulun yhteisöllisyyden edistämiseen esimerkiksi kouluneuvoston, vertaisohjaajuuden sekä aktiivisten oppilaiden toteuttaman välituntitoiminnan avulla.

Aktiivisen välituntitoiminnan käynnistämisestä tulee etukäteen keskustella koulun opettajien ja muun henkilökunnan kesken. Välituntitoiminnalla saattaa olla rakenteellisia vaikutuksia koulupäivään esimerkiksi oppituntien yhdistämisen kannalta. Haastatteluun osallistuneissa kouluissa todettiin, että tulevaisuudessa ohjattua välituntitoimintaa toteutetaan pidennetyllä välitunnilla. Pidennetty välitunti mahdollistaa Välkkäri-oppilaiden onnistumisen paremmin tehtävässään sekä tarjoaa koulun oppilaille kunnollisen leikki- tai peliajan (20-30 minuuttia). Muutos voidaan tehdä niputtamalla oppitunteja uudella tavalla. Perinteinen 15 minuutin välitunti ei kuitenkaan ole toiminnan käynnistämisen este, jos pidennettyyn välituntiin ei koulussa ole mahdollisuutta. Ruokavälitunti on koulussa pidempi välitunti, mutta hankalaksi välituntitoiminnan kannalta

sen tekee oppilaiden saapuminen välitunnille hyvin eri aikoihin. Koulupäivän rakennekeskusteluun tulee kaikilla koulun opettajilla olla mahdollisuus osallistua, koska sillä saattaa olla vaikutuksia esimerkiksi koulupäivän alkamis- ja loppumisaikaan sekä oppituntien pituuteen.

Kun koulun lukuvuosi alkaa, lapset yleensä liikkuvat luonnostaan tavatessaan pitkän kesän jälkeen kavereitaan. Tämän vuoksi välituntitoiminnan aloittamisella ei tarvitse olla kiire. Opettajilla on kouluvuoden käynnistämisessä paljon ylimääräistä tekemistä ja siksi kaiken ei tarvitse käynnistyä samaan aikaan vaan porrastaen. Välituntitoiminnan käynnistymisen sekä jatkuvuuden kannalta on tärkeää, että koulun oma henkilökunta kokee aktiivisen välituntitoiminnan tärkeäksi. Jonkun tai joidenkin aikuisten täytyy ottaa toiminnasta käynnistämisen ja kehittämisen vastuu. Muussa tapauksessa toiminta päättyy ennen kuin se on ehtinyt kunnolla edes alkaa. Välituntitoiminnassa voidaan tehdä yhteistyötä esimerkiksi paikallisen liikuntatoimen kanssa, mutta vastuu toiminnasta sekä Välkkäri-oppilaiden tuki täytyy löytyä koulun henkilökunnalta.

Välituntitoiminnan yhdysopettajat kokivat uuden oppilaiden toteuttaman välituntitoiminnan innostavana ja onnistuneena. Haastatteluun osallistuneet opettajat olivat joutuneet luomaan oman välituntitoimintamallin yhdessä oppilaiden kanssa, koska valmista mallia ei ollut etukäteen saatavilla. Haastattelukierroksella ilmeni useita hyviä oivalluksia ja kehittämissideoita opettajien ja oppilaiden yhteisiin toimintatapoihin välituntitoiminnassa, välituntitoiminnan sisältöön ja jatkuvuuden varmistamiseen.

Aktiivisesta välituntitoiminnasta vastanneet opettajat kokivat toiminnan käynnistämisen työllistäneen heitä vähemmän kuin he alun perin odottivat. Ainoana poikkeuksena voidaan pitää yhtenäiskoulun opettajan lisätyömäärää johtuen toiminnan suuremmasta kokonaissuunnittelusta ja monimutkaisemmasta käynnistämisen prosessista eri luokka-asteille. Tärkeäksi opettajat nostivat välituntitoiminnasta vastaavan yhdysopettajan oman mielenkiinnon välituntitoiminnan kehittämiseen. Yhdysopettajan ei tarvitse olla liikunnanopettaja, vaan ennen kaikkea kiinnostunut oppilaiden oman aktiivisuuden edistämisestä koulussa. Haastattelukierroksen ulkopuolelta nousi opettajalta idea, että välituntitoiminnan yhdysopettajan tehtävät korvaisivat hänen välituntivalvontansa lukuvuoden aikana. Näin opettaja ei saisi toiminnastaan välituntitoiminnan yhdysopettajana lisäkorvausta, mutta siitä ei aiheutuisi hänelle myöskään lisätyötä. Esimerkiksi tukioppilastoiminnan yhdysopettajat saavat työstään erilliskorvauksen. Kokonaisuudessaan opettajan saama erillinen virkaehtosopimuksen mukainen korvaus kohtuullisen pienessä otoksessa (yhdeksän koulua) ei noussut merkittäväksi asiaksi.

