

# **Liikunnanopettajien keinoja psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön luomiseen**

Kasvatustieteen laitos  
Pro gradu -tutkielma  
Turun yliopisto, Opettajankoulutuslaitos Rauma

Laatijat:  
Emma Rehelmä  
Tinja Väisänen

4.5.2026  
Rauma

Pro gradu -tutkielma

**Oppiaine:** Kasvatustiede, luokanopettajan tutkinto-ohjelma

**Tekijät:** Emma Rehelmä & Tinja Väisänen

**Otsikko:** Liikunnanopettajien keinoja psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön luomiseen

**Ohjaajat:** Pasi Koski & Juli-Anna Aerila

**Sivumäärät:** 60 sivua, 5 liitesivua

**Päivämäärä:** 4.5.2026

Tiivistelmä

Opettajien työhön kuuluu päivittäin turvallisen ja oppilaiden oppimista edistävän oppimisympäristön luominen. Opettajan työ muuttuu jatkuvasti ja siihen vaikuttavat yhteiskunnassa sekä koulu yhteisössä vallitsevat arvot ja odotukset. Tässä pro gradu -tutkimuksessa selvitettiin, millaisena yläkoulujen liikunnanopettajat kuvaavat psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallista oppimisympäristöä ja millaisia keinoja heillä on sen saavuttamiseksi. Lisäksi selvitettiin, millaisia haasteita liikunnanopettajat kohtaavat luodessaan psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisia oppimisympäristöjä.

Tutkimus toteutettiin laadullisena tutkimuksena, ja aineisto kerättiin puolistrukturoiduilla haastatteluilla loppuvuodesta 2025 ja alkuvuodesta 2026. Tutkimukseen osallistui kuusi yläkoulun liikunnanopettajaa Satakunnan alueelta. Tutkimusaineisto analysoitiin aineistolähtöisellä laadullisella sisällönanalyysillä.

Tutkimustulosten mukaan liikunnanopettajat kokivat psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön sellaiseksi, johon kaikki ovat tervetulleita juuri sellaisina kuin ovat, jossa sallitaan myös epäonnistumiset ja jossa oppilaat kokevat tulevansa nähdyiksi ja kuulluiksi. Keskeisimpinä tekijöinä psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön luomisessa liikunnanopettajat nimesivät hyvän opettaja-oppilassuhteen, ryhmäytämisen ja oppilaiden tasa-arvoisen kohtelun. Tutkimuksessa suurimpina haasteina psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön luomisessa näyttäytyivät oppilaiden yleinen ahdistuneisuus, erityisesti liikunnan oppiaineelle ominaiset fyysiset oppimisympäristöt sekä kokoonpanoltaan erilaiset opetusryhmät. Opettajien oman jaksamisen tärkeys nousi esiin siinä, kuinka opettajalla oli voimavaroja panostaa oppituntien suunnitteluun ja kuinka kärsivällisesti opettaja toimi koulupäivän aikana.

Tutkimustulosten mukaan psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallinen oppimisympäristö liitettiin tiiviisti yhteen ja niiden koettiin vaikuttavan toisiinsa. Tulosten perusteella liikunnanopettajat haluaisivat huolehtia vielä enemmän oppilaidensa psyykkisestä ja sosiaalisesta turvallisuudesta liikunnan oppimisympäristöissä. Liikunnanopettajien mukaan hyvä opettaja-oppilassuhde on keskeisessä roolissa psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön luomisessa. Yläkouluissa opettajien kasvatusvastuu on jakautuneempaa kuin alakouluissa, joten tiiviin opettaja-oppilassuhteen muodostaminen voi olla haastavaa. Lisäksi tutkimuksen mukaan esimerkiksi liikuntatuntien fyysiset tilat tai tietyt oppilasryhmät koettiin psyykkisesti ja sosiaalisesti turvalliseen oppimisympäristön näkökulmasta sekä keinona että haasteena.

**Avainsanat:** psyykkinen oppimisympäristö, sosiaalinen oppimisympäristö, liikunnan opetus

# Sisällysluettelo

<b>1</b>	<b>Johdanto</b>	<b>5</b>
<b>2</b>	<b>Oppimisympäristö ja oppimisilmapiiri</b>	<b>8</b>
<b>2.1</b>	<b>Oppimisympäristö</b>	<b>8</b>
2.1.1	Psyykkinen oppimisympäristö	9
2.1.2	Sosiaalinen oppimisympäristö	10
2.1.3	Kognitiivinen oppimisympäristö	12
2.1.4	Fyysinen oppimisympäristö	12
<b>2.2</b>	<b>Oppimisilmapiiri</b>	<b>13</b>
<b>2.3</b>	<b>Koulun toimintakulttuuri</b>	<b>14</b>
<b>3</b>	<b>Liikuntakasvatus koulussa</b>	<b>15</b>
<b>3.1</b>	<b>Liikuntapedagogiikka</b>	<b>15</b>
<b>3.2</b>	<b>Liikuntatunnit koulussa</b>	<b>15</b>
<b>3.3</b>	<b>Liikunnanopettaja kasvattajana</b>	<b>16</b>
3.3.1	Opetustyyli	17
3.3.2	Opettaja-oppilassuhde	18
<b>4</b>	<b>Tutkimusongelmat</b>	<b>20</b>
<b>5</b>	<b>Tutkimuksen toteuttaminen</b>	<b>21</b>
<b>5.1</b>	<b>Tutkimusmenetelmä</b>	<b>21</b>
<b>5.2</b>	<b>Aineistonkeruu</b>	<b>21</b>
<b>5.3</b>	<b>Aineisto ja aineiston käsittely</b>	<b>22</b>
<b>5.4</b>	<b>Aineiston analyysi</b>	<b>23</b>
<b>5.5</b>	<b>Eettisyys</b>	<b>24</b>
<b>6</b>	<b>Tulokset</b>	<b>26</b>
<b>6.1</b>	<b>Psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallinen oppimisympäristö liikunnan tunneilla</b>	<b>26</b>
<b>6.2</b>	<b>Psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön luomisen keinoja</b>	<b>28</b>

<b>6.3 Psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön luomisen haasteet</b>	<b>35</b>
<b>7 Johtopäätökset ja pohdinta</b>	<b>45</b>
7.1 Luotettavuus	51
7.2 Jatkotutkimusehdotukset	53
<b>Lähteet</b>	<b>55</b>
<b>Liitteet</b>	<b>61</b>
Liite 1. Haastattelurunko	61
Liite 2. Tietosuojalomake	62
Liite 3. Suostumuslomake	65

# 1 Johdanto

Nuorten hyvinvointi on korostunut viime vuosien aikana. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen vuoden 2023 kouluterveyskyselyn mukaan suurin osa nuorista voi hyvin, mutta osan elämää kuormittavat useat eri tekijät. Niitä ovat esimerkiksi sairastelu, sosiaalisten tilanteiden pelko, kiusaaminen ja ahdistuneisuus. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2023.) Huonosti voivien nuorten oireiluun puuttuminen ja ennaltaehkäisevä työ hyvinvoinnin edistämiseksi on koko kouluyhteisön yhteinen tehtävä (Ahtola 2016, 12). Ryanin ja Decin (2017) itseään määräämisteorian mukaan ihmisen kolme perustarvetta: autonomia, pätevyys ja sosiaalinen yhteenkuuluvuus, ovat toteutuessaan yhteydessä psyykkiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin (Ryan & Deci 2017, 3, 10–11).

Sosiaalinen ja psyykinen hyvinvointi ovat osa ihmisen kokonaisvaltaista hyvinvointia ja ne liittyvät läheisesti toisiinsa. Sosiaalisesta näkökulmasta hyvinvoiva ihminen on sosiaalisesti aktiivinen ja toimii sujuvasti erilaisissa vuorovaikutustilanteissa muiden kanssa. Hyvässä vuorovaikutustilanteessa ihminen kokee osallisuuden ja yhteisöllisyyden tunnetta. Psyykkiseen hyvinvointiin liitetään mielen hyvinvointi, mielenterveys sekä elämänhallinta. Mielenterveyden haasteet aikuisuudessa ovat usein lähtöisin lapsuudesta ja nuoruudesta. Syyt voivat olla monitahoisia ja ne voivat liittyä esimerkiksi sosioekonomisiin tai kulttuurisiin tekijöihin. (Kokkonen 2017, 186.)

Nuorten hyvinvointia voidaan tukea esimerkiksi liikunnan avulla. Liikunta nähdään muista oppiaineista hieman poikkeavana, sillä siinä oppilaan on mahdollista harjoittaa tunteita, kognitiivisia taitoja sekä motorisia taitoja samanaikaisesti. Turvallinen aikuinen on lapsen ja nuoren hyvinvoinnin peruspilari ja siksi liikunnanopettajan toiminnalla on merkitystä esimerkiksi oppilaan tulevaisuuden liikuntasuhteen muodostumiseen. (Barney ym. 2021; Lapsen aika 2019, 38.) Opetushallituksen (2016) mukaan Perusopetuksen opetussuunnitelman 2014 mukaisesti liikunnan oppiaineen tavoitteiden sisältöalueisiin kuuluu jokaisella luokka-asteella oppilaiden psyykkisen, sosiaalisen ja fyysisen toimintakyvyn edistäminen. Liikunnan erilaisiin oppimisympäristöihin ja työtapoihin on määritelty omat tavoitteensa. Niiden mukaan oppimisympäristöjen on oltava monipuolisia ja turvallisia ja suunnittelussa tulee ottaa huomioon esimerkiksi koulujen omat fyysiset tilat, lähiympäristön mahdollisuudet sekä vuodenaikat. Vuosiluokkien 7–9 liikunnan oppitunneilla edistetään yhteisöllisyyttä, myönteistä

minäkuvaava sekä kannustavaa vuorovaikutusta, toisen auttamista ja henkisesti turvallista toimintaa. (Opetushallitus 2016, 435.)

Liikunnanopettajan pitäisi tarjota oppilaille erilaisia mahdollisuuksia, joiden avulla oppilaan on mahdollista harjoittaa tunnetaitojaan vuorovaikutustilanteissa muiden oppilaiden kanssa (Barney, Prusak Keyen & Davis 2021). Barney ym. (2021) tutkimuksen tulokset tukevat Opetushallituksen (2016) näkemystä positiivisten kokemusten tärkeydestä liikunnan parissa yhdessä muiden vertaisten kanssa. Liikunnan avulla kasvamiseen liitetään nimenomaan toisia kunnioittava vuorovaikutus, vastuullisuus sekä itsensä jatkuva kehittäminen. (Opetushallitus 2016, 433; Barney 2021.)

Vuoden 2024 LIITU-tutkimuksen mukaan ystävyysuhteet ja heiltä saatu tuki ovat olennainen osa nuorten hyvinvointia, ja liikunnanopettajien tulisi omalla toiminnallaan auttaa nuoria edistämään ja ylläpitämään myönteisiä ystävyysuhteita (Palomäki, Laukkanen & Huotari 2024, 58). Liikunnanopettajan rooli kiusaamisen huomaamisessa sekä siihen puuttumisessa on myös olennainen. LIITU-tutkimuksessa (2016) kartoitettiin suomalaisten nuorten syrjintä- ja kiusaamiskokemuksia liikunnassa ja urheilussa. Kyselyyn vastanneista 11-, 13- ja 15-vuotiaista lapsista ja nuorista noin viidennes koki tulleen syrjityksi tai kiusatuksi liikunnan parissa. (Laine, Salasuo & Matikainen 2016, 60.)

Manninen ja Pesonen (1997) kuvaavat oppimisympäristöä seuraavasti: "Oppimisympäristö määritellään tässä paikaksi, tilaksi, yhteisöksi tai toimintakäytännöksi, jonka tarkoitus on edistää oppimista." Oppimisympäristössä voidaan havaita psyykinen, sosiaalinen, kognitiivinen ja fyysinen ulottuvuus, joten oppimisympäristöjä on mahdollista tutkia erilaisista näkökulmista. (Manninen & Pesonen 1997, 268.) Tässä tutkimuksessa käsitellään liikunnan oppimisympäristöä tarkemmin psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden näkökulmasta, jotka ovat vahvasti yhteydessä toisiinsa.

Ihmisten psyykinen ympäristö rakentuu ympäristössä olevien ihmisten luomasta henkisestä ilmapiiristä, kun taas sosiaalisen ympäristöön kuuluvat ihmiset, joiden kanssa ihminen on tekemisissä. Sosiaalisessa ympäristössä vaikuttavat sosiaaliset verkostot sekä tilassa olevien ihmisten väliset ihmissuhteet. (Bourdieu 1985.) Oppilaiden sosioemotionaalisten taitojen ja osallisuuden kehittäminen koetaan nykyään osana kokonaisvaltaista hyvinvointia akateemisten taitojen kehittämisen lisäksi. Koulujen toimintakulttuureita kehitetään jatkuvasti, jotta oppilaat ja opettajat voisivat kokea yhteenkuuluvuuden tunnetta osana

kouluyhteisöä. (Asanti & Seppinen, 2016, 210–211; Lassander, Fagerlund, Markkanen & Volanen 2016, 243.)

Turvallisuus on yksi tärkeimmistä ja merkityksellisimmistä ominaisuuksista ympäristölle, jossa ihminen toimii ja viettää aikaa (Kulikova & Maliy 2017). Tämän tutkielman tarkoituksena on selvittää, miten liikunnanopettajat luovat psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön liikunnan oppitunneilla yläkoulussa ja millaisena psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallinen oppimisympäristö näyttäytyy liikunnanopettajalle. Lisäksi tässä tutkimuksessa selvitetään, millaisia haasteita liikunnanopettajat kohtaavat psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön luomisessa.

## 2 Oppimisympäristö ja oppimisilmapiiri

### 2.1 Oppimisympäristö

Oppimisympäristöksi määritellään paikka, tila, yhteisö tai toimintakäytäntö, jonka tarkoitus on edistää oppimista (Manninen & Pesonen 1997, 268). Perusopetuslain pykälän 29§ mukaan jokaisella opetukseen osallistuvalla on oikeus turvalliseen opiskeluympäristöön (Perusopetuslaki 2013/1267). Oppimisympäristöjen on oltava turvallisia, ja niiden tulee edistää oppilaiden ikäkauden mukaista kasvua ja kehitystä (Opetushallitus 2016, 29). Oppimisympäristöjä ja niiden turvallisuutta voidaan tarkastella psyykkisestä, sosiaalisesta, kognitiivisesta ja fyysisestä näkökulmasta. Usein oppimisympäristöön liittyvä sosiaalinen ilmapiiri sekä opetustavat jäävät fyysisen turvallisuuden huomioimisen varjoon. (Manninen & Pesonen 1997, 268.) Oppimisympäristöt, joissa korostuvat sekä akateemisten taitojen kehittäminen että opettajan läsnäolo ja tuki, kuvataan paikoiksi, jotka edistävät turvallisuuden tunnetta sekä laadukasta opetusta (Wilkins, Verlenden, Szucs & Johns 2022, 582–593).

Psyykkisen, sosiaalisen, kognitiivisen ja fyysisen näkökulman lisäksi oppimisympäristöt voivat olla joko suljettuja tai avoimia. Ne eroavat toisistaan siten, että suljetuissa oppimisympäristöissä oppiminen perustuu kollektiiviseen eli yhteistyötä ja vuorovaikutusta korostavaan oppimisprosessiin ja esimerkiksi opetuksen tavoitteet on määritelty ennalta. Avoimessa oppimisympäristössä korostuu oppilaan oma ajattelu, aktiivinen tiedon rakentaminen, omien kysymysten esittäminen sekä monipuolisten oppimisprosessien käyttö. (Silander & Ryymi 2012, 51.)

Turvallinen oppimisympäristö tukee yksilön ja yhteisön vuorovaikutusta, kasvua ja oppimista. Oppilaille tulee mahdollistaa erilaisia onnistumisen kokemuksia ja elämyksiä erilaisissa ympäristöissä. (Opetushallitus 2016, 29.) Turvallisen ja oppilaiden oppimista edistävän oppimisympäristön luominen on opettajan tehtävä. Opettajan työhön kuuluu esimerkiksi käytettävien materiaalien ja välineiden sekä työtapojen valinta, mahdollisen ryhmäjaon sopiminen, aikataulun laatiminen sekä arviointitavan päättäminen ja sen näkyväksi tekeminen oppilaille. (Hellström, Johnson, Leppilampi & Sahlberg 2015, 115, 117.) Etenkin oppilaiden sosioemotionaalisten taitojen kehityksen tukeminen yläkoulussa saattaa vaatia erityistä huomiointia, sillä opettajien yhteinen kasvatusvastuu ja oppiainekohtaiset tavoitteet tuovat omat haasteensa. Tämän vuoksi koko kouluyhteisön on pohdittava koulun yhteistä arvopohjaa

ja tehtävää sekä kunkin opettajan roolia niiden toteuttamisessa. (Asanti & Seppinen, 2016, 210–211; Lassander, Fagerlund, Markkanen & Volanen 2016, 243.)

Koulun turvalliset oppimisympäristöt kattavat oppijan toiminnan, oppimisen, asennoitumisen oppimiseen sekä kaikki koulunkäyntiin vaikuttavat seikat (Ikonen & Virtanen 2007, 241).

Oppilaan siirtyminen alakoulusta yläkouluun voi tuoda ison muutoksen nuoren oppimisympäristöihin. Yläkoulussa sekä opettajat että opetusryhmät vaihtelevat usein koulupäivän aikana ja kasvatustuu on jakautunut eri opettajien kesken, jolloin koulun henkilökunnan yhteisöllinen ja määrätietoinen toiminta oppilaiden hyvinvoinnin ja turvallisuuden tukemiseksi korostuu. (Asanti & Seppinen 2016, 210.)

Oppimisympäristöjä kehitetään esimerkiksi ergonomian, ekologisuuden, esteettisyyden ja viihtyvyyden parantamiseksi. Kehittämisen tavoitteena on oppimisympäristöjen monipuolisen ja joustavan kokonaisuuden luominen ottaen huomioon oppiaine sekä koko kouluyhteisön hyvinvointi. Perusopetuksen opetussuunnitelma 2014 korostaa oppilaiden aktiivista roolia ja osallisuutta oppimisympäristöjen luomisessa ja kehittämisessä. Oppimisympäristön muokkaamisessa tulisi ottaa huomioon oppilaiden tarpeet ja edellytykset oppimiselle. Tämä voi tarkoittaa esimerkiksi opetusmateriaalien muokkaamista tai luokkahuoneen uudelleen kalustamista. (Opetushallitus 2016, 29–30; Ikonen & Virtanen 2007, 247.) Koulun fyysiseen ympäristöön tehtävillä muutoksilla, kuten välituntialueen muokkaamisen avulla, voidaan lisätä liikunta-aktiivisuutta ja vähentää istumista (Hawkins, Chung, Hertz & Antolin 2023, 799–812).

### 2.1.1 Psyykinen oppimisympäristö

Psyykinen oppimisympäristö koostuu ympäristössä olevien ihmisten luomasta asenneilmapiiristä. Hyvässä psyykkisessä oppimisympäristössä vallitseva asenneilmapiiri kannustaa yrittämään ja luomaan epäonnistumisista voimavaroja. Hyvä asenneilmapiiri rakentuu ihmisten välisestä kunnioituksesta, vaikuttamisen mahdollisuuksien kokemuksesta, luottamuksesta, osallisuudesta ja yhteisössä vallitsevasta turvallisuuden tunteesta. (Bourdieu 1985; Leinonen & Mäkelä 2022, 70.) Yläkoulun liikunnassa korostuu nimenomaan oppilaiden itsestään myönteisen käsityksen kehittäminen ja murrosiässä muuttuvan kehon hyväksyminen, jotka ovat osa psyykkistä hyvinvointia (Opetushallitus 2016, 434).

Kouluyhteisön rooli on olennainen oppilaiden hyvinvointia edistävien oppimisympäristöjen luomisessa. Psyykkisesti turvallinen oppimisympäristö ei muodostu itsestään, vaan se

edellyttää opettajilta suunnittelutyötä. Opettajilta vaaditaan luovaa ajattelua, empatiaa ja suvaitsevaisuutta. Oppimisympäristöjä suunniteltaessa tulisi ottaa huomioon, että kaikki oppilaat tunsivat yhteenkuuluvuutta ja tulisivat kohdatuiksi. (Wilkins ym. 2022, 582–593; Kulikova & Maliy 2017.) Psykkisesti turvallisessa oppimisympäristössä näkyvät avoin keskustelu oppilaiden kanssa ja heidän välillään, oppilaiden itsenäisyys ja itsevarmuus, toimivat vertaissuhteet, tyytyväisyys kouluympäristöön sekä myönteinen suhtautuminen opiskeluun. (Kulikova & Maliy 2017, 720.) Wilkinsin ym. (2022) mukaan oppilaat kokevat enemmän yhteenkuuluvuutta kouluympäristössä ja vertaissuhteissaan silloin, kun opettajat osoittivat aitoa kiinnostusta ja huolenpitoa heitä kohtaan. (Wilkins ym. 2022, 582–593.)

Ryanin ja Decin (2017) itsemääräämisteoriassa tarkastellaan biologisten, sosiaalisten ja kulttuuristen olosuhteiden vaikutusta ihmisen psyykkiseen kasvuun. Teorian mukaan ihmisellä on kolme perustarvetta, autonomia, pätevyys ja sosiaalinen yhteenkuuluvuus, joiden toteutuminen tai toteutumatta jääminen vaikuttavat hyvinvointiin. Autonomialla tarkoitetaan tarvetta säädellä omia tunteita ja käyttäytymistä. Se on toimintakyvyn muoto, joka on yhteydessä tahdonalaisuuteen. Autonomian mukaan toimiessa ihminen sitoutuu toimintaan paremmin. Pätevyydellä tarkoitetaan ihmisen kokemaa tunnetta siitä, että hän pystyy toimimaan erilaisissa tilanteissa. Pätevyyden kokeminen ilmenee uteliaisuutena ja mielenkiinnon osoittamisena erilaisia asioita ja toimintaa kohtaan. Mikäli toiminta on liian haastavaa, palaute on jatkuvasti negatiivista tai omaa suoritusta verrataan jatkuvasti toisiin, pätevyiden tunne saattaa heikentyä. Sosiaalista yhteenkuuluvuutta koetaan silloin, kun ihminen tuntee, että hänestä välitetään ja hän kokee olevansa merkityksellinen ryhmän jäsen. (Ryan & Deci 2017, 3, 10–11.) Erilaiset leikit, harjoitteet ja pelit liikunnan oppitunneilla luovat oppilaille mahdollisuuksia osallisuuden, pätevyiden ja itsenäisyyden kokemuksiin (Opetushallitus 2016, 435).

