



# Elämätaitoja liikunnan avulla— Lähiökoutsi-hanke

Ville Luhtaranta, Tuomas Mikkola

2021 Laurea





Laurea-ammattikorkeakoulu

## Elämäntaitoja liikunnan avulla– Lähiökoutsi-hanke

Ville Luhtaranta, Tuomas Mikkola  
Sosionomitutkinto  
Opinnäytetyö  
Toukokuu, 2021

Tässä opinnäytetyössä selvitettiin Lähiökoutsi-hankkeen Elämäntaitoja liikunnan avulla -oppituntien (ELA) merkittävyyttä peruskoulun oppilaiden elämässä. Tutkielmaan osallistuneet oppilaat ja opettajat ovat viidestä Koillis-Helsingin alueen peruskoulusta. Tutkimusongelmaan haettiin vastausta kolmen tutkimuskysymyksen avulla. Tämän opinnäytetyön päättökysymyksen tarkoituksena oli selvittää, miten Elämäntaitoja liikunnan avulla -oppitunnit ovat vaikuttaneet lasten ja nuorten elämään. Päättökysymystä täydentäviksi alakysymyksiksi luotiin: onko lasten ja nuorten asenne muuttunut liikuntaan kohtaan ELA-oppituntien vaikutuksesta ja ovatko lapset ja nuoret onnistuneet siirtämään ELA-oppitunneilla käsitellyjä taitoja hankkeen toiminnan ulkopuolelle.

Tutkielman lähdekirjallisuus rakentui Donald R. Hellisonin luoman vastuuntuntoisuuden mallin ympärille. Muut tutkielmassa käytetyt tieteenfilosofiset taustaoletukset ja teoriat olivat itsemääräämisteoriat, Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus, Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa -tutkimus, oppimisen ja soveltamisen yhdistävä viitekehys ja pragmatismi. Nämä teoriat ja tieteenfilosofiset taustaoletukset tukivat vastuuntuntoisuuden mallin käyttämistä. Tutkielma toteutettiin monimenetelmä tutkimuksena, jonka tarkoitus oli saada laaja-alaista tietoa tutkimusongelmasta. Aineisto kerättiin Microsoft Forms nettikyselylomakkeilla, jotka sisälsivät laadullisia ja määrällisiä kysymyksiä. Aineisto kerättiin kahdella kyselylomakkeella, joista toinen oli suunnattu oppilaille ja toinen opettajille. Vastaukset analysointiin aineistopohjaista teemoittelua käyttäen.

Kyselyihin vastasi 309 oppilasta ja 29 opettajaa. Tutkielman merkittävimmät tulokset liittyivät ELA-oppituntien koettuun mielekkyyteen, oppilaiden kokemaan positiiviseen asennemuutokseen liikuntaa kohtaan ja toiminnassa opettajien taitojen oppimiseen sekä siirtämiseen toiminnan ulkopuolelle. Tutkielman aineiston pohjalta tehtiin johtopäätös siitä, että oppilaat pystyivät yhdistämään ajattelun, ideat ja käsitteet osaksi omaa toimintaansa. Positiivisten liikunnallisten kokemusten kautta oli mahdollista välittää laaja-alaisesti sovellettavaa tietoa. Elämäntaitojen opettaminen pitäisi laajentaa opetussuunnitelman rakenteista kouluarjen käytäntöihin. Taitojen opettamisen tulisi olla päivittäistä, tietoista ja sitä pitäisi tehdä vähän kerrallaan. Oppilaiden ja opettajien mukaan tämän kaltainen toiminta oli hyödyllistä, minkä vuoksi sitä pitäisi olla säännöllisesti.

Asiasanat: vastuuntuntoisuuden malli, elämäntaidot, liikunnallinen kasvatus, peruskoulun oppilaat

The goal of this thesis was to examine Hoodcoach programme Teaching Lifes Skills via Physical Education - lessons (TLSPE-lessons) importance in youth's lives. Student and teachers who participated in this study were from five different north-east Helsinki elementary schools. This study tried to solve the research problem with three research questions. The main research question was how TLSPE-lessons have affected youth's lives. Supportive questions were: have youth's attitude changed towards physical activity due to TLSPE-lessons and have youths succeeded to transfer the TLSPE-lessons skills to outside of the programme.

The theoretical framework of the thesis was created around Donald R. Hellison's The Personal and Social Responsibility (TPSR) model. The rest of the theories and philosophical ideology were ; self-determination theory, youth's free-time study, youth's physical activity behaviour in Finland study, a conceptual framework bridging learning to application and pragmatism. These theories and philosophical ideology were chosen to support the use of the TPSR.

The study was implemented as a mixed-method study, and the purpose was to collect pervasive information about the research problem. Study material was collected with Microsoft Forms online questionnaire's. The questionnaire's included both quantitative and qualitative questions. The study material was collected with two separate quetionnaire's, one for the students and one for the teachers. The answers were analyzed by using material-based thematic analysation. The study obtained 309 responses from the students and 29 responses from the teachers. The results indicated that the TLSPE-lessons were pleasant for students, students experienced a positive change of their attitude towards physical activity and they were able to learn and transfer the taught skills outside of the programme.

The conclusions stated that teaching life skills should be expanded from the curriculum structure to the daily studies. Teaching should be implemented on a daily basis, consciously and executed step by step. According to students and teachers such physical education was useful, consequently it should take place regularly.

**Keywords:** the social responsibility model, life skills, physical education, elementary students

## Sisällys

1	Johdanto .....	8
2	Lähiökoutsi-hanke .....	10
2.1	ELA-toiminta .....	12
3	Teoreettinen osio.....	13
3.1	Tieteenfilosofia.....	13
3.2	Pragmatismi.....	15
3.3	Don Hellisonin vastuuntuntoisuuden malli .....	16
3.4	Koululiikunta.....	18
3.5	Itsemääräämisteoria .....	21
3.5.1	Autonomia .....	22
3.5.2	Pätevyys.....	22
3.5.3	Sosiaalinen yhteenkuuluvuus .....	23
3.6	Oppimisen ja soveltamisen yhdistävä viitekehys.....	23
4	Tutkielman tavoite ja tutkimuskysymykset .....	25
5	Tutkielman toteutus .....	26
5.1	Tutkimusmenetelmät .....	27
5.2	Tutkielman analyysimenetelmät.....	28
5.3	Eettisyys ja luotettavuus.....	30
6	Tutkielman hypoteesit.....	31
7	Tutkielman tulokset.....	33
7.1	Toiminnan mielekkyys ja koettu oppiminen .....	33
7.2	Koettu asennemuutos liikuntaa kohtaan.....	39
7.3	Taitojen siirtäminen toiminnan ulkopuolelle .....	42
7.4	ELA-toiminnan koettu hyödyllisyys .....	46
7.5	Ulkopuolisen toimijan merkitys .....	48
7.6	Menetelmän hyödyntäminen .....	49
7.7	Opetettujen taitojen näkyminen .....	51
8	Johtopäätökset .....	54
9	Pohdinta .....	58
9.1	Tulosten luotettavuuden pohdinta .....	58
9.2	Tutkielman prosessin pohdinta.....	59
	Lähteet .....	61
	Kuviot.....	64
	Taulukot.....	64
	Liitteet .....	65



## 1 Johdanto

Tässä tutkielmassa tarkastellaan Lähiökoutsi-hankkeen Elämäntaitoja liikunnan avulla - oppituntien (ELA) merkittävyyttä tunneille osallistuneiden lasten ja nuorten elämässä. ELA-oppitunnit ovat toiminnallisia tunteja, joissa liikunta toimii välineenä elämäntaitojen kuten kunnioituksen, kommunikoinnin ja tavoitteiden asettamisen opettelemisessa. Tunneilla opetetaan suunnitelmallisesti erilaisia tunne- ja vuorovaikutustaitoja.

Tutkielmaa on alettu suunnittelemaan vuoden 2019 tammikuusta lähtien. Vuoden 2020 tammikuussa tutkielman virallinen toteutusvaihe käynnistyi. Tutkielman aikatauluun on vaikuttanut koko maailman pysäyttänyt COVID-19-pandemia. Pandemia ja siitä johtuneet poikkeusolot ovat viivästyttäneet tutkimusluvan saantia ja estäneet ELA-toiminnan ohjaamisen keväällä 2020. Näin ollen opinnäytetyön valmistuminen on siirtynyt puolella vuodella.

Lähiökoutsi-hankkeen toiminnassa käytetään arvoihin perustuvaa menetelmää, vastuuntuntoisuuden mallia. Tämä malli on koettu alusta alkaen kiinnostavaksi tutkimuskohteeksi. Aiheen valintaan on myös vaikuttanut toiminnassa opetettavien taitojen merkityksellisiksi kokeminen.

Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa kokemuksellista tietoa ELA-oppituntien merkityksestä tunneille osallistuneiden oppilaiden elämään. Opinnäytetyössä haetaan vastauksia seuraavaan tutkimuskysymykseen: miten Elämäntaitoja liikunnan avulla -oppitunnit ovat vaikuttaneet nuorten elämään. Päätutkimuskysymyksen lisäksi tutkielmaan on luotu kaksi täydentävää alakysymystä: onko lasten ja nuorten asenne muuttunut liikuntaa kohtaan ELA-oppituntien vaikutuksesta ja ovatko lapset ja nuoret kyenneet siirtämään ELA-oppitunneilla käsiteltyjä taitoja hankkeen toiminnan ulkopuolelle.

Tutkielman tutkimuskysymyksiin on haettu vastauksia niiltä oppilailta ja opettajilta, jotka ovat osallistuneet ELA-oppitunneille elo-joulukuussa 2020. Tutkielman toteutukseen on valittu monimenetelmä kysely, jossa vastaajilta on kerätty kokemuksellista tietoa toimintaan osallistumisesta. Tietoa on kerätty sekä määrällisiä että laadullisia kysymyksiä hyödyntäen. Monimenetelmätutkimuksen valintaan ovat vaikuttaneet asetetut tutkimuskysymykset, joiden tarkoituksena on saada mahdollisimman laaja-alaista tietoa tutkittavasta kohteesta. Tutkielmaan on osallistunut 309 oppilasta ja 29 opettajaa Koillis-Helsingin alueen peruskouluista. Tutkielmaan osallistuneet ovat oppilaat ovat 3. - 9. luokkalaisia.

Tutkielman lähdekirjallisuus rakentuu Donald R. Hellisonin luoman vastuuntuntoisuuden mallin ympärille. Tutkielman muutt tieteенfilosofiset taustaoletukset ja teoriat ovat itsemääräämisteoria, Valtion liikuntaneuvoston tekemä Lasten ja nuorten vapaa-aika tutkimus, Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa - tutkimus, oppimisen ja soveltamisen yhdistävä viitekehys ja pragmatismi. Nämä edellä mainitut taustaoletukset ja teoriat tukevat Hellisonin vastuuntuntoisuuden mallin käyttämistä.

## 2 Lähiökoutsi-hanke

Lähiökoutsi-hanke sai alkunsa Helsingin kaupungin ideakilpailuun osallistumisesta vuoden 2018 syksyllä. Hanke pääsi jatkokierrokselle ja sai lopulta rahoituksen kaupungilta toiminnalle. Hankkeen perustajakaksikkona ja työyhteisön koordinaattoreina toimivat Tuomas Vaskisalmi sekä Mishel Odeh. Hankkeen tarkoituksena on liikuttaa Koillis-Helsingin alueen lapsia ja nuoria sekä ennen kaikkea opettaa vuorovaikutus-, elämän- ja tunnetaitoja toimintaan osallistuville. Liikuntaa käytetään opetusvälineenä sekä -ympäristönä. (Lähiökoutsi-hanke 2021.)

Lähiökoutsi-hankkeen toimintaan kuuluu ELA-tuntien eli Elämäntaitoja liikunnan avulla - tuntien ohjaaminen eri Koillis-Helsingin alueen kouluissa. ELA-toimintaa toteutetaan niin Malmin peruskoulun kahdella toimipisteellä, Suutarinkylän peruskoulussa ja Töyrynummen ala-asteella, Pukimäenkaaren peruskoulussa, Puistolän peruskoulussa kuin myös Kankarepuiston peruskoulussa. ELA-tuntien lisäksi hankkeen toimintaan kuuluu myös iltapäiväkerhotoiminnan järjestäminen osassa äsken mainituissa kouluissa sekä välituntiliikunnan järjestäminen ELA-toiminnan yhteydessä kouluilla. (Lähiökoutsi-hanke 2021.)

Hankkeen turvin järjestään myös loma-ajan toimintaa syys- ja hiihtolomilla sekä kesäleirejä kesäkuun ensimmäisillä viikoilla. Hankkeessa aloitettiin lisäksi oman valinnaisaineen ohjaaminen Malmin peruskoulun 8. luokkalaisille elokuussa 2020. Valinnaisaine kulkee nimellä Nuorten elämys- ja toimintakurssi ja se on kestoltaan kaksi vuotta. Tammikuussa 2021 hankkeen avulla käynnistettiin kolme uutta valinnaisainetta yhteistyössä Kankarepuiston, Pukimäenkaaren sekä Suutarinkylän peruskoulujen kanssa. Kaikki edellä mainitut valinnaisaineet ovat puolen vuoden mittaisia. Hankkeen järjestämä toiminta on maksutonta osallistujille. (Lähiökoutsi-hanke 2021.)

Hankkeen toiminta, arvot ja periaatteet perustuvat Donald R. Hellisonin kehittämään vastuuntuntoisuuden malliin sekä sen arvopohjaan. Näiden linjausten lisäksi hanke sisältää yksityiskohtaisempia tarkennuksia, jotka ovat hankkeen toiminnan kannalta keskeisessä asemassa. (Lähiökoutsi-hanke 2021; Toivonen 2019.)

Vastuuntuntoisuuden mallin arvopohjan kivijalkana toimii osallistujien, ensisijaisesti lasten ja nuorten, asettaminen etusijalle. Osallistujien etusijalle asettamista seuraa positiivisten vuorovaikutussuhteiden luominen kaikkien toimintaan osallistuvien kesken. Edellä mainittuun teemaan liittyy vahvasti myös toisten huomioon ottaminen sekä tasavertainen arvostaminen. Vastuuntuntoisuuden mallin viimeisimpinä arvoina näyttäytyvät osallistujien kokonaisvaltainen kehittäminen ja omien arvojen tunteminen sekä niiden mukaan eläminen. Nämä arvot ovat keskiössä myös Lähiökoutsi-hankkeessa. (Lähiökoutsi-hanke 2021; Toivonen 2019.)

Hankkeen sisäiseen arvoperustaan kuuluu- edellä mainittujen teemojen lisäksi - vankkumaton sitoutuminen yhteiseen toimintaan ja työtehtävien vastuullinen toteuttaminen. Hankkeen kannalta on myös erittäin tärkeää toisten arvostuksen sekä positiivisen ilmapiirin säilyttäminen, vaikka vallitseva tilanne ei sitä tukisikaan. Kaikkea hankkeen toimintaa leimaa toisten pyyteetön auttaminen ja tukeminen. Hankkeen työntekijät pyrkivät toimimaan opettamiensa elämäntaitojen mukaisesti niin työympäristössä kuin muualla elämässä. (Lähiökoutsi-hanke 2021.)

Hankkeen pyrkimyksenä on kehittää osallistujia viiden eri aihealueen sisällä. Nämä alueet ovat: ihmissuhteet, liikunta ja elämä, vastuun asteittainen siirtäminen ohjaajilta osallistujille, reflektointi sekä taitojen siirtäminen liikunnallisista elementeistä muuhun elämään. (Lähiökoutsi-hanke 2021; Toivonen 2019.)

Hankkeen ohjaajat pyrkivät luomaan sekä ylläpitämään luottamukseen pohjautuvan suhteen kaikkiin ohjattaviin. Työskentelyssä huomioidaan aina osallistujien yksilöllisyys ja heidän omat vahvuutensa. Tarkoituksena on saada osallistujat ymmärtämään, ettei voittaminen tai mahdollisimman tasokas pärjääminen ole liikunnassa tärkeintä, vaan osallistuminen sekä innokas yrittäminen. (Lähiökoutsi-hanke 2021.)

Hankkeen toiminnassa opetellaan aina ensisijaisesti elämän-, vuorovaikutus- ja tunnetaitoja ja vasta sen jälkeen liikunnallisia taitoja. Lähiökoutsi-hankkeessa sekä edellä mainitut taidot että vastuun ottaminen integroidaan osaksi liikuntaa. Opittuja taitoja pyritään askel askeleelta siirtämään elämän muille osa-alueille kuten kotiarkeen, opiskeluun sekä työelämään. (Lähiökoutsi-hanke 2021; Toivonen 2019.)

Toiminnan tarkoituksena on saada ohjattavat oppimaan vastuun kantamista omasta tekemisestään ja valinnoistaan sekä muidenkin toiminnasta. Ohjattavat otetaan toiminnassa mukaan niin suunnitteluprosessiin ja päätöksentekoon. Osallistujat pääsevät harjoittelemaan niin itsensä kuin muidenkin laadukasta johtamista erilaisten aktiviteettien ja harjoitteiden kautta. (Lähiökoutsi-hanke 2021.)

Kaikessa hankkeen toiminnassa merkittävimpana työkaluna toimii aktiviteettien välissä tapahtuva yhteinen reflektointi, jossa keskitytään sen päivän elämäntaidon näkymiseen toiminnassa. Ohjattavat pääsevät analysoimaan ja arvioimaan omaa asennettaan, käyttäytymistään ja valintojaan sekä niiden seurauksia. Oman käyttäytymisensä lisäksi ohjattavat pääsevät analysoimaan myös ryhmän käyttäytymistä ja toimintaa. (Lähiökoutsi-hanke 2021.)

Lähiökoutsi-hanke tekee yhteistyötä Koillis-Helsingin alueen peruskoulujen, Barreto Helsinki Ry:n, Helsingin NMKY:n, alueen nuorisotalojen, Operaatio Pulssin, Me-Säätiön sekä koillisalueen luotsitoiminnan kanssa. Hankkeen viimeinen virallinen toimintakausi on syksy

2021. Nuorten elämys- ja toimintakurssi jatkuu keväälle 2021 saakka hankkeen rahoituksen päättymisestä huolimatta. (Lähiökoutsi-hanke 2021.)

## 2.1 ELA-toiminta

ELA-toimintaan opetettaviksi elämäntaidoiksi on lanseerattu arvostuksen ja kunnioituksen, kohtaamisen, yrittämisen, kommunikoinnin, ryhmätyöskentelyn, realististen tavoitteiden asettamisen, rauhallisen ongelmien ratkomisen, itseohjautuvuuden, johtamisen sekä reflektoinnin edistäminen (Lähiökoutsi-hanke 2021). Elämäntaidoiksi katsotaan sellaiset taidot, jotka tukevat ihmisen pärjäämistä esimerkiksi kotona, koulussa, vapaa-ajalla ja harrastustoiminnassa (Jacobs & Wright 2017, 4). Elämäntaidot nähdään myös sisäisinä voimavaroina, joita voi harjoittaa liikunnan avulla ja ovat hyödynnettävissä liikunnallisen toiminnan ulkopuolella. (Jacobs & Wright 2017, 4.)

ELA-toiminnan konsepti rakentuu toiminnallisuudesta ja yhteisestä sekä yksilöllisestä reflektoinnista. ELA-tunneilla osallistujat pääsevät liikkumaan erilaisten pelien, leikkien ja toiminnallisten harjoitteiden muodossa. Ennen toimintaosuuksien aloittamista sekä niiden väleissä osallistujat pääsevät keskustelemaan ja jakamaan omia henkilökohtaisia mielipiteitään päivän elämäntaitoon liittyen. Oppiminen tapahtuu tekemisen sekä sitä seuraavan oivaltamisen kautta reflektointia hyödyntäen. ELA-tuntien toiminta on aina suunnitelmallista sekä vapaaehtoista osallistujille, vaikka toiminta tapahtuu koulupäivän aikana. Tunneilla toiminnan keskiössä ovat osallistuminen, hauskanpito ja yhteinen oppiminen. ELA-tuntien rakennetta on tarkemmin kuvattu liitteessä 1. (Lähiökoutsi-hanke 2021.)

ELA-toiminta pohjautuu pitkälti Don Hellisonin kehittämään vastuuntuntoisuuden malliin. Vaikka vastuuntuntoisuuden malli toimii ELA-toiminnan perustana, ELA-toiminta ei mukaile täysin Don Hellisonin luomaa toimintamallia. Yhtenä erona on se, että Hellisonin mallin toimivuus perustuu ryhmän elinikään. Hellisonin mallissa ideaalitalanne on se, että ryhmät ottavat osaa toimintaan pitkäjäksoisesti, jolloin toiminnan toistuvuus tukee oppimista. Lisäksi ELA-toimintaan ei ole sisällytetty osallistujien laajempaa itsearvioimista, jota sovelletaan toistuvassa toiminnassa. ELA-toiminnassa osallistujille opetetaan välttämättömiä taitoja, kuten reflektointia ja ajattelun taitoja, joiden avulla osallistujien on helpompaa arvioida omaa ja muiden toimintaa. Ryhmän elinkaareen vaikuttavat eri koulujen omat käytännöt toimintaan osallistumisesta. Joissakin kouluissa tiettyjen ryhmien kanssa toimitaan pitkäjänteisemmin, kun taas toisissa kouluissa ryhmät vaihtelevat paljon toimintaan osallistumiseen liittyvän ajanvarauksen perusteella. (Lähiökoutsi-hanke 2021.)

ELA-tuntien tarkoituksena on saada osallistujat tiedostamaan omaa käyttäytymistään sekä ymmärtämään tekojensa ja valintojensa seurauksia. Elämäntaitojen sisäistäminen ja niiden hallitseminen mahdollistaa yksilön vastuun ottamisen itsestään sekä toiminnastaan kuin myös

yhteiskunnallisista asioista. ELA-toiminnan tavoitteena on muuttaa osallistujien aikaisempia käsityksiä sekä asenteita koulu- ja hyötyliikunnasta. Tunneilla käsiteltävien teemojen merkittävyydestä ja haasteellisuudesta huolimatta, toiminnan tavoitteena on olla mielekästä osallistujille. (Lähiökoutsi-hanke 2021.)

ELA-toiminnan tavoitteet ovat linjassa alueen koulujen opetussuunnitelman kanssa. Helsingin kaupungin peruskoulujen opetussuunnitelmaan (2016) on kirjattu koulu yhteisöjen tehtäväksi ohjata oppilaita huolehtimaan sekä itsestään että toisista. Koulu yhteisöt kannustavat oppilaita harjoittelemaan elämän- ja arjenhallintaan liittyviä merkittäviä taitoja kuten vuorovaikutus- ja tunnetaitoja. Peruskoulut auttavat oppilaita ymmärtämään, miten jokaisen henkilön teot ja valinnat vaikuttavat niin hänen omaansa kuin toisten hyvinvointiin, terveyteen sekä turvallisuuteen. Päämääränä on, että oppilaat kykenevät asettua toisen asemaan sekä tarkastella asioita erilaisista näkökulmista käsin. (Helsingin kaupunki 2016, 13-14.)

Poikkeuksellisen vuoden 2020 syyslukukaudella ELA-toiminnan piirissä toimi 60 eri luokkaa, aikaisemmassa luvussa esitetyistä kouluista. ELA-toiminnan ohjaustunteja kertyi vuoden 2020 aikana yhteensä 229. ELA-toimintaan osallistui syyslukukauden aikana yhteensä 1081 eri lasta ja nuorta. ELA-toiminnassa kohdattujen oppilaiden kokonaismäärä ylsi syksyn aikana lähelle 2500, jääden lopulta 2356 oppilaaseen. (Lähiökoutsi-hanke 2021.)

### 3 Teoreettinen osio

Tutkielman teoreettinen osio käsittää tutkielmaa ohjaavat tieteenfilosofiset taustaoletukset, pragmatismien, Don Hellisonin vastuuntuntoisuuden mallin, itsemääräämisteorian, oppimisen ja soveltamisen yhdistävän viitekehyksen sekä koululiikunnan ja suhtautumisen koululiikuntaan.

#### 3.1 Tieteenfilosofia

Teoreettisen filosofian professorin Matti Sintosen (2014) mukaan tieteenfilosofia pyrkii tutkimaan tiedonhankinnan menetelmiä, validiteettia, objektiivisuutta ja tiedon luonnetta. Tieteen suuntauksia on lukuisia ja niiden käsitykset tiedon luonteesta vaihtelevat, mutta kaikille tieteille on yhteistä, että väitteet eli hypoteesit muotoillaan siten, että ne ovat perusteltavissa. (Sintonen 2014.)

Ihmistieteissä näkemykset tiedon ja todellisuuden luonteesta vaihtelevat tutkittavan tieteellisen paradigman tai hypoteesin mukaan. Paradigman valinnalla luodaan tutkimukselle jokin tietty taustaolettamus, jonka valossa tutkittavaa ilmiötä tarkastellaan. Tutkimukseen

valittu paradigma heijastaa usein, millainen on tutkijoiden ontologinen, epistemologinen ja metodologinen käsitys tutkittavasta ilmiöstä. (Juuti & Puusa 2020, 25-27.)

Tutkielma tarkastelee ELA-toimintaa sosiaalisen konstruktionismin näkökulmasta. Tutkielmalle tämä tarkoittaa sitä, että ihmisen todellisuus rakentuu yksilöllisestä, yhteisöllisestä, sosiaalisesta, mielen sisäisestä, rakenteellisesta kuten yhteiskunta ja fyysisestä tekijästä, jotka ovat ihmisten ylläpitämiä. Ihmisyys nähdään kulttuurisidonnaisena, sillä ihmisen biologiset ominaisuudet eivät määritä ihmisten muodostamia kulttuurillisia tapoja ja ominaisuuksia (Harmaala 2013, 26-27).

Toiminnassa opetettavat elämäntaidot kuten kommunikointi, kunnioitus ja rauhallinen ongelmien ratkaiseminen kehittyvät yksilöllisesti osallistuttaessa sosiaalisen ryhmätoimintaan. Sosiaalisesti rakennetussa maailmassa kieli ja dialogi ovat keinoja muodostaa yhtenäisiä kokemuksia fyysisestä maailmasta (Harmaala 2013, 51, 55).

Tieteellisessä tutkimuksessa epistemologialla tarkoitetaan käsitystä tiedosta ja sen luonteesta sekä tiedon saavuttamisen menetelmiä. Sen avulla pohditaan erilaisia tietämisen tapoja ja mahdollisuuksia tietää erilaisia asioita, sekä arvioidaan, minkälainen tieto on totta. Lähtökohtaisesti epistemologiassa tiedon katsotaan olevan joko kovaa, jolloin se on objektiivista ja välitettävissä olevaa tai pehmeää, jolloin tieto on subjektiivista ja kokemusten kautta välittyvää. Ihmistieteissä tiedon olemus on monitulkintaista, sillä sen merkitykset muodostuvat siitä, mitä pidetään merkittävänä. Näin tiedon olemus on aina sidoksissa johonkin tiettyyn aikaan ja kontekstiin sekä teoriaan niiden ympärillä. Tämä on johtanut ihmistieteissä siihen, että tiedon on hyväksytty olevan tarinallista, paikallista, moniäänistä ja -tulkintaista sekä kulttuurisidonnaista. (Juuti & Puusa 2020, 34-37.)

Edellä mainittujen sosiaalisen konstruktionismin ja tiedon luonteen olemuksen mukaan ELA-toiminnassa tieto syntyy ja on siirrettävissä sekä sosiaalisissa prosesseissa että tiedon ja toiminnan tuloksena. Tutkimukselle on siten luonnollista, että tuotettua tietoa tulkitaan näiden kahden tarkastelutavan mukaisesti. Toisaalta tämä lähtökohta edellyttää kriittisyyttä tiedon tulkitsemisessä. Tämä johtuu kohderyhmien ikäjakaumasta, jossa oppilaat ovat 3.-9. luokkalaisia. Yhtäältä opettajilta saatua tietoa on tulkittava kriittisesti, koska heidän aktiivisuutensa ELA-toiminnassa ei ole sama mitä oppilaiden. Opettajien kohdalla voidaan kuitenkin olettaa, että he kykenevät vastaamaan kyselyyn huomattavasti objektiivisemmin kuin oppilaat. Pedagogisen kompetenssin ansiosta heidän reflektiivisten kykyjensä oletetaan olevan huomattavasti paremmat kuin oppilaiden. Samalla tämä antaa tutkimukselle mahdollisuuden tarkastella opetettujen elämäntaitojen siirtämisen onnistumista ELA-toiminnasta muualla koulussa tapahtuvaan opetukseen. Tulkinnan kanssa tulee kuitenkin käyttää kriittisyyttä, sillä opettajia ei ole koulutettu Don Hellisonin mallin mukaisesti ohjaamaan, toisin kuten ELA-toiminnan vetäjät.

### 3.2 Pragmatismi

Opinnäytetyön tieteenfilosofinen suuntautuminen on pragmaattisuus. Pragmaattisessa suuntautumisessa ihmiset oppivat parhaiten kokemuksista, joissa he pystyvät soveltamaan tietoa ja teoriaa toimiessaan tutussa ympäristössä. Lähiökoutsi-hankkeen Elämäntaitoja liikunnan avulla -toiminnan katsotaan toimivan pragmaattisen suuntauksen mukaan: yhdistämällä ajattelu, ideat ja käsitteet osaksi toiminnan inhimillistä kokemusta. Tämän suuntauksen mukaan Lähiökoutsi-hankkeen toimintaa voi tarkastella myös luovasta perspektiivistä. Elämäntaitojen siirtäminen liikunnallisesta kontekstista jokapäiväiseen käyttäytymiseen on luovaa toimintaa, jossa teoreettista osuutta testataan luovasti käytännön esimerkkien kautta. ”Ajatusten, käsitysten ja käsitteiden kokeellinen käyttö kokemuksen virrassa on niiden luovaa käyttämistä; jopa kaikkein teoreettisimmat ideat tulee asettaa luovasti testattaviksi osana käytäntöä.” (Pihlström 2014).

