

# **Uimaopetus osana yläkoulun liikunnanopetusta**

- Laadullinen tutkimus liikunnanopettajien näkemyksistä uimaopetuksen toteutumisesta

Kasvatustieteiden tiedekunta,  
Opettajankoulutuslaitos, Rauma  
pro gradu -tutkielma 30 op

Laatija:  
Seppälä Viivi

12.5.2026  
Rauma

Pro gradu -tutkielma

**Oppiaine:** Pro gradu -tutkielma

**Tekijä:** Viivi Seppälä

**Otsikko:** Uimaopetus osana yläkoulun liikunnanopetusta – Laadullinen tutkimus liikunnanopettajien näkemyksistä uimaopetuksen toteutumisesta

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

**Sivumäärä:** 59 sivua, 4 liitesivua

**Päivämäärä:** 12.5.2026

Tiivistelmä

Uimataidon heikentyminen on ollut viime aikoina vahvasti esillä erityisesti uimataitotutkimusten ja hukkumistilastojen myötä. Lasten ja nuorten uimataidon laskusta ollaan huolissaan, sillä uimataitoa pidetään kansalais- ja turvallisuustaitona. Myös vesipelastustaitojen katsotaan olevan osa turvallisuutta. (Franklin, Peden, & Amy ym. 2015, 10; Hakamäki 2016, 13.) Uimataidon ja vesipelastustaitojen harjoittelu kuuluvat osaksi perusopetuksen opetussuunnitelmaan (Opetushallitus, 2016), minkä vuoksi niitä opetetaan osana perusopetusta.

Tässä pro gradu -tutkielmassa tarkasteltiin uimaopetuksen toteutumista osana yläkoulun liikunnanopetusta liikunnanopettajien näkökulmasta. Erityisestä huomiota kiinnitettiin opetussuunnitelman merkitykseen, koska uimaopetus on ainoa liikuntalaji, joka siinä mainitaan erikseen. Tutkielman tavoitteena oli selvittää, miten uimaopetus käytännössä toteutuu yläkouluissa ja millaisia näkemyksiä liikunnanopettajilla on sen toteuttamiseen liittyvistä tekijöistä.

Tutkimus toteutettiin laadullisena tutkimuksena, ja aineisto kerättiin teemahaastattelujen avulla. Tämä menetelmä mahdollisti monipuolisen ja joustavan tiedonkeruun. Aineisto analysoitiin sisällönanalyysimenetelmän mukaisesti, jolloin keskeiset teemat pystyttiin tunnistamaan ja jäsentämään systemaattisesti. Tutkimukseen osallistui kuusi liikunnanopettajaa samalta paikkakunnalta.

Tulosten mukaan uimaopetuksella on vahva asema opetussuunnitelmassa, mutta sen käytännön toteutukseen vaikuttavat merkittävästi erilaiset resurssitekijät, kuten käytettävissä oleva aika, uimahallin saatavuus ja kuljetusjärjestelyt. Lisäksi tutkimuksessa nousi esiin oppilaiden osallistumisen ja taitotason polarisoituminen.

**Avainsanat:** Liikunnanopetus, uimaopetus, uimataito, opetussuunnitelma, yläkoulu

# Sisältö

|            |   |           |
|------------|---|-----------|
| <b>1</b>   | <b>Johdanto</b>   | <b>5</b>  |
| <b>2</b>   | <b>Opetussuunnitelma liikunnanopetusta ohjaavana asiakirjana</b>                | <b>7</b>  |
| 2.1        | Liikunnanopetuksen tavoitteet perusopetuksen opetussuunnitelmassa               | 7         |
| 2.2        | Liikuntakasvatus  | 9         |
| <b>3</b>   | <b>Uimataidon opetus ja oppiminen</b>   | <b>11</b> |
| 3.1        | Uimataito   | 11        |
| 3.2        | Taidon oppiminen ja oppimisen motivaatio  | 12        |
| 3.3        | Uimataidon oppiminen  | 14        |
| 3.4        | Uimaopetus kouluissa  | 16        |
| 3.5        | Liikunnanopettajan rooli  | 18        |
| 3.6        | Uimataidon opetuksen haasteet   | 19        |
| <b>4</b>   | <b>Tutkimustehtävä</b>  | <b>21</b> |
| <b>5</b>   | <b>Tutkimusmenetelmä ja tutkimusaineisto</b>                                    | <b>22</b> |
| 5.1        | Menetelmä   | 22        |
| 5.2        | Aineistonkeruu  | 22        |
| 5.3        | Aineisto  | 24        |
| 5.4        | Aineiston analyysi  | 25        |
| 5.5        | Eettisyys   | 27        |
| <b>6</b>   | <b>Tulokset</b>   | <b>30</b> |
| <b>6.1</b> | <b>Uimaopetuksen merkityksellisyys ja toteuttaminen osana liikunnanopetusta</b> | <b>30</b> |
| 6.1.1      | Uimataidon opettamisen merkityksellisyys  | 30        |
| 6.1.2      | Uimaopetuksen toteuttaminen osana liikunnanopetusta                             | 33        |
| 6.1.3      | Uimaopetuksen kehittämistarpeet   | 35        |
| <b>6.2</b> | <b>Uimaopetusta mahdollistavat ja haastavat tekijät</b>                         | <b>37</b> |
| 6.2.1      | Uimaopetuksen mahdollistavat tekijät  | 37        |
| 6.2.2      | Uimaopetusta haastavat tekijät  | 39        |
| <b>6.3</b> | <b>Yläkoululaisten uimataito liikunnanopettajien kuvaamana</b>                  | <b>41</b> |
| <b>7</b>   | <b>Pohdinta</b>   | <b>43</b> |

|            |                                   |           |
|------------|-----------------------------------|-----------|
| <b>7.1</b> | <b>Yhteenveto tuloksista</b>      | <b>43</b> |
| <b>7.2</b> | <b>Johtopäätökset</b>             | <b>46</b> |
| <b>7.3</b> | <b>Jatkotutkimusehdotukset</b>    | <b>50</b> |
| <b>7.4</b> | <b>Luotettavuus</b>               | <b>51</b> |
|            | <b>Lähteet</b>                    | <b>53</b> |
|            | <b>Liitteet</b>                   | <b>60</b> |
|            | <b>Liite 1. Tietosuojaseloste</b> | <b>60</b> |
|            | <b>Liite 2. Haastattelurunko</b>  | <b>62</b> |

# 1 Johdanto

Vesi on ympäristö, joka tarjoaa mahdollisuuksia liikkumiseen, mutta samalla se sisältää myös merkittäviä riskejä. Suomessa uimataito nähdään kansalaistaitona, joka voi parhaimmillaan pelastaa ihmishenkiä. Tämän vuoksi uimataidon kehittäminen on olennainen osa perusopetuksen opetussuunnitelmaa (2014). Uimataito ei rajoitu ainoastaan vedessä liikkumiseen, vaan siihen sisältyvät olennaisesti vesiturvallisuuteen ja pelastautumiseen liittyvät taidot. Opetussuunnitelman tavoitteena on, että jokainen oppilas saavuttaa peruskoulun aikana riittävän uimataidon sekä valmiudet toimia turvallisesti vesiympäristöissä. (Opetushallitus 2016.)

Vesiliikunnan sisällyttäminen perusopetuksen opetussuunnitelmaan on merkittävä tekijä uimataidon sekä vesiturvallisuustaitojen oppimisessa, sillä koululiikunta on monille oppilaille ainoa mahdollisuus saada ohjattua uimaopetusta. (Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliitto, Jyväskylän yliopisto & Opetushallitus 2022, 4–6.) Opetussuunnitelma määrittää uinninopetuksen tavoitteet, sisällöt ja arviointikriteerit (Opetushallitus 2016), mikä vaikuttaa suoraan siihen, kuinka systemaattisesti ja yhdenvertaisesti oppilaat pääsevät harjoittelemaan uimataitoaan.

Koululaisten uimataito on heikentynyt viime vuosina, mikä herättää huolta lasten ja nuorten turvallisuuden ja liikunnallisen osaamisen näkökulmasta. Vuonna 2022 toteutetun Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliiton sekä Jyväskylän yliopiston toteuttaman uimataitotutkimuksen mukaan 45 prosenttia kuudesluokkalaisista luokiteltiin uimataidottomiksi tai heikosti uiviksi. Vastaavassa vuonna 2016 tehdyssä tutkimuksessa osuus oli huomattavasti pienempi, 23 prosenttia. Tulokset osoittavat uimataidon selkeän heikkenemisen lyhyen aikavälin tarkastelussa. (Hakamäki 2016, 7–8.)

Tilastojen mukaa vuonna 2025 Suomessa hukkui yhteensä 92 henkilöä, joista 45 hukkui kesäkuukausien aikana (Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliitto 2025). Hukkumisiin vaikuttavat useat riskitekijät, joista yksi oli lasten heikentynyt uimataito (Huuskonen 2025). Erityisesti heinäkuussa 2025 hukkumistapausten määrä oli poikkeuksellisen korkea aiempiin vuosiin verrattuna, mikä herätti keskustelua lasten ja nuorten uimataidosta. Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliiton mukaan hukkumistapauksia olisi voitu ehkäistä paremmalla uimataidolla. (Aaltio 2025.)

Uimaopetuksen tavoitteet ja keskeiset sisällöt määritellään valtakunnallisesti Opetushallituksen laatimissa perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet -asiakirjassa, mutta niiden käytännön toteutus rakentuu paikallisissa koulukonteksteissa opettajien pedagogisten ratkaisujen kautta (Hakamäki 2016, 2-5.) Lisäksi Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliitto (2025) on luonut koulun uimaopetuksen sisällölliset tavoitteet asiakirja muodostaa laajan viitekehyksen uimaopetuksen sisällöistä ja toteutuksesta (Vienola, Saari, Rautajoki, Pasanen, Jokelainen, Ojala, Hiltunen & Savolainen 2025, 2).

Tässä tutkimuksessa pyritään saamaan liikunnanopettajilta mahdollisimman kattavaa tietoa käytännön uimaopetuksen toteuttamisesta, uimaopetuksesta osana perusopetuksen opetussuunnitelmaa sekä opetussuunnitelman kehittämisestä. Liikunnanopettajat ovat keskeisiä toimijoita uinninopetuksen järjestämisessä. Heidän näkemyksensä voivat tarjota arvokasta tietoa siitä, kuinka hyvin opetussuunnitelman asettamat sisällöt tavoitteet toteutuvat käytännössä. Saatua tietoa voidaan hyödyntää esimerkiksi opetussuunnitelmien kehittämisessä, uimaopetuksen resursoinnin suunnittelussa sekä koulujen uimaopetuksen kehittämisestä. Lisäksi se voi tarjota kunnille, kouluille ja opetuksen järjestäjille arvokasta tietoa siitä, miten uimataidon oppimista voitaisiin tukea tasavertaisemmin eri kouluissa ja alueilla. Tutkimus voi myös toimia puheenvuorona päätöksenteon tueksi, kun arvioidaan uimaopetuksen asemaa osana liikunnanopetusta.

## 2 Opetussuunnitelma liikunnanopetusta ohjaavana asiakirjana

### 2.1 Liikunnanopetuksen tavoitteet perusopetuksen opetussuunnitelmassa

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa (2014) vesiliikunta on liikunnan ainoa osa-alue, jonka opetukselle on asetettu erikseen määritellyt sisällöt ja tavoitteet. Vesiliikunnan opetuksen keskiössä ovat uimataidon sekä turvallisen vedessä toimimisen ja pelastautumisen taidot. Lisäksi vesiliikunnan opetuksella pyritään tukemaan oppilaiden kokonaisvaltaista fyysistä kehitystä sekä edistämään myönteistä suhtautumista liikkumiseen erilaisissa ympäristöissä. (Opetushallitus 2016.)

Perusopetuksen toteuttamista säätelevät useat normit, kuten perustuslaki, perusopetusta koskeva lainsäädäntö ja asetukset, valtioneuvoston antamat säädökset sekä opetussuunnitelman perusteet (Opetushallitus 2016, 14). Opetussuunnitelma on koulun toimintaa ohjaava hallinnollinen asiakirja, jonka keskeisenä tehtävänä on määrittää opetuksen tavoitteet, sisällöt, arviointikäytännöt yhdenmukaisella tavalla. Opetushallituksen laatimat opetussuunnitelman perusteet muodostavat kansallisesti velvoittavan normipohjan, jonka perusteella paikalliset opetussuunnitelmat on laadittava, eikä opetuksen järjestäjällä ole mahdollisuutta sivuuttaa niitä. (Heikinaro-Johansson 2007, 16).