### 2.1.2 Sosiaalinen oppimisympäristö

Sosiaalisessa ympäristössä vaikuttavat sosiaaliset verkostot ja tilassa olevien ihmisten väliset suhteet ja kulttuuri. Ympäristön luovat ihmiset, joiden kanssa tilanteessa ollaan tekemisissä. Myönteisellä sosiaalisella ympäristöllä on ihmisen terveyttä ja hyvinvointia edistäviä vaikutuksia. Sosiaalinen ympäristö vaikuttaa esimerkiksi ihmisen kognitiivisten taitojen kehitykseen ja on näin ollen yhteydessä oppimiseen. (Bourdieu 1985; Vygotsky 1978.) Ikosen ja Virtasen (2007) mukaan vuorovaikutuksen laatu on sosiaalisesti turvallisessa oppimisympäristössä tärkeintä. Opettajan pedagogisen osaamisen ja opetustapojen avulla

oppilaat saavat tukea sosiaalisten taitojen harjoitteluun vuorovaikutuksessa muiden kanssa. (Ilmanen & Virtanen 2007, 242.)

Hellström ym. (2015) määrittelevät sosiaaliset taidot seuraavasti: “Sosiaalisilla taidoilla tarkoitetaan yksilön kykyä tulla toimeen toisten ihmisten kanssa riippumatta siitä, miten sosiaalinen hän on”. Sosiaaliset taidot, kuten neuvottelu ja päätöksenteko ovat tarpeellisia läpi elämän yhteistyö- ja vuorovaikutustaitojen ohella ja näitä taitoja on tietoisesti opetettava oppilaille. Oppilaiden tulisi harjoitella sosiaalisten taitojen kehittämistä yhdessä muiden kanssa toimien liikunnan oppitunneilla erilaisten pari- ja ryhmätehtävien kautta. Niiden avulla oppilaiden on mahdollista harjoitella toisten huomioon ottamista ja auttamista.

Vuorovaikutteisen viestinnän vaikutus oppimisprosessissa on olennainen, sillä se antaa oppilaalle mahdollisuuden jakaa omia ajatuksiaan yhdessä muiden kanssa ja kehittää myös esimerkiksi toisen kuuntelemisen taitoa. (Hellström ym. 2015, 95, 242; Opetushallitus 2016, 435.)

Laadukkaaseen ja turvalliseen sosiaaliseen oppimisympäristöön kuuluu oppilaiden välinen vuorovaikutus erilaisissa tilanteissa, kuten tiimeissä sekä muussa vertaisvuorovaikutuksessa. Vertaisilta saatu palaute ja tuki edistävät oppilaiden keskinäistä vuorovaikutusta. (Silander & Ryymi 2012, 54.) Ryhmäytyminen eli omaan ryhmään tutustuminen oman luokan tai jonkin muun ryhmän kesken lisäävät oppilaan sosiaalista turvallisuuden tunnetta siitä, että hän on osa omaa ryhmäänsä ja pystyy vaikuttamaan sen asioihin. Sosiaalista hyvinvointia ja turvallisuutta tukeva opettaminen sisältää myös erilaisia vuorovaikutustaitojen harjoittelua sekä kiusaamiseen puuttumista ja sen ennaltaehkäisyä. (Hellström ym. 2015, 117; Lapsen aika 2019) Oppilaan vertaissuhteilla voi olla vaikutusta kouluympäristöön sopeutumisen kannalta, koska vertaissuhteet voivat tarjota oppilaalle tukea ja mielihyvää, mutta toisaalta myös stressiä ja haasteita. (Berscheid & Reis 1998, 193–281.) Ryhmäytyminen lisää halukkuutta tutustua toisiin ja edistää yhteistyön syntymistä erilaisten töiden ja projektien parissa. (Wilkins ym. 2022, 582–593.)

Sosiaalisella yhteenkuuluvuudella on merkitystä etenkin nuoruudessa, sillä sen on todettu vaikuttavan akateemiseen suoriutumiseen koulussa sekä parantavan mielen hyvinvointia. Toisilta oppilailta saatu tuki ja kunnioitus vaikuttavat siihen, miten ihminen kokee yhteenkuuluvuuden tunnetta. (Kemel, Porter & Coombs 2021, 598; Wilkins ym. 2022, 582–593). Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden luominen ei kuitenkin ole vain yksilön vastuulla, vaan se liittyy vahvasti myös laajempiin yhteiskunnallisiin ja kouluyhteisön tekijöihin. Koulut,

jotka tukevat oppilaiden sosiaalista hyvinvointia tarjoavat turvallisen ja mukaan ottavan ympäristön. Erilaisiin yhteisöihin, kuten perheeseen, kaveriporukkaan tai luokkaan kuuluminen edistää nuoren hyvinvointia vähentäen esimerkiksi riskikäyttäytymisen, kuten väkivaltaisen käytöksen ilmenemistä. (Murray-Harvey 2010, 1; Wilkins ym. 2022, 582–583.)

### 2.1.3 Kognitiivinen oppimisympäristö

Kognitiivisessa oppimisympäristössä huomioidaan oppilaiden tiedollinen kehitys ja sen tukeminen sekä erilaisten oppimistapojen pohtiminen. Oppilaille pitäisi tarjota mahdollisuuksia metakognitiivisten taitojen kehittämiseen harjoittelemalla oman oppimisen ymmärtämistä ja arvioimista. (Ahvenainen, Ikonen & Koro 2001, 195; Leinonen & Mäkelä 2022, 34.) Tärkeää on, millaisia tehtäviä, pulmia ja virkkeitä oppilaille luodaan (Hellström 2000, 281).

Kognitiivisen kehitysprosessin tukeminen on kognitiivisen oppimisympäristön tavoite. Eriyttäminen eli opetuksen muokkaaminen niin, että se tukee oppilaan yksilöllistä kehitystä, on yksi esimerkkityötapo liittyen kognitiiviseen oppimisympäristöön. (Ikonen & Virtanen 2007, 243; Opetushallitus 2016, 30.) Kognitiivisten taitojen avulla ihminen kykenee erilaisiin henkisiin prosesseihin ja toimintojen suorittamiseen, esimerkiksi ajatteluun, havainnointiin, ymmärtämiseen ja muistamiseen. (Bekele 2009, 399.) Metakognitiolla tarkoitetaan ihmisen kognitiivisia prosesseja, joissa ihminen on tietoinen omasta oppimisestaan ja tietää, millä tavoin omaan oppimiseen voi vaikuttaa (Flavell 1979, 907).

### 2.1.4 Fyysinen oppimisympäristö

Oppimisympäristöistä puhuttaessa viitataan usein fyysiseen oppimisympäristöön. Fyysinen oppimisympäristö käsittää muun muassa koulurakennuksen ja –alueen sekä tilat, joissa opetusta järjestetään. Opetuksen kehittämistä ja oppilaiden aktiivista osallistumista voidaan parantaa koulun tilaratkaisuilla. Esimerkiksi erilaisten liikkumista tukevien mahdollisuuksien tarjoaminen, kuten kalusteiden ja liikuntavälineiden huomiointi sekä rohkaisu liikunnan harrastamista kohtaan tukevat oppilaan liikunta-aktiivisuutta. (Hawkins ym. 2023, 799–812; Manninen & Pesonen 1997, 268; Opetushallitus 2016, 29.) Liikunnan opetuksen sisältöalueisiin kuuluu liikkuminen ja liikkumistaitojen harjoittelu monipuolisissa oppimisympäristöissä, joita ovat esimerkiksi jää- ja uimahalli, luonto sekä jalkapallokenttä.

Liikunnan opetuksessa huomioidaan fyysisen turvallisuuden lisäksi myös henkinen turvallisuus. (Opetushallitus 2016, 274–275.)

Yhteistyötaidot, oppilaita osallistava opetus sekä itsenäinen opiskelu korostuvat tulevaisuuden taitoja ajatellen. Näiden taitojen kehityksen tukemiseksi tarvitaan joustavia fyysisiä koulutiloja, jotka tarjoavat mahdollisuuksia ja monipuolisuutta. (Kariippanon, Cliff, Lancaster, Okely & Parrish 2018, 301–320; Woodman 2016, 51–79.) Fyysisellä oppimisympäristöllä voi olla iso merkitys opiskeluun ja oppimiseen, sillä rauhaton ja meluisa oppimisympäristö voi lisätä oppilaiden stressiä (Leinonen & Mäkelä 2022, 70).

## 2.2 Oppimisilmapiiri

Koulussa koettu turvallisuuden tunne rakentuu siitä, että koulussa voi olla ja opiskella ilman ikävien tapahtumien pelkoa. Oppilaan turvallisuuden tunteeseen kouluympäristössä vaikuttaa moni tekijä, jotka voivat liittyä joko kouluyhteisön sisäisiin tai ulkopuolisiin tekijöihin. Kiusaaminen, väkivalta ja ryhmästä ulkopuolelle jättäminen ovat esimerkkejä kouluyhteisön sisäisistä tekijöistä, jotka luovat oppilaisissa turvattomuuden tunnetta. (Virta ym. 2012, 120, 124.) Turvallisessa koululuokassa harjoitellaan tietoisesti toisten hyväksymistä, toisista välittämistä, luottamusta, avoimuutta, tuen antamista ja kannustamista sekä sitoutumista. Opettajan lisäksi oppilaat luovat avoimen ja kaikkia kunnioittavan tunneilmapiirin. (Salovaara & Honkonen 2011, 18.)

Oppimisilmapiirin laadulla on havaittu olevan sekä positiivisia että negatiivisia vaikutuksia oppimiseen. Kannustavalla ja hyväksyvällä ilmapiirillä on mahdollista saavuttaa liikunnanopetukselle Perusopetuksen opetussuunnitelmassa (2014) asetut tavoitteet. Positiivinen oppimisilmapiiri lisää energiaa ja innostusta oppimista kohtaan, kun taas negatiivinen oppimisilmapiiri voi heikentää oppimista ja tehtävistä suoriutumista. Luokkahuoneessa vallitsevaa ilmapiiriä voidaan kehittää esimerkiksi sosiaalisesta tai fyysisestä näkökulmasta katsottuna. (Ambrose ym. 2010, 6; Opetushallitus 2016, 435.)

Oppilaan koululuokka luo varsin pysyvän vertaisryhmän, jossa sen jäsenet ovat vuorovaikutuksessa lähes päivittäin. Ryhmän keskiössä ovat usein yhteenkuuluvuus, dynamiikka sekä erilaiset roolit. (Virta ym. 2012, 122.) Weberin (1978) mukaan opettaja tarvitsee luokan johtamisen perustaitojen lisäksi kolmea erilaista auktoriteettia hallitakseen työrauhaa, joka edistää turvallista oppimisilmapiiriä. Rationaalisen eli asiantuntija-auktoiteetin omaava opettaja toteuttaa laadukasta opetusta ja innostaa oppilaita koulutyöhön.

Traditionaalinen auktoriteetti näkyy siten, että opettaja kunnioittaa luokan sääntöjä ja rutiineja yhdessä oppilaiden kanssa. Näiden lisäksi opettajalta vaaditaan karismaattista auktoriteettia, mikä tarkoittaa, että hän on aidosti kiinnostunut luomaan hyvän ja lämpimän suhteen oppilaidensa kanssa. (Weber 1978, 215.)

### **2.3 Koulun toimintakulttuuri**

Oppimisympäristöt ovat osa koulun toimintakulttuuria. Koulun toimintakulttuurilla tarkoitetaan kokonaisuutta, joka muodostuu muun muassa työtä ohjaavista normeista eli säännöistä, toiminnan tavoitteista, johtamisesta, työn organisoinnista, suunnittelusta, toteuttamisesta ja arvioinnista, yhteisön osaamisen kehittämisestä, pedagogiikasta, vuorovaikutuksesta ja oppimisympäristöistä. Toimintakulttuuri ilmenee yhteisön käytännöissä ja siihen vaikuttavat sekä tiedostetut että tiedostamattomat tekijät. Toisia arvostava ja osallistava vuorovaikutus sekä luottamus ovat edellytyksiä toimintakulttuurin kehittämiseksi. (Opetushallitus 2016, 26.) Toimintakulttuuri pyrkii kouluyhteisön käytäntöjen johdonmukaiseen rakentamiseen sekä kasvatus- ja opetustyön tukemiseen. Tämän lisäksi oppilaille tulee luoda mahdollisuuksia toimintakulttuuriin vaikuttamiseen ja sen kehittämiseen. (Silander & Ryymi 2012, 49.)

Viime vuosina koulujen toimintakulttuuria on kehitetty kohti uudenlaisia toimintatapoja, joilla voidaan akateemisten taitojen lisäksi tukea yhteisöllisyyttä oppilaiden ja opettajien kesken. Lisäksi oppilaiden sosiaalisen ja emotionaalisen kyvykkyyden, persoonallisuuden ja terveyden sekä osallisuuden ja vastuun kehittäminen ovat osa kokonaisvaltaisempaa näkemystä siitä, mikä on koulun tehtävä akateemisten taitojen kehittämisen ohella. (Asanti & Seppinen, 2016, 210–211; Lassander, Fagerlund, Markkanen & Volanen 2016, 243.)

### **3 Liikuntakasvatus koulussa**

#### **3.1 Liikuntapedagogiikka**

Liikuntapedagogiikka määritellään tieteenalaksi, joka tutkii liikuntakasvatusta ja liikunnan opetusta kasvatuksen ja opetuksen näkökulmasta. Liikuntapedagogiikka lähtökohtaisesti ei tutki pelkästään sitä, miten liikuntaa opetetaan tai miten liikuntaan kasvatetaan, vaan myös kasvatusilmiöitä, joissa liikunta nähdään osallisena. (Laakso 2007, 16–17.)

Liikuntapedagogiikka sisältää sekä liikunnan että pedagogiikan. Pedagogiikalla tarkoitetaan teoreettista ja käytännöllistä oppia kasvatuksesta. Pedagogiikka liitetään yleisemmin oppilaisiin, sillä perinteisesti kasvatuksen ajatellaan koskevan lapsia. (Jaakkola, Liukkonen & Sääkslahti 2017, 12.) Kaikki sellainen toiminta, jossa voidaan tarkastella liikuntaan liittyviä ilmiöitä kasvatuksen näkökulmasta, voidaan määritellä liikuntakasvatukseksi (Laakso 2007, 16). Jaakkola ym. (2017) kuvaavat liikuntakasvatusta toimintana, joka kasvattaa liikkumiseen sekä kasvattaa liikunnan avulla. (Jaakkola ym. 2017, 14).

Opetushallitus (2016) huomioi Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa 2014 fyysiseen, sosiaaliseen ja psyykkiseen toimintakykyyn liittyviä tavoitteita liikunnan opetukseen liittyen vuosiluokilla 1–9. Oppiaineessa korostetaan yksittäisten liikuntatuntien positiivisia kokemuksia sekä liikunnallisen elämäntavan tukemista. Oppitunneilla kehollisuus, fyysinen aktiivisuus ja yhdessä tekeminen nousevat esiin ja opetuksessa pidetään tärkeänä positiivisia kokemuksia liikunnan parissa yhdessä muiden vertaisten kanssa. Liikunnan avulla voidaan huomioida kulttuurista moninaisuutta sekä edistää tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta. (Opetushallitus 2016, 148, 433.)

#### **3.2 Liikuntatunnit koulussa**

Koulua tarkastellaan ja arvioidaan jatkuvasti yhteiskunnassamme, sillä koulun perustehtävänä pidetään kulttuuriperinnön siirtämistä eteenpäin seuraaville sukupolville. (Karppinen & Pihlava 2016, 132.) Liikunnanopettajat tekevät päivittäin työssään erilaisia arvovalintoja, joiden mukaan he toimivat koulu yhteisössä ja liikuntatunneilla. Suomalaisessa yhteiskunnassa vallitsevat arvot ja normit heijastuvat liikuntakasvatukseen ja sen muutoksiin. Arvoilla tarkoitetaan asioita, jotka mielletään toivotuiksi tai suotaviksi toimiksi ja joita kohti tulisi pyrkiä. Liikuntaan liittyviä arvoja voivat olla esimerkiksi terveys ja sen edistäminen. Arvovalintojen mukaan toimimisella voi joko edistää tai heikentää turvallisen oppimisympäristön muodostumista ja oppilaiden hyvinvointia. Arvojen lisäksi normit

vaikuttavat ihmisen käyttäytymiseen. Normit nähdään sääntöinä, jotka ohjaavat ihmistä sen suhteen, mitä saa ja mitä ei saa tehdä. Normit ovat tarpeellisia, sillä niiden avulla voidaan turvata arvojen olemassaolo. (Ilmanen 2017, 50.)

Liikunnan opetuksen tavoitteena on tukea oppilaiden hyvinvointia kokonaisvaltaisesti. Opettajan rooli liikuntatunnilla on mahdollistaa oppilaille turvallinen oppimisympäristö, jossa he voivat harjoitella erilaisia liikuntataitoja. Liikuntataitojen oppiminen ja liikunnallisen elämäntavan omaksuminen edellyttää usein siirtymistä mukavuusalueen ulkopuolelle, sillä uusien taitojen omaksuminen vaatii toistoja ja uuden oppimista. Tunnistamalla oppilaiden tunnetiloja, opettaja voi tukea oppilaan psyykkisen turvallisuuden tunnetta ja edistää myönteistä oppimisilmapiiriä liikuntatunneilla. Psyykkinen turvallisuus on keskeinen tekijä oppilaiden osallistumisessa oppitunneilla sekä oppimisessa. Jos oppilas kokee oppitunneilla epäonnistumisen riskin liian suurena, se voi estää häntä osallistumasta opetukseen. (Wanless, 2016, 6, 8; Opetushallitus 2016, 434.) Lisäksi fyysinen aktiivisuus ja sen tukeminen on yhteydessä myönteisen minäkuvan kehittymiseen ja nuorten psyykkisen hyvinvoinnin edistämiseen. Laadukkaalla liikunnanopetuksella voi olla fyysistä aktiivisuutta lisäävää vaikutus murrosikäisille tukien nuoren myönteisen minäkuvan rakentumista. (Fernández-Bustos, Infantes-Paniagua, Cuevas, Contreras 2019, 1.)

### **3.3 Liikunnanopettaja kasvattajana**

Liikunnan oppiaineen opetuksessa olennaista on yhteisöllisyyttä tukevien työtapojen käyttäminen ja opettajan kannustava vuorovaikutus (Opetushallitus 2016, 435). Kaikilla oppilaan elämässä olevilla aikuisilla on rooli oppilaan kasvatuksessa ja näin ollen myös liikunnanopettaja voi olla merkittävä osa oppilaan elämään. Oppilaan autonomian tukeminen liikuntatunneilla on yhteydessä erilaisten elämäntaitojen kehittymiseen. Autonomialla tarkoitetaan tunnetta siitä, että oppilaan on itse mahdollista saada muutoksia aikaan omilla teoillaan. Tukeakseen oppilaidensa autonomiaa liikunnanopettajan olisi hyvä asettaa oppilaidensa asemaan ja tarjota heille erilaisia vaihtoehtoja ja mahdollisuuksia oppitunneilla toimimiseen sekä itsenäisyyteen. Esiin nousseita liikunnan oppitunneilla kehittyviä elämäntaitoja ovat esimerkiksi yhteistyö, sosiaaliset taidot, johtajuus, ongelmanratkaisu sekä päätöksenteko. Liikunnanopettajan liiallinen kontrolli oppitunneilla voi olla esteenä näiden elämäntaitojen kehittymiselle. (Cronin, Allen, Russell ja Mulvenna 2018, 183, 191–192; Hellström ym. 2015, 97.)

Salon (2023) mukaan varhaisnuoruuden resilienssi eli kyky toimia haastavissa tilanteissa, rakentuu, kun oppilas kokee tulevansa nähdyksi, kuulluksi ja ymmärretyksi. Tämä korostaa opettajan vuorovaikutuksen merkitystä sekä oppilaiden tarpeiden huomioimista opetustilanteessa. (Salo 2023, 28.) Kouluympäristö nähdään paikkana, joka mahdollistaa erilaisten taitojen kehittämisen ja oppimisen, joiden avulla oppilaan on mahdollista vastata elämän haasteisiin. Koululiikunta edistää oppilaiden kokonaisvaltaista hyvinvointia ja tarjoaa sitä kautta mahdollisuuksia erilaisten taitojen harjoitteluun, joiden avulla on mahdollista pärjätä elämän haasteissa. (Piñeiro-Cossio, Fernández-Martínez, Nuviala ja Pèrez-Ordàs 2021.) Sosiaalinen hyvinvointi rakentuu ja muovautuu koko ihmisen elämän ajan vuorovaikutuksessa oman ryhmän, yhteisöjen ja yhteiskunnan kanssa. Yksilötasolla sosiaalinen hyvinvointi on usein varsin pysyvää. Hyvinvointia tukevia tekijöitä voivat olla esimerkiksi ihmissuhteet. (Fadjukoff ym. 2022, 327.)

Oppilaiden osallisuuden tukeminen on erityisen tärkeää liikuntakasvatuksessa, sillä opettajan opetustyyli ja motivointitavat vaikuttavat merkittävästi oppilaiden aktiivisuuteen ja osallisuuteen liikuntatunneilla (Olivares, Cossio-Bolaños, Gomez-Compos, Almonacid-Fierro & Garcia-Rubio 2015, 119). Tämä viittaa siihen, kuinka suuressa roolissa opettaja on nuoren kasvun ja kehityksen kannalta. Terveystieteiden tutkimuskeskuksen vuoden 2023 kouluterveyskyselyn mukaan peruskouluikäisistä kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisista tytöt (17 %) kokivat poikia (6–8 %) yleisemmin erittäin heikkoa osallisuutta (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2023). Olivaresin ym. (2015) mukaan opettajalla kuitenkin ei ole yhtä suurta vaikutusta nuorten liikkumisen määrään kuin huoltajilla. Nuorten todennäköisyys osallistua liikuntaan kasvaa 156 prosentilla vanhempien kannustaessa heitä harjoittelemaan. Liikunnanopettajien kannustuksella on vain 26 prosentin vaikutus nuorten liikuntakäyttäytymiseen, mikä osoittaa heidän roolinsa olevan vähemmän merkittävä verrattuna vanhempiin (Olivares ym. 2015, 117).

