

# TAMPEREEN YLIOPISTO

## **Jokaisella on oikeus koululiikuntaan**

**Laadullinen tutkimus Tampereen yliopiston Hämeenlinnan Normaalikoulun liikuntaa  
opettavien opettajien ajatuksista soveltavasta liikunnanopetuksesta ja heidän kokemuksiaan  
tiedon- ja tuenhankinnasta soveltavaan liikunnanopetukseen**

Kasvatustieteiden tiedekunta  
Opettajankoulutuslaitos, Hämeenlinna  
Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma  
Janika Rikkonen  
Maija Vehmas  
Kevät 2007

Tampereen yliopisto

Kasvatustieteiden tiedekunta

Opettajankoulutuslaitos, Hämeenlinna

Janika Rikkinen ja Maija Vehmas: Jokaisella on oikeus koululiikuntaan

Laadullinen tutkimus Tampereen yliopiston Hämeenlinnan Normaalikoulun liikuntaa opettavien opettajien ajatuksista soveltavasta liikunnanopetuksesta ja heidän kokemuksiaan tiedon- ja tuenhankinnasta soveltavaan liikunnanopetukseen

Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma, 70 sivua, 7 liitesivua

Maaliskuu 2007

---

Tutkimuksen tarkoituksena oli saada tietoa Hämeenlinnan Normaalikoulun liikuntaa opettavien opettajien käsityksistä soveltavasta liikunnasta ja siitä, kuinka he ovat saaneet tietoa ja apua soveltavan liikunnanopettamisen järjestämiseen. Tutkimuksen tarkoituksena ei ollut saada mittavia tuloksia soveltavan liikunnan tilasta, vaan yksittäisten opettajien kokemuksista ja ajatuksista yksilöllisyyden huomioimisesta liikuntatunneilla ja heidän kokemuksista tiedon ja tuen tarpeesta omassa liikunnanopetuksessa. Ajatus soveltavaa liikuntaa koskevaa pro gradu -tutkielmaa kohtaan heräsi inklusio ideologian tuomien haasteiden ajankohtaisuuden myötä.

Tutkimuksessa käytettiin kvalitatiivista tutkimusmenetelmää, koska tutkimuksen tarkoitus oli saada tietoa yksittäisten opettajien ajatuksista ja kokemuksista. Opettajilta saatua tietoa pyrittiin käsittelemään ymmärtäen ja tulkiten, koska tutkimuksen taustalla vaikutti fenomenologis-hermeneuttinen tieto- ja ihmiskäsitys. Tutkimuksen aineisto kerättiin puolistrukturoidulla teemahaastattelulla, joka koostui kuudesta avoimesta kysymyksestä. Saatu aineisto analysoitiin käyttämällä aineistolähtöistä sisällönanalyysia.

Analyysissa luokittelun avulla saatiin tutkimuksen tulokseksi kolme teoreettista käsitettä, jotka ovat yksilöllisyys, yksilöllisten liikunnan tavoitteiden kirjaaminen oppilaan henkilökohtaisen opetuksen järjestämistä koskevaan suunnitelmaan ja autonomisuus. Yksilöllisyydellä tarkoitettiin oppilaiden yksilöllistä huomioimista liikuntatunnilla. Tulokseksi saatiin, että oppilaiden yksilölliset tarpeet ja taidot otettiin huomioon käyttämällä erilaisia menetelmiä, tukitoimia ja apuvälineitä liikuntatunnilla. Tutkimuksen mukaan yksilöllisten tavoitteiden kirjaaminen oppilaan HOJKS:iin oli melko vähäistä ja usein siihen kirjaamisen pois jättäminen oli oppilaan vanhempien toive. Autonomisuudella tarkoitettiin opettajan itsenäistä tiedonhankintaa ja itsenäistä toimimista työssään liikunnanopettajana. Tulokseksi saatiin, että opettajat luottivat vahvasti omaan ammattitaitoonsa tiedonhankkijana ja oppilaiden tuntemuksessa.

Tutkimustulosten perusteella voitiin todeta, että soveltava liikunnanopetus on arkipäivää perusopetuksen liikuntatunnilla. Tämä näkyi oppilaan eriyttämisenä ja mahdollisten tukitoimien käyttönä. Soveltava liikunnanopetus tuki laadukkaan ja inklusiivisen liikunnanopetuksen järjestämistä.

Avainsanat: soveltava liikunta, inklusio, yksilöllisyys, HOJKS, autonomisuus

# SISÄLLYS

<b>1</b>	<b>JOHDANTO.....</b>	<b>4</b>
<b>2</b>	<b>TUTKIMUKSEN PERUSTEET.....</b>	<b>6</b>
2.1	METODOLOGISET PERUSTEET .....	6
2.2	KVALITATIIVINEN TUTKIMUSOTE .....	8
<b>3</b>	<b>TEOREETTINEN VIITEKEHYS.....</b>	<b>9</b>
3.1	INKLUUSIO LIKUNNASSA .....	9
3.2	SOVELTAVA LIKUNTAKASVATUS .....	11
3.3	SOVELTAVA LIKUNNANOPETUS .....	13
3.3.1	<i>Soveltavan liikunnan tavoitteet .....</i>	<i>14</i>
3.3.2	<i>Soveltavan liikunnan toteutus.....</i>	<i>16</i>
3.4	SOVELTAVAN LIKUNNAN MALLI .....	19
3.4.1	<i>Lähtötilanteen arviointi .....</i>	<i>21</i>
3.4.2	<i>Opetuksen suunnittelu ja toteutus.....</i>	<i>25</i>
3.4.3	<i>Opetuksen arviointi ja kehittäminen.....</i>	<i>28</i>
3.5	HÄMEENLINNAN NORMAALIKOULUN TUKITOIMET OPPILAAN TUEKSI .....	29
3.6	OPETTAJAN TIEDON HANKINTA .....	30
3.6.1	<i>Opettajan ammattitaito.....</i>	<i>30</i>
3.6.2	<i>Yhteistyö .....</i>	<i>31</i>
3.6.3	<i>Täydennyskoulutus .....</i>	<i>31</i>
3.6.4	<i>Internet ja kirjallisuus .....</i>	<i>32</i>
<b>4</b>	<b>TUTKIMUKSEN VAIHEET.....</b>	<b>35</b>
4.1	TUTKIMUSTEHTÄVÄT .....	35
4.2	TUTKIMUSKOHDDE .....	36
4.3	AINEISTON KERUU .....	36
4.4	AINEISTON ANALYYSI .....	40
4.4.1	<i>Analyysin eteneminen .....</i>	<i>42</i>
<b>5</b>	<b>TUTKIMUKSET TULOKSET.....</b>	<b>56</b>
<b>6</b>	<b>TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS.....</b>	<b>60</b>
<b>7</b>	<b>POHDINTAA.....</b>	<b>63</b>
	<b>LÄHTEET.....</b>	<b>67</b>
	<b>LIITE</b>	

# 1 JOHDANTO

Inklusio on erittäin ajankohtainen aihe suomalaisessa koulutusjärjestelmässä. Koulun tarkoitus on muokkautua oppilaalle sopivaksi ja tarjota oppilaille heidän kykyjensä ja tarpeidensa mukaista opetusta ja tukea. Sen avulla pyritään takaamaan kaikkien oppilaiden tasavertainen mahdollisuus käydä koulua. Inklusio -periaatteen avulla voidaan antaa jokaiselle oppilaalle mahdollisuus elinikäiseen oppimiseen ja kouluttautumiseen. Tarkoituksena on luoda tasa-arvoinen yhteiskunta, mikä pyrkii estämään syrjäytymistä ja leimautumista. Inklusio on tämän tutkimuksen perustana, koska näemme inklusion olevan vahva taustatekijä soveltavan liikunnan toteutumisessa. Soveltava liikunta lähtee siitä ideologiasta, että jokainen oppilas on yksilöllinen ja hänen tarpeet ja kyvyt tulee ottaa huomioon yksilöllisesti. Soveltava liikunnanopetus mahdollistaa jokaisen oppilaan osallistumisen liikuntatunnille, mikä toteuttaa inklusio-ajatusta.

Tulevina liikuntaa opettavina opettajina olemme kiinnostuneita tutkimaan niitä keinoja ja mahdollisuuksia, joilla erityistä tukea tarvitsevat oppilaat otetaan huomioon liikuntatunnilla. Näemme erittäin tärkeänä tutkimuskohteena myös sen, millaista apua opettajat saavat soveltavan liikunnanopetuksen toteuttamiseen. Näihin kysymyksiin pyrimme saamaan vastauksia tekemällä lomakehaastattelun liikuntaa opettaville opettajille. Haastattelun tarkoituksena on selvittää, millaisia keinoja ja tapoja opettajilla on ottaa huomioon erityistä tukea tarvitsevat oppilaat liikuntatunnilla ja kuinka opettajat pitävät omaa ammattitaitoaan ajan tasalla liikunnanopetuksessa haasteiden lisääntyessä. Tutkimuksen teoreettisessa viitekehyksessä esittelemme inklusio -ideologiaa liikunnassa ja soveltavaa liikunnanopetusta ja sen tuomia mahdollisuuksia ja ratkaisuja peruskoulun liikuntatunnilla, sekä opettajan keinoja pitää ammattitaitoaan yllä jatkuvasti muuttuvalla liikunnanopetuksen kentällä.

Soveltavan liikunnan yhdistys SoveLi ry järjesti vuonna 2006 soveltavaa liikuntaa koskevan teemavuoden. Tämän tarkoituksena oli tuoda soveltavaa liikuntaa tutuksi ja edistää soveltavan liikunnan järjestämistä sekä paikallisesti että valtakunnallisesti. Teemavuosi innosti meitä perehtymään soveltavaan liikuntaan tarkemmin, ja tästä lähti ajatus soveltavaa liikuntaa koskevan pro gradu -tutkielman teosta.

Liikunnalla on todettu olevan positiivisia vaikutuksia ihmisen elämään. Liikunta antaa mahdollisuuden kehittyä ihmisenä, saada onnistumisen kokemuksia, luoda sosiaalisia suhteita ja aloittaa elinikäisen harrastuksen. Nämä liikunnan tarjoamat mahdollisuudet tulee taata jokaiselle oppilaalle, vaikka heillä olisi erityisen tuen tarvetta. Erityistä tukea tarvitsevien oppilaiden tasavertainen huomioiminen liikuntatunnilla on tärkeää inklusion toteutumisen kannalta.

– Jokaisella on oikeus liikuntaan!

# 2 TUTKIMUKSEN PERUSTEET

## 2.1 *Metodologiset perusteet*

Tutkimuksen perustana on filosofisia kysymyksiä, jotka ovat ihmiskäsitys eli millainen ihminen on tutkimuskohteena, ja tiedonkäsitys eli millaista tieto on luonteeltaan ja miten tietoa voidaan hankkia (Aaltola 2001, 26). Tutkimuksen käsitys ihmisyydestä ja tiedosta on fenomenologis-hermeneuttinen. Fenomenologisessa ja hermeneuttisessa ihmiskäsityksessä tutkimuksen tekemisen kannalta tärkeitä käsitteitä ovat kokemus, merkitys ja yhteisöllisyys. Tiedonkäsityksessä keskeisiä käsitteitä ovat ymmärtäminen ja tulkinta (Aaltola 2001, 26.) Tutkimuksen tehtävä on saada tietoa ihmismielen prosesseista ja merkityksistä, jotka vaikuttavat ihmisen tekoihin (Syrjälä 1994, 77). Ihmisen saama kaikki tieto perustuu kokemukseen, jonka avulla ihminen tavoittaa ymmärryksen ja todellisen maailman (Grönfors 1982, 21). Ihmisen suhde maailmaan on kokemuksellisuus, joten fenomenologian mukaan ihmisen suhde maailmaan on intentionaalinen. Tällä tarkoitetaan, että kaikki merkitsee meille jotakin. Merkitykset eivät ole ihmisessä kuitenkaan synnynnäisesti, vaan ne syntyvät yhteisössä, johon jokainen sosiaalistetaan. Fenomenologisen tutkimuksen kohteena on tarkoitus ymmärtää merkityksiä, jotka muotoutuvat kokemusten pohjalta. Tärkeää on ymmärtää ja selittää, millaisten merkitysten pohjalta ihminen toimii (Aaltola 2001, 27-28).

Hermeneuttinen käsitys tarkoittaa karkeasti teoriaa tulkinnasta ja ymmärtämisestä. Tutkimus kohdistuu usein ihmisten väliseen vuorovaikutukseen, joten ilmaisujen ymmärtäminen ja tulkinta on merkitysten ymmärtämisen kannalta erittäin tärkeää (Aaltola 2001, 29). Ihminen uudistaa ja jäsentää jatkuvasti tietoa, joka rakentuu käsityksistä. Käsitykset muodostuvat yksilön kokemusten ja sosiaalisen verkoston kautta. Jokainen kokee tiedon omalla tavallaan ja ne voivat poiketa toisistaan. Hermeneuttinen tiedonkäsitys huomioi ihmisen yksilöllisyyden ottaen huomioon yksilön kyvyn tulkita todellisuutta ja antaa merkityksiä. Hermeneuttisen tietokäsityksen mukaan tietoa on vasta se, minkä yksilö on itse rakentanut ja ymmärtänyt. Tietoa on myös itse pystyttävä perustelemaan ja kehittämään eteenpäin (Yrjönsuuri 2003, 113-114).

Tietoa, jota tutkija saa, ei voida erottaa tiedon tuottajasta, koska tieto on inhimillistä, subjektiivista ja arvosidonnaista. Tieto on yhteydessä ihmisen sosiaaliseen kulttuuriin ja elämään ja se on perustana luodessa uusia sosiaalisia ja kulttuurisia muotoja. Joka tapauksessa tieto itsessään on rajallista ja se on rajoittunutta ennustamaan tulevaa, koska elämä on odottamatonta ja ennalta ennustamatonta (Syrjälä 1994, 77). Tiedon subjektiivinen luonne tarkoittaa sitä, että tiedolla nähdään olevan useita todellisuuksia, eikä vain yhtä ainoaa totuutta. Tieto on kokonaisvaltaista, huonosti siirrettävää ja arvosidonnaista. Tutkijan tarkoituksena on selvittää tutkittavan subjektiiviseen maailmankuvaan sisältyviä merkityksiä, eli miten tutkittava tulkitsee itseään ja ympäristöään. (Lehtinen 2001.)

Fenomenologis-hermeneuttinen lähestymistapa on tämän tutkimuksen taustalla tukemassa tapaa, jolla ymmärretään ja tulkitaan ihmistä ja tietoa. Tutkimuksen päätehtävänä on saada vastauksia siihen, kuinka Normaalikoulun liikuntaa opettavat opettajat toteuttavat soveltavaa liikuntaa erityistä tukea tarvitsevien oppilaiden kohdalla. Tarkoituksena on lisäksi saada tietoa heidän käyttämistään menetelmistä, apukeinoista ja tavoitteista. Tutkimuksen toisena tehtävänä on tarkastella opettajien kokemuksia tuen ja tiedon saannista soveltavaan liikunnanopetukseen.

Aaltolan (2001, 26) mukaan fenomenologis-hermeneuttisessa ihmiskäsityksessä tutkimuksen tekemisen keskeisiä käsitteitä ovat kokemus, merkitys ja yhteisöllisyys. Tässä tutkimuksessa edellä olevat käsitteet ovat merkittävässä asemassa, koska tutkimuksen lähtökohtana on ymmärtää ja tulkita opettajia heidän omien kokemusmaailmaansa kautta ja ymmärtää, että yhteisöllisyydellä on vaikutusta yksilön kokemusmaailmaan.

Yrjönsuuren (2003, 113-114) ja Aaltolan (2001, 29) mukaan hermeneuttinen tietokäsitys tarkoittaa yksilön kykyä tulkita ja ymmärtää. Tässä tutkimuksessa tarkoitus on ymmärtää opettajien tapaa tulkita ja ymmärtää soveltavan liikunnan merkitystä. Opettajien vastauksia on tarkasteltu siitä näkökulmasta, että jokainen tarkastelee ympäristöään omalla tavallaan ja ei ole olemassa yhtä ainoata totuutta, vaan jokainen tulkitsee ja antaa oman merkityksensä asioille.

## 2.2 *Kvalitatiivinen tutkimusote*

Laadullisessa tutkimusotteessa tiedonkäsitys on lähtöisin fenomenologiasta ja hermeneutiikasta. Se perustuu tutkinnalliseen tiedonintressiin. Kvalitatiivisen tutkimuksen tavoitteena on ymmärtää ihmisen toimintaa ja löytää ilmiöiden yhteisiä merkityksiä. Kun selitetään ihmisen toimintaa, pyritään ymmärtämään toiminnan motiivit, intentiot ja taustalla vaikuttavat syyt. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa ei tavoitella ensisijaisesti syy-suhteiden selvittämistä, vaan teleologisia selityksiä eli käsityksiä, joiden mukaan tapahtumien kulku on tiettyjen päämäärien ja tarkoitusten ohjaamaa. (Lehtinen 2001.)

Kvalitatiivinen tutkimus pyrkii selvittämään merkityksiä, jotka rakentuvat ihmisen toiminnasta. Yksilöllisen ilmiön merkityksen tutkimus, viimeistely ja systematisointi ovat tyypillisiä piirteitä kvalitatiiviselle tutkimukselle. Kvalitatiivisella tutkimuksella pyritään selvittämään tietyn tarkkaan määritellyn ongelman merkitystä. (Banister 1994, 3.) Kvalitatiivisessa tutkimuksessa todellisuuden katsotaan rakentuvan merkitysrakenteista, joita tulkitaan. Todellisuus on kaikille sama, mutta sitä koskevan tiedon katsotaan olevan subjektiivista eli jokainen ihminen rakentaa oman kuvan todellisuudesta käyttäen käsitejärjestelmiään, tunteitaan, kokemuksiaan ja arvojaan. Tieto on siis relativistista ja subjektiivista. (Lehtinen 2001.)

Laadullisen tutkimusotteen luonteelle on ominaista kontekstuaalisuuden huomioonottaminen tulkinnassa, eli tutkittavalla on aina yhteys johonkin asiayhteyteen. Tutkimusote korostaa kokonaisuuden merkitystä tutkittaessa ilmiötä. Tavoitteena on kuvata ilmiöiden laatua ja jokaista tutkimuskohdetta tarkastellaan suhteessa kokonaisuuteen ja kokonaisuuden osana. (Lehtinen 2001.)

Tämän tutkimuksen fenomenologis-hermeneuttinen ihmis- ja tietokäsitys perustelevat jo osaltaan kvalitatiivisen tutkimusmenetelmän valintaa. Banisterin (1994, 3) mukaan kvalitatiivinen tutkimus pyrkii selvittämään merkityksiä, jotka perustuvat ihmisen toimintaan. Tämän tutkimuksen taustalta löytyvät nämä samat vaikuttavat tekijät. Tarkoitus on ymmärtää opettajien antamia merkityksiä soveltavalle liikunnalle. Lehtisen (2001) mukaan kvalitatiivinen tutkimus ottaa huomioon yksilön tunteet, kokemukset ja arvot. Tässä tutkimuksessa ymmärretään tunteiden, kokemusten ja arvojen vaikutus opettajien vastauksissa.



# 3 TEOREETTINEN VIITEKEHYS

## 3.1 *Inkluusio liikunnassa*

Inkluusio ajatus kasvatuksessa on lähtenyt liikkeelle jo 1980-luvulla nimellä ”Inklusiivinen kasvatust” (Inclusive Education) (Ladonlahti, Naukkarinen & Vehmas 2001, 140). Sen perusajatuksiin kuuluu seuraavia ajatuksia; kaikki yksilöt ovat erilaisia, kaikki voivat oppia, kaikki kuuluvat yhteisöön ja kaikilla on oma tärkeä rooli, yhteisöt luovat erilaisuutta, joka on arvostettua. Myös seuraavat asiat kuuluvat inklusiivisen lähestymistavan ymmärtämiseen; koulutuksen avulla voidaan muuttaa yhteisöjä ja tätä kautta luoda uusia inklusiivisia yhteisöjä ja jopa yhteiskuntia, arvot ja uskomukset voivat muuttua kokemusten ja toimintatapojen myötä, inklusiivisen lähestymistavan toteutumiseksi on poistettava esteet, jotka tulevat tai ovat edessä. (Väyrynen 2001, 19.) Inklusio -periaatteen tavoitteita ovat puolestaan seuraavat asiat; ihmisoikeuksien kehittäminen, sosiaalinen tasa-arvo ja oikeudenmukaisuus, sosiaalisten suhteiden edistäminen ja positiivisten asenteiden lisääminen, yhteisön jäsenien kasvattaminen sellaisiksi jäseniksi, jotka ovat aktiivisia ja tuntevat kuuluvansa yksilönä yhteiskunnan jäseneksi. (Väyrynen 2001, 19.)

Inkluusio tarkoittaa koulutusjärjestelmässä sitä, että jokainen oppilas on oikeutettu käymään oppivelvollisuuden alusta asti omaa lähikouluun, jossa hänen on saatava tarpeidensa ja edellytystensä mukaista yksilöllistä opetusta (Ikonen, Juvonen & Ojala 2002, 42). Peruseriaate on, että kaikki ovat samassa koulussa. Tähän viittaa jo inklusio sananakin, joka tarkoittaa sisällymistä ja kuulumista mukaan. Opetuksen tulee olla järjestetty ja organisoitu kaikille sopivaksi ja kaikki tulee ottaa mukaan koulun kaikkiin toimintoihin. (Murto 1999, 6.) Juuri tämä kuuluminen mukaan periaate on erittäin tärkeä oppilaiden ja myös henkilökunnan kannalta. Tämän kautta he voivat tuntea olevansa tärkeitä ja osa koulu yhteisöä, jossa jokaisella on oma tärkeä rooli yhteisön jäsenenä. (Väyrynen 2001, 20.)

Murto (1999, 6) ja Väyrynen (2001, 20) pitävät tärkeänä, että jokaisella on oikeus saada omalle taitotasolleen sopivaa opetusta ja jokainen on osa jotakin suurempaa yhteisöä. Rintala (1997) ja Heikinaro-Johansson (2004) pitävät tärkeänä näitä samoja periaatteita puhuessaan soveltavan

liikunnan järjestämisestä. Koulun ja ympäristön tulee mukautua oppilaiden tarpeisiin ja huomioida jokainen yksilönä. Heikinaro-Johanssonin (2004, 15) mukaan soveltava liikunta on inklusiivisin tapa toteuttaa liikuntaa. Tässä tutkimuksessa pyritään selvittämään, miten inklusio -ajatus toteutuu liikuntatunneilla soveltavan liikunnan muodossa.

Inklusio aiheuttaa ja vaatii muutoksia kouluyhteisössä ja koulutuspolitiikassa. Inklusio ei ainoastaan vaan tapahdu muuttamalla ja laatimalla määräyksiä ja suosituksia, vaan se on kokonaisvaltainen muutosprosessi koko koulutuksen alalla. Tämä tarkoittaa sitä, että oppilaan ei tule olla sopiva kouluun, vaan koulun ja koulutusjärjestelmän tulee olla sopiva oppilaalle ja hänen tarpeilleen. (Väyrynen 2001, 17.)

Jenny Corbett esittää teoksessaan *Supporting Inclusive Education* (2001) mielenkiintoisen ajatuksen; ”not a dump and hope model” (Corbett 2001, 13). Tällä ajatuksella tarkoitetaan sitä, että inklusion toteutuminen vaatii paljon enemmän kuin yhteisen koulun. Ei voida ajatella, että inklusio tapahtuisi itsestään ilman tukitoimia, ei voida vain toivoa, että kaikki sujuu hyvin, kun ollaan konkreettisesti samassa koulussa. Corbett esittää, että inklusion toteutuminen tarkoittaa sitä, että koulut tarjoavat kaikille oppilaille laadukasta ja tarpeenmukaista opetusta sekä tukipalveluja. (Corbett 2001, 13-14.) Tämän tutkimuksen yhtenä tarkoituksena on selvittää, millaisia apukeinoja ja tukipalveluita opettajat käyttävät soveltavan liikunnanopetuksen järjestämisessä.