Vitikka ja Rissanen (2019) tuovat esiin, että opetussuunnitelman perusteiden keskeisenä tehtävänä on turvata perusopetuksen valtakunnallinen yhtenäisyys sekä luoda edellytykset opetuksen tasalaatuiselle toteutumiselle eri alueilla. Yhdenvertaisuuden ja tasa-arvon näkökulmasta on keskeistä, että paikalliset ratkaisut opetuksessa perustuvat yhtenäisesti määriteltyihin kansallisiin linjauksiin. Näin varmistetaan oppilaiden yhdenvertaiset mahdollisuudet opetukseen asuinpaikasta riippumatta. (Vitikka & Rissanen 2019, 228)

Koulutyötä ohjaavana pedagogisena välineenä opetussuunnitelma tukee sekä opettajan että oppilaan toimintaa jäsentämällä opetuksessa tarvittavia tietoja ja taitoja (Uusikylä & Atjonen 2000, 46). Opetussuunnitelman perusteissa (2014) kuvataan laajasti eri oppiaineiden tavoitteet ja sisällöt, jotka liittyvät tiiviisti opetuksen arvopohjaan, oppimiskäsitykseen sekä opetuksen toimintakulttuurin linjauksiin. (Opetushallitus 2016.) Opetussuunnitelman tehtävänä on toimia työkaluna, joka ohjaa ja tukee koulun pedagogiikan sekä toimintakulttuurin jatkuvaa kehittämistä. (Opetushallitus, ei pvm.; Vitikka & Rissanen 2019, 224).

Opetussuunnitelmia voidaan tarkastella kolmella eri tasolla, joita ovat valtakunnallinen opetussuunnitelma, paikallinen opetussuunnitelma ja koulun opetussuunnitelma. Liikunnanosalta näissä velvoittavissa asiakirjoissa käsitellään muun muassa liikunnallista elämäntapaa sekä hyvinvointiin ja turvallisuuteen liittyviä tietoja ja taitoja. Asiakirjat eivät kuitenkaan sisällä tarkkaa ohjeistusta siitä, miten vesiturvallisuutta ja uimataittoa tulisi käytännössä opettaa kouluissa. (Vienola ym. 2025, 24.) Valtakunnallinen eli opetushallituksen laatima perusopetuksen opetussuunnitelma vastaa ammattitaidon takaamisesta, pedagogisesta ohjauksesta, hallinnollisesta ohjauksesta ja arvioinnin toteuttamisesta. Paikallisella- eli kuntatasolla tulisi ottaa huomioon kunnan erilaiset mahdollisuudet opetuksen järjestämisessä. Tällaisia ovat esimerkiksi erilaisten liikuntapaikkojen hyödyntämisen mahdollisuudet. Koulun opetussuunnitelmalla luodaan tavoitteet oppilaiden kehittymiselle, kasvuille ja oppimiselle. Opetussuunnitelma pitää sisällään koulun toimintakulttuurin. Koulun toimintakulttuurista vastaavat koulun henkilökunta, opettajat ja oppilaat yhdessä. Opetussuunnitelman suunnittelussa tulisi huomioida opetustavoitteet, -sisällöt, opetuksen sisällöt, arviointi ja oppimisympäristö (Numminen & Laakso 2012, 70–80.)

Opetussuunnitelmassa ei aseteta yksityiskohtaisia määräyksiä käytettävistä opetusmenetelmistä, vaan pedagogiset ratkaisut on jätetty opettajan ammatillisen harkinnan varaan. Tämä on erityisen näkyvää liikunnanopetuksessa, jossa opetuksen suunnittelu ja toteutus edellyttävät joustavaa toimintaa, tilannetajua sekä kykyä huomioida oppilasryhmän yksilölliset tarpeet. Samanaikaisesti opetussuunnitelma luo liikunnanopetukselle yhteiset tavoitteelliset ja kasvatukselliset linjaukset, jotka ohjaavat opetuksen sisältöjä ja pedagogisia ratkaisuja valtakunnallisesti. (Vitikka & Rissanen 2017, 226.)

Suomalaisen opetussuunnitelman uudistamista ohjaavat tutkimustieto sekä erilaisista arvioinneista saadut tulokset. Opetussuunnitelmauudistusten välillä hyödynnetään systemaattisesti analyyssejä ja arviointeja, jotka koskettavat esimerkiksi kouluviihtyvyyttä sekä lasten ja nuorten hyvinvointia ja arvomaailmaa. Näiden tietojen avulla pyritään varmistamaan, että opetussuunnitelma vastaa yhteiskunnallisia muutoksia ja tukee oppilaiden kokonaisvaltaista kasvua ja kehitystä. (Vitikka & Rissanen 2017, 22.)

Liikunnanopetuksen tavoitteet on jaettu muiden oppiaineiden tapaan vuosiluokka kohtaisesti, kehitystason mukaisesti. Vuosiluokilla 1.–2. oppilas tutustuu vesiliikuntaan ja oppii alkeisuinnin (Opetushallitus 2016, 148.) Vuosiluokilla 3.–6. tavoitteena on, että oppilas

kehittää perusuimataitoaan siten, että oppilas kykenee liikkumaan vedessä turvallisesti ja selviytymään vedessä itsenäisesti. Kuudennen luokan päättyessä oppilas osaa uida 50 metriä kahdella eri uintitavalla sekä suorittaa erillisenä suorituksena viiden metrin pituussukellus veden alla. (Opetushallitus 2016, 274–276.) Vuosiluokilla 7.–9. tavoitteena on uimataidon ja vesipelastusvalmiuksien kehittäminen siten, että oppilas kykenee toimimaan turvallisesti vedessä sekä pelastamaan että pelastautumaan vedestä (Opetushallitus 2016, 434).

Vesiliikunnan oppimisen tavoitteet ovat perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa (2014) samankaltaisia kuin vuoden 2004 perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa. Aiemmassa opetussuunnitelmassa on liikunnan oppiaineeseen määritelty eri liikuntalajien sisältöjä, tavoitteita ja arviointia (Opetushallitus 2004), mutta vuoden 2014 opetussuunnitelmassa on mainittu vain vesiliikunnan sisällöt ja tavoitteet (Opetushallitus 2016, 148).

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet asettavat arvosanakriteerit hyvälle arvosanalle oppimäärän päättyessä. Kuudennen luokan päättyessä hyvän arvosanan kriteerit määräytyvät perusuimataidon hallitsemisen mukaan. Kuudennen luokan päättyessä oppilaan tulee olla perusuimataitoinen eli oppilas osaa uida 50 metriä kahdella eri uintitavalla ja sukeltaa viisi metriä veden pinnan alapuolella. (Opetushallitus 2016, 276.) Peruskoulun päättyessä vesiliikunnan osalta hyvän arvosanan saa, kun oppilas on uimataitoinen sekä osaa pelastautua ja pelastaa vedestä (Opetushallitus 2016, 436).

## **2.2 Liikuntakasvatus**

Liikuntakasvatuksen periaatteena perusopetuksessa on liikuntaan kasvattaminen liikunnan avulla (Opetushallitus 2014, 433). Ensimmäinen tavoite kasvaminen tai kasvattaminen liikuntaan viittaa siihen, että liikuntaa pidetään arvokkaana jo itsessään tai keinona saavuttaa muita positiivisia hyötyjä (Heikinaro-Johansson 2007, 17). Tähän vaikuttavat opetussuunnitelmassa mainitut ikään- ja kehitystasoon sopiva fyysinen toiminta sekä motoristen taitojen kehittäminen. Toisena tavoitteena on kasvattaminen liikunnan avulla (Heikinaro-Johansson 2007, 17.), johon kuuluu opetussuunnitelman mukaan esimerkiksi vuorovaikutustaidot, kehollinen ilmaisu, pitkäjänteisyys ja toisten auttaminen (Opetushallitus 2016, 433.)

Liikuntakasvatuksen tavoitteena on innostaa oppilaita liikkumaan ja auttaa heitä löytämään liikunnan ilo ja merkitys omassa elämässään. Suomessa koulujen toimintaa säätelee

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet (2014). Perusopetuksen opetussuunnitelman (2014) mukaan liikunnan oppiaine tukee oppilaiden kokonaisvaltaista hyvinvointia vahvistamalla fyysistä, sosiaalista ja psyykkistä toimintakykyä sekä rakentamalla myönteistä suhdetta omaan kehoon (Opetushallitus 2016, 433). Opetuksessa keskeistä on tarjota positiivisia liikuntakokemuksia, jotka tukevat aktiivisen elämäntavan omaksumista, itseluottamuksen vahvistumista ja myönteisen minäkäsityksen kehittymistä. Liikunnanopetuksen tavoitteena on antaa oppilaalle sellaisia tietoja ja taitoja, joiden avulla liikunnallisen elämäntavan omaksuminen on mahdollista (Kalaja & Koponen 2017, 552–558.)

Liikuntakasvatuksella kouluissa voidaan tukea lasten ja nuorten hyvinvointia ja lisätä fyysistä aktiivisuutta. Liikunnan oppiaineessa keskeisessä asemassa ovat oppilaille rakentuvat positiiviset kokemukset liikunnasta sekä fyysisesti aktiivisen elämäntavan omaksumiselle ja ylläpitämiselle (Opetushallitus, ei pvm.). Perusopetuslain (628/1998) 2 § perustuen esiopetuksen ja perusopetuksen tehtäväksi 1.8.2026 alkaen määritelty liikunnanopetuksen edistäminen. Tämä edellyttää, että koulutyössä tuetaan oppilaiden monipuolista liikkumista, terveellisten elämäntapojen omaksumista sekä myönteisen liikuntasuhteen kehittymistä. (Perusopetuslaki 628/ 1998.)

Vanttaja ym. (2017) mukaan yläkoulun liikunnan opetukseen liittyy oppilaiden kehitysvaiheeseen sidoksissa olevia tekijöitä, kuten fyysisen aktiivisuuden usein vähenevä määrä nuoruusiässä. Murrosiän mukanaan tuomat kehon muutokset voivat lisätä epävarmuutta omasta itsestään, mikä puolestaan saattaa heikentää osallistumishalukkuutta liikuntatunneille. Tällä kehityksellä voi olla vaikutuksia myös oppilaiden motivaatioon, joka kytkeytyy liikunnallisten elämäntapojen muodostumiseen. (Vanttaja ym. 2017, 73–74.)

### 3 Uimataidon opetus ja oppiminen

#### 3.1 Uimataito

Uima- ja vesiturvallisuustaitojen hallinta on olennainen tekijä turvallisuuden varmistamisessa vesiympäristöissä (Franklin, Peden, & Amy ym. 2015, 10). Suomessa uimataitoa pidetään tärkeänä perustaitona, joka jokaisen tulisi hallita (Hakamäki 2016, 13). Uimataidon hallitseminen muodostaa pohjan turvalliselle liikkumiselle vedessä ja sen läheisyydessä. Vedestä pelastaminen ja pelastautuminen ovat myös taitoja, jotka lisäävät vesiturvallisuutta. Uimataito sekä vesiturvallisuustaitojen hallinta antavat mahdollisuuden turvalliselle liikkumiselle vedessä ja vesistöjen läheisyydessä, minkä takia uimataidon opettelu on keskeinen osa jokaisen kansalaistaidon kehittämistä. (Suomen uimaopetus- ja hengenpelastusliitto, ei pvm.)

Uimataitoa voidaan tarkastella useista näkökulmista esimerkiksi iän, taitotason tai maantieteellisen sijainnin mukaan. Suomessa käytetään uimataidon arvioinnissa Pohjoismaista uimataidonmääritelmää, jonka mukaan henkilö on uimataitoinen, jos hän pystyy yhtäjaksoisesti uimaan 200 metriä, joista 50 metriä selällään. Suoritus alkaa hyppäämällä veteen, nousemalla pintaan ja jatkamalla uintia keskeytyksettä koko matkan ajan. Tämä määritelmä toimii Suomessa kouluissa ohjenuorana uimataidon opetuksessa ja sen tavoitteiden asettamisessa. (Suomen Uimaopetus- ja hengenpelastusliitto 2021; Hakamäki 2016, 3.) Opetussuunnitelman mukaisesti uimataito tulisi olla saavutettuna peruskoulun loppuun mennessä (Opetushallitus 2016, 434).