### 3.3.1 Opetustyyli

Opetushallituksen (2016) Perusopetuksen opetussuunnitelmassa 2014 asetetut liikunnan opetuksen tavoitteet kannustavat opettajia havainnoimaan ja huomioimaan oppilaiden suhtautumista liikuntaan. Kun opettaja on tietoinen oppilaidensa suhtautumisesta liikuntaan, hän voi hyödyntää sitä liikuntatuntien sisällön suunnittelussa ja valinnassa. (Lyyra & Palomäki 2022, 69; Opetushallitus 2016.) Keväällä 2022 toteutetussa LIITU-tutkimuksessa tutkittiin 11-, 13- ja 15-vuotiaiden ajatuksia siitä, mitkä asiat he kokevat merkityksellisiksi

liikunnassa. Tutkimukseen vastanneiden kesken yleisimmin esiin nousseet teemat olivat parhaansa yrittäminen, ilo, hyvä olo, yhdessäolo, onnistumisen elämykset, terveellisyys sekä uusien taitojen oppiminen ja kehittyminen. (Koski & Hirvensalo 2022, 49.) Vuoden 2024 LIITU-tutkimuksessa nousi esiin 5.-, -7.- ja 9.-luokkalaisten oppilaiden arvostus opettajan oikeudenmukaisuutta kohtaan. Oppilaat pitivät sitä opettajan tärkeimpänä piirteenä. (Lyyra & Palomäki 2024, 64.)

Liikunnanopettajan opetustyyli on yhteydessä ryhmän ilmapiiriin ja turvallisen oppimisympäristön luomiseen. Kun oppilaat kokevat itsensä tärkeäksi osaksi ryhmää, se voi lisätä heidän sitoutumistansa oppimisprosessiin. Taustakoulutus vaikuttaa myös opettajien käyttämiin opetusmetodeihin, sillä liikuntatieteiden tai liikunnanopetuksen tutkinnon suorittaneet opettajat saattavat suosia luovempia ja osallistavampia opetustyyliä. (Fernández & Espada 2021, 389.) Oppilaat, joiden opettajat käyttävät pääasiassa demokraattisia ja oppilaskeskeisiä menetelmiä, kokevat useammin oppimisympäristön motivoivana ja kehitykseen kannustavana. Tällöin myös tehtävään sitoutuminen on korkeampaa ja oppilaat uskaltavat yrittää ilman epäonnistumisen pelkoa. Oppilaskeskeisessä ilmapiirissä virheet nähdään osana oppimisprosessia, eikä itse suoritukseen keskitytä. Opetus, jossa opettajan auktoriteetti korostuu, voi lisätä epäonnistumisen pelkoa ja pahimmillaan estää oppilasta osallistumasta rohkeasti toimintaan. (Lappints & Ekler 2024, 6–7.)

### 3.3.2 Opettaja-oppilassuhde

Kouluympäristöjen tulisi pyrkiä luomaan ympäristö, joka tukee oppilaiden psykologista ja sosiaalista kehitystä. Opettajat ovat olennainen osa kouluyhteisöä ja sen takia heillä on oma roolinsa näiden taitojen kehityksen tukijana. Koulussa opettaja on päivittäin läsnä oppilaan arjessa, jolloin opettajan ja oppilaan välille syntyy opettaja -oppilassuhde. Oppilaan vuorovaikutussuhteet ovat voimakkaasti yhteydessä oppilaiden psyykkiseen hyvinvointiin ja sosiaaliseen sopeutumiseen. (Murray-Harvey 2010, 1.) Erityisesti opettaja -oppilassuhteella on vahva yhteys oppilaiden hyvinvointiin ja akateemiseen suoriutumiseen liikuntatunneilla (Murray-Harvey 2010; Dai 2024, 241–247). Myös opettajien luonteenpiirteillä on yhteyttä siihen, miten oppilaat suhtautuvat opettajaan. Opettajien ystävällisyys, välittäminen, oikeudenmukaisuus ja avuliaisuus ovat positiivisesti yhteydessä oppilaan ja opettajien väliseen luottamukseen. Puolestaan epäoikeudenmukaiset ja välinpitämättömät opettajat koetaan huonommiksi opettajiksi. (Thronberg, Forsberg, Chiriac, Bjereld 2022, 852.)

Oppilaiden kokemat stressaavat suhteet, kuten konfliktit opettajien kanssa, ovat negatiivisesti yhteydessä oppilaiden akateemiseen suorituskyykyynsä ja sosiaaliseen sopeutumiseen. Stressaavat suhteet ovat myös yhteydessä oppilaiden psyykkisiin terveysongelmiin, kuten ahdistukseen ja masennukseen. (Murray-Harvey 2010, 8–9.)

Positiiviset, kannustavat ja lämpimät opettaja-oppilassuhteet ovat yhteydessä oppilaiden turvallisuuden tunteeseen. Lisäksi positiivinen opettaja-oppilassuhde on yhteydessä koulusitoutuneisuuteen niin opettajien kuin oppilaiden mielestä. Korkea koulusitoutuneisuus ei kuitenkaan automaattisesti takaa hyvän opettaja -oppilassuhteen muodostumista. (Thornber ym. 2022, 852.) Opettajalla on kuitenkin mahdollisuus auttaa oppilaita saavuttamaan oppimistavoitteet hyvällä ja lämpimällä opettaja -oppilassuhteella (Dai 2024, 241–246). Opettajalta saatu tuki korostuu etenkin niiden oppilaiden kohdalla, jotka ovat kokeneet vastoinkäymisiä ja negatiivisia kokemuksia koulutaipaleensa aikana (Kennedy 2011, 4). Oppilaat pitävät tärkeänä positiivisen palautteen saamista, opettajan antamaa tukea sekä kannustusta (Kavenagh, Freeman & Ainley 2012, 14). Noin joka toisessa opettajien ja oppilaiden välisessä suhteessa vastapuolien välinen suhde ei vastaa toisiaan. Erityisesti opettaja usein arvioi luokahuoneympäristön positiivisemmaksi kuin oppilaat. (Kavenagh ym. 2014.)

Pyhällön ym. (2010) mukaan pojat ovat arvioineet kouluympäristöä heikommaksi kuin tytöt, sillä pojat eivät koe koulumaailmaa yhtä positiiviseksi ympäristöksi kuin tytöt. Tämä on yhteydessä poikien ja opettajien suhteen syntymiseen ja voi heikentää opettajilta saatuja tukikeinoja ja oppimisen merkityksellisyyttä kouluarjessa. Opettajien ja oppilaiden väliset positiiviset suhteet ovat siis kriittisiä tekijöitä oppilaiden kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin kannalta ja voivat parantaa oppilaiden koulukokemuksia. (Pyhältö, Soini & Pietarinen 2010, 203–215.)

Tytöt arvioivat opettajan antaman emotionaalisen tuen tärkeämpänä kuin pojat. Sukupuoli on erityisesti yhteydessä siihen, miten tukea koetaan. (Tennant ym. 2015, 503). Yleisesti kuitenkin opettajalla on mahdollisuus auttaa oppilaita heidän psyykkisten haasteidensa kanssa. Lämmin ja hyvä opettaja-oppilassuhde tukee vastavuoroisuutta opettajan ja oppilaan välillä. (Dai 2024, 241–246.) Kuitenkaan opettajan antaman tiedollisen ja välineellisen tuen arvostuksessa ei ole merkittäviä eroja tyttöjen ja poikien välillä (Tennant ym. 2015. 503).

## 4 Tutkimusongelmat

Tässä tutkimuksessa selvitetään, miten liikunnanopettajat kuvaavat psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallista oppimisympäristöä yläkoulussa. Tutkimuskysymyksemme ovat:

- 1) Millainen on psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallinen oppimisympäristö liikunnanopettajien kuvaamana?
- 2) Millaisia keinoja liikunnanopettaja käyttää luodessaan psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön?
- 3) Millaisia haasteita liikunnanopettaja kohtaa luodessaan psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallista oppimisympäristöä?

## 5 Tutkimuksen toteuttaminen

### 5.1 Tutkimusmenetelmä

Tutkimus toteutettiin laadullisena tutkimuksena, jossa aineistonkeruumenetelmänä käytettiin puolistrukturoitua haastattelua. Laadullinen tutkimus on tulkintoihin perustuva tutkimustapa, jonka avulla voidaan syventyä tutkimaan tutkittavien osallistujien näkökulmia tutkittavaan aiheeseen. (Vilka 2021, 17.) Laadullisella tutkimuksella saadaan tutkittua liikunnanopettajien keinoja turvallisen oppimisympäristön luomiseen. Tässä tutkimuksessa kiinnitettiin huomiota erilaisten keinojen moninaisuuteen, minkä vuoksi metodiksi on valittu laadullinen tutkimus.

### 5.2 Aineistonkeruu

Tutkimuksen aineisto kerättiin yksilöhaastatteluina haastattelemalla kuutta yläkoulussa työskentelevää liikunnanopettajaa. Haastattelu aineistonkeruumenetelmänä on ainutlaatuinen, koska siinä ollaan suorassa vuorovaikutuksessa tutkittavan kanssa. Haastattelussa aineiston keruuta voidaan joustavasti säädellä tilanteen edellyttämällä tavalla. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 204–205.) Tutkimus toteutettiin haastatteluna liikunnanopettajien työpaikalla eli koulussa, jotta haastattelutilanne olisi mahdollisimman luonnollinen (Vilka 2021, 17).

Tutkimukseen haastateltiin yläkoulun liikunnan aineenopettajia Satakunnan alueelta vuoden 2025 lopulla ja vuoden 2026 alussa. Aineistonkeruumenetelmäksi valittiin puolistrukturoitu haastattelu. Puolistrukturoidussa haastattelussa tutkijat luovat aikaisemman tutkitun tiedon pohjalta kysymykset, jotka sopivat heidän tutkimukseensa. Tällä menetelmällä haastateltavalle annetaan vapaus vastata kysymyksiin omin sanoin. Haastattelun avulla voidaan valita haastateltavaksi henkilöitä, joilla on oletettavasti tietoa tutkittavasta ilmiöstä ja aiheesta. (Puusa 2021, 106, 111–112.). Haastattelemalla liikunnan aineenopettajia, voitiin luottaa heillä olevan tarpeeksi osaamista ja ymmärrystä liikunnan opettamisesta ja sen haasteista. Lisäksi tutkimuksessa haluttiin haastatella sekä nais-, että miesopettajia, jotta tutkimukseen saataisiin tarpeeksi kattavasti vastauksia kaikkien ryhmien opettamisesta sekä myös nais- ja miesopettajien näkemyksiä tutkimusaiheesta.

Tutkimuksen toteuttamista varten haettiin tutkimuslupa kaupungilta sekä vielä erikseen niiden koulujen rehtoreilta, joissa liikunnanopettajat työskentelivät. Luvan saamisen jälkeen liikunnanopettajiin otettiin henkilökohtaisesti yhteyttä sähköpostitse lokakuussa 2025.

Sähköpostin yhteydessä liikunnanopettajille lähetettiin tietosuojalomake (Liite 2), kuvattiin tutkimuksen aihe sekä, mitä tutkimukseen osallistuminen vaatii haastateltavalta.

Sähköpostiviestissä kerrottiin myös selvästi tutkimukseen osallistumisen olevan vapaaehtoista sekä haastateltavalla olevan täysi oikeus tutkimuksen keskeyttämiseen missä vaiheessa tahansa ilman seurauksia.

Haastattelut toteutettiin lähihaastatteluina marras–joulukuun 2025 ja tammikuun 2026 aikana. Haastattelut pohjautuivat tutkijoiden ennalta laatimaan haastattelurunkoon (Liite 1), jonka kysymykset perustuivat tämän tutkimuksen kolmeen tutkimuskysymykseen.

Suostumuslomake (Liite 3) allekirjoitettiin haastateltavien toimesta jokaisen tapaamisen alussa. Haastattelut äänitettiin Turun yliopiston sanelimelle sekä yhdessä tapauksessa toisen tutkijan puhelimen sanelimeen. Haastattelujen kesto vaihteli 30 minuutista 57 minuuttiin ja ajallisesti haastattelumateriaalia kertyi yhteensä 3 tuntia ja 2 minuuttia.

### 5.3 Aineisto ja aineiston käsittely

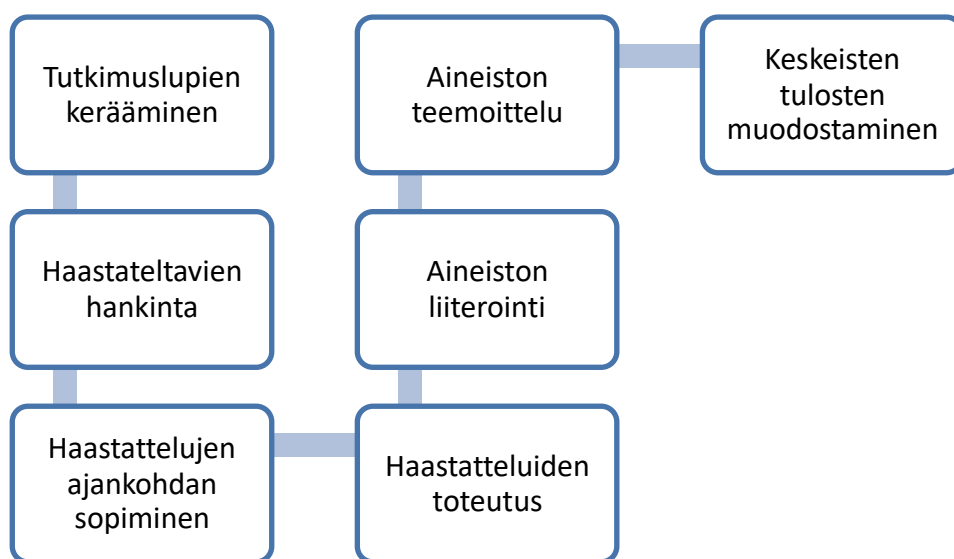
Tutkimuksen aineiston muodostavat kuuden yläkoulun liikunnanopettajan haastattelut. Haastattelujoukko koostui kolmesta naisopettajasta ja kolmesta miesopettajasta. Pro gradu-tutkimukseen sopiva määrä haastatteluita on kuudesta kahdeksaan haastattelua (Tuomi & Sarajärvi 2024, 99). Liikunnanopettajien työvuosien määrä vaihteli yhdestä vuodesta 32 vuoteen. Työvuosien määrällä ei ollut tutkimukseen osallistumisen kannalta merkitystä, mutta liikunnanopettajien työkokemus voi olla yhteydessä siihen, miten he luovat psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön oppilailleen. Lisäksi haastatteluissa selvitettiin, millaisia ryhmiä liikunnanopettajat opettavat. Liikunnanopettajien opettavat liikuntaryhmät vaihtelivat tyttöjen ja poikien omista liikuntaryhmistä sekaryhmiin, jotka olivat suurimmaksi osaksi valinnaisliikuntaryhmiä.

Taulukko 1 Haastateltavat

Haastateltava	Työvuosien määrä liikunnanopettajana
1	20 vuotta
2	14 vuotta
3	32 vuotta
4	10 vuotta
5	22 vuotta
6	1 vuosi

Haastattelut äänitettiin Turun yliopiston sanelimelle, josta aineisto siirrettiin jokaisen haastattelun päätteeksi Turun yliopiston Seafilen pilvipalveluun. Haastattelujen suorittamisen jälkeen aineisto litteroitiin eli kirjoitettiin sanalliseen muotoon hyödyntäen UTU Transcribe -ohjelmaa. Litteroitua aineistoa kertyi tekstimuotoon yhteensä 92 sivua Word-dokumentissa, fonttikoolla 12 ja rivivälillä 1. Transcriben pohjalta tehtyjen litteraattien oikeinkirjoitus tarkistettiin ja korjattiin haastatteluiden audioiden perusteella. Litteraatit jaettiin tutkijoiden kesken Seafilen kautta. Litteraatit käytiin läpi useaan kertaan molempien tutkijoiden toimesta ja niitä täydennettiin, jotta aineiston teemoittelu ja analyysi olisi mahdollisimman luotettavaa. Tutkijat tapasivat useaan kertaan analyysin eri vaiheissa ja sopivat yhteisistä teemoista ja termeistä. Tällä tavalla pyrittiin vähentämään väärinymmärryksiä tutkijoiden tulkinnoissa. Tutkimusaineistoa säilytettiin koko tutkimuksen ajan tietosuojasäädösten mukaisesti.

#### 5.4 Aineiston analyysi



Kuvio 1 Tutkimuksen etenemisen vaiheet

Aineiston litteroinnin jälkeen haastatteluaineistosta eroteltiin tutkimusongelmien perusteella erilaisia ryhmiä eli teemoja. Teemoittelussa haastateltavien vastauksia vertaillaan keskenään ja niistä etsitään yhteisiä tekijöitä (Tuomi & Sarajärvi 2024, Puusa & Juuti 2021). Tässä tutkimuksessa teemojen määrällä ei ollut väliä, vaan tutkimuksessa keskityttiin analysoimaan, mitä teemoja vastaukset sisälsivät.

Analyysin aluksi litteroitua aineistoa luettiin moneen kertaan molempien tutkijoiden toimesta, jotta vastauksista voitiin luoda objektiivinen ja mahdollisimman monipuolinen kokonaiskuva sisällönanalyysia varten. Aineiston analyysin vaiheet toteutettiin laadullisen sisällönanalyysin avulla, jossa toistuu usein kolme päävaihetta: aineiston pelkistäminen, aineiston ryhmittely eli teemoittelu sekä teoreettisten käsitteiden luominen (Tuomi & Sarajärvi 2024). Tässä tutkimuksessa mukailtiin tätä yleistä toimintamallia sisällönanalyysiä tehdessä.

Teemoittelu toteutettiin Excel-taulukkoa ja värikoodaamista hyödyntäen. Taulukkoon merkittiin jokaisen tutkimuskysymyksen tema omalla värillä, jotta aineiston käsittely pysyi selkeänä koko tutkimuksen ajan. Aineistosta selkeimmin esiin nousseita teemoja olivat esimerkiksi vuorovaikutus, opettajan pedagogiset ratkaisut, oppilaiden henkilökohtainen huomiointi erityisesti ahdistuneisuuden suhteen sekä liikunnan fyysisen oppimisympäristön merkitys. Analyysin aikana tutkijat analysoivat aineiston ensin itsenäisesti, jonka jälkeen he muodostivat yhdessä analyysin teemat, avaintermit ja tutkimuksen keskeiset tulokset. Kuvio 1 kuvaa tutkimuksen etenemisen eri vaiheet.

## 5.5 Eettisyys

Ennen aineiston keruuta tutkimukseen kerättiin tarvittavat luvat kaupungilta ja vielä erikseen tutkimukseen osallistuneiden koulujen rehtoreilta. Aineistonkeruu suoritettiin tutkimukseen osallistuneita henkilöitä ja heidän näkemyksiään arvostaen. Haastateltaville lähetettiin haastattelukutsujen yhteydessä tietosuojalomake, jossa kerrottiin tutkimukseen kerättävistä tiedoista sekä tutkimuksen tarkoituksesta (TENK 2023). Haastateltaville kerrottiin selkeästi tutkimuksen tarkoituksen olevan tutkia liikunnanopettajien käyttämiä keinoja, ei liikunnanopettajaa henkilökohtaisesti. Tutkimuksessa oltiin kiinnostuneita ainoastaan liikunnanopettajien opetustavoista, näkemyksistä ja kokemuksista liittyen tutkimuksen aiheeseen. Haastateltavilla oli oikeus kieltäytyä osallistumasta tutkimukseen ja perua osallistumisensa haastatteluun missä vaiheessa tahansa niin, ettei siitä koitunut osallistujalle minkäänlaista haittaa.

Haastattelurungon kysymykset (Liite 1) muotoiltiin niin, että ne keskittyivät vastaamaan nimenomaan tämän tutkimuksen kannalta olennaisiin kysymyksiin. Vaikka haastattelurunko oli muotoiltu tutkimuskysymyksiin perustuen, haastatteluissa pyrittiin luomaan avoin keskusteluilmapiiri ja antamaan tilaa myös haastateltavien omille ajatuksille. (Puusa 2021,

111–112). Tutkimuksen kannalta tämä koettiin hyödylliseksi, sillä haastatteluun osallistuneilta saatiin paljon vastauksia tutkimusta varten.

Haastatteluun osallistuneista ei kerätty nimiä tai mitään muuta tietoa, kuin heidän yhteystietonsa haastattelun sopimista varten ja opetusvuosien määrä. Aineiston käsittelyssä huolehdittiin pseudonymisoinnista tunnistetietoja pelkistämällä, ettei tutkimukseen osallistuneita pystytä tunnistamaan. Lisäksi jokainen haastatteluun osallistunut allekirjoitti suostumuslomakkeen (Liite 3) ennen varsinaista haastattelua. Ennen haastattelua haastateltaville kerrattiin vielä lyhyesti tutkimuksen tarkoitus, toteuttamistapa sekä aineiston käsittely ja -säilytys.

Haastattelut tallennettiin Turun yliopiston sanelimeen, jonka jälkeen aineisto siirrettiin Turun yliopiston pilvipalveluun, Seafileen. Seafilessä tutkijoilla oli salasanalla suojattu kansio, johon vain heillä oli pääsy. Yhden haastattelun kohdalla käytettiin toisen haastattelijan puhelimen sanelinta, sillä Turun yliopiston sanelin ei yllättäen toiminut haastattelutilanteessa. Haastatteluaineisto siirrettiin välittömästi haastattelun päätyttyä Seafileen, jonka jälkeen aineisto tuhottiin haastattelijan puhelimesta. Ennen haastatteluja kuitenkin varmistettiin aina laitteiston toimivuus. Haastattelumateriaalia ja suostumuslomakkeita säilytettiin ohjeistuksen mukaisesti kahden salasanan takana Turun yliopiston pilvipalvelussa, Seafilessä.

## 6 Tulokset

### 6.1 Psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallinen oppimisympäristö liikunnan tunneilla

Ensimmäisen tutkimuskysymyksen tarkoituksena oli selvittää, millainen on psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallinen oppimisympäristö liikunnanopettajien kuvaamana.