Välituntitoiminnasta vastaavien yhdysopettajien mukaan muiden opettajien sitoutuminen välituntitoimintaan oli vähäistä. Heidän rooliansa haluttiin tulevaisuudessa lisätä. Muiden opettajien rooli korostuu ennen kaikkea oppilaiden muistuttamisessa ohjatusta välitunnista, koska oppilaat unohtavat sen helposti. Lisäksi oppilaan oman opettajan tärkeänä tehtävänä olisi kannustaa erityisesti liikunnallisesti passiivisempia oppilaita osallistumaan välituntitoimintaan sekä olla kiinnostunut välituntitoiminnan herättämistä tunteuksista. Välituntitoiminnan näkökulmasta on tärkeää, että aktiivisille välitunneille opettajat päästäisivät oppilaat heti, kun kello soi. Näin peli saadaan heti käyntiin, eikä oppilaita ”tipu” mukaan vaihtelevalla rytmillä.

Ylimpien luokkien opettajat päästivät ohjausvuorossa olevat Välkkäri-oppilaat välitunnille 5-15 minuuttia ennen tunnin päättymistä. Välkkäri-oppilaat olivat jonkin verran pahoillaan siitä, että he olivat välillä joutuneet kovastikin vakuuttelemaan esimerkiksi aineopettajille, että heidän on päästävä pois aikaisemmin oppitunnilta saadakseen organisoitua ohjatun välituntitoiminnan. Välkkäri-oppilaat kokivat, että opettajat eivät luottaneet heidän sanomisiinsa.

Tutkimukseen haastatelluissa kouluista välituntitoiminnan yhdysopettajat totesivat, että Välkkärit ovat liikuttaneet suurempaa määrää oppilaita kuin yleensä välituntisin liikkuu. Opettajien ja Välkkäreiden mielestä välituntitoiminnalla oli ollut positiivinen vaikutus oppilaiden fyysiseen aktiivisuuteen myös muilla välitunneilla noin puolen vuoden aikavälillä arvioituna. Erityisesti huomio oli kiinnittynyt koulun ylimpien luokkien oppilaiden liikunnan lisääntymiseen välituntisin. Koski ym. viittaavat (2008) haasteeseen, miten voimme hidastaa koulun ylimpien luokkien oppilaiden passivoitumista ja lisätä liikettä (Koski ym. 2008, 16). Tulos perustuu kuitenkin opettajien havainnointiin sekä Välkkäri-oppilaiden omiin kommentteihin, ei tutkimuksellisesti tieteelliseen näyttöön. Tutkimuksellisesti vakuuttavan tiedon saamiseksi tuloksen vahvistaminen edellyttäisi esimerkiksi liikeanturoiden asentamista ylimpien luokkien oppilaille seuranta-jakson ajaksi sekä seurannan toistamista lukuvuoden aikana.

Opettajien mukaan aktiivinen välituntitoiminta oli osallistanut koulun oppilaita ja toiminta oli ylittänyt luokkarajat. Aho ym. (2004) mukaan tällä eri luokkien oppilaiden välisellä sekoittumisella voi olla positiivisia vaikutuksia uusien ystävyysuhteiden solmimisessa. (Zimmer 2001, 182) Välituntitoiminnan haastattelujen yhteydessä ilmeni tarvetta koulupihan kehittämiseksi. Haastattelukierroksen yhteydessä muutamia koulupihahankkeita käynnistyikin.

Välituntitoiminnan tärkeänä tavoitteena on innostaa liikkumaan erityisesti niitä lapsia, jotka eivät ensimmäisenä ole pelaamassa jalkapalloa hiekkakentällä tai osallistumassa koripallon tipu-

tuskiaan. Ohjatun välitunnin leikki- ja pienpelitoiminta aktivoikin ehkä enemmän niitä lapsia, jotka eivät koe olevansa Jari Litmasia jalkapallokentällä tai Teemu Rannikoita koripallokentällä. He eivät ehkä omaa joukkuepelitaitoja vaativissa pallopeleissä eivätkä siksi hakeudu niihin välituntisin. Tätä olisi mielenkiintoista myös tutkia, koska tämä huomio perustuu havainnointiin, ei tutkimukselliseen faktaan.

Välituntitoimintaan osallistumisen tulee olla vapaaehtoista mahdollisuuksien mukaan. Lapsella ei aina ole sellainen tunne, että haluaa olla ryhmän mukana aktiivisessa toiminnassa. Joskus hän haluaa olla yksin. Oppilasmäärältään pienemmissä kouluissa kunnon pelin aikaansaaminen saattaa edellyttää kaikkien oppilaiden osallistumista aktiiviseen toimintaan. Tällöin välituntitoimintaan osallistumisesta kerran päivässä on saatettu tehdä pakollista. Vastaavasti muilla välitunneilla oppilaalla on mahdollisuus vapaaseen, omaehtoiseen toimintaan tai oleiluun.

Lapsi, joka ei liiku riittävästi, ei myöskään todennäköisesti jaksaa istua hiljaa paikallaan. Me olemme syntyneet liikkujiksi, emme istujiksi. Toiset lapset muuttavat koko ajan kehonsa asentoa löytääkseen tasapainon. Energiselle lapselle oppitunnin mittainen paikallaan istuminen aika saattaa olla todella pitkä. (Karvonen 2002, 24.) Liikunnallisesti aktiiviset lapset kokevat usein paikallaan istumisen rasittavaksi, enemmänkin rangaistukseksi (Zimmer 2001, 14). Opettajan haasteena on tarjota lapsille koulupäivän aikana riittävästi liikkumisen paikkoja. Riittävä liikkuminen helpottaa myös opettajan opetustilanteita: lapsilla on enemmän kärsivällisyyttä istua paikallaan. Joitakin aikuisia häiritsee liikuntatilanteiden hälinä ja levottomuus, mutta jos vähitellen oppii sietämään kaaosta, on ryhmän hallinta helpompaa myös vauhdikkaissa liikuntatilanteissa. Professori, aivotutkija Matti Bergströmin mukaan lapsen aivot tarvitsevat säännöllisesti kaaosta voidakseen järjestäytyä uudelleen.