Oppilaan ja ympäristön vuorovaikutus on keskeisessä asemassa, kun tarkastellaan inklusiota laajemmin. Tarkoitus on tarkastella, miten oppimisen ja kouluun osallistumisen esteitä kyettäisiin poistamaan tai ainakin vähentämään. Tällaiset esteet voivat koskea esimerkiksi oppilaan syntyperää, sukupuolta, sosiaalista asemaa, uskontoa, kieltä ja vammaisuutta. Muita esteitä voivat olla esimerkiksi opetusmenetelmät ja -sisällöt, jotka eivät ota oppilasta yksilöllisesti huomioon ja ole mielekkäitä tai niissä näkyy varauksellisuus erilaisia oppilaita kohtaan. (Väyrynen 2001, 18.) Heikinaro-Johansson (2004, 8) toteaa myös, että yksilön taidot, erityistarpeet, sukupuoli, ikä, rotu, uskonto tai sosiaalinen tausta eivät voi vaikuttaa laadukkaan liikuntakasvatuksen järjestämiseen.

Pääajatus inklusion toteutumisessa on, että opetuksen sisältö, menetelmät ja tavoitteet voidaan muokata jokaiselle oppilaalle sopivaksi. Opetuksen tulee silti olla joustavaa ja ottaa huomioon kaikki yksilöllisesti ja tasa-arvoisesti. (Väyrynen 2001, 18.) Inklusio periaate tulee hyvin esille soveltavassa liikunnassa. Liikuntatunnit suunnitellaan ja toteutetaan siten, että kaikki oppilaat voivat osallistua tunnille omien edellytystensä mukaisesti. (Alanko, Remahl & Saari 2004, 6.)

Opettajan on otettava huomioon myös se, että motorisesti lahjakkaat oppilaat ovat erityistä tukea tarvitsevia oppilaita. Tämä edellyttää, että opettajan on tarjottava haasteellista ja kehittymismahdollisuuksia mahdollistavaa opetusta liikunnallisesti lahjakkaille oppilaille. Oppimisympäristö pyritään luomaan mahdollisimman turvalliseksi ja kaikille oppilaille sopivaksi. Mahdollisia esteitä oppimiselle ja toimimiselle pyritään eliminoimaan kokonaan pois tai ainakin vähentämään. (Alanko, Remahl & Saari 2004, 4.)

Liikuntatunnilla inklusio näkyy siinä, että kaikki oppilaat ovat samassa ryhmässä. Liikuntaleikkien ja pelien avulla oppilaita opetetaan toimimaan erilaisten ihmisten kanssa ja hyväksymään toistensa erilaisuuden. Oppilaista kasvaa pienestä pitäen suvaitsevaisia, kun he oppivat kohtaamaan erilaisia ihmisiä oman elämänsä varhaisessa vaiheessa. (Alanko, Remahl & Saari 2004, 2.)

Liikunnanopettajat ovat vastuussa siitä, että he suunnittelevat liikunnanopetuksen oppilaiden yksilöllisten tarpeiden mukaisesti. Yksilöllisyyden voi ottaa huomioon käyttämällä erilaisia opetusmetodeja, välineitä ja oppimisympäristöjä. (Heikinaro-Johansson 1995, 15.) Opettajan täytyy olla myös tietoinen oppilaalle laaditusta HOJKS:sta tai HOPS-LI:sta. Liikunnanopetuksen tulee perustua näiden suunnitelmien pohjalta ja opetuksen tulee olla oppilaan oppimista tukevaa. (Heikinaro-Johansson & Kolka 1998, 30; Ikonen 2003, 97-99.)

### 3.2 *Soveltava liikuntakasvatus*

Liikuntatunnilla liikuntakasvatus on yksi erittäin tärkeä osa-alue. Tämän avulla oppilasta autetaan kehittymään ja saavuttamaan erilaisia mahdollisuuksia omien kykyjen avulla. Oppilaan kykyjen hyödyntäminen onkin liikuntakasvatuksen yksi päämäärä. Ja siksi kasvattajan tulee koko ajan huomioida oppilaan henkinen ja fyysinen hyvinvointi, sillä ilman niiden sopusointua liikuntakasvatuksen päämäärään ei päästä. (Rintala 1997, 8.) Tässä tutkimuksessa soveltavan liikuntakasvatuksen nähdään olevan soveltavan liikunnanopetuksen lähtökohtana. Opetuksen arvot ja toimintamenetelmät perustuvat soveltavan liikuntakasvatuksen ideologiaan.

*”Laadukas liikuntakasvatus on tehokkain ja inklusiivisin keino opettaa kaikille lapsille ja nuorille liikuntataitoja ja -tietoja ja saada heidät ymmärtämään liikunnan ja elinikäisen liikuntaharrastamisen merkitys riippumatta yksilön taidoista, erityistarpeista, sukupuolesta, iästä, rodusta, uskonnosta tai sosiaalisesta taustasta.” (Heikinaro-Johansson 2004, 8.)*

Edellä oleva lainaus on Heikinaro-Johanssonin (2004) kirjoittamasta artikkelista Tavoitteena laadukas liikuntakasvatus, jossa hän esittelee Berliinissä järjestetyn kansainvälisen foorumin ajatuksia soveltavan liikunnan tilasta. Yksi foorumin keskeinen tarkoitus oli korostaa liikuntakasvatuksen asemaa lasten ja nuorten hyvinvoinnin tukijana sekä kehottaa eri maiden edistämään omaa koululiikuntaa. (Heikinaro-Johansson 2004, 8.)

Inklusion toteutuessa liikuntatunnilla, voidaan puhua soveltavasta liikuntakasvatuksesta. Murto (1999, 6) ja Väyrynen (2001, 20) näkevät inklusion toteutumisen olevan kaikille sopivan oppimisympäristön luomista, minkä he näkevät olevan koko koulujärjestelmää koskeva haaste. Tämä sama haaste voidaan nähdä myös soveltavan liikunnan järjestämisessä. Soveltavassa liikuntakasvatuksessa opettajan tulee uskoa omaan tekemiseensä ja osata soveltaa jokaisen oppilaan oppimistapahtuma yksilön henkilökohtaisten kykyjen ja tarpeiden mukaan. Opettajan tulee myös varmistaa, että oppilas saa onnistumisen kokemuksia. Soveltavan liikuntakasvatuksen avulla voidaan myös havaita oppilaan psykomotorisia ongelmia, joita oppilaalla ilmenee liikuntatunnilla. Tämän kautta oppilaalle voidaan tehdä yksilöllinen suunnitelma, HOJKS. Lisäksi soveltava liikuntakasvatus antaa tietoa, jonka avulla voidaan tunnistaa ja parantaa ongelmat, joita oppilaalla ilmenee. (Rintala 1997, 8-9.)

Tavoitteet soveltavassa liikuntakasvatuksessa ovat lähtöisin oppilaan psykomotorisista vaikeuksista, joihin liittyy kognitiivinen ja affektiivinen alue. Näin ollen tavoitteet voidaan jakaa kolmeen ryhmään; kognitiivinen alue, psykomotorinen alue ja affektiivinen alue. Kognitiivisella alueella tarkoitetaan oppilaan kykyä leikkiä ja toimia erilaisissa pelitilanteissa ja kuinka oppilas havainnoi toimintaansa käyttäen aisteja monipuolisesti hyväksi ja kuinka luovasti hän pystyy toimimaan. Psykomotorisella alueella tarkoitetaan oppilaan fyysistä ja motorista kuntoa, motoristen taitojen ja mallien oppimista sekä vapaa-ajalla liikkumisen taitoa. Affektiivinen alue painottaa tunteisiin liittyviä tavoitteita kuten oppilaan positiivisen minäkäsityksen luomista, sosiaalisten taitojen hallitsemista, iloisuuden ja virkistyneen mielen tuomista liikuntaan ja jännittämisen poisluomista. (Rintala 1997, 8-9.)

### 3.3 Soveltava liikunnanopetus

*”Perusopetuksen oppimäärä sisältää, sen mukaan kuin 14§: n nojalla säädetään tai määrätään, kaikille yhteisinä aineina ...liikuntaa...” (Perusopetuslaki 21.8.1998/628)*

Kaikilla ihmisillä on oikeus liikuntaan ja liikunnanopetukseen. Oikeus koskee myös niitä koululaisia, joilla on joitakin vammaan, sairauden tai jonkin muun syyn aiheuttamia ongelmia osallistua koululiikuntaan. Tähän haasteeseen pyritään vastaamaan soveltavan liikunnanopetuksen avulla. (Huovinen & Rintala 2003, 342.) Soveltava liikunnanopetus on erityisen tärkeässä asemassa tässä tutkimuksessa, koska tutkimuksen pääpaino on soveltavan liikunnan toteuttamisen tutkimisessa. Eli siis kuinka Hämeenlinnan Normaalikoulussa toteutetaan soveltavan liikunnanopetuksen periaatteita.

Soveltavalla liikunnanopetuksella tarkoitetaan sellaisten oppilaiden liikunnan opetusta, joilla on joitakin liikunnallisia erityistarpeita. Erityistarpeet voivat yhtä hyvin olla pitkäaikaissairaus, vammaisuus tai erityislahjakkuus. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 12.) Liikunnanopetuksessa esiintyy erilaisia erityistarpeita ja Huovisen 2000 mukaan ne voidaan jakaa kolmeen pääryhmään: 1) oppilaiden pitkäaikaissairauksien tai vammasta aiheutuviin tarpeisiin, 2) oppilaiden liikuntataidoista tai fyysisestä kunnosta aiheutuviin tarpeisiin, 3) oppilaiden käyttäytymisestä ja sosiaalisista taidoista aiheutuviin tarpeisiin. (Huovinen 2000, 57-58.) Rintalan (1997, 8) mukaan soveltavalla liikuntakasvatuksella tarkoitetaan kaikkien mahdollisuutta osallistua liikuntatunnille. Tämä antaa soveltavalle liikunnanopetuksen toteuttamiselle perustan. Soveltavan liikuntakasvatuksen avulla voidaan havaita oppilaalla ilmeneviä erityisen tuen tarpeita liikuntatunnilla.

Soveltavan liikunnan pääperiaatteina on kiinnittää huomiota jokaisen osallistujan yksilöllisiin kykyihin ja tarpeisiin (Huovinen & Rintala 2003, 342). Se ottaa huomioon oppilaan tarpeet, kehitysvaiheen, valmiudet sekä omat kiinnostuksen kohteet. Tarkoituksena on arvostaa jokaista oppilasta sellaisenaan, omana itsenään. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 12-13.) Koululiikunnan tavoitteita, opetusmenetelmiä, sisältöjä ja liikuntaympäristöä muokataan siten, että ne palvelevat kaikkien oppilaiden edistymistä (Huovinen & Rintala 2002, 342). Näin pyritään antamaan kaikille oppilaille tasavertaiset mahdollisuudet osallistua vaihteleviin toimintoihin (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 12-13). Liikuntatunnilla soveltamisen määrään vaikuttavat

monet tekijät. Huomioitavia asioita ovat muun muassa oppilaiden kyvyt ja ominaisuudet, liikuntatilanne, välineet, tilat ja ryhmän koko. Tunnilla sovelluksen määrä voi vaihdella pienistä muutoksista mittaviin sovelluksiin. Sovelluksen määrä ja laatu vaikuttaa myös siihen kuinka paljon sovellukset vaikuttavat muihin oppilaisiin. (Huovinen & Rintala 2003, 342.)

Soveltava liikunnanopetus on osa kaikkien oppilaiden liikunnanopetusta. Sitä noudatetaan sekä perusopetuksessa että erityisopetuksessa. Laadukkaan liikunnan tavoitteena on, että liikuntaa järjestetään perusopetuksen yhteydessä aina kun se on mahdollista. Apuna käytetään tarvittavia tukitoimia. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 12-13).

### 3.3.1 Soveltavan liikunnan tavoitteet

Soveltavan liikunnanopetuksen tavoitteet ovat samansuuntaisia kuin yleisen liikunnanopetuksen tavoitteet (Huovinen & Rintala 2003, 346). Liikunnalla on kaksi selkeää päätavoitetta: kasvattaa liikuntaan ja kasvattaa liikunnan avulla. Nämä molemmat tavoitteet näkyvät selkeästi sekä yleisessä liikunnassa että soveltavassa liikunnassa. Puhuttaessa kasvatuksesta liikuntaan tarkoitetaan oppilaiden motoriikan ja fyysisen kunnon kehittämistä, liikuntalajeihin tutustumista ja sitä kautta liikuntaharrastuksen löytämistä, terveystietouden lisäämistä sekä tutustumista eri liikuntakulttuureihin. Kasvatus liikunnan avulla on positiivisten liikuntaelämysten, ilmaisutaidon, omatoimisuuden ja itseluottamuksen kehittämistä, sosiaalisten taitojen harjoittamista, tasa-arvoisuuteen ja toisen ihmisten huomioimiseen kasvattamista. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 40-41.)

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa 2004 määritellään liikunnanopetuksen tavoitteita seuraavasti:

*”Liikunnanopetuksen päämääränä on vaikuttaa myönteisesti oppilaan fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn ja hyvinvointiin sekä ohjata oppilasta ymmärtämään liikunnan terveydellinen merkitys.” (Opetushallitus 2004).*

Rintala ja Huovinen määrittelevät kirjassa Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan soveltavan liikunnanopetuksen tavoitteita hyvin samansuuntaiseen tapaan. Tavoitteina ovat liikunnallisen ja terveen elämäntavan omaksuminen, henkisen ja fyysisen kunnon ylläpitäminen, harjoittaminen ja tiedostaminen, sosiaalisten taitojen kehittyminen, itsetuntemuksen vahvistaminen ja liikuntakulttuuriin tutustuminen. (Huovinen & Rintala 2003, 346.) Koljonen ja Ruuskanen

määrittelevät teoksessa Uusi erityisliikunta II liikunnan sovellutukset tavoitteiksi yksilön kasvamisen edistämisen, kehittymisen tasapainoiseksi yksilöksi, sopeutumiskyvyn ja yleisen elämän vireyden (Koljonen & Ruuskanen 1992, 12). Myös Hämeenlinnan Normaalikoulun HyperOps:n eli koulukohtaisen opetussuunnitelman mukaan oppilaalle on pyrittävä antamaan omaan tasoon sopivaa opetusta ja tehtävien tulee olla kaikille haasteellisia ja mielekkäitä. Käytännössä menetelmien tulee olla monipuolisia ja kehittäviä. (Hämeenlinnan Normaalikoulu 2006.)

Koljosen ja Rintalan (2002) mukaan soveltavan liikunnan tavoitteita asettaessa tulee huomioida sekä fyysisen, kognitiivisen, sosiaalisen että affektiivisen alueen tavoitteet. Fyysisen alueen tavoitteet tarjoavat oppilaalle mahdollisuuden perusliikuntataitojen oppimiseen ja parantaa toimintakykyä ja terveyttä. Tärkeänä tavoitteena on saada oppilas harrastamaan liikuntaa. Kognitiivinen eli tiedollinen alue liittyy oppilaan tietoisuuteen omasta kehosta ja sen käyttömahdollisuuksista. Oppilas tietää ja tuntee omat vahvuutensa ja heikkoutensa ja osaa käyttää tarvittavia apuvälineitä liikkumisen tukena. Affektiivisen eli tunnealueen tavoitteet liittyvät liikunnasta saataviin tunteisiin ja elämyksiin. Tavoitteena on, että oppilaat oppivat nauttimaan liikunnasta ja saavat lisää itseluottamusta ja itsevarmuutta onnistumisien kautta. Sosiaaliset tavoitteet liittyvät ryhmässä toimimiseen sekä toisten ihmisten huomioon ottamiseen. (Koljonen & Rintala 2002, 203-204.)

Erityistä tukea tarvitsevalle oppilaalle sosiaalis-affektiiviset tavoitteet ovat erityisen tärkeitä, sillä liikunta auttaa ehkäisemään syrjäytymistä. Liikuntatunnilla oppilaat toimivat ryhmänä ja siellä on paljon sosiaalista vuorovaikutusta, joka saattaa olla erityistä tukea tarvitsevan oppilaan kannalta erityisen tärkeää, jos hänellä on muulloin vähän sosiaalisia kontakteja. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 42.) Myös Koljonen ja Ruuskanen (2002) esittelevät artikkelissaan Soveltavan liikunnanohjauksen ja -opetuksen perusteet toiminnallisten, tiedollisten, sosiaalisten ja tunnealueen tavoitteita soveltavassa liikunnassa ja korostavat, että jokaisen alueen tavoitteet tulee ottaa tasapainoisesti huomioon (Koljonen & Ruuskanen 1992, 12).

Soveltavassa liikunnanopetuksessa tavoitteiden asettelussa korostuvat oppilaan yksilölliset kyvyt ja tavoitteet. Eritäin tärkeää on ottaa huomioon oppilaan omat vahvuudet ja mielenkiinnon kohteet. Näiden tavoitteiden avulla opettaja rakentaa oman opetuksensa viitekehyksen. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 40; Huovinen & Rintala 2003, 346). Myös Perusopetuksen

opetussuunnitelman perusteet 2004 kehottaa ottamaan huomioon jokaisen oppilaan yksilölliset kehitysmahdollisuudet.

*”Liikunta on toiminnallinen oppiaine, jossa edetään leikin ja taitojen oppimisen kautta kohti omaehtoista harrastuneisuutta. Tämä edellyttää yksilöllisten kehittymismahdollisuuksien huomioon ottamista.” (Opetushallitus 2004)*

Soveltavan liikunnan avulla voidaan helposti luoda erityistä tukea tarvitseville oppilaille myönteisiä liikuntakokemuksia ja onnistumisen tunteita. Opettajan yksi tärkeä tehtävä on ajatella, miten liikuntatilanteesta saadaan oppilaalle mieluisa kokemus. Muita tärkeitä tavoitteita ovat liikuntatuntien suunnittelu erilaisille aikajaksoille, kuten lukuvuosi, kuukausi, viikko, päivä ja tunti. Tavoitteiden pilkkominen osakokonaisuuksiksi on tärkeää erityistä tukea tarvitsevien oppilaiden kannalta. Oppilaiden on helpompi saavuttaa pienempiä tavoitteita. Myös tavoitteiden määrän tulee olla realistinen ja niiden tulee olla konkreettisia ja helposti ymmärrettäviä. (Huovinen & Rintala 2003, 346-347.)

### 3.3.2 Soveltavan liikunnan toteutus

Soveltavasta liikunnasta puhuttaessa voidaan käyttää myös termiä eriyttävä liikunta. Eriytettävän oppilaan liikuntatunnin tavoitteet ovat tietoisesti erilaiset. (Heikinaro-Johansson & Kolikka 1998, 49-50.) Aina ei ole tarpeellista, eikä edes järkevää, että kaikki oppilaat harjoittelisivat samalla tavalla. On erittäin tarkoituksenmukaista, että opettaja ei vaadi kaikilta oppilailta samoja harjoitteita tai pyri opettamaan ja ohjaamaan kaikkia oppilaita samanlaisin keinoin. (Koljonen & Rintala 2002, 207-208.) Joskus opettaja joutuu miettimään koko ryhmälle erilaisia harjoitteita ja toimintatapoja, jotta liikuntatunnin tehtävät palvelisivat jokaisen oppilaan kykyjä ja kehitystasoa ja samalla tarjoaisivat tarpeeksi haastetta. (Huovinen & Rintala 2003, 348.) Eriyttämiseen antaa aihetta todella monenlaiset asiat esimerkiksi ikä, sukupuoli, fyysinen kunto, motorinen kehitystaso, älyllinen kehitystaso, pituus, paino, lääkitys, apuvälineet ja niin edelleen (Koljonen & Rintala 2002, 208). Eriyttäminen vaatii opettajalta ammattitaitoa, jotta hän pystyy jakamaan harjoiteltavan asian pienempiin osakokonaisuuksiin ja näin helpottaa/vaikeuttaa tehtäviä tarpeen mukaan. (Heikinaro-Johansson 1998, 49-52.) Liikuntaa sovellettaessa eriyttämistä voidaan tehdä olosuhteita tai välineitä muuntamalla. Esimerkiksi sääntöjä voidaan muuttaa, rajoja pienentää/suurentaa, välineitä vaihdella tai ryhmän kokoa muokata (Koljonen & Rintala 2002, 208). Tarkoituksena on, että kaikki harjoittelevat samaa perusominaisuutta, mutta omalla tavallaan ja tasollaan (Koljonen & Ruuskanen



1992, 18). Eriyttäminen kuuluu perusopetukseen ja se on arkipäivää liikuntatunnilla. Tarvittaessa erityistä tukea tarvitsevalle oppilaalle laaditaan henkilökohtaisen opetuksen järjestämisen suunnitelma eli HOJKS. HOJKS:n tulee poiketa mahdollisimman vähän perusopetuksen opetussuunnitelmasta. Muutoksia tehdään vain silloin kun ne ovat väistämättömiä. (Heikinaro-Johansson & Kolka1998, 49-50.)

## Soveltavan liikunnan toteuttamistapoja

On olemassa monenlaisia työtapoja ja malleja, jonka mukaan voidaan järjestää soveltavaa liikuntaa. Soveltavassa liikunnassa voidaan käyttää vaihtelevia työtapoja johdonmukaisesti. Vaihtelevien, mutta johdonmukaisten työtapojen käyttäminen liikuntatunnilla lisää oppilaiden motivaatiota ja oppimismahdollisuuksia. (Koljonen & Ruuskanen 1992, 14.)

Soveltavan liikunnan toteuttamistapoja esitellään Ota minut mukaan. Erityistukea tarvitseva lapsi leikeissä ja liikunnassa oppaassa. Oppaan on laatinut Suomen Invalidien Urheiluliitto ry, Suomen Kehitysvammaisten- Liikunta ja Urheilu ry, Näkövammaisten Keskusliitto, Nuori Suomi sekä useiden lajien lajiliitot. Projekti on myös saanut tukea Opetusministeriöltä. Opas korostaa kaikkien lasten mahdollisuuksia osallistua yhteiseen toimintaan itselleen soveltuvalla tavalla ja tarkoituksenmukaisen tuen avulla. Se korostaa tasa-arvo ajatusta ja kaikkien mahdollisuuksia olla yhteisön jäsenenä. Yhteistä toimintaa voidaan harjoittaa käyttämällä erilaisia toimintatapoja. (Alanko, Remahl & Saari 2004.)

Ota minut mukaan -opas selvittää viisi erilaista tapaa toteuttaa soveltavaa liikuntaa. Ensimmäinen tapa on avoin toiminta, jonka tarkoituksena on järjestää sellaista toimintaa, mikä soveltuu kaikille lapsille sellaisenaan tai pieniä sovellutuksia käyttäen. Perusideana on se, että jokainen lapsi voi toimia omalla tasollaan. Välineiden ja ympäristön tulee olla kaikille samanlaiset. (Alanko, Remahl & Saari 2004, 7-17.)

