



Liikuntadidaktiikan jatkokurssi

"Vesi on tärkeää. Jos vettä ei olisi niin emme voisi oppia uimaan, ja sitten me hukkuisimme." (ekaluokkalaisten Lotan viisaus)

Liikuntadidaktiikan jatkokurssi
Susanna Saari



Tehtävät

- * Opetuskertoja kaksi (ryhmässä)
- * Kaupungin uinninopetuksen seuraaminen 1 krt (tarkemmat aikataulutiedot myöhemmin)
- * Itsenäinen videointitehtävä kuivanäytöistä ja vertaispalaute

Itsenäinen tehtävä

(pohjalla kuivanäyttödemo salissa)

- * Tee (yksin) opetusvideo (max. 5min) uintityylistä, jota et opettanut.
- * Tuo verbaalisesti esiin uintitekniikan ydinkohdat ja samalla havainnollista niitä kuivanäytöin. Esitä myös yhtäjaksoinen kuivanäyttö käsivedosta, joka sisältää useamman toiston pystyssä (su, kr) ja 'uintiasennossa', lantio n. 90 asteen kulmassa (ru, kr). Muista myös hengitys (ru, kr). Rinulista myös kokonaissuoritus pystyasennossa eli rytmi.
- * Kertaa tekniikat esim. peruskurssin materiaaleista.
- * Käytä myös moniviestimen videoita suunnittelun ja harjoittelun tukena. Sieltä löytyy video myös kuivanäytöistä.
<https://moniviestin.jyu.fi/ohjelmat/sport/vesiliikunta/uinti1>
- * Harjoittele peilin edessä!
- * Voit tehdä videon yhdellä otolla tai editoida yhdeksi tiedostoksi. Palautus Pedanettiin.
- * Vertaispalaute

Omat kokemukseni vesiliikunnasta

- * Mieti hetki omia kokemuksiasi liittyen vesiliikuntaan koulussa. Ne voivat olla positiivisia, negatiivisia tai neutraaleja





Vesiliikunnan opetuksen tavoitteet

"Vesi on tärkeää. Jos vettä ei olisi niin emme voisi oppia uimaan, ja sitten me hukkuisimme." (ekaluokkalaisten Lotan viisaus)



UIMATAIDON JA VESITURVALLISUDEN EDISTÄMINEN



Missio: yksikään ei huku



Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet OPS 2016

- * Vuosiluokilla 1 - 2

- * T5

- * Tavoitteena 'tutustuttaa oppilas vesiliikuntaan ja varmistaa alkeisuimataito'.

- * 'Vesiliikunta ja uinti kuuluvat liikunnan opetukseen'.

- * Veteen tottuminen, 10m uinti

- * Vuosiluokilla 3 - 6

- * T6 Tavoitteena 'opettaa uimataito, jotta oppilas pystyy liikkumaan vedessä ja pelastautumaan vedestä'.

- * S1 'Liikunnan opetukseen kuuluu uinnin, vesiliikunnan ja vesipelastuksen opetusta.'

- * Liikunnan arviointikriteerit 6. vuosiluokan päätteeksi arvosanalle 8

- ...

- * 'Oppilas on perusuimataitoinen (Osaa uida 50 metriä kahta uintitapaa käyttäen ja sukeltaa 5 metriä pinnan alla).

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet OPS 2016

- * Vuosiluokilla 7 – 9
 - * T6 Tavoitteena 'vahvistaa uima- ja vesipelastustaitoja, jotta oppilas osaa sekä uida että pelastautua ja pelastaa vedestä'.
 - * 'Liikunnan opetukseen kuuluu uinnin, vesiliikunnan ja vesipelastuksen opetusta.'
 - * Liikunnan päättöarvioinnin kriteerit arvosanalle 8 ...
 - * 'Oppilas osaa uida, pelastautua ja pelastaa vedestä.'



shutterstock.com • 301189598

Pohjoismainen
uimataitomääritelmä



Henkilö, joka pudottuaan syvään veteen niin, että pää käy veden alla ja päästyään pinnalle ui yhtäjaksoisesti 200 metriä, josta 50 metriä selällään on uimataitoinen.