Välkkäri-oppilaiden näkökulmasta haastattelukierroksen yhteenvedona voi todeta, että koulutetut Välkkäri-oppilaat olivat olleet tyytyväisiä saamaansa lisävastuuseen koulun välituntitoiminnan kehittämistä. Perinteitä nuorten osallisuudelle löytyy kouluista muun muassa tukioppilas- ja vertaissoveltijatoiminnasta. Opetusvelvollisuuden lisäksi koulun tärkeänä tehtävänä on yhdessä vanhempien kanssa kasvattaa lapsista ja nuorista yhteiskunnan jäseniä, jotka jaksavat tehdä työtä, opiskella sekä huolehtia itsestään ja muista ihmisistä. Aktiivinen välituntitoiminta pyrkii osaltaan nuorten osallisuuden lisäämiseen koulupäivän aikana. Tutkimukseen haastatelluissa kouluissa oppilaat osoittivat, että heillä on halu osallistua aktiivisina toimijoina sekä vaikuttaa itseään koskevissa asioissa, jos heille annetaan siihen mahdollisuus. Saloviita (2009) kirjassaan ”Meidän koulu, Keinoja työrauhan ja ilmapiirin saavuttamiseen” kannustaa oppilaiden

osallistamista koulussa toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen sekä päätöksentekoon. Tällöin oppilaiden rooli muuttuu sivustaseuraajasta aktiivisen, koulu yhteisön hyvinvointia edistävän toimijan rooliin. (Saloviita 2009, 158.)

Välkkärit olivat innostuneita omasta roolista muiden oppilaiden ohjaajina. Välkkäri-ohjaajana toimiminen lisäsi auttamiskäyttäytymistä nuorempia oppilaita kohtaan. Erityisesti tämä nousi esille koulussa, jossa kahdeksannen luokan oppilaat olivat pisimpään toimineet Välkkäreinä alakoululaisille. Välkkärit kertoivat

”ymmärryksen lisääntyneen pienempiä oppilaita kohtaan”.

Tätä tulosta ei voida suoraan yleistää, koska mainintoja oli vain muutama. Toisaalta auttamiskäyttäytymistä tutkittaessa on voitu todeta, että erityisesti 11-12-vuotiaat tytöt ovat kaikkein auttavaisempia ja pojat vasta muutamaa vuotta myöhemmin (Lehti 2000, 11.)

Kansainvälisissä tutkimuksissa on todettu suomalaisten poikien olevan vähemmän kiinnostuneita yhteiskunnallisista asioista kuin tyttöjen. Liikunta on monelle pojalle tärkeä asia. Voisiko aktiivinen välituntitoiminta innostaa poikia mukaan aktiivisiksi toimijoiksi koulu yhteisössä enemmän kuin muu vapaaehtoistoiminta? Tämä on mielestäni naisvaltaisen opettajakunnan haaste muun muassa Välkkäri-koulutus tilanteiden sekä välituntitoiminnan organisoinnin osalta. Pojilla ei aina riitä kärsivällisyyttä tarkkaan, johdonmukaiseen suunnittelutyöhön.

Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry:n toimesta koulutettiin vuonna 2009 yhteensä 539 Välkkäriä. Koulutetuista 66,1% oli tyttöjä (356) ja 33,9% poikia (183). Suhde on selkeä tyttöjen eduksi, mutta poikia välituntitoiminta kiinnosti Varsinais-Suomen alueella. Valtakunnallista tietoa tyttöjen ja poikien koulutusmääristä Välkkäri-koulutukseen ei ole saatavilla. SLU-alueet vastaavat Välkkäri-koulutuksen toteuttamisesta. Osallistujalistat koulutuksiin osallistuneista oppilaista ovat kerättävissä SLU-alueiden kautta. Mahdollisten osallistujalistojen keräämisen jälkeen on työstettävä käsin halutut jakaumat. Jatkotutkimusaiheena voitaisiin mielestäni kuitenkin kartoittaa erityisesti poikien motiiveja Välkkäri-toimintaan osallistumisessa.

Ennen Välkkäri-koulutuksen markkinointia oppilaille tulee päättää halutaanko lisätä oppilaiden yhteiskunnallista aktiivisuutta siten, että mahdollisimman moni eri oppilas olisi aktiivinen toimija koulu yhteisössä. Tällöin Välkkäri-koulutuksen ulkopuolelle jätetään jo etukäteen esimerkiksi vertaissovittelijat ja tukioppilaat. Toisaalta ihannetapauksessa lukuvuoden alussa oppilaille annetaan mahdollisuus valita samanaikaisesti useista eri vapaaehtoistoiminnan vaihtoehdoista

heitä itseään eniten kiinnostava vaihtoehto. Silloin kaikki vapaaehtoistoiminta on samanarvoista ja yhä useammalla oppilaalla on mahdollisuus päästä mukaan.