Uimataitojen määritelmät vaihtelevat myös maantieteellisen sijainnin mukaan. Esimerkiksi Yhdysvaltojen Punainen risti on määrittänyt uimataidon seuraavin kriteerein: kokonaan veden pinnan alapuolelle kastautuminen, pintautuminen ja kelluminen vähintään yhden minuutin ajan, vedessä vähintään 180 astetta kääntyen, uiminen selällään ja mahallaan vähintään 25 metriä sekä vedestä poistuminen. Näiden valmiuksien määrittelemisen tehtiin tutkimuksen avulla, johon osallistui eri Yhdysvaltalaisia järjestöjä. Edellä mainittujen taitojen hallinta kattavat uimavalmiudet, jotka mahdollistavat turvallisen vedessä liikkumisen. (Langendorfer, Quan, Pia, Fielding, Wernicki, & Markenson 2009, 451–454.)

Kanadan hengenpelastusyhdistys pitää uimataitoisena henkilöä, joka kykenee menemään syvään veteen, pysymään pinnalla minuutin ajan ja uimaan sen jälkeen 50 metriä yhtä jaksoisesti valitsemallaan uimatyylillä. Vaikka määritelmä on laadittu erityisesti lapsia

ajatellen, Kanadan hengenpelastusliiton mukaan jokaisen tulisi iästään huolimatta hallita nämä taidot oman turvallisuutensa takaamiseksi. (Life Saving Society 2012.)

Stallman, Junge ja Blixt (2008) esittävät tutkimuksessaan, että uimaopetus tulisi järjestää hukkumisen yleisimpien syiden perusteella. Tutkimuksessa haastateltiin hukkumisesta selviytyneitä, analysoitiin hukkumisraportteja sekä havainnoitiin hukkumistilanteita, jotta voitiin tunnistaa hukkumisen tyypilliset piirteet. Lisäksi arvioitiin 25 eri uimaopetusohjelmaa, jotka ovat käytössä 18 eri maassa. Tutkimuksen pohjalta Stallman, Junge ja Blixt (2008) määrittävät kansainvälisesti yhtenäisen uimataidon määritelmän, jonka avulla tarjotaan keskeiset taidot uimaopetuksen ehkäisemiseksi. Tutkimuksessa tarkasteltiin kahdeksaa taitoa, jotka ovat keskeisiä hukkumisen ehkäisemisessä. Heidän mukaansa henkilö on uimataitoinen, kun hän pystyy: pääsemään veteen turvallisesti, nousemaan pinnalle ja aloittaa uimisen, uimaan sekä vatsallaan että selällään, olemaan rauhallinen uinnin aikana, vaihtamaan kehon asentoa uinnin aikana, muuttamaan vedessä kulkusuuntaa, pysähtymään ja kellumaan vedessä. (Stallman, Junge & Blixt 2008, 375–378.)

### **3.2 Taidon oppiminen ja oppimisen motivaatio**

Motivaatio muodostaa oppimisen ja uuden tiedon omaksumisen kannalta keskeisen perustan (Vasalampi 2022, 7). Sillä viitataan niihin tekijöihin ja syihin, jotka saavat yksilön toimimaan tietyllä tavalla sekä käynnistämään että ylläpitämään toimintaa. Motivaatio ei ainoastaan aktivoi käyttäytymistä, vaan myös ohjaa sitä kohti asetettuja tavoitteita (Ryan & Deci 2017.) Liukkonen ja Jaakkolan (2012) mukaan motivaatio vaikuttaa siihen, millä tavoin ihminen suuntaa toimintaansa ja kuinka pitkäjänteisesti hän pyrkii oppimaan uusia taitoja. Esimerkiksi vahvasti motivoitunut henkilö osoittaa usein sitkeyttä ja halua kehittää osaamistaan (Liukkonen & Jaakkola 2012, 48.)

Deci & Ryan kehittivät 1970-luvulla itsemääräämisteorian mallin (SDT), jonka avulla ymmärretään ihmisen käyttäytymiseen liittyvää motivaatiota. Itsemääräämisteorian malliin kytkeytyvät keskeisesti sekä sisäinen että ulkoinen motivaatio, jotka Deci ja Ryan määrittelivät osana itsemääräämisteoriana (Deci & Ryan 1985, 10–12.) Ulkoinen motivaatio liittyy tilanteisiin, joissa toiminta perustuu jonkin ulkopuolisen päämäärän saavuttamiseen, kuten palkinnon, arvosanan tai välttyäkseen rangaistukselta. Tällöin käyttäytymistä säätelevät ulkoiset kannustimet ja vaatimukset. (Martela & Jarenko 2014, 12–14.) Yli-Piipari, Watt, Jaakkola, Liukkonen & Nurmi (2009) toteavat kuitenkin, että ulkoinen motivaatio ei ole yhtä vahvasti yhteydessä liikunnasta nauttimiseen, kuin sisäinen motivaatio.

Oppimisen näkökulmasta sisäisen motivaation kehittyminen on erityisen merkityksellistä, sillä tällöin yksilö kokee tehtävän mielekkääksi itsessään. Toiminnan taustalla ei ole ensisijaisesti ulkopuolinen palkitseminen tai rangaistus, vaan kiinnostus ja henkilökohtainen innostus. (Jaakkola 2014, 352.) Vasalammen (2022) mukaan sisäinen motivaatio ilmenee haluna osallistua toimintaan omasta tahdosta ja mielihyvän kokemuksesta käsin. Kun toiminta koetaan sisäisesti motivoivaksi, sen suorittaminen ei tunnu samalla tavoin kuormittavalta. Sisäinen motivaatio tukee esimerkiksi viihtymistä opetuksessa, sitoutumisena ja yrittämisenä. (Vasalampi 2022, 24–26; Liukkonen & Jaakkola 2017, 132–133.) Lisäksi on havaittu, että sisäisesti motivoituneet henkilöt saavuttavat parempia tuloksia ja suoriutuvat tehtävistä tehokkaammin, kuin ulkoisesti motivoituneet henkilöt. Sisäinen motivaatio on myös positiivisesti yhteydessä liikuntasuoritusten kehittymiseen sekä liikunnan kokemiseen miellyttävänä (Vasalampi 2022, 25; Yli-Piipari ym. 2009, 327–336.)

Taitojen oppimien on luonteeltaan pitkäkestoinen ja usein vaativa prosessi, joka edellyttää runsaasti toistoja, keskittymistä sekä ajallista panostusta. Oppiminen ei tapahdu välittömästi, vaan se perustuu aivojen plastisuuteen eli kykyyn mukautua uusien haasteiden myötä. Hermosolujen välisten yhteyksien vahvistuminen sekä uusien hermoverkkojen rakentuminen voi kestää useita päiviä tai jopa viikkoja. Harjoittelun kautta hermoverkot muokkautuvat, mikä lisää liikkeiden hallintaa ja suoritusvarmuutta. Tästä syystä säännöllinen harjoittelu on keskeistä, sillä se auttaa muuttamaan uuden taidon vähitellen automaattiseksi. (Kalaja 2022, 34–35.)

Taidon oppiminen on asteittainen prosessi, joka etenee systemaattisesti eri vaiheiden kautta. Fitts ja Posner (1967) ovat esittäneet klassisen mallin, jonka mukaan motoristen taitojen omaksuminen voidaan järjestää kolmeen eri vaiheeseen. Nämä kolme vaihetta ovat kognitiivinen vaihe, assosiativinen vaihe ja taidon automatisoitumisen vaihe. Näiden vaiheiden avulla voidaan kuvata, miten oppijan toiminta muuttuu harjoittelun edetessä tietoisesta vaiheesta kohti sujuvaa ja automatisoitunutta vaihetta. (Keskinen ym. 2024, 11.)

Kognitiivisessa vaiheessa oppija pyrkii muodostamaan perustavan ymmärryksen siitä, kuinka tehtävä suoritetaan. Huomio kohdistuu suorituksen rakenteeseen sekä sen etenemiseen vaiheittain (Magill & Anderson 2017, 274–275; Keskinen ym. 2024, 12.) Oppija voi hahmottaa tehtävän esimerkiksi visuaalisten havaintojen, sanallisten ohjeiden tai kinesteettisten kokemusten kautta (Numminen & Laakso 2020). Tässä alkuvaiheessa harjoittelu tapahtuu usein selkeissä ja kontrolloiduissa olosuhteissa, joissa taitoa harjoitellaan

ilman laajempaa soveltamista. Palaute harjoittelusta kohdistuu suoritusten keskeisiin osaluaisiin (Kalaja 2022, 34–35.) Lisäksi oppija hyödyntää tässä vaiheessa erityisesti liike- ja asentoaisteja motoristen suoritusten ohjaamisessa (Keskinen ym. 2024, 12).

Assosiativisessa vaiheessa taidon perusrakenne on jo omaksuttu, ja oppija alkaa yhdistämään suorituksen eri osatekijöitä kokonaisuudeksi. Harjoittelun myötä suorituksesta tulee tasaisempi ja virheiden määrä vähenee, sillä aiemmin opittu pohja tukee toiminnan tarkentumista. (Magill & Andersson 2017, 275.) Näköaistin merkitys kasvaa, mikä mahdollistaa suorituksen tehokkaamman arvioinnin ja säätelyn (Keskinen ym. 2024, 12.). Tässä vaiheessa oppija keskittyy erityisesti taidon hienosäätöön sekä erilaisten harjoittelumuotojen kokeilemiseen. Harjoittelu tapahtuu asteittain avoimemmissa ja vaihtelevammassa ympäristöissä. Palautetta annetaan harvemmin, kuin kognitiivisessa vaiheessa. (Kalaja 2022, 34–35.)

Automatisoitumisen vaiheessa taito on kehittynyt niin pitkälle, että sen suorittaminen tapahtuu sujuvasti ja vaatii vain vähäistä tietoa tarkkaavaisuutta (Magill & Anderson 2017, 275). Oppija kykenee soveltamaan taitoa joustavasti erilaisissa tilanteissa ja ympäristöissä, mikä kuvastaa taidon vakiintumista. Tässä vaiheessa palautteen rooli painottuu suoritusten yksityiskohtien kehittämiseen ja hienovaraisen optimoinnin tukemiseen. (Kalaja 2022, 34–35; Keskinen ym. 2024, 12.) Kun taito on automatisoitunut liikemalli jää usein pysyväksi taidoksi, eikä kerran opittu taito katoa helposti. Jos jokin taito on opittu väärällä tekniikalla, siitä pois oppiminen on usein haasteellista. (Keskinen ym. 2024, 11.) Jos oppija on oppinut esimerkiksi vapaauinnin potkun polvet koukussa, on oppijan vaikea oppia tekemään vapaauinnin potku oikeaoppisesti suoralla jalalla (Haaksluoto 2017, 37).

### **3.3 Uimataidon oppiminen**

Uimataidon oppimisessa käsitellään motorista oppimista, joka on hierarkkista oppimista. Tämä tarkoittaa sitä, että uuden taidon oppiminen vaatii aina edellisen taidon osaamista. Esimerkiksi vaativimpien liikesarjojen oppiminen vaatii yksinkertaisempien liikesarjojen osaamista. (Keskinen ym. 2024, 11.) Motorinen oppiminen on aivojen ja hermoston yhteistoiminnan lopputulos. Tämän seurauksena oppija kykenee suorittamaan liikunnallisia toimintoja tarkoituksenmukaisesti sekä säätelämään ja ohjaamaan liikkeitään. (Keskinen ym. 2024, 11; Sääkslahti & Lauritsalo 2017, 508.)

Uimataidon oppiminen on kokonaisvaltainen prosessi, jossa taidot rakentuvat vähitellen aiemmin opittujen valmiuksien varaan. Uimataidon oppiminen etenee vaiheittain vesitaidoista kohti varsinaista uimataittoa ja sujuvaa vedessä liikkumista. Prosessi alkaa yleensä veteen totuttelulla, jossa oppija harjoittelee turvallista ja luontevaa toimintaa vedessä sekä kehittää luottamusta vesiympäristöön. (Heikinaro-Johansson 2007; Valkonen & Rajakylä 2017, 18–20.) Tämän jälkeen edetään kastautumiseen, joka auttaa oppijaa totuttamaan veden tunteeseen kasvoilla ja hengityksen hallintaa. Seuraavissa vaiheissa harjoitellaan kellumista ja liukumista, jotka muodostavat keskeisen perustan uimataidon kehittymiselle. Näiden taitojen avulla oppija oppii hallitsemaan kehon asentoa vedessä sekä hyödyntämään veden nostetta. (Heikinaro-Johansson & Huovinen 2007; Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliitto, Jyväskylän yliopisto & Opetushallitus, 2022, 5)

Kun vesitaidot ovat riittävällä tasolla, siirrytään alkeistaitojen harjoitteluun (Heikinaro-Johansson & Huovinen 2007). Alkeistaidoissa harjoitellaan uimaan kahdella uintitavalla 10 metrin matka. Kun oppija pystyy uimaan kahta uintitapaa hyödyntäen 10 metriä, on oppia alkeisuimataitoinen. Kun vesitaidot ovat riittävällä tasolla, siirrytään alkeistaitojen harjoitteluun. Alkeistaitojen oppimisen tavoitteena on, että oppija kykenee uimaan 10 metrin matkan kahdella eri uintitavalla. Kun oppija pystyy suoriutumaan 10 metrin matkasta kahta uintitapaa hyödyntäen, voidaan hänen katsoa saavuttaneen alkeisuuintitason. (Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliitto ym. 2022, 5.)