Lukion opetussuunnitelma LOPS 2019

<https://eperusteet.opintopolku.fi/beta/#/fi/lukiokoulutus/6828810/oppiaine/6834387>

Liikunnan opetuksen tavoitteena mm. on, että

- * opiskelija oppii soveltamaan liikuntataitoja ja -tietoja erilaisissa liikuntatehtävissä, -muodoissa ja -lajeissa eri vuodenaikoina ja eri olosuhteissa (kuten sisällä, ulkona ja vedessä)

Pakolliset opinnot

- * LI1 Oppiva liikkuja
 - * Keskeiset sisällöt
 - liikuntataitojen soveltaminen erilaisissa opetusryhmän yhteisissä liikuntatehtävissä, -muodoissa ja -lajeissa opiskeluympäristön mahdollisuuksia (kesä-, talvi-, luonto- ja vesiliikunta) sekä sisä- ja ulkoliikuntaa monipuolisesti toteuttaen

<https://eperusteet.opintopolku.fi/beta/#/fi/lukiokoulutus/6828810/oppiaine/6834387/moduuli/6835070>

- * LI2 Aktiivinen elämä

Valtakunnalliset valinnaiset opinnot

- * Uudet mahdollisuudet
- * Yhdessä liikkuen
- * Virkistystä liikunnasta

Lisäksi lukiokohtaiset liikuntakurssit

Ammatillisen tutkinnon perusteet

- * Yhteiset tutkinnon osat ammatillisissa perustutkinnoissa
 - * Työkyvyn ja hyvinvoinnin ylläpitäminen (2 osp)

Opiskelija osaa

huolehtia terveydestään ja toimintakyvystään
arvioida toimintaympäristönsä ja toimintansa turvallisuutta ja
terveellisyyttä
edistää liikunnan avulla opiskelu- ja työkykyään sekä hyvinvointiaan
ehkäistä tapaturmien syntymistä ja antaa ensiapua.
Käytännössä liikuntaa 1 osp:n verran eli n. 15 tuntia.

Kuudesluokkalaisten *uimataito* 2017



- * 76% osaa uida
- * 79% jos opetusta on kaikille vuosiluokille
- * 72% jos opetusta vain osalle
- * 63% jos opetusta ei lainkaan
- * Jyväskylässä uimataitoprosentti on 90%

Tilanne ei ole merkittävästi muuttunut vuodesta 2011

(Hakamäki 2017)

Uimaopetuksen järjestelyt kunnissa

- * N. 100 kuntaa ilman uimahallia
 - * Kuntia 311 vuonna 2017
- * Koulujen järjestämän uimaopetuksen tuntimäärät ja opetuksen painotukset vaihtelevat paikkakunnittain.
- * Onko paikkakunnalla uimahallia, ei merkittävästi vaikuta uimaopetuksen järjestämiseen.
- * Resursoidaanko paikkakunnilla riittävästi opetustunteja OPS:n tavoitteiden täyttymiseksi?
- * Miten opetusta pystyttäisiin paremmin kohdentamaan heikko uimataitoiselle/uimataidottomille?