Luokkakohtainen markkinointi Väykkäri-koulutuksesta toteutettiin kaikissa haastatteluun osallistuneissa kouluissa. Väykkäri-koulutuksen markkinointi omalla houkuttelevalla esitteellään on tärkeä lisäelementti luokkakohtaisen markkinoinnin yhteyteen. Esite antoi oppilaille mahdollisuuden palata asiaan myöhemmässä vaiheessa. Tärkeää on myös oppilaiden hakeminen Väykkäri-koulutukseen erillisellä hakemuslomakkeella. Oppilaiden vanhemmat saivat tietää uudesta toiminnasta, kun hakemuslomake kiersi kodin kautta. Koulutukseen hakevat Väykkärit joutuivat pohtimaan motivaatiotaan osallistua koulutukseen. Jos motiivi oli päästä pois toiselta oppitunnilta, sillä on varmasti vaikutusta Väykkärinä toimimiseen myöhemmässä vaiheessa. Oppilaiden näkökulmasta on iso ero pääsevätkö kaikki halukkaat Väykkäreiksi vai onko oppilas vastuulliseen tehtävään opettajan toimesta.

Muutamassa koulussa koulutukseen osallistui suoraan tyttöjen liikunnan ryhmä. Toisessa koulussa tyttöjen liikuntaryhmästä ohjaustoiminnasta innostuneet oppilaat jatkoivat toimintaansa Väykkäreinä. Oppilaat, jotka eivät halunneet toimia ohjaajina, toimivat toiminnan markkinoijina eli managereina. Tämä on upea ajatus vastuun jakamisesta oppilaiden oman mielenkiinnon mukaan. Aina oppilas ei voi tietää, onko ohjaaminen mukavaa, koska oppilaalla ei ole siitä kokemusta. Jatkokehittelynä tämä malli toimisi hyvinkin tyttöjen ja poikien yhteisessä liikuntaryhmässä. Huomionarvoista on Salmivallin (2003) kokemus koulukiusaamisen ehkäisemiskampanjasta tutor-oppilaiden toteuttamana Etelä-Suomen koulussa. Pilottihankkeen tuloksissa todettiin, että aktiivisina toimijoina tulee olla molempien sukupuolien oppilaita, jotta molemmat toimintaan osallistuvan sukupuolen edustajat suhtautuvat toimintaan, tässä tapauksessa välituntitoimintaan, tosissaan ja osallistuvat myös siihen. (Salmivalli 2003, 94-101.)

Urheiluseuroissa ”kärsitään kroonisesta ohjaajapulasta.” Voisiko välituntitoiminta ”kasvattaa” ja rekrytoida tulevaisuudessa uusia, jo ohjauskokemusta omaavia, innokkaita henkilöitä esimerkiksi harrasteliikuntaryhmien tai lasten valmennusryhmien ohjaajiksi? Nuoret eivät ”kehtaa” mennä tarjoamaan itseään seuraohjaajaksi, mutta paikkakunnan Väykkäreille yhteisen tilaisuuden järjestäminen koulun välituntitoiminnan yhdysopettajan ja urheiluseurojen nuorisovastavien kanssa voisi madaltaa tätä kynnyistä. Halukkailla Väykkäri-oppilailla olisi mahdollisuus saada lisää ohjauskokemusta, koska sitä innokkuutta Väykkäreissä oli aistittavissa.

Ensimmäinen suuri drop out urheiluseurojen kilpailutoiminnasta tapahtuu juuri 12-13 – ikävuosien välillä. Osallistava toiminta Välkkärinä saattaa pitää nuoren mukana aktiivisena ohjaajana koulussa sekä uutena ohjaajana urheilutoiminnassa.

Välkkäri-koulutus oli oppilaiden mielestä toiminnallinen sekä monipuolinen ja koulutuksen sisältö vastasi heidän odotuksiaan. Koulutuksessa on välitehtävänä unelmien välituntitoiminnan käynnistäminen omassa koulussa. Koulutusta on tulevaisuudessa kehitettävä edelleen. Sama välitehtävä ei suoraan toimi silloin, kun aktiivinen välituntitoiminta on jo käynnissä. Tässä koulutuksessa kouluttajalla voisi olla saatavilla erilaisia välitehtävaihtoehtoja koulun tilanteen mukaan. Toisen haasteen Välkkäri-koulutukseen tuo uusien ja vanhojen Välkkäreiden kouluttaminen samanaikaisesti. Tässä olisi suuri mahdollisuus hyödyntää ”oppipoika ja kisälli”-toimintatapaa, mutta se vaatii jonkin verran koulutuksen sisällön uudistamista melko nopealla aikataululla. Välkkäreiden jatkokoulutuksen aiheina tulisi olla Välkkäreiden itsensä esille nostamat, vaikeaksi kokemat asiat toiminnan ohjauksessa. Näitä olivat ryhmän hallinta, parien tai joukkueiden muodostaminen sekä ristiriitojen ratkaisut. Lisäksi uudet leikki- ja peli-ideat lisäävät aina ohjaajan ”työkalupakkia.” Yhtenä mahdollisuutena mielestäni olisi, että kokeneita Välkkäreitä koulutettaisiin ohjaamisen ”II-tasolla” kuntakohtaisesti. Näin eri koulujen oppilaat voisivat tutustua toisiinsa ja isomman joukon osaaminen karttuisi samanaikaisesti.