Alkeistaitojen saavuttamisen jälkeen siirrytään perusuimataitojen harjoitteluun. Perusuimataito määritellään taidoksi uida 50 metriä kahta uintitapaa käyttäen. (Suomen uimaopetus- ja Hengenpelastusliitto ym., 2022, 5) Perusuimataidoissa harjoitellaan eri uintientapojen, kuten vapaa- ja selkäuinnin teknisiä perusteita sekä ylä- ja alaraajojen koordinaation kehittämiseen. (Heikinaro-Johansson & Huovinen 2007).

Varsinaisen uimataidon harjoittelun tavoitteena on vähitellen kehittää uintitavoista teknisesti taloudellisia ja sujuvia, jotta oppija kykenee käyttämään uintitekniikoita tarkoituksen mukaisesti matkauinnissa. Uimataidon oppiminen on kokonaisvaltainen prosessi, jossa taidot rakentuvat vähitellen aiemmin opittujen valmiuksien varaan. (Heikinaro-Johansson & Huovinen 2007.) Tavoitteena on, että 7.–9. -luokkalainen on uimataitoinen eli kykenee suorittamaan Pohjoismaisen uimataitotestin hyväksytysti (Hakamäki 2016, 3).

Iällä on merkittävä vaikutus lasten uinti- ja vesiturvallisuustaitojen oppimiseen. Franklin ym. (2015) tutkimuksessa todetaan, että lasten saavuttama taitotaso nousee lähes lineaarisesti iän

kasvaessa. Tulosten mukaan jokainen lisävuosi lisää huomattavasti todennäköisyyttä saavuttaa ikätasolle vaadittu uimataitotaso. Tutkimuksen tuloksissa iän vaikutus säilyi vahvana myös muiden tekijöiden, kuten sukupuolen ja uintikertojen määrän huomioimisen jälkeen. (Franklin, Peden, Hodges ym. 2015, 226–230.) Tutkimuksen mukaan lapsen valmius oppia uimaan kehittyy erityisesti noin 5,5–6 vuoden iässä, ja ikävuodet 5–8 muodostavat keskeisen ajanjakson perustaitojen oppimiselle (Franklin ym. 2015, 229–230).

### 3.4 Uimaopetus kouluissa

Koulujen uimaopetuksella tavoitetaan koko ikäryhmä. Uimaopetuksen opettaminen kouluissa on tärkeää sekä fyysisen toiminnan kannalta että turvallisuuden näkökulmasta.

Uimaopetuksella kouluissa on merkittävä rooli suomalaisten lasten ja nuorten uimataitoon, koska koulujen uimaopetus tavoittaa myös ne oppilaat, jotka eivät pääse vapaa-ajalla uimaan. Uimataito Suomessa olisi vieläkin heikompi ilman koulujen uimaopetusta. (Keskinen ym. 2024, 58; Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliitto 2022, 2)

Koulujen uimaopetuksessa tulee ottaa huomioon taitotasojen selkeä vaihtelu, jolloin opetuksen eriyttäminen nousee keskeiseen asemaan. Eriyttäminen tarkoittaa sitä, että huomioidaan yksilöiden erilaiset tarpeet oppimistilanteissa ja opetuksen suunnittelussa (Keskinen 2024, 12.) Eriytyvä opetus on opetustyyli, jossa opettaja suunnittelee liikuntatunnille eritasoisia tehtäviä. Opettaja suunnittelee, esittelee ja käynnistää toiminnan. Toiminnan aikana opettaja havainnoi ja arvioi sitä, osaavatko oppijat valita itselleen sopivan tasoisia tehtäviä vaatimustason mukaisesti. Opettaja voi ensin tehdä alkukartoituksen oppijoiden taidoista ja sen jälkeen jakaa oppijoita eri vaatimustasoihin harjoituksiin. Opetustyyli sopii tilanteisiin, jossa oppijoilla on suuria tasoeroja. Opettajan tulee kohdata kaikki oppijat yksilöinä, joka voikin muodostua haasteeksi tässä opetustyyliässä. Uinninopetuksessa eriyttämistä tarvitaan lähes aina. Uinnissa eriyttämisen syyt johtuvat pääosin aikaisemmasta kokemuksesta vedessä olemisesta ja toimimisesta. Uinnin opetuksessa eriyttämisen keinoja ovat esimerkiksi opetusvälineiden käyttö, oppijoiden jakaminen tasoryhmiin ja opetusaltaan valinta. (Keskinen 2024; Mosston & Ashworth, 1944, 274–290.)

Koulujen uimaopetuksessa turvallisuuden huomioiminen on ensiarvoisen tärkeää.

Turvallisuus tulee ottaa huomioon uimaopetusta toteuttaessa (Vienola ym. 2025, 6).

Perusopetuslain (628/1998) 29 § mukaan oppilaalla on oikeus turvalliseen oppimisympäristöön (Perusopetuslaki 628/1998). Uimaopetuksessa tämä tarkoittaa oppilaiden taitotasoon nähden riittävän pieniä ryhmäkokoja yhtä opettajaa kohden, turvallisen syvyistä

allasta sekä apuvälineiden hyvää saatavuutta. Lisäksi opetuksen tulee olla eriytettyä oppilaiden tarpeiden mukaan. Koulun ja uimahallin on yhdessä varmistettava, että opetuksen olosuhteet ovat tarkoituksenmukaiset ja välineet helposti saatavilla. Liikunnanopettajille tulisi myös mahdollistaa rata- ja allasvarausten tekeminen hyvissä ajoin, jotta uinnin ja vesiturvallisuuden opetus voidaan suunnitella tavoitteellisesti ja toteuttaa turvallisesti. (Vienola, Saari & Rautajoki ym. 2025, 6.)

Haga ym. (2025) esittävät tutkimuksessaan, että uimaopetukseen kouluissa tulisi lähestyä vielä laajemmin osana kokonaisvaltaista liikuntakasvatusta, vaikka vesiliikunta ja uimataidon opetus kuuluvatkin osaksi opetussuunnitelmaa. Haga ym. (2025) mukaan vesiliikunnassa on tärkeä korostaa vesiliikunnan ilon syntymistä ja fyysisesti aktiivisen elämäntavan omaksumista, jotka korostuvat myös opetussuunnitelmassa (Haga ym. 2025, 56; Opetushallitus 2016, 433). Tekniikkapainotteisesta opetuksesta tulisi siirtyä opetukseen, joka huomioi laajemmin erilaiset vesiympäristöjen tarjoamat mahdollisuudet. Tällöin painottuu vesiliikuntataitojen laaja-alainen kehittyminen. (Haga ym. 2025, 56).

Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliitto (2025) on luonut koulun uimaopetuksen sisällölliset suositukset, jotka ohjaavat uimaopetuksen sisältöjä ja menetelmiä. Aiemmin Suomen uimaopetus- ja Hengenpelastusliitto on keskittynyt koulujen uimaopetuksen määrällisiin tavoitteisiin, mutta nyt on luotu selkeämmät sisältösuositukset. Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliiton mukaan koulujen tarjoaman säännöllisen ja suunnitelmallisen uimaopetuksen toteuttamisen myötä jokaisella oppilaalla on mahdollisuus oppia uimaan. Liikuntatunneilla tapahtuvan uimaopetuksen lisäksi on annettu ohjeet myös ympäristöopin oppitunneille sekä terveystiedontunneille. (Vienola ym. 2025, 4)

Uusissa (2025) uimaopetuksen sisällöllisissä suosituksissa Suomen Uimaopetus ja Hengenpelastusliitto on määritellyt 15 vesipätevyyden osa-alueita. Nämä osa-alueet ovat turvallinen veteen meno, hengityksen kontrollointi, pinnalla pysyminen, vedessä orientoituminen, uintitekniikat, sukeltaminen, turvallinen vedestä poistuminen, pelastusliivit, vaatteet päällä uiminen, avovesiosaaminen, ymmärrys paikallisista vaaroista, riskeistä selviytyminen, oman osaamisen arviointi, hengenpelastus -taidot ja vesiturvallisuus asenteet ja arvot. (Vienola ym. 2025, 16.)

Näiden perusteella se on määritellyt jokaiselle vuosiluokittain uimaopetuksen tavoitteet, jotka tulisi olla saavutettuna vuosiluokan päättyessä. Uimaopetuksen tavoitteet on jaettu neljään ryhmään, jotka ovat esiopetus, 1.–2. luokat, 3.–6. luokat ja 7.–9. luokat. Kaikilla vuosiluokilla

oppilaiden tulisi oppia taitoja, tietoja ja asenteita, jotka liittyvät vesiturvallisuuteen ja uimataitoon. Näihin osa-alueisiin kuuluvat turvallinen veteen meno ja poistuminen, pinnalla pysyminen, uintitekniikat, sukeltaminen, pelastusliivin käyttö, vaatteet päällä uiminen, ymmärrys paikallisista vaaroista, oman osaamisen arviointi, hengenpelastustaidot, vesiturvallisuusasenteet- ja arvot. (Vienola ym. 2025, 27–38.)

Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliiton asettamien vähimmäistuntimäärien mukaan uimaopetusta tulisi järjestää eri vuosiluokilla seuraavasti: esiopetuksessa opetusta on altaassa 3 tuntia ja altaan ulkopuolella 2 tuntia. Luokilla 1.–3. opetusta järjestetään altaassa 6 tuntia ja altaan ulkopuolella 2 tuntia kussakin. Luokilla 4.–9. opetusta on altaassa 4 tuntia ja altaan ulkopuolella 2 tuntia jokaisella vuosiluokalla. (Vienola ym. 2025, 27–38.)

### **3.5 Liikunnanopettajan rooli**

Uimaopetus asettaa liikunnanopettajalle erityisiä vaatimuksia, sillä vesiympäristö yhdistää motorisen oppimisen, turvallisuusvastuun ja teknisen taitojen opettamisen ainutlaatuisella tavalla. Uinnin opettaminen edellyttää liikunnanopettajalta sekä laaja-alaista pedagogista osaamista että kykyä havainnoida ja analysoida toimintaa. (Keskinen ym. 2024, 58–60; Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliitto 2020)

Heikinaro-Johansonin ja Huovisen (2007) mukaan liikunnanopettaja on monipuolinen hyvinvoinnin asiantuntija, joka hallitsee esimerkiksi liikunnan tietämyksen, sen lääketieteelliset perusteet sekä erilaisten oppilaiden käyttäytymisen mallit. Liikunnanopettajan työhön kuuluvat oppiaineen sisällön hallinta, oppilaiden kasvatustehtävä ja eettisten periaatteiden mukaan toimiminen. Liikunnanopettajan asema muuttuu liikuntakulttuurin muutoksen myötä. Tämänhetkinen liikunnanopettajan asema on erilainen verrattuna esimerkiksi urheiluperinteeseen nojaavasta liikuntakulttuurista. Liikunnanopettajalta vaaditaan joustavuutta ja luovuutta, koska oppimiskäsitykset, koulu ja oppilaat ovat jatkuvassa muutoksessa. (Heikinaro-Johansson & Huovinen 2007.)

Liikunnanopettajan tulee olla tietoinen oppilaidensa arvomaailmasta sekä perhetaustoista, sillä tämä edistää opetuksen johdonmukaisuutta ja yhdenvertaista toteutumista. Oppilaiden taustojen ymmärtäminen mahdollistaa sensitiivisen ja tavoitteellisen toiminnan, jossa kunkin oppilaan yksilölliset lähtökohdat voidaan huomioida suunniteltaessa ja toteuttaessa. (Jaakkola 2017, 448.) Haga ym. (2025) mukaan liikunnanopettajan pedagoginen osaaminen on keskeistä oppimisprosessin yksilöllisessä tukemisessa sekä oppilaiden turvallisuuden

varmistamisessa. Oppimisen ja turvallisuuden huomioiva pedagoginen toiminta korostaa liikunnanopettajan ammatillista pätevyyttä ja harkintaa käytännön tilanteissa. (Haga, Sääkslahti, Schenker ym. 2025, 56.)