John Dewey on yksi tunnetuimmista pragmaattisen filosofian vaikuttajista. Deweyn kasvatusfilosofia perustuu tekemällä oppimiseen ja edistykseen kasvatukseen. Hänen mukaansa ihmiskokemus on yksi tärkeimmistä oppimisen kulmakivistä. Tämä pätee yhtäältä myös kaikkiin eläviin olentoihin. Kokemusten kautta elävät oliot oppivat välttämään omalle elämälleen haitallisia asioita. Deweyn mukaan ihmisten kyky oppia on nopeampi ja monipuolisempi kuin, mitä muiden elävien olioiden. Ihmiseltä oppiminen edellyttää myös oikeanlaista asennoitumista kokemuksiinsa. Deweyn mukaan tämä asennoituminen tarkoittaa kykyä reflektoida omaa toimintaansa. Kun ihmiset tottuvat refleктоimaan, heidän epäonnistumisensa eivät aina tarkoita vain epäonnistumista, vaan myös oppimista. Ihmiset, jotka pystyvät todella ajattelemaan, oppivat sekä onnistumisistaan että epäonnistumisistaan. Tämä konkretisoituu havainnoissa. Usein ihmisille tulee mieleen aikaisempia onnistumisia tai epäonnistumisia ja ehdotelmia siitä, miten näissä tilanteissa voisi toimia toisin. (Alhanen 2013, 125, 132 & 136.)

ELA-toiminnassa reflektointitaidon opettaminen on yksi nuorten kehittämisen kulmakivistä. Nuorille tämä käytännössä tarkoittaa sitä, että nuoret oppivat, että heidän toiminnallaan ja valinnoillaan on seurauksia - sekä positiivisia että negatiivisia. Ajattelun kehittyessä abstraktimpaan suuntaan, nuoret oppivat huomioimaan muita ihmisiä, kehittämään omaa maailmankuvaansa ja ymmärtämään moraalisia kysymyksiä. Näin ollen ELA-toiminnan voidaan katsoa tukevan lasten ja nuorten ajattelun kehitystä varhaisnuoruudessa. (Nurmi ym. 2018, 146-147.)

### 3.3 Don Hellisonin vastuuntuntoisuuden malli

Tämän opinnäytetyön keskipisteenä on Donald R. Hellisonin vastuuntuntoisuuden malli, The Personal and Social Responsibility model, jota käytetään Elämäntaitoja liikunnan avulla - oppituntien menetelmänä. Don Hellison kehitti vastuuntuntoisuuden mallin 1970-luvun lopulla Chicagossa Yhdysvalloissa, kun hän työskenteli syrjäytyneiden, häiriökäyttäytyvien ja rikollisen taustan omaavien lasten ja nuorten kanssa. Mallissa lapsille ja nuorille opetetaan lukuisia elämän- ja tunnetaitoja. Liikunta toimii välineenä taitojen opettamiselle. Sen tarkoituksena on auttaa lapsia ja nuoria kehittämään sosiaalisia ja tunnetaitoja, jotta he voivat oppia toimimaan ympäröivässä sosiaalisessa maailmassa ja ottamaan vastuuta omasta elämästään. Mallia ei luotu teorian pohjalta, vaan Don Hellison kehitti sen kokeilemalla eri keinoja työskennellessään lasten ja nuorten parissa. Sitä on käytetty Yhdysvalloissa 90-luvulla ehkäisemään syrjäytymistä ja ongelmakäyttäytymistä lasten ja nuorten keskuudessa. Malli vaatii suunnitelmallista ja tarkoituksenmukaista liikunnanopetusta, jotta sen avulla on mahdollista edistää vastuuntuntoisuuden kehittymistä. Don Hellisonin mallissa on neljä eri osaa: taustaideologia, vastuuntuntoisuuden tasot, opetusstrategiat ja oppituntin perusrakenne. (Rantala 2002, 22; Rantala & Heikinaro-Johansson 2007, 32.)

”Taustaideologiana on toimintaa ohjaavat arvot, joita ovat nuorten asettaminen etusijalle, positiivisten vuorovaikutussuhteiden luominen, toisten huomioon ottaminen ja arvostaminen omana itsenään, osallistujien kokonaisvaltainen kehittäminen sekä omien arvojen tunteminen ja niiden mukaan eläminen.” (Toivonen 2019.)

Hellisonin mallissa on viisi erilaista vastuuntuntoisuuden tasoa, joita sisällytetään portaittain liikunnanopetukseen. Jokainen taso sisältää tietyn päälinjan, jotka ovat olennaisia henkilökohtaisen ja sosiaalisen vastuuntuntoisuuden kehittämiseksi. Malli on hierarkkinen, jossa edetään ensimmäiseltä tasolta kohti viidettä tasoa. Mallin kaikki ylemmät tasot sisältävät alempien tasojen ideologiaa. Tasojen nimet ovat kunnioitus, osallistuminen, omatoimisuus, välittäminen ja vastuuntuntoisuus. Malli on joustava, sillä oppilaat saattavat olla mallin kaikilla tasoilla oppituntien aikana, joten kehitys tasolta toiselle ei ole aina suoraviivaista. Osallistuminen ja omatoimisuus tasoilla keskitytään parantamaan nuorten henkilökohtaista vastuuntuntoisuutta. Tasolla kunnioittaminen ja välittäminen kehitetään nuorten sosiaalista ja moraalista vastuuntuntoisuutta. Hellisonin mallin viidennellä tasolla pyritään siirtämään oppitunnilla opitut taidot muuhun elämään. Jokainen taso sisältää tiettyjä osatavoitteita, joiden avulla tasojen sisältöä pystyy ymmärtämään paremmin. Opetuksen suunnittelu ja tavoitteiden asettaminen perustuu osatavoitteiden ympärille. (Rantala 2002, 23, 25.)

- Kunnioitus. Tässä tasossa osatavoitteet koostuvat itsekontrollista, rauhallisesta ongelman ratkaisemisesta ja oikeudesta kuulua joukkoon. Itsekontrolli tarkoittaa, että oppilas käyttäytyy muiden oikeuksia ja tunteita kunnioittaen, ilman erityistä valvontaa. Lisäksi oppilas huolehtii omista oikeuksistaan ja ohjailee itse omaa käyttäytymistään. Tason oppimistehtäviin kuuluu rauhallinen ongelmanratkaiseminen. Kun kaikki osallistujat suorittavat omat tehtävänsä vuorollaan, toteutuu oikeus kuulua joukkoon.
- Osallistuminen. Osatavoitteet ovat aktiivinen osallistuminen, uusien asioiden kokeileminen ja omien vahvuksien tiedostaminen. Aktiivinen osallistuminen edellyttää oppilailta toimintaan osallistumista. Itse toiminnassa voidaan käyttää harjoitteita, jotka ovat oppilaille uusia. Kun oppilas tarkkailee omaa toimintaa suhteessa muihin tai aikaisempiin omiin suorituksiin hän alkaa tiedostamaan omia vahvuuksiaan.
- Omatoimisuus. Tasolla osatavoitteisiin kuuluu omatoimisuus, henkilökohtainen suunnittelu ja riippumattomuus ulkoisista vaikutuksista. Tason suurin muutostyö on siirtyä opettajan holhouksesta omatoimiseksi. Hellisonin mukaan paras esimerkki henkilökohtaisesta suunnittelusta on, kun oppilaat kykenevät itsenäisesti suunnittelemaan ja toteuttamaan henkilökohtaisen opintosuunnitelman. Itsetunnon ja omanarvontunnon kehittyessä riippumattomuus ulkoisista vaikuttimista vahvistuu.
- Välittäminen. Tämän tason osatavoitteita ovat ihmissuhde- ja vuorovaikutustaitojen oppiminen, toisista välittäminen ja toisten auttaminen ja halu toimia osana ryhmää. Osatavoitteet ovat tunnetaitoja, joiden hallitseminen edellyttää empatiakykyä, sensitiivisyyttä, suvaitsevaisuutta sekä epäitsekkyyttä muita kohtaan. Tason vaatimukset ovat haastavia, minkä takia tasolla pysyvästi toimiminen ei ole oppilaille helppoa.
- Vastuuntuntoisuus. Korkeimmalla tasolla oppilas kykenee tietoisesti siirtämään opittuja taitoja arkielämään. Oppilaat uskaltavat keskustella, kuinka hyödyntää opittuja taitoja erilaisissa elämäntilanteissa. Oppilaiden kanssa on tärkeintä keskustella siitä, mitä opittujen arvojen ja taitojen siirtäminen arkielämään heiltä vaatii ja mitä hyötyä siitä heille on. (Rantala 2002, 25-26.)

Vastuuntunnon käsite on Hellisonin mallissa moninainen. Siihen kuuluu oppilaiden vastuuntuntoisuuden lisääntymistä ja vastuunottamisen kehittymistä. Perusidea Hellisonin mallissa on, että vastuuta antamalla voidaan kehittää oppilaiden vastuuntuntoisuutta. Tämän johdosta opetusstrategioiden tulee olla tarkoituksenmukaisia. Opetusstrategioiden piirteisiin kuuluu vastuun jakaminen oppilaiden kanssa, heidän osallistaminen päätöksentekoon ja arviointiin sekä ryhmäkeskustelut. (Rantala 2002, 26.)

Opettajan tulisi suunnitella oppitunnit tai muokata oppitunteja siten, että ne vastaavat opetusryhmän vaatimustasoa. Oppitunti Hellisonin mallissa on neliosainen, joka koostuu seuraavista osista:

- Tunti aloitetaan mallin tasoihin liittyvillä avartavilla keskusteluilla, kunnes oppilaat ymmärtävät niiden merkitykset.
- Tunnin toiminta edistää aktiivista osallistumista ja itsenäistä päätöksentekoa.
- Tunnilla ongelmatilanteisiin käytetään tarvittaessa itsenäistä päätöksentekoa tai ryhmäkeskusteluja.
- Tunti päätetään ryhmäkeskusteluun, jonka jälkeen oppilaat refleктоivat itsenäisesti. (Rantala 2002, 32.)

Don Hellisonin vastuuntuntoisuuden mallissa määritellyt opetusstrategiat mahdollistavat ohjattaville asetettujen tavoitteiden saavuttamista. Vastuuntuntoisuuden mallissa ohjaajan opetusstrategiat jaetaan kahteen eri kategoriaan: perusstrategiat ja osallistujien vastuun ottamista erityisesti tukevat strategiat. (Toivonen 2019.)

Ohjaajan perusstrategioihin kuuluvat kunnioituksen mallintaminen, odotusten asettaminen, onnistumismahdollisuuksien luominen ja organisointiin liittyvien tehtävien antaminen osallistujille. Perusstrategioihin kuuluu myös osallistujien sosiaalisen kanssakäymisen tiedostettu edistäminen. Toivosen (2019) mukaan ohjaajan käyttäessä näitä ohjauksen perusstrategioita ohjattavat osoittavat kunnioitusta, osallistuvat toimintaan ja sitoutuvat siihen sekä työskentelevät ryhmässä. (Jacobs & Wright 2017, 12).

Vastuuntuntoisuuden mallissa esitetyt osallistujien vastuunottamista erityisesti tukevat strategiat koostuvat johtamisen tukemisesta, valintamahdollisuuksien myöntämisestä, henkilökohtaisten mielipiteiden ilmaisuun rohkaisemisesta, roolin antamisesta arviointitilanteissa sekä taitojen onnistuneen siirtämisen läpinäkyväksi tekemisestä. Ohjaajan hyödyntäessä näitä strategioita perusstrategioiden rinnalla, osallistujat auttavat ja kannustavat toisiaan, pyytävät apua, johtavat niin itseään kuin muita osallistujia, ilmaisevat rohkeasti omia mielipiteitään ja ajatuksiaan sekä tekevät viisaita valintoja. Don Hellisonin mallin ohjausstrategioiden sovellettavuus mahdollistaa niiden hyödyntämisen erilaisissa pedagogisissa toimintaympäristöissä. (Toivonen 2019.)

### 3.4 Koululiikunta

Peruskoulun merkitys lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistäjänä on kiistaton. Peruskoulu edistää lasten ja nuorten identiteetin kehitystä ja sosialisatiota. Nämä kehitystehtävät muodostuvat neljän eri mekanismin avulla, joita ovat motivaatio, tavoitteiden asettaminen, sopeutuminen ja identiteetin rakentuminen. Opetushallituksen mukaan koululiikunnan tehtäviä ovat muun muassa edistää liikunnallisen elämäntavan oppimista, kehittää omaa

kehotuntemusta, lisätä fyysistä aktiivisuutta sekä oppilaiden osallisuuden ja yhteenkuuluvuuden tunnetta sekä sosiaalista ja psyykkistä toimintakykyä. (Nurmi ym. 2018, 150; Opetushallitus 2021.)

Lähiökoutsi-hankkeen ELA-toiminnan tavoitteisiin kuuluu muun muassa liikunnallisen elämäntavan edistäminen sekä lasten ja nuorten käsitysten sekä asenteiden muuttaminen arkisesta hyöty- ja koululiikunnasta. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että hyötyliikunta ei tarkoita pelkästään urheiluseuroissa harrastamista tai kilpaurheilua. Hyötyliikunnaksi voidaan katsoa esimerkiksi koulumatkat, jotka tehdään kävellen tai välituntileikit, jotka edistävät lasten ja nuorten motorisia taitoja. (Lähiökoutsi-hanke 2021.)

Lasten ja nuorten liikuntamotivaatioon ja asenteisiin liittyviä tekijöitä Suomessa ovat tutkineen muun muassa Heikinaro-Johansson, Lyyra & Varstala (2008) ja Laitila (2019). Heikinaro-Johanssonin ym. mukaan ”liikunnallisen elämäntavan omaksuminen perustuu siihen, miten hyvin lapset ja nuoret saadaan motivoitua liikkumaan.” He toteavat myös, että fyysisen liikunnan lisäksi, koululiikunnalla on muitakin tavoitteita, kuten kestävien arvojen ja vastuuntuntoisuuden opettamista. (Heikinaro-Johansson ym. 2008, 31.)

Lasten ja nuorten asenteet ja motivaatio liikuntaa kohtaan vaihtelevat suuresti. Laitilan (2019, 19-21) mukaan syinä voivat olla muun muassa se, kuinka kotona suhtaudutaan liikuntaan, lasten ja nuorten omat motoriset taidot, epäonnistumisen kokemukset, kokemus toisten paremmuudesta tai oma kehonkuva. Vuoden 2018 Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimuksen (Hakanen, Myllyniemi & Salasuo 2019, 22) tulokset mukailevat Laitilan näkemyksiä. Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus osoittaa, että 7-9-vuotiaiden lasten passiivinen liikuntakäyttäytymisen merkittävimpinä syinä vaikuttavat lapsen pelko siitä, ettei häntä hyväksytä muiden liikkujien toimesta, kokemus liikunnasta liian kilpailuhenkisenä ja liikunnan kokeminen epämieluisena.

Lasten sekä nuorten pelko siitä, ettei heitä hyväksytä muiden kanssaliikkujien toimesta käy ilmi myös Valtion liikuntaneuvoston vuonna 2016 julkaistusta Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa (LIITU) -tutkimuksen tuloksista. Tulokset osoittavat, että 11-, 13- ja 15-vuotiaista tutkimukseen osallistuneista lapsista ja nuorista (2909 osallistujaa) peräti 37 prosenttia on joutunut kiusaamisen tai syrjinnän uhriksi usein tai joskus. (Valtion liikuntaneuvosto 2016b, 60.)

Tutkimuksen tulokset osoittavat, että syrjivää käyttäytymistä tai kiusaamista tapahtuu selvästi eniten kouluympäristössä. Vastaajista yhteensä 78 prosenttia ilmoittaa joutuneensa epäasiallisen käytöksen uhriksi juuri kouluympäristössä. Kouluympäristön rooli kiusaamisen ja syrjivän käytöksen toimintaympäristönä on merkittävä erityisesti verrattaessa sitä seuraavaksi suurimpaan alustaan, jossa tällaista käytöstä esiintyy: internetiin. Noin neljännes vastaajista,

24 prosenttia, kertoo kohdanneensa kiusaamista tai syrjivää toimintaa internetissä. (Valtion liikuntaneuvosto 2016b, 60.)

Laitila (2019, 8 & 10.) kirjoittaa, että yksi liikuntamotivaatioon vaikuttavista tekijöistä on lasten ja nuorten asenne, se kuinka he suhtautuvat koululiikuntaan. Hän nostaa myös kokemuksen koululiikunnasta merkitykselliseksi liikuntamotivaation syntymisessä. Vuoden 2018 Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimuksen tulokset, ikähaarukassa 6-29-vuotiaat, ovat samansuuntaisia Laitilan näkemysten kanssa (Hakanen ym. 2019, 23.)

Vuoden 2018 Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimuksen tuloksista käy ilmi, että 10-29-vuotiaiden lasten ja nuorten merkittävimpana syynä liikunnan harrastamattomuudelle toimii liikunnan kokeminen epämieluisena. Seuraavaksi suurimpina syinä liikunnan harrastamattomuudelle näyttäytyvät kokemus siitä, ettei ole itse liikunnallisesti lahjakas sekä ajanpuute. Vastauksista käy ilmi, että harrastuskaverien puute, aikaisemmat negatiiviset kokemukset koululiikunnasta sekä liikunnasta ylipäättään, pelko omasta pärjäämisestä ja liikunnan kokeminen liian kilpailuhenkisenä vaikuttavat merkittävästi tämän ikäryhmän lasten ja nuorten liikkumattomuuden taustalla. (Hakanen ym. 2019, 23.)

Lasten ja nuorten liikuntamotivaatiota on mahdollista edistää myönteisten liikuntakokemusten avulla. Myönteiset kokemukset koululiikunnassa parantavat oppilaiden mahdollisuuksia omaksua itselleen liikunnallinen elämäntapa. Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimuksen tulokset alleviivaavat myönteisten liikuntakokemusten tärkeyttä lasten liikunnallisuuden taustalla. Tulokset osoittavat, että 7-9-vuotiaiden merkittävimpana liikunnan harrastamisen syynä vaikuttaa liikunnan hauskuus ja mielekkyys. Ikähaarukan vastaajista, 266 eli 59 prosenttia asettaa liikunnan hauskuuden suurimmaksi syyksi sen harrastamiselle. Seuraavaksi tärkeimpänä syynä liikunnan harrastamiselle toimivat sosiaaliset kontaktit, kavereiden tapaaminen. Vastaajista 29 prosenttia listaa sosiaaliset kontaktit tärkeimmäksi yksittäiseksi tekijäksi oman liikunnan harrastamisensa taustalla. (Hakanen ym. 2019, 42; Laitila 2019, 9-10.)

Lasten ja nuorten vuoden 2018 vapaa-aikatutkimukseen vastanneiden 6-14-vuotiaiden lasten sekä nuorten vanhemmat ovat jakaneet omia mielipiteitään siitä, mitä he toivovat lastensa liikunnan ohjaajilta sekä valmentajilta. Tulokset osoittavat vanhempien toivovan liikunnan ohjaajien ja valmentajien omaavan laadukasta kasvatuksellista osaamista. Vanhemmat puolestaan vierastavat jyrkästi liian urheilullisten tavoitteiden asettamista lapsilleen. Vanhemmat kokevat kaikkein tärkeimpinä asioina lastensa liikuntatoiminnassa mielekkyyden, hauskuuden sekä motoristen perustaitojen oppimisen. (Hakanen ym. 2019, 36-37.)

### 3.5 Itsemääräämisteoria

Edward Decin ja Richard Ryanin kehittämä itsemääräämisteoria on yksi ihmisen motivaatiota selittävä teoria (Nurmi & Salmela-Aro 2017, osa 1). Motivaatio syntyy ihmisen halusta ja tarpeesta tehdä jotakin. Motivaatio nähdään voimana, jonka ansiosta ihmiset osallistuvat erilaiseen toimintaan ja tekevät erilaisia asioita (Kähkönen 2018, 3). Itsemääräämisteoriassa ihmisen katsotaan lähtökohtaisesti olevan aktiivinen, itseään ohjaava ja motivoitunut. Tämä näkyy ihmisen luontaisena taipumuksena asettaa itselleen tavoitteita, yrityksinä suoriutua elämän haasteista ja uusien kokemusten integroimisella omaan minäkuvaansa.

Itsemääräämisteoriaan mukaan sosiaalinen ympäristö, joka on vuorovaikutuksessa yksilön kehityksen ja psykologisen kasvun kanssa, voi joko ehkäistä tai tukea tavoitteiden toteutumista. (Nurmi & Salmela-Aro 2017, osa 1.)

ELA-toiminnassa itsemääräämisteoria näkyy siten, että osallistujat pääsevät keskustelemaan teoriaan liittyvistä taidoista sekä harjoittelemaan niiden hyödyntämistä turvallisessa ympäristössä. Yrittäminen, tavoitteiden asettaminen ja reflektointi ovat keskeisiä elämäntaitoja, jotka ovat aiheesta riippumatta, jokaisella ELA-tunnilla läsnä. ELA-tuntien opiskeluympäristöstä pyritään aina luomaan mahdollisimman turvallinen ja oppimiselle myönteinen. Tuntien mielekkyys, yhdessä luotu turvallisuuden tunne sekä yhdessä oppimisen asenne luovat hyvät lähtökohdat jokaisen osallistujan henkilökohtaiselle kehitykselle. (Lähiökoutsi-hanke 2021.)

Ihmisen motivaatioon vaikuttavat sisäiset ja ulkoiset tekijät. Ihmisen sisäinen motivaatio tarkoittaa, että ihminen on motivoitunut tekemään asioita, koska itse toiminta on mielenkiintoista, se tuottaa mielihyvää ja on linjassa ihmisen oman arvomaailman kanssa. Itsemääräämisteorian mukaan ihminen yrittää luonnostaan omaksua ja sisäistää ympäristön sosiaalisesti hyväksymät tavat, säännöt ja arvostuksen osaksi omaa arvomaailmaa ja minäkuvaan pystyäkseen itseohjautuvaan toimintaan. (Nurmi & Salmela-Aro 2017, osa 1). ELA-toiminnassa osallistujia kannustetaan etsimään ennakkoluulottomasti omia sisäisen motivaation lähteitä erilaisista konteksteista (Lähiökoutsi-hanke 2021).

Itsemääräämisteorian keskiössä ovat ihmisluonteelle kolme psykologista perustarvetta, joita ovat koettu autonomia, koettu sosiaalinen yhteenkuuluvuus ja koettu pätevyys (Kähkönen 2018, 5). Motivaatio on optimaalisella tasolla silloin, kun kaikki kolme psykologista tarvetta täyttyvät (Laitila 2019, 13). Kun osallistujat ovat motivoituneita toimintaa kohtaan, se näkyy osallistujien yritteliäisyytenä ja viihtymisenä (Kähkönen 2018, 5). ELA-toiminnassa on huomioitu kaikki kolme ihmisluonteen psykologista perustarvetta toiminnan mielekkyyden ja mahdollisimman tehokkaan oppimisen takaamiseksi (Lähiökoutsi-hanke 2021).

### 3.5.1 Autonomia

Itsemääräämisteoriassa autonomia tarkoittaa, että ihminen kokee itse pystyvänsä vaikuttamaan omaan toimintaansa. Jatkuva ohjeistaminen ja kontrollointi saattavat vaikuttaa ihmisen kokemaan autonomiaan. ELA-toiminnassa osallistujien koetun autonomian tunnetta pyritään vahvistamaan vapaudella vaikuttaa toiminnan sisältöön, joka kuitenkin noudattaa toimintaan suunniteltuja raameja. Itsemääräämisteoriassa vapaudella viitataan ihmisen vapaaehtoiseen sitoutumiseen. Vapaaehtoiseen sitoutumiseen vaikuttaa, jos ihminen kokee tehtävän merkitykselliseksi ja järkeväksi. Kun tehtävät ovat osallistujalle mielenkiintoisia ja palkitsevia, ne edistävät sisäisen motivaation syntymistä. (Nurmi & Salmela-Aro 2017, osa 1.)

Osallistujakeskeinen toiminta edistää koetun autonomian tunnetta ja tuo mukanaan vastuullisuutta (Kähkönen 2018, 9). On todettu, että kun opettaja käyttää autonomiaa tukevaa vuorovaikutusta liikuntatunneilla, lasten ja nuorten liikuntamotivaatio ja fyysinen aktiivisuus lisääntyvät (Laitila 2019, 14).

### 3.5.2 Pätevyys

Pätevyys tarkoittaa ihmisen kokemusta siitä, että kokeeko hän osaavansa jonkun tietyn asian ja saako hän asioita aikaiseksi. Ennakkoehtona pätevyuden kokemiselle on, että tehtävät vastaavat ihmisen vahvuuksia ja ne ovat tarpeeksi haastavia. Koettua pätevyyttä voi lisätä esimerkiksi palautteen avulla, korostamalla osaamisen edistymistä ja keskittämällä palaute oppimiseen ja aikaansaamiseen. (Nurmi & Salmela-Aro 2017, osa 1.)

Liikunnallisella pätevyydellä tarkoitetaan yleisesti ottaen ihmisen subjektiivista kokemusta edellytyksistään pärjätä sekä onnistua fyysisistä toimintaa ja motoriikkaa edellyttäviissä tehtävissä. Koettu liikunnallinen pätevyys toimii yhtenä tärkeimmistä liikunta-aktiivisuuden taustavaikuttajista sekä lapsuudessa että nuoruudessa. Lapsen ja nuoren subjektiivinen kokemus omasta pätevyydestään rakentuu vuorovaikutuksessa fyysisen, sosiaalisen sekä psykologisen ympäristön kanssa. (Valtion liikuntaneuvosto 2016a, 36.)

Liikunta voi parhaimmillaan toimia lapsen ja nuoren kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin kehittymistä tukevana voimana, tarjoamalla onnistumisen elämyksiä erilaisissa toiminnallisissa ja liikunnallisissa tilanteissa. Pitkällä aikavälillä lasten ja nuorten säännöllisesti kokemat myönteiset elämykset karttavat myös yleiseksi itsearvostukseksi. (Valtion liikuntaneuvosto 2016a, 36.)

ELA-toiminnassa osallistujien koettua pätevyyttä pyritään edistämään kannustamalla osallistumaan ja yrittämään. Oppilaiden osallistuessa toimintaan, kaikille pyritään luomaan mahdollisuuksia onnistumisen kokemuksiin. Toiminnassa pyritään myös purkamaan vahingollista jakoa hyvän ja huonon välillä. Tätä itsearvostukseen myös negatiivisesti

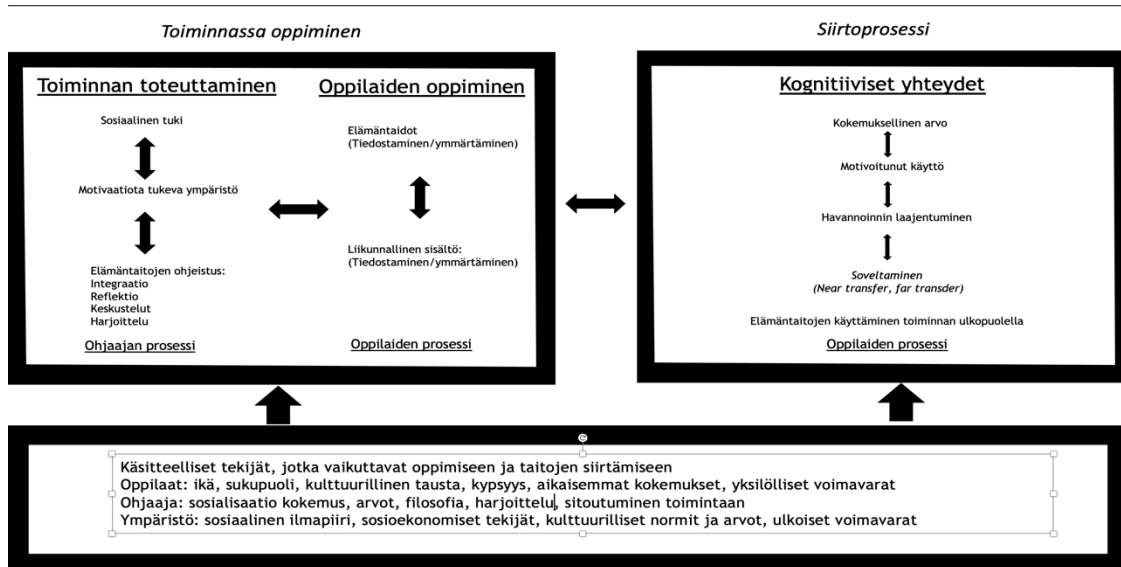
vaikuttavaa jakomenetelmää on pyritty uudistamaan kokemuksen peilaamisella toiminnassa. (Lähiökoutsi-hanke 2021.)

### 3.5.3 Sosiaalinen yhteenkuuluvuus

Kun ihmiset kokevat, että he ovat osa yhteisöä ja saavat rakentaa läheisiä suhteita toisten kanssa, sosiaalisen yhteenkuuluvuuden kokemus vahvistuu. Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden tunnetta voidaan vahvistaa kunnioittamalla jokaista yksilönä ja erilaisuuden hyväksymisellä. Myös tasaisesti kaikkien välillä jakautunut keskustelu ja yhdessä tehdyt päätökset lisäävät yhteenkuuluvuuden tunnetta (Nurmi & Salmela-Aro 2017, osa 1). Tämä näkyy ELA-toiminnassa toisten kunnioittamisena, kaikkien kanssa toimimisena, reflektointina niin pari-, pienryhmä ja yhteisissä keskusteluissa sekä päätöksentekona toiminnan sisällöstä (Lähiökoutsi-hanke 2021).

### 3.6 Oppimisen ja soveltamisen yhdistävä viitekehys

Jacobs & Wright (2017) ovat julkaisseet artikkelin, jossa he esittelevät oppimisen ja soveltamisen yhdistävän käsitteellisen viitekehksen (Kuvio 1). Kehys perustuu useaan eri oppimisteoriaan, jotka selittävät liikunnan merkitystä psykologisen, emotionaalisen ja akateemisen kasvun edistäjänä. Teorioita yhdistävä tekijä on liikunnassa opettujen taitojen siirtäminen muuhun elämään. Jacobsin ja Wrightin mukaan useat tutkijat keskittyivät aikuisten havaintoihin lapsille ja nuorille opettujen taitojen siirtymisestä liikunnallisen toiminnan ulkopuolelle. Näiden havaintojen merkityksellisyyden edellytys on, että havainnoijat ovat täysin tietoisia lasten ja nuorten käyttäytymisestä ja että heillä on tarvittava osaaminen ja tietotaito toiminnan sisällöstä. Ongelmallista tässä on se, että ulkopuolisen henkilön tulkinnat ovat subjektiivisia tulkintoja toisen ihmisen kokemuksesta. Kehyksen tarkoitus on tarjota tutkijoille näkökulma, kuinka he voivat käsitteellistää elämäntaitojen siirtämisen tutkimuksissaan ja täten vahvistaa argumenttia, että liikunta edistää nuorten positiivista kasvua. (Jacobs & Wright 2017, 1-3.)