Oppimisympäristöjen turvallisuuteen liitettiin liikunnan oppituntien fyysiset oppimisympäristöt, kuten pukuhuoneet, siirtymät koululta liikuntapaikalle ja takaisin, sekä niissä toimiminen. Liikunnanopettajat kokivat psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden liittyvän vahvasti yhteen ja tukevan toinen toistaan. Turvallisen oppimisympäristön kuvaamisen lisäksi liikunnanopettajat kertoivat erilaisista tilanteista, joissa he ovat huomanneet oppilaan psyykkisen tai sosiaalisen turvallisuuden heikentyneen.

#### *Psyykkisesti turvallinen oppimisympäristö*

Liikunnanopettajat määrittelivät psyykkisesti turvallisen oppimisympäristön paikkana, jossa kaikki oppilaat ovat tasa-arvoisessa asemassa toisiinsa nähden. Yhden liikunnanopettajan mukaan psyykkinen turvallisuus syntyi juuri siitä, että kaikkia oppilaita arvostettiin samalla tavalla. Psyykkisesti turvallisessa oppimisympäristössä oppilaat uskaltavat olla omia itsejään ja sitä kautta osallistua mukaan toimintaan. Lisäksi ilmapiirin laadulla koettiin olevan merkitys siihen, uskaltavatko oppilaat yrittää ja epäonnistua ilman pelkoa naurunalaiseksi tulemisesta sekä sanoa ääneen omia mielipiteitään ja ajatuksiaan.

Uskaltaa tehdä ja toimii ja uskaltaa mokata. Siitä ei tapahdu mitään kamalaa ja uskaltaa kokeilla kaikkea uutta. (H1)

Turvallisuus tulee siitä, että sua arvostaa samalla tavalla, kun ketään muuta tahansa. (H3)

Iloa, riemua, touhua ja hikoillaan ja nauretaan ja tsempataan toisia.  
Epäonnistutaan ja onnistutaan yhdessä ja kaikki on hyväksytty siinä toiminnassa.  
Sellaista just, että osataan antaa tilaa kaikille. (H5)

Liikunnanopettajien mielestä psyykkistä turvallisuutta lisäsivät opettajan luomat toimintatavat ja oppituntien rakenteet, jotka loivat ennakoitavuutta oppilaille. “Sun ei tarvitse jännittää, miten se opettaja toimii.” (H2) Oppilaat pystyivät ennakoimaan tulevaa eikä heidän tarvinnut jännittää, miten opettaja toimii tai mitä seuraavaksi voi tapahtua.

### *Sosiaalisesti turvallinen oppimisympäristö*

Sosiaalisesti turvallinen oppimisympäristö määriteltiin liikunnanopettajien mukaan paikaksi, jossa kukaan ei jää ryhmän ulkopuolelle, kaikki työskentelevät tasaisesti kaikkien kanssa ja hyväksyvät muut mukaan sellaisena kuin he ovat. Silloin oppilaat tottuivat työskentelemään kaikkien kanssa, eivätkä alkaneet kyseenalaistamaan esimerkiksi ryhmäjakoja. Joskus oli myös tärkeää antaa oppilaiden valita itse ja työskennellä esimerkiksi oman kaverin kanssa, jolloin he voivat saada turvaa kaveristaan.

Ryhmässä uskaltaa mennä, kenen kanssa vaan on, mis joukkueessa vaan ja sä pystyt toimimaan. (H1)

Toisaalta et sulla on lupa turvautua vaiks siihen kaveriin. Saavat olla myös niidenkin kanssa, kenen kanssa tykkäävät olla, et ei oo aina semmonen jako kolmeen ja nyt te jouduitte eri paikkoihin. (H4)

Kaksi liikunnanopettajaa nosti esiin oppilaiden erilaiset roolit oppitunneilla. Joillain oppilailla saattoi olla jonkinlainen johtajan, sosiaalisesti tärkeän oppilaan rooli, joka loi tietynlaista turvaa muille omalla esimerkillään työskentelyn tai käyttäytymisen suhteen. Nämä oppilaat näyttivät esimerkkiä ja toimivat ryhmän tietynlaisena voimavarana ja tukena kaikille turvallisen oppimisympäristön luomisessa ja saavuttamisessa: “Osa on tosi tsemppaavii, kannustavii ja semmoisia positiivisen hengenluojii.” (H1) “Sosiaaliset, semmoset tärkeät oppilaat, jotka kantaa ryhmää esimerkillään.” (H5)

Eräs liikunnanopettaja kertoi oppilaiden ja ryhmien olevan joskus hyvin erilaisia keskenään ja näin ollen jotkut tarvitsevat kannustusta toisia enemmän. Jotkut oppilaat olivat taas hiljaisempia ja rauhallisempia. Roolit olisi hyvä saada jonkinlaiseen tasapainoon niin, että kaikilla ryhmän jäsenillä olisi tilaa ja hyvä olla.

Sallii yrittää, sallii räiskyä, mut sit taas toisaalta myös se toinen puoli, et se ei voi olla koko ajan kaaos, koska ei semmosessa uskalla tehdä. (H2)

Kahden liikunnanopettajan mielestä sosiaalisesti turvallisessa oppimisympäristössä oppilaiden motorisilla taidoilla tai lajitaidoilla ei ollut merkitystä, vaan liikunnan oppitunneilla kaikilla on turvallinen paikka yrittää, kehittää osaamistaan ja olla osa ryhmää. Sosiaalisesti turvallinen oppimisympäristö kannusti oppilaita omatoimisuuteen ja itsenäisyyteen. Oppilaat pystyivät pelaamaan sääntöjä ja toisia oppilaita kunnioittaen eikä liikunnanopettajan välttämättä tarvinnut puuttua pelin kulkuun ollenkaan. Tällaiseen toimintaan osa liikunnanopettajista pyrki oppitunneilla.

Ryhmän motorisesti heikoin, sillä on turvallinen paikka yrittää. Kukaan ei molla sitä, kaikki kannustaa ja se tuo sitten sen oppimisen. (H3)

Mun tavoite olis se, että oppilaat oppisivat itsenäisesti pelaamaan. Se on niinku niin hienoa, kun on semmoinen ryhmä, jonka peliin ei tarvi puuttua. He ite tuomitsee sitä ja on reilusti. (H4)

Et sä oot periaatteessa turha. Sä pystyt myös siin kohdas siel tunnin sisällä liikkumaan ja puhumaan oppilaille. (H2)

### *Oppilaiden heikentynyt turvallisuuden tunne*

Moni tutkimukseen osallistuneista liikunnanopettajista kertoi tilanteista, joissa he olivat huomanneet oppilaan psyykkisen tai sosiaalisen turvallisuuden heikentyneen oppitunneilla. Turvallisuuden tunteen heikkeneminen huomattiin muuttuvan käytöksen kautta: “Hiljainen tai on muuttunut jollain tavalla (käytös) aikaisemmasta.” (H5) Useimmiten liikunnanopettaja itse oli havainnoinut oppilaan käytöstä jo ennen, jotta muutoksen huomaaminen oli mahdollista. Yleisin merkki turvallisuuden tunteen heikkenemisestä oli oppilaan vetäytyminen ja yksin jääminen.

Rupeekin vetäytyy kuoreensa ja on hiljaa. (H2)

Hän jää itsekseen ja tavallaan ei ole ketään kenen kans reenata. (H3)

Erään liikunnanopettajan mukaan oppitunneilta tai toiminnasta vetäytyminen näyttäytyi erityisesti tyttöjen kohdalla. Lisäksi tyttöjen ja poikien heikentynyt turvallisuuden tunne saattoi näyttäytyä pojissa eri tavalla, esimerkiksi väkivaltaisena käytöksenä.

Tytöt ehkä menee enemmän lukkoon ja just silleen, et en pelaa, en tee ja sit selviää, että toi on sanonut mul huonosti tai jotain. Ja sit pojilla saattaa olla se, että ruvetaan käyttää väkivaltaa. (H4)

Oppilaiden kehonkieli eli ilmeet ja eleet saattoivat kertoa liikunnanopettajalle, millaisella asenteella ja mielellä oppilas on mukana liikuntatunneilla. Tällöin liikunnanopettaja oli omien havaintojensa varassa oppilaan tunnetilojen tulkitsemisessa.

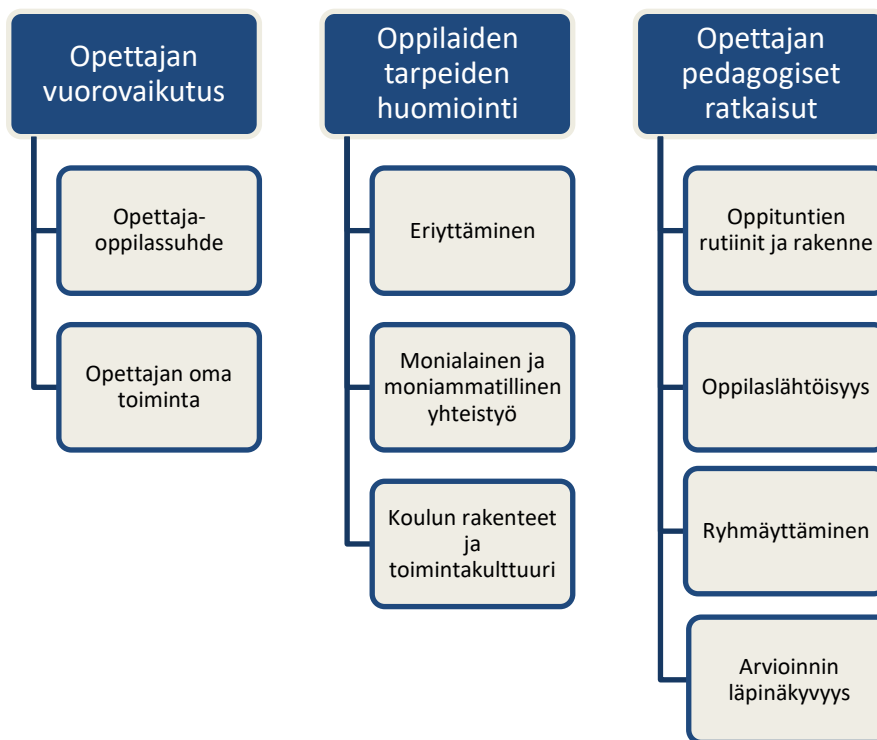
Kyl sen näkee ilmeist tavallaan ne tietyt asiat, että miten ne kokee sinne tunnille tulemisen. (H5)

## **6.2 Psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön luomisen keinoja**

Toisella tutkimuskysymyksellä selvitettiin, millaisia keinoja liikunnanopettajilla on psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön luomiseen. (Kuvio 2).

Liikunnanopettajien käyttämät keinot muodostettiin tutkimusaineiston analyysin teemoittelun

perusteella. Keinot jaoteltiin kolmeen osaan: opettajan vuorovaikutus, oppilaiden tarpeiden huomiointi ja opettajan pedagogiset ratkaisut.



Kuvio 2 Liikunnanopettajien keinoja psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden luomiseen oppimisympäristöissä

Opettajan vuorovaikutukseen liittyviin keinoihin kuuluu opettaja-oppilassuhteen luominen sekä opettajan oman toiminta, kuten erilaisiin selvitettäviin tilanteisiin puuttuminen keskustelun avulla, yrittämiseen kannustaminen ja opettajan osallistuminen liikuntatunnin toimintaan. Oppilaiden tarpeita huomioidaan eriyttämisen eli opetuksen suunnittelulla niin, että siinä huomioidaan esimerkiksi oppilaiden liikunnan taitotaso tai muut tarpeet. Lisäksi monialainen ja moniammatillinen yhteistyö sekä koulun rakenteet ja toimintakulttuuri voivat antaa paremmat mahdollisuudet oppilaiden psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden varmistamiseksi. Opettajan pedagogisiin ratkaisuihin liitetään oppituntien rutiinit ja rakenne, oppilaslähtöinen toiminta, ryhmäyttämisen eri keinot ja liikunnan oppiaineen arvioinnin näkyväksi tekeminen oppilaille.

### *Opettajan vuorovaikutus*

Jokainen tutkimukseen osallistunut liikunnanopettaja piti tärkeänä opettajan ja oppilaan välistä vuorovaikutusta psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden luomisessa liikunnan oppitunneilla. Oppilaisiin tutustuminen, heidän tuntemisensa ja opettaja-oppilassuhteen

luominen koettiin tärkeiksi avaintekijöiksi luottamuksellisen suhteen saavuttamiseksi ja oppituntien onnistumiseksi: “Se oppilaan tuntemus on se onnistuneen tunnin ydin.” (H2). Liikunnanopettajat kertoivat olevansa hyvin aktiivisia ja kiinnostuneita tutustumaan oppilaisiin ja heidän taustoihinsa liikuntatunneilla

Mä käyn jokaisen kanssa pallottelemassa. (H2)

Käydään nimet, ketä on paikalla ja siinä voi kertoa kuulumisia sit kanssa siinä Ne (oppilaat) sitten kertookin kaikenlaista. (H6)

Opettaja-oppilassuhteiden luominen alkoi yleensä oppilaiden nimien opettelulla ensimmäisten tuntien aikana. Seuraavaksi liikunnanopettaja pyrki olemaan tietoinen siitä, miten oppilas suhtautuu liikuntaan tai onko hänellä harrastuksia. Yhteistyö opettajan ja oppilaiden välillä voi helpottua, kun opettaja ja oppilaat tuntevat toinen toisensa. Kaksi liikunnanopettajaa mainitsi, että he ovat opettaneet oppilaita, joiden sisaruksia tai vanhempia he ovat aikaisemmin opettaneet, jolloin suhteen luominen kyseiseen oppilaaseen saattoi olla helpompaa. Yksi liikunnanopettaja kuvasi, miten oppilasmäärältään pienempi koulu voi vaikuttaa positiivisesti oppilaantuntemukseen ja opettaja-oppilassuhteen luomiseen. Toinen liikunnanopettaja kertoi työntekonsa ja yhteistyön oppilaiden kanssa helpottuvan, kun opettaja ja oppilaat tulevat toisilleen tutuiksi.

Mä koen, et kun meil on pieni koulu kuitenkin niin kyllä se on plussaa, että ensinnäkin oikeasti oppii myös tuntee niitä oppilaita ihan eri lailla. (H4)

Oppilas oppii tuntemaan myös opettajaa niin sitä kautta sitten helpottuu työnteko yhdessä. (H3)

Kaikki liikunnanopettajat arvostivat keskusteluyhteyttä oppilaidensa kanssa. He toivoivat olevansa helposti lähestyttäviä, turvallisia aikuisia, joille oppilaat voisivat luottamuksellisesti jutella matalalla kynnyksellä mistä tahansa. Oppilaiden käyttäytymiseen ja liikuntatunneilla tai muilla oppitunneilla tapahtuneisiin asioihin pyrittiin puuttumaan ensisijaisesti keskustelun kautta mahdollisimman nopeasti. Osa liikunnanopettajista painotti asioihin puuttumisen tärkeyttä heti opettajan uran sekä uuden lukuvuoden alusta saakka, jolloin omat toimintatavat tulevat oppilaille tutuiksi ja työskentely oppitunneilla alkaa sujua. Pääsääntöisesti keskusteluja käytiin joko oppilaan kanssa kahden kesken tai kaikkien asianomaisten kanssa. Joskus keskusteluja täytyi käydä koko ryhmän läsnäollessa esimerkiksi pukuhuonekäyttäytymiseen liittyen. Keskustelun avulla liikunnanopettajat pyrkivät edistämään erityisesti oppilaiden psyykkistä ja sosiaalista turvallisuuden tunnetta oppitunneilla.

Heidän parasta sit kuitenkin yritän ja olla heille luottamuksen arvoinen sil taval, että uskaltais keskustella mulle. (H5)

Joutuu useampaakin otteeseen käymään sitä keskustelua, että sinäkään et onnistu kaikessa. Sinullekaan ei aina moitita sitä, että sä epäonnistuit. Kaikki täällä nyt kokeillaan ja toinen osaa enemmän ja toinen vähemmän. (H4)

Yrittäminen ja siihen kannustaminen nousivat esiin melkein jokaisessa haastattelussa. Liikunnanopettajat pitivät tärkeänä sitä, että oppilasta kannustetaan yrittämään ja kokeilemaan eri asioita liikunnan oppitunneilla. Oppilaiden kannustaminen ja tsemppaaminen olivat monen liikunnanopettajan keinoja esimerkiksi tukemaan poissaolleen oppilaan paluuta liikunnan oppitunneille. Eräs liikunnanopettaja oli myös tarkkana siitä, että hän nimenomaan kannustaa oppilasta eikä pakota häntä tekemään vastentahtoisesti jotain. Oppilaille haluttiin antaa palautetta työskentelystä ja saada heidät huomaamaan, miten hyvin he ovat tunnilla toimineet ja yrittäneet. Palautteen annossa huomioitiin onnistumiset ja muut positiiviset asiat usein ensin.

Aloittaa silleen, että mikä on ollut hyvää ja sitten antaa joku vinkin, mutta ei silleen huuda peliaikana, että joku tekee väärin. (H6)

Annetaan se palaute. Valtaosa näistä tekee hyvää työtä, yrittää, niin puhutaan siitä, et huomaisiks sä, et sä tosiaankin oot tehnyt tällä tunnilla. (H3)

Moni liikunnanopettajista kertoi, miten he itse toimivat liikunnan oppitunneilla niin, että he voivat omalla toiminnallaan ja esimerkillään edistää oppilaiden psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden tunnetta. Liikunnanopettajan oma asenne voi vaikuttaa psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön luomiseen ja se voi olla joko tietoista tai tiedostamatonta. Oppitunneilla liikunnanopettajat pyrkivät oikeudenmukaisuuteen, oppilaiden tasa-arvoiseen kohteluun sekä positiivisen ilmapiirin luomiseen.

Yritän heille olla oikeudenmukainen ja toivottavasti myös reilu ja välitän heistä. Oppilaat on mulle tärkeitä. Heitä varten mä tääl olen. (H5)

Joskus liikunnanopettaja osallistui itse toimintaan oppilaiden mukana. Eräs liikunnanopettaja kertoi, että hän epäonnistuu välillä tarkoituksen mukaisesti jossain asiassa oppilaiden edessä, jotta he huomaisivat, että mokaaminen tai erehtyminen ei vaikuta mihinkään. Toinen liikunnanopettaja kertoi välillä pelaavansa oppilaiden mukana, jotta toiminta pysyisi asiallisena ja muut huomioon ottavana. Välillä oli kuitenkin hyvä siirtyä sivuun ja seurata oppitunnin kulkua erilaisesta näkökulmasta. Liikunnanopettajien mielestä asioihin oli hyvä puuttua välittömästi, kun he havaitsivat epäasiallista käytöstä tai kiusaamista. Välittömästi asioihin puuttumisella he toimivat itse myös esimerkkinä oppilaille.

Silloin siel tehdään sen porukan kanssa hommia, eikä vaan sillai, että mä menen vetämään tän mun oppituntini. Jos siellä on opettaja mukana (toiminnassa) niin se on yleensä aktivoiva ja rauhoittava juttu. (H2)

Mun mielestä opettajan ammattitaitoon semmonenkin juttu, et sä luot semmosen tunnin rakenteen, et sä pystyt olemaan täysin turha, jolloin sä näet ryhmän erilaisesta näkökulmasta. (H2)

### *Oppilaiden tarpeiden huomiointi*

Oppilaiden erilaisten tarpeiden ja taitotasojen huomioiminen liikunnan oppitunneilla toteutui yleensä eriyttämisen kautta. Liikunnanopettajien mukaan oppilailla oli oppitunneilla mahdollisuus valita esimerkiksi kahdesta intensiteetiltään ja taitotasoiltaan erilaisista pelistä itselleen sillä hetkellä hyvältä tuntuva peliryhmä. Liikunnanopettajat pyrkivät eriyttämään toimintaa oppilaalle sopivaksi tarjoamalla vaihtoehtoisia tekemistä, esimerkiksi kävelylenkille lähtöä, mikäli oppilas ei pystynyt osallistumaan toimintaan yhdessä muiden kanssa. Eriyttämistä ja pienryhmätoimintaa oli helpompi toteuttaa, kun aikuisia oli oppitunneilla enemmän. Moni liikunnanopettaja koki hyötyvänsä yhteisopettajuudesta ja koulunkäynninohjaajien avusta liikuntatunneilla. Tällä tavoin oppilaiden tarpeita pystyttiin ottamaan paremmin huomioon. Useamman aikuisen läsnäolo auttoi myös huomaamaan ja ratkaisemaan tilanteita, joissa esimerkiksi oppilaalla oli jokin huoli tai joidenkin oppilaiden välille oli syntynyt riitatilanne. Tällaisessa tilanteessa liikunnanopettaja pystyi jatkamaan opetusta muulle ryhmälle samalla, kun oppilas sai tukea omassa tilanteessaan.

Se on vaan jotenkin tärkeätä, et siellä on kahdet silmät ja kahdet korvat. Tai silleen, et huomioidaan ja huomataan niitä asioita paremmin yhdessä. (H6)

Oppilaiden erilaisia tarpeita huomioitiin myös moniammatillisen ja monialaisen yhteistyön avulla. Mikäli oppilaalla oli vaikeuksia osallistua liikunnan oppitunneille, oppilas voitiin ohjata juttelemaan esimerkiksi kuraattorin tai koulupsykologin kanssa. Haasteiden ilmentyessä liikunnanopettajat keskustelivat niistä esimerkiksi oppilaan luokanvalvojan kanssa. Oppilaille saatettiin tehdä oma henkilökohtainen suunnitelma, jonka tarkoituksena oli tukea hänen osallistumistaan tai paluutaan liikunnan oppitunneille. Eräs liikunnanopettaja kertoi, miten liikuntalistan luominen oli auttanut oppilasta. Liikuntalistan tarkoituksena oli selvittää oppilaalle vaikeat asiat liikunnan oppitunneilla ja sopia tietyt liikunnan oppitunnit, joille hän ainakin yrittäisi osallistua. Lisäksi oppilaat voitiin tarpeen vaatiessa päästää lähtemään muita ennen suihkuun tai hänelle saatettiin antaa lupa vaihtaa omat vaatteensa erillisessä tilassa.