Liikunnanopettajan oma osaaminen ja taitojen hallinta on avainasemassa silloin, kun oppijat pyrkivät oppimaan uuden taidon opettajan mallin mukaisesti. Esimerkiksi opettaja voi näyttää, kuinka vapaauinnin potku tehdään oikeaoppisesti. Opettaja voi myös korostaa virheitä mallisuorituksen avulla. Opettajan oma osaaminen mahdollistaa mallioppimisen lisäksi mahdollisuuden osallistua ryhmän toimintaan ja harjoituksiin. (Keskinen ym. 2024, 34.)

Keskisen ym. (2024) mukaan pelkkä mallisuoritusten näyttäminen ja toimintaan osallistuminen eivät kuitenkaan riitä monimutkaisempien liikeyhdistelmien opettamisessa. Monimutkaisemmissa liikeyhdistelmissä suoritus on osattava pilkkoa erilaisiin osiin, jotta suorituksen ydinkohdat saadaan tarkennettua oppijoille. Ydinkohdat ovat tärkeitä kokonaissuorituksen onnistumisen kannalta. Esimerkiksi vapaauinnissa ydinkohtia ovat potku, käsiveto, vartalonasento, liuku ja hengitys. (Haaksluoto 2017, 32–35.) Jotta opettaja kykenee löytämään kokonaissuorituksista ydinkohdat, tulee opettajalla olla laajempaa tietoa suorituksesta. Kaikki liikunnanopettajat, jotka opettavat uintia eivät välttämättä itse osaa näyttää suorituksia, mutta osaavat suorituksen tekniset kohdat ja tiedollisen hallinnan hyvin. Parhaassa mahdollisessa tilanteessa opettajalla on kuitenkin sekä tietotaitoa aiheesta että osaamista. (Keskinen 2024, 35.)

### **3.6 Uimataidon opetuksen haasteet**

Vesi ympäristönä herättää ihmisissä erilaisia tunteita. Osa kokee veden miellyttävänä ja rentouttavana, kun taas toisille se aiheuttaa pelkoa. Pelon vuoksi jotkut saattavat välttää veteen menemistä kokonaan. (Pinto & Moren Murcia 2023, 2) Pelko vaikuttaa merkittävästi uimataidon oppimiseen vesiympäristöissä. Vesi voidaan kokea uhkaavaksi silloin, jos oppilaalla on aiempia kielteisiä kokemuksia tai epävarmuutta omista taitoistaan. Pelon aktivoituessa kehon reaktiot suuntautuvat selviytymiseen, mikä voi ilmetä esimerkiksi paniikkina, levottomuutena tai lamaantumisena. Tällaisessa tilanteessa on vaikea keskittyä opetukseen ja omaksua uusia taitoja. Uimaopetuksen kannalta turvallisuuden tunteen rakentaminen on keskeistä, koska rauhallisessa tilanteessa oppilas kykenee paremmin vastaanottamaan ohjeita, säätämään toimintaansa ja edistymään oppimisessa. Pelon huomioiminen opetuksessa auttaa ymmärtämään, miksi osa oppilaista tarvitsee enemmän

aikaa ja tukea uimataidon oppimiseen. (Pinto & Moren Murcia 2023, 6.; Valkonen & Rajakylä 2017, 24.)

Lauritsalon (2014) mukaan oppilaiden kokemuksia koululiikunnasta nousee esiin kehollisuuteen liittyviä teemoja. Nämä kehollisuuteen liittyvät teemat voidaan yhdistää myös koulu-uinneissa tapahtuvaan kehollisuuden kokemuksiin, sillä uimahalli ympäristöissä ne ovat usein vahvempia. Koulujen uimaopetus nousi kommenteissa esiin useimmin epämiellyttävänä kokemuksena. Tähän vaikuttivat esimerkiksi oppituntien yksitoikkoisuus, kiusaamistilanteet ja kehollisuuteen vaikuttavat tekijät. Etenkin yläkouluikäisten oppilaiden keskuudessa kehollisuuteen liittyvät epävarmuustekijät näkyvät uimaopetukseen osallistumisessa. (Lauritsalo 2014, 20–40.)

Siljamäki (2017) toteaa, että liikunnanopetuksessa uskonnollisia tai eettisistä syistä yleisimmin pois jääviä opetussisältöjä ovat musiikkiliikunta ja vesiliikunta. Tällaisissa tilanteissa opettajat voivat toteuttaa opetuksessa erilaisia erityisjärjestelyjä oppilaan osallistumisen mahdollistamiseksi. Osa maahanmuuttajataustaisista oppilaista ei osallistu uinninopetukseen muun opetusryhmän kanssa, jolloin vaihtoehtona voidaan hyödyntää esimerkiksi vapaa-ajalla järjestettävää, erikseen kohdennettua uinninopetusta. Lisäksi oppilaiden osallistumista voidaan tukea sallimalla vaihtoehtoisen, kulttuurisesti tai uskonnollisesti sopivien liikunta-asujen käyttö, edellyttäen turvallisuusvaatimukset. (Siljamäki 2017, 447–448.)

Uimaopetuksen haasteet näkyvät myös koulujen uimaopetuksessa, jolloin erityisjärjestelyt voivat olla tarpeen. Koulun opetussuunnitelma sekä perusopetuslaki asettavat pedagogiset ja sisällölliset reunaehdot opetuksessa toteuttaville eriyttämiskäytännöille. Mikäli oppilaan huoltajat esittävät toiveen tietyn liikunnan opetussisällön muokkaamisesta tai poisjättämisestä, asiasta voidaan neuvotella koulun ja liikunnanopettajan kanssa. Neuvottelussa sovitaan, millä tavoin oppilas saavuttaa opetussuunnitelman asettamat tavoitteet vaihtoehtoisin opetusjärjestelyin tai miten pois jäävät sisällöt korvataan tarkoituksenmukaisella tavalla. (Perusopetuslaki 628/ 1998; Siljamäki 2017, 447.)

## 4 Tutkimustehtävä

Tämän tutkimuksen tavoitteena on tarkastella liikunnanopettajien näkemyksiä uimaopetuksesta osana opetussuunnitelmaa ja liikunnanopetusta. Erityisesti selvitetään, miten liikunnanopettajat kokevat uimaopetuksen aseman opetussuunnitelmassa ja millaisena he näkevät sen merkityksen oppilaiden uimataidon kehittymiselle. Tutkimuksessa tuodaan esiin myös liikunnanopettajien kokemuksia uimaopetuksen toteuttamiseen liittyvistä mahdollisuuksista, resursseista ja haasteista. Näiden näkökulmien kautta pyritään ymmärtämään uimataidon nykytilaa sekä sitä, millaisia edellytyksiä sen toteuttamiselle kouluissa on ja miten sitä voidaan kehittää käytännön opetustyössä.

Tutkimuksessa vastataan seuraaviin tutkimuskysymyksiin:

1. Miten liikunnanopettajat kuvaavat koulujen uimaopetuksen asemaa opetussuunnitelmassa ja toteuttavat uimaopetusta osana liikunnanopetusta?
2. Mikä mahdollistaa tai estää uimaopetuksen toteutumisen osana liikunnanopetusta?
3. Miten opettajat kuvaavat yläkoululaisten uimataittoa?

## 5 Tutkimusmenetelmä ja tutkimusaineisto

### 5.1 Menetelmä

Tämä tutkimus toteutettiin laadullisena eli kvalitatiivisena tutkimuksena. Laadullinen lähestymistapa mahdollistaa opettajien kokemusten, tulkintojen ja käytännön toteutuksen syvällisen tarkastelun (Puusa & Juuti 2020, 112–113), mikä on olennaista opetussuunnitelman soveltamisen ja uimataidon opetuksen monimuotoisuuden ymmärtämiseksi. Laadullisessa eli kvalitatiivisessa tutkimuksessa keskeistä on tarkastella tutkittavien ajatuksia, mielipiteitä ja kokemuksia mahdollisimman laajasti ja kokonaisvaltaisesti suhteessa tutkimusongelmaan. Menetelmä soveltuu erityisesti tilanteisiin, joissa halutaan perehtyä ilmiöön syvällisesti ja muodostaa siitä monipuolinen ymmärrys. (Puusa & Juuti 2020, 112–113; Puusa & Juuti 2020, 76.)

Laadulliselle tutkimukselle on ominaista, että se keskittyy ihmisten subjektiivisiin kokemuksiin, näkemyksiin, mielipiteisiin ja merkityksiin. Tavoitteena ei ole muodostaa yleispäteviä teorioita, vaan pikemminkin ymmärtää ilmiöitä syvällisesti yksilöiden tai ryhmien näkökulmasta. Tutkimusaineistoa tarkastellaan usein kuvailevasti, ja siitä nostetaan esiin esimerkinomaisia kuvauksia, tyypillisiä piirteitä tai erilaisia tulkinnallisia malleja. Laadullinen tutkimus painottaa myös ymmärtämisen ja tulkinnan prosesseja, jolloin tutkijan rooli ja subjektiivinen näkökulma nousevat osaksi tutkimusta. Tämä edellyttää tutkijalta kriittistä itsetarkastelua, esimerkiksi sen pohtimista, miten omat ennakko-oletukset ja arvot voivat vaikuttaa havaintojen tekemiseen ja tulkintojen muodostamiseen. (Puusa & Juuti 2020, 112–113.)

### 5.2 Aineistonkeruu

Tutkimuksen aineistonkeruu toteutetaan puolistrukturoituna teemahaastatteluna. Puolistrukturoidussa teemahaastattelussa haastattelu etenee aiemmin asetettujen haastattelukysymysten varassa. Haastattelut nauhoitetaan aineiston analyysia varten. (Puusa & Juuti 2020, 76.) Haastattelut toteutetaan yksilöhaastatteluina, sillä ne mahdollistavat syvällisen ja henkilökohtaisen tarkastelun tutkittavasta aiheesta. Yksilöhaastatteluissa opettajilla on mahdollisuus kertoa vapaasti ja luottamuksellisesti omista kokemuksistaan, ajatuksistaan ja näkemyksistään, ilman ryhmän painetta tai vertailuasetelmaa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 85.) Haastattelujen vahvuutena nähdään niiden mukautuvuus erilaisissa haastattelutilanteissa (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 1997, 204).

Haastattelurunko (ks. liite 2) koostui kysymyksistä, jotka oli määritelty tutkimuskysymysten ja aiemman kirjallisuuden perusteella. Ennen haastattelujen aloittamista haastattelurunko esitettiin yhdellä opettajalla, mikä lisää haastattelun luotettavuutta. Haastattelurungon esitestaus auttoi hahmottamaan kysymysten laatua, turhia kysymyksiä ja haastattelun kestoa (Hirsjärvi & Hurme 2000, 72). Esitestauksen aikana huomiot kirjattiin ylös, jotta ne auttaisivat haastattelurungon parantamisessa. Esitestauksen jälkeen haastattelurungosta poistettiin yksi epäoleellinen kysymys ja kahta kysymystä muokattiin toimivammiksi. Haastattelukysymysten muokkaamisella varmistettiin, että kysymykseen ei voida vastata ”kyllä” tai ”ei”, vaan kysymys esitetään avoimempaan. Esitettua haastattelua ei ole käytetty tutkimusaineistossa.

Haastattelurungon testaamisen jälkeen siirryttiin varsinaisiin haastatteluihin. Haastattelut toteutettiin joulukuun 2025 ja helmikuun 2026 välisenä aikana. Tutkimuksen aineistonkeruu päätettiin kohdentaa liikunnanopettajiin. Liikunnanopettajilla on arvokasta kokemusta siitä, miten opetussuunnitelman tavoitteet toteutuvat käytännössä sekä millaisia haasteita ja mahdollisuuksia uimataidon opettamiseen liittyy. Lisäksi liikunnanopettajat voivat tunnistaa kehityskohteita, kuten resurssipuutteita tai toimivia opetuskäytänteitä, ja tarjota käytännön näkökulmaa opetuksen järjestämiseen eri kouluissa ja alueilla. Haastatteleamalla heitä saadaan tietoa siitä, miten uimataidon oppimista voidaan tukea paremmin kouluympäristössä.