Kuvio 1 Oppimisen ja soveltamisen yhdistävä viitekehys mukaillen (Jacobs & Wright 2017, 11)

Käsitteelliset tekijät sisältävät osallistujat, toiminnan vetäjän sekä ympäristön.

Taustatekijöiden jokaisessa osassa on toisistaan riippumattomia yksilöllisiä tekijöitä, jotka vaikuttavat elämäntaitojen oppimiseen sekä niiden siirtämiseen. Osallistujien valmiudet sisältävät muun muassa iän, sukupuolen, kulttuurillisen taustan, kypsyyden, aikaisemmat kokemukset ja yksilölliset voimavarat. Toiminnan vetäjän kompetenssi muodostuu sosiaalisuus kokemuksesta, arvoista ja filosofiasta, harjoittelusta sekä sitoutumisesta toimintaan. Ympäristölliset tekijät sisältävät sosiaalisen ilmapiirin, sosioekonomiset tekijät, kulttuurilliset normit ja arvot sekä ulkoiset voimavarat. (Jacobs & Wright 2017, 14-15.)

Toiminnassa oppiminen sisältää toiminnan toteuttamisen ja osallistujien oppimisen erillisinä kokonaisuuksina. Tässä on hyvä huomata, että ohjaajalle kohdistuvat tavoitteet ja osallistujiin kohdistuvat tavoitteet ovat toiminnan aikana vastavuoroisessa suhteessa. Vastavuoroisuus syntyy ajan kanssa, kun osallistujat ottavat osaa toimintaan useasti. Toiminnan toteuttamisessa on tärkeää sisällyttää arvoperiaatteet positiivisen sosiaalisen vuorovaikutuksen luomiseen ja integroida opettavat elämäntaidot toiminnan aktiviteetteihin. Ohjaajan täytyy antaa ohjattaville mahdollisuuksia harjoitella elämäntaitoja toimintaan suunnitellussa sisällössä sekä antaa osallistujille palautetta heidän toiminnastaan. Lisäksi ohjaajan on kerrottava esimerkein toiminnassa esiintyvät elämäntaidot ja kuinka niitä voi hyödyntää elämän muilla eri osa-alueilla. Tämä tapahtuu yhteisissä keskusteluissa ja antamalla osallistujille mahdollisuuden reflektoida opeteltuja taitoja ja pohtia sitä, kuinka ne näkyvät heidän elämässään. (Jacobs & Wright 2017, 12.)

Osallistujien oppiminen on pitkän aikavälin tulos laadukkaasti toteutetusta toiminnasta.

Tietoisuus/ymmärtäminen tarkoittaa sitä, että osallistujat tietävät, että kyseisellä ohjauksella opettavat elämäntaidot ovat yrittäminen ja kunnioittaminen. Lisäksi heille

täytyy olla selvää, että heidän odotetaan mallintavan yrittämistä ja kunnioittamista toiminnan aikana. Kun osallistujat näyttävät toiminnassa, että he tiedostavat mitä elämäntaitoja heiltä odotetaan, heille syntyy mielensisäinen malli halutusta toimintatavasta, jota he voivat hyödyntää elämän muilla osa-alueilla. (Jacobs & Wright 2017, 12.)

Siirtoprosessin aktiivisia osia ovat kognitiiviset yhteydet ja soveltaminen. Kun ohjattavat tiedostavat ja ymmärtävät elämäntaitojen sisällöt, he alkavat soveltamaan opittuja taitoja muissa ympäristöissä. Transformatiivinen oppiminen edistää opittujen elämäntaitojen soveltamista moniin uusiin tilanteisiin. Vaikka osallistujat ymmärtävät elämäntaitojen tärkeyden kokeellisen toiminnan ansiosta, osallistujien täytyy olla myös motivoituneita käyttämään niitä. Motivoitunut toiminta käsittää sekä tarkoitushakuisen tilanteiden etsimisen, joissa elämäntaitoja voi soveltaa, että odotuksen siitä, että heidän toimintansa kyseisessä tilanteessa johtaa haluttuun lopputulokseen. Havaintokyvyn laajentuminen on oleellinen osa kognitiivisten yhteyksien muodostuksessa. Kun osallistujat ovat soveltaneet elämäntaitoja kokeellisella toiminnalla, he alkavat löytää enemmän uusia tilanteita, joissa elämäntaitojen soveltaminen on mahdollista. Elämäntaitojen soveltamiseen liittyvät termit sekä *near transfer* että *far transfer*. *Near transfer* on enemmän tiedostamatonta toimintaa, jossa sovellettavat tilanteet ovat samankaltaisia, joita toiminnassa on esitetty. *Far transfer* vaatii enemmän metakognitiivisia kykyjä sekä kykyä yleistää opittuja konsepteja ja soveltaa niitä laajemmin elämän muille areenoille. (Jacobs & Wright 2017, 13-14.)

#### 4 Tutkielman tavoite ja tutkimuskysymykset

Tutkielman tavoite on tuottaa tietoa Elämäntaitoja liikunnan avulla -toiminnan mielekkyydestä ja merkittävydestä, toimintaan osallistuneiden oppilaiden ja opettajien näkökulmasta. Tutkielman tuloksilla tavoitellaan myös tietoa ulkopuolisen toimijan roolin vaikuttavuudesta koulumaailmassa tapahtuvan toiminnan näkökulmasta.

Tutkielman tavoitteena on tuottaa tietoa myös siitä, onko ELA-oppitunneille osallistuneiden oppilaiden asenne liikuntaa kohtaan muuttunut toimintaan osallistumisen aikana. Tutkielman tavoitteena on selvittää, ovatko ELA-toimintaan osallistuneet oppilaat kokeneet pystyneensä siirtää tunneilla opittuja taitoja ELA-toiminnan ulkopuolelle, sekä ovatko opettajat havainneet muutosta oppilaiden käyttäytymisessä ELA-toiminnan ulkopuolella.

Päätutkimuskysymys on muotoiltu seuraavasti:

- Miten Elämäntaitoja liikunnan avulla -oppitunnit ovat vaikuttaneet lasten nuorten elämään?

Päätutkimuskysymyksen lisäksi tutkielmaa varten on muotoiltu kaksi alakysymystä, jotka täsmentävät lopullista vastausta tutkimuskysymykseen. Alakysymykset ovat seuraavat:

- Onko lasten ja nuorten asenne muuttunut liikuntaa kohtaan ELA-oppituntien vaikutuksesta?
- Ovatko lapset ja nuoret kyenneet siirtämään ELA-oppitunneilla käsiteltyjä taitoja hankkeen toiminnan ulkopuolelle?

## 5 Tutkielman toteutus

Tutkielman taustatyötä on tehty jo 2018 loppuvuodesta lähtien, kun Lähiökoutsihanke käynnisti toiminnan Koillis-Helsingin alueella. Siitä lähtien toimintaa on kehitetty siihen pisteeseen, että ELA-toiminta sai alkunsa ensin Malmin peruskoululla, minkä jälkeen se levisi muille Koillis-Helsingin alueen kouluille. Syksyllä 2020 ELA-toimintaa toteutettiin viidellä eri peruskoululla, yhteensä seitsemällä eri toimipisteellä.

Tutkielman ajatusprosessi käynnistyi marraskuussa 2018 Ville Luhtarannan ottaessa yhteyttä Tuomas Mikkolaan Lähiökoutsihankeen tiimoilta. Ville oli tuolloin ensimmäisessä työharjoittelussa, ammattikorkeakoulun puolelta, O9 Helsinki Human Rights -säätöillä. Hänen ohjaajanaan toimi Mishel Odeh, Lähiökoutsihankeen toinen vastaavista ohjaajista. Villen harjoittelun aikana hänelle tarjottiin mahdollisuus työskennellä hankkeessa opintojen ohella. Juuri käynnistynyt Lähiökoutsihanke etsi toiminnan ohjaajia. Ville otti yhteyttä Tuomakseen, sillä hän koki Tuomaksen sopivan hyvin tehtävään, jonka jälkeen hänet rekrytoitiin hankkeeseen toiminnan ohjaajaksi.

Keväällä 2019 Lähiökoutsihankeen toiminta painottui kerhotoiminnan ohjaamiseen ja toisen asteen opiskelijoiden ohjauskoulutukseen. Samaisena keväänä Ville ja Tuomas ohjasivat eräessä Koillis-Helsingin alueen koulussa keskustelukerhoa kerran viikossa. Keskustelukerhon toiminta kesti helmikuusta 2019 toukokuun 2019 loppuun. Kerhotoiminnan aikana syntyi ajatus laadullisesta opinnäytetyöstä, joka selvittäisi keskustelukerhon vaikuttavuutta sen osallistujiin.

Keväällä 2019 Ville ja Tuomas pääsivät harjoittelemaan tutkielman tekemistä Tutkimus- ja kehittämismenetelmien opintojaksolla. Pienoistutkimuksen aiheeksi valikoitui Tuomaksen pilotoima kouluvalmentaja-toiminnan merkityksellisyys kouluympäristössä. Tuttu kohderyhmä toimi vaikuttavana tekijänä pienoistutkimuksen aihetta valittaessa. Pienoistutkimuksen laadulliseen osioon vastanneet oppilaat olivat samoja kuin käynnissä olleen keskustelukerhon osallistujat. Pienoistutkimuksen tarkoituksena oli toimia harjoitteluna samaisessa kouluympäristössä suoritettavaa opinnäytetyötä silmällä pitäen.

Syksyllä 2019 Lähiökoutsi-hankkeen toimintaan luotiin suuria muutoksia. Osa kerhotoiminnasta lakkautettiin vähäisen osallistujamäärän vuoksi. Kerhotoimintaan osallistuvien oppilaiden vaihtuvuus asetti omat haasteensa elämäntaitojen systemaattisella opettamiselle. Myös keskustelukerhon toiminta lakkautettiin koulun organisaatiomuutosten ja tilojen puutteellisuuden johdosta. Hanke halusi keskittää toimintaansa enemmän koulupäivän aikana tapahtuvaksi, jotta toiminta tavoittaisi paremmin sille suunnitellun kohderyhmän. Tämä johti siihen, että hanke kehitti suurimman tuotteen: koulupäivien aikana järjestettävät ELA-oppitunnit.

Syksyllä 2019 ELA-toimintaa pilotoitiin Malmin yläasteella kahtena päivänä viikossa. Uuden toimintamuodon lanseeraaminen vaikutti myös Villen ja Tuomaksen rooleihin hankkeen työntekijöinä. Tuomaksesta tuli toinen ELA-toiminnan vetäjästä ja Ville keskittyi kirjalliseen työhön ja kehittämistyöhön. Keskustelukerhon päätyttyä Ville ja Tuomas päättivät tehdä opinnäytetyön ELA-toiminnasta. Syksyllä 2019 Ville ja Tuomas ilmoittautuivat Opinnäytetyö-opintojaksolle.

Helmikuussa 2020 Ville lähti opiskelemaan kevätlukukaudeksi Santiagoon, Chileen. Villen tavoitteena oli kirjoittaa tutkielman teoriaosuutta muiden opintojen ohella. Keväällä 2020 Tuomaksen tarkoituksena oli ohjata ELA-toimintaa sekä teettää tutkielman kyselyt. Opinnäytetyön alkuperäinen aikataulu oli saada se valmiiksi vuoden 2020 lopussa. Vuoden 2019 lopulla alkaneen COVID-19-pandemian johdosta Helsingin kaupunki ei myöntänyt keväälle 2020 tutkimuslupia ja koulujen sulkeuduttua opinnäytetyön aikataulu siirtyi kuudella kuukaudella. Tämän johdosta opinnäytetyön toteutus laitettiin hetkellisesti tauolle. Syksyllä 2020 jatkettiin alkuperäisen työnjaon mukaisesti opinnäytetyön teoreettisen osuuden ja ELA-toiminnan vetämisen toteuttamista.

## 5.1 Tutkimusmenetelmät

Tutkielman tutkimusmenetelmäksi valittiin monimenetelmä tutkimus. Monimenetelmä tutkimus yhdistää laadullisen ja määrällisen tutkimuksen ominaispiirteet yhdeksi kokonaisuudeksi. Monimenetelmä tutkimuksen valinnalla on tarkoitus tuottaa entistä kattavampia, paikkansapitäviä ja kokonaisvaltaisia vastauksia ELA-oppituntien vaikutuksesta nuorten elämään. Laadullisen ja määrällisen tutkimuksen roolit ovat integroitu, mikä edellyttää molempien tutkimusosien läsnäoloa tutkimusongelmaan vastattaessa. Laadullisen ja määrällisen tutkimuksen ominaispiirteitä integroimalla tutkimuskysymyksistä voidaan luoda syy–seuraus suhteita: miten ELA-oppitunneille osallistuminen on vaikuttanut nuorten elämään ja mitä siitä on seurannut. (Juuti & Puusa 2020, 308–309, 311; Vilka 2007, 23).

Tutkimuksessa on kaksi eri tutkimusryhmää, joilla on omat roolit tutkimusongelmaan vastattaessa. Tutkimusryhmiä ovat ELA-toimintaan osallistuneet oppilaat ja opettajat. Määrällisen tutkimuksen ominaispiirteiden tehtävä on mitata oppilaiden yleisiä mielipiteitä

viisiportaisilla vastausvaihtoehdoilla. Opettajille suunnatussa kyselyssä vastausvaihtoehdot ovat puolestaan kolmiportaisia. Kyselyt on tehty kysymysmuotoon ja vastausvaihtoehdot ovat sanallisia vastausvaihtoehtoja. Kyselyiden kysymykset on vakioitu ja niissä haetaan vastauksia kysymyksiin: kuinka moni, kuinka paljon ja kuinka usein. Määrällisten kysymysten tarkoitus on selittää oppilaiden ja opettajien kokemuksia ELA-oppitunneista ja niiden vaikutuksista nuorten elämään. (Vilkka 2007, 14, 21-24, 28).

Laadullisten kysymysten tarkoitus on tehdä tarkentavia kysymyksiä määrällisten kysymysten pohjalta. Laadullisten kysymysten ominaispiirteen mukaan kysymyksillä haetaan vastauksia subjektiivisista kokemuksista ELA-oppitunneille osallistumisesta. Vastaukset jäsentävät kielellisesti ELA-oppitunneille osallistujien tajunnassa ja ihmisten vuorovaikutuksessa syntyviä kokemuksia. Laadullisten kysymysten tarkoitus on etsiä syitä osallistujien kokemuksille (Juuti & Puusa 2020, II, 4). Tutkielman vastausten toissijainen tarkoitus on tuottaa tietoa Lähiökoutsi-hankkeen toiminnan hyödyllisyydestä ja mielekkyydestä jatkorahoituksia varten.

Aineistoa on kerätty joulukuu 2020 - maaliskuu 2021. Oppilaat ovat vastanneet kysymyksiin sekä itsenäisesti, että ELA-ohjaajien läsnä ollessa. Opettajat ovat vastanneet kyselyyn itsenäisesti. Kyselyt on tehty verkkokyselynä ja aineiston keruuseen on valittu Microsoft Forms alusta. Oppilaille ja opettajille on annettu linkki kyselylomakkeisiin. Oppilaille suunnatussa kyselyssä (Liite 4) kysymyksiä on yhdeksän ja opettajille suunnatussa kyselyssä (Liite 5) kysymyksiä oli kahdeksan. Tutkielman tulokset julkaistaan 17.5.2021 opinnäytetyöseminaarissa.

## 5.2 Tutkielman analyysimenetelmät

Tutkielman kyselyaineiston analysoinnissa käytetään sisällönanalyysia. Sen avulla tutkielman tuloksissa esiintyviä määrällisiä tuloksia voidaan analysoida perustuen muihin tilastoihin ja määrällisiin mittareihin ja laadullisia tuloksia analysoidaan aineistopohjaista teemoittelua käyttäen. Sisällönanalyysin toteutuksessa on monia eri vaiheita, kuten analyysiyksikön valinta, aineistoon tutustuminen, aineiston pelkistäminen, aineiston kategorisointi ja teemoittelu sekä tulkinta. Se ei kuitenkaan noudata vaiheiden välillä mitään tiettyä kaavaa, sillä eri vaiheet esiintyvät keskenään yhtäaikaaisesti ja aineiston tulkinta on jatkuvaa. (Juuti & Puusa 2020, 148-149.)

Analysoinnin eri vaiheiden tarkoitus on tiivistää ja järjestää aineisto siten, että se on yhtenäistä, mielekästä ja selkeää tietoa tutkittavasta kohteesta. Tällä tavoin voidaan luoda parempi synteesi laadullisen ja määrällisen aineiston välillä ja sitä on helpompi tulkita. Analyysin tulee olla totuudenmukainen ja pyrittävä perustelemaan väitteet uskottavasti. (Juuti & Puusa 2020, 148-149.)

Tutkielman aineiston analysointiprosessi on jakautunut oppilaiden ja opettajien määrällisten ja laadullisten vastausten kesken. Määrälliset vastaukset on käyty läpi ensin ja niistä on muodostettu tuloksia kuvaavat pylväsdiagrammit. Lisäksi oppilaiden määrällisistä vastauksista on muodostettu Excel-taulukko, jossa vertaillaan aineiston kausaalisuhteita. Taulukossa verrataan oppilaiden kokemuksia toiminnan mielekkyyden, koetun liikuntamotivaation muutoksen ja toiminnassa koetun oppimisen välillä. (Virkka 2007, 23, 139-142).

Tämän jälkeen on analysoitu oppilaiden ja opettajien laadulliset vastaukset. Analysointiprosessi on muodostunut vastausten läpikäymisestä, aineiston pelkistämisestä, aineiston ryhmittelystä ja teoreettisten käsitteiden luomisesta (Sarajärvi & Tuomi, luku 4.4.3). Tutkielman laadullinen analysointiprosessi voidaan jakaa kolmeen suurempaan vaiheeseen, vaikka aineiston tulkinnan vaiheet ovat esiintyneet prosessissa samanaikaisesti.

Laadullisten tulosten analysointiprosessi on lähtenyt liikkeelle aineistoon tutustumisesta, joka on aloitettu ensimmäisten vastausten tultua. Tutustumista on jatkettu kyselyiden sulkeutumiseen saakka. Kyselyiden sulkeuduttua aineistoa on alettu käymään läpi. Läpikäytyä aineistoa on tulkittu ja vastauksia on pelkistetty. Jokaisen kysymyksen pelkistetyt vastaukset on listattu erilliselle tekstitiedostolle. Pelkistetyistä ilmauksista on alettu etsimään samankaltaisuuksia ja erilaisuuksia. Tämän jälkeen pelkistetyistä ilmauksista on luotu ensimmäiset suuntaa antavat luokat, jotta aineisto saadaan jaoteltua alustavien luokkien alle. Ensimmäisen vaiheen aikana analysointiprosessissa on käyty läpi, tulkittu ja alustavasti luokiteltu noin 1600 vastausta. (Sarajärvi & Tuomi 2018, luku 4.4.3).

Kun sekä oppilaiden että opettajien vastaukset olivat tulkittu sekä luokiteltu ensimmäisen kerran, molempien kyselyiden aineisto on käyty läpi ja tulkittu uudestaan. Tämän jälkeen analysointiprosessi on syventynyt pääluokkien sekä ylä- ja alaluokkien muodostamiseen. Tällöin aineiston ryhmittelyn aikana vastauksista esiin nousseiden teemojen luokittelua on pystytty tarkentamaan. Prosessi on sisältänyt luokkien yhdistämistä ja erottelua, suurien pääluokkien luomista, teemojen sijoittamista suurempien pääluokkien alle ja alaluokkien sijoittamista teemojen alle. (Sarajärvi & Tuomi 2018, luku 4.4.3). Tutkielman aineistosta on luotu 150 alaluokkaa, 82 teemaa ja 25 pääluokkaa.

Analysointiprosessin kolmannessa vaiheessa sekä oppilaiden että opettajien vastauksista on muodostettu niin suuremmat pääluokat kuin teemat ja alaluokat. Tässä vaiheessa on keskitytty tarkkojen vastausten nostamiseen osaksi kirjallista tuotosta. Nostojen poimimisen lisäksi aineisto on käyty läpi vielä kertaalleen. Tämä on vahvistanut aineiston käsitteellistämistä, jotta tutkielman kannalta olennainen tieto voidaan muodostaa. (Sarajärvi & Tuomi 2018, luku 4.3.3).

### 5.3 Eettisyys ja luotettavuus

Tutkimusta toteuttaessa on huomioitava sosiaalityön tutkimuseettiset periaatteet, jotka ovat jaettu Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2019, 7) mukaan seuraaviin osa-alueisiin: itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen, vahingoittamisen välttäminen sekä yksityisyys ja tietosuojaja.

Tiedonhankintaan ja tiedonantajien suojaan otetaan kantaa niin sanotuissa Mengele-tapauksissa. Tämä termi tarkoittaa tutkimuksia, joissa tutkimukseen vastaajien suoja osoittautuu kyseenalaiseksi. Tutkimuksessa ihmisoikeudet muodostavat eettisen perustan ihmisiin kohdistuvissa tutkimuksissa. Tämä tarkoittaa sitä, että tiedonantajille on selvitettävä tutkimuksen tavoitteet, mahdolliset riskit ja menetelmät siten, että ne ovat tutkittavien ymmärrettävissä. Suojaan lukeutuu lisäksi tutkimukseen osallistumisen vapaaehtoisuus. Jokaisella on oikeus kieltäytyä osallistumasta tutkimukseen tai keskeyttää tutkimukseen osallistuminen milloin tahansa. Tiedonantajat voivat myös jälkikäteen kieltää heitä itseään koskevan aineiston käytön tutkimuksessa. Tässä tutkielmassa tekijöiden on mahdotonta tietää tietyn osallistujan vastaukset, koska kyselyt tuotetaan anonymisti, ellei vastaaja muista sanatarkasti mitä hän on vastannut. (Sarajärvi & Tuomi 2018, luku 5.4.4.)

Tutkimukseen suostumusta pyydetessä tutkijan on varmistettava, että vastaaja tietää, mistä tutkimuksessa on kyse. Tutkijan on noudatettava osallistujien suoja siten, että osallistujien oikeudet ja hyvinvointi voidaan turvata. Tutkimukseen osallistujille ei saa aiheutua vahinkoa, ja heidän hyvinvointinsa on asetettava etusijalle. Tutkijan on pidettävä huoli siitä, että tutkimuksesta saadut tulokset ovat luottamuksellisia eikä niitä saa luovuttaa ulkopuolisille. Tutkimukseen osallistujien on pysyttävä nimettöinä, ellei identiteetin paljastamiseen ole annettu erillistä lupaa. Tutkimukseen osallistuneilla on oikeus odottaa ja velvoittaa vastuuntuntoista työtettä. Tutkijan on noudatettava antamiaan lupauksia eikä tutkija saa vaarantaa tutkimuksen rehellisyyttä. (Sarajärvi & Tuomi 2018, luku 5.4.4.)

Jokaisen tutkielmaan valitun oppilaan itsemääräämisoikeuden olemme huomioineet siten, että tutkielmaan osallistuminen on täysin vapaaehtoista ja siten, että jokaisella tutkielmaan suostumuksen antaneella oppilaalla on mahdollisuus vielä ennen kyselyn tekemistä kieltäytyä vastaamasta siihen. Tutkielmaan osallistumatta jättäminen ei vaikuta siihen, että oppilas tai oppilaat jäisivät Suomen valtion kouluinstituution tarjoaman palvelun ulkopuolelle, koska oppivelvollisuus on kuuteentoista (16) ikävuoteen asti. Tutkielma on suunniteltu siten, että siitä ei koidu minkäänlaista haittaa oppilaille, riippumatta siitä että, osallistuvatko he tutkielmaan vai eivät. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 7-10).

Tutkimusluvan ja vanhemmilta pyydettyä suostumuksen (Liitteet 2-3) hakemisella toteutetaan yksityisyyden varjelua tutkimukseen osallistuvilla tahoilla, kuten tekijöille, oppilaille ja kouluille. Suostumusasiakirjan avulla tiedotetaan tutkimukseen osallistuvilla

oppilaille ja heidän huoltajilleen tarkan tiedotteen tutkimuksen ja kyselyn tarkoituksesta, kerättävästä tiedosta sekä kerättyä tietoa käsittelevistä tahoista.

Tutkielman luotettavuuden näkökulmasta on riskinä, että vastaukset eivät ole totuudenmukaisia, sillä vastaajat tuntevat toisen tutkijoista jo entuudestaan. Vastausten totuudenmukaisuuteen voi vaikuttaa jo kehittynyt suhde toiminnan ohjaajiin. Jos luotu suhde on positiivinen, vastaukset saattavat olla mielisteleviä. Negatiivisen suhteen omaava vastaaja saattaa vääristää tutkimustuloksia toimintaa kohtaan negatiivisiksi.

Opettajien kohdistuvan luotettavuuden näkökulmasta on vaarana, että vastaukset eivät ole totuudenmukaisia seuraavista syistä: positiivisesti vääristäviä tilanteita olisivat sellaiset, joissa opettajat pitäisivät toiminnan vetäjistä ja näin ollen vastaisivat positiivissävytteisesti. Vastaukset voivat olla myös positiivisesti vääristyneitä silloin, jos opettajat kokevat, että ELA-toiminta helpottaa heidän työtaakkaansa. Negatiivisesti vääristyneitä vastauksia voi tulla silloin, jos opettajat eivät ole tietoisia toiminnan sisällöstä ja tavoitteista. Negatiivisesti vääristävää voi olla myös, että opettajat eivät pidä toiminnan vetäjistä tai itse toiminnasta.

Tutkielman luotettavuus kiteytyy opinnäytetyö prosessin eri vaiheiden tarkkaan kuvaamiseen. Tutkielman toteuttajien kokemusta ja asiantuntijuutta on tuotu esiin kertomalla Lähiökoulu -hankkeessa saadun koulutuksen ja työskentelykokemusten avulla. Tutkielmaa on päästy harjoittelemaan Tutkimus- ja kehittämismenetelmät -opintojakson aikana. Se auttoi valmistautumaan tutkielman suunnittelemiseen ja toteuttamiseen sekä varautumaan tutkimuslupahakemuksen mukana tuomiin haasteisiin. Lisäksi tutkielman tekemiseen käytetty aika vahvistaa käsitystä tutkielman luotettavuudesta. ELA-toiminnan keskiössä olevan Don Hellisonin -mallin vahva osaaminen vahvistaa luotettavuutta. Don Hellisonin -mallin ympärille valittiin sitä tukevat tieteenfilosofiset taustaoletukset ja teoriat. Tutkielman analyysimenetelmissä on kuvattu tarkasti analysointiprosessin eri vaiheet ja kuinka vastauksissa esiin nousseisiin teemoihin on päästy. (Juuti & Puusa 2020, V 11).

Tutkielman reliaabeliuteen vaikuttavat muun muassa kohderyhmän kokemukset toiminnasta, toiminnan ohjaajat ja heidän pätevyys ja inhimilliset tekijät kyselyyn vastattaessa, kuten mieliala ja vireystila. Näiden tekijöiden johdosta on mahdotonta olettaa, että kahdesta eri tutkielmasta saataisiin täysin samanlaisia tuloksia. (Juuti & Puusa 2020, V 11).

## 6 Tutkielman hypoteesit

Tutkielman oppilaille suunnatun määrällisen osuuden hypoteesit käsittävät ELA-toiminnan mielekkyyden, lasten ja nuorten asennemuutoksen liikuntaa kohtaan, elämäntaitojen siirtämisen ELA-toiminnan ulkopuolelle ja missä toiminnan muodossa elämäntaitojen oppiminen on kaikkein tehokkainta. Oletuksena on, että suurin osa ELA-toimintaan

osallistujista pitää toimintaa mielekkäänä, koska ELA-tunneilla liikutaan paljon ja oppituntien ohjaajat eivät ole jo entuudestaan tuttuja opettajia.

Lasten ja nuorten asennemuutoksista liikuntaa kohtaan oletettavia hypoteeseja löytyy useita. Oletuksena on, että suurimmalla osalla kyselyyn vastanneista asenne liikuntaa on pysynyt samana, sillä heillä on jo positiivinen asenne liikuntaa kohtaan. Ennakko-olettamuksena on se, että useilla vastaajista, joilla asenne liikuntaa kohtaan on lähtökohtaisesti negatiivinen, asenne liikuntaa kohtaan muuttuu positiivisemmaksi toimintaan osallistumisen johdosta. Kolmantena oletuksena on, että osa jo kielteisen asenteen omaavista oppilaista suhtautuu liikuntaan edelleen kielteisesti tai vielä negatiivisemmin toimintaan osallistumisen jälkeen.

Oletuksena opettajien elämäntaitojen siirtämisestä toiminnan ulkopuolelle on, ettei suurimmalla osalla taidot ole näkyneet elämän muilla osa-alueilla. Tämä voi johtua siitä, että oppilaat eivät ole käyneet kuin kerran ELA-oppitunneilla. Osa oppilaista ei osaa analysoida, näkyvätkö tunneilla käydyt elämäntaidot toiminnan ulkopuolella, vaikka ovat ottaneet osaa useampaan ELA-oppituntiin. Harvat tunneilla olleista oppilaista tiedostavat käyttävänsä tunneilla opettuja elämäntaitoja toiminnan ulkopuolella. Tämä oletus perustuu siihen, että he ovat kiinnostuneet opetetuista elämäntaidoista ja ovat alkaneet reflektoida omaa toimintaansa enemmän.

Ennakko-oletuksena on, että mieluisin sekä tehokkain toiminnan muoto elämäntaitojen opetteluun ovat joukkuepelit, sillä lapset ja nuoret tykkäävät pelata erilaisia pelejä niiden vauhdikkuuden ja keskinäisen kilpailun vuoksi. Seuraavaksi mieluisimpana oppimismuotona ovat todennäköisesti leikit ja tehtävät, koska toiminnallisuus on kohderyhmän mieleen. Vähiten mielekkäänä oppimismuotona ovat luultavammin yhteiset keskustelut, sillä lapsilla ja nuorilla ei välttämättä riitä kärsivällisyys yhteiseen pohdiskeluun.