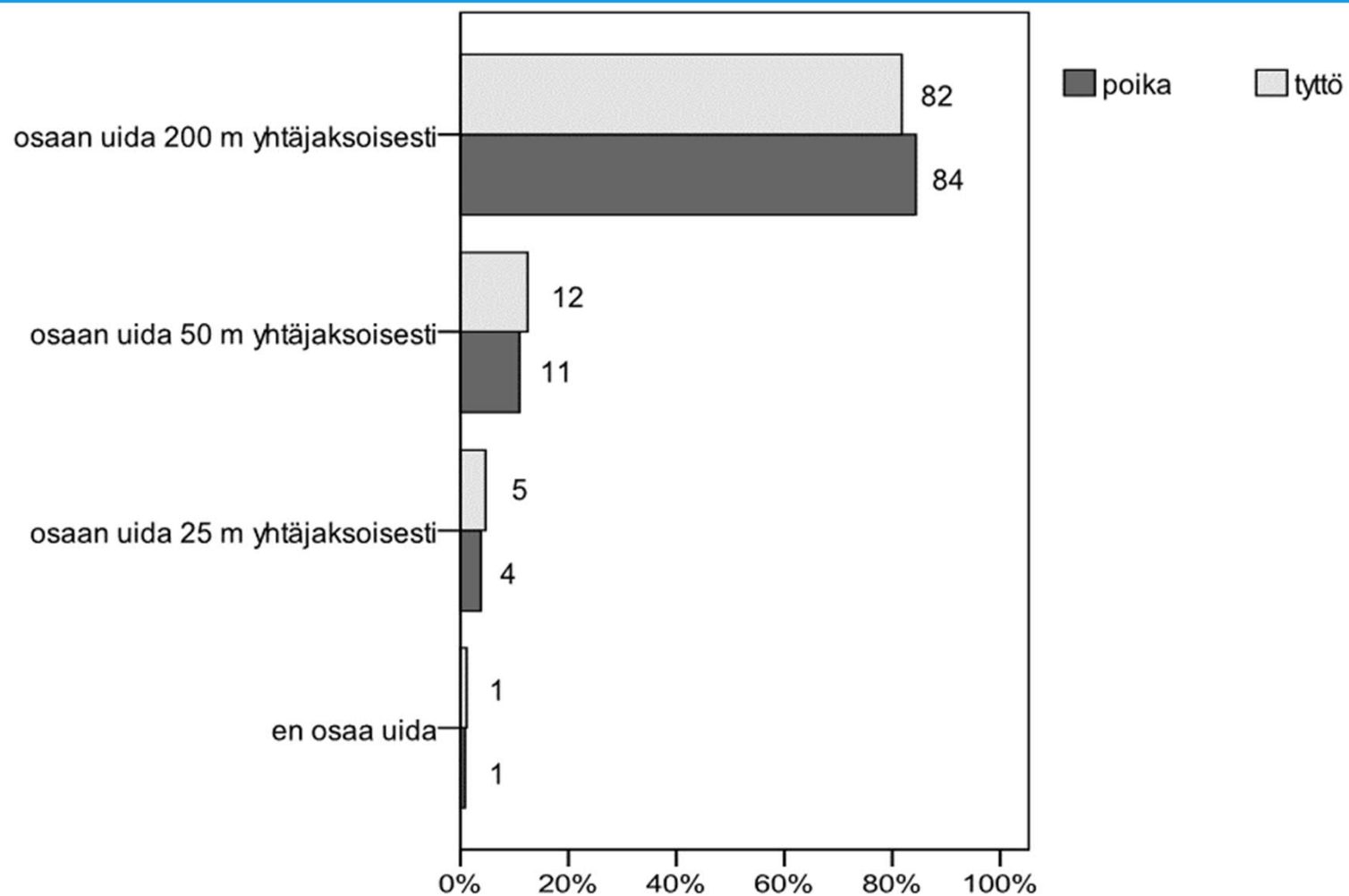
(SUH Uimaopetuksen järjestelyt kunnissa –selvitys 17.5.2017)

Yhdeksäsluokkalaisten uimataito

- * 84% pojista, 82% tytöistä
- * Kaupungit 86%
- * Maaseudut 81%
- * Taajamat 79%



(Palomäki & Heikiaro-Johansson, 2011)



KUVIO 16. Yhdeksäsluokkalaisten poikien ja tyttöjen uimataito (Palomäki & Heikinaro-Johansson, 2011)

Yläkoulun uintitunneille osallistuminen

- * 73% seitsemännellä luokalla
- * 66% kahdeksannella luokalla
- * 52% yhdeksännellä luokalla
 - * Arviointiajankohta maaliskuussa!
- * Tyttöjen osallistuminen poikiin nähden väheni lisääntyvästi kahdeksannelta yhdeksännelle luokalle.



shutterstock.com • 244172107

Yläkoulun uinninopetukseen varattu aika

- * 0-12 tuntia
- * Noin puolet kouluista 4 tuntia / vuosiluokka
- * 12 koulua (24%) ei lainkaan uinninopetusta!
 - * Syitä: uimahallin puuttuminen kunnasta ja taloudelliset syyt. Uimahallien käyttömahdollisuudet riittämättömät.