Haastateltavien liikunnanopettajien tavoittaminen on keskeinen osa tutkimuksen toteutusta. Aineistonkeruu alkoi tutkimusluvan hakemisella kunnan hallinnolta. Kunnalta hyväksytyn tutkimusluvan jälkeen tavoitettiin koulujen rehtoreita, joilta saatiin tutkimuksesta kiinnostuneiden liikunnanopettajien yhteystiedot. Tämän jälkeen sovittiin haastateltavien kanssa sähköpostilla sopiva haastattelun ajankohta ja paikka. Haastateltaville lähetettiin samassa sähköpostissa tietosuojaseloste (ks. liite 1) ja tiivistelmä tutkimuksesta. Sama tiivistelmä oli myös osana tutkimuslupaa sekä rehtoreille lähetettyä sähköpostia.

Haastattelut toteutettiin haastateltavien toiveesta joko etänä Microsoft Teamsin välityksellä tai kasvotusten koululla rauhallisessa tilassa. Ennen haastattelun aloitusta käytiin läpi tietosuojaseloste ja tutkimuksen keskeiset tavoitteet. Lisäksi haastateltavaa muistutettiin tutkimuksen vapaaehtoisuudesta sekä mahdollisuudesta kieltää oman haastatteluaineiston käyttämisen missä tahansa tutkimuksen vaiheessa.

Haastattelut alkoivat haastateltavien taustatietoihin liittyvillä kysymyksillä ja tämän jälkeen etenivät tutkimuksen varsinaisiin haastattelukysymyksiin. Taustatietoihin liittyvissä

kysymyksissä kysyttiin liikunnanopettajan opetusvuodet, omasta suhtautumisesta uintiin sekä millaisena liikunnanopettaja näkee itsensä uinnin opettajana. Taustakysymysten avulla saatiin kartoitettua, millaisista lähtökohdista liikunnanopettajat jakavat näkemyksiään ja mistä näkökulmista tutkittavaa aihetta tarkastellaan (Valli 2018, 94). Haastattelut kestivät keskimäärin noin 35–40 minuuttia, joka täsmäsi esitestattuun haastatteluun.

Työvälineiksi haastatteluihin tarvittiin äänentallennin, muistiinpanovälineet sekä haastattelurunko. Etähaastatteluissa käytettiin salattua ja toimivaa alustaa sekä varmistettiin toimiva internet-yhteys ja yksityisyyden toteutuminen. Aineiston säilyttämisestä huolehdittiin luottamuksellisesti ja tietosuojan mukaisesti koko tutkimusprosessin ajan. Heti haastattelun loputtua tallennettu äänitiedosto siirrettiin Turun yliopiston salasanan takana olevaan Seafile -kansioon, jotta haastattelu säilyy tietoturvallisesti tallessa.

### **5.3 Aineisto**

Tutkimusaineisto koostui kuuden liikunnanopettajan haastatteluista. Haastatelluilla liikunnanopettajilla oli kokemusta yläkoulun liikunnanopetuksesta kolmesta vuodesta kolmeentoista vuoteen. Kunnassa, jossa haastattelut toteutettiin, alakoulun uinnin opetuksesta vastaavat kunnan uimaopettajat. Tämän takia tutkimuksen haastateltaviksi valikoituivat liikunnanopettajat, jotka työskentelivät yläkoulun liikunnanopetuksen parissa.

Kun äänitallenne oli siirretty Seafile -kansioon, puhelimella oleva tallenne voitiin poistaa. Ennen analyysivaihetta äänitallenne muutettiin kirjalliseen muotoon tietoturvallisella Turun yliopiston Transcribe -litterointiohjelmalla, jonka jälkeen aineisto luettiin huolellisesti. Tätä vaihetta ei voi pitää pelkkänä teknisenä työnä, sillä se on keskeinen osa laadullisen tutkimuksen kokonaisuutta. (Ruusuvuori, Nikander & Hyvärinen 2010, 14). Litteroidusta aineistosta poistettiin esimerkiksi haastateltavien tunnistetietoja, jotka eivät ole oleellisia tutkimuskysymysten näkökulmasta. Litteroidut haastattelut siirrettiin litterointi ohjelmasta Word tiedostoon, jota säilytettiin salasanan takana Seafile-kansiossa. Litteroitua aineistoa kertyi fontilla Times New Roman, fonttikoolla 12 ja rivivälillä 1,0 yhteensä 44 sivua. Haastattelujen äänitallenteet ja litteroitu aineisto säilytetään asianmukaisesti suojattuina ja niitä käytetään ainoastaan tutkimus tarkoituksiin. Tutkimusaineisto säilytetään Seafile-palvelussa Turun yliopisto salasanan suojauksessa. Aineisto hävitetään viisi vuotta tutkimuksen valmistumisen jälkeen eli toukokuussa 2031.

Litteroinnin aikana tehtiin valintoja, jotka vaikuttavat siihen, mitä aineistosta otetaan mukaan tarkasteluun ja mitä jätetään pois. Näin ollen tässä vaiheessa aineistoa rajattiin tutkimuskysymyksen näkökulmasta. On olennaista, että nämä ratkaisut tehtiin systemaattisesti ja selkeästi perustellen, jotta tutkimuksen luotettavuus ei vaarantunut. Litterointi toimi siis sekä käytännöllisenä työvaiheena että ensimmäisenä tulkinnallisena askeleena analyysissa. (Ruusuvuori, Nikander & Hyvärinen 2010, 14.)

#### **5.4 Aineiston analyysi**

Ennen varsinaisen analyysin aloittamista tutkimusaineistoon on perehdyttävä huolellisesti, minkä lisäksi sitä on jäseneltävä ja luokiteltava kokonaiskuvan selkiyttämiseksi. Nämä alkuvaiheen toimet luovat perustan syvemmälle analyysille, jossa aineistoa tarkastellaan ikään kuin vuorovaikutuksessa sen kanssa. (Elo, Kujala, Tohmola & Kääriäinen 2022, 219.) Tällainen lähestymistapa tarkoittaa esimerkiksi teemojen vertailua, yhdistämistä sekä aineistosta esiin nousevien kokonaisuuksien tai mahdollisten mallien hahmottamista. Tuloksia tulkittaessa ja jäsentäessä niitä voidaan peilata aiempaan tutkimukseen, jolloin ne asettuvat osaksi laajempaa tieteellistä keskustelua ja voivat luoda uusia näkökulmia ja täydentää olemassa olevaa tietoa. (Ruusuvuori, Nikander & Hyvärinen 2010, 11.)

Tutkimuksen aineisto analysoitiin Sarajärven ja Tuomen (2018) aineistolähtöisen sisällönanalyysimenetelmän mukaisesti. Aineistolähtöinen sisällönanalyysi valikoitui analyysimenetelmäksi, sillä esimerkiksi teorialähtöinen aineistonanalyysi menetelmä vaatisi laajempaa tutkimustietoa aiheesta (Elo ym. 2022, 218). Menetelmässä tarkastellaan tekstimuotoista aineistoa, joka pyritään jäsentämään selkeäksi kokonaisuudeksi kadottamatta sen sisältämää informaatiota. Sisällönanalyysin tavoitteena on muodostaa tutkittavasta ilmiöstä selkeä, tiivis ja ymmärrettävä kokonaiskuva, jossa aineistosta esiin nousevat keskeiset teemat, merkitykset ja rakenteet jäsennetään systemaattisesti. Tavoitteena on pelkistää laaja ja monimuotoinen aineisto selkeään muotoon siten, että tutkimuksen kannalta merkitykselliset havainnot tulevat näkyviksi ja niitä voidaan tulkita luotettavasti. (Sarajärvi & Tuomi 2018, 117). Kategorisoinnin avulla pyritään jäsentämään aineistoa systemaattisesti sekä vähentämään tulkinnan mielivaltaisuutta (Sarajärvi & Tuomi 2018, 115–116).

Seuraavaksi esitellään aineiston analyysin kulku. Alla olevat taulukot esittävät tiiviit esimerkit jokaisesta aineiston analyysin vaiheesta. Sisällön analyysin ensimmäinen vaihe on alkuperäisten ilmausten pelkistäminen eli redusointi. Alkuperäiset ilmaukset löydetään tekstistä tutkimuskysymysten tai muiden tutkimuksen kannalta oleellisten piirteiden

perusteella. Samankaltaiset ilmaukset alleviivattiin samoilla väreillä, jotta ne olivat helposti tunnistettavissa. Näin erotellaan tutkimuksen erilaisia ilmiöitä toisistaan. Alkuperäiset ilmaukset pelkistetään yksinkertaisempaan muotoon siten, että niiden merkitys säilyy (ks. Taulukko 1). (Tuomi & Sarajärvi 2018, 114–115; Elo ym. 2022, 230.)

Taulukko 1. Alkuperäisten ilmausten pelkistäminen

| Alkuperäinen ilmaus   | Pelkistetty ilmaus  |
|---|---|
| Koen, että oppilaille on tärkeää opettaa erilaisten vedessä tapahtuvien riskitilanteiden hallintaa ja niissä toimimista, koska hukkumisia tapahtuu paljon.            | Riskitilanteiden hallinnan ja niissä toimimisen opettaminen.  |
| Uimaopetuksen tavoitteet on kirjattu yksinkertaisiksi, mutta niiden saavuttaminen vaatii oppilaalta paljon toistoja ja harjoittelua myös vapaa-ajalla.                | Uimaopetuksen tavoitteet ovat saavutettavissa, mutta se vaatii paljon toistoja ja harjoitusta                           |
| Oppilaita tulee paljon eri taustoista ja kaikki on uinutkin aika eri verran, joten se tulee ottaa huomioon tavoitteiden saavuttamisessa ja sisältöjen suunnittelussa. | Oppilailla on erilaiset lähtökohdat uimiseen ja vedessä toimimiseen, joka tulee huomioida tavoitteiden saavuttamisessa. |

Pelkistämisen jälkeen tapahtuu klusterointi (ks. Taulukko 2), jossa samankaltaiset ilmaukset ryhmitellään samaan kategoriaan, joista muodostuu alaluokat. Samoihin kategorioihin ryhmittely tapahtui tutkimuskysymysten mukaan. Tuomen ja Sarajärven (2018) mukaan klusterointi luo pohjan tutkimuksen perusrakenteelle. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 114). Ruusuvooren, Nikanderin & Hyvärisen (2010) mukaan aineiston pilkkominen ja uudelleenryhmittely nähdään systemaattisena koodausprosessina, jossa pelkistetyistä ilmauksista edetään kategorioiden muodostamisen kautta kohti abstraktimpaa ja käsitteellisempää ymmärrystä tutkittavasta ilmiöstä. (Ruusuvuori, Nikander & Hyvärinen 2010).

Taulukko 2. Pelkistetyistä ilmauksista muodostuneet alaluokat

| Pelkistetty ilmaus  | Alaluokka  |
|---|--|
| Riskitilanteiden hallinnan ja niissä toimimisen opettaminen.  | Riskitilanteiden hallinta ja riskitilanteissa toimiminen |
| Uimaopetuksen tavoitteet ovat saavutettavissa, mutta se vaatii paljon toistoja ja harjoitusta                           | Tavoitteet osin realistisia                              |
| Oppilailla on erilaiset lähtökohdat uimiseen ja vedessä toimimiseen, joka tulee huomioida tavoitteiden saavuttamisessa. | Tavoitteiden saavuttaminen riippuu oppilaasta.           |

Sisällönanalyysin viimeisessä vaiheessa eli abstrahoinnissa (ks. Taulukko 3) muodostetaan alaluokista yläluokkia. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 114–115). Abstrahoinnissa luodut kategoriat kuvaavat aineiston keskeisiä teemoja. Abstrahointia voidaan jatkaa yhdistämällä yläluokkia edelleen pääluokiksi. Näiden pääkategorioiden avulla vastataan tutkimuksen tutkimuskysymyksiin. (Elo ym. 2022, 220.) Taulukossa 3 esitetään abstrahoinnista saadut yläluokat ja pääluokat.