Opettajille suunnatun määrällisen kyselyn hypoteesit käsittävät ELA-oppituntien hyödyllisyyden koulumaailmassa, ulkopuolisen toimijan merkityksen elämäntaitoja opettaessa, ovatko opettajat itse hyötynneet ELA-oppitunneista ja onko ELA-oppitunneilla opetetut taidot näkyneet muussa kouluarjessa. Oletuksena on, että valtaosa opettajista pitää ELA-toimintaa hyödyllisenä osana koulun opetusta. Oletus perustuu siihen, että opettajat kokevat oppilaiden kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistämisen tärkeäksi. Tätä oletusta puoltaa myös se, että ELA-oppitunneilla elämäntaitojen opetteluun on käytettävissä enemmän aikaa kuin muilla oppitunneilla. Osa opettajista saattaa kokea ELA-toiminnan hyödyttömäksi, jos he eivät itse koe kyseisiä taitoja merkitykselliseksi. Ennakko-olettamuksena on myös se, etteivät ne opettajat, jotka ovat olleet vain yhdellä ELA-oppitunnilla, osaa ottaa kantaa toiminnan hyödyllisyydestä.

Suurin osa opettajista pitää ulkopuolisen toimijan roolia hyvänä asiana elämäntaitojen opettaessa. Ohjaajien ja ohjattavien välille ei ole muodostunut aikaisempia

negatiivissävytteisiä suhteita aikaisemmista kohtaamisista. Osa opettajista ei pidä ulkopuolisen toimijan roolia hyvänä asiana, koska heillä saattaa olla negatiivisia kokemuksia aikaisemmista hankkeista. Osa opettajista ei välttämättä osaa muodostaa mielipidettä ulkopuolisen toimijan roolin merkittävydestä.

Valtaosa ELA-oppitunneille osallistuneista opettajista on luultavasti hyötynyt itse ELA-oppitunneista. ELA-oppitunnit ovat mahdollisesti tarjonneet opettajille työkaluja ryhmänhallintaan ja elämäntaitojen opettamiseen opettajien omassa toimintaympäristössä. Ne opettajat, jotka ovat osallistuneet ELA-oppitunneille vain kerran, eivät välttämättä ole itse hyötynyt toiminnasta tai eivät osaa kantaa omaan oppimiseensa.

Oletuksena on, ettei suurin osa opettajista ole huomannut tai osaa ottaa kantaa siihen, ovatko ELA-oppitunneilla opetetut elämäntaidot näkyneet oppilaiden käyttäytymisessä muussa kouluarjessa. Tämä oletus johtuu siitä, että osa luokista on osallistunut ELA-oppitunneille vain kerran, minkä vuoksi opetetut taidot eivät näy vielä ELA-oppituntien ulkopuolella. Opettajien voi olla myös vaikeaa arvioida opetettujen taitojen näkymistä, jos Don Hellisonin malliin pohjautuva ELA-toiminta ei ole heille vielä niin tuttua. Pienempi osa opettajista, jotka ovat osallistuneet ELA-oppitunneille useamman kerran ovat saattaneet huomata opetettujen elämäntaitojen näkymisen oppilaiden toiminnassa muussa kouluarjessa.

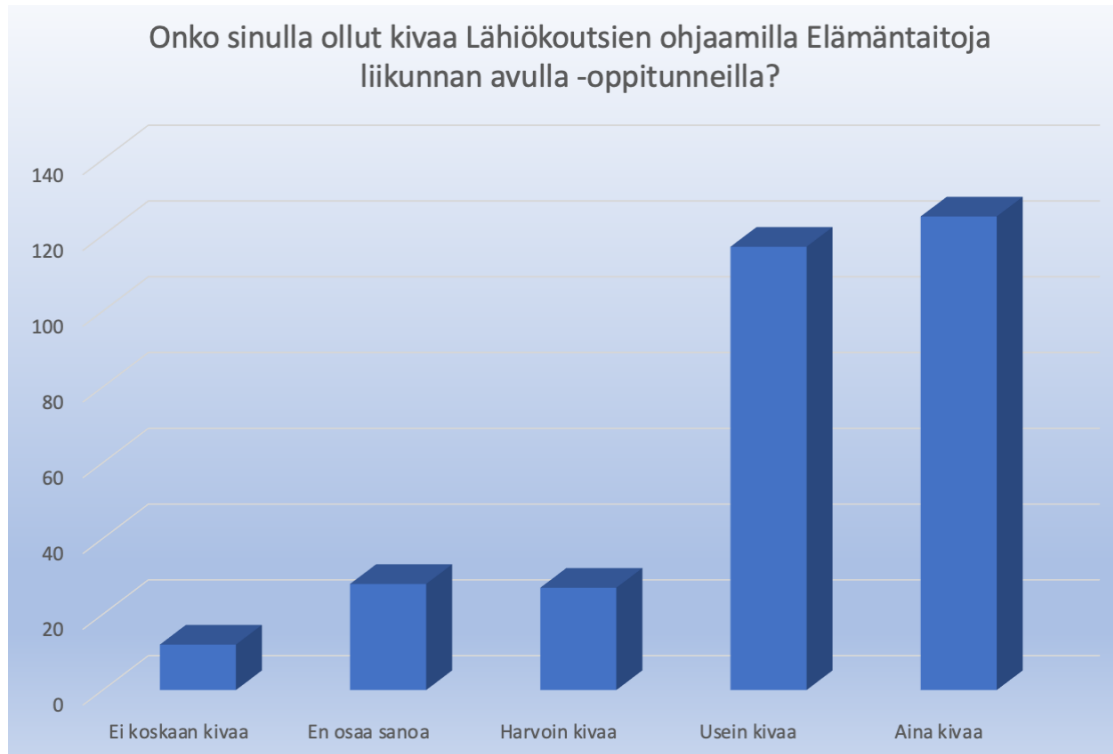
## 7 Tutkielman tulokset

Tässä luvussa esitellään oppilaiden ja opettajien kyselyiden tulokset määrällisistä sekä laadullisista kysymyksistä. Kaikki vastaajat ovat osallistuneet ELA-toimintaan aikavälillä elokuu 2020. Tulososiossa esitellään ensin oppilaiden kyselyn tulokset ja sen jälkeen opettajien tulokset. Tämä osio on otsikoitu opinnäytetyön tutkimuskysymysten pohjalta. Jokainen alaluku sisältää määrällisiä ja laadullisia vastauksia. Tulososiossa esitetään kohderyhmien suoria lainauksia vastauksista. Oppilaille tehdyssä kyselyssä vastaajia on 309 ja opettajille suunnattuun kyselyyn 29. Osa opettajista ei vastannut kaikkiin kysymyksiin. Oppilaiden ja opettajien kyselylomakkeet löytyvät liitteistä, (Liitteet 4-5).

### 7.1 Toiminnan mielekkyys ja koettu oppiminen

Ensimmäinen oppilailta kysytty asia liittyy ELA-toiminnan mielekkyyteen: ”Onko sinulla ollut kivaa Lähiökoutsien ohjaamalla Elämäntaitoja liikunnan avulla -oppitunneilla?”. Oppilasta 12 eli 3,8% vastaa, että heillä ei ole koskaan ollut kivaa ELA-oppitunneilla. Oppilaista 28 eli 9,1% vastaa ettei osaa sanoa, onko heillä ollut kivaa ELA-oppitunneilla. Oppilaista 27 eli 8,7% toteaa, että heillä on ollut harvoin kivaa ELA-oppitunneilla. (Kuvio 2).

Oppilaista 117 eli 37,9% vastaa, että heillä on ollut usein kivaa ELA-oppitunneilla. Oppilaista 125 eli 40,5% kokee, että heillä on ollut aina kivaa ELA-oppitunneilla. Kysymyksen tuloksista nousee esiin, että yhteensä 78,4% kaikista vastanneista oppilaista on kokenut ELA-toiminnan usein tai aina mielekkääksi. (Kuvio 2).



Kuvio 2 Onko sinulla ollut kivaa Lähiökoutsien ohjaamalla Elämäntaitoja liikunnan avulla - oppitunneilla?

Oppilaiden toinen kysymys on avoin. Kysymyksessä selvitetään syitä sille, miksi oppilailla joko on tai ei ole ollut mukavaa ELA-oppitunneilla: ”Miksi sinulla on tai ei ole ollut kivaa Elämäntaitoja liikunnan avulla -oppitunneilla?”. Oppilaiden vastauksista nousee esiin kolme merkittävää tekijää, jotka ovat vaikuttaneet oppilaiden kokemukseen ELA-toiminnan mielekkyydestä: toiminnan ohjaajat, toiminnan sisältö ja muut toiminnan miellyttävyyteen vaikuttaneet tekijät.

Toiminnan ohjaajista muodostuu neljä eri teemaa. Teemat koostuvat kokemuksesta toiminnan ohjaajien ammattitaitoisuudesta ja miellyttävyydestä sekä toiminnan ohjaajien ammattitaidon puutteesta ja epämiellyttävyydestä.

Toiminnan sisältöön liittyy viisi erilaista teemaa, jotka ovat vaikuttaneet merkittävästi oppilaiden kokemukseen ELA-toiminnan miellyttävyydestä (Taulukko 1). Teemat ovat toiminnan miellyttävyys, ELA-tuntien osa-alueet, liikkuminen, ryhmässä työskenteleminen ja oppiminen. Koetun oppimisen teema sisältää ainoastaan oppilaiden positiivisia kokemuksia.

Toiminnan sisältöön liittyvät muut teemat muodostuvat oppilaiden sekä positiivisista että negatiivisista kokemuksista, jotka ovat vaikuttaneet kohderyhmän kokemukseen toiminnan mielekkyydestä.

Muut toiminnan miellyttävyyteen vaikuttaneet tekijät, muodostuvat positiivisista ja negatiivisista teemoista. Positiiviset teemat ovat: toimintaan osallistuminen on edistänyt motivaatiota, toimintaan osallistuminen laskee stressiä, toiminnassa on hyvä ilmapiiri ja toiminta korvaa jonkun toisen oppitunnin. Negatiivisia teemoja ovat: toiminnan ajankohta, toiminnassa tai sitä ennen esiintyvä kiusaaminen ja toiminnassa esiintyvä kilpailuhenkisyys.

Osa vastaajista ei osannut nimetä syytä, miksi heillä on tai ole ollut kivaa ELA-oppitunneilla. Lisäksi pieni osa vastaajista on jättänyt kohdan täyttämättä tai annettua vastausta ei voi hyödyntää tässä osiossa.

*”KOSKA TUNTUI JOKA TUNTI ETTÄ KUULUI PORUKKAAN”*

*”Minulla on ollut kivaa koska kannustetaan tekemään asioita joita ei ehkä itse osaa niin hyvin.”*

*”On ollut mukavaa pelaila kavereiden kanssa ja ihan hyvän asian puolesta järjestetty mut jäi vähän syömään että käytiin vain kerran”*

*”Kiusattu ennen tuntia ja naurettu mun mielipidestä”*

*”Mahtava ote oppilaisiin, mielenkiintoisia teemoja ja keskusteluja”*

*”En tykkää leikkimisestä olen melkein täys ikäinen nääs.”*

*”On ollut kivaa sillä Lähiökoutsi ohjaajat kertovat yhteiset säännöt selkeästi ja auttavat jos jollain on hankalaa.”*

*”Ne ovat ollut kivoja, sillä niissä on oppinut uutta ja muita mielenkiintoisia asioita.”*

Pääluokka: Toiminnan sisältö	
Teema: Toiminnan miellyttävyys	(n) = 86
Sisältö on miellyttävää	78
Sisältö on epämiellyttävää	8
Teema: ELA-toiminnan osa-alueet	(n) = 96
Keskustelut	7
Pelit	22
Leikit	34
Toiminnan teema	2
Toiminnassa on liikaa istumista ja puhumista	11
Keskustelut ovat ahdistavia	3
Toiminta on turhaa/tylsää	17
Teema: Liikkuminen	(n) = 37
Oppilaat pitävät liikunnasta	33
Oppilaat eivät pidä liikunnasta	4
Teema: Ryhmässä työskenteleminen	(n) = 13
Oppilaat pitivät ryhmätyöskentelystä	12
Oppilaat ei pidä ryhmätyöskentelystä	1
Teema: Oppiminen	(n) = 39
Toiminnassa oppi uusia asioita	30
Toiminnassa oppi elämäntaitoja	5
Toiminnassa oppi kunnioitusta	1
Toiminnassa oppi tunnetaitoja	2
Toiminnassa oppi käytöstapoja	1

Taulukko 1 Toiminnan sisältö -pääluokan teemat ja alaluokat

Oppilaiden kolmas kysymys on avoin. Sillä selvitetään kokemuksia siitä, mitä oppilaat ovat oppineet ELA-tunneilla: ”Mitä olet oppinut Elämäntaitoja liikunnan avulla -oppituntien aikana?”. Tulokset koetusta oppimisesta on jaettu kokemukseen oppimisesta ja kokemus siitä, ettei ole oppinut ELA-tuntien aikana mitään.

Kokemus oppimisesta muodostuu seuraavista teemoista: toiminnassa opitut elämäntaidot, toiminnassa opitut erilaiset sosiaaliset taidot, muu koettu oppiminen, joka on syntynyt toimintaan osallistumisen seurauksena, opitut toiminnalliset taidot ja kokemus oppimisesta, jota vastaaja ei osaa selittää (Taulukko 2).

Kokemus siitä, ettei ole oppinut ELA-oppituntien aikana mitään, sisältää kaikki ne kokemukset, joiden mukaan ELA-toimintaan osallistuminen ei ole ollut opettavaista. Pieni osa oppilaista on jättänyt vastaamatta kysymykseen.

*”Mä oon oppinu että jos pitää tehdä joku asia jota ei osaa niin kannattaa edes yrittää.”*

*”Mieleen on jäänyt on ainakin eri ihmisten näkökulmia läpi käymistämme aiheista”*

*”Olen oppinut uutta tapaamisesta ja kommunikoinnista. Olen oppinut tunnistamaan tilanteita joissa niitä käytetään.”*

*”Miten esim. urheilussa näkyy toisen kunnioittaminen ja arvostus.”*

*”Olen oppinut ymmärtämään erilaisia tunteita. Olen myös oppinut kohtaamaan erilaisia tilanteita ja hankaluuksia.”*

*”no että ei aina tarvitse suuttua esimerkiksi kun häviää ja muutenkin”*

*”Esim. yrittämään parhaani ja tekemään parempaa yhteistyötä”*

*”Ilman elämäntaitoja on vaikea hallita omaa elämää”*

*”no ehkä että on hyvä pitää taukoa opiskelusta ja miettiä tiettyjä perusasioita”*

*”Olen oppinut kaikkea kivaa, mutta en muista mitä.”*

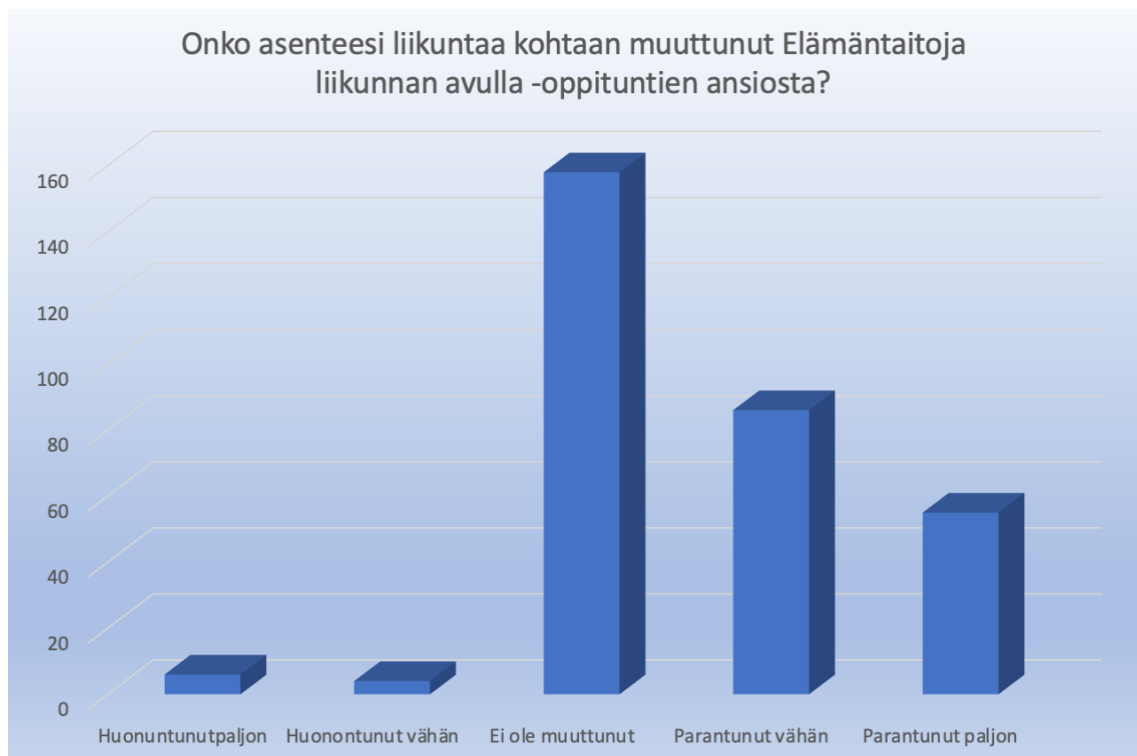
*”JOTIA KUNNIOITUSTA TIETÄÄ JO VALMIIKSI KIITOS MOIKKA”*

<b>Pääluokka:</b>	
<b>Kokemus oppimisesta</b>	
<b>Teema:</b>	
Toiminnassa opitut elämäntaidot	(n) = 154
Elämäntaidot	12
Kunnioitus/arvostus	68
Ryhmätyötaidot	31
Yrittäminen	7
Tunnetaidot	4
Reflektointi	2
Kohtaaminen	15
Vastuuntuntoisuus	1
Palautteen antaminen	1
Kommunikointi	12
Elämäntaitojen hyödyntäminen	1
<b>Teema:</b>	
Toiminnassa opitut erilaiset sosiaaliset taidot	(n) = 36
Sosiaaliset taidot	4
Kuunteleminen	7
Käyttäytyminen	7
Kannustaminen	2
Toisten henkilöiden parempi tunteminen	1
Yleiset pelisäännöt	1
Käytöstavat	2
Toisten huomioiminen	12
<b>Teema:</b>	
Muu koettu oppiminen	(n) = 29
Elämänarvot	2
Rehellisyys	6
Keskittyminen	4
Kärsivällisyys	3
Luottamus	6
Häviäminen	5
Rauhallisuus	1
Elämönhallinta	1
Uusia tapoja oppia	1
<b>Teema:</b>	
Opittuja toiminnallisia taitoja	(n) = 11
Uudet pelit	6
Uudet leikit	1
Oppinut liikkumaan paremmin	4
<b>Teema:</b>	
Oppimisen kokemus, jota vastaaja ei osaa selittää	(n) = 21
On oppinut, mutta ei osaa selittää mitä	21

Taulukko 2 Kokemus oppimisestä -pääluokan teemat ja alaluokat

## 7.2 Koettu asennemuutos liikuntaa kohtaan

Oppilaiden neljäs kysymys on avoin. Tässä kysymyksessä vastaajilta kysytään mahdollista asennemuutosta liikuntaa kohtaan kysymyksellä: ”Onko asenteesi liikuntaa kohtaan muuttunut Elämäntaitoja liikunnan avulla -oppituntien ansiosta?”. Oppilaista 6 eli 1,9% vastaa, että heidän motivaationsa on huonontunut paljon ELA-oppituntien ansiosta. Neljä eli 1,3% oppilasta vastaa, että heidän motivaationsa on huonontunut vähän oppitunneille osallistumisen seurauksena. Oppilaista 158 eli 51,1% oppilaan mukaan, heidän asenteensa liikuntaa kohtaan ei ole muuttunut aikaisemmasta. Oppilasta 86 eli 27,8% vastaajaa toteaa, että heidän asenteensa liikuntaa kohtaan on parantunut vähän oppituntien ansiosta. Vastaajista 55 eli 17,8% vastaajaa on ilmoittanut, että heidän asenteensa liikuntaa kohtaan on parantunut paljon oppitunneille osallistumisen ansiosta. Yhteensä 45,6% kaikista vastanneista oppilaista kokee, että heidän asenteensa liikuntaa kohtaan on parantunut toimintaan osallistumisen seurauksena. (Kuvio 3).



Kuvio 3 Onko asenteesi liikuntaa kohtaan muuttunut Elämäntaitoja liikunnan avulla-oppituntien ansiosta?

Oppilaiden viides kysymys on avoin. Siinä selvitetään, miten oppilaiden asenne on muuttunut liikuntaa kohtaan ELA-tunneille osallistumisen myötä: ”Miten asenteesi on muuttunut liikuntaa kohtaan?”. Tulokset koetusta asennemuutoksesta erotellaan seuraavasti: Asenne liikuntaa kohtaan on muuttunut ja asenne liikuntaa kohtaan ei ole muuttunut.

Asenne muutoksesta liikuntaa kohtaan muodostuu kolmesta eri teemasta (Taulukko 3). Teemat muodostuvat positiivisesta asennemuutoksesta liikuntaa kohtaan, negatiivisesta asennemuutoksesta liikuntaa kohtaan sekä positiivista asennemuutosta selittävistä tekijöistä. Toinen kategoria sisältää ne vastaukset, joiden mukaan asenne liikuntaa kohtaan ei ole muuttunut. Osa vastaajista on jättänyt kysymyksen tyhjäksi tai vastausta ei voi hyödyntää.

*"kommunikoin enemmän, en ole enää hiljaa leikeissä. olen rohkeampi"*

*"Liikun enemmän, koska koen että se on paljon hauskeempaa näiden tuntien ansiosta"*

*"En ole tullut ensimmäisenä ajatelleeksi, että tämänkaltaiset aiheet voisi yhdistää keskenään, mutta hyvin se on toiminut. Näin siis uusia ulottuvuuksia vastaanvanlaisen toiminnan toteuttamisessa"*

*"se muuttui, koska opin enemmän oikeita asioita ja käytin sitä itselleni"*

*"Asenteeni on muuttunut niin että pystyn tekemään paljon enemmän juttuja joka tuo itsevarmuutta"*

*"Ennen lähiökoutsien tuntia minä en tykkäny yhtään liikunnasta. Ja sitten mä tajusin että liikunta on hyvä elämässä."*

*"Opin ymmärtämään asioiden tärkeyden. Olen oppinut puhumaan henkilökohtaisista asioista."*

*"Kun pidin hauskaa aloin pitää enemmän liikunnasta"*

*"Se on positiivisempi ja ymmärsin, että liikunta on muutakin kun hikoilemista ja lihasten liikuttamista."*

*"Ei ollu motivaatiota ja motivaatio on paskentunu"*

*"ei oikeastaan mitenkään tai entii.. lähdin melko negatiivisella asenteella mutta olikin sitten iha ok"*

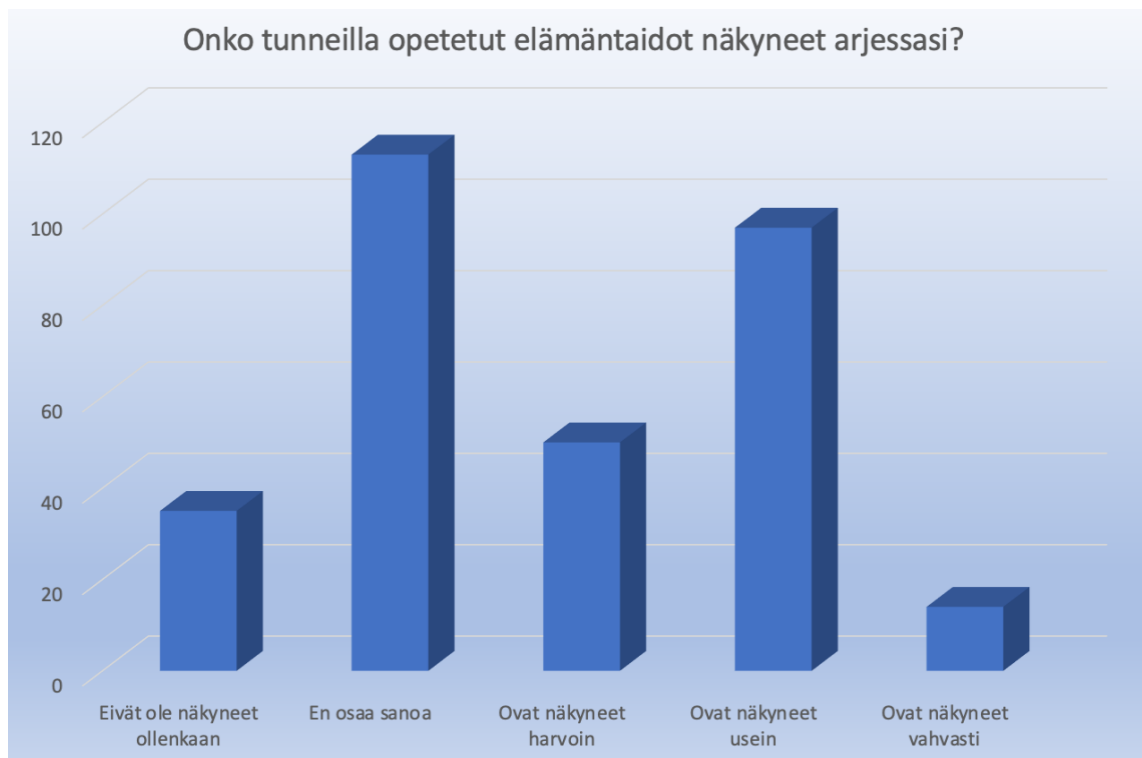
*"Koska vihasin liikuntaa jo muutenkin niin tämä oli vielä hirveenpää"*

Pääluokka: Asenne liikuntaa kohtaan on muuttunut	
Teema: Positiivinen asenne muutos liikuntaa kohtaan	(n) = 77
Asenne on muuttunut parempaan suuntaan	33
Liikuntamotivaatio on parantunut	20
Liikunnasta nauttii enemmän	3
Liikunnasta on tullut monipuolista	8
Liikun enemmän kuin ennen	13
Teema: Positiivista asennemuutosta selittävät tekijät	(n) = 39
Oppinut epäonnistumaan	4
Huomio toiset paremmin	14
Yrittää aikaisempaa enemmän	7
Kunnioittaa muita aikaisempaa enemmän	2
On oppinut uusia taitoja	3
On tullut rohkeammaksi	5
Kuuntelee enemmän	1
On tullut vastuuntuntoi- semmaksi	1
Kannustaa aikaisempaa enemmän	2
Teema: Negatiivinen asenne muutos liikuntaa kohtaan	(n) = 4
Ei nauti liikunnasta ollenkaan	2
Liikunta motivaatio on laskenut	2

Taulukko 3 Asenne liikuntaa kohtaan on muuttunut -pääluokan teemat ja alaluokat

### 7.3 Taitojen siirtäminen toiminnan ulkopuolelle

Kuudennessa kysymyksessä selvitetään oppilaiden kokemusta elämäntaitojen siirtämisestä ELA-tuntien ulkopuolelle: ”Onko tunneilla opetetut elämäntaidot näkyneet arjessasi?”. Vastaajista 35 eli 11,3% oppilasta ilmoittaa, etteivät elämäntaidot ole näkyneet heidän arjessaan ollenkaan. Oppilaista 113 eli 36,6% vastaajaa ei osaa ottaa kantaa siihen, ovatko opetetut taidot näkyneet heidän arjessaan. Oppilaista 50 eli 16,2% oppilasta toteaa, että opetetut elämäntaidot ovat näkyneet harvoin heidän arjessaan. Vastaajista 97 eli 31,4% oppilaan mukaan opetetut taidot ovat näkyneet usein heidän arjessaan. Oppilaista 14 eli 4,5% oppilaan mielestä opetetut elämäntaidot ovat näkyneet vahvasti heidän arjessaan. Yhteensä 52,1% kaikista vastaajista ilmoittaa, että opetetut elämäntaidot ovat näkyneet heidän arkielämässään. (Kuvio 4).



Kuvio 4 Onko tunneilla opetetut elämäntaidot näkyneet arjessasi?

Seitsemännessä kysymys on avoin. Siinä selvitetään sitä, miten tunneilla opetetut elämäntaidot ovat näkyneet oppilaiden arjessa: ”Miten elämäntaidot ovat näkyneet arjessasi?”. Tämän kysymyksen aineisto jaotellaan seuraavasti: Opetetut elämäntaidot ovat näkyneet ELA-toiminnan ulkopuolella, opetetut elämäntaidot eivät ole näkyneet ELA-toiminnan ulkopuolella ja en osaa sanoa, ovatko opetetut elämäntaidot näkyneet ELA-toiminnan ulkopuolella.

Aineiston ensimmäinen kategoria koostuu seuraavista teemoista: opetetut taidot ovat näkyneet sosiaalisissa tilanteissa, opetetut taidot ovat näkyneet tavoitteellisessa käyttäytymisessä, opetetut taidot ovat näkyneet hyvinvointia edistävänä (Taulukko 4). Toinen kategoria muodostuu niistä vastauksista, joiden mukaan elämäntaidot eivät ole näkyneet mitenkään vastanneiden arjessa. Kolmas kategoria muodostuu niiden vastaajien vastauksista, jotka eivät osaa sanoa ovatko tunneilla opetetut taidot näkyneet heidän arkielämässään. Osa vastaajista on jättänyt kysymyksen tyhjäksi tai vastanneet siten, ettei vastausta voi käyttää.