Välituntitoiminnan markkinointi innosti Välkkäri-oppilaita. Heistä oli mukava työstää julisteita ja luokkakohtaisia mainoksia. Koulun sisäinen tiedottaminen keskusradion kautta oli myös jännittävä kokemus, ”kun yleensä siihen puhuu vain koulun rehtori.” Välituntitoiminnan markkinointi oli toteutettu luokkakohtaisesti. Yhdysopettajan johdolla oli mahdollisesti suoritettu esiintymisharjoittelu etukäteen. Kun uusi, koko koulua koskeva mukava asia käynnistetään, tulee mielestäni tiedottaminen tehdä koko koululle samanaikaisesti, näyttävästi Välkkäritunnukset, esimerkiksi paidat, yllä. Näin kaikki saisivat saman tiedon samanaikaisesti ja innostuisivat yhteisestä toiminnasta. Oppilaiden oppimisen ja vastuun kannalta on tärkeää, että he saavat itse suorittaa välituntitoiminnan markkinoinnin koulun muille oppilaille opettajan tuella. Silloin viestintä tapahtuu oppilaiden omalla kielellä ja tavalla. Tätä ajatusta vahvasti koulukiusaamisesta toteutettu kampanja, jossa oppilaat olivat itse toimineet koulukiusaamisen ehkäisemisen viestinviejinä omassa koulussaan. (Salmivalli 2003,101.)

Kouluissa on pienet taloudelliset resurssit liikuntavälineiden hankkimiseen. Tämän vuoksi välineiden mahdollisesta katoamisesta ollaan huolissaan ja välineiden säilytys aiheutti toiminnan alkuvaiheessa ongelmia. Liikuntavälineet ovat kulutustavaraa ja kehittävät oppilaiden liikunnal-

lisiä taitoja ollessaan käytössä. Useissa kouluissa koulujen vanhempainyhdistykset ovat osallistuneet välituntivälineiden hankintaan esimerkillisellä tavalla. Tämä on konkreettinen ja toimiva lisäresurssi oppilaiden vanhemmilta koulupäivän liikunnallistamiseen. Varhaiskasvatuksen puolella on perinteisesti käytössä erilaisia teemapäiviä esimerkiksi pehmolelu tai pallo, joka tuodaan päiväkotiin sovittuna päivänä tai viikkona. Tämä voisi olla käyttökelpoinen idea myös kouluissa. Jokainen oppilas tuo pallon mukanaan kouluun viikon ajaksi. Palloilla pelattaisiin välituntisin sekä niitä vaihdeltaisiin toisten oppilaiden kanssa erikokoisiin palloihin. Samalla tämä kehittäisi jokaisen oppilaan pallonkäsittelytaitoja kuten esimerkiksi ”bolottaminen”, joka on monien poikien suosiossa välituntisin Varsinais-Suomen alueella.

Nuoren Suomen toteuttamiin liikuntakampanjoihin on menestyksekkäästi liitetty mukaan liikuntavälineet. Liikuntavälineet ovat lisänneet kampanjoiden houkuttelevuutta ja innostaneet omalta osaltaan koulujen henkilökuntaa lähtemään mukaan kampanjoihin. Yrityskumppanit ovat mahdollistaneet nämä koulujen liikuntavälinelahjoitukset. Välituntivälineitä on kuitenkin edelleenkin oppilaiden käytössä niukasti. Liikuntavälineiden liittäminen edelleen osaksi kampanjoita olemassa olevat resurssit huomioiden on tärkeää. Toivoa sopii, että välineet saavuttavat itse toimijat, oppilaat. Toivottavaa olisi, että Nuori Suomi liittäisi Välkkäri-koulutukseen liikuntavälinekampanjan.

Välkkäreiden erottumista välitunneilla pidettiin tärkeänä. Välkkärit erottuivat muista oppilaista esimerkiksi peliliivillä, huivilla, lippiksellä tai t-paidalla. Opettajilta tuli toiveita valmiin ”Välkkäri-tunnuspaketin” tilausmahdollisuudesta Välkkäreiden käyttöön. Tällöin paketti sisältäisi esimerkiksi pillin ja bandana-huivin. Tämä olisi yksinkertainen, helppo, nopea, yhtenäinen ratkaisuvaihto kaikille kouluille ja Välkkäreille. Haastavaksi tämän tekee se, että tuotteen pitäisi olla edullinen ja vaihtoehtoja pitäisi olla useampia. Tällöin oppilaat pääsisivät aidosti valitsemaan, minkälaisissa tunnuksissa he haluavat esiintyä muiden oppilaiden edessä. Tällä on suuri merkitys Välkkäri-oppilaille, pienempi opettajille. Mielestäni yhteissuunnitteluun tarvittava aika ja vaiva kannattaa nähdä. Yhteissuunnittelulla on suuri mahdollisuus edistää oppilaiden sitoutumista ohjaustoimintaan. Luultavasti tätä suunnittelun vaivaa ei tarvitse nähdä joka vuosi, vaan samat tuotteet voivat olla useamman lukuvuoden käytössä. On myös sovittava etukäteen, onko tunnus kouluvuoden jälkeen Välkkäriin oma vai palautetaanko se opettajalle koulun uusiin Välkkäreiden käyttöön. Lisäksi pohdintaan nousi välituntibiisin työstäminen, joka soisi koulun kovaäänisistä aina ennen ohjatun välituntitoiminnan alkua.