Toinen tapa järjestää liikuntaa on soveltava toiminta. Tarkoituksena on edellisestä poiketen soveltaa toimintaa lasten erilaisten tarpeiden mukaan. Toimintaa voidaan soveltaa esimerkiksi sääntöjä, välineitä tai nopeutta muuttamalla oppilaiden tarpeiden mukaan. Toiminnan tavoitteet ovat kaikilla samat, mutta niiden saavuttamiseksi tarvitaan yksilöllisiä keinoja. Sovellutukset voidaan tehdä koskemaan koko liikuntaryhmää tai yksittäistä oppilasta. Haastetta on kuitenkin oltava kaikille. Soveltava toiminta poikkeaa avoimesta toiminnasta, siten että tässä tavassa toimintaa tai ympäristöä

sovelletaan kaikille sopivaksi. Avoimen toiminnan periaatteena on, että toiminto on jo alun perin sopiva kaikille. (Alanko, Remahl & Saari 2004, 7-17.) Huovinen & Rintala (2003, 342) korostavat myös yksilön erilaisten tarpeiden huomioon ottamista, kun puhutaan soveltavan liikunnan opettamisesta.

Kolmas tapa järjestää soveltavaa liikuntaa on rinnakkainen toiminta. Tässä on tarkoituksena, että kaikki oppilaat suorittavat samaa tehtävää, mutta jokainen harjoittelee sitä omalla tasollaan. Jokaisella lapsella on mahdollisuus valita itselleen sopivin vaihtoehto. Rinnakkainen toiminta on hieman soveltavaa toimintaa eriyttävämpi toimintamuoto, koska tässä tavassa toimintojen vaatimustasot ovat selkeästi erilaisia. (Alanko, Remahl & Saari 2004, 7-17.)

Edellä mainitut kolme toimintatapaa toteuttavat hyvin inklusion ja soveltavan liikuntakasvatuksen ajatusta. Heikinaro-Johanssonin (2004, 15) mukaan inklusion pääperiaate on yksilöllisten tarpeiden huomioon ottaminen, mikä näkyy myös näissä toimintatavoissa. Rintalan (1997, 8) ajatukset soveltavasta liikuntakasvatuksesta eli omien kykyjen huomioon ottaminen ja omalla tasolla toimiminen ovat samansuuntaisia kuin Heikinaro-Johanssonin (2004) ja Alanko, Remahl & Saaren (2004) ajatukset soveltavasta liikunnasta ja inklusiosta.

Neljäs ja viides tapa ovat käänteinen integraatio ja erillinen toiminta. Nämä tavat eroavat edellisistä huomattavasti. Käänteisessä integraatiossa liikuntatunnilla voidaan opettaa kaikille oppilaille erityisryhmien liikuntamuotoja. Erillinen toiminta puolestaan tarkoittaa sitä, että kaikki liikkuvat omassa vertaisryhmässään. Vertaisryhmässä toimiminen saattaa olla turvallisempaa ja hallitumpaa, kuin muilla tavoilla toimiminen. (Alanko, Remahl & Saari 2004, 7-17.)

Heikinaro-Johansson ja Kolkka (1998) esittelevät kirjassaan Koululiikuntaa kaikille soveltavan liikunnanopetuksen järjestämistä koskevia ratkaisuja. He esittelevät viisi erilaista tasoa järjestää soveltavaa liikuntaa. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 19-22.)

Ensimmäisellä tasolla oppilas pystyy osallistumaan perus liikunnanopetukseen. Liikuntatunnit sopivat oppilaalle sellaisenaan tai hieman sovellettuna. Oppilas ei välttämättä tarvitse ulkopuolista apua, kuten avustajaa tai erityisliikunnanopettajaa. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 19-22.) Tämä taso on hyvin samantapainen kuin Ota minut mukaan –oppaan esittelemä avoin toiminta. Kummassakin tavassa pyritään toimimaan mahdollisimman vähin sovellutuksin.

Toisella tasolla perus liikunnanopetuksen tukena on konsultointi. Opettajilla on mahdollisuus saada konsultointiapua erityisliikunnanopettajalta, fysioterapeutilta, toimintaterapeutilta tai erityisliikunnanohjaajalta, kun tyhmässä on erityistä tukea tarvitseva oppilas. Tarvittaessa avustaja on käytettävissä. Kolmannella tasolla liikunnanopetuksesta vastaa liikunnanopettajan lisäksi erityisliikunnanopettaja, joka opettaa erityistä tukea tarvitsevia oppilaita. Oppilas tarvitsee tällä tasolla avustusta, jota voi tarjota kouluavustaja, tukioppilas tai erityisliikunnanopettaja. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 19-22.)

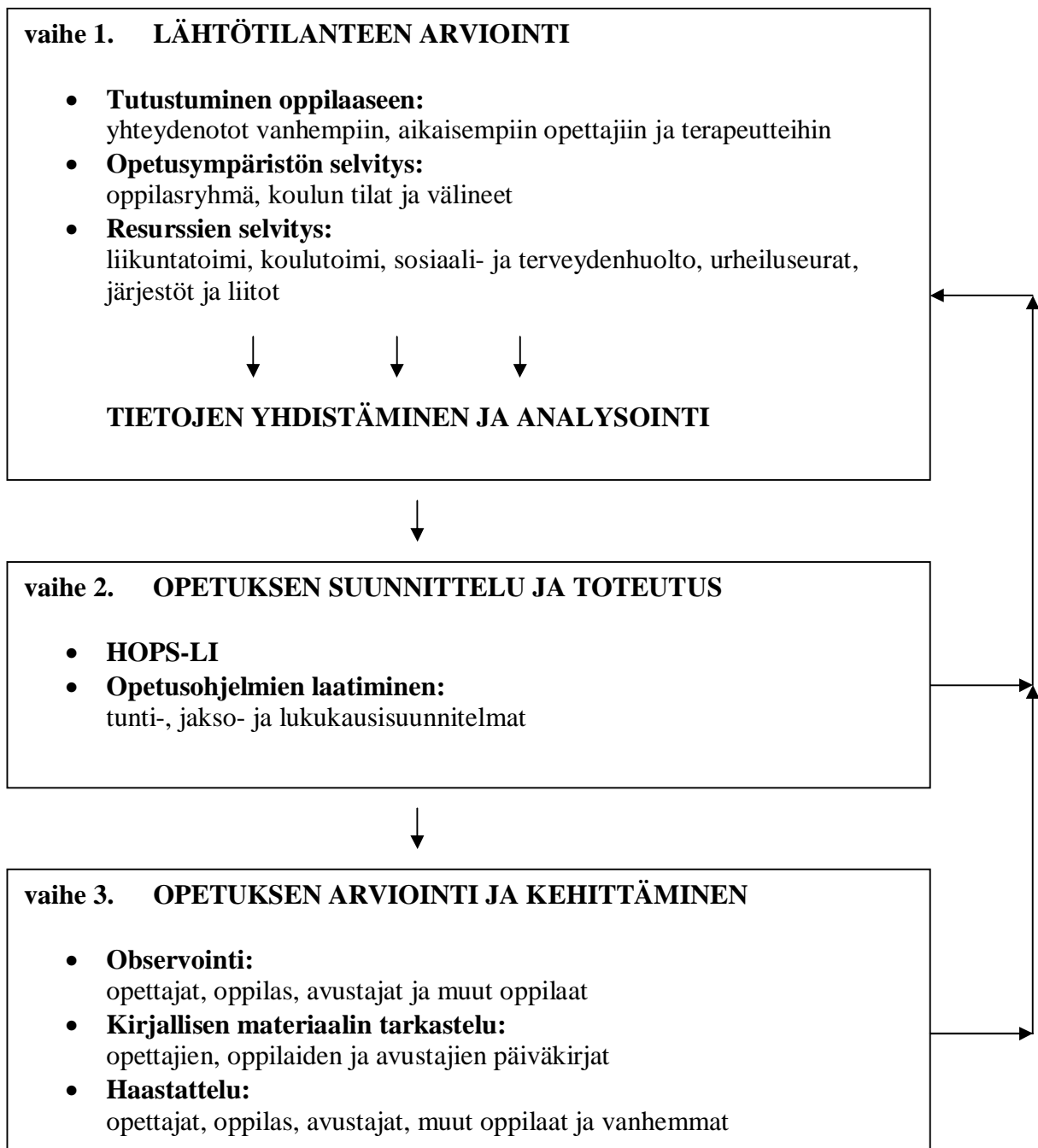
Neljännellä tasolla oppilaan liikunnanopetus järjestetään siten, että oppilas on varsinaisesti erityisopetuksessa, mutta käy jollakin liikunnan tunneilla perusopetuksessa, silloin kun se on tarkoituksenmukaista. Tässä tasossa käytetään joustavaa opetussuunnitelmaa, joka mahdollistaa erityisopetuksesta siirtymisen perusopetukseen tai perusopetuksesta siirtymisen erityisopetukseen. Viidennellä tasolla liikunnanopetus voi olla erityisopetusta, silloin kun ryhmän muodostavat erityisoppilaat. Erityisryhmän liikuntatunnit pohjautuvat samoille periaatteille kuin perusopetuksen liikuntakasvatus. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 19-22.) Viides taso toimii samalla periaatteella kuin Ota minut mukaan –oppaan erillinen toiminta. Näissä oppilaat toimivat omassa erityisryhmässään.

### **3.4 Soveltavan liikunnan malli**

Soveltavaa liikuntaa pyritään järjestämään siten, että kaikilla oppilailla on mahdollisuus osallistua mahdollisimman täysipainoisesti liikunnanopetukseen ja eriyttämistä käytetään vain yksittäiselle oppilaalle tarvittaessa. Heikinaro-Johansson on esitellyt soveltavan liikunnan mallin, jonka avulla tuntien suunnitteleminen on helpompaa ja järjestelmällistä. Malli jakautuu kolmeen pääkohtaan: 1) lähtötilanteen arviointiin, 2) opetuksen suunnitteluun ja toteutukseen 3) opetuksen arviointiin ja kehittämiseen. (Heikinaro-Johansson 1995, 43.)

Lähtötilanteen arvioinnissa opettaja tutustuu ryhmänsä oppilaisiin ja arvioi kunkin oppilaan tuen tarpeen. Opettajan on hyvä myös ottaa selvää mahdollisista tukipalveluista, joita kunta tarjoaa. Huolella tehty lähtötilanteen arviointi palvelee opetuksen suunnittelua. Suunniteltaessa tuntia laaditaan koko liikuntaryhmälle opetussuunnitelma, joka ottaa huomioon oppilaiden henkilökohtaiset opetussuunnitelmat. Opettajan on mietittävä ne toimenpiteet, joilla tavoitteet saavutetaan. Liikunnan toteuttamiseen opettaja voi pyytää apua alan ammattilaisilta, kuten

fysioterapeutilta tai erityisliikunnanohjaajalta. (Heikinaro-Johansson 1995, 43; Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 23-25.) Arviointivaiheessa tulee arvioida sekä oppilaan tavoitteisiin pääsyä että opetus-oppimisprosessin onnistumista. Tarkoituksena on kehittää sekä oppilaan oppimista että opetusprosessia. Apuna arvioinnissa voidaan käyttää esimerkiksi havainnointia, haastattelua, päiväkirjoja tai muita tiedonlähteitä. Onnistuneen ja rakentavan arvioinnin pohjalta on helppoa laatia tavoitteita seuraavaa jaksoa varten. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 65-66.) Seuraava kaavio selventää soveltavan liikunnan mallia, jonka jälkeen mallin pääkohtia on selvennetty tarkemmin.



**KUVIO 1.** Soveltavan liikunnanopetuksen toteuttamisen malli (Heikinaro-Johansson 1995, 43; Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 25.)

### 3.4.1 Lähtötilanteen arviointi

#### Tutustuminen oppilaaseen ja opetusryhmään

Liikunnanopettaja on vastuussa oppilaistaan liikuntatuntien ajan, joten on erityisen tärkeää, että opettaja tietää oppilaidensa terveydellisen tilan jo hyvissä ajoin ennen lukuvuoden alkua. Näin opettaja voi suunnitella tunnit tarkoituksenmukaisesti ja varautua mahdollisiin sairauskohtauksiin. Liikunnanopettaja voi tehdä oppilailleen tai heidän huoltajilleen terveyteen liittyvän kyselyn, josta ilmenee mahdolliset sairaudet ja liikunnanopetuksessa huomioitavat asiat. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 26; Huovinen & Rintala 2002, 344-345.) Koljosen ja Rintalan (2002) mukaan opettajan on hyvä olla tietoinen ainakin seuraavista asioista ikä, sukupuoli, fyysinen kunto, motoriset taidot, liikkumisen rajoitteet ja esteet, terveydentila, toimintakyky, lääkkeiden käyttö, apuvälineiden käyttö, liikunta tottumukset sekä oppilaan toiveet ja odotukset. Lisäksi opettajan on huomioitava arvioidessaan lähtötilannetta käytettävissä oleva tila, aika, välineet, telineet, materiaali ja avustajat. Tämän lisäksi on vielä tarkasteltava ryhmän kokoa ja oppilaiden välisiä kehitys eroja. Opettajan on myös realistisesti arvioitava omaa osaamistaan. (Koljonen & Rintala 2002, 202; Koljonen & Ruuskanen 1992, 13.)

Opettajan tulee arvioida kuinka paljon ja minkälaista tukea hänen ryhmänsä oppilaat tulevat tarvitsemaan. Tämän arvion mukaan opettaja hankkii mahdollisia tukitoimia oppilaille/oppilaalle. Tukipalveluita voivat olla muun muassa: henkilökohtainen avustaja, tukiopeutus, kuljetuspalvelut, välineiden hankinta ja yhteistyö muiden tahojen kanssa. Lain mukaan oppilaalla on oikeus saada tarvitsemiaan tukitoimia oppimisensa tueksi. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 26-27; Perusopetuslaki 21.8.1998/628.)

Jos liikuntaryhmässä on erityistä tukea tarvitseva oppilas, on opettajan hyvä keskustella oppilaan tilanteesta mahdollisimman monen eri tahon kanssa kuten vanhempien, fysioterapeutin, avustajien ja oppilaiden kanssa. Näin opettaja pystyy miettimään minkälaista tukea ja sovellutusta kyseinen liikuntaryhmä kaipaa, jotta liikuntatunnit vastaisivat parhaiten oppilaiden tarpeita. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 26-27.) Toimiva yhteistyö vanhempien kanssa auttaa yhdistämään kodin ja koulun liikuntakasvatukseen. Opettaja voi opastaa vanhempia tekemään lapsen kanssa samoja

harjoitteita kotona. Näin tuetaan lapsen motorista kehittymistä. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 26-29.) Opettajan on tärkeää muistaa, että suunniteltaessa tuntia opettaja voi kysyä oppilailta heidän kiinnostuksensa kohteista, taidoistaan sekä asenteistaan. Erityistä tukea tarvitseva oppilas on itse paras tietolähde omasta motivaatiostaan ja haluistaan. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 26-29.)

## Oppimisympäristön selvitys

Välineiden käytön periaate soveltavassa liikunnassa on samankaltainen kuin perusliikunnassakin. Soveltavassa liikunnassa pyritään käyttämään samoja opetus- ja harjoitteluvälineitä kuin perusliikunnassakin. (Koljonen & Ruuskanen 1992, 21.) Välineet valitaan sen harjoitteen tai toiminnan mukaan, mitä ollaan tekemässä. Välineiden merkitys on auttaa, helpottaa, selkeyttää, tehostaa ja jopa vaikeuttaa meneillään olevaa harjoitusta. (Koljonen & Rintala 2002, 209.) Hyvän välineen tarkoitus on auttaa oppilasta onnistumaan (Huovinen & Rintala 2003, 353).

Soveltavassa liikunnassa välineiden avulla pyritään helpottamaan tai mahdollistamaan erilaisten harjoitusten tekeminen. Välineiden käytön ei tulisi olla niiden käytön päätarkoitus vaan väline on apuna liikuntasuorituksen tekemisessä. (Koljonen & Rintala 2002, 209.) Opettajan tulee päättää, mitä välineitä kulloinkin tarvitaan, mihin niitä käytetään ja kuinka välineiden käyttö organisoidaan. Välineiden käytöllä voidaan vahvistaa myös muita liikunnantavoitteita, kuten yhteistyötä ja vastuuta. Näiden tavoitteiden harjoitteluun kuuluu, että jokainen oppilas mahdollisuuksiensa mukaan osallistuu välineistä huolehtimiseen. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 48-49.)

Koljonen ja Rintala (2002) esittelevät artikkelissaan soveltavan liikunnanohjauksen ja -opetuksen perusteet ominaisuuksia, joita hankituilla välineillä olisi hyvä olla. Soveltavan liikunnan välineistön tulisi olla monikäyttöistä, niin että se soveltuu kaikkien oppilaiden liikunnanopetukseen. Mietittäviä asioita ovat myös välineiden määrä, taloudellisuus, kestävyys, tehokkuus ja varastoitavuus. (Koljonen & Rintala 2002, 209.) Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan teoksessa kiinnitetään huomiota vielä välineen kokoon, muotoon, väriin ja materiaaliin (Huovinen & Rintala 2003, 353). Opettajien on hyvä muistaa, että soveltavan liikunnan välineitä on mahdollista kehittää hyvinkin edullisesti. Apuna liikuntatunnilla voidaan käyttää esimerkiksi sanomalehtiä, huiveja, lakanoita, pahvilaatikoita ja niin edelleen. (Koljonen & Rintala 2002, 209.) Myös jo olemassa olevia välineitä voidaan soveltaa erilaisiin käyttötarkoituksiin, esimerkiksi pelin luonne muuttuu jos käytössä onkin

hitaampi, kevyempi tai suurempi pallo tai lentopalloverkkoa voidaan laskea alemmas, jotta kaikki pystyvät syöttämään pallon verkon yli. (Hekinaro-Johansson & Kolkka 1998, 48-49.)

Liikuntatunnille saadaan selkeyttä kun ohjeita annetaan eri aistikanavia pitkin. Erityistä tukea tarvitseva oppilas saattaa hyötyä valtavasti jos hän näkee suoritettavasta tehtävästä esimerkiksi kuvan tai videonauhan. Opettajan on hyvä uskaltaa rohkeasti käyttää AV-välineistöä apuna myös liikuntatunnilla. (Koljonen & Ruuskanen 1992, 25.)

Musiikki on erittäin tärkeä liikunnanopetuksen työväline kaikenlaisessa liikunnassa. Musiikista on apua tunnelman luoja, oppimisen edistäjänä ja aktivoijana. Opettajan tulee huolellisesti valita liikuntatunnilla käytettävä musiikki, jotta se sopii oppilaiden ikään ja musiikkimakuun, suoritettavaan toimintoon sekä osallistujien taitotasoon. (Koljonen & Rintala 2002, 210.)

Liikuntaympäristö jakautuu kahteen alueeseen: fyysiseen ympäristöön ja sosioemotionaaliseen ympäristöön. Fyysinen liikuntaympäristö tarkoittaa esteetöntä tilaa, jossa liikunta tapahtuu. Sosioemotionaalinen liikuntaympäristö tarkoittaa liikuntaympäristön tunnelmaa ja vuorovaikutusta. (Huovinen & Rintala 2003, 351-352.) Hämeenlinnan Normaalikoulun opetussuunnitelma korostaa näitä samoja asioita liikuntaympäristöstä (Hämeenlinnan Normaalikoulu 2006).

Fyysisen liikuntaympäristön tavoitteena on olla esteetön ja turvallinen niin, että kaikki halukkaat pystyvät siellä liikkumaan (Huovinen & Rintala 2003, 351; Alanko, Remahl & Saari 2004, 4). Fyysisen liikuntatilan esteettömyys ja turvallisuus tarkoittaa erilaisille oppilaille erilaisia asioita. Pyörätuolia käyttävälle oppilaalle on tärkeää, että tila on avoin, eikä siellä ole haitallisia portaita ja kynnyksiä. (Huovinen & Rintala 2003, 351-352.) Näkövammaiselle oppilaalle liikuntatilan selkeät opasteet ja tehostevärit ovat avain esteettömään liikuntaan. He tarvitsevat myös selkeitä kuuloon perustuvia opasteita. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 62.) Puolestaan kuulovammaisen oppilas hyötyy eniten liikuntatilan hyvästä akustiikasta (Huovinen & Rintala 2003, 351-352). Kehitysvammaiselle oppilaalle ovat tärkeitä toistuvat ja selkeät opasteet ja ohjeet, jotka ovat hyvä olla myös kuvallisena. Allergikoille ja hengityssairauksista sairastaville oppilaille puhtaat ja pölyttömät liikuntatilat ovat avainasemassa. (Huovinen & Rintala 2003, 352.)

Kaikkien liikkujien kannalta liikuntatilan tulee olla mahdollisimman selkeä. Tilan selkeä rakenne ja ärsykkeiden minimalisointi auttavat oppilaita keskittymään olennaiseen. Tärkeää on muun muassa tilan meluttomuus ja kaiuttomuus, välineiden selkeät säilytyspaikat, lämpötila ja ilmastointi sekä

värien tarkoituksenmukainen käyttö. Soveltavassa liikunnassa on erittäin tärkeää, että tila voidaan jakaa erilaisiin oppimisalueisiin tarkoituksenmukaisella tavalla. Jakojen tulisi onnistua niin, että jokaiseen tilaan jäisi esteetön ja turvallinen liikuntaympäristö. (Huovinen & Rintala 2003, 351-352.) Erityisen tärkeää on myös se, että opettaja on laittanut kaikki välineet ja tarvittavat telineet valmiiksi, jotta aikaa ei kulu varsinaisen liikunnan ajasta (Koljonen & Ruuskanen 1992, 20).

Liikunnan yksi tärkeä tavoite on rohkaista lasta liikuntaharrastuksen löytämiseen. Tällaisen kimmokkeen voi antaa, kun oppilaille tarjotaan mahdollisimman turvallisen sosioemotionaalisen oppimisympäristön. Sosioemotionaalaisella liikuntaympäristöllä tarkoitetaan liikuntatunnin ilmapiiriä ja sosiaalista vuorovaikutusta. Opettajan tarkoitus on järjestää sellaista liikuntaa, mikä vahvistaa oppilaiden minäkäsitystä ja itsetuntoa sekä mahdollistaa onnistumisen kokemuksiin. (Huovinen & Rintala 2003, 354-355.) Huolellinen liikuntatuntien suunnittelu on opettajalle tärkeä työväline positiivisen ilmapiirin luomiseen. Suunnittelun avulla opettaja luo tunnista sujuvan ja mahdollistaa eriyttämisen ja näin luo oppimiselle myönteisen liikuntaympäristön. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 38-39.) Tärkeää on myös, että jokainen oppilas tuntee kuuluvansa liikuntaryhmään ja olevansa hyväksytty omana itsenään. Opettaja on tärkeässä roolissa luomassa liikuntatunnin ilmapiiriä. Hän vaatii tunnille työrauhaa ja asettaa rajat ei toivotulle käyttäytymiselle. (Huovinen & Rintala 2003, 354-355.)

## Resurssien selvitys

Avustajan käyttäminen on hyvä keino järjestää ja turvata erityistä tukea tarvitsevan oppilaan koulunkäyntiä perusopetuksessa (Saloviita 1999, 66). Mahdollisuus hyödyntää avustajaa sisältyy perusopetuslain kolmanteen pykälään:

*”... vammaisella ja muulla erityistä tukea tarvitsevalla oppilaalla on oikeus saada maksutta opetukseen osallistumiseen edellyttämät tukemis- ja avustajapalvelut, muut opetuspalvelut, erityiset apuvälineet...” (Perusopetuslaki 21.8.1998/628)*

Erityistä tukea tarvitsevan oppilaan henkilökohtainen avustaja on liikunnanopettajalle suuri apu. Avustaja tuntee avustettavansa hyvin ja näin hänen tiedoistaan ja taidoistaan on apua opettajalle tuntien suunnittelussa ja toteutuksessa. Avustaja voi toimia myös koko liikuntaryhmän tukena. Avustajan tehtävänä ei ole tehdä tehtäviä avustettavan puolesta, vaan auttaa avustettavaa toimimaan mahdollisimman itsenäisesti. Avustettavan oppilaan tarvitseva apu vaihtelee paljon eri henkilöiden



ja toimintojen välillä. Henkilökohtaisen avustajan lisäksi avustajana voi toimia toinen oppilas. Liikuntaryhmästä joku oppilas voi toimia niin sanottuna ”apuopettajana” ja avustaa apua tarvitsevia oppilaita. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 26-29; Virtanen & Ikonen 2001, 50.) Myös Ota minut mukaan –opas kertoo avustajien tärkeydestä liikunnassa. Sen mukaan avustajat toimivat kuvainnollisesti lapsen käsinä, korvina, silminä ja jalkoina. Tarkoitus on, että avustajat auttavat lasta tekemään itse. (Alanko, Remahl & Saari 2004, 5.)