*"Kommunikointi ja kaikki tulevat esiin ihan koko ajan ja tunnit tulevat myös usein mieleen, kun asioista mainitaan."*

*"Olen tehnyt elämässäni paljon epäkunnioittavia asioita, joten luulen, että on aika muuttua ja olla parempi"*

*"Olen jo muutenki hyvä käytöksinen jos jaksan, ei ole hyödyttänyt yhtään"*

*"Kunniotan muita. Esimerkiksi jos joku puhuu minulle en tee mitään muuta kun kuuntelen."*

*"On ajatellut asioita tunnilla käsiteltyjen asioiden kautta, esim. miten kiittämällä äitiäni ruuasta osoitan arvostustani yms"*

*"jos joku esim ei jotain tehtävää tai asiaa ei osaa niin en ala haukkumaan tai jtn samallailla vaan sen sijaan autan häntä"*

*"Ei ole koska ei ole ollut monta kertaa elämäntaidot tunteja"*

*"Olen arvostanut ja kehumut muita enemmän"*

*"Olen oppinut lukemaan tunteita paremmin"*

*"On tullut positiivisemmaksi ja ajatellut liikuntaa ja opiskelua mukavempana osana elämään"*

*"En ole huomannut tietoisesti mutta ehkä on näkynyt muille"*

*"Ei ole saatana osaatko lukea??"*

*"Olen ollut kohteliaampi ja ystävällisempi toisia kohtaan"*

*"Olen auttanut paljon ja saanut käsiteltyä eri tunteita"*

*"Esim. tunteiden kohtaamisessa, yhteistyössä ja yrittämään parhaani"*

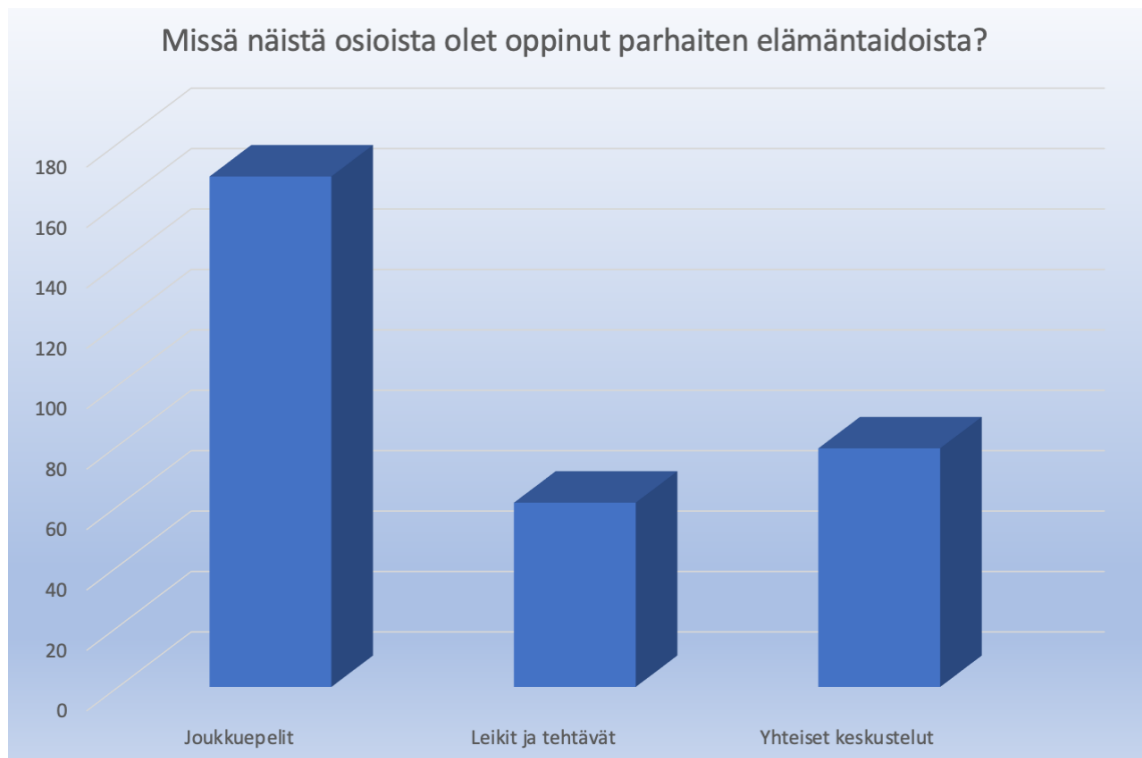
*"Koulussa olen paljon keskittyneempi ja kotona myös"*

Pääluokka: Opetetut taidot ovat näkyneet ELA-toiminnan ulkopuolella	
Teema: Opetetut taidot ovat näkyneet sosiaalisissa tilanteissa	(n) = 105
Sosiaaliset tilanteet	24
Toisten huomioiminen	14
Arvoituksen ja kunnioituksen osoittaminen	34
Kuuntelutaitojen kehittyminen	8
Käytöstapojen parantuminen	8
Rehellisyyden osoittaminen	2
Ryhmätöytäitojen parantuminen	6
Toisten kannustaminen	2
Tunnetaitojen kehittyminen	4
Kohtaamistaitojen kehittyminen	3
Teema: Opetetut taidot ovat näkyneet tavoitteellisessa käyttäytymisessä	(n) = 14
Arjen hallinta	2
Yrittämisen parantuminen	8
Keskittymisen parantuminen	2
Reflektointitaitojen parantuminen	2
Teema: Opetetut taidot ovat näkyneet hyvinvointia edistävänä	(n) = 17
Liikunnallisen aktiivisuuden lisääntyminen	8
Positiivinen asennemuutos	9

Taulukko 4 Opetetut taidot ovat näkyneet ELA-toiminnan ulkopuolella -pääluokan teemat ja alaluokat

Kahdeksannessa kysymys on avoin. Sillä selvitetään oppilaiden mielipidettä siitä, ketkä hyötyisivät kyseisten taitojen opettelemisesta: ”Ketkä hyötyisivät elämäntaitojen opettelemisesta?”. Vastauksista muodostui yksi pääluokka, ihmiset. Kattegoria pitää sisällään seuraavat teemat: kaikki ihmiset, lapset ja nuoret, aikuiset, minä itse ja ei kukaan.

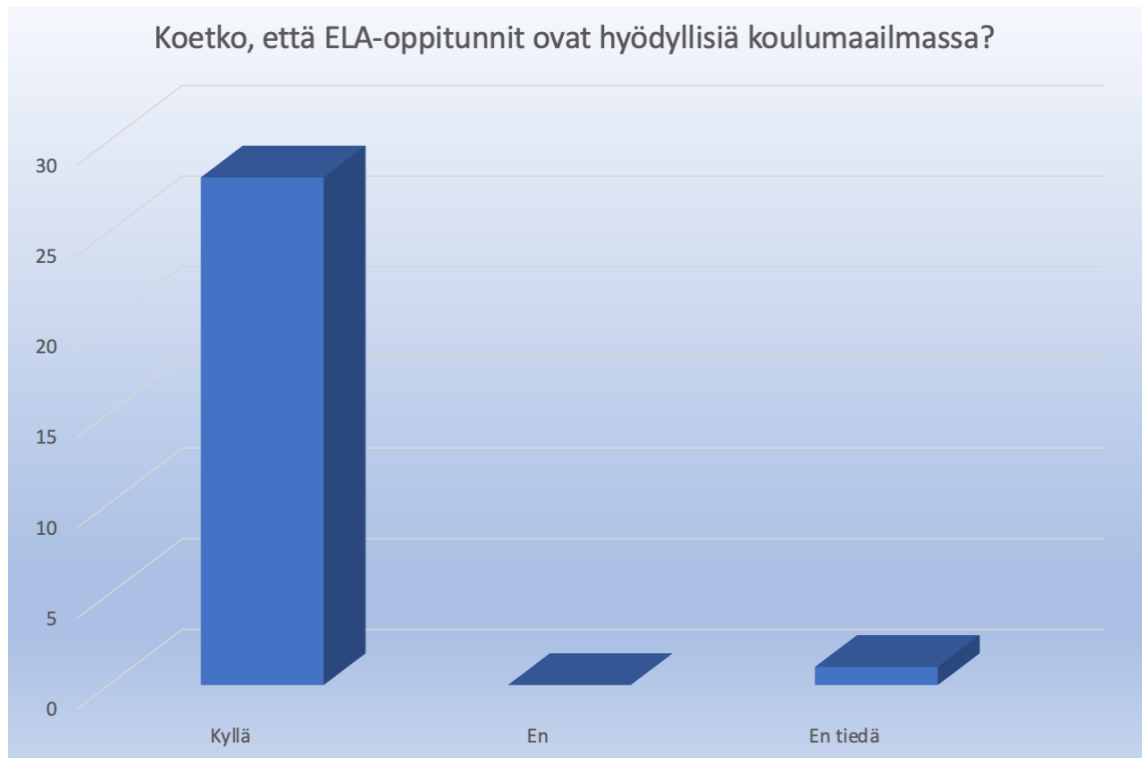
Oppilaiden yhdeksännessä kysymyksessä selvitetään, mikä toiminnan osa-alueista on ollut kaikista tehokkain elämäntaitoja opiskeltaessa: ”Missä näistä osista olet oppinut parhaiten elämäntaidoista?”. Oppilaista 169 eli 54,7% oppilaan mielestä joukkuepeleissä oppii parhaiten elämäntaidoista. Leikit ja tehtävät ovat 61 oppilaan eli 19,7% mukaan paras tapa oppia näitä taitoja. Yhteiset keskustelut ovat puolestaan 79 eli 25,6% vastaajan mielestä paras tapa oppia elämäntaitoja. (Kuvio 5).



Kuvio 5 Missä näistä osioista olet oppinut parhaiten elämäntaidoista?

#### 7.4 ELA-toiminnan koettu hyödyllisyys

Opettajille tehdyn kyselyn ensimmäisenä selvitettävänä asiana on opettajien mielipide ELA-toiminnan hyödyllisyydestä: ”Koetko, että ELA-oppitunnit ovat hyödyllisiä koulumaailmassa?”. Opettajista 28 eli 96,6% vastasi, että nämä oppitunnit ovat hyödyllisiä koulumaailmassa. Yksi (3,4%) opettaja ei osannut ottaa kantaa toiminnan hyödyllisyyteen. (Kuvio 6).



Kuvio 6 Koetko, että ELA-oppitunnit ovat hyödyllisiä koulumaailmassa?

Opettajien toinen kysymys on avoin. Siinä haetaan tarkentavia syitä opettajien näkemyksille ELA-toiminnan hyödyllisyydestä: ”Miksi ELA-oppitunnit ovat tai eivät ole hyödyllisiä koulumaailmassa?”. Vastauksista muodostuu kolme kategoriaa, jotka ovat: opetussuunnitelmaa tukevat asiat, sosiaalisten taitojen edistäminen ja ulkopuolisen toimijan merkitys.

Opetussuunnitelmaa tukevat asiat sisältää seuraavat teemat: toiminta edistää elämäntaitojen oppimista, oikea-aikainen toiminta tukee nuorten kasvua, toiminnassa opetetut taidot koetaan merkittäviksi nuorten elämässä, toiminnallisuus edistävänä opetusmuotona, toiminta edistää tunne-, vuorovaikutus- sekä kuuntelutaitojen kuin myös empatiakyvyn kehittymistä.

Toinen kategoria, sosiaalisten taitojen edistäminen, sisältää teemat: toiminta edistää nuorten ryhmäytymistä, toiminta edistää ryhmän työskentelytaitoja ja toiminnassa nuoret kohtaavat toisensa monipuolisesti.

Ulkopuolisen toimijan merkitys muodostuu seuraavista teemoista: myös muut kuin opettajat opettavat elämäntaitoja, opettajien omat resurssit elämäntaitoja opettaessa, elämäntaitojen rauhallinen opettelu, hyvin suunniteltu toiminta, toiminnan ohjaajien esimerkillisyys, toiminta edistää koulunkäyntiä ja motivaatiota sekä uudenlainen tapa opettaa elämäntaitoja.

*”Vaikka samoja aiheita käsitellään monipuolisesti eri aineiden oppitunneilla, antoivat hyvin suunnitellut ELA-tunnit mielestäni hyvän lisän elämäntaitojen harjoitteluun ja ajan pysähtyä teemojen ympärille.”*

*”kivaa yhdessätekemistä ja ryhmäytystä oppilaille. Teemat ovat olleet hyvin ja tukevat nuorten kasvua.”*

*”Oppilaat kohtaavat toisensa eri tavalla liikunnan avulla. Lisää positiivista vuorovaikutusta luokan kesken.”*

*”Käsitellään järjestelmällisesti asioita, joita tarvitaan elämässä ja joille jää usein koulussa liian vähän aikaa. Vahvistaa ryhmähenkeä, kun tunnetaan paremmin ja tehdään yhdessä.”*

*”Ne vastaavat tarpeeseen tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen paremmin kuin opettajat pystyisivät”*

*”Mielestäni lähiökoutsien tunneilla opeteltavat tunnetaidot ovat hyvin sovellettavissa myös koulumaailman muihin osa-alueisiin”*

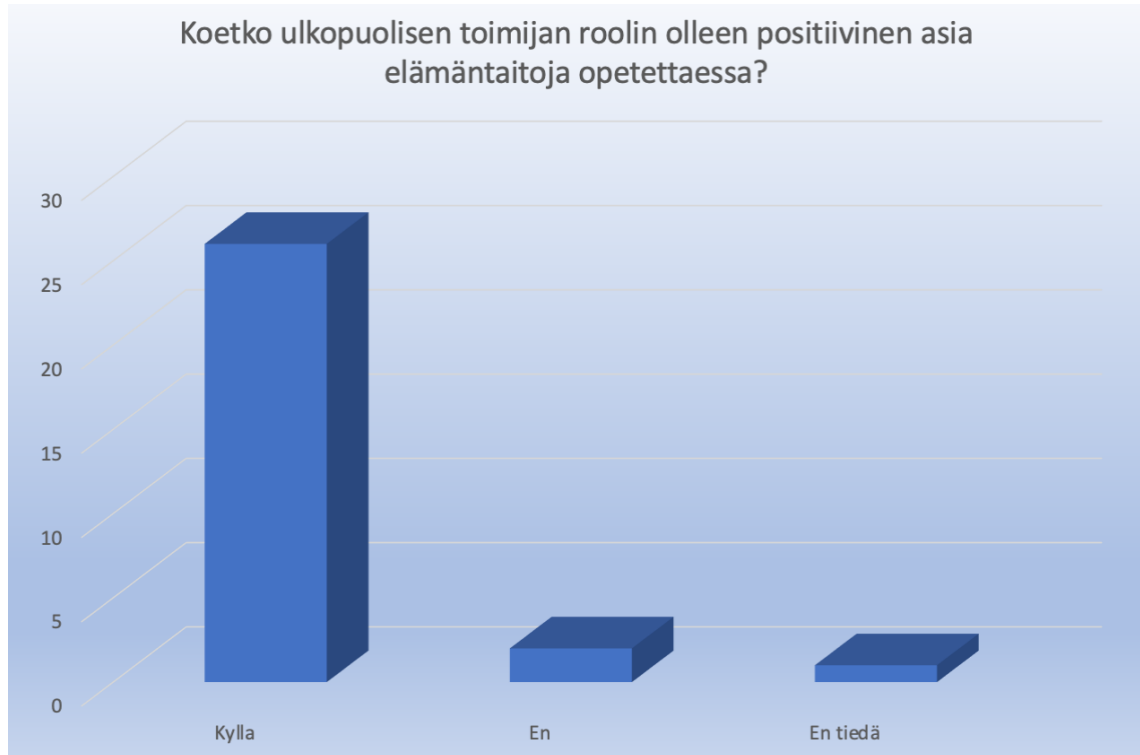
*”Siellä ehditään paneutua sellaisiin asioihin, joihin opsin laaja-alaisissa tavoitteissa pitäisikin kiinnittää huomiota, mutta arjessa tahtoo aina jäädä tekemättä.”*

*”Elämäntaitojen opettelu (koulussa usein tunnetaidot) on keskeinen osa oppimista. Koulun tehtävänä on opettaa muitakin taitoja kuin akateemisia taitoja ja lisäksi muiden ihmisten kanssa toimimisen opettelu auttaa myös opiskelussa. Elämäntaitotunneilla moni oppilaista saa myös positiivista vahvistusta, joka auttaa näitä oppilaita motivoitumaan koulunkäyntiin.”*

*”Oppilaat tapaavat toisia tuttuja ja turvallisia aikuisia, josta näkevät hyvää esimerkkiä. Liikunnan avulla saa helposti oppilaat innostumaan. Tunne- ja vuorovaikutustaitojen kehittäminen ja harjoittaminen on äärimmäisen tärkeää.”*

### 7.5 Ulkopuolisen toimijan merkitys

Opettajien kolmannessa kysymyksessä selvitetään heidän näkemyksiään ulkopuolisesta toimijasta: ”Koetko ulkopuolisen toimijan roolin olleen positiivinen asia elämätaitoja opetettaessa?”. Opettajista 26 eli 89,7% on kokenut ulkopuolisen toimijan roolin positiivisena. Opettajista 2 eli 6,9% kokee ulkopuolisen toimijan roolin negatiivisena ja yksi (3,4%) opettaja ei osannut ottaa kantaa tähän kysymykseen. (Kuvio 7).



Kuvio 7 Koetko ulkopuolisen toimijan roolin olleen positiivinen asia elämätaitoja opetettaessa?

Neljäs kysymys on avoin. Sillä selvitetään syitä opettajien kolmannen kysymyksen vastauksille: ”Miksi ulkopuolisen toimijan rooli on ollut positiivinen tai negatiivinen asia elämätaitoja opetettaessa?”. Vastauksista muodostuu neljä kategoriaa, jotka ovat: toiminta tukee opetussuunnitelmassa asetettujen tavoitteiden saavuttamista, toiminnan sisältö on positiivista, toiminnan vetäjien ammattitaito koettiin positiiviseksi ja toiminnan vetäjien rooli koettiin negatiiviseksi.

Toiminta tukee opetussuunnitelmassa asetettujen tavoitteiden saavuttamista sisältää seuraavat teemat: toiminta tukee jo koulussa tehtävää työtä, elämätaitoja opettavat muut kuin koulun henkilökunta ja toiminta poikkeaa kouluarjesta.

Toiminnan sisältö on positiivista kategoria, muodostuu seuraavista teemoista: toiminnassa tulee esiin erilaisia näkökulmia, toiminnallinen lähestymistapa ja opettajat tykkäävät toimintaan osallistumisesta.

Toiminnan vetäjien ammattitaito koetaan positiiviseksi sisältää teemat: toiminnan vetäjät ovat ammattitaitoisia, ulkopuolinen toimija saa oppilaat innostumaan paremmin, toiminnan vetäjät ovat nuorekkaita ja oppilaat ovat vieraskoreita ulkopuoliselle toimijalle.

Toiminnan vetäjien rooli koetaan negatiiviseksi, muodostuu seuraavista teemoista: toiminnan vetäjät ovat liian kaverillisia ja ulkopuolinen toimija ei ole tuttu oppilaille.

*”Opettajilla ei ole halua tai kykyä tehdä kaikkia asioita. Sen vuoksi ulkopuolinen toimija on hyvä.”*

*”Ulkopuolisuudessa on sekä hyviä että huonoja puolia. Kun asiaa tarpeeksi miettii niin tulen siihen lopputulokseen että ulkopuolisessa toimijassa on vähemmän hyviä puolia kuin huonoja. Tuttua sitoutunutta aikuista on oppilaiden helpompi kuunnella.”*

*”Vaihtelua oppilaille ja osa kuuntele paremmin ulkopuolista kuin sitä tylsää opea :)”*

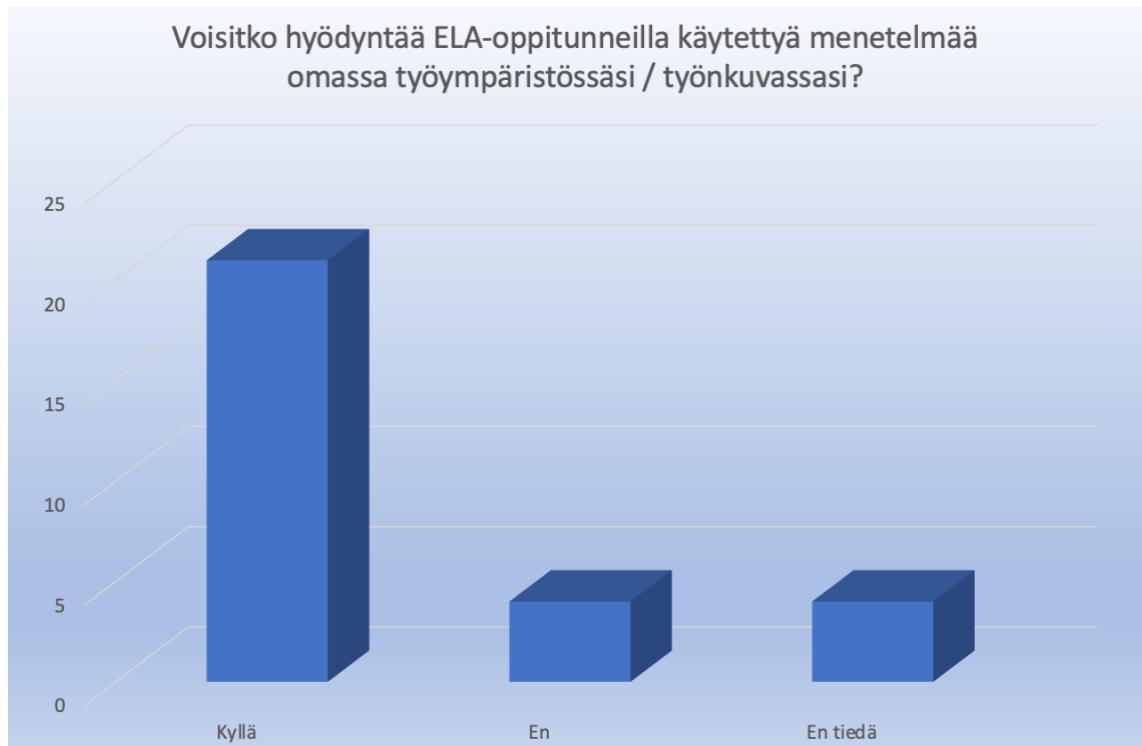
*”Oppilaat ottavat helpommin vastaan ohjeita ja tietoja ulkopuoliselta toimijalta. Opettajan rooli saattaa vaikuttaa oppilaisiin.”*

*”On hienoa, että asioita katsotaan eri näkökulmista ja eri toimijoiden mukaan tuominen tässä on hyvä. Tunnit poikkeavat oppilaiden kouluarjesta, joten aiheiden käsittely ELA-tunneilla saattaa jättää erilaisia muistijälkiä oppilaille.”*

*”Hyvät, myönteiset ja hauskat tyypit, osaavat hyvin asiansa. Oppilaille vaihtelua oman open naamaan. On myös ollut kiva osallistua itse oppilaiden kanssa. Viestiä välitetään katuuskottavasti-”*

## 7.6 Menetelmän hyödyntäminen

Viidennessä kysymyksessä opettajilta kysytään menetelmän käyttämisestä: ”Voisitko hyödyntää ELA-oppitunneilla käytettyä menetelmää omassa työympäristössäsi / työnkuvassasi?”. Opettajista 21 eli 72,4% on sitä mieltä, että he voisivat hyödyntää kyseistä menetelmää omassa työympäristössään. Neljä (13,8%) opettajaa ilmoittaa, etteivät he voi käyttää ELA-toiminnan menetelmää ja 4 eli 13,8% opettajaa ei osaa ottaa kantaa tähän kysymykseen. (Kuvio 8).



Kuvio 8 Voisitko hyödyntää ELA-oppitunneilla käytettyä menetelmää omassa työympäristössäsi / työnkuvassasi?

Kuudes kysymys on avoin. Opettajilta selvitetään menetelmän mahdollista käyttöä: ”Kuinka hyödyntäisit ELA-oppitunneilla käytettyä menetelmää omassa työympäristössäsi / työnkuvassasi?”. Vastaukset jaetaan kolmeen kategoriaan, jotka ovat: käytän jo työssäni kyseenomaista menetelmää tai sen osa-alueita, voisin hyödyntää työssäni kyseenomaista menetelmää tai sen osa-alueita sekä syitä, miksi en hyödynnä kyseenomaista menetelmää tai sen osa-alueita omassa työssäni.

Käytän jo työssäni kyseenomaista menetelmää tai sen osa-alueita sisältää teemat: opetan työssäni aktiivisesti elämäntaitoja ja palautan oppilaiden mieliin ELA-toiminnassa käytyjä asioita.

Voisin hyödyntää työssäni kyseenomaista menetelmää tai sen osa-alueita muodostuu seuraavista teemoista: voisin hyödyntää menetelmän yksittäisiä osa-alueita oppilaiden kokonaisvaltaisessa kehittämisessä, voisin hyödyntää menetelmää oppilaiden ryhmäytymisessä ja keskusteluosuuksissa, luokanohjaajan tehtävissä, eri kouluaineissa sekä pienryhmätoiminnassa.

Kategoria miksi en hyödynnä kyseenomaista menetelmää tai sen osa-alueita omassa työssäni, sisältää seuraavat teemat: en koe olevani sopiva persoona kyseisen menetelmän hyödyntämiseen ja en ole osallistunut ELA-toimintaan.

*”Samanlaiset menetelmät ovat monipuolisesti käytössä työssäni. Esim. elämäntaito-aiheista keskustellaan usein koko luokan kanssa tilanteissa, joissa niitä nousee esiin. Lisäksi elämäntaito-aiheita harjoitellaan erilaisten toimintojen ja leikkien avulla sekä niiden jälkeisillä keskusteluilla.”*

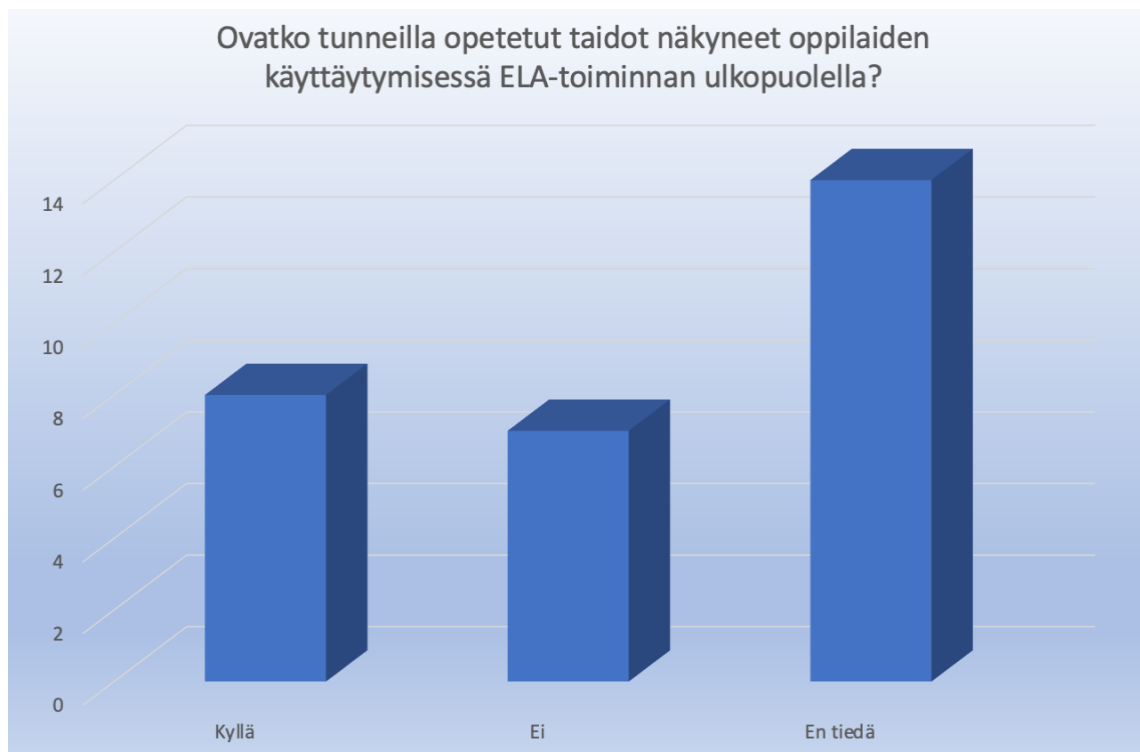
*”Menetelmä on hyvä, mutten koe itse persoonani sopivan sen vetämiseen.”*

*”Ottaisin sieltä aiheita sekä toimintatapoja joita hyödyntäisin”*

*”Voisin käyttää, ja olen käyttänytkin. Hyödynnän tunneilla tehtyjä harjoitteita ja palauttelen säännöllisesti oppilaiden mieliin puhepiireissä käsiteltyjä tunnetaitoja.”*

### 7.7 Opetettujen taitojen näkyminen

Seitsemännessä kysymyksessä opettajilta tiedustellaan oppilaiden kyvystä siirtää elämäntaitoja: ”Ovatko tunneilla opetetut taidot näkyneet oppilaiden käyttäytymisessä ELA-toiminnan ulkopuolella?”. Kahdeksan (27,6%) opettajan mielestä tunneilla opetetut taidot ovat näkyneet oppilaiden käyttäytymisessä ELA-toiminnan ulkopuolella. Seitsemän (24,1%) opettajaa ei ole nähnyt taitojen käyttöä toiminnan ulkopuolella. Opettajista 14 eli 48,3% ei osaa ottaa kantaa taitojen siirtymiseen toiminnan ulkopuolelle. (Kuvio 9).



Kuvio 9 Ovatko tunneilla opetetut taidot näkyneet oppilaiden käyttäytymisessä ELA-toiminnan ulkopuolella?

Kahdeksas kysymys on avoin. Siinä heiltä selvitetään elämäntaitojen näkymistä oppilaiden arjessa: ”Miten tunneilla opetetut taidot ovat tai eivät ole näkyneet ELA-toiminnan ulkopuolella?”. Vastauksista jaetaan neljään eri kategoriaan, jotka ovat: toiminnassa opetetut taidot eivät ole näkyneet oppilaiden toiminnassa, toiminnassa opetetut taidot ovat näkyneet tietyillä osa-alueilla, toiminnassa opettettujen taitojen näkymistä on vaikeaa todistaa sekä ajatuksia elämäntaitojen opettamisesta.

Toiminnassa opetetut taidot eivät ole näkyneet oppilaiden toiminnassa sisältää teeman: opetetut taidot eivät ole näkyneet oppilaiden toiminnassa. Katteoria, toiminnassa opetetut taidot ovat näkyneet tietyillä osa-alueilla, muodostuu seuraavista teemoista: käsitys taitojen sovellettavuudesta on laajentunut, oppilaat ovat selvästi ajatelleet tunneilla käytettyjä taitoja, toiminta on edistänyt ryhmätyöskentelyä, opetetut taidot ovat näkyneet sosiaalisissa tilanteissa, oppilaiden ryhmähenki on parantunut ja oppilaat ovat muistutelleet toisiaan tuntien aiheista.

Toiminnassa opettettujen taitojen näkymistä on vaikea todistaa sisältää teemat: uskon, että tunneilla on ollut vaikutusta oppilaisiin, en ole oikea henkilö arvioimaan tätä ja oppilaiden ymmärrys opetuista taidoista on lisääntynyt. Viimeisenä teemana on: ajatuksia elämäntaitojen opettamisesta. Opettajien vastauksista nousee selkeästi esiin, että elämäntaitojen opettamista nuorille pidetään tärkeänä. Opettajat toivovat, että näitä taitoja opetettaisiin säännöllisesti oppilaille.