Taulukko 3. Alaluokista muodostuneet yläluokat ja pääluokat

| Alaluokka  | Yläluokka                           | Pääluokka                   |
|--|-------------------------------------|-----------------------------|
| Riskitilanteiden hallinta ja riskitilanteissa toimiminen | Turvallisuus ja riskienhallinta     | Uimaopetuksen toteuttaminen |
| Tavoitteet osin realistisia                              | Tavoitteellisuus ja oppimisprosessi | Uimaopetuksen toteuttaminen |
| Tavoitteiden saavuttaminen riippuu oppilaista            | Tavoitteellisuus ja oppimisprosessi | Uimaopetuksen toteuttaminen |

Aineistolähtöisen sisällönanalyysin avulla aineisto jäsenyi vaiheittain alkuperäisistä ilmauksista pelkistettyihin ilmauksiin sekä edelleen alaluokkien, yläluokkien ja pääluokkien muodostamiseen. Analyysiprosessin tavoitteena oli tunnistaa aineistosta tutkimuskysymysten kannalta olennaisia merkityksiä ja rakentaa niistä selkeä kokonaisuus. Luokittelun avulla aineistosta voitiin hahmottaa keskeisiä teemoja ja ilmiöiden välisiä yhteyksiä siten, että tutkimuksen tulkinnat perustuivat aineistosta esiin nousseisiin sisältöihin. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 114–115.)

## 5.5 Eettisyys

Tutkimusprosessiin kuuluu keskeisesti tutkimuksen eettisyyden tarkastelu. Tässä tutkimuksessa huomioidaan useita tutkimuseettisiä periaatteita, jotka liittyvät erityisesti osallistujien oikeuksiin, luottamuksellisuuden varmistamiseen sekä aineiston asianmukaiseen käsittelyyn. Hirsjärven, Remeksen ja Sajavaaran (2009) mukaan tutkimuksen lähtökohtana on ihmisarvon kunnioittaminen, rehellisyys, huolellisuus ja tarkkuus. (Hirsjärvi, Sajavaara & Remes 2009, 24–25). Eettisyyden arvioinnissa kiinnitetään erityisesti huomiota muun muassa valittuihin tutkimusmenetelmiin, tutkimuksen toteutustapoihin, osallistujien yksityisyyden suojaan sekä tutkimuksen kokonaislaatuun. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 158.) Tutkimusta

tehdessä on noudatettu Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (TENK) hyvän tieteellisen käytännön (HTK) periaatteita (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2023).

Ensiksi varmistettiin tutkimuksen osallistumisen vapaaehtoisuus sekä se, että osallistujat saivat riittävästi tietoa tutkimuksen tarkoituksesta, menetelmistä ja omista oikeuksistaan ennen suostumuksen antamista. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2023.) Ennen aineistonkeruuta tutkimukselle haettiin tutkimuslupa kunnan hallinnolta, minkä jälkeen luvat pyydettiin erikseen tutkimukseen valittujen koulujen rehtoreilta. Rehtorit antoivat tiedon tutkimuksesta liikunnanopettajille ja välitti tutkimukseen osallistuvien opettajien yhteistiedot tutkijalle. Haastateltaville liikunnanopettajille lähetettiin sähköisesti lyhyt tiivistelmä tutkimuksesta sekä tutkimuksen tietosuojaseloste (ks. liite 1). Osallistujilla oli oikeus keskeyttää osallistumisensa tai kieltää aineistonsa käyttö missä tahansa vaiheessa tutkimusta (Tutkimuseettinen neuvottelukunta, 2023.)

Toiseksi tutkimuksessa huolehdittiin pseudonymiteetistä. Kaikki tunnistetiedot poistettiin tai muokattiin haastattelujen litteroinnin yhteydessä siten, ettei yksittäisiä henkilöitä voida tunnistaa tutkimusraportista (Puusa & Juuti 2020, 183–184). Liikunnanopettajista käytettiin koodeja haastateltava 1- haastateltava 6 (H1-H6). Raportissa vältetään sellaisten tietojen esittämistä, jotka voisivat johtaa yksittäisten henkilöiden tunnistamiseen. Näitä ovat esimerkiksi haastateltavan paikkakunta, työpaikka, nimi ja ikä. Lisäksi mahdollisesti esiin tulevaa arkaluontoista sisältöä käsitellään huolellisesti ja eettisiä periaatteita noudattaen, eikä tällaista aineistoa raportoida tavalla, joka voisi aiheuttaa minkäänlaista haittaa tutkittaville. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2023.)

Tämän tutkimuksen teossa on käytetty apuna tekoälyä Turun yliopiston asettamien käytäntöjen mukaisesti (Turun yliopisto 2023). Käytetyt sovellukset ovat Microsoft Copilot ja ChatGPT. Sovelluksia on käytetty tekstin sujuvoittamisen, jäsentelyn ja kieliopin tarkistamisen tukena. Tekoälyä ei ole käytetty tutkimussisällön tuottamiseen, vaan sen rooli on rajoittunut kirjoitusprosessin tekniseen tukemiseen. Tutkimuksen sisällölliset ratkaisut, tulkinnat ja johtopäätökset ovat tutkijan itsensä tekemiä. Aineiston analysointivaiheessa on käytetty tekoälyä analyysitaulukoiden muodostamisen apuvälineenä. Tietosuojan varmistamiseksi tekoälysovellukseen ei ole syötetty suoraa haastatteluaineistoa, vaan aineisto on ollut pelkistetyssä muodossa siten, että tutkimuksen kannalta olennainen tieto on säilynyt. Tutkija on vastannut analyysin luotettavuuden tarkistamalla ja tarvittaessa itse muokkaamalla tekoälyn antamia analyysitaulukoita. Lisäksi analyysien paikkansapitävyys on varmistettu

vertaamalla niitä litteroituun haastatteluaineistoon, jotta kaikki tutkimuksen kannalta olennainen tieto sisältyy analyysiin.

## 6 Tulokset

### 6.1 Uimaopetuksen merkityksellisyys ja toteuttaminen osana liikunnanopetusta

#### 6.1.1 Uimataidon opettamisen merkityksellisyys

Liikunnanopettajien mukaan uimaopetuksella on erityinen asema opetussuunnitelmassa, koska se on ainoa liikuntalaji, joka mainitaan. Liikunnanopettajien (n=6) mukaan uinnin opettaminen on tärkeä osa perusopetuksen opetussuunnitelmaa, sillä se tukee oppilaiden fyysistä toimintakykyä sekä lisää heidän turvallisuus taitojaan vesistöissä. Uimaopetuksen sisältyminen opetussuunnitelmaan vaikutti merkittävästi kouluissa tapahtuvaan uimaopetukseen. Liikunnanopettajat mainitsivat, ettei millään mulla liikuntalajilla ole yhtä merkittävää asemaa, koska niitä ei ole kirjattu erikseen opetussuunnitelmaan. Koulujen uimaopetuksen avulla pyritään varmistamaan, että kaikilla oppilailla on tasavertaiset mahdollisuudet harjoitella uimataitoaan. Ilman opetussuunnitelmaa uinninopetus jäisi monessa koulussa vähälle, mikä voisi lisätä eriarvoisuutta oppilaiden välillä.

Se (opetussuunnitelma) puhuu motorisista perustaidoista, niin nyt kun se uinti on kerran määritetty lajina sinne perusopetukseen tai siis noihin perusteisiin opetussuunnitelmaan, niin luonnollisesti me opettajat olemme velvollisia viemään ne tenavat uimaan, koska se on meidän duuni. (H3)

Liikunnanopettajien (n=3) mukaan uimaopetuksen sisältyminen perusopetuksen opetussuunnitelmaan oli tärkeää, mutta he eivät kokeneet, että pelkästään koulun uimaopetuksen avulla lasten ja nuorten uimataito parantuisi. Heidän mielestään koulut eivät ole ainoastaan vastuussa siitä, että lapset ja nuoret oppisivat uimaan. Tämä johtui siitä, että uimaopetuksen tavoitteet olivat lukuvuoden muutamiin uintikertoihin nähden melko korkeat. Liikunnanopettajien mielestä olisi tärkeää, että oppilaalle olisi myös vapaa-ajalla mahdollisuus uimataitonsa kehittämiseen, koska pelkillä muutamilla koulun uimaopetuskerroilla ei pysty läpäisemään uimataitotestiä. Haastateltava (H6) totesi, että joissain kunnissa oli tapana antaa oppilaille uimahalliin ilmaisia uintikertoja, joilla oppilas pääsi esimerkiksi perheen kanssa ilmaiseksi uimaan vapaa-ajalla. Näillä pyritään innostamaan oppilaita uimaan vapaa-ajalla ja tuetaan vähävaraisten perheiden mahdollisuuksia käydä uimahallissa.

Sen haluan sanoa, että vaikka koulun uimaopetus tekee parhaansa, perheiden tuella on tosi iso merkitys. Jos kotona käydään uimassa edes joskus, lapsen taidot

kehittyvät moninkertaisesti verrattuna siihen, että uintikerrat jäävät vain koulun varaan. (H2)

Liikunnanopettajien haastatteluissa tuli ilmi uimaopetuksen tärkeys turvallisuustekijöiden näkökulmasta (n=4). Vesiturvallisuuteen liittyvät sisällöt nähtiin tärkeinä, jotta oppilaat eivät ainoastaan opi teknistä uimataittoa, vaan ymmärtävät myös veden äärellä toimimiseen liittyviä riskejä ja turvallisia toimintatapoja. Uimaopetus nähtiin tärkeänä ennaltaehkäisevänä tekijänä esimerkiksi hukkumistapausten välttämiseksi. Liikunnanopettajien mielestä uimaopetusta opetussuunnitelmassa voidaan perustella sillä, että se on merkittävä taito turvallisuuden kannalta. Liikunnanopettajien mukaan uimaopetuksen avulla voidaan opettaa laajemmin vesiturvallisuuteen liittyviä tietoja ja taitoja, kuten riskien tunnistamista, oikeaoppista käyttäytymistä vedessä sekä toisten auttamista. Uimaopetus tarjoaa oppilaille mahdollisuuden kokeilla pelastamista ja pelastautumista myös vesiolosuhteissa, vaikka turvallisuusasioita käsiteltäisiinkin ympäristöopin tai terveystiedon oppitunneilla.

Eipä futiksen potkutekniikoilla tee yhtään mitään siinä kohtaa, kun henki on vaarassa. Tämä (uimaopetus) antaa sinulle koko loppuelämän taidon tai että sä voit pelastaa sen avulla oman tai joku muun hengen, niin mä en tiedä onko elämässä mitään tärkeämpää kuin nuo asiat. (H4)

Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliitto (2025) on asettanut suositukseksi lisätä vedestä pelastamisentaitoja, joka oli liikunnanopettajien mielestä positiivinen asia. Yksi liikunnanopettajista mainitsi, että jotkut niistä on vaikeasti toteutettavia, kuten avovedessä uiminen. Tämä havainto johtui aikataulu syistä, koska luonnonvedet ovat kouluaikana suurimmaksi osaksi viileitä uida. Lisäksi avovedessä uiminen oppilaiden kanssa koetaan turvallisuuden kannalta vaarallisemmaksi, kuin uimahallissa uiminen. Uimahallissa vesi on kirkasta, jolloin oppilaiden seuraaminen on helpompaa. Lisäksi uimahalleissa on aina paikalla uimavalvojat, jotka auttavat erilaisissa tilanteissa.

Yksi liikunnanopettaja painotti myös vesiturvallisuuden merkitystä sekä sen käytännön toteutuksen monipuolistamista. Esimerkiksi vaatteet päällä uiminen nostettiin esiin yhtenä konkreettisena taitona, joka voisi paremmin valmistaa oppilaita todellisiin vaaratilanteisiin. Tällaiset sisällöt nähtiin tärkeinä, jotta oppilaat eivät ainoastaan opi teknistä uimataittoa vaan ymmärtävät myös veden äärellä toimimiseen liittyviä riskejä ja turvallisia toimintatapoja.

Musta se vaikuttaa vähän vaaralliselta, niin kuin voisit sitä tehdä, mutta siinä pitäisi kyllä tietää aika hyvin kaikkia uimataitoja, ennen kuin sä laitat oppilaat vaatteet päälle sinne järveen. Ja se ongelma on vielä et kesällä ei oo kouluu, et avovedet on sit aika kylmiä. (H2)

Koulujen uimaopetuksessa oppilaat pääsevät tutustumaan erilaisten riskien hallintaan ja riskitilanteissa toimimiseen turvallisessa ja ohjatussa ympäristössä. Tämä on liikunnanopettajien mukaan erittäin merkityksellistä oppilaiden oman turvallisuuden kannalta. Yhden haastateltavan mukaan opetuksessa tulisi painottaa käytännönläheisiä harjoituksia, jossa oppilaat pääsevät harjoittelemaan mahdollisimman erilaisissa tilanteissa riskien arviointia ja hallintaa turvallisesti ja ohjatusti.