Välituntitoimintaa toteutettiin pääsääntöisesti samassa paikassa. Tämä helpottaa lasten osallistumista itse toimintaan, kun tiedetään mihin pitää mennä. Idea pihan jakamisesta pienempiin (1.-3. luokat) ja isompiin (4.-6. luokat) on käyttökelpoinen. Se helpottaa Välkäreiden toiminnan ohjausta sekä saattaa innostaa myös 4.-5. luokan oppilaita paremmin mukaan itse toimintaan. Lisäksi jako antaa mahdollisuuden pelata vanhempien keskuudessa hieman rajumpia pelejä. Toisaalta pihan jakamisella jäädään paitsi erityisesti pienempien oppilaiden lisähyötyä vanhempien oppilaiden kielellisistä ja henkisistä virikkeistä. Myös koko koulua yhdistävä lisäarvo oppilaiden luokka-asteiden sekoittumisesta laajemmin ei tässä toimintatavassa ole mahdollista. Jaon tekeminen pelialueiden toiminnallisen sisällön suhteen olisi myös kokeilemisen arvoinen juttu.

Yhtenäiskoulussa, jossa kahdeksannen luokan oppilaat aktivoivat alakoululaisia, toimi hyvin. Suurin osa tytöistä hoiti tehtävänsä vastuuntuntoisesti, eikä heitä häirinnyt vaikka luokkakaverit kävivät välillä ihmettelemässä heidän touhujansa. Jos yhtenäiskoulussa on tavoitteena saada koko koulu liikkeelle, se edellyttää porrastamista Tarvasjoen tapaan. Monissa yläkouluissa on lähdetty toteuttamaan salivälitunteja, jolloin luotetaan myös yläkouluikäisten oppilaiden omaan osaamiseen ja aktiivisuuteen liikunnassa. Lisäksi oppilaiden organisoimista eri lajien turnaus-tyyppisestä toiminnasta välitunneilla on hyviä kokemuksia yläkoulun puolella ja se saattaakin tulevaisuudessa olla juuri yläkouluissa toimivampi ratkaisu.

Kun toiminta on saatu käyntiin koulutuksen ja markkinoinnin jälkeen, tulee välituntitoiminnan yhdysopettajan käydä välitunnilla seuraamassa Välkäreiden toimintaa. On tärkeää, että opettaja antaa palautetta ja kannustaa. Suunnitelmallisuuden, laadukkuuden ja toiminnan kehittämisen kannalta on tärkeää, että yhdysopettaja kokoaa Välkäri-oppilaat yhteisiin kokouksiin säännöllisin väliajoin. Tällä voidaan varmistaa, että esiintyviin ongelmiin pystytään puuttumaan riittävän nopeasti ja tiedonkulku toimii.

Koulun oppilaiden mahdollisuus vaikuttaa välituntitoiminnan sisältöön lisää osallisuuden kokemuksia muissa koulun oppilaissa. Toimintaan osallistuvat oppilaat ovat innostuneita ohjatuista välitunneista. Käytännön järjestelyt ja opettajien aikaresurssit määräävät, jatketaanko hyvin alkanutta toimintaa. Suuria taloudellisia lisäresursseja aktiivinen välituntitoiminta ei vaadi. Jos toiminta loppuu resurssien puutteeseen pitääkö tulevaisuudessa yhteistyökumppaneita lähteä kartoittamaan muualta, kuten esimerkiksi urheiluseuroista Ruotsin mallin mukaan? Siellä yhteiskunta on lähtenyt panostamaan urheiluseurojen ja koulujen välisen yhteistyön edistämiseen.

Kouluissa on perinteitä erilaisille teemavuosille. Teemojen valinnassa yritetään olla tasapuolisia eri oppiaineita kohtaan. Myös liikunta nähdään koulussa erillisenä oppiaineena, ei ihmisen perustarpeena ja hyvinvoinnin peruspilarina yhdessä riittävän unen ja ravinnon kanssa. Itse olen tämän opinnäytetyön jälkeen ihastunut ajatukseen, että Suomen kouluissa olisi tulevaisuudessa hyvinvoinnin koordinaattoreita edistämässä lasten, nuorten ja koulun henkilökunnan hyvinvointia. Tämä henkilö voi olla liikunnanopettaja tai liikunnanohjaaja.