### 3.4.2 Opetuksen suunnittelu ja toteutus

#### HOJKS

Henkilökohtainen opetuksen järjestämistä koskeva suunnitelma eli HOJKS on kokonaissuunnitelma yksittäiselle oppilaalle, joka koskee oppimista ja oppimaan tukemista sekä tukipalveluja (Ikonen 2003, 100). HOJKS:n tarkoitus on oppimisvaikeuksien ennaltaehkäisy ja parantaminen (Ikonen, Virtanen & Pirttimaa 2001, 52-53). HOJKS on luotu tukemaan erityistä tukea tarvitsevien oppilaiden yksilöllisiä tarpeita. Se ottaa huomioon oppilaan yksilölliset ominaisuudet, kehitystason, tukipalveluiden suunnittelun, oppimisvaikeuksien diagnosoinnin, edistymisen seurannan ja arvioinnin. Nämä kaikki vaikuttavat oppilaan sopeutumiseen kouluuyhteisössä. (Ikonen 2003, 97-99.)

HOJKS:n tarkoitus on ottaa huomioon oppilas kokonaisvaltaisesti ja riittävän kattavasti, siten että oppilaan yksilöllisyys tulee huomioiduksi (Ikonen 2003, 97-101). Kun oppilasta huomioidaan psykofyysissosiaalisena kokonaisuutena, jolla on kykyjä ja taitoja, sosiaalisia suhteita koulussa, kotona ja vapaa-ajalla, toteutuu HOJKS:n kokonaisvaltainen ajattelu (Ikonen, Rönty & Linnilä 2003, 279). HOJKS sisältää opetusta määräävät sisällölliset ja metodiset edellytykset, päätökset, tavoitteet, ehdot, välineet, toimet ja arvioinnin. HOJKS on ammattilaisten yhteistyön tulos, jonka laadintaan osallistuu vähintään opettaja, oppilas ja oppilaan huoltaja. (Ikonen 2003, 100.) Kaikkein ihanteellisinta olisi, että jokainen joka on oppilaan kanssa tekemisissä, esimerkiksi fysioterapeutti, toimintaterapeutti, erityisopettaja tai kouluterveydenhuollosta vastaava, olisi mukana HOJKS:n laadinnassa. Näin saataisiin monipuolinen näkökanta ja kaikki toimisivat yhteisten päämäärien avulla oppilaan eduksi. (Huovinen & Heikinaro-Johansson 2003, 130.)

## Henkilökohtainen opetussuunnitelma liikunnassa

Nykypäivänä liikunnanopetuksen haasteet ovat suuremmat kuin aikaisemmin. Liikuntaryhmissä oppilailla on yhä suurempia eroja liikuntataidoissa, fyysisessä kunnossa ja motivaatiossa. Myös terveydelliset ongelmat ja erilaiset oppimisvaikeudet antavat opettajalle haastetta suunnitella ja tehdä liikuntatunneista erilaisille oppilaille yksilöllisesti sopivia. Yksilöityä opetusta liikuntaan tarvitsee moni sellainen oppilas, jolla ei muuten ole tarvetta erityisopetukseen. Näihin haasteisiin opettajalla on tukena oppilaan henkilökohtainen opetussuunnitelma liikuntaan eli HOPS-LI, joka laaditaan erityisopetukseen siirretyille tai otetuille oppilaille osana henkilökohtaista opetuksen järjestämistä koskevaa suunnitelmaa eli HOJKS:a tai yleisopetuksen oppilaille, joilla on tarvetta erityiseen tukeen ainoastaan liikunnassa. (Huovinen & Heikinaro- Johansson 2003, 130.)

Liikunnanopetusta sovellettaessa, tulee oppilaalle laatia henkilökohtainen opetussuunnitelma eli HOPS-LI. Tämä suunnitelma on tarkoitettu oppimisen tukemiseen liikunnanopetuksessa ja liikuntakasvatuksessa. Yksilöllistämisen avulla voidaan luoda kokonaisvaltainen kuva oppilaasta ja hänen toimintatavoistaan. HOPS-LI:n tarkoitus on siis luoda kokonaisuus, joka koskee oppilaan opetusta. Tähän sisältyy opetuksen sisältö ja tavoitteet, suunnitelma opetuksen järjestämisestä, seuraamisesta ja sen arvioinnista. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 30.)

HOPS-LI jää kuitenkin usein toteuttamatta, sillä yleisopetuksen opetussuunnitelman mukaisesti opiskeleville oppilaille ei ole lain mukaan pakollista tehdä yksilöllistä opetussuunnitelmaa. Kuitenkin valtakunnallisissa opetussuunnitelman perusteissa edellytetään, että liikunnanopetusta tulisi yksilöllistää oppilaan tarpeiden mukaan. (Huovinen & Heikinaro-Johansson 2003, 130-131.)

Hämeenlinnan Normaalikoulun koulukohtaisessa opetussuunnitelmassa (HyperOps) esitellään oppilaiden oppimisen tueksi järjestettyjä tukitoimia, joiden avulla on tarkoitus tukea ja kehittää oppilaan oppimista yksilöllisten kykyjen mukaan. (Hämeenlinnan Normaalikoulu 2006.) Yksi näistä tukitoimista on oppimisen tuen suunnitelma, joka on toiminta- ja ajatusperiaatteeltaan hyvin samankaltainen kuin edellä esitelty HOPS-LI.

## Henkilökohtaisen opetussuunnitelman laatiminen

HOPS-LI voidaan laatia riippumatta oppilaan kouluasteesta tai opetusmuodosta. Henkilökohtaisen opetussuunnitelman laatimiseen osallistuu kaikki oppilaan kasvuun, kasvatukseen, opetukseen ja kuntoutukseen osallistuvat henkilöt. Suunnitelman toimivuuden ja onnistumisen kannalta on erittäin

tärkeää, että HOPS-LI:a täydennetään ja se muuttuu ajan ja tarpeen mukaan. Sen laatiminen perustuu erilaisiin valintoihin ja vaihtoehtojen pohtimiseen ja arviointeihin. On myös erittäin tärkeää, että joku suunnitelmaan osallistujista, kuten liikunnanopettaja tai erityisliikunnanopettaja, ottaa vastuun koko prosessista. Hänen tehtävä on kutsua koolle suunnitelman tekoa varten koottu työryhmä, tehdä itse kirjallinen suunnitelma ja valvoa suunnitelman toteutumista. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 30.)

On erittäin tärkeää että oppilaan henkilökohtaisen opetussuunnitelman laadinnassa ja suunnitelmaa koskevissa kokouksissa on mukana myös oppilaan huoltaja. Näin informaatio kulkee tahojen välillä ja voidaan luoda kommunikaatioyhteys kodin ja koulun välille. Yhteisten päätösten avulla voidaan luoda oppilaan liikunnanopetusta koskevat säännöt. Huoltajan osallistuminen prosessiin lisää myös tietoutta lapsen kasvusta ja oppimisen vaiheista. Osallistuminen saa huoltajan sitoutumaan lapsen koulunkäyntiä koskeviin asioihin. Tätä kautta myös opettaja saa tukea omalle opetukselleen. (Heikinaro- Johansson & Kolkka 1998, 30-31.)

Henkilökohtaisen opetussuunnitelman laatiminen liikuntaan tulee perustua sen hetkiseen lainsäädäntöön, valtakunnalliseen opetussuunnitelman perusteisiin, koulun opetussuunnitelmaan, sekä oppilaan yksilöllisiin tarpeisiin. Perusopetuslain (1998/628) mukaan oppilaalle voidaan määrittää erilaajuinen eli mukautettu oppimäärä, jos yleisopetuksen opetussuunnitelman määräämän oppimäärän saavuttaminen on mahdotonta. Mukautetun oppimäärän tarkoitus on helpottaa ja soveltaa oppimäärää oppilaalle yksilöllisesti sopivaksi. Tämä ei tarkoita, että liikuntatuntien määrää vähennetään, vaan liikunnanopetus järjestetään siten, että oppilas voi omien edellytystensä mukaisesti osallistua liikuntatunnille. (Huovinen & Heikinaro-Johansson 2003, 131-132; Perusopetuslaki 21.8.1998/628)

HOPS-LI on opettajalle eräänlainen apuväline, jonka avulla hän pitää kirjaa, minkälaista liikunnanopetusta oppilas saa. Suunnitelman avulla voidaan myös arvioida, kuinka hyvin oppilas on saavuttanut henkilökohtaisen opetussuunnitelman mukaisia tavoitteita. Opettajalle suunnitelma on suureksi avuksi työn suunnittelussa ja jäntevöittämisessä. Myös muiden suunnitelman tekemisessä olevilla henkilöillä on suuri merkitys juuri opetusratkaisujen arvioinnissa. Tätä kautta opetusta voidaan kehittää ja lisätä oppilaantuntemusta. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 31.)

Seuraavaksi tietoja, joita HOPS-LI:n tulisi sisältää. Tiedot oppilaan luokasta, koulusta, kodista ja henkilöistä, jotka työskentelevät oppilaan kanssa. Tietoa yhteistyöhenkilöiden (opettaja, perhe,

fysioterapeutti, avustaja, ystävä jne.) vastuunjaosta; ketkä voivat tukea ja kuinka paljon tukea saadaan muilta tahoilta sekä mitkä ovat oppilaan mahdolliset lääketieteelliset hoidot. Tieto siitä, miten oppilas pystyy osallistumaan liikuntatunnille; siihen tarvittavat avustajat, apuvälineet ja liikuntatilat. Tietoa oppilaan tuen määrästä ja intensiivisyydestä, fyysisestä kunnosta, motorisesta taidosta, liikkumisesta ja sosiaalisista taidoista. Tietoa oppilaan kiinnostuksen kohteista, sekä vapaa-ajan harrastuksista. Tavoitteet opetukselle sekä lyhyellä että pitkällä ajanjaksolla ja miten nämä tavoitteet saavutetaan. Arvioinnin aikataulu liikunnan opetussuunnitelmassa ja arviointimenetelmä ja -aikataulu itse oppimisprosessissa. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 31-34.)

HOPS-LI:n laatimisessa voidaan käyttää apuna soveltavan liikunnanopetuksen mallia, jonka on esimerkiksi Heikinaro-Johansson (1995; 1998) esittänyt. Soveltavan liikunnan opetuksen malli on tiiviisti yhteydessä inkluusio -ajatteluun, minkä tarkoitus on huomioida jokainen oppilas automaattisesti yksilöllisten tarpeiden mukaan. Liikuntatunnit suunnitellaan ja toteutetaan yhteistyössä opettajan, oppilaan, huoltajien ja muiden ammattilaisten kanssa siten, että oppilas voi täysipainoisesti osallistua liikuntatunnille omien edellytystensä mukaisesti. Eriyttämistä toteutetaan vain silloin, kun se on tarpeellista. (Huovinen & Heikinaro-Johansson 2003, 132.)

### 3.4.3 Opetuksen arviointi ja kehittäminen

Arviointi on yksi osa liikunnanopettamista. Arviointi ei ole kuitenkaan ainoastaan oppimistulosten arviointia vaan sen tulee kohdistua myös oppimisprosessin arviointiin. (Huovinen & Rintala 2003, 356.) Soveltava liikunta antaa opettajalle hyvät mahdollisuudet seurata oppimisprosessia, koska tehtävät ovat jaettu selkeästi eteneviin osakokonaisuuksiin. Opettaja antaa palautetta oppilailleen erilaisia tapoja käyttäen. Palautteen ei tarvitse olla suullista vaan se voi olla ilme, ele, kosketus tai palkkio. Jokainen tarvitsee henkilökohtaista ja välitöntä palautetta, jotta metakognitiiviset taidot lisääntyisivät. Arvioinnissa voidaan käyttää apuna myös erilaisia fyysistä kuntoa ja motorisia taitoja mittaavia testejä. On kuitenkin muistettava, että testit ovat vain yksi osa arviointia ja arvioinnin ei tulisi perustua vain niihin. Yksi tavallisimmista arviointikeinoista on havainnointi. Jos erityistä tukea tarvitsevalle oppilaalla on HOKJS, toimii se arvioinnin välineenä. (Huovinen & Rintala 2003, 356.)

Sovelletun liikunnan arvioinnissa käytetään samoja periaatteita kuin perusliikunnan arvioinnissa. Kuitenkin jos oppilaalla on jokin vamma tai pitkäaikaissairaus, on noudatettava soveltavaa

arviointia. Arvioidessa oppilaan osallistumista ja innostuneisuutta tunnilla, opettaja arvioi samalla omaa toimintaansa ja kuinka paljon hän on järjestänyt soveltavia tehtäviä oppilaalle. (Heikinaro-Johansson 1998, 66-67.)

### *3.5 Hämeenlinnan Normaalikoulun tukitoimet oppilaan tueksi*

Hämeenlinnan Normaalikoulun Internet sivuilla olevassa koulun opetussuunnitelmassa (HyperOps) esitellään Normaalikoulun järjestämiä tukitoimia oppilaiden oppimisen tueksi:

#### Oppimissuunnitelma

Oppimissuunnitelma on tukitoimi oppilaan oppimisen tueksi. Suunnitelman tavoitteena on tukea ja ohjata lapsen kehitystä. Tämä helpottaa oppilaan yksilöllisten taitojen ja ominaisuuksien huomioon ottamista. Oppimissuunnitelma voidaan laatia jokaiselle oppilaalle. (Hämeenlinnan Normaalikoulu 2006.)

#### Kodin ja koulun yhteistyö

Kodin ja koulun välisen yhteistyön tarkoituksena on tukea lapsen koulunkäyntiä. Säännöllisen yhteistyön avulla pyritään puuttumaan mahdollisiin ongelmiin riittävän ajoissa. Yhteistyön toimivuuden kannalta koulun ja kodin välinen kunnioitus ja luottamus ovat perusedellytyksiä. (Hämeenlinnan Normaalikoulu 2006.)

#### Oppimisen tuen suunnitelma

Oppimisen tuen suunnitelma tehdään oppilasta varten ja sen avulla on tarkoitus tukea ja ohjata lapsen kehitystä oppijana. Tämän tuen avulla pystytään vastaamaan paremmin yksilöllisyyden tuomiin haasteisiin. Suunnitelma on tarkoitettu oppilaille, joilla on erityisen tuen tarvetta, mutta tarvetta erityisopetukseen ei ole. Myös lahjakkaat oppilaat tulee huomioida. Oppimisen tuen suunnitelman tekoon osallistuu moniammatillinen ryhmä, johon kuuluu esimerkiksi opettaja, vanhemmat, erityisopettaja, terapeutti ja koulupsykologi. Oppimisen tuen suunnitelma on opettajan ja oppilaan työkalu koulunkäynnin onnistumiseksi. (Hämeenlinnan Normaalikoulu 2006.)

## Tuki ja ohjaus

Oppilaiden opetus tulee järjestää huomioiden oppilaiden fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset ominaisuudet ja kehitysmahdollisuudet. Osa oppilaista ei kykene saavuttamaan oppimistavoitteita ilman yksilöllistä tukea ja ohjausta. Tuen ja ohjauksen tarkoitus on huomata oppilaan ongelmat mahdollisimman varhaisessa vaiheessa ja puuttua niihin asianmukaisin keinoin. Seuraavat yhteistyötahot on luotu tukemaan oppilaan oppimista: opettaja, vanhemmat, koulukuraattori, koulupsykologi, perheneuvola, perhekeskus, sosiaalitoimi, nuorisotoimi, kouluterveydenhuolto, terveysasemat, seurakunta, järjestöt, yhdistykset ja sairaalat. (Hämeenlinnan Normaalikoulu 2006.)

### 3.6 Opettajan tiedon hankinta

Liikunta ja tiede -lehden artikkelissa Liikunnan esteet ja kehitystarpeet tarkastelun kohteeksi Opetusministeriön johtaja Raija Mattila toteaa, että soveltavaa liikunnanopetusta tulisi edelleen lisätä kouluihin. Tällä hetkellä kaikki oppilaat eivät saa heille sopivaa liikunnanopetusta. Edelleen erityistä tukea tarvitsevia oppilaita vapautetaan liikunnasta. Vastauksena tähän haasteeseen Mattila näkee, että opettajien tietotaitoa tulisi lisätä ja koulutuksen jatkuvuutta edistää. (Mattila 2006, 13.)

Opettajalla on mahdollista saada tukea opetukseensa ja suunnitteluunsa, kun hänen liikuntatunniltaan on erityistä tukea tarvitseva oppilas. Tällaisia tukipalveluja ovat esimerkiksi täydennyskoulutus, työnohjaus, joustavat ryhmäjärjestelyt, erityistarpeisiin perehdyttäminen ja yhteistyö eri alojen ammattilaisten kanssa. Näillä on suuri merkitys opettajan työn onnistumisessa. (Huovinen & Rintala 2003, 345; Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998; Huovinen 2000.)

#### 3.6.1 Opettajan ammattitaito

Opettajan tulee olla ajan tasalla omassa kehittämisessään opettajana. Opettaja toimii opetuksen edistäjänä, joten opettajalla on oltava yleistä kasvatuksellista ymmärrystä. Ammattitaidon opettaja kerää koulutuksesta, omista kokemuksista ja itseopiskelusta. Näiden avulla hän luo oppilaille turvallisen ja asiantuntevan ympäristön oppimiselle. Nykypäivänä opettajan on opetuksessaan otettava huomioon paljon enemmän kuin pelkät tiedot, taidot ja opetustilanteet. Opettajan on oltava selvillä koulukulttuurin ja muun kulttuurin suhteista, koulun hallinnosta, koulutusta koskevasta päätöksenteosta ja taloudesta. Myös opetussuunnitelman takana olevien yhteiskunnallisten arvojen

ja traditioiden tunteminen kuuluvat opettajan ammattitaitoon. Opettaja on edellä kuvattujen ominaisuuksien perusteella todellinen asiantuntija koulutuksen saralla. (Julkunen 1997, 23.)

Modernissa opettajantutkimuksessa opettajaa tarkastellaan reflektiivisenä ammattilaisena. Tämä tarkoittaa, että opettajan tulee itse olla koko ajan valmis oppimaan lisää sekä kannustamaan ja edistämään oppilaitansa korkeatasoiseen oppimiseen. Erityisesti opettajan omalla harkinnalla ja päätöksien teolla on suuri rooli opettajan työssä. Opettaja toimii itsenäisesti ja antaa asioille ja tapahtumille omia merkityksiä. Omasta työstään opettaja oppii jatkuvasti arvioimalla omaa toimintaa ja osaamistaan ja suhteuttamalla niitä aikaisempiin kokemuksiin, tietoihin ja olemassa oleviin tiedonrakenteisiin. (Julkunen 1997, 206-207.)

### 3.6.2 Yhteistyö

Yhteistyö voidaan jakaa kahteen osaan; sisäiseen ja ulkoiseen yhteistyöhön. Sisäisellä yhteistyöllä kuvataan opettajien yhteisiä keskusteluja, yhteisöllisyyttä ja kollegiaalisuutta. Näiden avulla opettaja voi oppia omasta ammatistaan ja tätä kautta kehittyä ammatissaan. Ulkoiseen yhteistyöhön kuuluvat puolestaan suhteet koulun ulkopuolelle esimerkiksi muihin asiantuntijaryhmiin. (Syrjäläinen 2002, 39.)

Opettaja voi tehdä yhteistyötä muiden ammattilaisten kanssa, jotka ovat tekemisissä oppilaan kanssa. Heiltä opettaja saa tietoa ja tukea työlleen. Esimerkiksi oppilaan fysioterapeutilta opettaja voi saada arvokasta tietoa oppilaan kyvyistä ja taidoista. Fysioterapeutti voi kertoa opettajalle esimerkiksi mahdollisista rajoituksista oppilaan liikunnassa. Fysioterapeutti voi myös auttaa opettajaa toimimaan erityistä tukea tarvitsevan lapsen kanssa. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 26-29.)

### 3.6.3 Täydennyskoulutus

Yhteiskunta vaatii, että koulutusta on kehitettävä ja tuloksia on saatava aikaan. Tämä ei voi kuitenkaan toteutua jos opettajat eivät ole valmiita ja päteviä vastaamaan haasteisiin. Opettajien täydennyskoulutus vastaa yhteiskunnan vaatimiin haasteisiin. Joten jokaiselle opettajalle tulisi antaa mahdollisuus lisäkoulutautumiseen ja ennen kaikkea koulutuksen tulisi huomioida opettajan henkilökohtaiset tarpeet. (Julkunen 1997, 266.) Opettajan työ on palveluammatti, jonka tarkoitus on vastata yhteiskunnan asettamiin vaatimuksiin. Yksi opettajan työn erityispiirre on tehokkaan ja

toistuvan jatko- ja täydennyskoulutuksen hyödyntäminen. Yhteiskunnan nopea muuttuminen asettaa muutos- ja kehittämispaineita koulujärjestelmälle ja tätä kautta opettajien on pysyttävä ajan tasalla vastatakseen näihin haasteisiin. Siksi jatkuva kouluttautuminen on laadukkaan opetuksen edellytys. (Kari 1990, 11-12.)

### 3.6.4 Internet ja kirjallisuus

Soveltavaa liikuntaa ja soveltavan liikunnanopetusta koskevaa materiaalia on saatavilla todella runsaasti. Kirjallisuutta löytyy niin yleisesti soveltavasta liikunnasta kuin erityisen tuen huomioon ottamisesta. Internetissä on valtavasti sivustoja, joista opettaja voi hankkia tietoa soveltavan liikunnan periaatteista ja saada valmiita vinkkejä ja tehtäviä opetukseensa. Seuraavaksi esitellään muutamia opettajan työn kannalta käyttökelpoisia teoksia ja Internetsivuja.

Heikinaro-Johansson & Kolkka (1998) esittelevät teoksessaan Koululiikuntaa kaikille. Soveltavan liikunnanopetuksen opas, kattavasti soveltavan liikunnan periaatteesta ja toteuttamisesta. Teoksesta löytyy erilaisten sairauksien ja vammojen esittelyjä, jotka opettajan tulee huomioida liikuntatunnilla. Teoksen käytännöllisin osuus koostuu valmiista esimerkeistä eri liikuntamuotojen soveltamisesta.

Heikinaro-Johanssonin, Huovisen & Kytökorven (toim.) (2003) teoksesta Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan löytyy tietoa sekä tavallisesta liikunnasta, erityisliikunnasta että soveltavasta liikunnasta. Teos käsittää koko ihmisen elämänkaaren ja siinä on esitelty myös eri liikuntamuotojen ominaispiirteitä ja liikunnanopetuksen didaktisia menetelmiä.

Mälkiän & Rintalan (2002) teoksessa Uusi Erityisliikunta. Liikunnan sovellukset erityisryhmille etenkin kappaleet kaksi ja kolme ovat soveltavan liikunnanopetuksen kannalta merkittäviä. Kappaleista löytyy tietoa ja vinkkejä toiminnan perusteista ja liikuntamuotojen soveltamisesta. Teoksessa on myös erittäin hyödyllistä tietoa soveltavan liikunnanohjauksen ja -opetuksen perusteista.