Luokanvalvojan tunnin teemana sosiaaliseen yhteistoimintaan liittyvät asiat, et on painotettu just sitä, miten ollaan ryhmässä ja on paljon vuorovaikutukseen liittyviä juttuja. (H6)

Me ollaan katsottu liikuntalista ja me ollaan sovittu, että näillä tunteilla hän yrittää tulla. (H1)

Sä saat lähtee nyt hiukan aikaisemmin tunnilta suihkuun. (H1)

Liikunnanopettajat kertoivat koulun toimintakulttuurin merkityksestä oppilaiden psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden huomioimisessa. Koulujen opetus- ja kasvatustyötä tukevat toimintakulttuurit koettiin oppilaiden psyykkistä ja sosiaalista turvallisuutta edistävänä ja ne kannustivat opettajia luomaan turvallisia oppimisympäristöjä. Kaksi liikunnanopettajaa korosti kouluyhteisössä työskentelevien opettajien välistä yhteistyötä ja hyvinvoivan opettajanhuoneen merkitystä. Kun koulun arvopohja ja johtaminen oli toimiva, liikunnanopettajat kokivat, että se vaikutti positiivisesti oppitunteihin ja niiden pitämiseen.

Jos mulla on terveystiedossa nämä ja nämä luokat niin ne on myös mun liikunnassa. Jolloin mä näen niitä, jolloin sit pystyy oppimaan tuntemaan niitä. (H2)

Kaksi liikunnanopettajaa mainitsi yhteishengen kehittämiseksi koulun erilaiset sisäiset liikuntatapahtumat, kuten talvirieha tai tanssiaisat, joihin osallistuttiin yhdessä luokan tai koko koulun kanssa. Lisäksi oli tapahtumia, kuten koulujen välisiä jalkapallo- ja salibandyturnauksia, joihin kaikki oppilaat saivat halutessaan osallistua ja edustaa omaa kouluaan. Opettaja-oppilassuhdetta ja oppilaiden turvallisuutta pyrittiin vahvistamaan myös lukujärjestyksen avulla. Yksi liikunnanopettaja kertoi, että luokat saatettiin jakaa opettajille niin, että samat luokat kävivät saman opettajan oppitunneilla. Liikunnanopettaja opetti liikunnan lisäksi myös terveystietoa. Järjestely takasi sen, että liikunnanopettaja näki oppilaitaan useammin ja mahdollisti paremman suhteen luomisen. Lisäksi liikunnanopettaja oli tällöin kyvykkäämpi puuttumaan esimerkiksi kiusaamiseen tai oppilaan pahaan oloon.

On paljon tapahtumia, mitkä koulus kannustaa liikkumaan ja käydään turnauksissa. (H5)

#### *Opettajan pedagogiset ratkaisut*

Liikuntatiloihin siirtyminen, oppitunnin alussa yhteen kokoontuminen ja oppitunnin aloittaminen, alkupiiri, riviin järjestäytyminen, läsnäolijoiden läpikäynti ja kuulumisten vaihto ovat esimerkkejä liikunnanopettajien erilaisista rutiineista omilla oppitunneillaan.

Liikunnanopettajien luomat rutiinit ja oppituntien rakenteet loivat haastateltavien mukaan oppilaille turvallisuuden tunnetta ja ennakoitavuutta, sillä heillä oli jonkinlainen käsitys siitä,

miten opettaja toimii oppitunneilla. Oppilaat saattoivat tulla paikalle pikkuhiljaa omassa tahdissaan, pienissä erissä. Aikaisemmin paikalle saapuneet oppilaat saivat mahdollisesti ensin toimia itsekseen, mutta oppitunti aloitettiin yhdessä sitten, kun kaikki olivat saapuneet paikalle. Tällä tavoin oppilaat tulivat nähdyiksi ja kuulluiksi heti oppitunnin alussa.

Mennään aulaan ja sen jälkeen opettaja tulee hakemaan ryhmän ja mennään pukkariin. (H2)

Tykkään, et siin alussa kokoonnutaan jotenkin yhteen. Mulla on usein alkupiiri ja sitten käydään nimet, ketä on paikalla ja siinä voi kertoa kuulumisia sit kanssa siinä ja usein sit kun ne tulee vähitellen siihen niin siinä ne sitten kertookin kaikenlaista. (H6)

Vaikka rutiinit ja oppituntien rakenne koettiin oppilaiden psyykkistä ja sosiaalista turvallisuutta edistäviksi tekijöiksi, liikunnanopettajien mielestä suunnitelmia tuli kuitenkin pystyä muuttamaan tarpeen tullen. Oppitunnin suunnitelmaa saatettiin muokata esimerkiksi oppilaiden liikuntaan suhtautumisen, oppimistapojen huomioimisen, vireystilan tai käytöksen perusteella. Tietty suunnitelma ei myöskään aina soveltunut kaikille liikuntaryhmille.

Ne tunnit ei saa olla rakenteeltaan, et aina vaan pelataan. Siellä on kuitenkin kilpailusuuntautuneita ja tehtäväsuuntautuneita oppilaita ja sitten perusrhythmissä on kuitenkin semmosia, ketä ei kiinnosta se liikunta yhtään. (H2)

Huomaa aamu- ja iltapäivätunneilla usein, et pitää enemmän muuttaa niitä suunnitelmia, et sillon on siinä fiiliksessä semmosta väsymystä ja sitten iltapäivällä alkaa olla taas levottomuutta, että sitten pitää sen takia vähän rauhoittaa taas. (H6)

Oppilaiden psyykkistä ja sosiaalista turvallisuutta liikunnan oppimisympäristöissä edistettiin oppilaslähtöisyyden eli oppilaiden omien toiveiden ja valintojen huomioimisella.

Mä kysyn oppilaita, että mitä he toivoo liikunnasta. (H1)

Mä oppilaidenkin mielipiteet, vaikka tuolla valinnaisessa kuuntelen. (H4)

Joskus myös opettajajohtoisemman eli enemmän opettajan ohjaaman oppitunnin pitäminen oli tarpeen, jotta oppilailla olisi hyvä olla. Moni liikunnanopettaja tuki oppilaidensa autonomiaa ja sitä kautta heidän turvallisuuden tunnettansa antamalla heidän toivoa ja päättää liikuntatuntien sisällöistä ja toiminnasta.

Sai valita siinä tunnin lopussa, että pelaako koko sen loppuajan vai silleen, et käy välillä tuolla budo-salissa semmoisessa lihaskunto-osuudessa. (H6)

Liikunnanopettajat toteuttivat ryhmäyttämistä usein lukuvuoden alussa ensimmäisillä oppitunneilla. Tavoitteena oli saada oppilaat tutustumaan toisiinsa ja luoda positiivinen ilmapiiri, jotta oppilaat uskaltaisivat tehdä ja toimia oppitunneilla. Joskus ryhmäyttäminen oli

tarpeen myös kesken lukuvuoden, jotta esimerkiksi ryhmädynamiikkaa saatiin kehitettyä paremmaksi. Eräs liikunnanopettaja koki, että hänen pitäisi tai hän voisi tehdä ryhmäyttämistä työssään enemmän: “Ryhmäyttämistä pitäisi tehdä vieläkin enemmän.” (H5)

Liikunnanopettajat kertoivat suosivansa erilaisia pari- ja ryhmien jakoja oppilaiden kesken. Erilaiset pari- ja ryhmien muodostamiset perusteltiin kaikkien kanssa toimeen tulemisen, toisiin tutustumisen ja yhteenkuuluvuuden tukemisen kautta. Joskus oli hyvä jakaa ryhmät tai parit niin, että oppilaat harjoittelivat työskentelemään ja kehittämään sosiaalisia taitoja heille vieraampien oppilaiden kanssa. Joskus oppilaat saivat kuitenkin enemmän vapautta valita omat ryhmänsä, jotta he voivat tarvittaessa saada tukea kaverilta ja sillä tavoin edistää psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden kokemista liikunnan oppimisympäristöissä.

Eri tavoin valitaan pareja, eri tavoin mä muodostan joukkueita. Never ever ikinä ei oo kapteenijakoja. (H1)

Täytyy miettiä, et niitä ei voi laittaa samaan joukkueeseen ja sit taas joidenkin kans on pakko olla samalla puolella. (H4)

Yrittää sitten laittaa vaikka just sekoittaa vähän porukkaa ja laittaa niitä pareja sillai, että kaikki on siinä mukana ja kokee sellaista yhteenkuuluvuutta. (H6)

Kaksi liikunnanopettajaa kertoi, että he tekevät oppilailleen näkyväksi liikunnan oppiaineen arviointikriteerejä korostaen liikunnan sosiaalista ulottuvuutta ja työskentelytaitoja. Arvioinnin läpinäkyväksi tekemisen tarkoitus oli muistuttaa oppilaita, että liikunnan arvosanaan vaikuttaa liikuntataitojen lisäksi myös sosiaaliset taidot eli se, miten oppilas toimii ryhmän jäsenenä.

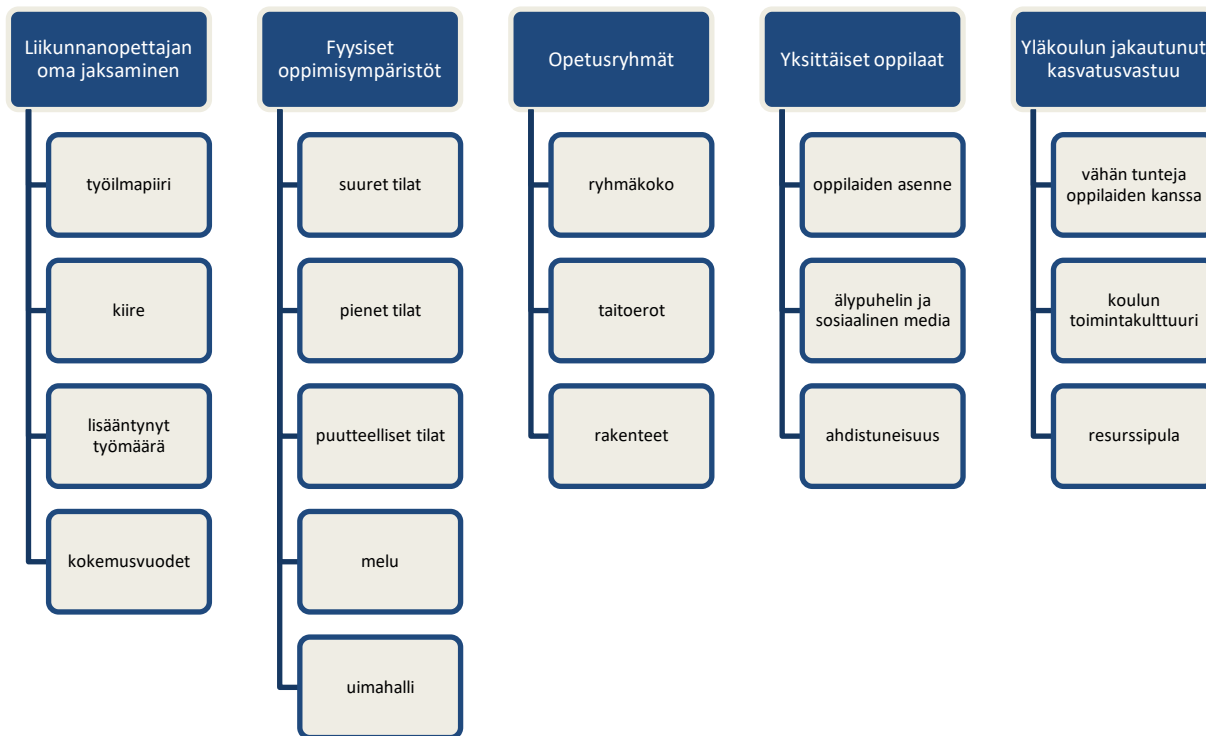
Kattokaas täs on päättöarvioinnin kriteerit. Täällä mainitaan, että ei valikoi kenen kanssa tekee ja missä joukkueessa on. (H1)

Käyn vuoden alussa niitä arviointikriteerejä läpi ja sit mä oon tavannut käydä syysloman jälkeen, joululoman jälkeen ja sit hiihtoloman jälkeen vielä. Muistuttaa siitä, että liikunnassa se yrittäminen on tärkeä, aktiivisuus on tärkeä, vaikka ei olis taidoiltaan paras siinä ryhmässä. (H6)

### **6.3 Psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön luomisen haasteet**

Kolmannen tutkimuskysymyksen tarkoituksena oli selvittää, millaisia haasteita liikunnanopettajat kohtaavat luodessaan psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisia oppimisympäristöjä. Haasteissa nousi esiin sekä opettajasta riippumattomia tekijöitä että opettajasta riippuvia tekijöitä. Tekijät olivat joko suoraan, tai välillisesti yhteydessä opettajan

työskentelyyn. Kuvio 3 kuvaa, millaisia haasteita liikunnanopettajat kokivat psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön luomisessa.



Kuvio 3 Liikunnanopettajien kohtaamia haasteita psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön luomisessa

### *Liikunnanopettajan oma jaksaminen*

Liikunnanopettajien mukaan opettajahuoneen ilmapiirillä on vaikutusta opettajien jaksamiseen. Mikäli opettajahuoneessa ilmapiiri on jollain tapaa huono, saattoi olla palauttavan tunteen sijasta kuormittava. Yhden haastateltavan mukaan huono ilmapiiri kouluyhteisössä voi vaikuttaa suurestikin omaan jaksamiseen. Lisäksi moni haastateltavista nosti esiin oman jaksamisensa haasteeksi jaksaa työssä. Opettajan oma jaksaminen heijastui liikuntatuntien suunnitteluun ja sitä kautta opetuksen toteuttamiseen. Mikäli liikunnanopettajalla ei ole omaa jaksamista, oppitunnit olivat sisällöltään ja toteutukseltaan huonompia. Opettajan kärsivällisyys saattaa olla vähäisempää, joka taas vaikuttaa koko oppituntin ilmapiiriin. Toisaalta mikäli opettajalla ei ole riittävästi aikaa ja jaksamista, oppituntien suunnittelu voi jäädä puutteelliseksi.

Kotielämä et jos sulla on koton ahdasta, niin sult häviää se luovuus ja semmonen sielt ja sit se heijastuu sinne oppilaisiin myös sieltä. (H2)

Ehkä yksittäiset opettajat on vähä sillee et jääkiekkoilijat on iha hirveitä. (H5)

Kiire koettiin yhdeksi opettajantyön kuormittavimmista aiheista, jonka liikunnanopettajat nostivat haastatteluissa esiin. Liikunnanopettajan tuntien fyysiset oppimisympäristöt vaihtelevat jatkuvasti, jonka vuoksi haastateltavilla ei välttämättä ollut aikaa jäädä tunnin loppuksi juttelemaan oppilaiden kanssa. Haastateltavat kokivat, että nimenomaan kahdenkeskeisellä juttelulla oli suuri vaikutus yhteydenluomiseen oppilaan kanssa. Opettajalla saattoi olla esimerkiksi 15 minuutin tauko oppituntien välissä, minkä aikana hänen tulee viedä ja hakea tavaroita seuraavalle tunnille sekä mahdollisesti vielä siirtyä seuraavan oppituntin oppimisympäristöön. Opettajan tuli tämän tauon aikana myös huolehtia omista tarpeista, esimerkiksi vessassa käymisestä ja riittävän ravinnon huolehtimisesta. Kiireen jatkuessa päivästä toiseen, oppilaan kohtaaminen kahden kesken saattoi jäädä vähäiseksi, minkä koettiin vaikuttavan opettaja-oppilassuhteeseen.

Mutta jos ei sul oo lukujärjestyksessä hyppytunteja tai sä vedät joku 27 tuntia, niin missä välissä sä kohtaat? (H2)

Mulki on tänään kuusi tuntia niin sit kun ne on kaikki putkeen, niin siirtymiin menee aikaa niin ei välillä jää aikaa niin paljon kuin haluais sille keskustelulle ja ihan vaan sille, että ollaan hetki rauhassa. (H6)

Liikunnanopettajat kokivat, että heidän työmääränsä on lisääntynyt vuosien varrella. Etenkin oppilaiden ahdistuneisuuden tuomat haasteet ovat näkyneet opettajien lisääntyneessä työmäärässä. Haastateltavien työaikaa kului erilaisissa palaverissa, joissa käsiteltiin yksittäisten oppilaiden tilanteita ja suunniteltiin moniammatillisesti oppilaille henkilökohtaisia suunnitelmia liikunnan toteutukseen. Oppilaan kanssa on voitu sopia, mille tunneille hän osallistuu ja millä tavalla. Kaikki tämä suunnittelu lisäsi liikunnanopettajien työmäärää, mikä puolestaan vaikutti heidän työssä jaksamiseensa.

Niin me ollaan katsottu liikuntalista ja me ollaan sovittu, että näillä tunneilla hän yrittää tulla. (H1)

Huomioin sen koko porukan ja kaikkien tarpeet et mut se onkin semmonen haastava asia varmasti. (H5)

Se on haastava tilanne, jos on oikeesti semmonen oppilas, että on vaikka ahdistusta muutenkin, että on ahdistuneisuutta niin sitten voi olla, et se ei uskalla edes tulla sinne saliin. (H6)

Sekä liikunnanopettajan varhaiset opetusvuodet että pitkä opetusura luovat omia haasteitaan psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen luomista. Liikunnanopettajien mukaan ensimmäisinä opetusvuosina voi olla haasteellista huomioda oppitunneilla kaikkia oppilaita. Näinä vuosina opettajan oma keskittyminen voi mennä enemmän omien tuntisuunnitelmien miettimiseen ja niiden toteuttamiseen tai arvioinnin tekemiseen. Toisaalta yksi opettaja nosti haasteeksi

opettajan pitkän työuran aikana tapahtuneen urautumisen. Toisin sanoen omalle työlle on saattanut tulla sokeaksi eikä välttämättä huomaa, jos jotain ryhmää tulisikin esimerkiksi ryhmäyttää enemmän. Mikäli samaa oppituntia toistaa vuodesta toiseen samalla kaavalla, voi olla, että jää huomaamatta, ettei se sovi kaikille ryhmille ja opettajan oma reflektio jää vähäiselle.

Ekat vuodet opettajalle on aina hankalia. Sun on vedettävä se linja ja, jos sitä linjaa ei oo ollu ja on vähän ehkä, sanotaanko erilaisella tyylillä vedetty sitä hommaa niin siinä on aikamoinen linjaaminen ja sen oman uran ja työtapojen hakeminen. (H3)

Sä myös väsyit siihen sun omaan työhön ja sit sä rupeetkin oikomaan sinulle tyypillisellä tavalla asioissa. Ja sen jälkeen mun mielest tunnin rakenne ja se kärsii siellä. (H2)

Toivottavasti kokemus on tuonu jotain järkee siihen myöskin ja ehkä jos ennen vaa keskittyi siihen tunnin sisältöön, että näin mennään, niin varmaan ny pystyy havainnoimaan ehkä vähän enemmän ehkä asioita sil tavalla. (H5)

#### *Fyysiset oppimisympäristöt*

Haastatteluiden mukaan vaihteleviin fyysisiin oppimisympäristöihin liittyi paljon haasteita ja vaaran paikkoja. Suuret ympäristöt, kuten urheilukentät koettiin erityisen hankaliksi psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden luomisen ja ylläpidon näkökulmasta.

Liikunnanopettajan oli mahdotonta olla useassa paikassa yhtä aikaa, jonka vuoksi he eivät kuulleet, mitä mahdollisesti toisella puolella kenttää puhutaan tai tehdään. Näin ollen he eivät päässeet puuttumaan huonoon tai epätoivottuun käytökseen. Myös oppilaiden motivointi koettiin vaikeampana suurella alueella toimiessa, mikä puolestaan saattoi johtaa oppilaiden häiriökäytökseen.

Vaik sä kui yrität motivoida nii jos et sä pysty repeytymään (H5)

Jos siellä on 20 tyyppiä, painaa pitkin salii tai mis sit ollaankin, niin enhä mä voi nähdä kaikkia tilanteita. (H1)

Liian pienet liikuntaympäristöt koettiin haasteeksi. Liikunnanopettajien mukaan jotkut oppilaat saattoivat kokea ahdistuneisuuden tunnetta, jos koko liikunta ryhmän piti mahtua pieneen pukuhuoneeseen yhtä aikaa. Liikunnanopettajien mielestä useamman pukuhuoneen avulla ryhmää voisi jakaa pienemmäksi, joka puolestaan mahdollisesti vähentäisi oppilaiden ahdistuneisuutta ja takaisi kaikille rauhan vaatteiden vaihdossa ja peseytymisessä.

Liikunnanopettajat kokivat myös, että he eivät pysty täysin vaikuttamaan pukuhuoneiden psyykkiseen ja sosiaaliseen turvallisuuteen. Haastateltavista useampi pyrki ennaltaehkäisemään esimerkiksi kiusaamista pukuhuoneissa puhumalla oppilaiden kanssa

toivotusta käyttäytymisestä ja asettamalla rajoja oppilaille. Varhain oppilaille opetetut käytänteet ja rutiinit tukivat oppilaiden toimintaa ja edistivät oppilaiden turvallisuuden tunnetta.

Mä en tiedä yhtään mitä siellä poikien pukkarissa tapahtuu, että se on tietty sekaryhmissä haastavaa, kun mul ei oo siinä silleen sitä opettajaparia, jonka kanssa olisi ne kaks ryhmää. (H6)

Voi olla, että tytöil on yksi pukkarin ja siel on ne 20 tyttöä siel samas pukkaris... luo enemmän paineita kuin se, et sit pääsis vaikka sen viiden kaverin kans vaihtaa vaatteita. (H1)

Lisäksi puutteelliset liikuntaympäristöt koettiin haasteeksi. Osa haastateltavista kertoi, että heidän koulussaan ei ole esimerkiksi omaa liikuntasalia ja tällöin oppitunneille tulee ylimääräisiä siirtymiä. Yleisesti yläkouluikäiset oppilaat saivat siirtyä itsenäisesti oppitunnille varattuun paikkaan. Näillä siirtymillä liikunnanopettaja ei ole paikalla, eikä pysty kontrolloimaan siirtymän aikana tapahtuvia tapahtumia. Osa liikunnanopettajista uskoi kuulevansa oppilailta, mikäli siirtymillä on tapahtunut jotain sellaista, mikä on vaikuttanut oppilaiden kokemaan psyykkiseen tai sosiaaliseen turvallisuuden tunteeseen. Haastateltavilla ei kuitenkaan ollut varmuutta, kuulevatko he kaiken, mitä siirtymillä todellisuudessa tapahtuu. Yksi haastateltavista kertoi tyttöjen ilmoittavan epätoivotusta käytöksestä poikia herkemmin.