*”Tärkeää, että taitoja opetetaan ja niitä pystyttäisiin opettamaan säännöllisesti.”*

*”En ole, tietääkseni, ELA:an törmännyt.”*

*”En osaa sanoa, mutta uskon, että tunneilla on ollut vaikutusta”*

*”En ole oikea henkilö arvioimaan tätä, koska olen luokkani kanssa niin paljon, että ”silmiä tottuu” joihinkin asioihin.”*

*”Uskon, että ELA-tunneilla opetetut elämäntaidot muistuvat nuorten mieleen niissä tilanteissa missä niitä tarvitaan. Jos ei opitut taidot heti näy käyttäytymisessä, niin ainakin ne pistävät nuoren miettimään omaa käyttäytymistä suhteessa muihin. Kunnioitus ym”*

*”Oppilaat ovat muistutelleet toisiaan muiden huomioimisesta. Liikuntatunneilla riitely ja kilpailuhenkisyys on hieman tasoittuneet, ne ovat aiemmin olleet isoja ongelmia.”*

*”Muutos ei tule parissa tunnissa. Tätä pitäisi olla säännöllisesti.”*

*”Osa oppilaista on selvästi jäänyt ajattelemaan näitä asioita, toisien kohdalla tuloksia ei varsinaisesti näy, mutta uskon jotain jäävän reppuun kyllä.”*

*”Varsinaisesti tunnilla opetetut taidot eivät suoraan siirtyneet oppilaiden toimintaan. Toki aiheita oli helppo nostaa esiin ELA-tunnin jälkeen, jolloin ne kertautuivat ja ymmärrys niistä laajeni uusiin tilanteisiin. Tämä jälkityöstö on mielestäni tärkeää, jotta tunneista on pidemmällä tähtäimellä hyötyä.”*

*”Olemme voineet esim ristiriitatilanteissa muistella ELA-tunteja ja siellä opittuja/juteltuja asioita ja sitä kautta selvittää tilanne.”*

## 8 Johtopäätökset

Tässä luvussa esitetään tutkielman tulosten pohjalta tehdyt johtopäätökset, jotka vastaavat tutkielman päätutkimuskysymykseen sekä sitä täydentäviin alakysymyksiin. Vastaukset tutkimuskysymyksiin käydään läpi alla esitetyssä järjestyksessä. Vastaukset lähtevät liikkeelle täten päätutkimuskysymyksestä ja etenevät sen jälkeen täsmentäviin alakysymyksiin. Alla on esitetty uudestaan tutkielman päätutkimuskysymys ja sitä täydentävät alakysymykset.

Päätutkimuskysymys:

- Miten elämäntaitoja liikunnan avulla -oppitunnit ovat vaikuttaneet nuorten elämään?

Täydentävät alakysymykset:

- Onko lasten ja nuorten asenne muuttunut liikuntaa kohtaan ELA-oppituntien vaikutuksesta?
- Ovatko lapset ja nuoret kyenneet siirtämään ELA-oppitunneilla käsiteltyjä taitoja hankkeen toiminnan ulkopuolelle?

ELA-tunnit ovat, tulosten mukaan, vaikuttaneet positiivisesti oppilaiden elämään monella eri tavalla. Suurin osa oppilaista (78,4%) on pitänyt elämäntaitojen oppimista mielekkäänä kyseisen menetelmän ja toimintamallin ansiosta. Tunneille osallistuminen on synnyttänyt oppilaille paljon positiivisia kokemuksia oppimisesta monipuolisen liikkumisen avulla. Toiminnan hauskuus, monipuolisuus ja mahdollisuus vaikuttaa toiminnan sisältöön ovat lisänneet oppilaissa koetun autonomian tunnetta kuten Nurmi ja Salmela-Aro (2017) ovat kirjassaan kuvanneet. Nämä asiat ovat vaikuttaneet positiivisesti oppilaiden kokemuksiin koulussa tapahtuvasta liikunnasta.

Oppilaiden kokemukset toiminnan miellyttävyydestä, ELA-toiminnan osa-alueista, toiminnan ohjaajien ammatillisuudesta ja miellyttävyydestä, tunneilla tapahtuvasta liikkumisesta, ryhmässä työskentelemisestä sekä tunneilla tapahtuvasta oppimisesta ovat syitä sille, miksi oppilaat ovat kokeneet toimintaan osallistumisen mielekkääksi. Mielekkyyden taustalla vaikuttavat syyt ovat niitä asioita, joita oppilaat kaipaavat koululiikunnassa. Oppilaiden kokemia puutteita koululiikunnassa on selvittänyt Valtion liikuntaneuvosto Lasten ja nuorten vapaa-aika- (2016b) ja LIITU-tutkimuksessa (2016a). Monet oppilaat kokevat koululiikunnan liian kilpailuhenkisenä tai epämieluisana. Näihin kokemuksiin vaikuttavat muun muassa

oppilaiden pelko epäonnistumisesta ja tunne siitä, ettei kuulu joukkoon. Oppilaiden kokiessa koululiikunnan epämieluisena, heitä on vaikeampaa saada liikkumaan kuten Heikinaro-Johansson (2008), Hakanen ym. (2019) ja Laitila (2019) ovat todenneet.

Oppilaat ovat nostaneet merkittäväksi ELA-tuntien mielekkyyden syyksi sosiaalisen yhteenkuuluvuuden tunteen. Sosiaalinen yhteenkuuluvuus näkyy aineistossa ryhmässä työskentelemisen ja yhteisten keskustelujen muodossa. Sosiaalinen ryhmätoiminta, jossa hyödynnetään myös kieltä ja dialogia, vahvistaa oppilaiden toiminnassa koettua yhteenkuuluvuuden tunnetta kuten Harmaala (2013) sekä Nurmi ja Salmela-Aro (2017) ovat aikaisemmin esittäneet.

Tuloksista käy ilmi, että ELA-oppitunnit ovat opettaneet oppilaille lukuisia eri taitoja. Oppilaat ovat kokeneet oppineensa toiminnan avulla elämäntaitoja, erilaisia sosiaalisia taitoja ja toiminnallisia taitoja. Oppilaat ovat kokeneet oppineensa myös muita hyödyllisiä asioita toimintaan osallistumisen seurauksena. Osa oppilaista kokee oppineensa ELA-tuntien avulla asioita, joita he eivät kuitenkaan osaa selittää. Mielekäs toiminta näkyy oppilaiden kokemuksissa siten, että toiminta on ollut opettavaista. Oppilaiden kokemukset siitä, että he osaavat jonkin tietyn asian lisäävät koetun pätevyyden tunnetta kuten Nurmi ja Salmela-Aro (2017) ovat kirjassaan todenneet. Esimerkiksi toiminnallisten taitojen oppiminen on lisännyt oppilaiden liikunnallisen pätevyyden tunnetta.

Tuloksista käy ilmi, että opettajat pitävät ELA-toimintaa tärkeänä, sillä se edistää Helsingin kaupungin (2016) opetussuunnitelmaan laadittujen tavoitteiden toteutumista kuten elämän- ja tunnetaitojen oppimista. Heikinaro ja Johansson (2018) ovat ottaneet kantaa peruskoulun ja koululiikunnan tavoitteisiin. Heidän mukaansa tavoitteet eivät voi vain keskittyä akateemisten taitojen opettamiseen. Akateemisten taitojen lisäksi peruskoulussa pitää opettaa myös kestäviä arvoja ja vastuuntuntoisuutta. Opettajat kokevat toiminnan tärkeäksi myös siksi, että se edistää oppilaiden sosiaalisten taitojen kehittymistä. Opettajien vastaukset painottavat peruskoulun merkitystä lasten ja nuorten kokonaisvaltaiselle kehitykselle. Nurmi ym. (2018) ovat myös alleviivanneet peruskoulun merkitystä lasten ja nuorten kokonaisvaltaisen kasvun edistäjänä.

Oppilaiden kokema oppiminen on syntynyt suunnitelmallisen toiminnan seurauksena. Suunnitelmallisessa toiminnassa opetettavat asiat ovat integroitu osaksi tuntien liikunnallista ryhmätoimintaa kuten Jacobs ja Wright (2017) ovat asian esittäneet. Toiminnan ohjaajien ammattitaitoisuus, kokemus ja sitoutuminen toimintaan näkyvät huolellisesti suunniteltuna toteutuksena. Sekä oppilaat että opettajat ovat nimenneet toiminnan ohjaajien ammatilliset ominaisuudet syyksi sille, miksi ELA-toiminta ollut mielekästä ja hyvin suunniteltua.

Onko sinulla ollut kivaa ELA-oppitunneilla?	Ei ole ollut koskaan kivaa	En osaa sanoa	On ollut harvoin kivaa	On ollut usein kivaa	On ollut aina kivaa
(n) = 309	(n) = 12	(n) = 28	(n) = 27	(n) = 117	(n) = 125
Onko asenteesi liikuntaa kohtaan muuttunut?	Huonontunut paljon	Huonontunut vähän	Ei ole muuttunut	Parantunut vähän	Parantunut paljon
(n) = 309	(n) = 6	(n) = 4	(n) = 158	(n) = 86	(n) = 55
Ovatko opetetut taidot näkyneet arjessasi?	Ei ole näkynyt	En osaa sanoa	On näkynyt harvoin	On näkynyt usein	On näkynyt vahvasti
(n) = 309	(n) = 35	(n) = 113	(n) = 50	(n) = 97	(n) = 14

Taulukko 5 Toiminnan mielekkyyden, positiivisen asennemuutoksen ja oppimisen yhteyttä havainnollistava taulukko

Aineistosta käy ilmi, että ELA-toiminta on edistänyt oppilaiden positiivista asennemuutosta liikuntaa kohtaan (45,6%). Se on myös muuttanut oppilaiden yleistä asennetta positiivisemmaksi. Oppilaiden asennemuutos näkyy esimerkiksi liikuntamotivaation parantumisena, liikunnasta nauttimisena ja siinä, että oppilaat liikkuvat omatoimisesti enemmän kuin ennen. Tätä johtopäätöstä tukevat myös vastaukset positiivista asennemuutosta selittävästä tekijöistä, joiden mukaan oppilaat ottavat toiset paremmin huomioon, oppilaat yrittävät enemmän ja oppilaat ovat tulleet rohkeammiksi.

Oppilaiden kokemat asennemuutokset ja liikuntamotivaation edistyminen ovat seurausta koetun autonomian tunteen kasvusta. Tätä johtopäätöstä tukevat sekä Nurmen että Salmela-Aron (2017) ja Laitilan (2019) aikaisemmat kirjoitukset. Oppilaiden liikuntamotivaatio on parantunut, koska koetun autonomian, koetun pätevyden ja koetun sosiaalisen yhteenkuuluvuuden tunteet ovat täyttyneet. Tätä johtopäätöstä tukee Kähkösen (2018) toteamus motivaation syntymisestä.

Sekä oppilaiden että opettajien aineisto osoittaa, että oppilaat ovat pystyneet siirtämään ELA-tunneilla opetettuja taitoja kyseisen toiminnan ulkopuolelle. Oppilaista 52,1% kokee pystyvänsä hyödyntämään ELA-tunneilla opetettuja elämäntaitoja ELA-toiminnan

ulkopuolella. Opettajista 27,6% kokee oppilaiden käyttäytymisessä tapahtuneen muutosta ELA-toimintaan osallistumisen seurauksena.

Opettajien vastauksista nousee esiin, että osa oppilaista ajattelee ELA-tunneilla käsiteltyjä taitoja toiminnan ulkopuolella. Tämä tulos osoittaa, että oppilaiden ajattelussa on tapahtunut muutosta ELA-tuntien ansiosta. Tätä johtopäätöstä tukee Jacobsin ja Wrightin (2017) luoma oppimisen ja soveltamisen yhdistävä viitekehys. Oppilaiden lisääntynyt ajattelu elämäntaidoista kertoo siitä, että oppilaat reflektoivat tunneilla käsiteltyjä taitoja. Oppilaiden kehittynyt reflektointikyky mahdollistaa sen, että he pystyvät muuttamaan omaa toimintaansa, kuten Alhanen (2013) on kirjoittanut John Deweyn kehitysfilosofiasta.

Useat oppilaat ovat vastanneet, että elämäntaidot ovat näkyneet erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa. Nämä vastaukset osoittavat, että oppilaiden havainnointikyky on laajentunut. Havainnointikyvyn laajentuminen osoittaa, että oppilaat ovat onnistuneet soveltamaan opetettuja elämäntaitoja. Opetettujen elämäntaitojen soveltamiskyky mahdollistaa elämäntaitojen siirtämisen uudenvälisiin tilanteisiin ja halutun lopputuloksen saavuttamisen kuten Jacobs ja Wright (2017) ovat esittäneet.

Oppilaiden vastaukset elämäntaitojen siirtämisestä toiminnan ulkopuolelle ovat subjektiivisia kokemuksia. Opettajat ovat tehneet subjektiivisia tulkintoja siitä, ovatko elämäntaidot näkyneet oppilaiden käyttäytymisessä ELA-toiminnan ulkopuolella. Jotta opettajien tulkinnat olisivat merkityksellisiä, heidän on oltava täysin tietoisia oppilaiden käyttäytymisestä sekä heillä on oltava tarvittava osaaminen ja tietotaito toiminnan sisällöstä. Näiden asioiden vuoksi opettajien on vaikea arvioida elämäntaitojen siirtymistä näin lyhyellä aikavälillä. Tämä johtopäätös tukee argumenttia siitä, että ulkopuolisen on haastavaa todeta taitojen siirtymistä toiminnan ulkopuolelle kuten Jacobs ja Wright (2017) ovat esittäneet.

Tämän tutkielman aineiston pohjalta on tehty johtopäätös siitä, että oppilaat ovat pystyneet yhdistämään ajattelun, ideat ja käsitteet osaksi omaa toimintaansa. Tämä johtopäätös on linjassa Pihlströmin (2014) kirjoituksen kanssa luovasta toiminnasta, joka noudattaa pragmaattista suuntausta. Positiivisten liikunnallisten kokemusten kautta on mahdollista välittää laaja-alaisesti sovellettavaa tietoa. Tätä johtopäätöstä tukee Juutin ja Puusan (2020) aikaisempi kirjoitus tiedon luonteesta. Tämän tutkielman johtopäätökset vahvistavat argumenttia siitä, että osallistujalähtöinen liikunta edistää lasten ja nuorten positiivista kasvua. Tutkielman johtopäätökset ovat linjassa Jacobsin ja Wrightin (2017) näkemysten kanssa. (Taulukko 5).

## 9 Pohdinta

Tässä luvussa pohditaan tulosten luotettavuutta tutkijoiden objektiivisuuden, tulosten määrän ja analyysiprosessin pohjalta. Luvussa pohditaan myös tutkielman prosessin kulkua, toiminnan sovellettavuutta ja mahdollisia kehittämissuunnitelmia lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämiseen.

### 9.1 Tulosten luotettavuuden pohdinta

Tutkielman luotettavuutta pohdittaessa esiin nousee sen toteuttajien objektiivisuus. Tuomas Mikkolan rooli toisena ELA-toiminnan päävetäjänä tuo esiin kysymyksen puolueellisuudesta. Käytännössä hän siis tutkii oman työnsä tuloksia. Eli voidaanko tuloksia pitää luotettavina, kun toinen tutkielman toteuttajista suunnittelee ja toteuttaa toimintaa sekä osallistuu tutkielman tekemiseen. Toisaalta tulosten objektiivisen analysoinnin ehtona on Don Hellisonin -mallin ja ELA-toiminnan asiantuntijuus. Tekipä tutkielman kuka tahansa, näitä kahta asiaa edellytetään tutkielman toteuttajalta, jotta vastauksista voidaan luoda luotettavia ja asiantuntevia synteesejä.

Tutkielman luotettavuutta vahvistaa vastaajien määrä. Oppilaiden otoskoko 309 voidaan pitää merkittävänä. Vastausten analysointiin käytetty aika olisi voinut olla pidempi, mutta aika oli riittävä, jotta vastaukset saatiin käytyä rauhassa läpi. Vastauksista pystyttiin muodostamaan hyvin perusteltuja johtopäätöksiä, jotka vastasivat tutkimuskysymykseen. Tutkielman tuloksia on vertailtu Valtion liikuntaneuvoston tekemiin tutkimuksiin: Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus ja LIITU-tutkimus. Lisäksi määrällisiä tuloksia vertailtiin aineiston sisällä. Aineiston sisäisessä vertailussa tarkasteltiin oppilaiden subjektiivisia kokemuksia toiminnan mielekkyyden yhteydestä koettuun liikuntamotivaation kasvuun ja koettuun oppimiseen. Laadullisten vastausten tulkinnessa epäselvien vastausten kanssa ei alettu luomaan epävarmoja johtopäätöksiä vastausten sisällöstä. Oppilaiden laadullisissa vastauksissa nousee esiin paljon lyhytsanaisia vastauksia, jotka on sijoitettu vastauksia määrittäviin teemoihin. Tulosten analysointivaiheessa kaikkia vastauksia on käsitelty totuudenmukaisina.

Tutkielman luotettavuutta tukee oppilaiden kyselyn kysymysten asettelu. Laajan ikäjakauman vuoksi kysymyksistä on luotu helposti ymmärrettäviä. Kysymyksiä laadittaessa on huomioitu myös vastaajien suomen kielen osaaminen. Tutkielman suunnitelmaan laadittiin alun perin myös alkukysely, jonka tarkoituksena oli selvittää oppilaiden lähtötaso elämäntaitojen tietämyksestä. Alkukyselyn tuloksia olisi vertailtu lopullisiin tuloksiin. Tulosten vertailu olisi luotettavampaa tietoa tutkimuskysymykseen. Alkukyselystä luovuttiin ajallisten resurssien ja

suostumuslomakkeiden viivästyneiden palautusten johdosta. Tutkielmassa ei päädytty käyttämään ristiintaulukointia SPSS-ohjelmaa hyödyntäen. Päätöksen vaikuttivat työn laajuus suhteutettuna ajallisiin resursseihin. Ohjelman opetteleminen olisi vienyt oman ajan, joka vaikutti päätökseen. SPSS-ohjelman käyttäminen olisi lisännyt määrällisten tulosten luotettavuutta ja vertailukelpoisuutta.

Oppilaiden kyselyn palautusprosentti on 28,6%. Palautusprosentti on laskettu kaikista niistä oppilaista, jotka ovat käyneet ELA-toiminnassa syyslukukaudella 2020. Oppilaiden kyselyn palautusprosentti on ollut kohtalainen ottaen huomioon suostumuslomakkeiden palautusprosessin haasteet. Otoskoko edustaa jossain määrin pääjoukkoa. (Virikka 2007, 17).

## 9.2 Tutkielman prosessin pohdinta

Tässä tutkielmassa on selvitetty, miten Elämäntaitoja liikunnan avulla -oppitunnit ovat vaikuttaneet lasten ja nuorten elämään—tässä tehtävässä onnistuttiin. Tunnit ovat edistäneet lasten ja nuorten positiivista asenne muutosta. Oppilaiden ja opettajien määrällisten kysymysten tulokset ovat pääpiirteittäin linjassa ennen vastausten keräämistä luotujen hypoteesien kanssa. Tuloksista käy ilmi, että odotettua suurempi joukko oppilaita kokee pystyneensä siirtämään opetettuja elämäntaitoja ELA-toiminnan ulkopuolelle. Lisäksi kukaan opettajista ei kokenut ELA-toimintaa hyödyttömänä, toisin kuten hypoteesissa on oletettu. Laadullisissa vastauksissa oppilaat ovat kysyneet nimeämään konkreettisia kokemuksia toiminnan mielekkyydestä, asenteen muutoksesta ja oppimiskokemuksista, jotka ovat tutkielman kannalta merkittäviä tuloksia.

Tämän tutkielman prosessi on ollut pitkäkestoinen ja sen aikana on tullut vastaan monia erilaisia tilanteita, joihin tässä projektissa on jouduttu mukautumaan. COVID-19-pandemian aiheuttamat poikkeusolot ovat vaikuttaneet ELA-toiminnan ohjaamiseen ja tutkielman toteutukseen. Poikkeusolot ovat vaikuttaneet toiminnan toteutukseen, jossa on jouduttu huomioimaan muun muassa turvavälit, samojen välineiden käyttäminen, kasvomaskien käyttö, toimintaa on jouduttu ohjaamaan ulkona säästä riippumatta ja toimintamuotoja on jouduttu muokkaamaan oppilaiden ollessa etäopetuksessa. Epävarmuus tulevasta on pakottanut Lähiökoulu-hanketta miettimään toisenlaisia toimintamuotoja. Lisäksi COVID-19-pandemia lykkäsi tutkielman toteutusta.

Kyselyihin vastanneet oppilaat ja opettajat ovat osallistuneet ELA-toimintaan COVID-19-pandemian aikana. Vallitseva tilanne on ollut aivan uusi sekä opettajille että oppilaille. COVID-19-pandemia ja sen mukana tuomat poikkeusolot ovat lisänneet nuorten pahoinvointia ja opettajien kokemaa uupumusta. Vallitseva tilanne on vähentänyt oppilaiden sosiaalisia kontakteja, lisännyt ahdistusta, luonut turvattomuuden ja epävarmuuden tunnetta jatkosta. Tästä herää kysymys, että kuinka tärkeää lapsille ja nuorille ELA-toiminta on ollut kyseisenä aikana. Hauskanpito, liikkuminen, ryhmässä työskenteleminen ja turvallinen ilmapiiri ovat

asioita, jotka ovat vaikuttaneet nuorten viihtyvyyteen. Toiminnassa opetetut elämäntaidot toimivat työkaluina käsitellä COVID-19-pandemian mukanaan tuomia tilanteita.

ELA-toiminnan nopea suosion kasvu on yllättänyt Lähiökoutsi-hankkeen. Toimintaa on pidetty hyödyllisenä sekä oppilaiden että opettajien mielestä, minkä vuoksi sitä toivotaan lisää. Nopeasta suosion kasvusta ja resurssien vähäisyydestä johtuen, läheskään kaikki toimintaan osallistuneet luokat eivät ole päässeet osallistumaan niin usein kuin haluavat. Oppilaiden ja opettajien kokemukset huomioiden hankkeen toiminnan tulisi jatkua, sillä toiminnasta on selvästi ollut hyötyä sekä opettajille että oppilaille.

Vaikka toimintaa on vetänyt ulkopuolinen hanke, niin se ei tarkoita sitä, etteikö koulut voisi alkaa soveltaa kyseistä menetelmää itsenäisesti. Toiminnassa käytettävä menetelmä on täysin sovellettavissa akateemisten taitojen opettamiseen. Opettajien vastauksista käy ilmi, ettei monet heistä hyödynnä vielä ELA-toiminnassa käytettyä menetelmää. Toisaalta osa vastanneista opettajista kertoi hyödyntävänsä elämäntaitojen opettamista omassa työnsä, niin kuin peruskoulujen opettajien tehtävänä onkin (Heikinaro-Johansson ym. 2018, 31; Helsingin kaupunki 2016, 13-14).

Elämäntaitojen oppiminen on pitkä prosessi, jossa oppiminen syvenee ajan kanssa. Elämän-, tunne- ja vuorovaikutustaitoja ei opita teemaviikkojen, yksittäisten tuntien tai tapahtumien aikana. Taitojen opettamista pitää laajentaa perusopetuksen opetussuunnitelmasta kouluarjen käytäntöön. Taitojen opettamisen pitää olla päivittäistä, tietoista ja sen tulee edetä vähän kerrallaan. Kysymys kuuluukin: onko pienistä päivittäisistä teoista enemmän hyötyä kuin suurista yksittäisistä tapahtumista.

Elämäntaitoja opetettaessa, tärkeintä on saada lapset ja nuoret ajattelemaan omia valintojaan, tekojaan ja niiden seurauksia. Ajatteluprosessin kehittyminen on välttämätöntä oppimiselle ja kehittymiselle (Alhanen 2013, 125, 132 & 136). Nuorten kokemus pahoinvointi on ollut otsikoissa usean vuoden ajan. Pahoinvointi on lisääntynyt ja nuorille suunnatut palvelut ovat ruuhkautuneet. Tragedioiden määrä on lisääntynyt ja huoli nuorista kasvaa koko ajan.

Yhteiskunnan rajallisten resurssien kannalta sosiaalialan olisi tärkeää keskittää entistä enemmän voimavaroja kouluissa tehtävään ennaltaehkäisevään sosiaalityöhön. Ennaltaehkäisevän sosiaalityön pitäisi painottua enemmän elämän-, tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen. Paremminkin voivan yhteiskunnan kannalta olisi tärkeää aloittaa edellä mainittujen taitojen opettaminen mahdollisimman varhain. Näiden taitojen oppimiseen sopii hyvin seuraava vanhan kansan sanonta: ”minkä nuorena oppii, sen vanhana taitaa”.

## Lähteet

### Painetut

Alhanen, K. John Dewey Kokemus filosofia. 2013. Helsinki: Gaudeamus.

Juuti, P. & Puusa, A. 2020. Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Tallinna: Gaudeamus.

Nurmi, J-E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L., Ruoppila, I. 2018. 7. painos. Ihmisen psykologinen kehitys. Viro: PS-Kustannus.

### Sähköiset

Hakanen, T., Myllyniemi, S. & Salasuo, M. 2019. Oikeus liikkoa. Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2018. Viitattu 23.1.2021. <https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2019/02/Lasten-ja-nuorten-vapaa-aikatutkimus-Oikeus-liikkua.-Verkkajulkaisu.pdf>

Harmaala, A. 2013. Sosiaalinen konstruktionismi: Todellisuuden sosiaalisen rakentumisen teorian kasvatus- ja sivistysteoreettinen tulkinta. Viitattu 23.1.2021. <http://jultika.oulu.fi/files/nbnfioulu-201504021214.pdf>

Heikinaro-Johansson, P., Lyyra, M. & Varstala, V. 2008. Yläkoululaisten kiinnostus koululiikuntaan ja kiinnostuksen yhteydet vapaa-ajan liikunnan harrastamiseen. Viitattu 5.1.2021. [https://www.lts.fi/media/lts\\_vertaisarvioidut\\_tutkimusartikkelit/2008/lt608\\_tutkimusartikkelit\\_heikinaro.pdf](https://www.lts.fi/media/lts_vertaisarvioidut_tutkimusartikkelit/2008/lt608_tutkimusartikkelit_heikinaro.pdf)

Heikinaro-Johansson, P. & Rantala, T. 2007. Hellisonin vastuuntuntoisuuden malli osana seitsemännen luokan poikien liikuntatunteja. Viitattu 15.11.2019. <http://www.vasa.abo.fi/users/jromar/Hellison-malli.pdf>

Helsingin kaupunki. 2016. Helsingin kaupungin peruskoulujen opetussuunnitelma. Viitattu 26.2.2021. <https://dev.hel.fi/paatokset/media/att/98/98ec73d9706f90dee70d443b6bf82bba32e321f7.pdf>

Jacobs, J. & Wright, P. 2017. Transfer of Life Skills in Sport-Based Youth development programs: A conceptual framework bridging learning to application. Viitattu 22.1.2021.

<http://dx.doi.org/10.1080/00336297.2017.1348304>

Juuti, P., Puusa, A. 2020. Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. E-Kirja. Tallina: Gaudeamus. Viitattu 10.4.2021.

Kähkönen, M. 2018. Liikunnan opettajien käsityksiä ja kokemuksia oppilaiden motivoimisesta koululiikunnassa. Viitattu 11.1.2021.

<https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/57975/1/URN%3ANBN%3Afi%3Aju-201805152614.pdf>

Laitila, T. 2019. Miksi koululiikunta ei kiinnosta? Erilaisten koululiikuntatekijöiden yhteys kielteiseen koululiikuntaan suhtautumiseen yläkoululaisilla ja lukiolaisilla. Viitattu 23.1.2021.

[https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/64122/3/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-201905222726.pdf](https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/64122/3/URN_NBN_fi_jyu-201905222726.pdf)

Nurmi, J-E., Salmela-Aro, K. 2017. Kuka meitä liikuttaa. E-Kirja. Jyväskylä: PS-Kustannus. Viitattu 1.2.2021.

Opetushallitus. 2021. Liikunnan tehtävä. Viitattu 10.1.2021. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/liikunnan-tehtava#8b1d9929>

Pihlström, A. 2014. Pragmatismi. Viitattu 21.1.2020.

<https://filosofia.fi/fi/ensyklopedia/pragmatismi>

Rantala, T. 2002. Hellisonin mallin kokeilu seitsemännen luokan poikien liikunnantunneilla. Viitattu 10.11.2020.

<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/9657/trantala.pdf?sequence=1>

Sarajärvi, A. & Tuomi, J. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. E-kirja. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi. Viitattu 7.2.2021.

Sintonen, M. 2014. Tieteen filosofia. Viitattu 1.4.2019.

<https://peda.net/tohmarjarvi/tohmarjarvenlukio/oppiaineet/filosofia/filosofia-1/filosofia1/3tjt/3t/tieteenfilosofia>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Viitattu 2.1.2020.

[https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden\\_eettisen\\_ennakoarvioinnin\\_ohje\\_2020.pdf](https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2020.pdf)

Valtion liikuntaneuvosto. Hirvensalo, M., Jaakkola, T., Lintunen, T. & Sääkslahti, A. 2016. Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016. Viitattu 24.1.2021. [https://www.liikuntaneuvosto.fi/wp-content/uploads/2019/09/LIITU\\_2016.pdf](https://www.liikuntaneuvosto.fi/wp-content/uploads/2019/09/LIITU_2016.pdf)

Valtion liikuntaneuvosto. Laine, A., Matilainen, P. & Salasuo, M. 2016. Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016. Viitattu 24.1.2021. [https://www.liikuntaneuvosto.fi/wp-content/uploads/2019/09/LIITU\\_2016.pdf](https://www.liikuntaneuvosto.fi/wp-content/uploads/2019/09/LIITU_2016.pdf)

Vilka, H. 2007. Tutki ja mittaa. Määrällisen tutkimuksen perusteet. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi. Viitattu 8.5.2021. <http://hanna.vilka.fi/wp-content/uploads/2014/02/Tutki-ja-mittaa.pdf>

#### Julkaisemattomat

Lähiökoutsi-hanke. 2021. Hankkeen sisäinen materiaali 24.1.2021. Lähiökoutsi-hanke. Helsinki.