Alangon, Remahlin & Saaren (2004) oppaassa Ota minut mukaan. Erityistukea tarvitseva lapsi leikissä ja liikunnassa on erittäin käyttökelpoinen, kun mietitään soveltavan liikunnan toteuttamismenetelmiä. Oppaassa on vinkkejä siihen, kuinka eritasoiset oppilaat voivat toimia yhdessä liikuntatunnilla.



Tämän tutkimuksen kannalta edellä mainitut teokset ovat merkittäviä, sillä ne antoivat pohjan tutkimustehtävien valintaan sekä teoreettisen viitekehyksen sisältöön. Näistä teoksista on hyötyä opettajan työssä, koska niistä saa kattavan perustan soveltavan liikunnan toteuttamiseen. Parhaita toimintamalleja opettajan käytännön työhön antavat teokset Koululiikuntaa kaikille ja Ota minut mukaan -opas. Paras teoria osuus on Uusi Erityisliikunta teoksessa. Suomen kielistä kirjallisuutta etsiessä törmää helposti samojen tekijöiden teksteihin ja teoksiin. Tästä voidaan todeta, että alan tutkijapiiri on melko pieni. Teoksista huomaa myös selkeästi sen, että soveltavan liikunnan ideologiasta ja merkityksestä alan asiantuntijat ovat samoilla linjoilla. Mielipide eroja ei juuri ollut löydettävissä.

Internetistä löytyy puolestaan seuraavanlaisia sivustoja. Nuoren Suomen sivuilta ([www.nuorisuomi.fi](http://www.nuorisuomi.fi)) löytyy erittäin kattavia ja käyttökelpoisia materiaaleja liikuntaa opettaville opettajille. Sivuilta voi hakea valmiita harjoituksia/sovelluksia erilaisiin teemoihin tai harjoiteltavaan kokonaisuuteen liittyen. Lisäksi sivuilta löytyy erilaisia koulutusmahdollisuuksia, joihin voi tarpeen mukaan ilmoittautua. Tällaisten valmiiden ja laadukkaiden materiaalipankkien olemassaolo helpottaa opettajan työn suunnittelua ja kehittymistä

Soveltavan liikunnan SoveLi ry:n sivuilta ([www.soveli.fi](http://www.soveli.fi)) löytyy yleistä tietoa soveltavasta liikunnasta ja projekteista, jotka koskevat soveltavaa liikuntaa. Sieltä löytyy esimerkiksi tietoa ajankohtaisesta projektista soveltavan liikunnan temavuodesta 2006. Sivuilta on myös linkkejä soveltavan liikunnan välineistöä koskeville sivustoille.

Opetushallituksen sivuilta ([www.edu.fi](http://www.edu.fi)) löytyy kattavasti tietoa eri liikuntalajien kehittelyihin ja soveltavaan liikunnanopetukseen. Sivuilta löytyy tietoa myös valtakunnallisesta opetussuunnitelmasta.

Eri lajiliittojen, järjestöjen, yhdistysten ja organisaatioiden (esim. Suomen Invalidien urheiluliito, Suomen kehitysvammaisten liikunta ja urheilu ry ja Näkövammaisten keskusliitto ry) sivuilta löytyy tietoa soveltavan liikunnan toteuttamiseen.

Tutkimuksen kannalta merkittävimmät sivut ovat Soveltavan liikunnan SoveLi ry:n sivut. Tutkimuksen lähtökohta selkiintyi näihin sivuihin tutustumalla. Käytännön opettajan työn kannalta

Nuoren Suomen sivut ovat ehdottomasti käyttökelpoisimmat, koska niistä löytyy todella kattavasti tietoa ja toimintamalleja. Sivuilta löytyy valmiita harjoituksia erilaisiin teemoihin liittyen.

# 4 TUTKIMUKSEN VAIHEET

## 4.1 Tutkimustehtävät

Kiinnostus ensimmäistä tutkimustehtävää kohtaan heräsi liikunnan sivuaineopintojen yhteydessä. Opintojen yhteydessä huomasimme kuinka paljon erilaisia mahdollisuuksia on toteuttaa soveltavaa liikuntaa ja kuinka paljon mahdollisuuksia soveltava liikunta antaa kaikille oppilaille. Mielestämme soveltava liikunnanopetus toteuttaa inkluusio -ajatusta, jota pidämme erityisen tärkeänä ratkaisuna nyky-yhteiskunnan tuomiin haasteisiin. Haasteita ovat yksilöllisyyden korostaminen, elinikäinen oppiminen ja tasa-arvo. Myös soveltavan liikunnan teemavuosi 2006 herätti kiinnostusta soveltavaa liikunnanopetusta kohtaan.

Toiseen tutkimustehtävään heräsi innostus myös liikunnan sivuaineopintojen yhteydessä. Halusimme selvittää, miten ja mistä opettajat ovat hankkineet tai hankkivat tietoa soveltavasta liikunnasta ja onko tarvetta lisätietoon.

Tutkimuksen päätarkoituksena on saada vastauksia siihen, kuinka Normaalikoulun liikuntaa opettavat opettajat toteuttavat soveltavaa liikuntaa erityistä tukea tarvitsevien oppilaiden kohdalla. Tarkoituksena on saada tietoa heidän käyttämistään menetelmistä, apukeinoista ja tavoitteista. Toisena tutkimustehtävänä tutkimus tarkastelee opettajien kokemuksia tuen ja tiedon saannista soveltavaan liikunnanopetukseen.

Edellä mainituista ajatuksista muodostui tutkimuksen kaksi tutkimustehtävää. Tutkimuksen painopiste on enemmän ensimmäisellä tutkimustehtävällä. Tutkimustehtävät ovat:

- 1) Minkälaisia tapoja Normaalikoulun liikuntaa opettavilla opettajilla on ottaa huomioon erityistä tukea tarvitsevat oppilaat liikuntatunnilla?
- 2) Millaisia kokemuksia Normaalikoulun liikuntaa opettavilla opettajilla on tuen ja tiedon saamisesta soveltavan liikunnanopetuksen toteuttamiseen?

## 4.2 Tutkimuskohde

Tutkimuskohteena ovat Tampereen yliopiston Hämeenlinnan Normaalikoulun liikuntaa opettavat opettajat, joita on kahdeksan. Valitsimme tutkimuskohteeksi Normaalikoulun liikuntaa opettavat opettajat, koska Normaalikoulu toimii Tampereen yliopiston opettajankoulutuslaitoksen Hämeenlinnan toimipaikan harjoittelukouluna. Tämän takia on mielestämme oleellista selvittää, kuinka soveltavaa liikuntaa toteutetaan Normaalikoulussa erityistä tukea tarvitsevien oppilaiden kohdalla. Tärkeäksi tämän tekee se, että erityisen tuen tarve on kasvanut oppilaiden keskuudessa ja tulevat luokanopettajat saavat osan tiedoistaan ja taidoistaan harjoitteluiden avulla.

## 4.3 Aineiston keruu

Keräsimme aineiston puolistrukturoidulla teemahaastattelulla, jossa edetään teemojen ja niihin liittyvien tarkentavien teemojen avulla kohti tutkimuskysymysten ratkaisua. Teemat tulee olla etukäteen valittuja. Teemahaastattelussa tulee esille yksilön tulkinta ja hänen antamat merkitykset tutkittavasta asiasta. Sosiaalisella vuorovaikutuksella on suuri merkitys, kuinka yksilöt kokevat tutkittavan asian. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 48.)

Laadimme lomakkeen, jossa on kuusi avointa kysymystä. Kysymys yksi on laaja, jota tarkentavat kysymykset kaksi, kolme ja neljä. Näiden neljän kysymyksen yhteisiksi teemoiksi valitsimme; erityistä tukea tarvitsevan oppilaan huomioiminen liikuntatunnilla ja tarvittavien tukitoimien hyödyntäminen. Näiden neljän kysymyksen avulla pyrimme saamaan vastauksia ensimmäiseen tutkimustehtävään. Lomakehaastattelun mukana annoimme opettajille saatekirjeen, josta selviää tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuksen kannalta keskeiset käsitteet.

Kysymys viisi on toinen laajempi kysymys, jota tarkentaa kysymys kuusi. Näiden kahden kysymyksen teemoiksi valitsimme opettajien saaman tuen ja tuentarpeen. Kysymysten avulla pyrimme saamaan vastauksia toiseen tutkimustehtävään. Kysymykset koskevat opettajien kokemuksia saadusta ja saatavilla olevasta tiedosta ja tuesta huomioida erityistä tukea tarvitseva oppilas liikuntatunnilla.

Teimme puolistrukturoidun teemahaastattelun lomakehaastattelulla, koska soveltava liikunnan toteuttamisen tutkiminen on aiheena melko arka ja halusimme, että jokaisella opettajalla on

mahdollisuus vastata haastatteluun nimettömästi. Koemme, että kyselylomakkeen avulla saamme luotettavampaa tietoa myös soveltavaa liikunnan toteuttamista koskevista puutteista.

Teimme puolistrukturoidun teemahaastattelun lomakehaastattelun, jonka kysymyksistä pyysimme mielipiteitä liikunnan ja erityispedagogiikan asiantuntijoilta. Mielipiteiden kysyminen oli hyödyllistä, koska tämän avulla pystyimme muokkaamaan toimivan lomakehaastattelun varsinaista tutkimusta varten ja muokkasimme kysymysten muotoa tarpeisiimme sopivimmiksi. Lomakehaastattelu on liitteenä 1.

Veimme lomakehaastattelut henkilökohtaisesti Normaalikoulun liikuntaa opettaville opettajille, joita on kahdeksan. Vastausaikaa lomakkeen täyttämiseen oli kaksi viikkoa. Saimme takaisin viisi lomakehaastattelua. Opettajat, jotka eivät vastanneet tutkimushaastatteluun, perustelivat kantansa lomakehaastatteluun kuluvan ajan puutteen vuoksi.

Puolistrukturoidussa teemahaastattelussa kysymysten asettelu täytyy pystyä perustelemaan tutkimusongelman, tutkimuksen tarkoituksen ja tutkimustehtävien mukaan. Teemahaastattelussa käytetyt teemat valitaan tutkimuksen viitekehykseen perustuen. (Tuomi & Sarajärvi 2004, 77.) Tässä tutkimuksessa kysymykset on perusteltavissa tutkimuksen teoreettisen viitekehyksen pohjalta. Taulukossa 1 on perustelut lomakkeessa käytettyihin kysymyksiin.

**TAULUKKO 1.** Perustelut lomakehaastattelun kysymyksiin teoreettisen viitekehyksen avulla.

Kysymys	Perustelu
1. Miten sinun mielestäsi opettajan tulee liikuntatunnilla ottaa huomioon erityistä tukea tarvitsevat oppilaat?	Soveltavan liikunnan pääperiaatteina on kiinnittää huomiota jokaisen osallistujan yksilöllisiin kykyihin ja tarpeisiin (Huovinen & Rintala 2003, 342). Se ottaa huomioon oppilaan tarpeet, kehitysvaiheen, valmiudet sekä omat kiinnostuksen kohteet. Tarkoituksena on arvostaa jokaista oppilasta sellaisenaan, omana itsenään. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 12-13.)
2. Miten sovellat liikuntatunnin sisältöjä	Soveltavasta liikunnasta puhuttaessa voidaan

<p>erityistä tukea tarvitsevia oppilaita varten?</p>	<p>käyttää myös termiä eriyttävä liikunta. Eriytettävän oppilaan liikuntatunnin tavoitteet ovat tietoisesti erilaiset (Heikinaro-Johansson &amp; Kolkka 1998, 49-50). Aina ei ole tarpeellista, eikä edes järkevää, että kaikki oppilaat harjoittelisivat samalla tavalla. On erittäin tarkoituksenmukaista, että opettaja ei vaadi kaikilta oppilailta samoja harjoitteita tai pyri opettamaan ja ohjaamaan kaikkia oppilaita samanlaisin keinoin. (Koljonen &amp; Ruuskanen 1992, 12.)</p>
<p>3. Millaisia apukeinoja (välineet, tilat, avustajat, tukitoimet jne.) käytät erityistä tukea tarvitsevien oppilaiden tukena liikuntatunnilla?</p>	<p>Soveltavaa liikuntaa käsittelevä kirjallisuus esittelee ja perustelee useita apukeinoja soveltavan liikunnan opetukseen. Keinoja ovat muun muassa välineet, tilat, avustajat, tukitoimet jne. Liikuntaa opettava opettaja valitsee omalla ammattitaidollaan ja -tiedollaan tavan soveltaa näitä apukeinoja. (Koljonen &amp; Rintala 2002, 202.)</p>
<p>4. Kuinka otat huomioon erityistä tukea tarvitsevien oppilaiden yksilölliset liikunnan tavoitteet ja oletko kirjannut yksilöllisiä liikunnan tavoitteita erityistä tukea tarvitsevien oppilaiden HOJKS:iin?</p>	<p>Soveltavassa liikunnanopetuksessa tavoitteiden asettelussa korostuvat oppilaan yksilölliset kyvyt ja tavoitteet. Eritään tärkeää on ottaa huomioon oppilaan omat vahvuudet ja mielenkiinnon kohteet. Näiden tavoitteiden avulla opettaja rakentaa oman opetuksensa viitekehyksen. (Heikinaro-Johansson &amp; Kolkka 1998, 40; Huovinen &amp; Rintala 2003, 346).</p> <p>HOJKS on luotu tukemaan erityistä tukea tarvitsevien oppilaiden yksilöllisiä tarpeita. Se ottaa huomioon oppilaan yksilölliset ominaisuudet, kehitystason, tukipalveluiden</p>

	<p>suunnittelun, oppimisvaikeuksien diagnosoinnin, edistymisen seurannan ja arvioinnin. Nämä kaikki vaikuttavat oppilaan sopeutumiseen kouluyhteisössä. (Ikonen 2003, 97-99.)</p>
<p>5. Millaisia vinkkejä/tukea olet saanut soveltavan liikunnanopetuksen toteutukseen? Mistä olet näitä saanut (esim. kirjallisuus, Internet, konsultaatio, tukipalvelut, koulutus)?</p>	<p>Opettajalla on myös mahdollista saada tukea opetukseensa ja suunnitteluunsa, kun hänen liikuntatunniltaan on erityistä tukea tarvitseva oppilas. Tällaisia tukipalveluja ovat esimerkiksi täydennyskoulutus, työnohjaus, joustavat ryhmäjärjestelyt, erityistarpeisiin perehdyttäminen ja yhteistyö eri alojen ammattilaisten kanssa. Näillä on suuri merkitys opettajan työn onnistumisessa. (Huovinen &amp; Rintala 2003, 345; Heikinaro-Johansson &amp; Kolkka 1998; Huovinen 2000.)</p>
<p>6. Millaista tukea ja tietoa koet tarvitsevasi soveltavan liikunnanopetuksen toteutukseen?</p>	<p>Opettajan tulee olla ajan tasalla omassa kehittymisessään opettajana. Opettaja toimii opetuksen edistäjänä, joten opettajalla on oltava yleistä kasvatuksellista ymmärrystä. Ammattitaidon opettaja kerää koulutuksesta, omista kokemuksista ja itseopiskelusta. Näiden avulla hän luo oppilaille turvallisen ja asiantuntevan ympäristön oppimiselle. (Julkunen 1997, 23.)</p>

#### 4.4 Aineiston analyysi

Aineiston analyysissä käytimme tutkimusmetodinä sisällönanalyysiä. Sisällönanalyysi tarkoittaa tutkittavasta ilmiöstä muodostettua tiivistettyä kuvausta. Koska aineistomme koostuu kirjallisista lomakehaastatteluiden vastauksista, joiden sisältöä haluamme tulkita ymmärtäen, on sisällönanalyysin valitseminen tutkimusmetodiksi peruteltua. (Pietilä 1976, 65; Tuomi & Sarajärvi 2004,105.)

Tuomi & Sarajärvi esittelevät tapoja sisällönanalyysimetodin käyttöön. Tavat perustuvat Eskolan ja Suorannan (1996) ja Eskolan (2001) tekemään aineisto- ja teoriajohtoisen sisällönanalyysin jakoon. Tutkimuksessa käytimme aineistolähtöistä tapaa tulkita aineistoa. Aineistolähtöisyys tarkoittaa analyysin tulkintayksiköiden ja niistä muodostettujen yläkategorioiden nousemista esille aineistosta. (Tuomi & Sarajärvi 2004, 97-102.)

Tutkijan on luettava aineistoaan useasti läpi, jotta hän saisi ehyen kuvan aineistonsa keskeisimmistä asioista. Tutkija voi lukiessaan tehdä omia huomautuksiaan ja merkintöjään aineistosta, jotta ymmärtäisi aineiston rakennetta ja sisältöä. (Syrjälä 1994, 163.) Aineisto luettiin huolellisesti läpi ja siihen merkittiin omia ajatuksia ja havaintoja tutkittavasta ilmiöstä. Tämän avulla pyrittiin ymmärtämään aineiston merkityksiä ja luomaan yhtenäinen ajatus aineistosta nousevien asioiden pohjalta.

Aineistolähtöinen sisällönanalyysi voidaan jakaa kolmeen vaiheeseen, jotka ovat 1) pelkistäminen (data reduction), 2) ryhmittely (data display) ja 3) teoreettisten käsitteiden luominen (conclusion drawing and verification). (Tuomi & Sarajärvi 2004, 110-111; Miles & Huberman 1994, 10.)

##### Pelkistäminen

Pelkistämisvaiheessa analysoitavasta aineistosta karsitaan tutkimuksen kannalta epäolennainen pois. Tämä voidaan tehdä joko tiivistämällä tai pilkkomalla aineistoa osiin. Pelkistämisvaiheessa tutkimustehtävä ohjaa etsimään tutkimustehtävälle ominaiset ilmaisut. Tutkimuksen kannalta olennaisen aineksen kirjaamista voidaan kutsua aineiston pelkistämiseksi. Pelkistäminen voi tapahtua esimerkiksi alleviivaamalla tutkimustehtävän kysymysten avulla etsittyjä ilmaisuja. (Tuomi & Sarajärvi 2004, 111-112; Miles & Huberman 1994, 10-11.)



Pelkistämisvaiheessa etsimme lomakehaastattelujen vastauksista lomakehaastattelun kysymysten ja tutkimustehtävien rajaamien teemojen pohjalta vastausten yhtäläisyyksiä ja esille nousevia teemoja. Luimme aineistoa läpi ja numeroimme aineiston juoksevin numeroin (1-5) ja alleviivasimme aineistosta yhtäläisyyksiä.

## Ryhmittely

Aineiston ryhmittelyssä pelkistetty aineisto käydään tarkasti läpi ja pelkistetystä aineistosta etsitään yhtäläisyyksiä ja/tai eroja kuvaavia käsitteitä. Tämän avulla saadut käsitteet ryhmitellään ja niistä muodostetaan luokkia, jotka nimetään sisällön mukaan. Ryhmittelyssä pienemmät tekijät ryhmitellään yleisimpiin luokkiin joten aineisto tiivistyy. Ryhmittelyn avulla saadaan tärkeää tietoa tutkittavasta ilmiöstä ja tämän avulla luodaan pohja tutkimukselle. (Tuomi & Sarajärvi 2004, 112-113; Miles & Huberman 1994, 11.)

Ryhmittelimme esille nousseet asiat kahdeksaksi eri luokaksi. Näistä luokat 1-6 ovat lomakehaastattelun kysymysten yksi, kaksi, kolme ja neljä pohjalta ja luokat 7-8 ovat lomakehaastattelun kysymysten viisi ja kuusi pohjalta. Seuraavaksi esitellään saadut luokat.

- 1) yksilöllisten tarpeiden ja kykyjen huomioon ottaminen
- 2) opetuksen soveltaminen
- 3) avustajat ja kuntoutus
- 4) välineet ja ympäristö
- 5) opetussuunnitelman mukaiset tavoitteet
- 6) HOJKS:n käyttö liikunnassa
- 7) opettajan ammattitaito ja autonomisuus
- 8) moniammatillinen yhteistyö

## Teoreettisten käsitteiden luominen

Teoreettisten käsitteiden luominen tarkoittaa sitä, että pelkistämisen ja ryhmittelyn avulla saadun tiedon pohjalta muodostetaan teoreettisia käsitteitä. Jo ryhmittely -vaihe on osa käsitteiden luomisprosessia. Käsitteellistämisessä edetään aineistossa alkuperäisten ilmausten kautta teoreettisiin käsitteisiin ja tätä kautta tutkimuksen johtopäätöksiin. Teoreettisten käsitteiden luomista jatketaan niin kauan kuin on mahdollista. Käsitteellistämisessä empiirinen aineisto

yhdistetään teoreettisiin käsitteisiin ja tuloksissa kuvataan empiirisestä aineistosta tuotetut aineistoa kuvaavat teemat. (Tuomi & Sarajarvi 2004, 114-115; Miles & Huberman 1994, 11-12.)

Teoreettisten käsitteiden luomisessa käytetään aineistosta esiinnousseita luokkia, jotka saatiin ryhmittelyn tuloksena. Näiden luokkien ja aineistosta valittujen alkuperäisten ilmausten perusteella käydään vuoropuhelua tutkimuksen teoreettisen viitekehyksen kanssa ja pyritään tätä kautta saamaan mahdollisimman kattavia ja luotettavia vastauksia tutkimustehtäviin.

#### 4.4.1 Analyysin eteneminen

Ryhmittelyvaiheessa saadut luokat: 1) yksilöllisten tarpeiden ja kykyjen huomioon ottaminen, 2) opetuksen soveltaminen, 3) avustajat ja kuntoutus, 4) välineet ja ympäristö, 5) opetussuunnitelman mukaiset tavoitteet ja 6) HOJKS:n käyttö liikunnassa vastaavat tutkimustehtävään yksi. Ja luokat: 7) opettajan ammattitaito ja autonomisuus ja 8) moniammatillinen yhteistyö vastaavat tutkimustehtävään kaksi. Näiden luokkien pohjalta verrataan aineistosta saatuja lainauksia tutkimuksen teoreettiseen viitekehykseen. Luokat muodostuivat aineistosta nousseiden yhteisten tekijöiden summana.

#### Tutkimustehtävän yksi analyysi

Ryhmittely vaiheessa saatujen luokkien avulla pyritään saamaan vastauksia tutkimuksen ensimmäiseen tutkimustehtävään, jonka tarkoituksena on kuvata Hämeenlinnan Normaalikoulun liikuntaa opettavien opettajien tapoja toteuttaa soveltavaa liikuntaa erityistä tukea tarvitsevien oppilaiden kohdalla. Tarkoituksena on saada tietoa heidän käyttämistään menetelmistä, apukeinoista ja tavoitteista soveltavassa liikunnanopetuksessa.

Kysymysten yksi, kaksi, kolme ja neljä pohjalta nousivat esille seuraavat luokat:

- 1) yksilöllisten tarpeiden ja kykyjen huomioonottaminen
- 2) opetuksen soveltaminen
- 3) avustajat ja kuntoutus
- 4) välineet ja ympäristö
- 5) tavoitteet
- 6) HOJKS:n käyttö liikunnassa

## 1) yksilöllisten kykyjen ja tarpeiden huomioonottaminen

Tämä ajatus tulee esille jokaisesta vastauksesta. Opettajat painottavat oppilaiden yksilöllisten kykyjen ja tarpeiden huomioimista. Yksilöllisyyden huomioon ottaminen näkyy esimerkiksi opettajien asettamissa tavoitteissa ja liikuntatuntien sisällöissä. Menetelmien valintaan vaikuttaa vahvasti oppilaiden erilaisuus. Yksilöllisyyden huomioonottamisen ajatus löytyy Perusopetuksen opetussuunnitelmasta 2004. Tämän mukaan liikunnan toiminnallinen luonne edellyttää yksilöllisten kehittymismahdollisuuksien huomioimista. (Opetushallitus 2004.) Myös Hämeenlinnan Normaalikoulun opetussuunnitelmassa korostetaan oppilaiden fyysisten, psyykkisten ja sosiaalisten ominaisuuksien ja kehittymismahdollisuuksien huomioonottamista (Hämeenlinnan Normaalikoulu 2006). Opettajan 1 vastauksesta voidaan huomata, että opetus rakentuu yksilöllisyyden huomioon ottamisen pohjalle.