Pojat harvemmin tulee sanomaan, mä en tiedä, onks siin joku, et jännittää niitä seurauksia. (H6)

Ei me pystytä sitä valvontaa tekemään. Se on täys mahdottomuus, koska me halutaan olla aina ennen oppilaita oppitunnilla valmiina paikalla. (H3)

Yksi liikunnanopettaja nosti esiin myös liikunnan oppituntien äänimaiseman, joka on joskus hyvin äänekas. Äänimaisema tulisi saada oppilaiden tunne- ja äänitason säätelyn avulla sellaiseksi, että kaikilla olisi hyvä ja turvallinen olo. Mikäli äänitaso nousee liian kovaksi, osa oppilaista voi kokea tilan kuormittavaksi ja sulkeutua kuoreensa. Lisäksi jatkuvasti kovassa metelissä työskentely voi kuormittaa myös liikunnanopettajaa, mikä saattoi joskus vaikuttaa työssä jaksamiseen. Liikunnanopettajalla on kuitenkin mahdollisuuksia vaikuttaa liikuntatuntien äänimaisemaan tuntisuunnittelulla. Erilaiset oppimisympäristöt voivat haastaa kuitenkin opettajan mahdollisuuksia vaikuttaa metelin määrään. Esimerkiksi jää- ja uimahalleissa opettajan on käytettävä enemmän ääntä taustametelin vuoksi. Joissain tilanteissa opettajalla on myös mahdollisuus vaikuttaa omaan äänenkäyttöön. ”Äänenkäyttö luo sitä, et se tila on jollain tavalla turvaton, mikä taas sit tekee sen, et tietty ihmisporukka niin sit ne rupeekin vetäytyy kuoreensa ja on hiljaa.” (H2)

Opetushallituksen (2016) mukaan yläkoululaisten koululiikunnassa on vahvistettava oppilaiden uima- ja vesipelastustaitoja. Tästä syystä jokaisen ryhmän ja jokaisen oppilaan on käytävä uimassa. Kaikki haastateltavat kokivat uimahallin haasteelliseksi oppimisympäristöksi psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden näkökulmasta. Oppilailla, etenkin tytöillä, on ollut paljon poissaoloja uimatuntien aikaan. Uintitaito tulee kuitenkin päästä osoittamaan, mikäli oppilaalla on ollut pätevä syy olla poissa uimatuntien aikana. Tällaisessa tilanteessa oppilaat menivät mieluummin liikunnanopettajan kanssa kahdestaan tai pienemmässä ryhmässä osoittamaan uimataitonsa. Tämä eritysjärjestely kuitenkin työllisti opettajaa lisää, mikä vaikuttaa opettajan jaksamiseen ja oli ajallisesti pois muista työtehtävistä.

Et en mä joka uintitunnin perään lähde todellakaan kyselee. Mähän olisin sit ottaa niit rästiuinteit tuol koko ajan vastaan. Se on ehkä semmosta, mis niinku paljon joutuu ite kamppailemaan sen kanssa, et kui niinku vaativa voi olla siinä. (H4)

Esimerkiks uinti on aika haastavaa osalla, sit se et kun yritetään uimahallin säännöist, niin siellä tulee sanomaan, vanhat mammat valittaa, että nyt sinun oppilaat taas meni uikkarit päällä suihkuu. (H1)

#### *Opetusryhmät*

Ryhmäkoot yleisesti koettiin haasteeksi. Liian pienen ryhmän kohdalla voi olla haasteena saattoi olla se, ettei kaikille oppilaille löydy kaveria liikuntaryhmästä. Tällöin oppilas voi kokea ulkopuolisuuden tunnetta. Liian pienessä liikuntaryhmässä pelien pelaaminen oli haastavaa liian vähäisen pelaajamäärän takia. Myös liian suuret ryhmät voivat olla haasteellisia, jos ryhmään alkaa syntyä ”kuppikuntia” eli pieniä ryhmiä, jossa tietyt oppilaat muodostavat tiiviin ryhmän, mihin muut eivät välttämättä pääse mukaan. Tällöin vaarana on, että oppilaat alkavat suosia toiminnassa omia kavereitaan toisia enemmän. Isommissa ryhmässä opettajan oli myös vaikeampi huomata kaikkea toimintaa. Tällöin opettajan voi olla mahdotonta puuttua epätoivottuun käytökseen ja ennaltaehkäistä sitä.

Jos homma ei toimi, niin se on välillä aika rankkaa, että saa niit pelaamaan tai toimimaan. (H1)

Kyllä sitä pyrin parhaan kykyni mukaan tekemään, mutta onhan se tietysti omalla tavalla haastavaa, kun on 25 velle vallatonta menee. (H5)

Liikunnanopettajien mukaan liikuntaryhmien heterogeenisyys ja oppilaiden väliset taitoerot lisääntyvät koko ajan. Liikunnanopettajien tuli entistä enemmän huomioida tuntien suunnittelussa toimintaa niin, etteivät taitoerot korostu liikaa ja jokaiselle oppilaalle taattaisiin psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallinen ilmapiiri liikkumiseen ja harjoitteluun

liikuntatunneilla. Toisaalta liikunnanopettajien tuli eriyttää opetusta niin, että myös taitavimmat oppilaat saavat taitotasolleen sopivaa haastetta.

Nyt on sillai et okei on nää huippuliikkujat ja sit on nää jotka ei tee yhtään mitään. Ja sit semmonen keski nii se on kapeentunut se. (H1)

Tiäks se skaala on niin kuin harrastajat, ei oikein nappaa, idäst tulleet, eteläst tulleet, jotka ei oo mitään kielt ollut, niin siinä rupeaa miettimään, että tässä on muute aika monta kerrost luisteluopetus tuntii. (H5)

Liikuntaryhmien erilaiset rakenteet vaikuttivat psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden luomiseen. Sekaryhmät koettiin haasteellisiksi siltä osin, että tunnilla harjoitteiden ja pelien nopeus vaihtelee tyttöjen ja poikien välillä enemmän. Tällöin liikunnanopettajien oli haasteellisempaa muodostaa tasavertaisia joukkueita oppitunneille. Toisaalta yksi liikunnanopettajista ei eritellyt, mistä syystä ryhmien sekoittuminen koettiin haasteeksi psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön luomisessa. Lisäksi osa liikunnanopettajista koki, että he eivät voi mennä vastakkaisen sukupuolen oppilaiden pukuhuoneisiin. Tässä tilanteessa haastateltavat kokivat, että he eivät kuule kaikkea, mitä pukuhuoneissa tapahtuu.

Mä en tiedä yhtään mitä siellä poikien pukkarissa tapahtuu, että se on tietty sekaryhmissä haastavaa, kun mul ei oo siinä silleen sitä opettajaparia, jonka kanssa olisi ne kaks ryhmää. (H6)

Näist seka-ryhmistä saattaa tulla sellaisia. Että siel on osataa ottaa, mut ehkä välillä nykypäivänä voi olla jopa vaativampiakin ryhmiä. (H5)

Valinnaisliikunnan osalta sekaryhmien koettiin tukevan oppilaiden psyykkistä ja sosiaalista turvallisuutta paremmin. Yhden haastateltavan koulussa kaikki ryhmät ovat sekaryhmiä, joka on perusteltu opetussuunnitelmaan peilaten. Ainoastaan uintitunneille oppilaat jaettiin sukupuolen mukaan. Toisaalta sekaryhmät koettiin myös yhtenä turvallisen oppimisympäristön luomisen keinona. Yhden haastateltavan mukaan sekaryhmissä oppilasryhmästä saattaa tulla erityisen yhtenäinen ryhmä, jossa ilmapiiri voi parhaimmillaan olla todella hyvä. Kahden haastateltavan mukaan joidenkin oppilaiden kohdalla on tehty erityisjärjestelynä siirto oppilaan toiveesta poikien ryhmästä tyttöjen ryhmään.

Sit kun tulee sekaryhmät, niin saattaa tulla ihan mahtava henkisii ryhmi semmosii et ne kasvaa ne ryhmät joskus jopa tietyllä tavalla vähän tiivimmiksi. (H5)

Ainut mis me jaetaan tytöt ja pojat on uintitunnit. (H4)

### *Oppilaat*

Oppilaiden oma asenne liikunnan opetukseen koettiin haasteena psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden luomisessa. Oppilailla saattoi olla kotoa sisäistettyjä malleja, jotka

näyttäytyivät oppitunneilla ei-toivottuna käytöksenä. Yhden haastateltavan mukaan oppilaan käyttäytymiseen voi olla vaikeaa puuttua, jos oppilaan huoltajalla on liikunnanopettajan kanssa eriävä käsitys hyväksyttävästä käytöksestä. Toisaalta oppilaiden käytöksessä haasteita voivat tuoda erityisesti puutteelliset sosioemotionaaliset taidot ja keskittymisvaikeudet. Liikunnanopettajien mukaan oppilaiden häiriökäyttäytyminen näyttäytyy oppitunneilla yhä enemmän.

Meidän isäkin sanoi, et ei kaikkien kanssa tarvitse tul toimeen. -- Jos sieltä kotookin tulee semmoinen asenne, et no iha sama tai semmonen asenne et ei tarvi ottaa muita huomioon. (H1)

Monilla ryhmillä on ryhmässä haastavii, joilla on ohjeiden kuunteleminen tai paikalla oleminen haastavampaa. (H5)

Liikunnanopettajien mukaan kaikki oppilaat eivät kantaneet vastuuta omasta toiminnastaan liikunnan oppitunneilla. Mikäli liikuntaryhmässä ei löydy tai muotoudu jokaiselle oppilaalle omaa roolia, liikuntaryhmän tasapaino voi horjua. Tällöin hiljaisemmat oppilaat saattavat jäädä varjoon tai mahdollisesti joutua kiusatuiksi. Haastateltavat kokivat erityisesti ensimmäiset liikunnan oppitunnit uuden ryhmän kanssa haastaviksi, koska silloin liikunnanopettajalla ei ole vielä tuntemusta oppilaista eikä opettaja-oppilassuhde ole päässyt kehittymään. Oppilaat eivät välttämättä myöskään tunne toisiaan, minkä vuoksi ryhmäyttäminen nostettiin haastatteluissa erityisen suureen arvoon psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön luomisessa.

Ei ne edes hahmota sitä, kuinka paljon he vie sosiaalisest tilaa muilta.(H2)

Se on ihan tasan siit niinkun ryhmän sisäisestä dynamiikasta se, et mimmosii niistä niinku tulee (ryhmistä). (H2)

Sosiaalisen median ja älypuhelimien rooli oppilaiden elämässä koettiin haasteeksi liikunnan oppitunneilla. Liikunnanopettajien mukaan oppilaat vertaavat itseään siihen, mitä he näkevät sosiaalisessa mediassa. Liikuntatunneilla keho on oppilaiden työväline, jonka vuoksi nämä teemat voivat tulla esiin erityisesti liikuntatunneilla. Tämä aihe korostui etenkin uimahallissa. Yhden haastateltavan mukaan älypuhelimien käytön lisääntymisen myötä keskittymisvaikeudet ovat kasvaneet. Haastateltava ei suoraan kertonut näiden olevan kuitenkaan yhteydessä toisiinsa.

Ulkonäköpaineet ehkä somen myötä on tehnyt, vaikuttanut tosi paljon asiaan. (H1)

Sen niinku huomaa, että kun puhutaan paljon siitä, että osaako nuoret enää olla keskenään vai onks se vaan sitä somen välityksellä yhteydenpitoa. Ja sitten ihan

tämmösiä, että miten voi puhua toiselle tai miten sä voit kommentoida tai mitä sit, kun tulee erimielisyys. Kyl se niinku peilaa tonne liikuntatunneillekin. (H4)

Yhdeksi suureksi teemaksi haastatteluissa nousi esiin nuorten, etenkin tyttöjen ahdistuneisuus. Jokainen liikunnanopettajista kertoi oppilaiden ahdistuneisuuden olevan haaste, kun he pohtivat psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden luomista liikunnan oppimisympäristöissä. Liikuntatunnit itsessään saattoivat pahentaa oppilaan ahdistuneisuutta. Syitä tähän olivat esimerkiksi pienet pukuhuoneet, uimahalli tai huono ryhmädynamiikka. Uimahallista haasteellisen tilan voi tehdä julkisissa tiloissa alastomuus. Toisaalta liikunnanopettajien mukaan ahdistuneisuus voi liittyä täysin liikuntatuntien ulkopuolelle, jolloin liikunnanopettajalla oli verrattain vähän mahdollisuuksia vaikuttaa oppilaan hyvinvointiin.

Se on haastava tilanne, jos on oikeesti semmonen oppilas, että on vaikka ahdistusta muutenkin, että on ahdistuneisuutta niin sitten voi olla, et se ei uskalla edes tulla sinne saliin.” (H6)

En pysty ahdistaa, et miten sä saat sen millä keinoilla tsempattuu ja kannustettuu, mut ei kuitenkaan niin et hän kokis et nyt pakotetaan. (H1)

#### *Yläkoulun jakautunut kasvatustavastuu*

Yläkoulussa liikunnanopettajat näkevät oppilaita vain liikuntatuntien aikana, joka on 2–6 oppituntia viikossa, riippuen siitä, onko oppilaalla valinnaisliikuntaa. Osalla yläkoulun aineenopettajista voi olla myös toinen aine opettavana, jolloin he näkevät oppilaita mahdollisesti hieman useammin. Jos liikunnanopettajalla kuitenkin on jonkun oppilaan kanssa viikossa vain kaksi tuntia opetusta, voi opettaja-oppilassuhteen rakentaminen olla haasteellista. Liikunnanopettajat kokivat, etteivät he ole aina tietoisia siitä, mitä tuntien ulkopuolella tapahtuu tai miten oppilaat käyttäytyvät muilla tunneilla. Tällöin liikunnanopettajan oli haasteellista erottaa, milloin haasteet liikuntatunnilla johtuvat liikuntatunnista ja milloin ongelma oli osa isompaa kokonaisuutta, joka oli mahdollisesti lähtöisin toisen aineen oppitunnilta tai välitunnilta.

Et sä näet sen ehkä pahimmillaan yhden tunnin viikossa. (H2)

Vaikka tekisi kivoja pieniä asioita niin se ei heitä vielä vie siitä ongelmasta pois. (H4)

Haastateltavat kokivat koulun toimintakulttuurin vaikuttavan heidän opettajana toimimiseen sekä mahdollisuuksiin luoda hyvä suhde oppilaisiin. Mikäli koulussa priorisoitiin oppituntien jakamisen suunnittelussa samalle opettajalle mahdollisimman paljon saman ryhmän tunteja, opettaja-oppilassuhteen luominen oli luonnollisempaa. Yksi haastateltavista kertoi opettavansa samoille luokille terveystietoa ja liikuntaa, jolloin hän näkee oppilaita enemmän.

Oppilaiden aktiivinen näkeminen ja kohtaaminen mahdollistaa syvemmän yhteyden luomisen oppilaisiin, joka johtaa parempaan oppilaantuntemukseen.

Jos on nukkunut hyvin yön tai on nukkunut huonosti yön, että millain jaksaa. (H1)

Tulee se joku mahdollinen kiusaamistilanne oppilaiden matkassa mukana sinne liikunnan tunnille ja sä et tiedä yhtään mitään vaikka ja sä pistät noi kolme samaan kuntopiiripisteeseen ja sitten sä mietit, että mikä juttu tässä nyt on, että mitä on tapahtunut. (H4)

Liikunnanopettajat toimivat työssään paljon yksin, jonka vuoksi he kokivat tärkeäksi sen, että omia ajatuksia voi jakaa opettajakollegoiden kanssa. Osa oppilaiden haasteista ei liittynyt välttämättä ollenkaan liikuntatunteihin, minkä vuoksi myös muiden opettajien kanssa keskustelu saattoi auttaa liikunnanopettajaa. Joidenkin liikuntaryhmien kanssa olisi hyödyllistä, jos jokaisella tunnilla olisi apuna avustaja, koulunkäynninohjaaja tai toinen liikunnanopettaja. Kuitenkin resurssien puute koettiin haasteeksi liikuntatunneillakin. Liikunnanopettajien omien kokemusten perusteella avustajan saaminen mukaan oppitunneille oli paikoitellen haastavaa.

Kun ei oo ohjaajaa niin sit mä oon saattanut soittaa apulaisreksille, että hei tuukkoo jeesii, että täällä on tappelu ollut, että mä en nyt pysty hallitteen ryhmää ja selvittämään näitten kahden välistä riitaa, et lisääkuinen tänne kiitos. (H4)

Mutta tämmöset ympäristöt tuottaa sen tietyn, että ihan hyvä et niit avustajii olisi vähän ryhmissä. (H5)

## 7 Johtopäätökset ja pohdinta

### *Johtopäätökset*

Tässä tutkimuksessa selvitettiin, millaisia keinoja yläkoulun liikunnanopettajilla on psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön luomiseen. Lisäksi liikunnanopettajat kuvasivat, millainen psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallinen oppimisympäristö heidän mielestään on ja millaisia haasteita he kohtasivat psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden luomisessa. Tutkimustulosten perusteella liikunnanopettajien mielestä psyykinen ja sosiaalinen turvallisuus liittyvät vahvasti yhteen ja niiden luomiseen vaikuttaa sekä opettajan, että oppilaiden oma toiminta, fyysiset oppimisympäristöt sekä koulujen toimintakulttuuri.

Tutkimuksen tulosten mukaan liikunnanopettajien mielestä oppimisympäristö on psyykkisesti turvallinen, kun oppilaat uskaltavat olla omia itsejään ja osallistua mukaan toimintaan. Psyykkisesti turvallisen oppimisympäristön muodostavat ihmisten luoma asenneilmapiiri, joka kannustaa yrittämään ilman pelkoa epäonnistumisesta. Tutkimuksen tulokset ovat linjassa aikaisempien tutkimusten kanssa. Hyvä asenneilmapiiri koostuu ihmisten välisestä kunnioituksesta, vaikuttamisen mahdollisuuksien kokemuksesta, luottamuksesta, osallisuudesta ja turvallisuuden tunteesta. (Bourdieu 1985; Leinonen & Mäkelä 2022, 70.) Ilmapiirin laatu vaikuttaa siihen, miten oppilaat uskaltavat kokeilla erilaisia asioita oppitunneilla ilman pelkoa epäonnistumisesta ja naurunalaiseksi tulemisesta.

Tutkimustulosten mukaan sosiaalisesti turvallista oppimisympäristöä liikunnan oppitunneilla ei määritä se, millaiset liikunnalliset taidot oppilaille on, vaan se, onko kaikilla turvallinen paikka yrittää, kehittää osaamistaan ja kokea yhteenkuuluvuutta. Erilaisiin yhteisöihin, kuten perheeseen, kaveriporukkaan tai luokkaan, kuulumisen edistää nuoren hyvinvointia vähentäen esimerkiksi riskikäyttäytymisen, kuten väkivaltaisen käytöksen, ilmenemistä. (Murray-Harvey 2010, 1; Wilkins ym. 2022, 582–583.) Sosiaalisesti turvallinen oppimisympäristö kuvattiin liikunnanopettajien mukaan paikaksi, jossa ketään ei jätetä ryhmän ulkopuolelle, kaikille oppilaille löytyisi oma roolinsa ja kaikki työskentelevät vaihtelevasti toistensa kanssa.

Tämän tutkimuksen tulosten mukaan vuorovaikutus sekä liikunnanopettajan ja oppilaiden välillä että oppilaiden kesken on tärkein osa psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden rakentamista liikunnan oppimisympäristöissä. Oppilaiden kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin

kannalta opettaja-oppilassuhteen laadulla voi olla paljon merkitystä. Tämän lisäksi positiiviset ja kannustavat opettaja-oppilassuhteet voivat lisätä oppilaiden koulusitoutuneisuutta (Thornber ym. 2022, 852; Pyhältö, Soini & Pietarinen 2010, 203–215.) Tutkimukseen osallistuneiden liikunnanopettajien mukaan opettaja-oppilassuhteen merkitys oli suuri psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden luomisessa. Opettaja-oppilassuhteen luomiseen ja ylläpitämiseen liitettiin paljon positiivisia asioita. Se loi pohjan luottamukselle, oppilaaseen tutustumiselle, hyvinvoinnin edistämiseksi sekä opetuksen toteuttamiselle. Kun opettaja tuntee oppilaansa, hän osaa havainnoida oppilaan toimintaa ja kiinnittää huomiota muuttuvaa käytöstä kohtaan ja tarvittaessa puuttua tilanteisiin. Ilman opettaja-oppilassuhteen muodostamista psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallinen oppimisympäristö oli tutkimuksen mukaan lähes mahdotonta luoda.

Tulosten mukaan yrittämiseen kannustaminen, rohkaiseminen ja positiivisen palautteen antaminen liikuntatunneilla olivat keinoja, joiden avulla liikunnanopettajat pyrkivät luomaan psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisia oppimisympäristöjä. Jotkut oppilaat saattoivat tarvita liikunnanopettajalta enemmän tukea ja kannustusta. Usein oppilaat, jotka ovat kokeneet vastoinkäymisiä koulussa, pitävät positiivisen palautteen saamista ja opettajan antamaa tukea tärkeänä (Kavenagh, Freeman & Ainley 2012, 14; Kennedy 2011, 4). Vuorovaikutuksen laatu korostuu etenkin sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön luomisessa. Oppilaiden sosiaalisten taitojen harjoittelua voidaan tukea opettajan pedagogisen osaamisen ja opetustapojen avulla. (Ilmanen & Virtanen 2007, 242.) Positiivisuuden kautta voidaan edistää ja tukea oppilaiden toimintaan osallistumista, oppimista ja koulussa viihtymistä paljonkin. Opettajat toimivat koulussa esimerkin tavoin ja oppilaat voivat ottaa mallia. Kun opettaja kohtelee muita tasavertaisesti ja kunnioittavasti, myös oppilaat saattavat tehdä niin ja tällä tavoin he luovat ja ylläpitävät psyykkistä ja sosiaalista turvallisuuden tunnetta koulussa.

Tutkimustulosten mukaan osa liikunnanopettajista kertoi oppilailleen säännöllisesti lukuvuoden aikana liikunnan arviointikriteerit, jotta oppilaat ovat tietoisia siitä, miten arvosana muodostuu ja osaisivat mahdollisesti huomioda liikunnan oppiaineen psyykkisen ja sosiaalisen näkökulman. Opetushallituksen (2016) Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden 2014 mukaan opettaja tukee oppilaiden liikuntasuhteen kehittymistä kannustavalla ja positiivisella vuorovaikutuksella ja huomioi arvioinnissaan oppilaan fyysisen, sosiaalisen ja psyykkisen toimintakyvyn (Opetushallitus 2016, 435–436). Arvioinnin läpinäkyväksi tekemisellä liikunnanopettajat halusivat muistuttaa oppilaita siitä,

miten liikunnan arvosanaan vaikuttaa erilaisten asioiden kokeileminen ja yrittäminen sekä se, miten oppilas toimii yhdessä muiden kanssa.