Tämän opinnäytetyön henkilökohtaisesti suurin oivallus kuitenkin oli se, että lähdin alun perin tekemään tutkimusta lasten päivittäisen liikunnan lisäämisen näkökulmasta. Tutkimustyön matkalla havahduin siihen, kuinka tärkeää oli oppilaiden auttamiskäyttäytymisen edistäminen ja mahdollistaminen, sekä oppilaiden, erityisesti poikien, saaminen mukaan vapaaehtoistoimijoiksi koulussa. Viimeisenä kuitenkin ymmärsin, että kouluhyvinvoinnin edistäminen kokonaisuudessaan -yhteisöllisyys, ei toivotun käyttäytymisen eli koulukiusaamisen väheneminen, oppilaiden vaikutusmahdollisuuksien edistäminen ja mahdollisesti jopa uusien ohjaajien saaminen järjestötoimintaan-oli vielä huomattavasti suurempi asia kuin omaehtoisen arkiliikunnan edistäminen.

Välituntitoiminnasta luodaan kulttuuri pitkäjänteisellä aktiivisuudella sekä sen kehittämällä säännöllisin väliajoin yhdessä oppilaiden ja muiden asiantuntijoiden kanssa.

14.1 Jatkotutkimusaiheita

Jatkotutkimuksena voisi välituntiaiheesta suorittaa erityisesti pojille suoritettua teemahaastattelun. Poikien aktiivisuutta kansalaistoimintaan olisi tärkeä edistää, ja tämä vapaaehtoistoiminta antaisi siihen hyvän mahdollisuuden. Poikien lisäksi itseäni kiinnostaisi tulevaisuudessa määrällisen tutkimuksen näkökulmasta kuinka useassa Suomen koulussa on lähdetty edistämään aktiivista välituntitoimintaa ja minkälaisia vaikutuksia sillä on ollut oppilaiden viireystilaan oppitunneilla. Koulumaailma on hidas muutoksissaan, mutta tällä hetkellä on aistittavissa kouluun kohdistuvia suuria muospaineita. Lisäksi olisi mielenkiintoista tutkia niin sanottujen passiivisten oppilaiden liikuntaan innostamista välituntitoiminnan avulla. Onko tämä toiminta yksi keino passiivisten lasten aktivoimiseksi? Lisäksi itsellä on nyt yksi rohkaiseva, hyvin onnistunut kokemus Välkkäri-oppilaiden rekrytoinnista yhdistystoimintaan. Voitaisiko tästä rakentaa yksi ”polku” koulumaailman ja yhdistystoiminnan välille?

Lähteet

- Aho, S., Laine, K., P. 2004. Minä ja muut: Kasvaminen sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Otavan kirjapaino Oy. Keuruu.
- Asiantuntijahaastattelu 2009. Turun opetuspalvelukeskuksen koululiikunnanohjaaja ja projekti-johtaja. (20.5.2009).
- Fogelmolm, M., P. 2008. Koulupihan remontti yksin ei riitä. Liikunta ja Tiede 45/6, s. 20-21.
- Eerola, R. 2009. Huokoisempi koulupäivä yhdessä sopien – yhteisöllisyyttä tukien. Nuori Suomi, Koululaiset liikkeelle 1, s. 28-29.
- Eskola, J., & Suoranta, J. P. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere. Vastapaino.
- Grönholm, I. 2004. Koulupiha leikin ja oppimisen paikkana. Teoksessa Piironen, L. (Toim.) Leikin pikkujättiläinen. Helsinki. WSOY.
- Hannula, R., 2009 Halmstad idrottsförbundet, Power point esitys 17.5.2009.
- Hirsijärvi, S., Hurme, H., P. 2000. Tutkimushaastattelu – Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Yliopistopaino. Helsinki.
- Hirvijärvi, S., Remes, P., & Sajavaara, P., P. 2004. Tutki ja kirjoita (10. osin uud. p.) Helsinki. Tammi.
- Heikinaro-Johansson, P., Mckenzie, T., Johansson, N., P. 2009. Liikunta ja tiede. 46*2-3/09, s. 5-8.
- Jääskeläinen, L., Kivimäki, A-M., Pekkala, A., P. 1985. Koulu kiveemmäksi – lapsi liikkuvaksi, välituntiliikuntaopas kouluille. Kouluhallitus. Valtion painatuskeskus. Helsinki.
- Kansallinen liikuntatutkimus, lasten ja nuorten liikunta. 2005. Nuori Suomi ry:n teettämä tutkimus Suomen Gallup Oy:llä. SLU:n julkaisusarja 4/06, s. 20.

Kantomaa, M., Heino, S., Lehto, S., P. 2007. Koululaiset liikkeelle. Nuori Suomi ry. Reprotalo Lauttasaari Oy.

Karvinen, J., Norra, J., Hotrelli, L., Kaaja, M., Kukkonen, H., Kyttä, M., P. 2002. Opetusministeriö Liikuntapaikkajulkaisu 83. Lasten liikuntapaikkojen suunnittelu. Karisto Oy. Hämeenlinna.

Karvonen, P., P. 2002. Hyppää pois! Lapsen motoriiikan arviointi ja kehittäminen. TammerPaino Oy. Tampere.

Koski, P., Asanti, R., Koivusilta, L., Heinonen, O.J., Salanterä, S., Aromaa, M., Suominen, S., Oittinen, A. Turun Koulut liikkeelle –hanke, Lisää liikuntaa koulupäivään yhdessä tekemällä. Liikunta ja Tiede 45*6/08, s. 13-19.