*”Vastaukseni on: yksilöllisesti. Oppilaan yksilöllinen kohtaaminen ja ohjaaminen on ohjenuorani kaikessa opetuksessa.” Opettaja 1*

Heikinaro-Johansson (1995) esittää teoksessaan *Including Students with Special Needs in Physical Education*, että liikunnanopettajat vastaavat siitä, että he suunnittelevat opetuksen jokaisen oppilaan yksilöllisten tarpeiden mukaisesti. Sama ajatus löytyy teoksista *Koululiikuntaa kaikille ja Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan*. Teokset esittävät yksilöllisten kykyjen ja tavoitteiden asettamisen olevan soveltavan liikunnan lähtökohtia. Näiden avulla opettaja rakentaa viitekehysten opetukselleen. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 40; Huovinen & Rintala 2003, 346.)

Opettajien 2 ja 3 vastauksissa korostetaan yksilöllisten kykyjen huomioon ottamista kokonaisvaltaisesti. Tämä tarkoittaa sekä heikkojen että lahjakkaiden oppilaiden erityisen tuen tarpeen huomioon ottamista. Heikinaro-Johansson & Kolkka (1998) toteavat teoksessaan *Koululiikuntaa kaikille*, että erityistarpeet voivat yhtä hyvin olla pitkäaikaissairaus, vammaisuus tai erityislahjakuus (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 12). Vastauksista huomataan opettajien pitävän eriyttämistä yksilöllisten ominaisuuksien ja taitojen huomioon ottamisen välineenä. Opettajan 2 vastauksesta nähdään, että erilaiset oppilaat voidaan ottaa huomioon yksilöllisesti käyttämällä erilaisia toimintatapoja. Myös opettaja 3 kertoo vastauksessaan mukauttamisen toteuttamisesta.

*”...Sos. taitojen vähyyden, vaikeuden ope huomioi pedagogisilla taidoillaan. Lahjakkaat ope huomioi eriyttämällä; vaativampia tehtäviä, apuopettajan tehtävä, näyttö jne. Toimintakyky heikentynyt esim. lihavuus; vaatimustaso erilainen, kannustaminen.” Opettaja 2*

*”...useat (eri syistä johtuvat) oppilaat tarvitsevat tukea oppimisprosessissaan. Opettaja huomaa tuntien aikana oppilaiden erityistarpeet ja mukauttaa toimintaansa sen mukaan...tasotehtäviä heikoille ja lahjakkaille...toimitaan omien lähtökohtien pohjalta...” Opettaja 3*

Koljonen & Rintala (2002) toteavat artikkelissaan Soveltavan liikunnanohjauksen ja -opetuksen perusteet, että oppilaat harjoittelevat eri tavalla ja on tarkoituksenmukaista, että opettaja ei vaadi kaikilta oppilailta samoja harjoitteita tai pyri opettamaan ja ohjaamaan kaikkia oppilaita samalla tavalla. (Koljonen & Rintala 2002, 207-208.) Hämeenlinnan Normaalikoulun opetussuunnitelmassa sanotaan, että myös lahjakkaiden oppilaiden opetus tulee olla oppilaiden taitotason mukaista (Hämeenlinnan Normaalikoulu 2006). Tämä sama ajatus löytyy opettajan 2 vastauksesta, jossa opettaja kertoo esimerkiksi sosiaalisten taitojen vähyyden tai vaikeuden, lahjakkuuden tai toimintakyvyn heikentymisen vaativan erilaisia toimintatapoja. Myös Huovinen & Rintala (2003) esittävät, että opettajan täytyy miettiä erilaisia harjoitteita ja toimintatapoja, jotta liikuntatunnin toiminta sopisi jokaisen oppilaan kyvyille ja kehitystasolle ja samalla tarjoaisi tarpeeksi haastetta (Huovinen & Rintala 2003, 348).

Eriyttämiseen johtavat monenlaiset asiat esimerkiksi ikä, sukupuoli, fyysinen kunto, motorinen kehitystaso, älyllinen kehitystaso, pituus, paino, lääkitys ja apuvälineet (Koljonen & Rintala 2002, 208). Molempien edellä mainittujen opettajien vastauksista huomataan, että eriyttämiseen voi olla monia erilaisia syitä. Opettaja 2 erittelee vastauksessaan sosiaalisten taitojen vähyyden, lahjakkuuden sekä toimintakyvyn heikkenemisen. Puolestaan opettajan 3 vastauksesta tulee ilmi, että opettaja huomaa eriyttämiseen johtavat piirteet tuntien aikana.

Soveltavassa liikuntakasvatuksessa opettajan tulee osata soveltaa jokaisen oppilaan oppimistapahtuma yksilön henkilökohtaisten kykyjen ja tarpeiden mukaan (Rintala 1997, 8-9). Teoksessa Koululiikunta kaikille Heikinaro-Johansson & Kolkka (1998) toteavat, että soveltava liikunta ottaa huomioon oppilaan tarpeet, kehitysvaiheen, valmiudet sekä omat kiinnostuksen kohteet. Ajatuksena on arvostaa oppilasta omana itsenään. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998,

12-13.) Seuraavista esimerkeistä voidaan huomata, kuinka opettajat ottavat huomioon erityistä tukea tarvitsevan oppilaan yksilönä.

*”Heiltä ei voi vaatia samoja sisältöjä, osittain osallistuminen, erilainen vaatimustaso jne.” Opettaja 2*

*”Erityistä tukea oppilas saa edellytystensä mukaisia tehtäviä ja tekee niitä tehtäviä joihin hänellä on mahdollisuudet.” Opettaja 4*

*” Yksilöiden tarpeiden mukaisesti käydään tehtävien luomat mahdollisuudet läpi ja ohjataan yksilöitä omien lähtökohtiensa mukaisiin tehtäviin...” Opettaja 3*

Huovinen ja Rintala (2002) pitävät tärkeänä, että koululiikunnan tavoitteita, opetusmenetelmiä, sisältöjä ja liikuntaympäristöä muokataan siten, että ne palvelevat kaikkia oppilaita. Tällä tavalla pyritään antamaan oppilaille tasavertaiset mahdollisuudet osallistua erilaisiin toimintoihin. (Huovinen & Rintala 2002, 342; Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 12-13.) Opettajien 2, 3 ja 4 vastauksista voidaan huomata, että he muokkaavat opetuksensa sisältöjä ja vaatimustasoa oppilaiden mahdollisuuksien mukaan.

## 2) opetuksen soveltaminen

Kaikkien opettajien vastaukset korostivat oppilaiden omien mahdollisuuksien mukaista liikunnanopetusta. Alanko, Remahl ja Saari (2004) esittävät oppaassaan Ota minut mukaan erityistukea tarvitseva lapsi leikeissä ja liikunnassa, kaikkein lapsien mahdollisuutta osallistua yhteiseen toimintaan omalla tavallaan ja tarkoituksenmukaisen tuen avulla. He esittävät viisi erilaista tapaa toteuttaa soveltavaa liikuntaa. (Alanko, Remahl & Saari 2004, 6.) Näistä tavoista soveltava toiminta kuvaa erityisen hyvin opettajien tapaa muokata liikunnanopetusta. Soveltavassa toiminnassa liikuntamuotoa sovelletaan lasten erilaisten tarpeiden mukaan, ellei toiminta sovellu kaikille sellaisenaan. Opettaja voi soveltaa esimerkiksi sääntöjä, tiloja, välineitä tai nopeutta oppilaiden tarpeiden mukaan. Tavoitteet ovat kaikilla samat, mutta niiden saavuttamiseksi käytetään yksilöllisiä tapoja. Sovellus voi koskea kaikkia oppilaita tai yksittäistä oppilasta. (Alanko, Remahl & Saari 2004, 10-11.) Opettaja 5 kertoo esimerkillään hyvin osuvasti, kuinka soveltavaa liikuntaa

voidaan toteuttaa liikunnassa. Esimerkistä voidaan huomata, että oppilas osallistuu toimintaan omalla tavallaan ja tarkoituksenmukaisen avun tuella, tässä tapauksessa pyörätuolin avulla.

*”Pyörätuoli oppilaani tekee kaiken mitä pystyy. Viesteissä hän rullailee tuolillaan omalla juoksu vuorollaan, palloilu sujuu myös istuallaan ym.” Opettaja 5*

Alangon, Remahlin ja Saaren (2004) mukaan yksi soveltavan liikunnan toteutustapa on rinnakkainen toiminta. Tämä tarkoittaa sitä, että kaikki oppilaat harjoittelevat saman teeman mukaisesti, mutta jokainen harjoittelee sitä omalla tasollaan. Oppilaat voivat itse valita itselleen sopivimman tason. Esimerkiksi telinevoimistelussa toinen harjoittelee kuperkeikkaa toinen kierimistä. (Alanko, Remahl & Saari 2004, 12-13.) Opettaja 3 listaa vastauksessaan erilaisia tapoja soveltaa liikuntatunnin sisältöjä erityistä tukea tarvitsevia oppilaita varten. Hän käyttää esimerkiksi erilaisia tehtäviä, tasoryhmiä ja järjestää oppilaille erilaisia vaihtoehtoja. Nämä sovellustavat kuvaavat hyvin Alangon, Remahlin ja Saaren rinnakkaista toimintaa, jossa oppilas valitsee itse oman toimintansa vaikeustason.

*” – Laji- ja didaktiset kurssit (okl; liikunta)*

*Erityisliikunnan kurssit*

*oppaita ja kirjoja (useita)*

*lajiliittojen materiaaleista*

*soveltavan liikunnan kurssi + verkkoympäristö*

*toimintaterapeuttien yhteistyö*

*erityisopettajat*

*oma päättelykyky sekä reflektointi kirjallisuuden tietoon yhdistettynä*

*vinkkejä on tuhansia. Tärkeimpänä opetettavan yksilön ja sisällön tunteminen.”*

*Opettaja 3*

### 3) avustajat ja kuntoutus

Avustajien käytöstä mainitsivat kaikki opettajat. Vastuksista tulee ilmi, että opettajat pitivät avustajien tuomaa apua erittäin tärkeänä ja tarpeellisena. Kuntoutuksesta ei ollut mainintaa kuin yhdellä opettajalla.

Perusopetuslain 31 §:ssä todetaan, että vammaisella tai muulla erityistä tukea tarvitsevalla oppilaalla on oikeus saada maksutta opetukseen osallistumisen edellyttämät avustajapalvelut, muut opetuspalvelut ja erityisapuvälineet. (Perusopetuslaki 21.8.1998/628.) Seuraavien esimerkkien avulla voidaan huomata, että opettajat käyttävät avustajia liikuntatunnilla erityistä tukea tarvitsevien oppilaiden apuna.

*”Kokemukseni liittyvät lähinnä näkövammaisen opetuksen järjestämiseen. Eri lajeissa käytetään erilaisia apukeinoja. Suunnistus -> avustaja, eriytetty rata. Palloilu -> pallon väri, kulkuspallot jne.” Opettaja 4*

*”Minulla on ensimmäistä kertaa pyörätuolioppilas ja myös avustaja on liikuntatunneilla mukana. Auttaa tarvittaessa... Muuten välineet ym. ovat kaikille samat.” Opettaja 5*

*”Esim. asperger-oppilaallani oli koulunkäyntiavustaja erityisesti sosiaalisten vaikeuksien takia.” Opettaja 2*

Oppilaiden henkilökohtaisista avustajista on liikunnanopettajalle suuri apu. Avustaja tietää hyvin avustettavansa toimintamahdollisuudet ja näin hän voi auttaa opettajaa liikuntatuntien suunnittelussa ja toteutuksessa. Tarvittaessa avustaja voi toimia myös koko ryhmän apuna. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 26-29.) Heikinaro-Johansson ja Kolkka (1998) esittelevät teoksessaan Koululiikuntaa kaikille soveltavan liikunnanopetuksen järjestämistä koskevia ratkaisuja. Yksi näistä ratkaisuista on se, että oppilas saa liikuntatunnilla tarvittaessa avustusta kouluavustajalta, tukioppilaalta tai erityisliikunnanopettajalta. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 19-22.)

Perusopetuslain mukaan oppilailla on oikeus tarvittaessa saada tarkoituksen mukaista kuntoutusta (Perusopetuslaki 21.8.1998/628). Opettaja 5 kertoi vastuksessaan, että hänen pyörätuoli oppilaansa saa kaksi kertaa kuukaudessa sairaalan liikuntaterapeutin kuntoutusta.

*”...Hänellä käy myös 2krt/kk sairaalan liikuntaterapeutti ”jumppaamassa”. Siihen on varattu oma rauhallinen tila...” Opettaja 5*

#### 4) välineet ja ympäristö

Välineiden käytön suhteen opettajien vastauksissa on eroja. Osa kertoo käyttävänsä samoja välineitä kuin muiden oppilaiden kanssa ja osa erittelee erittäin tarkasti millaisia välineitä käyttää erityistä tukea tarvitsevien oppilaiden tukena liikunnassa.

Välineiden tarkoitus liikuntatunnilla on auttaa oppilasta onnistumaan tehtävässä. Niiden avulla helpotetaan, selkeytetään, tehostetaan ja joissakin tapauksissa jopa vaikeutetaan tekemistä. Soveltavassa liikunnassa välineiden käytön periaate on samanlainen kuin perusliikunnassakin. Tarkoituksena on pyrkiä käyttämään samoja opetus- ja harjoitteluvälineitä. (Koljonen & Ruuskanen 1992, 21; Koljonen & Rintala 2002, 209; Huovinen & Rintala 2003, 353.) Opettajien 1 ja 5 vastauksista huomataan, että he menettelevät edellä mainitun ajatuksen pohjalta. He kertovat käyttävänsä kaikilla oppilailla samoja välineitä ja tiloja.

*”Omien oppilaitteni kohdalla kaikki tavanomaiset välineet ja tilat...autan aina ja tarvittaessa, suunnittelen toteutukset sopiviksi -> ei liian vaikeaa eikä liian helppoa. Siis haastavat ja kivat toteutukset sekä vaihtelevat menetelmät.” Opettaja 1*

Soveltavan liikunnan välineiden avulla pyritään helpottamaan ja mahdollistamaan erityistä tukea tarvitsevien oppilaiden tekemistä (Koljonen & Rintala 2002, 209). Tällaisten mahdollistavien välineiden käytöstä kertovat opettajat 3 ja 4. He kertovat käyttävänsä esimerkiksi näkövammaisilla oppilailla kulkuspalloa, jotta toiminta olisi mahdollista.

*”Kokemukseni liittyvät lähinnä näkövammaisen opetuksen järjestämiseen. Eri lajeissa käytetään erilaisia apukeinoja. Suunnistus -> avustaja, eriytetty rata. Palloilu -> pallon väri, kulkuspallot jne.” Opettaja 4*



*” – avustevälineet -> kulkuspallo, helpottavat välineet...” Opettaja 3*

Huovisen ja Rintalan (2003) mukaan liikuntaympäristö jaetaan kahteen osaan: fyysiseen liikuntaympäristöön ja sosioemotionaaliseen liikuntaympäristöön. Fyysisellä liikuntaympäristöllä tarkoitetaan fyysistä tilaa, jossa liikunta tapahtuu. Sosioemotionaalisella ympäristöllä käsitetään liikuntaympäristön tunnelmaa ja ilmapiiriä. (Huovinen & Rintala 2003, 351-352.) Suurin osa opettajista ei kertonut vastauksessaan varsinaisesti liikuntatilaan tai –ympäristöön liittyvistä asioista. Ainoastaan opettaja 1 kertoi käyttävänsä kaikkien oppilaiden kanssa samoja liikuntatiloja.

## 5) tavoitteet

Tässä luokassa opettajien vastaukset ovat hieman erisuuntaisia. Jotkut kertovat noudattavansa opetussuunnitelman mukaisia tavoitteita ja osa määrittelee oppilaiden tavoitteet kykyjen mukaisesti.

Huovinen ja Rintala (2003) määrittelevät soveltavan liikunnan tavoitteita teoksessa *Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan*. Heidän mukaansa soveltavan liikunnanopetuksen tavoitteet ovat samansuuntaisia kuin yleisen liikunnanopetuksen tavoitteet. (Huovinen & Rintala 2003, 346.) Huovinen & Rintala (2003) ja Kojonen & Ruuskanen (1992) määrittelevät soveltavan liikunnan tavoitteet hyvin samansuuntaisesti kuin Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004. Soveltavan liikunnan tavoitteina nähdään olevan myönteinen vaikutus oppilaan fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn ja hyvinvointiin. Tärkeänä tavoitteena on myös saada oppilas ymmärtämään liikunnan terveydellinen merkitys. (Huovinen & Rintala 2003, 346; Kojonen & Ruuskanen 1992, 12; Opetushallitus 2004.)

*”...Eriyttämistä on nykyään tarve tehdä niin paljon, että tärkein väline on ammattitaito ja ryhmän tuntemus. Pääasiallisesti tavoitteet ovat POPSISSA ja koulun OPS:ssa. Jos yksilöä ei ole otettu mukautetun opetussuunnitelman piiriin hänellä on juridisesti samat tavoitteet kuin muilla (POPS, OPS). Muutoin opettaja asettaa työvälineekseen eriyttäviä tavoitteita ohjaamaan opetustaan.” Opettaja 3*

Opettajan 3 vastauksesta nähdään, että hän asettaa erityistä tukea tarvitsevien oppilaiden tavoitteet perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden sekä Normaalikoulun opetussuunnitelman mukaan. Hän pitää kaikilla oppilailla samoja tavoitteita, mutta tavoitteisiin pääseminen vaatii eriyttämistä.

Opettajan 5 vastauksesta voidaan huomata samankaltainen ajatus. Hänen tarkoituksena on toimia erityistä tukea tarvitsevan oppilaan kanssa mahdollisimman normaalisti.

*”Pyörätuolioppilaalleni tulee varmasti aika, jolloin liikunnasta tulee ”ongelma”, silloin pohdimme vanhempien kanssa eri vaihtoehtoja. Tarkoituksena on menetellä mahdollisimman normaalisti.” Opettaja 5*

Opettaja 4 kertoo ottavansa oppilaiden yksilölliset tavoitteet huomioon mahdollisuuksien mukaan. Opettaja 5 asettaa tavoitteita oppilaiden omien kykyjen mukaan. Hän kertoo esimerkiksi, että oppilaat, jotka harrastavat liikuntaa liikuntaseuroissa, heidän kanssaan tavoitteet asetetaan tilannekohtaisesti. Oppilaan yksilölliset kyvyt ja tavoitteet korostuvat, kun asetetaan soveltavan liikunnanopetuksen tavoitteita. Tärkeää on ottaa huomioon oppilaan vahvuudet ja mielenkiinnon kohteet. Näiden avulla opettaja rakentaa opetuksen viitekehyksen. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 40; Huovinen & Rintala 2003, 346.) Myös perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa 2004 korostetaan ottamaan huomioon oppilaan yksilölliset kehitysmahdollisuudet. Yksilöllisten kehitysmahdollisuuksien huomioon ottaminen johtaa kohti omaehtoista harrastuneisuutta. (Opetushallitus 2004.)

*”...Yksilölliset liikunnan tavoitteet pyrin huomioimaan mahdollisuuksien mukaan.” Opettaja 4*

*” ...Oppilaat etenevät kukin omalla kyvyllään tavoitteiden mukaan. Eri asia on oppilaat, jotka esim. liikuntaseuroissa harrastavat tiettyä lajia, heidän kanssaan menettelemme aina tilannekohtaisesti.” Opettaja 5*

## 6) HOJKS:n käyttö liikunnassa

Opettajien vastauksissa on hyvin erilaisia kokemuksia HOJKS:sta liikunnassa. Opettajat 3 ja 4 mainitsevat kirjanneensa liikunnan tavoitteita oppilaan HOJKS:iin. Opettaja 2 kertoo, että yhtään HOJKS -merkintää ei ole tullut hänen urallaan vastaan. Opettajat 1 ja 5 kertovat, että liikunnanopettamisen tavoitteista ja HOJKS:sta on neuvoteltu vanhempien kanssa. Opettajan 1 vastauksesta tulee ilmi, että vanhemmat ovat toivoneet, että HOJKS:iin ei liikunnan osalta tehdä merkintöjä. Opettajan 5 vastauksesta ilmenee, että vanhemmat toivovat, että liikunnan tavoitteiden kohdalla toimitaan mahdollisimman normaalisti.

HOJKS:n tarkoitus on tukea erityistä tukea tarvitsevan oppilaan yksilöllisiä tarpeita. Sen tulee ottaa huomioon oppilaan yksilölliset ominaisuudet, kehitystaso, tukipalveluiden suunnittelu, oppimisvaikeuksien diagnosointi, edistymisen seuranta ja arviointi. (Ikonen 2003, 97-99.) Moni oppilas tarvitsee yksilöityä liikunnanopetusta, vaikka hänellä ei muuten ole tarvetta erityisopetukseen. Tällaisessa tilanteessa opettajalla on tukena oppilaan henkilökohtainen opetussuunnitelma liikuntaan eli HOPS-LI. (Huovinen & Heikinaro-Johansson 2003, 130.) HOPS-LI jää usein kuitenkin tekemättä, koska yleisopetuksen opetussuunnitelman mukaisesti opiskeleville oppilaille ei ole lain mukaan pakollista tehdä yksilöllistä opetussuunnitelmaa. Valtakunnallisissa opetussuunnitelman perusteissa edellytetään kuitenkin, että liikunnanopetusta tulisi yksilöllistää oppilaan tarpeiden mukaan. (Huovinen & Heikinaro-Johansson 2003, 130-131.) Hämeenlinnan Normaalikoulun opetussuunnitelmassa esitetään opetuksen tukitoimissa oppimissuunnitelma ja oppimisen tuen suunnitelma, joiden tarkoituksena on tukea oppilaiden koulunkäyntiä (Hämeenlinnan Normaalikoulu 2006). Oppimisen tuen suunnitelma on periaatteiltaan samansuuntainen kuin HOPS-LI.

Seuraavat esimerkit havainnollistavat, kuinka erilaisia kokemuksia opettajilla on yksilöllisten tavoitteiden kirjaamisesta HOJKS:iin. Kukaan opettajista ei mainitse, että olisi tehnyt perusopetuksessa opiskelevalle oppilaalle yksilöllisen opetussuunnitelman oppimisen tueksi.

*”Joitain HOJKS:ja tehdään erityis- ja luokanopettajien kanssa yhteistyössä. YKSILÖN tilanne ohjaa silloin koko opetussuunnitelmaa...” Opettaja 3*

*”...toimintatavat ovat kehittyneet matkanvarrella ja tarkentavia kirjauksia on tehty HOJKS:iin tarpeen mukaan” Opettaja 4*

*”Yhtään HOJKS siirtoa ei ole tullut urallani vastaan.” Opettaja 2*

*”En ole kirjannut HOJKS:iin, tämä on ollut myös huoltajien toive. Olemme edenneet prosessinomaisesti curriculumissa (vrt. opetussuunnitelman pedagogisena prosessina yksilöllisestä näkökulmasta).” Opettaja 1*

## Tutkimustehtävän kaksi analyysi

Tutkimustehtävässä kaksi pyritään saamaan vastauksia siihen, millaisia kokemuksia Normaalikoulun liikuntaa opettavilla opettajilla on tuen ja tiedon saamisesta soveltavan liikunnanopetuksen toteuttamiseen. Ryhmittely vaiheessa saatujen luokkien perusteella etsitään vastauksia näihin kysymyksiin.