Tutkimustulosten mukaan oppilaiden jakaminen sekaryhmiin nähtiin sekä psyykkistä, että sosiaalista turvallisuutta edistävänä keinona sekä heikentävänä asiana. Sekaryhmiä perusteltiin psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden keinona hyvän ilmapiirin luomiseen. Lisäksi sekaryhmät voivat toimia eriyttämisen keinona, jolloin oppilaat voivat valita taitotasolleen sopivan pelin. Toisaalta suurempi osa opettajista koki sekaryhmät psyykkistä ja sosiaalista turvallisuutta haittaavana asiana, koska niissä opettajien oli vaikeampi huomioida oppilaiden taitotasoa ja muodostaa tasavertaisia ryhmiä tai harjoitteita.

Yläkoulun jakautunut kasvatusvastuu näyttäytyi tutkimustuloksien perusteella haastavana tekijänä psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden luomisessa. Sosioemotionaalisten taitojen kehityksen tukemista pidetään yläkoulussa tärkeänä, sillä oppilaiden kasvatusvastuu on jakautunut monelle eri opettajalle. Tästä syystä kouluuyhteisön on pohdittava omia rakenteitaan ja toimintakulttuuriaan. (Asanti & Seppinen, 2016, 210–211; Lassander, Fagerlund, Markkanen & Volanen 2016, 243.) Tutkimustulosten perusteella voidaan todeta haastateltujen liikunnanopettajien pohtivan paljonkin omia hajanaisia mahdollisuuksiaan oppilaiden käyttäytymiseen vaikuttamiseen. Liikunnanopettajat kokivat haasteeksi sen, etteivät he nähneet oppilaita montaa kertaa viikossa. Jos oppilas ei valitse valinnaisliikuntaa osaksi lukujärjestystään, liikunnanopettaja voi nähdä oppilaan vain kahtena oppituntina viikossa. Yksi tutkimukseemme osallistunut liikunnanopettaja kertoi omassa koulussaan toimivasta tavasta, jossa on otettu huomioon nimenomaan se, etteivät liikunnanopettajat välttämättä kohtaa oppilaita usein. Luokat jaettiin lukujärjestyksessä niin, että samat luokat kävivät saman opettajan oppitunneilla, joka opetti heille liikuntaa ja terveystietoa.

Tämän tutkimuksen tulosten mukaan nuorten ahdistuneisuus vaikuttaa liikunnanopettajien työhön suuresti. Liikunnanopettajien mukaan ahdistus liittyi yleensä liian ahtaissa pukuhuoneissa vaatteiden vaihtoon, uintiin ja yksin jäämiseen. Ahdistuneisuus ei kuitenkaan aina ollut suoraan yhteydessä liikuntaan, mutta niillä oppitunneilla sen koettiin näyttäytyvän vahvasti. Tutkimustuloksiin peilaten voidaan todeta, että tyttöjen liikuntaryhmissä esiintyy poikien ryhmiin verrattuna enemmän ahdistuneisuutta ja poikien ryhmissä puolestaan levottomuutta, jotka voivat vaikuttaa psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön luomiseen ja sitä kautta opettajan käyttämiin keinoihin.

*Pohdinta*

Aiempien tutkimusten ja tämän tutkimuksen tulosten mukaan voidaan todeta psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden liittyvän selvästi yhteen toisiaan tukien. Psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön voi tutkimustulosten perusteella erottaa nimenomaan oppimisympäristössä vaikuttavasta ilmapiiristä. Sosiaaliseen turvallisuuteen liitetään selkeämmin ihmisten läsnäolo ja heidän kanssaan fyysisesti yhdessä toiminen, kun taas psyykinen turvallisuus muodostuu oppimisympäristössä vallitsevasta ilmapiiristä ja muiden kehon kielestä ja toiminnasta. Sosiaalisesti turvallinen oppimisympäristö rakentaa psyykkisesti turvallista oppimisympäristöä, koska oppilaiden keskinäinen vuorovaikutus ja yhteistyö luovat joko hyvän tai huonon ilmapiirin oppitunneille. Psyykinen ja sosiaalinen sopeutuminen ja turvallisuus ei ole pelkästään yhden henkilön vastuulla, vaan se on osa myös laajempia yhteiskunnallisia ja kouluyhteisön tekijöitä. Turvallisuuden luominen ja siitä huolehtimisen ovat kuitenkin ensisijaisesti opettajan velvollisuuksia, mutta opettaja ei voi olla tietoinen kaikesta oppitunneilla tapahtuneista asioista oppilaiden välillä. Tämän takia oppilaiden oma toiminta ja käyttäytyminen korostuu psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden luomisessa.

Erityisen mielenkiintoista tutkimuksessa oli fyysisen oppimisympäristön osuus tutkittaessa psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallista oppimisympäristöä. Fyysiset oppimisympäristöt nousivat useassa kohtaa haastatteluja aiheeksi, sillä opettajien valitsemiin opetuskeinoihin vaikutti suuresti se, missä liikuntatunneilla oltiin. Toisaalta opettaja ei aina pystynyt vaikuttamaan siihen, millaisissa ympäristöissä hän opetti. Fyysiset oppimisympäristöt olivat lisäksi yhteydessä opettajien omaan jaksamiseen. Tästä syystä fyysisten oppimisympäristöjen merkitystä ei voida jättää huomiotta luodessa psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisia oppimisympäristöjä.

Haastatteluista nousi esiin myös sosiaalisen median vaikutus nuorten hyvinvointiin. Sosiaalisella medially koettiin olevan suurta vaikutusta oppilaiden minäkuvaan ja sosiaalisten taitojen kehittymiseen. Sosiaalisten taitojen kehittämisessä sosiaalisella medially koettiin olevan huomattavasti enemmän haittaoja, kuin hyötyjä. Myös kiusaaminen tapahtuu pitkälti erilaisissa sosiaalisen median kanavissa, joten opettajien voi olla vaikea puuttua siihen. Näitä tuloksia tarkastellessa täytyy muistaa myös opettajan oman jaksamisen merkitys psyykkisten

ja sosiaalisten oppimisympäristöjen luomisessa. Opettaja ei voi työpäivän jälkeen vahtia oppilaiden toimintaa myös vapaa-ajalla.

Yläkoulujen kasvatusvastuun pirstaloituneisuus saa pohtimaan myös oppilaiden huoltajien kasvatusvastuuta. Koulun tehtävä on tukea huoltajia kodin kasvatustyössä eikä ottaa sitä kokonaan omalle vastuulleen. Ongelmallista on, mikäli koulun ja huoltajien näkemykset toivotunlaisesta käyttäytymisestä ja muiden huomioimisesta poikkeavat suuresti. Koulun ja oppilaan huoltajien välisen yhteistyön merkitys korostuu, jos oppilas kokee haasteita ja turvattomuutta koulussa. Tällöin on toimittava yhdessä oppilaan hyvinvoinnin parantamiseksi oppilaan etu huomioiden. Lisäksi Olivaresin ym. (2015) mukaan opettajalla ei kuitenkaan ole yhtä suurta vaikutusta oppilaan liikuntasuhteen muodostumisessa kuin oppilaiden huoltajilla. Vanhempien kannustuksella oli noin viisinkertainen vaikutus oppilaan liikkumiseen verrattuna liikunnanopettajan merkitykseen (Olivares ym. 2015, 117). Vaikka liikunnanopettajan vaikutuksen voidaan todeta olevan huomattavasti pienempi verrattuna oppilaan huoltajaan, liikunnanopettajien tulee kuitenkin muistaa oma roolinsa liikuntaan ja liikunnan avulla kasvattamisessa.

Yhden liikunnanopettajan kuvaus koulun tavasta tukea oppilaidensa psyykkistä ja sosiaalista turvallisuutta liittyi lukujärjestyksen järjestämiseksi niin, että samat luokat osallistuvat liikunnanopettajan liikunnan ja terveystiedon oppitunneille. Tämä kertoo siitä, että koulu haluaa tukea oppilaidensa psyykkistä ja sosiaalista turvallisuutta koulun toimintakulttuurin ja rakenteiden kautta. Etenkin 7-luokkalaisten oppilaiden näkökulmasta katsottuna kaikki järjestelyt, joissa heillä on mahdollisuus tavata ja turvautua tuttuihin koulun opettajiin, ovat tärkeitä. Tärkeys korostuu etenkin silloin, kun oppilas siirtyy yläkouluun täysin erilaisesta alakoulusta, jossa toimintatavat ovat hyvin erilaiset.

Vuorovaikutuksen laatu on tärkeää etenkin sosiaalisesti turvallisessa oppimisympäristössä (Ikonen & Virtanen 2007, 242). Opettajien ei tule aliarvioida oman vuorovaikutuksensa merkitystä. Koulussa työskentelevät aikuiset ovat iso osa oppilaan arkea, sillä koulussa vietetään paljon aikaa. Edes yksi turvallinen ja luotettava aikuinen, joka kuuntelee ja kannustaa, voi merkitä oppilaalle paljon. Erityisesti ahdistusta kokevat oppilaat tarvitsevat tukea ja kannustusta vielä enemmän, mutta aina pelkästään opettajien keinot eivät riitä. Opettajien mukaan tarvitaan myös moniammatillista ja monialaista yhteistyötä nuorten hyväksi. Lisäksi on tärkeää, että myös oppilaat voivat tutustua opettajaan. Jos opettaja jakaa

myös itsestään jotain oppilaille, hänet voidaan kokea helpommin lähestyttävämmäksi. On kuitenkin tärkeä muistaa, että opettaja-oppilassuhteen on oltava opettajan puolesta ammatillinen.

Opettajankoulutus voi vaikuttaa opettajien käyttämiin opetusmetodeihin valmistumisen jälkeen. Liikunnanopettajan tapa opettaa on yhteydessä ryhmän ilmapiiriin ja sitä kautta myös oppimisympäristöön. Liikuntatieteiden tai liikunnanopettajan tutkinnon suorittaneet opettajat saattavat suosia luovempia ja enemmän oppilaita osallistuvia opetustyyliä. (Fernández & Espada 2021, 389.) Kulikovan ja Maliyn (2017) mukaan opettajien oma reflektiokyky, persoonallisuus ja empatia ovat yhteydessä psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden huomioimiseen oppitunneilla. (Kulikova & Maliy 2017, 721). Tutkimukseen osallistuneet liikunnanopettajat osoittivat haastattelussa luottavan omaan opettajuuteensa ja he korostivat rutiinien luomisen merkitystä. Pitkä työura ei kuitenkaan aina välttämättä tarkoita sitä, että liikunnanopettajalla olisi psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden luomiseen sellaisia keinoja, jotka vastaisivat juuri tällä hetkellä oppilaiden tarpeisiin. Opettajankoulutusta kehitetään jatkuvasti, jotta se voisi vastata oppilaiden tarpeisiin yhä paremmin. Vastavalmistuneella opettajalla voi siis olla mahdollisesti ajankohtaisempaa tietoa siitä, miten psyykkinen ja sosiaalinen turvallisuus kannattaisi luoda ja miten sitä voidaan ylläpitää erilaisissa oppimisympäristöissä.

Työvuosien määrä ei ollut tutkimukseen osallistumisen valintakriteeri, vaan liikunnanopettajien työvuodet selvisivät vasta haastattelutilanteessa. Liikunnanopettajien työvuosien määrät vaihtelivat ensimmäisestä opetusvuodesta 32 vuoteen asti. Tutkimuksen kannalta on mielenkiintoista, että tätä tutkimusta varten saatiin tuloksia monesta erilaisesta opetustaustasta ja kokemuksesta käsin. Kymmeniä vuosia kestänyt opettajanura opettaa paljon ja liikunnanopettajat ovat varmasti nähneet ja kohdanneet paljon erilaisia tilanteita, joissa heidän on pitänyt ottaa huomioon oppilaiden psyykkinen ja sosiaalinen turvallisuus. Tutkimustulosten perusteella voi todeta, että opettajat ovat luoneet omia, toimivia toimintatapoja ja rutiineja vuosien aikana ja he luottavat ammattitaitoonsa nuorten kohtaamisessa.

Erilaisten lajitaitojen hallinta ei ole ainut asia, joka vaikuttaa oppilaiden liikunnan arvosanan muodostumiseen. Liikunnan arvioinnin perustana ovat sekä fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn arviointi että oppilaan tuntityöskentelyn arviointi (Opetushallitus

2016, 436). Tämä tarkoittaa sitä, että liikunnan arvosanaan vaikuttaa myös se, miten oppilas toimii yhdessä muiden kanssa ja edistääkö hän omalla toiminnallaan psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön syntymistä. Lisäksi liikunnan arvosanaan vaikuttaa myös oppilaan aktiivisuus oppitunneilla sekä erilaisten lajien kokeilu ja yrittäminen. Arvioinnin tulisikin olla selkeää oppilaille, jotta he tietävät, millaiset asiat vaikuttavat arvosanan muodostumiseen ja he pystyisivät pohtimaan omaan arvosanaansa vaikuttavia tekijöitä. Kun arviointi on tehty oppilaille selväksi, se luo turvallisuuden tunnetta siitä, että oppilas voi saada liikunnasta hyvän arvosanan, vaikka hän ei olisikaan lajitaidoiltaan paras. Arvioinnin läpinäkyvyys ja oppilaiden kannustaminen ja rohkaisu voi tarjota oppilaille positiivisia kokemuksia liikunnan parissa yhdessä muiden kanssa. Yhteiset positiiviset kokemukset edistävät yhteenkuuluvuutta ja lisäävät minäpystyvyyden tunnetta.

Voidaan siis todeta liikunnanopettajien huomioivan psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön luomisen työssään. Liikunnanopettajat käyttävät työssään omaa luonnettaan, koulutustaustaan sekä heidän omia kokemuksiaan hyväksi. Tutkimuksessa ei erikseen tutkittu tyttöjen ja poikien ryhmien välisiä eroja, mutta tuloksien mukaan ryhmien erot nousivat haastatteluissa aiheiksi. Lisäksi on huomion arvoista, että tutkimuksessa todettiin erityiskeinona siirtää oppilaita tyttöjen ryhmään, mutta ei koskaan oppilaita toisesta ryhmästä poikien ryhmään. Tutkimuksessa ei kuitenkaan selvinnyt, vallitseeko tyttöjen ryhmässä yleisesti kaikille psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisempi ilmapiiri. Opettajat kohtaavat työssään jatkuvasti haasteita ja muuttuva maailma vaatii näihin haasteisiin puuttumista, siksi laadukas opettajankoulutus, hyvä kodin ja koulun yhteistyö sekä oppilaiden oma asenne ovat tärkeässä asemassa turvallisten oppimisympäristöjen luomisessa.

## 7.1 Luotettavuus

Tutkimuksen luotettavuuden ja eettisyyden varmistamisen apuna on käytetty Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (TENK) ohjeistuksia. Ohjeistukset edellyttävät noudattamaan Hyvää tieteellistä käytäntöä (HTK) tutkimuksen tekemisessä. Käytäntö huomioi tutkimuksen toteuttamisessa luotettavuuden, rehellisyyden, arvostuksen sekä vastuunkannon. (TENK 2023.) Tutkimuksen hyvään ja tieteelliseen käytäntöön kuuluu myös aikaisempien tutkimusten kunnioittava käyttö niihin viittaamalla (TENK 2023). Tässä tutkimuksessa lähteinä käytettyihin tutkimuksiin on viitattu asianmukaisella tavalla eikä toisten tietoa ole esitetty omana. Lähteiden valinnassa on huomioitu lähteiden ikä, alkuperä, luotettavuus sekä uskottavuus. Osa lähteistä on vanhoja, mikä voi vaikuttaa tiedon

ajantasaisuuteen. Kaikki lähteet arvioitiin sisällöltään sopiviksi ja luotettaviksi rajaamalla aineistot tarkkaan jo hakuvaiheessa ja lukemalla ne huolellisesti läpi. Haasteena koettiin ajantasaisen tiedon löytäminen siitä, miksi psyykinen ja sosiaalinen turvallisuus korostuvat nimenomaan liikunnan oppimisympäristöissä.

Tutkimuksen luotettavuuteen vaikuttaa se, että se on toteutettu vaihe vaiheelta kahden tutkijan toimesta. Tutkimuksen vaiheet on kuvattu mahdollisimman tarkasti, jotta tutkimus olisi toistettavissa. Molemmat tutkijat olivat mukana kaikissa haastatteluissa ja aineisto on luettu useaan kertaan, litteroitu sekä analysoitu yhdessä. Laadullisen tutkimuksen analysointiin liittyy tutkijan omien ennako-oletusten tunnistaminen ja eivätkä ne saisi vaikuttaa analyysin toteuttamiseen. (Puusa & Juuti 2021). Aineiston käsittelyssä pyrittiin objektiivisuuteen ennako-oletuksien tunnistamisella parhaan tuloksen saavuttamiseksi.

Haastateltujen lukumäärä (n=6) on Tuomen ja Sarajärven (2024) mukaan sopiva opinnäytetyöhön. Haastateltavista liikunnanopettajista kolme oli miesopettajia ja kolme naisopettajia. Haastateltavien sukupuolella ei ollut merkitystä tutkimuksen kannalta, mutta näin tutkimukseen saatiin kaikista oppilasryhmistä varmasti tasapuolisesti aineistoa. Haastatteluidenkin perusteella miesopettajat opettavat pääsääntöisesti poikien perusliikuntaryhmiä ja naisopettajat tyttöjen perusliikuntaryhmiä. Lisäksi liikunnanopettajilla oli opetettavana sekaryhmiä, jotka olivat pääsääntöisesti valinnaisliikuntaryhmiä. (Tuomi & Sarajärvi 2024.) Haastateltavilta saatiin monipuolisesti vastauksia ja aineistoa tutkimukseen. Suurin osa tutkimukseen osallistuneista liikunnanopettajista on työskennellyt alalla jo pitkään, joten heillä on paljon kokemusta opetustyöstä. Toisaalta aineistossa oli mukana myös ensimmäistä vuotta liikunnanopettajana toiminut haastateltava, joka tuo tutkimusaineistoon monipuolisuutta. Tulosten perusteella opetusvuosilla oli merkitystä sekä positiivisesti että negatiivisesti.

Tutkimustulosten perusteella voidaan todeta haastateltujen liikunnanopettajien tekevän paljon havaintoja omasta ja oppilaiden keskinäisestä toiminnasta oppitunneilla. Tästä syystä tutkimukseen saatiin kerättyä kattava aineisto, joka vastasi tutkimuskysymyksiin.

Tutkimukseen on kerätty suoria lainauksia aineistosta. Vastauksista ei ole mahdollista yhdistää vastaajaa, sillä tutkimuksessa käy ilmi vain haastateltavan opetusvuodet ja maakunta, jossa hän opettaa. Suorat lainaukset tukevat tutkimuksen tuloksia, jolloin niistä voi nähdä, miten tulokset on johdettu aineistosta, mikä lisää tutkimuksen luotettavuutta. Osa

haastateltavien käyttämistä ilmauksista oli myös todella kuvailevia, jolloin suorat lainaukset ovat merkittäviä tutkimustulosten luotettavuuden kannalta.

Tutkimukseen osallistuneilla liikunnanopettajilla oli kokemusta erilaisten liikuntaryhmien opettamisesta. Jotkut opettivat poikien liikuntaryhmiä ja valinnaisliikuntaa, jossa oppilaat liikkuvat sekaryhmissä eli tytöt ja pojat yhdessä. Jotkut taas opettivat pelkästään tyttöjen liikuntaryhmiä. Koska tutkimukseen osallistuneilla liikunnanopettajilla oli erilaista opetustaustaa, haastatteluista saatiin monipuolisesti vastauksia erilasiin näkökulmiin ja liikuntaryhmiin liittyen.

## **7.2 Jatkotutkimusehdotukset**

Tutkimuksia sosiaalisesti ja psyykkisesti turvallisista oppimisympäristöistä on kohtuullisen vähän. Tästä syystä tällä tutkimuksella voisi olla monia hyödyntämismahdollisuuksia. Tutkimuksen tulosten avulla voidaan tuoda esiin erilaisia keinoja psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden rakentamiseen ja ylläpitämiseen oppimisympäristöissä. Tulokset voivat auttaa opettajia reflektoimaan omaa opettajuuttaan, asemaansa ja vastuutaan kouluyhteisössä sekä oman toimintansa vaikutusta turvallisen oppimisympäristön luoja.

Tämän tutkimuksen tuloksia liikunnanopettajien erilaisista keinoista psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden luomiseen voisi soveltaa myös koulujen ulkopuolelle. Opettajien lisäksi tutkimustuloksista voisivat hyötyä myös lasten ja nuorten liikunnan parissa toimivat valmentajat ja muut aikuiset, sillä he ovat myös merkittävä osa lasten ja nuorten arkea erilaisissa oppimisympäristöissä.

Tutkimustulosten pohjalta voidaan tulevaisuudessa tutkia, huomioivatko liikunnanopettajat enemmän fyysistä oppimisympäristöä tuntuunittelussa vai onko suunnittelussa mukana myös sosiaalisen ja psyykkisen oppimisympäristön huomioiminen. Vaikka liikunnanopettajalla olisikin halu toteuttaa sosiaalisesti ja psyykkisesti turvallinen oppimisympäristö, jääkö se kuitenkin toissijaiseksi esimerkiksi fyysisen turvallisuuden ja fyysisen ympäristön mahdollisuuksien suunnitteluun nähden.

Lisäksi tämän tutkimuksen tulosten pohjalta olisi hyvä tutkia liikunnanopettajien toimintaa havainnoimalla opettajia heidän opetustyössään. Tällä tavalla voitaisiin selvittää, näkyvätkö liikunnanopettajien mainitsemat keinot oikeasti heidän työssään ja millä tavalla. Myös oppilaiden omien kokemusten kartoittamisella voisi mahdollisesti selvittää, mitä oppilaat

ajattelevat psyykkisestä ja sosiaalisesti turvallisuudesta liikunnan oppimisympäristöissä.  
Millainen on oppilaiden mielestä psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallinen oppimisympäristö ja  
kokevatko he olevansa vastuussa turvallisuuden luomisessa?