Toivonen, H-M. 2019. Koulutusmateriaali 28.1.2019. Helsinki.

## Kuviot

Kuvio 1 Mukailtu versio oppimisen ja soveltamisen yhdistävästä viitekehystä .....	24
Kuvio 2 Oppilaiden ensimmäisen kysymyksen tulokset .....	34
Kuvio 3 Oppilaiden neljännen kysymyksen tulokset .....	39
Kuvio 4 Oppilaiden kuudennen kysymyksen tulokset .....	42
Kuvio 5 Oppilaiden yhdeksännen kysymyksen tulokset .....	45
Kuvio 6 Opettajien ensimmäisen kysymyksen tulokset .....	46
Kuvio 7 Opettajien kolmannen kysymyksen tulokset .....	48
Kuvio 8 Opettajien viidennen kysymyksen tulokset .....	50
Kuvio 9 Opettajien seitsemännen kysymyksen tulokset .....	51

## Taulukot

Taulukko 1 Toiminnan sisältö -pääluokan teemat ja alaluokat .....	36
Taulukko 2 Kokemus oppimisestä -pääluokan teemat ja alaluokat .....	38
Taulukko 3 Asenne liikuntaa kohtaan on muuttunut -pääluokan teemat ja alaluokat .....	41
Taulukko 4 Opetetut taidot ovat näkyneet ELA-toiminnan ulkopuolella -pääluokan teemat ja alaluokat .....	44
Taulukko 5 Toiminnan mielekkyyden, positiivisen asennemuutoksen ja oppimisen yhteyttä havainnollistava taulukko.....	56

## Liitteet

Liite 1 ELA-toiminnan esimerkki tuntiformaatteja .....	66
Liite 2 Sähköinen suostumuslomake .....	81
Liite 3 Kirjallinen suostumuslomake .....	82
Liite 4 Oppilaiden kysely.....	83
Liite 5 Opettajien kysely.....	86



# **ELA-toiminnan esimerkki tuntiformaatteja**

## Elämäntaitoja liikunnan avulla -tuntiformaatti

Elämäntaito: <u>Kunnioitus &amp; Arvostus</u>	Paikka: Liikuntasali	Osallistujat: 20	Aika: 90 min
---	----------------------	------------------	--------------

TAVOITTEET	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Positiivisen, turvallisen, rohkean sekä ennakkoluulottoman ilmapiirin luominen</li> <li>2. Kunnioituksen ja arvostuksen käsitteiden ymmärtäminen sekä niiden osoittamisen eri tapojen sisäistäminen</li> <li>3. Syvenevä tutustuminen toisiinsa ja hauskanpito</li> </ol>
OHJAUSSTRATEGIAT	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Elämäntaitojen mallintaminen</li> <li>2. Sosiaalisen kanssakäymisen tietoinen edistäminen</li> <li>3. Onnistumismahdollisuuksien luominen</li> <li>4. Henkilökohtaisten mielipiteiden ilmaisuun kannustaminen</li> </ol>
SISÄLTÖ	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Toiminnan esittely &amp; Tietoisuuspuhe—konsepti, elämäntaidot, toiminnan tarkoitus</li> <li>2. Energisaattori: <u>Ryöstöjoukkue</u></li> <li>3. Puhepiiri ("AlkuPupi")</li> <li>4. Peli: Staattinen käsipallo</li> <li>5. Puhepiiri ("LoppuPupi")</li> </ol>
VÄLINEET	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tuoli tai varustelaukku</li> <li>2. Liivejä (vähintään kolme eri väriä)</li> <li>3. Käsipallo tai sen tarkoituksen omaava muu pallo</li> </ol>

TOIMINNAN ESITTELY & TIETOISUUSPUHE	
<b>Aika:</b> 5-10 min	<p>Esittely:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Elämäntaitoja liikunnan avulla -tuntien esittely:</li> </ul> <p>Ennen esittelyn aloittamista osallistujat vievät puhelimensa joko salin laidalle, omaan reppuunsa tai antavat ne ohjaajille. Lähtökohtaisesti myös huput otetaan pois päältä.</p> <p>ELA-tunnit ovat liikuntatunteja, joiden aikana opiskelemme yhdessä elämäntaitoja. Elämäntaidot ovat sellaisia taitoja, joita me tarvitsemme joka päivä esimerkiksi koulumaailmassa, vapaa-ajalla, harrastustoiminnassa, työelämässä jne. Tällaisia elämäntaitoja ovat esimerkiksi kunnioitus ja arvostus, josta tänään aloitamme. Nämä taidot toimivat kaikkien elämäntaitojen perustana. Mitä muita elämäntaitoja voisi olla? Kunnioituksen ja arvostuksen lisäksi käymme läpi muun muassa seuraavia taitoja: kohtaaminen, kommunikointi, yrittäminen, yhteistyö, itseohjautuvuus ja johtaminen sekä reflektointi. Reflektointi on yksi tärkeimmistä elämäntaidoista, sillä se mahdollistaa oppimisen. Reflektointi tarkoittaa toiminnan analysointia ja pohtimista—miten päivän elämäntaito näkyy toiminnassa.</p>

## Elämäntaitoja liikunnan avulla -tuntiformaatti

Näiden oppituntien tarkoituksena on saada Teidät ymmärtämään elämäntaitojen yhteys toivottuun käyttäytymiseen—miksi on hyväksyttävää avata toiselle ovi, antaa vanhemmalle henkilölle istumapaikkasi bussissa? Mitä hän saa siitä ja mitä sinä itse saat sellaisesta käyttäytymisestä? Tarkoituksenamme on saada Teidät tiedostamaan elämäntaitojen näkyvyys omassa toiminnassanne sekä sisäistämään elämäntaitojen mukainen käyttäytyminen osaksi arkielämääne. Kuten on jo sanottu, elämäntaidot ovat sellaisia taitoja, joita meistä jokainen tarvitsee joka päivä ja koko ajan. Opittujen sekä yhdessä harjoiteltujen taitojen siirtäminen meidän oppituntiemme ulkopuolelle on toimintamme päätavoite.

Ohjaaja esittelee itsensä lyhyesti—nimi ja toimenkuva.

Tämän päivän setin agenda on seuraavanlainen: Ensiksi pistetään Teidät liikkumaan. Otetaan nopea kehon ja mielen herättely Ryöstöjoukkue -pelin kautta. Sen jälkeen tutustutaan toisiimme, paneudutaan päivän elämäntaitoon tarkemmin ja jaetaan ajatuksia siitä puhepiirissä. Puhepiirin jälkeen aletaan pelaamaan käsipalloa.

Jos kyseessä olisi ryhmän toinen kerta ELA-tunneilla, niin toiminnan esittelyn tilalla olisi päivän agendan läpikäyminen sekä tunnin tavoitteiden esiintuominen.

Huom! Älä yritä väkisin puskea kaikkia harjoitteita tai pelejä läpi, jos oppilaiden sen hetkisen toiminnan vuoksi aika meinaa loppua kesken. Ajan huetessa liian nopeasti, valitse se harjoite tai peli, joka sopii sillä hetkellä parhaiten oppilaiden vireystasoon. Loppujen lopuksi suunnitelma on aina vain suunnitelma, se auttaa sinua ohjaajana, mutta todennäköisesti joudut usein tai lähes aina muuttamaan sitä. Soveltaminen ei missään nimessä ole kiellettyä, ennemminkin suositeltavaa!

## Elämäntaitoja liikunnan avulla -tuntiformaatti

<p><b>Aika:</b></p> <p>5-10 min</p>	<p><b>Ryöstöjoukkue:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jaa osallistujat kahteen joukkueeseen ja aseta salin keskelle tuoli, varustelaukku tai muu vastaava objekti.</li> <li>- Toinen joukkue menee salin toiseen päähän (viivan tai tötillä merkityn linjan taakse) muodostaen jonon ja toinen joukkue tekee saman toiseen päättyyn.</li> <li>- Kun ohjaaja puhalttaa pilliin, jonojen ensimmäiset juoksijat <u>ampaisevat</u> liikkeelle kohti salin keskellä olevaa varustelaukku. Tarkoituksena on koskettaa laukku ennen kuin toisen jonon juoksija ehtii koskettamaan sitä. Jos juoksija A ennättää koskettamaan laukku ensimmäisenä, on hänen laukun koskettamisen jälkeen lähdeävä juoksemaan takaisin oman <u>jononsa</u> luokse. Juoksija A:n koskettua laukku ensimmäisenä, on juoksija B:n yritettävä ottaa <u>juoksija A</u> kiinni. Jos juoksija A ehtii oman <u>jononsa</u> luokse tai lähtöviivan yli, hän ”ryöstää” juoksija B:n omaan joukkueeseensa. Jos puolestaan juoksija B saa juoksija A:n kiinni, ryöstää juoksija B juoksija A:n omaan joukkueeseensa. Juoksijat <u>EIVÄT</u> saa koskea toisiaan ennen kuin jompikumpi juoksijoista on koskettanut laukku. Jos juoksija A koskettaa juoksija B:tä ennen kuin tämä on koskenut laukku, joutuu juoksija A juoksija B:n joukkueeseen. Juoksijat voivat siis hämätä toista juoksijaa näyttämällä, että he koskisivat laukku, vaikka he todellisuudessa <u>koskisikaan</u>.</li> <li>- Peli loppuu, kun kaikki toisen joukkueen juoksijat on ryöstetty toisen tiimin joukkueeseen tai silloin, kun aika loppuu. Pelissä ei ole <u>voittajajoukkuetta</u>, sillä jos toinen joukkue onnistuu haalimaan vastustajajoukkueen kaikki juoksijat, salin jompaankumpaan päähän on muodostunut yksi, suuri joukkue.</li> <li>- Pelin päätyttyä kerro osallistujille kyseisen tunnin tavoitteet, jotta he tietävät, mihin kyseisen tunnin aikana keskitytään. Seuraavilla kerroilla tavoitteet voidaan kertoa ennen energisaattoria. Koska aina ensimmäisillä kerroilla tulee tavallista enemmän ohjaajien puhetta (toiminnan esittely), niin ensimmäisellä kerralla tavoitteet on hyvä käydä läpi pienen herättelyn jälkeen. Pitkän kuuntelutuokion jälkeen tavoitteet saattaisivat mennä osallistujien toisesta korvasta sisään ja toisesta ulos.</li> </ul>
-------------------------------------	--

## Elämäntaitoja liikunnan avulla -tuntiformaatti

10-15 min	<p><b>AlkuPupi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Asettukaa ryhmän kanssa piiriin istumaan. Piirissä tarkoituksena on nähdä kaikki sinun vasemmalla kuin oikeallakin puolella istuvat osallistujat. Kerro osallistujille Pupin säännöt ja tarkoitus:</li> <li>- Pupissa harjoitellaan oman henkilökohtaisen mielipiteen ilmaisua kuin myös omien näkemysten sekä ajatusten jakamista ryhmän kesken. Tarkoituksena on jakaa näkemyksiä, ajatuksia ja mielipiteitä, mikä ei onnistu, jos kaikki kopioivat edellisen henkilön vastauksen. Pupissa ei ole oikeita tai vääriä vastauksia, sillä osallistujilta kysytään heidän omia mielipiteitään ja näkemyksiään. Mitä enemmän erilaisia näkemyksiä Pupissa jaetaan, sitä enemmän jokainen siihen osallistuja oppii. Pupissa ollessa ohjaajat esittävät kysymyksiä, joihin jokainen osallistuja pääsee halutessaan vastaamaan omalla vuorollaan. Silloin kun on henkilö A:n vuoro puhua, niin vain kyseinen henkilö puhuu. Kaikki muut ovat tuolloin hiljaa ja (toivottavasti) kuuntelevat keskittyneesti henkilön puheenvuoroa. Toisia osallistujia ei saa häiritä, vaikka itsellä olisikin vaikeuksia keskittyä. Pupissa EI naureta, tuhahtella, pyöritellä silmiä tai tirsakata muiden vastauksille. Kaikkien mielipiteet ovat yhtä arvokkaita, vaikka ne eroaisivatkin juuri sinun mielipiteestäsi—sinun mielipidettäsi ei saa ”dissata”, joten sinäkin kunnioitat muiden mielipiteitä. Näistä säännöistä EI jousteta. Huom! Pupissa ei ole pakko vastata, jos ei tahdo. Ohjaajan on kuitenkin yritettävä kannustaa osallistujia vastaamaan, jottei kaikki osallistujat sano pelkästään ”skip, skip, skip...”</li> <li>- Pupin kulku (ryhmä ensimmäistä kertaa ELA-tunnilla):</li> <li>- Ensimmäinen kierros: Ensimmäisellä kierroksella sanotaan pelkästään oma nimi kuuluvalla äänellä. On hyvä aloittaa helposti ilmaistavista asioista uuden ryhmän kanssa, jotta osallistujien itsevarmuus ja rohkeus kasvavat. Muista painottaa vuorojen välistä hengähdystaukoa—haluat oppia osallistujien nimet, mutta jos kaikki sanovat nimensä välittömästi edellisen henkilön sanottua omansa et ehdi painaa nimiä muistiin. Sinä, ohjaaja, aloitat kierroksen.</li> <li>- Toinen kierros: Toisella kierroksella vaihdetaan Pupin kulkusuuntaa—jos ensimmäisellä kierroksella lähdettiin ohjaajasta oikealle, niin tällä kierroksella lähdetään ohjaajan vuoron jälkeen vasemmalle. Toisella kierroksella sanotaan ensin oma nimi ja sen jälkeen oma lempiasiansa. Jos osallistuja ei halua sanoa juuri merkittävintä lempiasiansa, niin hän voi sanoa jonkun asian, josta tykkää tai mitä tykkää tehdä. Tällä kierroksella korostuu erityisesti toisten vastauksille nauramisen ja tirsakamisen kitkeminen.</li> <li>- Kolmas kierros: Pupin kulkusuunta vaihtuu jälleen. Tällä kierroksella ohjaaja ei aloita kierrosta—et halua antaa valmiita vastauksia osallistujille. Kolmannella kierroksella piirissä olevien tulee sanoa oma nimensä ja nimen kertaamisen jälkeen kertoa, mitä heille tulee päällimmäisenä mieleen sanoista kunnioitus ja arvostus. Jos ohjaaja aloittaa tämän kierroksen ja kertoo, mitä hänelle tulee mieleen päivän taidoista, niin on hyvin mahdollista, että muut osallistujat sanovat saman asian kuin ohjaaja. Jos kaikki hokevat samaa asiaa, niin oppimisen kenttä kapenee eikä tilanne ole enää yhtä hedelmällinen. Ohjaajan on syytä muistuttaa, ettei kyseessä ole koulutentti—ei ole</li> </ul>
-----------	--

## Elämäntaitoja liikunnan avulla -tuntiformaatti

30+ min	<p>oikeita tai vääriä vastauksia. Jokainen mielipide on yhtä tärkeä. Jos ryhmä vaikuttaa avoimelta, uskaliaalta ja ennakkoluulottomalta, niin tällöin ohjaaja voi myös aloittaa kolmannen kierroksen—”pelisilmän” käyttö korostuu. Kun kaikki piirissä olijat ovat sanoneet, mitä heille tulee sanoista mieleen, on aika käydä esimerkkejä läpi ja paneutua syvemmälle kyseisten taitojen maailmaan: Kunnioitus ja arvostus (kuten muutkin elämäntaidot) ovat todella suuria teemoja, käsitteitä, jotka ovat suurimmalle osalle tuttuja. Näitä isoja ja merkittäviä asioita voi olla kuitenkin hyvin vaikea pilkkoa pienemmiksi <u>osajaksiksi</u>, mutta voimmeko kunnioittaa ketään, itseämme tai muita, jos emme tiedä mistä nämä järkälemäiset teemat rakentuvat? Jos menette päivän päätteeksi kotiin ja sanotte: ”Minä kunnioitin tänään jokaista kohtaamaani henkilöä.”, niin mitä konkreettisia asioita te olette silloin tehneet? Mitä suurempi asia, sitä useammista pienistä palasista se muodostuu. Esimerkkejä pienistä, mutta merkittävistä kunnioittavista teoista: kuuntelu (ei kuuleminen), silmiin katsominen, hymyily, toisten tervehtiminen ja huomioiminen, ystävän koulukirjojen kantamisessa auttaminen, kiittäminen, kuulumisten kyseleminen aidosta kiinnostuksesta, pelin sääntöjen noudattaminen jne. Tänään me keskitymme näiden pienten, mutta suurien asioiden etsimiseen. Kun toimitte, tarkastelkaa toimintaanne ja muiden toimintaa kunnioituksen ja arvostuksen kautta—lisää kysymyksiä on tulossa.</p> <p>Peli: Staattinen käsipallo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jaa ryhmä neljään joukkueeseen joko perus jakomenetelmää (1,2,3,4,1,2,3...) hyödyntäen tai pyydä opettajaa tekemään tasavahvat tiimit. Seuraavilla kerroilla on suositeltavaa antaa oppilaille vastuuta—anna heidän muodostaa tasavahvat joukkueet. Jos se ei onnistu, niin sitten puutut jakoihin.</li> <li>- Kerro pelin säännöt:</li> <li>- Pelissä tarkoituksena on tehdä maaleja vastustajan verkkoon (salibandymaali). Silloin kun sinulla on pallo kädessä, ET saa liikkua. Ne pelaajat, joilla ei ole pallo käsissään, saavat liikkua vapaasti. Palloa voi täten liikuttaa ainoastaan <u>syöttelemällä</u> pelaajalta toiselle. Pallon voi riistää <u>syötönkatkolla</u>, palloa EI saa repiä vastustajan kädestä, mutta vastustajan syöttöä/heittoa saa häiritä säilyttäen kuitenkin hajuraon. Jos pallo pomppii riiston tai heiton jäljiltä maassa, kuka tahansa saa käydä sen nappaamassa.</li> <li>- Pelissä voi olla sivurajat esimerkiksi lähellä seiniä kulkevat viivat. Tällöin pallon pomppiessa sivurajan yli joukkueen A kosketuksen jälkeen, joukkue B saa heittää sivurajan. Pelaajat eivät saa mennä sivurajan yli pallo kädessään tai ilman palloa. Peliä voi pelata myös ilman <u>sivurajoja</u>. Kummallakin joukkueella on maalivahti (joko lentävä tai staattinen). Maalin eteen rajataan alue hyödyntämällä salissa olevia viivoja (noin 2x2m). Tälle maalivahdin alueelle ei ole kenelläkään muulla pelurilla asiaa kuin itse maalivahdilla. Sen sisällä ei siis saa olla muita, ei hyökkääjiä tai puolustajia, ainoastaan maalivahti. Maalivahdin alueen poikki ei myöskään saa oikaista.</li> </ul>
---------	---

## Elämäntaitoja liikunnan avulla -tuntiformaatti

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kun pelureita on yhteensä 5 per joukkue (yksi maalivahti), on hyvä pienentää hiukan pelikenttää. Jos pallo menee joko torjunnasta, heitosta tai syötöstä maalin selkäpuolelle, niin maalivahti jatkaa syötöllä tilanteesta riippumatta. Peliä voi pelata myös siten, että käytössä on <u>"kulmaheitot"</u>—jos pallo menee <u>puolustavasta</u> joukkueesta yli esimerkiksi torjunnasta, niin vastustaja (hyökkäävä joukkue) saa <u>kulmaheiton</u>.</li> <li>- Missään ELA-tuntien toiminnassa ei ole keskiössä voittaminen, vaan yhdessä oppiminen ja hauskanpitiäminen. Näin ollen ohjaajan ei tarvitse laskea maaleja. Tarkoituksena on nauttia pelistä ja keskittyä päivän elämäntaitoihin ja niiden mukaan toimimiseen. Peliaikana voi toimia 4-5 minuuttia—tilanteen mukaan. Kun peliaika loppuu, tulevat uudet joukkueet kentälle. Joukkueiden kiertoa voi vaihdella vallitsevan tilanteen vaatimalla tavalla.</li> </ul> <p>Välireflektointi:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kun kaikki joukkueet ovat saaneet pari peliä alle, on aika reflektoida toimintaa. Välireflektoinneissa on kyse nopeasta ajatustenvaihdosta, jonka keskiössä ovat oppilaat. Ohjaaja kysyy muutaman kysymyksen ja oppilaat toivottavasti vastaavat. Jos vastauksia ei tule, niin ohjaajan on hyvä kehottaa oppilaita keskittymään elämäntaitoihin tarkemmin, sillä asiaan palataan vielä.</li> <li>- <u>Esimerkki kysymyksiä:</u> Miten kunnioitus ja arvostus näkyivät pelissä? Tuntuiko teistä, että teitä kunnioitettiin pelin aikana—miksi ja miten (kunnioitus tai ei kunnioittava käytös) se näkyi? Kunnioititko itse kanssapelaajia—miten se näkyi, mitä kunnioittavaa teit?</li> <li>- Välireflektoinnin jälkeen peli jatkuu. Ohjaaja/t tekee koko ajan havaintoja elämäntaitojen näkyvyydestä, muttei tuo omia esimerkkejään vielä oppilaiden tietoisuuteen.</li> <li>- Ohjaajan on ERITYISEN TÄRKEÄÄ antaa välitöntä palautetta osallistujille. Jos ohjaaja näkee kunnioittavaa tai epäkunnioittavaa toimintaa, niin hänen on mentävä mahdollisimman nopeasti keskustelemaan ja refleктоimaan toiminnan tekijän kanssa. Toiminnan välitön kehuminen edistää sen näkyvyyttä jatkossakin ja kehitettävän toiminnan näkyväksi tekeminen edistää käyttäytymisen muutosta. Jos peliaika on jostain syystä jäänyt suunniteltua lyhyemmäksi, voi välireflektoinnin jättää pois. Tällöin on äärimmäisen tärkeää antaa välitöntä palautetta oppilaiden toiminnasta pelien tai vaihtojen aikana!</li> </ul> <p>Loppureflektointi (LoppuPupi):</p>
--	--

## Elämäntaitoja liikunnan avulla -tuntiformaatti

15-20 min	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Asetutaan jälleen puhepiiriin. LoppuPupissa tarkoituksena on tuoda tunnin aikana tehtyjä ja nähtyjä, päivän elämäntaitoon liittyviä asioita julki. Tämä osio on äärimmäisen tärkeä oppimisen kannalta. Jos toiminnasta ei puhuta, niin se ei myöskään muutu tai lisäännny. Oppiminen sekä oivaltaminen tapahtuu toiminnan ja keskustelun (reflektoinnin) välityksellä.</li> <li>- Pupin kulku:</li> <li>- Ensimmäinen kierros: Miten kunnioitus ja arvostus näkyivät tunnin toiminnassa? Konkreettisia esimerkkejä kuten pelissä kaikkia kannustettiin, syöteltiin kaikille, palloa ei heitetty täysiä, ei itketty joukkueiden jaosta, osallistuttiin, yritettiin jne. Tässä kohtaa ohjaaja kertoo omista havainnoistaan. Yritä tuoda sellaisia asioita esille, joita oppilaat eivät sanoneet.</li> <li>- Toinen kierros: Miten itse kunnioitit itseäsi tai muita tunnin aikana? Ohjaaja voi kommentoida nopeasti jokaisen oppilaan kohdalla ja kertoa omia näkemyksiään sekä tuoda jotain sellaista esille, jota oppilas ei itse oivaltanut tehneensä.</li> <li>- Kolmas kierros: Mitä sinulle tulee nyt päällimmäisenä mieleen sanoista kunnioitus ja arvostus?</li> <li>- Vapaasana (ei tarvitse kertoa vuorotellen): Oliko teillä mukavaa tällä tunnilla? Oliko tällainen opiskelumuoto, toiminta ja keskustelu, mieluisa?</li> <li>- Palaute ryhmälle tunnin toiminnasta (hampurilaismalli) ja hyvien päivän jatkojen toivottaminen.</li> </ul>
-----------	---

## Elämäntaitoja liikunnan avulla -tuntiformaatti

Elämäntaito: Kohtaaminen	Paikka: Liikuntasali	Osallistujat: 20	Aika: 90 min
--------------------------	----------------------	------------------	--------------

TAVOITTEET	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Positiivisen, turvallisen, rohkean sekä ennakkoluulottoman ilmapiirin luominen</li> <li>2. Kohtaamisen käsitteen ymmärtäminen sekä laadukkaaseen ja hyvään kohtaamiseen kuuluvien toimien oivaltaminen ja sisäistäminen</li> <li>3. Syvenevä tutustuminen toisiinsa ja hauskanpito</li> </ol>
OHJAUSSTRATEGIAT	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Elämäntaidon mallintaminen ja odotusten asettaminen</li> <li>2. Sosiaalisen kanssakäymisen tietoinen edistäminen</li> <li>3. Onnistumismahdollisuuksien luominen</li> <li>4. Henkilökohtaisten mielipiteiden ilmaisuun kannustaminen</li> </ol>
SISÄLTÖ	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tietoisuuspuhe—sen kerran elämäntaidon, päivän sisällön ja tunnin tavoitteiden läpikäyminen</li> <li>2. Energisaattori: Parinkanto</li> <li>3. Puhepiiri ("AlkuPupi")</li> <li>4. Harjoite: Kohtaaminen kohdatessa</li> <li>5. Harjoite: Alias-viesti</li> <li>6. Puhepiiri ("LoppuPupi")</li> </ol>
VÄLINEET	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Alias-kortit</li> <li>2. Tötsiä 8 kpl</li> </ol>

TIETOISUUSPUHE	
<b>Aika:</b> noin 5 min	<p>Tietoisuuspuhe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aseta oppilaat riviin tunnin tietoisuuspuhetta varten.</li> <li>- Ennen tietoisuuspuheen aloittamista osallistujat vievät puhelimensa joko salin laidalle, omaan reppuunsa tai antavat ne ohjaajille. Lähtökohtaisesti myös huput otetaan pois päältä.</li> <li>- Oppilaiden herättely: Tänään on teidän toinen ELA-oppituntinne, mikä oli ensimmäisen kerran elämäntaito? Mitä me teimme ensimmäisellä kerralla (leikit, pelit jne.)? Mitä teillä jäi mieleen viime kerran elämäntaidoista, kunnioitus ja arvostus?</li> <li>- Tämän tunnin tietoisuuspuhe: Kerro ryhmälle tunnin elämäntaito, johon keskitytään erityisesti, kerro oppilaille tunnin sisältö—mitä tehdään ja mitä voidaan tehdä, jos kaikki sujuu mallikkaasti. Esimerkiksi tässä tuntiformaatissa on kaksi harjoitetta (Alias-viesti &amp; Kohtaaminen kohdatessa), joihin molempiin uppoaa aikaa. Jos aikaa kuluu riehumiseen, häröilyyn ja muuhun jonninjoutavaan, niin tunnilla ei välttämättä</li> </ul>

## Elämäntaitoja liikunnan avulla -tuntiformaatti

	<p>ehditä tehdä molempia harjoitteita. Jos aika meinaa loppua kesken ja joudut ohjaajana valitsemaan jommankumman harjoitteista, valitse Alias-viesti, sillä se on todennäköisesti mielekkäämpi oppilaille ja siinä he joutuvat liikkumaan enemmän. Vielä alkuvaiheessa (ensimmäisellä ja toisella kerralla) on erityisen tärkeää jättää oppilaille hyvä maku tunneista—seuraavilla kerroilla harjoitteiden vaativuutta ja heittäytymisen tarvetta voi nostaa korkeammalle. Äsken sanottu määräytyy kuitenkin aina ryhmän mukaan ja ELA-tunneilla tarkoituksenahan on toimia myös omalla epämukavuusalueellaan turvallisessa ympäristössä. Lopuksi kerro ryhmälle tämän tunnin tavoitteet.</p>
--	--

TOIMINTAOSIO & REFLEKTOINTI	
<p><b>Aika:</b></p> <p>noin 10 min</p>	<p><b>Parinkanto:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aseta ryhmä riviin salin toiseen päättyyn. Pyydä heitä valitsemaan itselleen pari, joka olisi mahdollisimman samankokoinen (pari saa muodostua myös eri kokoluokkaa edustavista oppilaista). Jos ryhmässä oppilaita on pariton määrä, muodostetaan tilanteen vaatima määrä kolmen hengen ryhmiä.</li> <li>- Parinkannossa parivaljakoiden tehtävänä on kantaa toinen toisiaan reppuselässä tai muulla tavalla (palomieskanto, sylissä jne.) puolen kentän viivalle asti ja takaisin lähtöpisteelle. Parivaljakosta AB henkilö A kantaa ensin oppilas B:tä reppuselässä puolen kentän rajalle asti ja takaisin lähtöviivalle. Sen jälkeen on henkilön B vuoro kantaa oppilas A:ta viivalta viivalle ja takaisin. Kyseessä ei ole kilpailu eli oppilaiden ei tarvitse juosta. Jos henkilö A ei jaksa kantaa henkilö B:tä yhtäjaksoisesti viivalta viivalle ja takaisin, niin se ei haittaa. Kantajat saavat pysähtyä, laskea parinsa selästään ja ottaa huilia tarvitsemansa ajan. Jos parit eivät jaksa kantaa toisiaan reppuselässä, niin he voivat myös edetä kottikärryinä rajoilta rajoille.</li> <li>- Tämä on nopea lämmittelytehtävä, jossa oppilaat joutuvat kohtaamaan omia ennakkoluulojaan ja tunteita. Heidän ajatustensa, tunteidensa ja ennakkoluulojensa kohtaaminen liittyy suoraan päivän elämäntaitoon ja tähän tehtävään palataan AlkuPupissa.</li> </ul>