Tutkimushaastattelun kysymysten viisi ja kuusi pohjalta nousi esille seuraavat luokat:

7) opettajan ammattitaito ja autonomisuus

8) moniammatillinen yhteistyö

### 7) opettajan ammattitaito ja autonomisuus

Vastauksista tulee esille, että kaikki opettajat hankkivat hyvin paljon tietoa itse. Tämän perusteella opettajia voidaan pitää hyvin autonomisina toimijoina. Opettajien 1, 2 ja 5 vastauksista voidaan huomata, että he toimivat varsin itsenäisesti tiedonhankinnassa.

*”En ole saanut mistään, vaan haalinut kokemuksella sieltä täältä...” Opettaja 5*

*”Tieto on aina tapaus kerrallaan hankittua itse. Yleensä tukihenkilö on koulun terveydenhoitaja.” Opettaja 2*

*”Kokemuksesta opettajana olen jo varsin autonominen toimija ja haen tietoa tarvittaessa!” Opettaja 1*

*”Hyvät koulutukset ja materiaalit ovat aina tervetulleita” Opettaja 3*

Julkunen (1997) esittää teoksessaan Opetus, oppiminen, vuorovaikutus, että opettaja kerää ammattitaidon koulutuksesta, omista kokemuksista ja itseopiskelusta. Näiden avulla opettaja luo oppilaille turvallisen ja asiantuntevan ympäristön oppimiselle. (Julkunen 1997, 23.) Opettajien vastauksista voidaan havaita, että Julkunen esittämät menetelmät ammattitaidon keräämisestä ovat varsin edustetusti käytössä tutkimukseen osallistuneilla opettajilla. Vastauksien mukaan opettajat

hankkivat tietoa ammattitaitonsa edistämiseksi hyvin paljon itseopiskelulla, mutta myös koulutuksien mahdollisuus on tiedostettu.

Teos Opetusta vai indoktrinaatiota? Valta ja manipulaatio opetuksessa (1997) esittelee Kleinigin ajatuksia autonomian merkityksestä humanistisessa kasvatuksessa, jossa autonomia -käsitteellä on huomattava asema. Käsitettä käytetään monissa merkityksissä, koska sen merkitys ei ole yksiselitteinen. Autonomiia ei liitetä mihinkään yksittäiseen tiedon osa-alueeseen, eikä sitä voida identifioida mihinkään käytännölliseen taitoon tai suhtautumiseen. Autonomian nähdään olevan sitä, kuinka ollaan ja toimitaan. Lisäksi se selvittää toimijan tässä tapauksessa opettajan teot, asenteet, tietämisen ja taidot. Autonomisen ihmisen nähdään pystyvän toimimaan itseohjautuvasti ja omatoimisesti ja hänen uskotaan pystyvän tekemään itsenäisiä ja omaehtoisia valintoja. (Puolimatka 1997, 278.) Autonominen tapa hankkia tietoa näkyy selvästi jokaisen opettajan vastauksessa. Opettajat toimivat hyvin omatoimisesti ja omien päätöksien avulla he pystyvät itse vaikuttamaan opetukseensa ja tiedon hankintaan.

Yhteiskunnan ja opettajan työnkuvan muuttuessa, opettajan on hankittava riittävästi tietoa oppilaan tuntemuksesta, koululainsäädännöstä, opettamistaan asioista ja käytettävissä olevista apuvälineistä. Opettajan on vastattava näihin haasteisiin täydennyskoulutuksen ja elinikäisen oppimisen avulla. (Kari 1990, 108.) Opettajat 1 ja 3 vastaavat yhteiskunnan asettamiin haasteisiin konsultaation, kirjallisuuden ja Internetin tuomin avulla.

*” – Laji- ja didaktiset kurssit (okl; liikunta)*

*Erityisliikunnan kurssit*

*oppaita ja kirjoja (useita)*

*lajiliittojen materiaaleista*

*soveltavan liikunnan kurssi + verkkoympäristö*

*toimintaterapeuttien yhteistyö*

*erityisopettajat*

*oma päättelykyky sekä reflektointi kirjallisuuden tietoon yhdistettynä*

*vinkkejä on tuhansia. Tärkeimpänä opettavan yksilön ja sisällön tunteminen.”*  
*Opettaja 3*

*” Kirjallisuus, Internet, konsultaatio, tukipalvelut ja koulutus. Tärkeintä on opettajan kokonaisvaltainen ja ammattispesifi näkemys yhdistettynä substanssi osaamiseen.” Opettaja 1*

Modernissa opettajantutkimuksessa opettajaa tarkastellaan reflektiivisenä ammattilaisena. Tämä tarkoittaa, että opettajan tulee itse olla koko ajan valmis oppimaan lisää. Omasta työstään opettaja oppii jatkuvasti arvioimalla omaa toimintaa ja osaamistaan ja suhteuttamalla niitä aikaisempiin kokemuksiin, tietoihin ja olemassa oleviin tiedonrakenteisiin. (Julkunen 1997, 206-207.) Opettajan 3 vastauksesta tulee ilmi Julkunen esittelemä oman työn reflektointi. Opettaja 3 kertoo arvioivansa ja pohtivansa omaa työtään ja ammattitaitoaan kirjallisuudesta saadun tiedon avulla.

## 8) moniammatillinen yhteistyö

Kaikki opettajat mainitsivat saaneensa tietoa erilaisilta tukihenkilöiltä. Tällaisia tukihenkilöitä ovat esimerkiksi koulun terveydenhoitaja, toimintaterapeutti, erityisopettaja ja oppilaan vanhemmat.

Opettajalla on mahdollista saada tukea opetukseensa ja suunnitteluunsa, kun liikuntatunnilla on erityistä tukea tarvitseva oppilas. Tällaisia tukipalveluita ovat esimerkiksi täydennyskoulutus, työnohjaus, joustavat ryhmäjärjestelyt, erityistarpeisiin perehdyttäminen ja yhteistyö eri ammattilaisten kanssa. (Huovinen & Rintala 2003, 345; Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998; Huovinen 2000.) Opettajat 4 ja 5 kertovat käyttävänsä koulun ulkopuolelta tulevaa konsultointia apunaan liikuntatuntien suunnittelussa. Syrjäläinen (2002) pitää tällaista yhteistyötä ulkoisena yhteistyönä, johon kuuluu nimenomaan ulkopuolisten asiantuntijoiden kanssa tehty yhteistyö (Syrjälä 2002, 39).

*”Pyörätuolioppilaani takia keskustelin terapeutin sekä sairaalan vastaavan kanssa. Ehkä mediastakin ja kirjoista apua voisi tarvittaessa löytää.” Opettaja 5*

*”...Konsultaatiota antavat tahot käyvät antamassa koululla vinkkejä esim. ”reissuopettaja” ja toimintaterapeutti...Opettajan on mahdollista hakeutua koulutusjaksoille erityiskouluun tai jopa leireille oppilaan kanssa.” Opettaja 4*

Opettajien 1 ja 4 vastauksista nousi esille opettajan ja vanhempien välinen yhteistyö. Jos liikuntaryhmässä on erityistä tukea tarvitseva oppilas, on opettajan hyvä keskustella mahdollisimman monen eri tahon kanssa kuten vanhempien, fysioterapeutin, avustajan ja itse oppilaan kanssa. Tällä tavalla opettaja pystyy miettimään, minkälaista tukea ja sovellusta kyseinen liikuntaryhmä kaipaa, jotta liikuntatunnit olisivat mahdollisimman toimivia ja vastaisivat oppilaiden tarpeita. Toimiva yhteistyö kodin ja koulun välillä auttaa liikuntakasvatuksen toteutuksessa. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 26-29.) Hämeenlinnan Normaalikoulun opetussuunnitelmassa sanotaan, että kodin ja koulun välinen yhteistyö on tärkeää, jotta ongelmat voidaan huomata ja niihin voidaan puuttua riittävän ajoissa. Yhteistyö perustuu molemminpuoliseen kunnioitukseen ja luottamukseen. (Hämeenlinnan Normaalikoulu 2006.)

*”Kysyn aina tarvittaessa ”viisaammilta”...” Opettaja 5*

*”Riittävä tieto oppilaan vamman laadusta ja sen vaikutuksista oppilaan kehitysedellytyksiin ( esim. lääkärilausunnot tms.) Tieto käytettävistä olevista resursseista, välineistä ja materiaaleista. ... Yhteistyö tukitahoihin ja vanhempiin välttämätöntä.” Opettaja 4*

*”...hakeutuisin liikunnan erityisopetuksen täydennyskoulutukseen...paras tuki minulle on vanhempien välittämä tietämys omaan lapseensa liittyen. Tästä lähtökohdasta sitten pyydän konsultaatiota pätevimiltä opettajilta, kirjallisuudesta.” Opettaja 1*

Opettajan 1 vastauksessa mainitaan yhteydenotto muihin opettajiin. Syrjäläinen määrittelee tällaisen koulun sisällä tapahtuvan opettajien välisen yhteistyön sisäiseksi yhteistyöksi, johon kuuluu opettajien väliset keskustelut, yhteisöllisyys ja kollegiaalisuus (Syrjäläinen 2002, 39).

# 5 TUTKIMUKSET TULOKSET

Tutkimuksen tuloksissa tulee kuvata luokittelujen perusteella muodostetut käsitteet ja niiden sisällöt. Näistä muodostetaan johtopäätöksiä, joiden avulla pyritään ymmärtämään, mitkä asiat ovat tutkittavien kannalta merkityksellisiä. Tarkoitus on ymmärtää tutkittavia heidän omasta näkökulmastaan. (Tuomi & Sarajärvi 2004, 115.)

Tämän tutkimuksen tulokset ovat muodostuneet analyysin ryhmittely -vaiheessa saatujen luokkien pohjalta. Luokkien perusteella on muodostettu kolme teoreettista käsitettä, jotka ovat: yksilöllisyys, yksilöllisten liikunnan tavoitteiden kirjaaminen oppilaan HOJKS:iin ja autonomisuus.

## Yksilöllisyys

Yksilöllisyys -käsite muodostuu seuraavien luokkien tiivistetyn yhteenvedon tuloksena; 1) yksilöllisten tarpeiden ja kykyjen huomioonottaminen, 2) opetuksen soveltaminen, 3) avustajat ja kuntoutus ja 4) välineet ja ympäristö. Näissä kaikissa luokissa nousee esille johtavana ajatuksena yksilöllisyyden huomioonottaminen liikuntatunnilla.

Yksilöllisyyden huomioonottaminen näkyy vahvimmin yksilöllisten kykyjen ja taitojen huomioimisessa liikuntatunnilla. Näiden huomioonottaminen tapahtuu erilaisin keinoin esimerkiksi muokkaamalla liikuntatunnin sisältöjä erityistä tukea tarvitsevalle oppilaalle sopiviksi tai tavoitteiden muuntamista yksilöllisiksi. Samoja ajatuksia löytyy teoksista Koululiikuntaa kaikille ja Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan, jotka esittävät yksilöllisten kykyjen ja tavoitteiden asettamisen olevan soveltavan liikunnan lähtökohtia. Näiden avulla opettaja rakentaa viitekehyksen opetukselleen. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 40; Huovinen & Rintala 2003, 346.) Yksilöllisyyden huomioon ottamisen ajatus löytyy myös Perusopetuksen opetussuunnitelmasta 2004. Tämän mukaan liikunnan toiminnallinen luonne edellyttää yksilöllisten kehittymismahdollisuuksien huomioimista. (Opetushallitus 2004.)



Yksilöllisyyden huomiointi näkyy sekä lahjakkaiden että heikkojen oppilaiden erityisellä huomioon ottamisella. Heikinaro-Johansson & Kolkka (1998) toteavat teoksessaan Koululiikuntaa kaikille, että erityistarpeet voivat yhtä hyvin olla pitkäaikaissairaus, vammaisuus tai erityislahjakuus (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 12). Tämä tukee opettajien toimintaa kaikkien erityistä tukea tarvitsevien oppilaiden huomioimisessa.

Yksilöllisten ominaisuuksien huomioiminen toteutuu erilaisten tukitoimien kuten avustajien, ympäristön ja välineiden välityksellä. Tukitoimien käyttö tulee esille avustajien, erilaisten helpottavien/vaikeuttavien välineiden kohtuullisena käyttönä. Tällä tarkoitetaan sitä, että eriyttäviä välineitä ja ympäristöä käytetään vain tarvittaessa.

Välineiden tarkoitus liikuntatunnilla on auttaa oppilasta onnistumaan tehtävässä. Niiden avulla helpotetaan, selkeytetään, tehostetaan ja joissakin tapauksissa jopa vaikeutetaan tekemistä. Soveltavassa liikunnassa välineiden käytön periaate on samanlainen kuin perusliikunnassakin. Tarkoituksena on pyrkiä käyttämään samoja opetus- ja harjoitteluvälineitä. (Koljonen & Ruuskanen 1992, 21; Koljonen & Rintala 2002, 209; Huovinen & Rintala 2003, 353.)

## Yksilöllisten liikunnan tavoitteiden kirjaaminen oppilaan HOJKS:iin

Käsite muodostuu seuraavien luokkien tiivistetyn yhteenvedon tuloksena: 5) tavoitteet ja 6) HOJKS:n käyttö liikunnassa. Näistä nousevat esille yksilöllisten tavoitteiden asettamien oppilaalle ja opetussuunnitelman mukaiset tavoitteet, vaikka niitä ei aina kirjata oppilaan HOJKS:iin.

Huovinen ja Rintala (2003) määrittelevät soveltavan liikunnan tavoitteita teoksessa Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Heidän mukaansa soveltavan liikunnanopetuksen tavoitteet ovat samansuuntaisia kuin yleisen liikunnanopetuksen tavoitteet. (Huovinen & Rintala 2003, 346.) Oppilaan yksilölliset kyvyt ja tavoitteet korostuvat, kun asetetaan soveltavan liikunnanopetuksen tavoitteita. Tärkeää on ottaa huomioon oppilaan vahvuudet ja mielenkiinnon kohteet. Näiden avulla opettaja rakentaa opetuksen viitekehyksen. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 40; Huovinen & Rintala 2003, 346.)

Tavoitteiden asettamisesta nousee esille nämä edellä mainitut kaksi näkökulmaa. Toinen näkökulma noudattaa erityistä tukea tarvitsevilla oppilailla opetussuunnitelman mukaisia tavoitteita ja toinen

näkökulma tukee yksilöllisten tavoitteiden asettamista. Tavoitteiden saavuttamisen keinoksi nousee eriyttäminen, joka tarkoittaa yksilöllisten reittien kautta saavutettuja tavoitteita.

Yksilöllisten tavoitteiden kirjaamisesta HOJKS:iin on erilaisia kokemuksia. Toiset ovat kirjanneet tavoitteita oppilaan HOJKS:iin ja toisilla ei ollut kokemuksia tästä ollenkaan. HOJKS:iin kirjaamisen yhteydessä nousi esille vanhempien toiveet liikunnan tavoitteiden kirjaamisen poistamisesta.

HOJKS:n tarkoitus on tukea erityistä tukea tarvitsevan oppilaan yksilöllisiä tarpeita. Sen tulee ottaa huomioon oppilaan yksilölliset ominaisuudet, kehitystaso, tukipalveluiden suunnittelu, oppimisvaikeuksien diagnosointi, edistymisen seuranta ja arviointi. (Ikonen 2003, 97-99.) Moni oppilas tarvitsee yksilöityä liikunnanopetusta, vaikka hänellä ei muuten ole tarvetta erityisopetukseen. Tällaisessa tilanteessa opettajalla on tukenaan oppilaan henkilökohtainen opetussuunnitelma liikuntaan eli HOPS-LI. (Huovinen & Heikinaro-Johansson 2003, 130.)

HOPS-LI jää usein kuitenkin tekemättä, koska yleisopetuksen opetussuunnitelman mukaisesti opiskeleville oppilaille ei ole lain mukaan pakollista tehdä yksilöllistä opetussuunnitelmaa. Valtakunnallisissa opetussuunnitelman perusteissa edellytetään kuitenkin, että liikunnanopetusta tulisi yksilöllistää oppilaan tarpeiden mukaan. (Huovinen & Heikinaro-Johansson 2003, 130-131.) Aineistosta tulee esille, että opettajat määrittävät opetuksensa tueksi oppilaille yksilöllisiä tavoitteita, koska ajatus löytyy opetussuunnitelmasta, mutta he eivät kirjaa niitä ylös HOJKS:iin tai HOPS –LI:hin. Tämä on hyvin yleinen puute koululiikunnassa (Heikinaro-Johansson 1995, 67).

## Autonomisuus

Autonomisuus -käsite muodostuu seuraavien luokkien tiivistetyn yhteenvedon tuloksena: 7) opettajan ammattitaito ja autonomisuus ja 8) moniammatillinen yhteistyö. Näistä nousee esille opettajien luottamus omaa ammattitaitoaan kohtaan, koska he näkevät itsensä hyvin autonomisena toimijana hankkiessaan lisää tietämystä opetukseensa. Tämä välittyi hyvin opettajien vastauksissa, sillä he pitivät omaa ammattitaitoaan ja oppilaiden tuntemusta tärkeimpänä työvälineenä soveltavassa liikunnanopetuksessa.

Opettajan itsenäisestä tiedonhankinnasta ja oppilaan tuntemuksen tärkeydestä opettajan ammattitaidon kannalta puhutaan Karin (1990) teoksessa Opetus ja kasvatustyö ammattina.

Yhteiskunnan ja opettajan työnkuvan muuttuessa, opettajan on hankittava riittävästi tietoa oppilaan tuntemuksesta, koululainsäädännöstä, opettamistaan asioista ja käytettävissä olevista apuvälineistä. Opettajan on vastattava näihin haasteisiin täydennyskoulutuksen ja elinikäisen oppimisen avulla. (Kari 1990, 108.) Hankittuaan riittävän kattavasti tietoa oppilaistaan ja opetukseen vaikuttavista tehtävistä opettajan tulee arvioida kuinka paljon ja minkälaista tukea hänen ryhmänsä oppilaat tulevat tarvitsemaan. Tämän arvion mukaan opettaja hankkii mahdollisia tukitoimia oppilaille/oppilaalle. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 26-27.)

Autonomian nähdään olevan sitä, kuinka ollaan ja toimitaan. Lisäksi se selvittää toimijan tässä tapauksessa opettajan teot, asenteet, tietämisen ja taidot. Autonomisen ihmisen nähdään pystyvän toimimaan itseohjautuvasti ja omatoimisesti ja hänen uskotaan pystyvän tekemään itsenäisiä ja omaehtoisia valintoja. (Puolimatka 1997, 278.) Tutkimuksen tuloksista nousee esille opettajien tapoja toimia varsin itseohjautuvasti ja omatoimisesti tiedonhankintatilanteissa. Opettajat luottavat omaan ammattitaitoonsa ja kykyynsä hankkia itsenäisesti tarkoituksenmukaista tietoa ja tukea.

## 6 TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS

Tuomi ja Sarajärvi (2004) esittelevät teoksessa *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi* hyvän tutkimuksen tunnuspiirteitä. Hyvän tutkimuksen tunnuspiirteenä voidaan pitää sisäistä johdonmukaisuutta. Tutkimusraportissa tämä tarkoittaa esimerkiksi tarkoituksenmukaisten lähteiden käyttöä. Myös lähteiden käyttötapa on oleellinen mittari arvioitaessa tutkimuksen luotettavuutta. Toinen vaatimus tutkimuksen luotettavuudelle on tutkimuksen eettinen kestävyys. Tämä tarkoittaa sitä, että tutkimuksen tulokset vaikuttavat eettisiin ratkaisuihin mutta myös tutkijan eettiset kannat vaikuttavat tutkimustyössä tehtyihin ratkaisuihin. (Tuomi & Sarajärvi 2004, 122-124.)

Tutkimuksen eettiset ratkaisut vaikuttavat tutkimuksen uskottavuuteen. Uskottavuudella tarkoitetaan sitä, että tutkijat käyttävät hyvää tieteellistä käytäntöä. Hyvää tieteellistä käytäntöä voidaan loukata esimerkiksi puutteellisella viittaamisella aikaisempiin tutkimuksiin, tutkimustulosta tai käytettyjen menetelmien puutteellinen raportointi, tulosten vaillinainen kirjaaminen tai samojen tulosten julkaiseminen toiseen kertaan. (Tuomi & Sarajärvi 2004, 129-130.)

Tässä tutkimuksessa tutkimusraportti on pyritty tekemään noudattaen sisäistä johdonmukaisuutta. Konkreettisesti tämä näkyy siinä, että olemme pyrkineet käyttämään ensisijaisia lähteitä ja viittaamaan niihin asianmukaisesti. Olemme myös etsineet teoreettiseen viitekehykseen useiden asiantuntijoiden käsityksiä. Tutkimuksen eettinen pohja on perusteltu tutkimuksen tieto- ja ihmiskäsityksen perusteella. Tutkimuksen tieto- ja ihmiskäsitys on fenomenologis-hermeneuttinen, jonka mukaan tietoa ei voida erottaa tiedon tuottajasta, koska tiedon luonne on inhimillistä, subjektiivista ja arvosidonnaista. (Syrjälä 1994, 77.) Subjektiivisuudella tarkoitetaan, että ei ole olemassa yhtä ainoasta totuutta vaan tiedolla on useita ulottuvuuksia (Lehtinen 2001).

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa ei enää puhuta niin sanotusta objektiivisesta yhden totuuden näkemyksestä. Nykyään laadullisessa tutkimuksessa nojaututaan tiedon subjektiiviseen luonteeseen. Guban ja Lincolnin (1983) mukaan kvalitatiivisessa tutkimuksessa voidaan

luotettavuuden sijaan puhua tutkimuksen uskottavuudesta, joka sisältää neljä eriliasta tekijää; 1) vastaavuus, 2) siirrettävyys, 3) tutkimuksen arviointi ja 4) vahvistettavuus. (Järvinen 1999, 33; Guba & Lincoln 1983, 186.)

Vastaavuudella tarkoitetaan sitä, että tutkijoiden tekemien havaintojen pohjalta tehtyjen tulkintojen pitäisi vastata tutkimuskohteena olevien henkilöiden merkityksiä. Siitä ei ole täyttä varmuutta kuinka tällainen vastaavuus saavutetaan, mutta Guban ja Lincolnin mukaan tutkimuksen vastaavuutta voidaan lisätä esimerkiksi olemalla ”kentällä” tarpeeksi kauan tai käyttämällä triangulaatiota. Mahdollista on myös luettaa tulkinnat itse tulkittavilla taikka kollegoilla. Näin saadaan poistettua virheitä, joita tutkijat eivät itse huomaa. (Järvinen 1999, 33; Guba & Lincoln 1983, 186.)

Tutkimuksessa vastaavuutta voidaan perustella sillä, että pyysimme asiantuntijoilta, Tampereen yliopiston opettajankoulutuslaitoksen Hämeenlinnan toimipaikan liikunnan lehtoreilta sekä erityispedagogiikan asiantuntijalta mielipiteitä, jotta saimme lomakehaastattelun kysymyksistä mahdollisimman luotettavia. Tämän lisäksi pyysimme muutamaa liikuntaa erikoistunutta opiskelijaa vastaamaan lomakehaastatteluun, jotta saisimme varmuuden siitä, että lomakehaastattelun avulla saadaan tutkimuksen kannalta tarkoituksenmukaista tietoa.