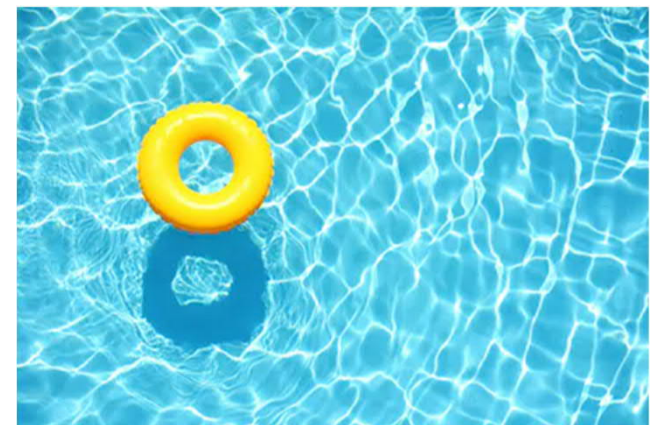
Aikuisten uimataito

- * Aikuisten uimataito on noussut tasaisesti, ja oli vuonna 2011
- * 68 % (64 % vuonna 2006).
- * Uimataitoisten osuus laskee pohjoista kohti mentäessä sekä iän myötä.

Tätä päivää ja tulevaisuutta

- * Kuntien talous
- * Kuntien yhdistyminen
 - * Uimahallittomia kuntia vähemmän
- * Huomio oppilaisiin, jotka eivät osaa uida tai joiden uimataito on heikko
 - * Vapaa-ajan uintikurssit
 - * 'Loiskis' Jyväskylässä 2. lk:n jälkeen
 - * Jos 10m uimataito toteude

Nimenomaan huomio oppilaisiin!



Kulttuurieroja

- * Omia vuoroja ja uintikursseja
 - * <https://yle.fi/uutiset/3-10975719>
 - * Jyväskylässä alkeis- ja jatko uintikursseja maahanmuuttajille
<https://www.jyvaskyla.fi/liikunta/liikkumaan-ohjatusti-ja-omatoimisesti/aikuisten-liikunta/monikulttuurinen-liikunta>
 - * Jyväskylässä Wellamossa naisille omia vuoroja
https://www.jyvaskyla.fi/sites/default/files/atoms/files/naisten_uinti-_ja_kuntosalivuoro_wellamossa_-juliste_2019_2020_a3.pdf
- * Burkinit tulisi sallia uimahalleissa, linjaa yhdenvertaisuusvaltuutettu – kielto voi olla syrjintää
 - * <https://yle.fi/uutiset/3-10954746>
 - * Aalto Alvarissa sallitaan



Kuva: Stephanie Pilick / EPA

Koululiikunta ja uinti herättävät tunteita

- myös somessa

- * Lauritsalo (2014) tutki internetin keskustelupalstoilta koululiikuntakokemuksia.
- * Viesteissä painottuvat vuorovaikutustaidot.

vuorovaikutustaidot

Oppilas – oppilas

”...Itsetunto siinä menee. Kun siellä osa niistä himoliikkujista on niitä hirveitä kanoja joiden mielestä on hirrrrveän hauskaa kun joku ei osaa tehdä kieppiä tai heittää koreja oikeaoppisesti...”