## Elämäntaitoja liikunnan avulla -tuntiformaatti

noin 15 min	<p>AlkuPupi:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Asettukaa ryhmän kanssa piiriin istumaan. Piirissä tarkoituksena on nähdä kaikki sinun vasemmalla kuin oikeallakin puolella istuvat osallistujat. Kysy osallistujilta, mikä oli Pupin tarkoitus ja mitkä olivat tämän piirin säännöt—näin saat itse tietoa siitä, kuinka aktiivisesti oppilaat ovat kuunnelleet sekä keskittyneet ensimmäisellä kerralla. Jos Pupin tarkoitus ja säännöt ovat vaipuneet unholaan, kerro ne uudestaan alla olevan ohjeen mukaan:</li> <li>- Pupissa harjoitellaan oman henkilökohtaisen mielipiteen ilmaisua kuin myös omien näkemysten sekä ajatusten jakamista ryhmän kesken. Tarkoituksena on jakaa näkemyksiä, ajatuksia ja mielipiteitä, mikä ei onnistu, jos kaikki kopioivat edellisen henkilön vastauksen. Pupissa ei ole oikeita tai väärä vastauksia, sillä osallistujilta kysytään heidän omia mielipiteitään ja näkemyksiään. Mitä enemmän erilaisia näkemyksiä Pupissa jaetaan, sitä enemmän jokainen siihen osallistuja oppii. Pupissa ollessa ohjaajat esittävät kysymyksiä, joihin jokainen osallistuja pääsee halutessaan vastaamaan omalla vuorollaan. Silloin kun on henkilö A:n vuoro puhua, niin vain kyseinen henkilö puhuu. Kaikki muut ovat tuolloin hiljaa ja (toivottavasti) kuuntelevat keskittyneesti henkilön puheenvuoroa. Toisia osallistujia ei saa häiritä, vaikka itsellä olisikin vaikeuksia keskittyä. Pupissa EI naureta, tuhahtella, pyöritellä silmiä tai tirsakuta muiden vastauksille. Kaikkien mielipiteet ovat yhtä arvokkaita, vaikka ne eroaisivatkin juuri sinun mielipiteestäsi—sinun mielipidettäsi ei saa ”dissata”, joten sinäkin kunnioitat muiden mielipiteitä. Näistä säännöistä EI jousteta. Huom! Pupissa ei ole pakko vastata, jos ei tahdo. Ohjaajan on kuitenkin yritettävä kannustaa osallistujia vastaamaan, jottei kaikki osallistujat sano pelkästään ”skip, skip, skip...”</li> <li>- Pupin kulku:</li> <li>- Ensimmäinen kierros: Nyt kun on ryhmän toinen kerta ELA-tunnilla, menette suoraan asiaan. Ensimmäisellä kierroksella kaikki Pupiin osallistuvat kertovat ensin oman nimensä, ellei ryhmä ole sinulle entuudestaan jo todella tuttu—muuten, kertaus on opintojen äiti. Nimen lisäksi jokainen osallistuja kertoo, mitä hänellä tulee päällimmäisenä mieleen sanasta kohtaaminen. Ennen kierroksen aloittamista rauhoittele oppilaita, sillä nyt mennään suoraan asiaan ja kohtaaminen terminä usein yliajattellaan. Kerro, että edelleenkin ei ole olemassa oikeita tai väärä vastauksia, kun kyse on omista mielipiteistä. Sano ryhmälle myös, että ensimmäisen kierroksen jälkeen sinä avaat kohtaamisen termiä ja kerrot, mihin asioihin ELA-tunneilla keskitytään, silloin kun puhutaan kohtaamisesta. Sinä aloitat kierroksen ohjaajana.</li> <li>- Kun ensimmäinen kierros on ohi, on sinun vuorosi avata kohtaamisen termiä:</li> <li>- Kohtaaminen tarkoittaa yksinkertaisuudessaan sitä, kun kaksi tai useampi asia kohtaavat. Voit havainnollistaa kertomaasi esimerkiksi palloa hyödyntämällä. Kun</li> </ul>
-------------	---

## Elämäntaitoja liikunnan avulla -tuntiformaatti

	<p>pomputat palloa, pallo kohtaa lattian aina osuessaan siihen ja pallon <u>pompatessa</u> taas ylös se lopulta kohtaa kätesi. Välimatkan ajan pallo kohtaa ilmanvastusta. Meidän kaikkien pylymme kohtaavat tällä hetkellä lattian (olettaen, että istutte) jne.</p> <p>Kohtaaminen voidaan jakaa ulkoisen maailman kohtaamiseen ja sisäisen maailman kohtaamiseen. Ulkoisen maailman kohtaamiseen kuuluu kaikki se, jota aistimme ympärillämme: muut ihmiset, ympäristö, tuuli, sade, lämpö jne. Ulkoisen maailman kohtaamisesta näillä tunneilla keskitytään erityisesti siihen, miten me kohtaamme toisemme, miten me kohtaamme toisia ihmisiä. Sisäisen maailman kohtaamiseen tapahtuu teissä jokaisessa koko ajan ja se on todella aktiivista. Sisäisen maailman kohtaamiseen kuuluvat esimerkiksi teidän omat ajatuksenne. Teidän pääkoppanne tietokone raksuttaa koko ajan, minkä vuoksi te ajattelette koko ajan jotakin. Me emme pysty kääntämään aivojamme "offline-tilaan", jolloin emme ajattelisi mitään. Näin ollen Pupissa ollessamme vastaus: "Ei minulla tule mitään mieleen:" ei voi pitää paikkaansa, sillä te ajattelette aina jotakin. Te kohtaatte omia ajatuksianne jatkuvalla syklillä.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ajatusten lisäksi te kohtaatte päivittäin lukemattoman määrän erilaisia tunnetiloja niin positiivisia kuin negatiivisiakin. Te tunnetta päivän aikana iloa, turhautumista, hauskuuden tunnetta, suuttumusta, jännitystä, levollisuuden tunnetta, ahdistuneisuutta jne. Viimeisimpänä asiana sisäisen maailman kohtaamiseen kuuluvat ennakkoluulot. Ne voivat olla positiivisia ennakkoluuloja, jolloin te suhtaudutte todella avoimesti ja valoisasti teille tuntemattomaan asiaan oli kyseessä sitten ruokalaji tai liikuntamuoto. Ennakkoluulot voivat olla myös negatiivisesti latautuneita, mikä näkyy teidän toiminnassanne siten, ettette te edes anna mahdollisuutta uudelle asialle, vaan te heitätte sen suoraan roskikseen—te tuomitsette sen ennen kyseisen asian kokeilemistä. Jos ennakkoluulonne ovat neutraaleja, niin te lähestytte asiaa todella rakentavasti. Ette tiedä siitä vielä mitään, joten se voi olla mukavaa tai se voi osoittautua myös epämieluisaksi. Ette tuomitse sitä ennen kokeilua, vaan tarkastelette tilannetta useista eri näkökulmista. Teidän ei ole pakko tehdä asioita, joista ette pidä, ellei se kuulu teidän velvollisuuksiinne. Ette voi kuitenkaan tietää pidätkö jostain vai ette ennen kuin olette kokeilleet sitä avoimin mielin. Jos velvollisuuksienne täyttäminen on epämieluisaa, voitte kohdata sen aiheuttamat tunteet ja ajatukset ja pohtia, miten voisit tehdä tästä mukavampaa itselleni ja edelleen täyttää velvollisuuteni. Näillä tunneilla keskitymme siis muiden ihmisten, omien ajatusten, tunteiden ja ennakkoluulojen kohtaamiseen.</li> <li>- Toinen kierros: Toisella kierroksella vaihdetaan tututtuun tapaan Pupin kulkusuuntaa. Nyt kun termi on avattu, on aika paneutua (&lt;- termi, jolla saa oppilaat hihittelemään) niihin asioihin, jotka tekevät kohtaamisesta hyvää sekä laadukasta. Tällä kierroksella osallistujat voivat edelleen sanoa oman nimensä (tarpeen mukaan) ja sen jälkeen kertoa, mistä asioista heidän mielestään hyvä kohtaaminen muodostuu. Tätä kysymystä helpottavana apukysymyksenä voi toimia: "Millä tavalla sinä kohtaat ystäviäsi, miten käyttäydyt heidän kanssaan?". Sinä voit aloittaa jälleen kierroksen tai voit olla myös viimeinen vastaaja—näin oppilaat eivät ainakaan kopioi sinun vastaustasi, vaan he joutuvat miettimään itse. Kun kierros on päättynyt, painota vielä oman asenteen merkittävyyttä. Jos oma asenteesi on kielteinen esimerkiksi tiettyä toimintaa kohtaan, olet päättänyt, ette pidä siitä, niin silloin et myöskään tule pitämään siitä. Pahimmassa tapauksessa voit tartuttaa oman asenteesi myös muihin. Asioiden ennakkoluulon ja avoin kohtaaminen avaavat ovia, kielteisyyks ainoastaan</li> </ul>
--	---

## Elämäntaitoja liikunnan avulla -tuntiformaatti

noin 20 min	<p>pitää ne suljettuina, sillä et anna itsellesi edes mahdollisuutta nauttia käsillä olevasta asiasta. Painota vielä lopuksi kohtaamisen keskittymistä seuraavia harjoitteita tehdessä.</p> <p>Kohtaaminen kohdatessa:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tässä harjoitteessa oppilaat pääsevät kohtaamaan toisiaan ja heidän on keskityttävä kohtamiseen, jotta lopputulema on toivotunlainen. He tulevat kohtaamaan myös tunteita, ajatuksia ja ennakkoluuloja laidasta laitaan. Voit päättää tilanteen mukaan otatko tähän väliin tämän harjoitteen vai Alias-viestin. Jos ryhmä selvästi näyttää nuutuneelta, niin Alias-viesti on varmasti parempi vaihtoehto.</li> <li>- Anna oppilaiden muodostaa itse 4-5 hengen ryhmiä. Tämä harjoite on hyvä aloittaa itselle tuttuun ja hyvien kavereiden kanssa. Myöhemmin, jos aika antaa periksi, voit sekoittaa ryhmiä, jolloin ne kaikki omat parhaat kaverit eivät löydykään omasta ryhmästä. Kun ryhmät ovat valittu, pyydä heitä levittäytymään ympäri salia. Kun jokaisella ryhmällä on riittävästi välimatkaa muihin, pyydä heitä tekemään rinki keskenään.</li> <li>- Harjoite alkaa siten, että ohjaaja sanoo jokaisesta ryhmästä kahden henkilön nimen esimerkiksi Eetu ja Tiina. Tällöin Eetu ja Tiina astelevat ryhmänsä ringin keskelle ja ensimmäisenä nimensä kuullut henkilö eli tässä tapauksessa Eetu esittää jonkin liikkeen, tervehdyksen hyödyntäen kehoaan ja ääntään. Eetu voi tehdä mitä tahansa, kunhan se on toistettavissa (esim. ei voltteja). Eetun tehdessä liikesarjaansa tai tervehdystään, Tiina katsoo hänen suoritustaan edelleen ollessaan ringin keskellä. Kun Eetu on valmis, on Tiinan vuoro kopioida Eetun tervehdys mahdollisimman tarkasti. Kun Tiina on kopioinut Eetun temput, he molemmat palaavat takaisin ringin kehälle. Jos ohjaajia on riittävästi, niin seuraavan parivaljakon nimet tulevat ohjaajalta. Jos taas olet yksin ohjaamassa, niin seuraavat nimet tulevat siltä henkilöltä, jonka nimi sanottiin äsken toisena (kopioija). Tarkoituksena on kierrättää henkilöitä siten, että kaikki pääsevät innovoimaan sekä kopioimaan tervehdyksiä ja liikkeitä eri parin kanssa.</li> <li>- Kun kaikki ovat päässeet estradille ainakin muutaman kerran, on aika reflektoida:</li> <li>- Kysy oppilailta seuraavanlaisia kysymyksiä: Oliko toisten tiimiläisten kohtaaminen hyvää vai oliko siinä jotain kehitettävää? Mitä tunteita kohtasit harjoitteen aikana, miltä tämä harjoite noin ylipäänsä tuntui? Muuttuivatko ennako-oletuksesi harjoitteesta mihinkään suuntaan? Välireflektoinnin ei tarvitse olla pitkä, tarkoituksena on edelleen herätellä oppilaita tarkastelemaan toiminnan takana olevaa elämäntaitoa. Kun ajatustenvaihto hiipuu, on aika jatkaa toimintaa. Tässä vaiheessa voit sekoittaa ryhmiä.</li> </ul>
-------------	--

## Elämäntaitoja liikunnan avulla -tuntiformaatti

noin 30 min	<p>Alias-viesti:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Oppilaat saavat muodostaa itse 4 ryhmää, joissa jokaisessa on 5 oppilasta. Jokainen ryhmä tekee jonon noin 3 metrin etäisyydelle toisistaan vaakasunnassa. Kaikki ovat siis samassa linjassa (salin viivalla) katseiden osoittaessa samaan suuntaan. Aseta yksi tötsä / kartio jokaisen jonon eteen (lähtöviivalle) sekä vie yksi tötsä per jono pidemmälle, noin 15 metrin päähän lähtöviivasta. Aseta jokaisen jonon kauimmaisille tötsille 15 Alias-korttia kuvapuoli alaspäin.</li> <li>- Sinun (ohjaajan) viheltäessä pilliin, jonojen ensimmäiset henkilöt lähtevät haluamallaan tyylillä (juosten, kävellen, kontaten, ryömien, käärypyöriä tehden jne.) kohti noin 15 metrin päässä olevaa tötsää. Kun jokainen oppilas saapuu oman jononsa tötsälle, hän nappaa yhden Alias-kortin ja lähtee tulemaan takaisin kohti omaa jonoaan. Kun kortin haltija tulee jonolleen, hän alkaa selittämään kortissa olevaa sanaa jonon seuraavalle henkilölle. Kaksikon on tarkoituksena saada selitettyä ja arvuttua kortissa oleva sana. Kun jonon ensimmäinen arvaa tiimiläisensä selityksestä sanan oikein, on hänen vuoronsa ampaista matkaan, jolloin selittäjä menee jonon viimeiseksi jättäen kortin maahan tai antaen sen ohjaajalle. Ainoastaan jonon seuraava henkilö saa arvuutella kortissa olevaa sanaa, kaikki muut (tässä tapauksessa 3 henkilöä) jonossa olijat pitävät suunsa supussa elleivät he kannusta tiimiään.</li> <li>- Sanoja selitetään Aliaksen sääntöjen mukaisesti. Jos selitettävänä sanana on "vessapaperi", niin selittäjä EI voi antaa tällaista vihjettä: "Se on paperia, jota käytetään vessassa." Selittäjät EIVÄT saa sanoa yhtäkään (yhdyssana tapauksissa) samaa sanaa, joka lukee kortissa. Jos selitettävänä sanana on "joulupukki", oppilaat EIVÄT voi selittää sanaa seuraavasti: "Sellainen henkilö, joka tulee jouluna." PIIP—joulu mainittu. Selityksenä SAA käyttää seuraavaa: "Tämä on henkilö, jolla on valkoinen parta, punainen asu ja hän jakaa Petterin kanssa lahjoja." Selittäjä ei voi myöskään sanoa kortin sanaa jollekin toisella kielellä.</li> <li>- Jos ohjaajia on riittävästi (joka jonolla yksi), aina ennen selityksen aloittamista selittäjä näyttää korttinsa ohjaajalle. Ohjaaja voi auttaa sanan kanssa painivaa parivaljakkoa tilanteissa, joissa arvaus ei meinaa osua millään oikeaan tai vihjeet alkavat loppumaan—kannattaa tällöin hyödyntää myös muita jonon jäseniä. Jos joku muu tietää vastauksen, ohjaaja voi antaa erityisluvan vastata, mutta vasta tovin ponnisteluiden jälkeen. Tarkoituksena on työstää kohtaamista, ei luovuttaa ensimmäisen arvauksen osuessa väärään.</li> <li>- Kun 15 korttia on käyty kaikissa jonoissa läpi, on aika keskustella:</li> <li>- Oliko toisten tiimiläisten kohtaaminen hyvää vai oliko siinä jotain kehitettävää? Mihin asioihin kiinnitit huomiota selittäessäsi (kohdatessa) sanaa jonon seuraavalle tai kuunnellessasi toisen selitystä—katsekontakti, riittävän lähellä toista, äänensävy, asenne, oma innostuneisuus, halu ymmärtää toista, kuuntelu, keskittyminen jne. Mitä tunteita kohtasit harjoitteen aikana, miltä tämä harjoite noin ylipäänsä tuntui? Muuttuivatko ennako-oletuksesi harjoitteesta mihinkään suuntaan?</li> </ul>
-------------	--

## Elämäntaitoja liikunnan avulla -tuntiformaatti

noin 15 min	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Välireflektion jälkeen on seuraavan kierroksen aika. Aseta uudet, 15 korttia jokaisen jonon tötsälle—voit ottaa pakasta kaikkiin uudet tai vaihdella jonojen kesken pakkoja. Seuraava kierros on pienimuotoinen kilpailu, sillä ensimmäinen oli mukava lämmittelykierros. Leikkimielisen kilpailun aikana suurin osa tulee todennäköisesti juoksemaan—muista sanoa sukista, sillä osa on laittanut ne jo takaisin jalkaan parinkannon jälkeen. Kisakierroksen jälkeen on hyvä puhua siitä, muuttuiko kohtaaminen kilpailutilanteessa. Oliko se yhtä laadukasta kiireessä tehtynä? Keskityttiinkö siihen yhtä lujasti, kuin rauhallisemmalla kierroksella? Miten kohtaamisen laadun (mahdollinen) muuttuminen vaikutti yhteiseen tekemiseen—miltä se muutos tuntui?</li> </ul> <p>Loppurefleksointi (LoppuPupi):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Asetutaan jälleen puhepiiriin.</li> <li>- Pupin kulku:</li> <li>- Ensimmäinen kierros: Mikä on sinun mielestäsi tärkein asia (hyvässä) kohtaamisessa? Muista pyytää edes lyhyt perustelu jokaisen valinnalle.</li> <li>- Toinen kierros: Minkä arvosanan, asteikolla 0-10, antaisit omalle asenteellesi tämän tunnin aikana? 0=todella negatiivinen asenne, kaikki on tyhmää ja tylsää, ei jaksa ei kiinnosta / 10=todella positiivinen asenne, ennakkoluuloton, innokas kokeilemaan.</li> <li>- Vapaasana (ei tarvitse kertoa vuorotellen): Oliko teillä mukavaa tällä tunnilla?</li> <li>- Palaute ryhmälle tunnin toiminnasta (hampurilaismalli) ja hyvien päivän jatkojen toivottaminen.</li> </ul>
-------------	---

**Tämä tiedote koskee Teidän lastanne:**

Tämä on Suostumuslomake Lähiökoutsien tutkimusta varten

Hei huoltajat!

Tässä Tuomas Lähiökoutsi-hankkeesta. Me Lähiökoutsit teemme tutkimusta Lähiökoutsi-toiminnastamme. Haluamme selvittää, mitä mieltä lapsenne ovat Elämäntaitoja liikunnan avulla -oppitunneistamme. Oppitunneillamme opetellaan liikunnan kautta tärkeitä elämäntaitoja kuten kunnioitusta ja arvostusta, yrittämistä, yhteistyötä, kommunikointia ja kohtaamista sekä rauhallista ongelmien ratkaisemista.

Me Lähiökoutsit olemme ohjanneet Elämäntaitoja liikunnan avulla -tunteja Koillis-Helsingin alueen kouluissa syyskuusta 2019 lähtien. Työskentelemme Malmin peruskoulussa niin Talvelan kuin Pohjolankin toimipisteissä, Jakomäen peruskoulussa, Suutarinkylän peruskoulussa, Töyrynummen ala-asteella, Puistolankoulussa sekä Pukinmäenkaaren peruskoulussa.

Sähköinen kyselymme on tarkoitettu kaikille niille oppilaille, jotka ovat olleet oppitunneillamme. Kyselyyn vastaaminen tullaan suorittamaan Elämäntaitoja liikunnan avulla -tuntien aikana. **Kyselyyn vastaaminen on täysin vapaaehtoista.**

Sähköinen kyselymme sisältää yhdeksän lyhyttä kysymystä. Emme kysy kyselyssämme oppilailta henkilökohtaisia tietoja kuten ikää, nimeä taikka sukupuolta, vaan kyselymme keskittyy ainoastaan toimintaamme. Emme siis tule koskaan tietämään oppilaiden henkilökohtaisia vastauksia. Koska asiakasryhmämme muodostuu alle 16-vuotiaista nuorista, tarvitsemme Teidän, huoltajien, suostumuksen kyselyyn osallistumisesta. Te huoltajat lähetätte suostumuksenne (Kyllä/Ei) minulle (Tuomas Mikkola) alla olevan ohjeistuksen mukaan. Vaikka suostumuksessanne annatte lastenne tietoja, NIIN NÄMÄ KYSYTYT TIEDOT EIVÄT TULE KOSKAAN NÄKYMÄÄN JULKAISTUSSA TUTKIMUKSESSAMME. Tarvitsemme näitä tietoja, jotta tiedämme ketkä oppilaat saavat vastata kyselyymme.

Jos lapsenne SAA osallistua kyselyymme, niin lähettäkää minulle (Tuomas Mikkola, Lähiökoutsi-toiminnan vastaava ohjaaja) seuraavanlainen sähköpostiviesti: ”Lapseni (lapsen etu- ja sukunimi, koulu sekä luokka) saa osallistua kyselyynne.”

Jos ETTE halua lapsenne osallistuvan kyselyymme, lähettäkää minulle seuraavanlainen sähköpostiviesti: ”Lapseni (etu- ja sukunimi, koulu sekä luokka) ei saa osallistua kyselyynne.” Lähettäkää vastauksenne tähän sähköpostiosoitteeseen: [tuomas.mikkola@student.laurea.fi](mailto:tuomas.mikkola@student.laurea.fi).

Tarkoituksenamme on saada mahdollisimman luotettava kokonaiskuva tutkimastamme toiminnasta, jotta hankkeestamme syntyisi pysyvä työskentelymuoto. Tämän vuoksi toivommekin mahdollisimman paljon vastauksia. Oppilaat ovat pitäneet toiminnastamme todella paljon ja pyrimmekin osoittamaan tutkimuksellamme Elämäntaitoja liikunnan avulla -oppituntien merkittävyyden. Kysykää rohkeasti lastenne mielipiteitä Lähiökoutsi-toiminnasta.

Jos teillä on kysyttävää tutkimuksestamme tai kyselymme kysymyksistämme, olkaa rohkeasti yhteydessä joko minuun (Tuomas Mikkola) tai hankkeemme esimiehiin Mishel Odehiin tai Tuomas Vaskisalmeen. Yhteystiedot löytyvät alhaalta.

Vastaava ohjaaja, mentori Tuomas Mikkola 0440 183 097 [tuomas.mikkola@student.laurea.fi](mailto:tuomas.mikkola@student.laurea.fi)

Vastaava ohjaaja, mentori Mishel Odeh [mishel.odeh@hnmky.fi](mailto:mishel.odeh@hnmky.fi)

Hankkeen johtaja Tuomas Vaskisalmi [tuomasveturi1@gmail.com](mailto:tuomasveturi1@gmail.com)

**Tämä tiedote koskee Teidän lastanne:**

Tämä on Suostumuslomake ~~Lähiökoutsien~~ tutkimusta varten

Hei huoltajat!

Tässä Tuomas ~~Lähiökoutsin~~ hankkeesta. Me ~~Lähiökoutsit~~ teemme tutkimusta ~~Lähiökoutsin~~ toiminnastamme. Haluamme selvittää, mitä mieltä lapsenne ovat Elämäntaitoja liikunnan avulla -oppitunneistamme. Oppitunneillamme opetellaan liikunnan kautta tärkeitä elämäntaitoja kuten kunnioitusta ja arvostusta, yrittämistä, yhteistyötä, kommunikointia ja kohtaamista sekä rauhallista ongelmien ratkaisemista.

Me ~~Lähiökoutsit~~ olemme ohjanneet Elämäntaitoja liikunnan avulla -tunteja Koillis-Helsingin alueen kouluissa syyskuusta 2019 lähtien. Työskentelemme Malmin peruskoulussa niin Talvelan kuin Pohjolankin toimipisteissä, Jakomäen peruskoulussa, Suutarinkylän peruskoulussa, Töyrynummen ala-asteella, Puistolankoulussa sekä Pukinmäenkaaren peruskoulussa.

Sähköinen kyselymme on tarkoitettu kaikille niille oppilaille, jotka ovat olleet oppitunneillamme. Kyselyyn vastaaminen tullaan suorittamaan Elämäntaitoja liikunnan avulla -tuntien aikana. **Kyselyyn vastaaminen on täysin vapaaehtoista.**

Sähköinen kyselymme sisältää yhdeksän lyhyttä kysymystä. Emme kysy kyselyssämme oppilailta henkilökohtaisia tietoja kuten ikää, nimeä taikka sukupuolta, vaan kyselymme keskittyy ainoastaan toimintaamme. Emme siis tule koskaan tietämään oppilaiden henkilökohtaisia vastauksia. Koska asiakasryhmämme muodostuu alle 16-vuotiaista nuorista, tarvitsemme Teidän, huoltajien, suostumuksen kyselyyn osallistumisesta. Te huoltajat annatte suostumuksenne (Kyllä/Ei) minulle (Tuomas Mikkola) alla olevan ohjeistuksen mukaan. Vaikka suostumuksessanne annatte lastenne tietoja, NIIN NÄMÄ KYSYTYT TIEDOT EIVÄT TULE KOSKAAN NÄKYMÄÄN JULKAISTUSSA TUTKIMUKSESSAMME. Tarvitsemme näitä tietoja, jotta tiedämme ketkä oppilaat saavat vastata kyselymme.

Jos lapsenne SAA osallistua tutkimukseemme, täyttäkää tämän lomakkeen lopussa olevat kohdat ja antakaa lomake takaisin lapsellenne. Lapsenne palauttaa lomakkeen opettajalleen, jolta lupalaput siirtyvät edelleen minulle. Kun lapsenne luokka on vastannut kyselymme, minä tuhoan lupalaput. Näin varmistamme kyselyyn vastaavien oppilaiden henkilöllisyyden salassa pysymisen.

Jos ETTE halua lapsenne osallistuvan kyselymme, älkää täyttäkö tätä lomaketta.

Tarkoituksenamme on saada mahdollisimman luotettava kokonaiskuva tutkimastamme toiminnasta, jotta hankkeestamme syntyisi pysyvä työskentelymuoto. Tämän vuoksi toivommekin mahdollisimman paljon vastauksia. Oppilaat ovat pitäneet toiminnastamme todella paljon ja pyrimmekin osoittamaan tutkimuksellamme Elämäntaitoja liikunnan avulla -oppituntien merkittävyyden. Kysykää rohkeasti lastenne mielipiteitä ~~Lähiökoutsin~~ toiminnasta.

**Alla olevat kohdat pitää täyttää, jotta lapsenne voi osallistua tutkimukseemme:**

Lapsen nimi:

Koulun nimi ja luokkatunnus:

Huoltajan allekirjoitus:

Huoltajan nimenselvennys:

Jos teillä on kysyttävää tutkimuksestamme tai kyselymme kysymyksistämme, olkaa rohkeasti yhteydessä joko minuun (Tuomas Mikkola) tai hankkeemme esimiehiin ~~Mishel Odehin~~ tai Tuomas Vaskisalmeen. Yhteydet löytyvät alhaalta.

Vastaava ohjaaja, mentori Tuomas Mikkola 0440 183 097 [tuomas.mikkola@student.laurea.fi](mailto:tuomas.mikkola@student.laurea.fi)

Vastaava ohjaaja, mentori ~~Mishel Odeh~~ [mishel.odeh@hnmky.fi](mailto:mishel.odeh@hnmky.fi)

Hankkeen johtaja Tuomas Vaskisalmi [tuomasveturi1@gmail.com](mailto:tuomasveturi1@gmail.com)

# LÄHIÖKOUTSIEN Elämäntaitoja liikunnan avulla -kysely

draft versio 1.0

\* Required

1. Onko sinulla ollut kivaa Lähiökoutsien ohjaamalla Elämäntaitoja liikunnan avulla -oppitunneilla? \*

- Ei ole ollut koskaan kivaa
- En osaa sanoa
- On ollut harvoin kivaa
- On ollut usein kivaa
- On ollut aina kivaa

2. Miksi sinulla on tai ei ole ollut kivaa Elämäntaitoja liikunnan avulla -oppitunneilla? \*

2/26/2021

---

Liite 4 Oppilaiden kysely

---

3. Mitä olet oppinut Elämäntaitoja liikunnan avulla -oppituntien aikana? \*

4. Onko asenteesi liikuntaa kohtaan muuttunut Elämäntaitoja liikunnan avulla -oppituntien ansiosta? \*

- Asenteeni liikuntaa kohtaan on huonontunut paljon
- Asenteeni liikuntaa kohtaan on huonontunut vähän
- Asenteeni liikuntaa kohtaan ei ole muuttunut
- Asenteeni liikuntaa kohtaan on parantunut vähän
- Asenteeni liikuntaa kohtaan on parantunut paljon

5. Miten asenteesi on muuttunut liikuntaa kohtaan? \*

6. Onko tunneilla opetetut elämäntaidot näkyneet arjessasi? \*

- Ei ole näkynyt ollenkaan
- En osaa sanoa
- On näkynyt harvoin
- On näkynyt usein
- On näkynyt vahvasti

7. Miten elämäntaidot on näkyneet arjessasi? \*

*Kerro erilaisin esimerkein, miten elämäntaidot ovat näkyneet arjessasi.*

8. Ketkä hyötyisivät elämäntaitojen opettelemisesta? \*

9. Missä näistä osioista olet oppinut parhaiten elämäntaidoista? \*

- Joukkuepelit
- Leikit ja tehtävät
- Yhteiset keskustelut

# LÄHIÖKOUTSIEN Elämäntaitoja liikunnan avulla- kysely, opettajat

1. Koetko, että ELA-oppitunnit ovat hyödyllisiä koulumaailmassa?

- Kyllä
- En
- En tiedä

2. Miksi ELA-oppitunnit ovat tai eivät ole hyödyllisiä koulumaailmassa?

3. Koetko ulkopuolisen toimijan roolin olleen positiivinen asia elämäntaitoja opetettaessa?

- Kyllä
- En
- En tiedä

4. Miksi ulkopuolisen toimijan rooli on ollut positiivinen tai negatiivinen asia elämäntaitoja opetettaessa?

2/26/2021

---

Liite 5 Opettajien kysely

5. Voisitko hyödyntää ELA-oppitunneilla käytettyä menetelmää omassa työympäristössäsi / työnkuvassasi?

- Kyllä
- En
- En tiedä

6. Kuinka hyödyntäisit ELA-oppitunneilla käytettyä menetelmää omassa työympäristössäsi / työnkuvassasi?

7. Onko tunneilla opetetut taidot näkyneet oppilaiden käyttäytymisessä ELA-toiminnan ulkopuolella?

- Kyllä
- Ei
- En tiedä

8. Miten tunneilla opetetut taidot ovat tai eivät ole näkyneet ELA-toiminnan ulkopuolella?

---

This content is neither created nor endorsed by Microsoft. The data you submit will be sent to the form owner.

 Microsoft Forms

2/26/2021