Siirrettävyydellä tarkoitetaan mahdollisuutta soveltaa tutkimuksen tuloksia toiseen ympäristöön. Jotta tutkimustuloksia voidaan soveltaa muuhun kontekstiin, tulee aineiston ja koko tutkimuksen kuvailu olla tarkkaa ja yksityiskohtaista. Lukija voi esimerkiksi suhteuttaa tuloksia omaan kokemukseensa maailmasta. Tutkija voi myös suhteuttaa havaintonsa yleisempään teoriaan. (Järvinen 1999,34; Guba & Lincoln 1983, 186.) Tutkimusraportissa on kuvattu yksityiskohtaisesti käytettyä lomakehaastattelua, tutkimuskohdetta ja -ympäristöä, aineistonkeruumenetelmää ja analyysiä. Tutkimuksessa on perusteltu kattavasti näiden käyttöä. Tällä tavalla saavutetaan riittävä siirrettävyys tutkimukselle.

Tutkimustilanteen arvioinnilla tarkoitetaan epävarmuustekijöitä, jotka heikentävät tutkimuksen reliabiliteettia. Kyse on tutkijan ja koko tutkimusprosessin luotettavuudesta ja uskottavuudesta. Tutkijan on tiedostettava oma vaikutus tutkimuksen kulkuun ja näin kerrottava mahdollisimman tarkasti tutkimuksen eri vaiheet. Tutkijan täytyy kiinnittää huomiota aineiston riittävyteen, kohderyhmän edustavuuteen ja analyysin kattavuuteen. (Järvinen 1999, 34-35; Guba & Lincoln 1983, 186.)

Tutkimuksessa on selvitetty erittäin tarkkaan, mitkä ovat tutkimuksen lähtökohdat ja kuinka se etenee. Aineisto on kerätty lomakehaastattelulla ja sen avulla on saatu hyvinkin kattavat vastaukset. Aineisto on riittävän kattava, koska tarkoitus oli kerätä tarvittaessa lisää aineistoa, mutta se osoittautui tarpeettomaksi. Valitsimme lomakehaastattelun, jotta vastaaminen arkaan aiheeseen olisi helpompaa. Tutkimuksessa tämä toteutui hyvin, sillä vastaukset olivat hyvin monipuolisia ja opettajat uskalsivat vastata todenmukaisesti. Kohderyhmän edustavuus olisi voinut olla suurempi tutkimuksen paremman luotettavuuden kannalta. Analyysin kattavuus tulee ilmi tutkimusraportista. Aineisto on analysoitu eri näkökulmista eli kaikkien pelkistetyssä saatujen teemojen kannalta.

Vahvistettavuudella tarkoitetaan niitä tapoja, joilla tutkimuksen uskottavuutta koetellaan. Tukea ja vahvistusta johtopäätöksillä ja tulkinnoille saadaan, kun käytetään useita menetelmiä tai suhteutetaan havainnot muihin tutkimuksiin tai laajempiin teorioihin. (Järvinen 1999,35; Guba & Lincoln 1983, 186.) Tutkimuksessa ei ole käytetty useita aineistonkeruumenetelmiä, mutta aineiston analyysissä tutkimuksen teoreettisen viitekehysten ja aineistosta otettujen esimerkkien välinen vuoropuhelu on vilkasta.

## 7 POHDINTAA

Tutkimuksen ajatus lähti liikkeelle yhteiskunnan haasteesta toteuttaa inklusiivinen koulujärjestelmä. Inklusiivisen ajatuksen mukaan koulun tulisi olla valmis kouluttamaan kaikki oppilaat ja järjestämään kaikille tarvittavat tuki- ja kuntoutuspalvelut. Inklusion pääajatuksena on mukana oleminen, ei mukaan tuleminen. Tämä ajatus asettaa valtavia haasteita liikuntakasvatukselle ja tämän myötä liikunnanopetukselle, sillä kaikilla oppilailla tulisi olla mahdollisuus ja oikeus osallistua liikuntatunnille. Laadukkaan ja inklusiota toteuttavan liikunnanopetuksen lähtökohtana tulisi olla oppilas, jonka yksilölliset kyvyt ja tarpeet huomioidaan ja hänen kiinnostuksensa kohteet ja vahvuudet otetaan huomioon opetuksen suunnittelussa.

Kiinnostus soveltavaa liikuntaa kohtaan heräsi miettiessä inklusion toteutumista peruskoulun liikuntatunneilla. Miettiessämme soveltavan liikunnan mahdollisuuksia peruskoulussa, ajauduimme pohtimaan onko soveltava liikunta syy vai seuraus inklusion toteutumisen haasteessa? Eli onko soveltava liikunta inklusion tuotosta vai toteuttaako soveltava liikunta inklusion ajatusta.

Tämän pro gradu -tutkielman tulokset kertovat Hämeenlinnan Normaalikoulun liikuntaa opettavien opettajien kokemuksista soveltavan liikunnan toteuttamisesta ja heidän tavoistaan hankkia tietoa ja tukea omaan opetukseensa. Tutkimuksen tulokset vastaavat mielestämme hyvin asettamiimme tutkimustehtäviin, sillä tutkimuksesta nousee esille muutamia erittäin tärkeitä asioita, jotka koskevat soveltavan liikunnan toteuttamista ja opettajien tapoja hankkia tietoa ja tukea liikunnanopetukseen. Tutkimuksen tuloksen kannalta tärkeitä esille nousevia asioita ovat: *yksilöllisyyden korostaminen liikunnanopetuksessa, HOJKS:n käyttö liikunnassa sekä opettajien autonomisuus tiedonhankkijana.*

Tutkimusten tulosten taustalla näkyy selvästi tutkimuksen fenomenologis-hermeneuttinen ihmis- ja tietokäsitys, jonka tärkeitä piirteitä tutkimuksen tekemisen kannalta ovat kokemus, merkitys, yhteisöllisyys, ymmärtäminen ja tulkinta (Aaltola 2001, 26). Tutkimuksessa olemme pyrkineet tulkitsemaan ja ymmärtämään saatuja vastauksia juuri opettajien ymmärryksen ja kokemuksen kannalta. Tieteellinen tutkimus ei kuitenkaan voi koskaan saavuttaa absoluuttista totuutta, koska

tiedolla on aina olemassa useampia todellisuuksia. Tutkijan tehtävänä on selvittää kuinka tutkittava hahmottaa itseään ja ympäristöään. (Lehtinen 2001; Syrjälä 1994, 77.)

Tuloksista voidaan päätellä, että opettajat tukevat oppilaiden yksilöllisyyttä monipuolisin keinoin. He kunnioittavat oppilaiden kykyjä ja tarpeita ja yrittävät mahdollistaa kaikkien oppilaiden osallistumisen koululiikuntaan. Liikunnanopetuksen mahdollistaminen näkyy esimerkiksi avustajien ja erikoisvälineiden käyttönä. Yksilöllisyyden huomioonottaminen oli tuloksista odotettavaa, sillä liikuntaryhmät ovat erittäin heterogeenisiä. Nykypäivänä yksilöllisyyden huomioonottaminen on opettajan työssä arkipäivää, joten uskomme, että opettajat eivät aina edes tiedosta eriyttävänsä opetusta.

Yksilöllisyyden huomioimisesta huolimatta HOJKS:n käyttö liikunnanopetuksen apuvälineenä on yllättävänkin vähäistä. Oletimme, että liikunnan osalta HOJKS:iin tehtäisiin enemmän liikuntaa koskevia merkintöjä, koska erityistä tukea tarvitsevien oppilaiden määrä on kasvanut. Tutkimuksen tuloksista voidaan huomata, että monesti HOJKS:iin ei tehdä liikunnan osalta merkintöjä vanhempien toiveesta. HOJKS:n käyttö liikunnanopetuksen tukena on pulmallista, sillä liikunnanopetuksessa on tarkoitus noudattaa normaalia opetussuunnitelmaa mahdollisimman pitkälle, mutta yksilöllisten tavoitteiden asettaminen olisi opettajan työtä helpottava tekijä. Yksilöllisen opetussuunnitelman noudattaminen antaa viitekehyksen opettajan työlle ja sen avulla oppilaalle on helpompi järjestää omien kykyjen mukaista liikunnanopetusta.

Tutkimuksesta nousi esille opettajien autonominen tapa hankkia tietoa ja tukea liikunnanopetukseen. Opettajat kertoivat hankkivansa tietoa hyvin itsenäisesti kirjallisuudesta, Internetistä, konsultoimalla muita opettajia ja tekemällä yhteistyötä muiden ammattilaisten kanssa. He kertoivat hankkivansa tietoa ja tukea tilanteen ja tarpeen mukaan. Meidän mielestä tämä oli melko yllättävää, koska olimme kuvitelleet, että liikunnan osalta tehtäisiin enemmän yhteistyötä. Tuloksista voidaan todeta, että opettajat tekevät jonkin verran yhteistyötä eri ammattilaisten, kuten terveydenhoitajan ja liikuntaterapeutin kanssa, mutta he eivät kertoneet yhteistyöstä samassa koulussa toimivien liikunnanopettajien kanssa. Tämä on meidän mielestä hämmästyttävää, koska oman koulu yhteisön tuki on erittäin tärkeää opettajan ammattitaidon ja jaksamisen kannalta.

Tutkimuksen teoreettista viitekehystä rakentaessa olemme tutustuneet soveltavaa liikuntaa koskevaan kirjallisuuteen ja Internetistä saatavaan tietoon. Tutkimuksen edetessä huomasimme, että alan kirjallisuutta on erittäin hyvin saatavilla ja Internetissä olevien laji- ja tukiliittojen tarjoamat



sivustot ovat erittäin kattavat ja käyttökelpoiset. Kirjallisuudesta löytyy tietoa sekä yleisesti soveltavasta liikunnasta että tarkentavaa tietoa tietyn tuen huomioon ottamisesta. Kirjallisuuden ja Internetin tarjoaman tiedon laajuuden ja tason vuoksi emme ihmettele, että opettajat käyttävät näitä paljon tiedonlähteenä ja opetuksen tukena.

Soveltavan liikunnan merkitys koululiikunnassa on erittäin merkittävä, koska näemme, että koko koululiikunnan tulisi noudattaa soveltavan liikunnanopetuksen ideologiaa. Uskomme, että jokaisen oppilaan tulisi saada yksilöllistä liikunnanopetusta, huolimatta siitä, onko oppilaalla erityisen tuen tarvetta. Mielestämme laadukkaan koululiikunnan taustalla nähdään olevan samoja periaatteita kuin soveltavalla liikunnalla on. Uskomme, että useat opettajat noudattavat tiedostamattaan soveltavan liikunnanopetuksen työtapoja eriyttämällä opetustaan ja antamalla oppilaille vaihtoehtoja. Soveltavassa liikunnassa ei ole kysymys mistään ”taikatempuista”, vaan sitä voidaan järjestää pienillä ja yksinkertaisilla toimenpiteillä, jotka mahdollistavat jokaisen oppilaan täysipainoisen osallistumisen liikuntatunnille.

Liikunnanopetuksen suurimpia haasteita on luoda sosiaalisaffektiivisesti turvallinen oppimisympäristö. Tällä tarkoitetaan niitä ongelmia, jotka liittyvät epäonnistumisen kokemuksiin ja ulkopuoliseksi jäämisen tunteeseen. Nämä tunteet johtuvat usein liiallisesta taitojen korostamisesta, jolloin heikommat oppilaat joutuvat ahdistaviin jopa pelottaviin tilanteisiin. Soveltava liikunta auttaa turvallisen sosiaalisaffektiivisen oppimisympäristön luomisessa, sillä sen tavoitteena on hyväksyä jokainen oppilas omana itsenään ja luoda tunnille tasa-arvoinen ilmapiiri.

Tämä tutkimus on pintaraapaisu koko soveltavan liikunnan kentällä. Sen tarkoituksena ei ollut saada mittavia tuloksia soveltavan liikunnan tilasta, vaan tutkimus selvittää Hämeenlinnan Normaalikoulun yksittäisten liikuntaa opettavien opettajien ajatuksia soveltavasta liikunnanopetuksesta. Soveltavaa liikuntaa koskien olisi paljon mielenkiintoisia ja tärkeitä lisätutkimustehtäviä. Pohdimme esimerkiksi, että oppilaiden tuntemusten selvittäminen yksilöllisyyden huomioonottamisesta liikuntatunnilla, henkilökohtaisen opetussuunnitelman laatiminen liikuntaan, opettajien välinen yhteistyö liikunnassa ja koulutuspoliittiset suuntaukset inklusio -ajatuksen valossa olisivat mielenkiintoisia tutkimusaiheita, jotka heräsivät tätä tutkimusta tehdessä.

Soveltavaa liikuntaa on Suomessa tehty tutuksi erilaisien projektien avulla, joista viimeisin on SoveLi ry:n järjestämä soveltavan liikunnan teemavuosi 2006. Tällaiset projektit ovat erittäin

tärkeitä liikunnan kentällä, koska ne helpottavat niin soveltavan liikunnan järjestämistä kuin siihen osallistumista. SoveLi ry:n valtakunnallisesti tunnetun iskulauseen tarkoituksena on viestittää, että liikunta sopii kaikille.

*Liikunta sopii minulle!*

*SoveLi ry*

# LÄHTEET

**Aaltola, J. & Valli, R. 2001.** Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

**Alanko, R., Remahl, V. & Saari, A. 2004.** Ota minut mukaan. Erityistukea tarvitseva lapsi leikissä ja liikunnassa. Suomen Invalidien Urheiluliitto. Frenckellin Kirjapaino Oy.

**Alasuutari, P. 1993.** Laadullinen tutkimus. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

**Banister, P., Burman, E., Parker, I., Taylor, M. & Tindall, C. 1994.** Qualitative methods in psychology: A research guide. Buckingham: Open University Press.

**Corbett, J. 2001.** Supporting Inclusive Education. A Connective Pedagogy. London: Routledge Falmer.

**Eskola, J. 2001.** Laadullisen tutkimuksen juhannustaiat. Laadullisen tutkimuksen analyysi vaihe vaiheelta. Teoksessa: Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus. 133-157.

**Eskola, J. & Suoranta, J. 1996.** Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Rovaniemi: Lapin yliopisto.

**Grönfors, M. 1982.** Kvalitatiiviset kenttätömenetelmät. Juva: WSOY:n graafiset laitokset.

**Guba, E.G. & Lincoln, Y.S. 1983.** Effective Evaluation. Improving the Usefulness of Evaluation Results Through Responsive and Naturalistic Approaches. Jossey-Bass Publishers.

**Heikiaro-Johansson, P. 1995.** Including Students with Special Needs in Physical Education. Jyväskylä: Jyväskylä University Printing House and Sisäsuomi Oy. Studies in sport, physical education and health 39.

**Heikinaro-Johansson, P. 2004.** "Tavoitteena laadukas liikuntakasvatus". Liikunta & Tiede. 4/04, 8.

**Heikinaro-Johansson, P. & Kolkka, T. 1998.** Koululiikuntaa kaikille. Soveltavan liikunnanopetuksen opas. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.

**Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2001.** Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus.

**Huovinen, T. 2000.** Soveltava liikunnanopetus muuttuvassa koulussa. Toiminta tutkimus erityisliikunnanopettajan työstä. Jyväskylän yliopisto. Liikunnanpedagogiikan lisensiaattitutkimus.

**Huovinen, T. & Heikinaro-Johansson, P. 2003.** Henkilökohtainen opetussuunnitelma liikuntaan. Teoksessa: (toim.) Heikinaro-Johansson, P., Huovinen, T. & Kytökorpi, L. 2003. Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Porvoo: WS Bookwell Oy.

**Huovinen, T. & Rintala, P. Soveltava liikunnanopetus. Teoksessa: Heikinaro-Johansson, P., Huovinen, T. & Kytökorpi, L. (toim.) Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. 2003.** Porvoo: WS Bookwell Oy.

**Ihatsu, M., Ruoho, K. & Happonen, H. Integraatiosta inklusiiviseen kouluun- utopiaa vaiko todellisuutta. Teoksessa: Murto, P. (toim.) 1999.** Yhteinen koulu kaikille- onko inklusio tarua vai totta? Jyväskylä: Jyväskylän yliopistopaino.

**Ikonen, O. 2003.** HOJKS. Teoksessa: Ikonen, O. & Virtanen, P. (toim.) 2003. HOJKS II. Yksilölliset opetussuunnitelmat ja opetus. Juva: WS Bookwell Oy.

**Ikonen, O., Juvonen, J. & Ojala, T. (toim.) 2002.** Kohtaamisia koulupolulla. Kasvun ja oppimisen tukeminen. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

**Ikonen, O., Virtanen, P. & Pirttimaa, R. Yksilöllisyyden ja eriyttämisen vaatimusten huomioonottaminen. Teoksessa: Ikonen, O. & Virtanen, P. (toim.) 2001.** HOJKS. Erilaisia oppijoita, erilaisia lähestymistapoja. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino.

**Ikonen, O., Rönty, S. & Linnilä, M. 2003. Moniammatillisuuden monet kasvot. Teoksessa: Ikonen, O. & Virtanen, P. (toim.) 2003.** HOJKS II. Yksilölliset opetussuunnitelmat ja opetus. Juva: WS Bookwell Oy.

**Julkunen, M-L. (toim.) 1997.** Opetus, oppiminen, vuorovaikutus. Juva: WSOY.

**Kari, J. 1990.** Opetus- ja kasvatustyö ammattina. Keuruu: Kustannusosakeyhtiö Otavan painolaitokset.

**Koljonen, M. & Rintala, P. 2002.** Soveltavan liikunnanohjauksen ja -opetuksen perusteet. Teoksessa: Mälkiä, E. & Rintala, P. 2002. Uusi erityisliikunta. Liikunnan sovellutukset erityisryhmille. Tampere: Liikuntatieteellinen Seura.

**Koljonen, M. & Ruuskanen, J. Soveltavan liikunnanopetuksen ja -ohjauksen perusteet. Teoksessa: Mälkiä, M. (toim.) 1992.** Uusi erityisliikunta II. Liikunnan sovellutukset. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

**Ladonlahti, T., Naukkarinen, A. & Vehmas, S. 2001.** Poikkeava vai erityinen? Erityispedagogiikan monet ulottuvuudet. Juva: WS Bookwell Oy.

**Lehtinen, T. 2001.** Lehtori, VTL. Luentosarja. Helsingin avoin yliopisto.

**Mattila, R. ”Liikunnan esteet ja kehitystarpeet tarkastelun kohteeksi.” Liikunta & Tiede 4/06, 12-13.**

**Miles, M.B. & Huberman, A.M. 1994.** Qualitative data analysis (2. painos) California: Sage.

**Murto, P. (toim.) 1999.** Yhteinen koulu kaikille- Onko inklusio tarua vai totta? Jyväskylä: Jyväskylän yliopistopaino.

**Perusopetuslaki 21.8.1998/628.**

**Pietilä, V. 1976.** Sisällön erittely. Helsinki: Oy Gaudeamus Ab.

**Puolimatka, T. 1997.** Opetusta vai indoktrinaatiota? Valta ja manipulaatio opetuksessa. Tampere: Tammer-Paino Oy.

**Rintala, P. 1997.** Lasten erityisliikunnan perusteet. Työkirja. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 107. Jyväskylä: Kopijyvä Oy.

**Saloviita, T. 1999.** Kaikille avoimeen kouluun. Erilaiset oppilaat tavallisella luokalla. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

**Syrjälä, L., Ahonen, S., Syrjäläinen, E. & Saari, S. 1994.** Laadullisen tutkimuksen työtapoja. Rauma: Kirjapaino Oy West Point.

**Syrjäläinen, E. 2002.** Eikö opettaja saisi jo opettaa? Koulun kehittämisen paradoksi ja opettajan työuupumus. Tampereen yliopiston opettajankoulutuslaitoksen julkaisuja A 25.

**Tuomi, J. & Sarajarvi, A. 2004.** Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

**Virtanen, P. & Ikonen, O. 2001.** Henkilökohtainen opetuksen järjestämistä koskeva suunnitelma HOJKS. Teoksessa: Ikonen, O. & Virtanen, P. (toim.) 2001. HOJKS. Erilaisia oppijoita, erilaisia lähestymistapoja. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino.

**Väyrynen, S. Miten opitaan elämään yhdessä? –Inklusion monet kasvot. Teoksessa: Murto, P., Naukkarinen, A. & Saloviita, T. (toim.) 2001.** Inklusion haaste koululle. Oikeus yhdessä oppimiseen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

**Yrjönsuuri, R. & Yrjönsuuri, Y. 2003.** Opiskelu, oppiminen, osaaminen. Hamina: Oy Kotkan Kirjapaino Ab.

## Sähköiset lähteet

**Hämeenlinnan Normaalikoulu 2006.** ”Hämeenlinnan Normaalikoulun opetussuunnitelma”. Viitattu 28.11.2006.

<URL:<http://www.uta.fi/laitokset/normaalikoulu/hyperops/index.htm>>

**Nuori Suomi ry 2002.** Nuori Suomi. Viitattu 1.12.2006.

<URL: <http://www.nuorisuomi.fi>>

**Opetushallitus 2004.** Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004. Helsinki: Opetushallitus. Viitattu 20.9.2006

<URL: [http://www.oph.fi/info/ops/pops\\_web.pdf](http://www.oph.fi/info/ops/pops_web.pdf)>

**Opetushallitus 2005.** Opettajan verkkopalvelu. Helsinki: Opetushallitus. Viitattu 1.12.2006.

<URL: <http://www.edu.fi>>

**Soveltava Liikunta 2004.** SoveLi ry. Viitattu 1.12.2006.

<URL: <http://www.soveli.fi>>

Hei!

Opiskelemme Tampereen yliopiston opettajankoulutuslaitoksen Hämeenlinnan toimipaikassa ja teemme Pro gradu- tutkielmaa soveltavan liikunnanopetuksen toteutuksesta peruskoulun alaluokilla. Haluamme kohdistaa tutkimuksemme Hämeenlinnan Normaalikoulun liikuntaa opettaviin opettajiin.

Soveltavalla liikunnanopetuksella tarkoitamme sellaista liikunnanopetusta, jossa otetaan huomioon jokaisen lapsen yksilölliset kyvyt ja tarpeet. Koko opetuksen pääajatuksena on, että liikuntaympäristö, tavoitteet, opetussisällöt ja opetusmenetelmät tehdään oppilaalle sopiviksi. Olemme erityisen kiinnostuneita siitä, kuinka opettajat ottavat huomioon erityistä tukea tarvitsevan oppilaan liikuntatunnilla. Erityistä tukea tarvitsevilla oppilailla tarkoitamme oppilaita, jotka tarvitsevat yksilöllistä huomiointia opetuksessa ja oppimisessa. Tuen tarve voi johtua vammasta, pitkäaikaissairaudesta, toimintakyvyn heikkenemisestä, sosiaalistaitojen vaikeudesta, mutta yhtä hyvin myös lahjakkuudesta. Olemme myös kiinnostuneita tietämään millaista tukea ja tietoa opettajat ovat saaneet soveltavan liikunnan järjestämistä varten ja mistä he ovat näitä saaneet.

Olisimme kiitollisia, jos osallistuisit tutkimukseemme ja vastaisit ohessa oleviin kysymyksiin koskien soveltavaa liikunnanopetusta. Toivoisimme, että vastaisitte 31.10.2006 mennessä. Lomakkeen voitte palauttaa sopimallamme tavalla.

Ystävällisin terveisin: Maija Vehmas ([maija.vehmas@uta.fi](mailto:maija.vehmas@uta.fi))

Janika Rikkonen ([janika.rikkonen@uta.fi](mailto:janika.rikkonen@uta.fi))