Lehti, R. P. 2000. Ei tartte auttaa. Liikuntaan liittyvät auttamiskäyttäytyminen ja moraalivalinnat nuorilla. Pro gradu-tutkielma, Jyväskylän yliopisto.

Norra, J., Ruokonen, R., P. 2006. Koulupihat lähiliikuntapaikkoina ideaopas. Savion kirjapaino Oy.

Norra, J., Ruokonen, R., Karvinen, J., P. 2003. Koulupihojen liikuntaolosuhteet, valtakunnallinen tutkimus 2003. Yliopistopaino.

Numminen, P., P. 1997. Kuperkeikka: Varhaiskasvatuksen liikunnan didaktiikkaan. Gummerus Kirjapaino Oy. Saarijärvi.

Numminen, P., P.2005. Avaa ovi lapsen maailmaan. Kysellään, ihmetellään ja liikutaan yhdessä. Tampere. Pilot-kustannus Oy.

Opettaja haastattelut 2009. Hakametsän alakoulu (15.5.2009), Hannunniitun alakoulu (14.5.2009), Kalannin yläkoulu (15.5.2009), Liedon yhtenäiskoulu (14.5.2009), Loimaan keskuskoulu (13.5.2009), Merimaskun alakoulu (21.4.2009), Taimon alakoulu (30.4.2009), Tarvasjoen yhtenäiskoulu (18.5.2009), Pohjoiskulman alakoulu (15.5.2009).

Opetushallitus, P. 2004. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet. Vammalan Kirjapaino Oy. Vammala.

Opetusministeriön työryhmämuistioita ja selvityksiä 2005. Kouluhyvinvointityöryhmän muistio 31.8.2005. s. 23-24.

Pulli, E., P. 2001. Opi liikkuen, liiku leikkien. Liikuntaa esiopetukseen. Helsinki. Tammi.

Puustinen, M., P. 2008. Välkällä on väliä. Opettaja. 44-45, s. 34-35.

Rintala, P., Ahonen, T., Cantell, M., Nissinen, A., P. 2005. Liiku ja opi. Otavan kirjapaino Oy. Keuruu.

Sajaniemi, N. 2009. Aivot, liikkuminen ja oppiminen. Nuori Suomi, Koululaiset liikkeelle 1, s. 8-9.

Salmivalli, C., P. 2003. Koulukiusaamiseen puuttuminen: Kohti tehokkaita toimintamalleja. PS-kustannus. WS Bookwell Oy. Juva.

Saloviita, T., P. 2009. Meidän koulu: Keinoja työrauhan ja hyvän ilmapiirin saavuttamiseen. PS-kustannus. WS Bookwell Oy. Juva.

Tammelin, T., Karvinen, J., P. 2008. Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 7-18-vuotiaille. Reprotalo Lauttasaari Oy.

Toivonen, K., P. 2008. Välkkäri, Välituntiliikuntaohjaajakoulutus. Nuori Suomi ry.

Välkkäri –oppilaiden ja oppilaiden haastattelut 2009. Hakametsän alakoulu (15.5.2009), Hannunniitun alakoulu (14.5.2009), Kalannin yläkoulu (15.5.2009), Liedon yhtenäiskoulu (14.5.2009), Loimaan keskuskoulu (13.5.2009), Merimaskun alakoulu (21.4.2009), Taimon alakoulu (30.4.2009), Tarvasjoen yhtenäiskoulu (18.5.2009). Pohjoiskulman alakoulu (15.5.2009).

Zimmer, R., P. 2001. Liikuntakasvatuksen käsikirja: didaktis-metodisia perusteita ja käytännön ideoita. Helsinki: LK-kirjat. Karisto Oy:n kirjapaino. Hämeenlinna.

Isostoiminta. Luettavissa: <http://www.evl.fi/kkh/to/kkn/kksv/20052/isostoiminta>. Luettu 4.1.2010.

Koululiikuntaliiton kannanotto. Luettavissa:

http://www.liito.fi/kannanotot/kannanotto_09_1.pdf. Luettu 5.1.2010.

Koulutapaturmat. Luettavissa: <http://www.stakes.fi/verkojulkaisut/muut/Aiheita11-2005.pdf>. Luettu 7.7.2009.

Mannerheimin lastensuojeluliiton välituntiviikko. Luettavissa: http://www.mll.fi/kouluille_ja_kasvattajille/koulurauha/välituntiviikko. Luettu 25.2.2010.

Oppilaskunta perusopetuksessa. Luettavissa: http://www.kerhokeskus.fi/osallistuva_nuori/oppilaskunta. Luettu 23.2.2010.

Oppilaskunta perusopetuksessa. Luettavissa: <http://www.edu.fi>. Luettu 23.2.2010.

Perusopetuslaki 21.8.1998/628. <https://www.finlex.fi>. Luettu 14.3.2010.

Tukioppilastoiminta. Luettavissa: www.mll.fi/tukioppilastoiminta. Luettu 5.1.2010.

Vasankari, T. 2007. Asiantuntijapuheenvuoro liikunta terveyden tuottajana – tulevaisuutemme turva vai tikittävä terveispommi. Eduskunnan 100-vuotis seminaari 9.3.2007 Lahti. Luettavissa: web.eduskunta.fi/dman/.../Vasankari+Lahdessa+9.3.07? Luettu 27.12.2009.