(Lauritsalo, K. 2014)



oveLickie21.8.2017 21:2826/74

En käynyt koko yläasteella, enkä ala-asteellakaan varmaan kuin ihan ekoilla luokilla uimassa, koska en sitä koskaan oppinut. Ala-asteen loppupuolelta koko loppu peruskoulu mua myös kiusattiin, sekä tyttöjen että poikien toimesta, joten ei kyllä yhtään huvittanut vielä mennä alasti kekkuloimaan sinne suihkuihin ja uikkarissa halliin, kun vihasin kroppaani jo muutenkin jne.

<https://www.demi.fi/keskustelu/keho-miksi-se-koulu-uinti-niin-kamalaa>

vuorovaikutustaidot

Opettaja – oppilas

”...ei todellakaan riittänyt ymmärrystä kenellekään, joka ei ollut yhtä innoissaan urheilusta kuin hän itse”

”onneksi opettajani oli ihanin koko maailmassa 😊 tämän herran kannustuksen ja positiivisen asenteen, sekä ystävieni avulla paranin todella paljon liikunnassa ja se alkoi tuntumaankin paljon mukavemmalta”

(Lauritsalo, K. 2014)



Muumivodka21.8.2017 21:4828/74

Uiminen on jees mut ne suihkutilat on helvettiä koska
opettaja tuijotti siel ja huus jos tyypit pisti uimapuvut päälle
ennenku se kerkes kattoo enkä muutenkaa viihdy alasti
muiden seuras

Siis mul oli kaveri joka oli ollu suihkus ja laittanu uimapuvun
päälle nii ku opettaja tuli huoneeseen nii se kysy et kävitkö
suihkus ilman uimapukuu ja ku sano et joo nii opettaja oli et
"en nähny, laita uudelleen" ja siinä se otti uimapuvun pois
ja huuhtas ittensä samal ku opettaja tölläs

<https://www.demi.fi/keskustelu/keho-miksi-se-koulu-uinti-niin-kamalaa>

Koululiikunta herättää tunteita myös somessa

- * Nolaaminen ja häpeän kokeminen ovat vieläkin arkipäivää koululiikunnassa.
- * Toivotaan vaihtelua ja erilaisia liikuntamuotoja, joita kirjoittajat voisivat ajatella tulevaisuuden harrastuksiksi.
- * Selvästi vähiten pidetyt lajit: hiihto, uinti ja telinevoimistelu.
- * Pidetyimmät lajit: pesäpallo, uinti, tanssi.

(Lauritsalo, K. 2014)

Suosittu aikuisten keskuudessa

- * Vesiliikunta (uinti, vesijuoksu, vesijumppa, avantouinti ...) on yksi suosituimmista aikuisten kuntoilumuodoista.
- * Uinti on yksi halutuimmista pikkulasten taidoista.
- * Vesiliikunta sopii kaikenikäisille ja myös huonokuntoisille ja erityisryhmille.
- * Vesiliikunta on hauskaa, mutta se voi olla myös pelottavaa ja inhottavaa.

Perusopetuksen vesiliikunnan tulevaisuus...

* ...on sinussa!



Erilaisten kokemusmaailmojen ymmärtäminen liikuntakasvatuksessa

- * Liikuntaa opiskelevat suhtautuvat myönteisesti liikuntaan ja omaavat pääsääntöisesti positiivisia kokemuksia liikunnasta. (Kari 2011)
- * Aiemmat asenteet ja kokemukset voivat vaikuttaa opettajan kykyyn kohdata erilaisin kokemusmaailmoin varustettuja oppilaita. (Kari 2011; Kujala 2011; Pesonen 2011)

*"On kuitenkin vaikeaa asettua
sellaisen henkilön asemaan, jolle
liikunta on todella vastenmielistä,
koska se on niin olennainen osa
omaa elämää ja arvomaailmaa."*

*(liikunnanohjaajaopiskelija,
nainen)*

KÄRA ♥ DAGBOK ♥
2.4.2012

(Saari 2011)

Omat motiivit ja kokemukset näkyviksi

- * Koululiikunnasta saadut pätevyyttä lisäävät kokemukset oppituntien sisällöstä ja pedagogisista ratkaisuista siirtyvät mitä todennäköisimmin toimintaan opettajana. (Penttinen 2003; Pesonen 2011)
 - * Opetat sitä, mikä sopi *sinulle*...
 - * Opetat niin kuin *sinä* opit parhaiten...
- * Ajatusta, mitä on olla liikunnanopettaja ja mitä liikuntatunneilla tehdään, voi olla vaikeaa muuttaa koulutuksen aikana (Penttinen 2003; Pesonen 2011)

Mitä mieltä olet?