## Lähteet

- Ahtola, A. (toim.) 2016. Koulu hyvinvoinnin rakentajana. Psykkinen hyvinvointi ja oppiminen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Ahvenainen, O., Ikonen, O. & Koro, J. 2001. Johdatus erityiskasvatuksen käytäntöön. Helsinki: WSOY.
- Ambrose, S.A., Bridges, M.W., DiPietro, M. & Lovett, M.C. 2010. How learning works: Seven reseach-based principles for smart teaching. Jossey-Bass, 1–9.
- Asanti, R. & Seppinen, H-L. 2016. Yläkoulun haasteet oppilaiden psykkiniselle hyvinvoinnille. Teoksessa A. Ahtola (toim.) Psykkinen hyvinvointi ja oppiminen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Barney, D., Prusak, Keven A. & Davis, L. 2021. Developing social-emotional learning in physical education through appropriate instructional practices. JOPERD: The Journal of Physical Education, Recreation & Dance. 92 (9), 33–41.
- Bekele, T.A. 2009. Cognitive skills in internet-supported learning environments in higher education: Research issues. Scandinavian Journal of Educational Research. 53(4), 397-419. (Viitattu 1.4.2025)  
[file:///C:/Users/K%C3%A4ytt%C3%A4j%C3%A4/Downloads/EBSCO-FullText-01.04.2025%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/K%C3%A4ytt%C3%A4j%C3%A4/Downloads/EBSCO-FullText-01.04.2025%20(1).pdf)
- Berscheid, E., & Reis, H.T. 1998. Attraction and close relationships. The Handbook of Social Psychology. 2 (24), 193–281. (Viitattu 27.3.2025)  
[https://www.sas.rochester.edu/psy/people/faculty/reis\\_harry/assets/pdf/berscheidreis\\_1998\\_attraction.pdf](https://www.sas.rochester.edu/psy/people/faculty/reis_harry/assets/pdf/berscheidreis_1998_attraction.pdf)
- Bourdieu, P. 1985. Sosiologian kysymyksiä. Jyväskylä: Gummerus oy.
- Cronin, L., Allen, J., Mulvenna, C. & Russell, P. 2018. An investigation of the relationships between the teaching climate, students’ perceived life skills development and well-being within physical education. Physical Education & Sport Pedagogy, 181-196.
- Dai, P. 2024. The influence of teacher-student relationship on students’ learning. Lecture Notes in Education Psychology and Public Media 40 (1), 240–246.
- Fadjukoff, P., Kainulainen, S., Pirhonen, J., Saaranen, T., Valokivi, H. & Vauhkonen, A. 2022. Sosiaalinen hyvinvointi turvaa terveyttä. Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti. 59 (3), 327–335.
- Fernández, M. & Espada, M. 2021. Knowlwdge, education and use of teching styles in physical education. Internation Journal of Instruction. 14(1). 379-394.

- Fernández-Buston, J. G., Infantes-Paniagua, Á, Cuevas, R., Contreras, O. R. 2019. Physical activity on self-concept: Theoretical model on the mediation of body image and physical self-concept in adolescents. *Frontiers in Psychology* 10 (1537). (Viitattu: 4.4.2025.) <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01537>
- Flavell, J. H. 1979. Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive-developmental inquiry. *American Psychologist*. 34(10), 906-911.
- Hawkins, G. T., Chung, C. S., Hertz, M. F. & Antolin, N. 2023. The school environment and physical and social-emotional well-being: Implications for students and school employees. *Journal of School Health*. 93 (9), 799-812. (Viitattu 27.3.2025) <https://doi-org.ezproxy.utu.fi/10.1111/josh.13375>
- Hellström, M. 2000. Sata sanaa opetuksesta: keskeisten käsitteiden käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hellström, M., Johnson, P., Leppilampi, A. & Sahlberg, P. 2015. Yhdessä oppiminen. Yhteistoiminnallisuuden käytäntö ja periaatteet. Helsinki: Into Kustannus.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15., uudistettu painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Hämeenaho, P., Koskinen-Koivisto, E., Mäkinen, M. & Väkeväinen, N. 2022. Havainnointi ja haastattelu. Teoksessa Fingerroos, O., Kajander, K. & Lappi, T.-R. Kulttuurien tutkimuksen menetelmät (179–205). Suomalaisen Kirjallisuuden Seura. Tietolipas, 274. (Viitattu 18.9.2025.) <https://doi.org/10.21435/tl.274>.
- Ilmanen, K. 2017. Arvot liikuntakasvatuksessa. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen. & A. Sääkslahti (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Ikonen, O. & Virtanen, P. 2007. Hyvä oppimisympäristö. Teoksessa O. Ikonen & P. Virtanen (toim.) Erilainen oppija – yhteiseen kouluun. Juva: PS-kustannus.
- Jaakkola, T., Liukkonen, J & Sääkslahti, A. 2017. Liikuntapedagogiikka. 2., uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kavenagh, M., Freeman, E. & Ainley, M. 2012. Differences between adolescent boys' and teachers' perceptions of the student-teacher relationship. *The Australian educational and developmental psychologist*. 29 (1), 1-16. (Viitattu 3.3.2025) <https://doi.org/10.1017/edp.2012.3>
- Kariippanon, K. E., Cliff, D. P., Lancaster, S.L., Okely, A.D. & Parrish, A-M. 2018. Perceived interplay between flexible learning spaces and teaching, learning and student wellbeing. *Learning Environments Research*. 21 (3), 301-320. (Viitattu

- 1.4.2025) <file:///C:/Users/K%C3%A4ytt%C3%A4j%C3%A4/Downloads/s10984-017-9254-9.pdf>
- Kennedy, B. 2011. The Importance of student and teacher interactions for disaffected middle school students: A grounded theory of community day schools. *Urban Education*. 46 (1), 4-33. (Viitattu 3.3.2025)
- Kemel, P.N., Porter, J.E., Coombs, N. 2022. Improving youth physical, mental and social health through physical activity: a systematic literature review. *Health Promotion Journal of Australia* 33 (3), 590–601. (Viitattu 19.9.2025)  
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1002/hpja.553>
- Kokkonen, M. 2017. Liikunta sosiaalista ja psyykkistä toimintakykyä edistävien tunne- ja ihmissuhdetaitojen tukijana. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen. & A. Sääkslahti (toim.) *Liikuntapedagogiikkaa*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Koski, P. & Hirvensalo, M. 2023. Lasten ja nuorten liikunnan merkitykset ja esteet. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (toim.) *Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa*. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2022. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja. 2023:1.
- Kulikova, T. & Maliy, D. 2017. Professional and personal qualities of the teacher in the context of the psychological safety of educational environment. *European Journal of Contemporary Education*. 6 (4), 715–722.
- Laakso, L. 2007. Johdatus liikuntapedagogiikkaan ja liikuntakasvatukseen. Teoksessa P. Heikinaro-Johansson & T. Huovinen (toim.) *Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan*. Helsinki: WSOY.
- Laine, A., Salasuo, M. & Matikainen, P. 2016. Arvot, syrjintä ja kiusaaminen. Teoksessa S. Kokko & A. Mehtälä (toim.) *Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa*. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja. 2016:4.
- Lappints, R. & Ekler, J. H. 2024. Correlations between the physical education teachers's teaching style and the perceptible motivation level of the learning environment. *Stadium -Hungarian Journal of Sport Sciences* 7(2), 1-9.  
<https://doi.org/10.36439/shjs/2024/2/15400>
- Lassander, M., Fagerlund, Å., Markkanen, S. & Volanen S-M. 2016. Tietoinen läsnäolo -voimavaroja ja hyvinvointia kouluun. Teoksessa A. Ahtola (toim.) *Psyykinen hyvinvointi ja oppiminen*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Lehtinen, E., Vauras, M. & Lerkkanen M-K. 2016. *Kasvatuspsykologia*. Jyväskylä: PS-kustannus.

- Leinonen, T. & Mäkelä, M. 2022. Hyvän oppimisen tilat. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Lyyra, N. & Palomäki, S. 2022. Lasten ja nuorten käsityksiä koululiikunnasta, 69–71. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2022. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja. 2023:1.
- Lyyra, N. & Palomäki, S. 2024. Käsityksiä koululiikunnasta ja liikunnanopetuksesta. 64–66. Teoksessa S. Kokko & R. Hämylä (toim.). Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2024. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja. 2025:1.
- Manninen, J. & Pesonen, S. 1997. Uudet oppimisympäristöt. Aikuiskasvatus. 17 (4), 267–274.
- Murray-Harvey, R. 2010. Relationship influences on students' academic achievement, psychological health and well-being at school. *Educational & Child Psychology* 27 (1), 104-113. (Viitattu 3.3.2025)  
<https://doi.org/ezproxy.utu.fi/10.53841/bpsecp.2010.27.1.104>
- Olivares, P., Cossio-Bolaños, M., Gomez-Compos, R., Almonacid-Fierro, A., Garcia-Rubio, J. 2015. Influence of parents and physical education teachers in adolescent physical activity. *International journal of clinical and health psychology*, 15 (2), 113-120. (Viitattu 26.2.2026.) <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2015.01.002>
- Opetushallitus 2016. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Helsinki: Opetushallitus.
- Opetus- ja kulttuuriministeriö, sosiaali- ja terveysministeriö. 2019. Lapsen aika – Kohti kansallista lapsistrategiaa 2040. Valtioneuvoston julkaisuja 2019:4.
- Palomäki, S., Laukkanen, A. & Huotari, P. 2025. Vanhemmat ja kaverit lasten ja nuorten liikkumisen tukena, 53–58. Teoksessa S. Kokko & R. Hämylä (toim.). Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2024. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja. 2025:1.
- Perusopetuslaki 2013/1267. Annettu Helsingissä 31.12.2013. (Viitattu 3.3.2025)  
[https://www.finlex.fi/fi/lainsaadanto/1998/628#chp\\_7\\_heading\\_OT6](https://www.finlex.fi/fi/lainsaadanto/1998/628#chp_7_heading_OT6)
- Piñeiro-Cossio, J., Fernández-Martínez, A., Nuviala, A. & Pérez-Ordás R. 2021. Psychological wellbeing in physical education and school sports: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18 (3), 864. <https://www.mdpi.com/1660-4601/18/3/864>

- Puusa, A. 2021. Haastattelutyypit ja niiden metodiset ominaisuudet. Teoksessa A. Puusa & P. Juuti (toim.) Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Helsinki: Gaudeamus.
- Pyhältö, K., Soini, T. & Pietarinen, J. 2010. Pupils' pedagogical well-being in comprehensive school—significant positive and negative school experiences of Finnish ninth graders. *European journal of psychology of education*. 25 (2), 207-221.
- Ryan, R. M. & Deci, E.L. 2017. Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness. New York: Guilford Publications, 3, 10–11.
- Salo, A-E. 2023. Nähdäks, kuulluksi ja ymmärretyksi tuleminen rakentaa resilienssiä varhaisnuoruudessa. *Kasvun tuki –aikakauslehti*. 3(1), 28.  
<https://doi.org/10.61259/kt.130413>
- Salovaara, R. & Honkonen, T. 2011. Rakenna hyvä luokkahenki. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Tennant, J. E., Demaray, M. K., Malecki, C. K., Terry, M. N., Clary, M., Elzinga, N. 2015. Students' ratings of teacher support and academic and social-emotional well-being. *School Psychology Quarterly* 30 (4), 494–512. (Viitattu: 4.4.2025.)  
<http://dx.doi.org/10.1037/spq0000106>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2023. Lasten ja nuorten hyvinvointi–Kouluterveyskysely 2023: Tilastoraportti 48/2023. (Viitattu 23.2.2025)  
[https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/147270/Lasten%20ja%20nuorten%20hyvinvointi%20Kouluterveyskysely%202023%20Tilastoraportti%2048\\_2023\\_korjattu.pdf?sequence=5&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/147270/Lasten%20ja%20nuorten%20hyvinvointi%20Kouluterveyskysely%202023%20Tilastoraportti%2048_2023_korjattu.pdf?sequence=5&isAllowed=y)
- Thornberg, R., Forsber, C., Chiriac, E. H., Bjereld, Y. 2022. Teacher-student relationship quality and student engagement: A sequential explanatory mixed-methods study. *Research Papers in Education* 37 (6). 840–859. (Viitattu: 4.4.2025.)  
<https://doi.org/10.1080/02671522.2020.1864772>
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2024. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. Kustannusosakeyhtiö Tammi. Helsinki.
- TENK. Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2023. Hyvä tieteellinen käytäntö (HTK).  
[https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje\\_2023.pdf](https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf)
- Vilkka, H. 2021. Näin onnistut oppinäytetyössä. Jyväskylä: Ps-kustannus.
- Virta, M., Asanti, R., Junttila, N., Koivusilta, L., Koski, P. & Virta, A. 2012. Mistä syntyy turvallisuuden tunne koulussa? Teoksessa E. Lindfors. (toim.) Kohti turvallisempaa oppilaitosta! Oppilaitosten turvallisuuden ja turvallisuuskasvatuksen tutkimus ja kehittämishaasteita. Tampereen yliopisto. Tampere, 120–134. (Viitattu 2.4.2025)

[https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/65529/kohti\\_turvallisempaa\\_oppilaitosta\\_2012.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/65529/kohti_turvallisempaa_oppilaitosta_2012.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Vygotsky, L.S.1978. Mind in society. The development of higher psychological processes. Library of Congress Cataloging in Publication Data. (Viitattu 1.4.2025)

<https://home.fau.edu/musgrove/web/vygotsky1978.pdf>

Wanless, S. B. 2016. The role of psychological safety in human development. Research in Human Development. 13. 6-14. Taylor & Francis Group, LLC.

Weber, M. 1978. Economy and society: An outline of interpretive sociology. Edit. G, Roth & C, Wittich. University of California Press. Berkeley, Los Angeles and London. (Alkuteos 1921.) (Viitattu 2.4.2025)

[https://books.google.fi/books?id=MILOKsrhgrYC&printsec=frontcover&hl=fi&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.fi/books?id=MILOKsrhgrYC&printsec=frontcover&hl=fi&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)

Wilkins, N. J., Verlenden, J.M.V., Szucs, L. E. & Johns, M.M. 2022. Classroom management and facilitation approaches that promote school connectedness. Journal of School Health. 93 (7), 582–593. (Viitattu 19.9.2025)

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/josh.13279>

Woodman, K. 2016. Re-placing flexibility: Flexibility in learning spaces and learning. In K. Fisher (toim.) The Translational Design of Schools, 51–79. (Viitattu 1.4.2025)

[file:///C:/Users/K%C3%A4ytt%C3%A4j%C3%A4/Downloads/978-94-6300-364-3\\_3.pdf](file:///C:/Users/K%C3%A4ytt%C3%A4j%C3%A4/Downloads/978-94-6300-364-3_3.pdf)

## Liitteet

### Liite 1. Haastattelurunko

Taustatieto

Kerro omasta työpäivästäsi.

Kuinka kauan olet toiminut ammatissasi?

Millaisia luokkia opetat? Tytöt? Pojat? Sekä?

Millaisia mahdollisia eroja ryhmien välillä ilmapiirin suhteen?

Millainen olisi ideaali liikunnan oppitunti?

Koetko oman opettajuutesi reflektoinnin osaksi omaa työtäsi?

Millaista reflektointi on? Miten toteutat sitä? Mitä keinoja siihen?

Millainen on psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallinen oppimisympäristö liikunnanopettajien mielestä?

Mitä tekijöitä pidät tärkeänä oppimisympäristön luomisessa?

Miten otat huomioon erilaiset oppilaat?

Mitä tarkoitetaan psyykkisellä/sosiaalisella turvallisuudella?

Miten tunnistat oppilaan, jonka psyykinen/sosiaalinen turvallisuus oppitunnilla heikkenee?

Miten toimit, jos huomaat?

Suunnitteleeko psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallista oppimisympäristöä vai vaan fyysistä?

Millaisia keinoja liikunnanopettaja käyttää luodessaan psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön yläkouluikäisille oppilaille?

Ryhmäyttäminen? Ylläpito ettei tapahdu erkaantumista?

Vaikuttaako ulkoiset tekijät kuten muiden odotukset opettamiseen?

Millaisia opetustyyylejä hyödynnät?

Millainen on sinun suunnittelemasi liikuntatunti?

Toteutuuko? Jos ei niin miksi ei?

Millaisia haasteita liikunnanopettaja kohtaa luodessaan psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallista oppimisympäristöä?

Koetko, että työnkuvasi on muuttunut opetusurasi aikana psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden huomioimisessa? Mikäli uusi ope, miten koet, onko koulutus antanut valmiudet huomioida näitä turvallisuusnäkökulmia?

Koetko kohtaavasi haasteita psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden luomisessa? Millaisia haasteita?

Mitkä olisivat sellaisia asioita, jotka helpottaisivat opettajan työtä psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden luomisessa oppimisympäristöissä?

## Liite 2. Tietosuojalomake

(Malli sisältää EU:n yleisen tietosuoja-asetuksen 13 ja 14 artiklan edellyttämät tiedot):

Rekisterin nimi	Liikunnanopettajien keinoja psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön luomiseen
Rekisterinpitäjä	Emma Rehelmä, 04XXXXXXXX7, sähköposti@utu.fi Tinja Väisänen, 04XXXXXXXX2, sähköposti@utu.fi
Vastuuhenkilön yhteystiedot	Juli-Anna Aerila, +35XXXXXXXX6, sähköposti@utu.fi
Tietosuojavastaavan yhteystiedot	<a href="mailto:DPO@utu.fi">DPO@utu.fi</a>

<p>Henkilötietojen käsittelyn tarkoitukset ja käsittelyn oikeusperuste</p>	<p>Tutkimuksessa kerätään haastatteluita, joissa kysytään liikunnanopettajien keinoja psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön luomiseen. Sähköpostiosoitteita käytetään haastattelukutsujen lähettämiseen ja kommunikointiin haastateltavien kanssa. Haastatteluissa kerätään liikunnanopettajien kokemuksia ja näkemyksiä, kuinka turvallinen oppimisympäristö luodaan, sekä millaisia haasteita turvallisen oppimisympäristön luomisessa voi olla. Lisäksi selvitämme mitkä asiat ovat liikunnanopettajille tärkeitä heidän liikuntatuntien suunnittelussa.</p> <p>Henkilötietojen EU:n yleisen tietosuojasetuksen 6 artiklan mukaisena käsittelyperusteena on</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> käsittely on tarpeen tieteellistä tutkimusta varten (yleinen etu 6 art. 1 a-kohta)</p> <p><input type="checkbox"/> rekisteröity on antanut suostumuksensa henkilötietojen käsittelyyn (suostumus 6 art. 1 e-kohta)</p> <p><input type="checkbox"/> muu mikä _____</p>
<p>Käsiteltävät henkilötietoryhmät</p>	<p>Rekisteriin talletetaan rekisteröidystä seuraavia tietoja: Tutkinto-ohjelma, sukupuoli, työvuosien määrä, kokemuksia ja käsityksiä opettajan työstä, kokemus työnkuvasta</p>
<p>Henkilötietojen vastaanottajat ja vastaanottajaryhmät.</p>	<p>Tietoja ei siirretä eikä luovuteta tutkimusryhmän ulkopuolelle.</p>
<p>Tiedot tietojen siirrosta kolmansiin maihin</p>	<p>Henkilötietoja ei luovuteta EU:n tai Euroopan talousalueen ulkopuolelle.</p>
<p>Henkilötietojen säilyttämisaika tai sen määrittämisen kriteerit</p>	<p>Haastattelunauhoitteista kirjoitetaan tekstitiedostot ja nauhoitteet tuhotaan. Samalla tutkimusaineistosta poistetaan suorat tunnistetiedot. Tietoja säilytetään enintään 31.12.2030 asti, jonka jälkeen aineisto hävitetään tietoturvallisesti.</p>

<p>Rekisteröidyn oikeudet</p>	<p>Rekisteröidyillä on oikeus pyytää pääsy häntä itseään koskeviin henkilötietoihin sekä oikeus pyytää tietojensa oikaisemista tai poistamista taikka käsittelyn rajoittamista tai vastustaa niiden käsittelyä.</p> <p>Poisto-oikeuden toteuttamista arvioidaan tapauskohtaisesti.</p> <p>Rekisteröidyillä on oikeus tehdä valitus valvontaviranomaiselle.</p>
<p>Tiedot siitä, mistä henkilötiedot on saatu</p>	<p>Tiedot kerätään suoraan haastattelututkimukseen osallistuvilta haastattelussa. Sähköpostiosoite yhteydenottoa varten etsitään koulujen kotisivuilta.</p>
<p>Tiedot automaattisen päätöksenteon ml. profiloinnin olemassaolosta</p>	<p>Tietoja ei käytetä automaattiseen päätöksentekoon tai profiloinnin tekemiseen.</p>

### Liite 3. Suostumuslomake

AINEISTON KÄYTTÖLUPA ja suostumus tieteelliseen tutkimukseen

Minua on pyydetty osallistumaan tutkimukseen (Liikunnanopettajien keinoja psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen oppimisympäristön luomiseen).

Olen perehtynyt tutkimusta koskevaan tiedotteeseen (tietosuojailmoitus) ja saanut riittävästi tietoa tutkimuksesta ja sen toteuttamisesta. Tutkimuksen sisältö on kerrottu minulle myös suullisesti ja olen saanut riittävän vastauksen kaikkiin tutkimusta koskeviin kysymyksiini. Minulla on ollut riittävästi aikaa harkita tutkimukseen osallistumista.

Ymmärrän, että tähän tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Minulla on oikeus milloin tahansa tutkimuksen aikana ja syytä ilmoittamatta keskeyttää tutkimukseen osallistuminen tai peruuttaa suostumukseni tutkimukseen.

Olen tutustunut tietosuojailoituksessa kerrottuihin rekisteröidyn oikeuksiin ja rajoituksiin.

Kyllä

Allekirjoittamalla suostumuslomakkeen hyväksyn tietojeni käytön tietosuojailoituksessa kuvattuun tutkimukseen.

Allekirjoituksellani vahvistan, että osallistun tutkimukseen ja suostun vapaaehtoisesti tutkittavaksi.

---

Allekirjoitus

---

Päiväys

Alkuperäinen allekirjoitettu asiakirja jää tutkimuksen vastuullisen johtajan arkistoon ja kopio annetaan tutkittavalle. Suostumusta säilytetään tietoturvalisesta aina, kun aineisto on tunnisteellisessa muodossa.