Haasteita opintielle

- * Haasta itseäsi näkemään kilpaurheilun ja oman harrastuneisuutesi lisäksi liikuntakulttuurin moninaisuus koululiikunnan kontekstissa.
- * Pohdi, onko sinun taitavana liikkujana vaikeaa samaistua heikon liikkujan kokemuksiin?
- * Tulevana liikunnanopettajana tarvitset työssäsi inhimillisiä elämäntaitoja ja taitoa kohdata empaattisesti erilaisia oppijoita.

(vrt. Kari 2011; Pesonen 2011)

Koulutus antaa sinulle vahvat eväät!

”Olo tuntuu ihan turvalliselta, mukava lähteä työelämään. Opiskelu on antanut loistavat lähtökohdat. Paljon on kuitenkin vielä opittavaa ja käytäntö varmasti tulee opettamaan parhaiten” (nainen, 26v)

Lainaus tutkimuksesta: ”Liikunnanopettajaopiskelijan ammatilliset valmiudet työelämän kynnyksellä ja käsityksiä tulevasta työtodellisuudesta”

(Johansson, Heikin-Johansson, Hirvensalo, Palomäki & Huovinen, 2009)

Innostavia hetkiä vesiliikunnan opetuksen parissa!



Lähteet

- Lauritsalo, K. 2014. "*Usually I like school PE, but...*": school physical education described in Internet discussion forums. Jyväskylä, Finland: University of Jyväskylä. Studies in Sport, Physical Education and Health 207
- * Kari, J. 2011. Urheilu-uralta opettajaksi opiskelemaan – Neljä kilpaurheilijamiestä liikuntakokemustensa tulkitsijoina luokanopettajaopintojensa alussa. Liikunta & Tiede 48 (6), 46-54.
 - * Kujala, T. 2011. Enemmän samaa ei yksin riitä. Liikunta & Tiede 48 (4), 52-55
 - * Palomäki, S. & Heikinaro-Johansson, P. 2011. Liikunnan oppimistulosten seuranta-arviointi perusopetuksessa 2010. Opetushallitus. Koulutuksen seurantaraportit 2011: 4. Tampere: Tampereen yliopistopaino.
 - * Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet (POPS). 2014. Opetushallitus. Määräykset ja ohjeet 2014: 96. Tampere: Yliopistopaino.
 - * Pesonen, J. 2011. Opettajat oppijoina. Toimintatutkimus liikunnanopettajien pätevöittämiskoulutuksen käynnistämisestä ja kehittämisestä. Jyväskylän yliopisto. Studies in Sport, Physical Education and Health 165.
 - * Penttinen, S. 2003 Lähtökohdat liikuntaa opettavaksi luokanopettajaksi. Nuoruuden kasvuympäristöt ja opettajankoulutus opettajuuden kehitystekijöinä. Jyväskylän yliopisto. Studies in Education, Psychology and Social Research 219.
 - * Saari, S. 2011. Tarinoista draamaa, draamasta ymmärrystä. – Liikunnanohjaajaopiskelijoiden ymmärrystä lisäämässä. Tampereen kesäyliopisto. Opinnäyte.

Nettilähteet:

Hakamäki, M. 2017. Kuudesluokkalaisten uimataito Suomessa
https://www.likes.fi/filebank/2575-likes_uimataitoesite_210x210_web_01.pdf
http://www.suh.fi/files/1981/Uimaopetuksen_jarjestelyt_kunnissa_2017.pdf