Pelkästään käytännön harjoittelulla oppilaat voivat harjoitella riskien hallintaa ja tilanteissa toimimista. Ei sitä pelkästään kirjasta opita. (H6)

Turvallisuustaitojen, vedestä pelastamiset ja nää taidot on kyllä tosi tärkeitä ihan kokonaisvaltaisen turvallisuuden näkökulmasta. Etenkin jos harjoitellaan käytännöntaitoja niin ne voi jäädä ja toivottavasti jääkin ihan ikuisiksi ajoiksi muistiin. (H1)

Liikunnanopettajien mielestä opetussuunnitelma antaa selkeän kuvan uimaopetuksesta. Heidän (n=4) mukaansa liikunnanopetuksessa uimaopetus on yksi helpoimmista, koska siinä on asetettu jokaiselle vuosiluokalle selkeät tavoitteet ja sisällöt, jotka helpottavat opetuksen suunnittelua ja oppilaiden arviointia. Uimaopetuksen toteuttaminen selkeiden tavoitteiden ja sisältöjen mukaan on liikunnanopettajien mielestä helppoa, ja se tukee opetuksen tavoitteellisuutta ja yhdenmukaisuutta.

Liikunnanopettajien mukaan etenkin arviointi uimaopetuksessa oli selkeää, koska uimaopetukselle on annettu selkeät arviointikriteerit. Opetussuunnitelma antaa arviointikriteerit hyvälle arvosanalle kuudennen luokan päättyessä ja peruskoulun päättyessä, nämä helpottavat liikunnanopettajan arviointityötä. Liikunnassa usein taidon arviointi on tulkinnanvaraista, mutta uimaopetuksessa ei. Arvioinnin selkeys lisäsi liikunnanopettajien mielestä uimaopetuksen merkittävyyttä opetussuunnitelmassa.

Arvioiminen on kyllä helppoa, koska ne kriteerit on niin selkeitä. Esimerkiksi jalkapallossa sun pitää vähän tulkinnanvaraisesti arvoida et uinnissa on kyl paljon selkeemää kun on selkeät kriteerit. (H4)

Vaikka tavoitteet, sisällöt ja arviointikriteerit onkin selkeitä liikunnanopettajat (n=2) kaipasivat käytännöntason selkeyttä opetukseen. Heidän mukaansa opetus määrät ja toimintatavat saattoivat vaihdella lukuvuosien ja koulujen välillä huomattavasti. ”Perustasolla kyllä, mutta käytännön tasolla ei ihan. Siellä lukee mitä pitäisi pystyä, mutta ei et kuinka usein meidän pitäisi uittaa oppilaita tai millaisia tuntimääriä on "tarpeeksi".” (H1)

Uimaopetuksen yhdenmukaistamiseksi opetussuunnitelmassa voisi heidän mukaansa olla

selkeät tuntimäärät ja opetussisällöt uimatunneille. Nämä loisivat selkeämmän kokonaiskuvan uimaopetuksesta. Liikunnanopettajat mainitsivat tämän yhteydessä syksyllä 2025 Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliiton julkaiseman asiakirjan koulu-uinnin sisällöllisistä tavoitteista. Heidän mielestään se on selkeä ja kattava asiakirja, joita kaikki koulut voisivat noudattaa.

### 6.1.2 Uimaopetuksen toteuttaminen osana liikunnanopetusta

Uimaopetuksen painopisteet tulivat esiin tarkasteltaessa haastateltavien tyypillisiä uimaopetuskertoja. Uimaopetuskertojen tyypillinen rakenne oli kaikkien haastateltavien kesken suhteellisen samanlainen. Liikunnanopettajat aloittivat yleensä alkuverryttelyllä, esimerkiksi sata metriä omavalintaista uintia. Tämän aikana liikunnanopettaja näkee myös ryhmän taitotason, jolloin hän pystyy ottamaan oppilaiden erilaiset taidot ja lähtökohdat huomioon opetuksessa.

Yläkoululaisten uimaopetus tapahtui pääosin kuntouintialtaassa eli 25 metrin uima-altaassa, koska moni uimatunnille tuleva oppilas hallitsee perusuimataidon. ”Nyt painotus on aika paljon perusuimataidossa ja siinä kuuluisassa 25 metrin uinnissa.” (H1) Kuten aiemmin todettiin uimaopetukseen harvoin osallistuvat yläkouluikäiset, jotka eivät ole uimataitaisia, eivätkä tämän takia pysty osallistumaan kuntouintialtaan uimaopetukseen. Jos kuitenkin opetuksessa on oppilaita, joille uimataito on haastavaa, opettajat hyödynsivät myös opetusallasta, jossa jalat osuvat koko altaan matkalta pohjaan.

Keskeisiä opetuksen sisältöjä uimaopetuksessa olivat liikunnanopettajien mielestä uimataitoon liittyvät osa-alueet sekä vesiturvallisuus taidot. Liikunnanopettajat kokivat, että opetus on menossa yhä enemmän vesiturvallisuus taitojen opettamiseen. Tähän vaikuttivat sekä opetussuunnitelman sisällöt ja tavoitteet että Suomen uimaopetus- ja hengenpelastusliiton antamat ohjeistukset lasten ja nuorten uimaopetukseen liittyen.

”Kyllä mä haluaisin sitä vähän laventaa sitä vesiliikuttaa, että se ei olisi ihan pelkästään sitä uittia, niin kuin me tahdotaan koulussa nähdä se uittin opetuksena, että siihen voisi liittää myöskin teoriaan paljon enemmän ja ylipäättänsä vesiturvallisuutta.” (H3)

Alkuverryttelyn jälkeen liikunnanopettajat toteuttivat yleensä eri uintilajien tekniikkaharjoitteita. Tässä saatettiin käyttää apuna erilaisia välineitä. Esimerkiksi uimalaudan

avulla oppilas pystyy keskittymään potkun tekemiseen, kun kädet kelluvat laudan päällä. Lisäksi voidaan kokeilla räpylöiden käyttöä, jolloin saadaan uintiin lisää vauhtia. Tällöin uinti saattaa tuntua oppilaan mielestä helpommalta ja mukavammalta. Tekniikkaosuuden jälkeen uintiin usein mahdollisimman paljon matkaa, aikataulusta ja ratatilanteesta riippuen. Liikunnanopettajat pitivät matkan uimista tärkeänä osana liikuntatuntia, koska siinä oppilas voi kehittää uimataitoaan.

Liikunnanopettajat (n=2) mainitsivat tekniikka harjoitteiden ja matkan uimisen lisäksi harjoiteltavaksi elementeiksi kellumisen, liukumisen ja sukeltamisen. Nämä ovat taitoja, joita oppilaat ovat pääosin harjoitelleet alakoulun uimaopetuksen puolella, mutta yläkoulussa niiden kertaaminen ja soveltaminen on myös tärkeää. Perustaitojen harjoittelu oli haastateltujen mukaan tärkeää, koska ne tukivat oppilaiden varmuutta vedessä ja loivat pohjan vaativimpien uimataitojen kehittämiseksi. Lisäksi näiden taitojen kertaaminen mahdollisti eritasoisten oppilaiden huomioimisen opetuksessa, sillä osa oppilaista tarvitsi vielä perusvalmiuksien vahvistamista.

Enenevässä määrin uintitunneilla harjoiteltiin vesipelastustaitoja. Näitä olivat esimerkiksi kuljettaminen, välineellä pelastaminen ja pelastusliivin käyttäminen. Nämä olivat liikunnanopettajien mukaan tärkeitä taitoja opettaa oppilaiden turvallisuuden näkökulmasta, koska vesipelastustaitojen harjoittelu tukee merkittävästi oppilaiden taitoa toimia erilaisissa tilanteissa.

Yleensä harjoitellaan eri tekniikoita, mutta nykyään yhä enemmän vesiturvallisuusaitoja. Tää johtuu just noista Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliiton asettamista suosituksista. (H6)

Yhden liikunnanopettajan mukaan uimatunnin rakenteella oli vaikutusta siihen, kuinka motivoivaksi oppilaat tunsivat uimatunnin. Kaikki haastateltavat opettajat pitivät tärkeänä lopputunnin vapaa-aika osuutta. Tämän aikana oppilaat saivat hyödyntää tilanteen mukaan uimahallin muita altaita, hyppytorneja ja vesiliukumäkeä. Liikunnanopettajien mukaan vapaa-aika lisäsi oppilaiden motivaatiota uimatunneille osallistumiseen.

Joo, että ensinnäkin pitäisi saada siitä uintitunnista mun mielestä motivoitavaa ja hauskaa, että ne tavallaan innostuu siitä uimisesta. Se on mun mielestä pääasia, että ne uskaltaa tulla uudemman kerran ja saattaa mennä vapaa-ajalla, että ne menee enemmän siihen elinikäisen liikkumisen puolelle. (H3)

Kokonaisuudessaan uimaopetuksen rakenne näyttäytyi haastattelujen perusteella melko vakiintuneelta ja selkeältä. Oppitunnit rakentuivat alkuverryttelystä, tekniikkaharjoitteista, matkan uimisesta sekä vesiturvallisuuteen liittyvistä harjoitteista, ja päättyivät usein vapaamuotoiseen tekemiseen. Tämä rakenne tuki sekä uimataidon kehittymistä että oppilaiden motivaatiota.

### 6.1.3 Uimaopetuksen kehittämistarpeet

Liikunnanopettajat nostivat esiin kehitysehdotuksia uimaopetuksen järjestämiseen liittyen. Liikunnanopettajat (n=3) näkevät uimaopetuksen kokonaisuutena, ei pelkästään koulun toteuttamana oppisisältönä. He korostivat vastuunjakoja eri toimijoiden välillä ja painottivat, että uimataidon oppiminen ei voi olla yksinomaan koulun tehtävä. Liikunnanopettajien mukaan säännöllinen uimassa käyminen on keskeisenä uimataidon kehittymisen kannalta, sillä koulun tarjoama uimaopetus koettiin määrältään melko vähäiseksi. Tämän vuoksi opettajat korostivat myös kodin roolia uimataidon tukemisessa ja pitivät tärkeänä, että lapset ja nuoret pääsevät harjoittelemaan uintia myös vapaa-ajallaan.

Monet sysäävät uinnin opettamisenkin vain koulun vastuulle. Kyllä mä koen, että mä opetan mun lapset uimaan, eikä koulu. (H2)

Huoltajilla on merkittävä rooli siinä, että niitä lapsia käytetään uimassa tai laitetaan ne vaikka uimakouluun oppimaan. (H1)

Yhden liikunnanopettajan näkemyksen mukaan uimaopetustunteja tulisi siirtää enemmän alakoulun puolelle. Tähän vaikuttavat kehollisuuden näkökulma sekä yleinen innostus uintiin liittyen. Liikunnanopettajan mukaan alakoululaiset ovat innokkaampia tulemaan uimaan ja heillä kehollisuus ei ole vielä niin isossa roolissa, kuin yläkoululaisilla. Alakoulussa hyvän uimataidon vahvistaminen toisi valmiuksia myös yläkouluun jo hyvän uimataidon kehittämiseen. Yläkoululaiset eivät tuleet liikunnanopettajien mukaan uimaan, jos heillä on heikko uimataito.

Liikunnanopettajien (n=2) piti Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliiton uimaopetus suosituksia (2025) hyvinä. Heidän mielestään nämä suositukset, mukaan lukien uimaopetuksen tuntimäärät voitaisiin tuoda mukaan opetussuunnitelmaan. Tämä lisäisi koulujen uimaopetuksen yhdenvertaisuutta ja antaisi vieläkin selkeämmän pohjan uimaopetuksen toteuttamiselle.

Pidän hyvänä nyt näitä uusia suosituksia. Etenkin tuntimäärät voisivat olla myös opsissa niin näiden toteuttaminen olisi mahdollista, koska sisältöjä on kuitenkin paljon. (H6)

Liikunnanopettajien (n=3) mukaan vesitaitojen lisääminen myös luokkahuone olosuhteissa olisi tärkeää. Liikunnanopettajat kuitenkin painottavat, että liikuntatunneista ei voida ottaa siihen aikaan. Yhden liikunnanopettajan mielestä liikuntatunteja ei voida ottaa pois, koska eri tutkimuksien mukaan lapset ja nuoret liikkuvat liian vähän. Liikuntatunnit saattavat olla osalle ainoa liikunta viikossa, joten sitä ei ole järkevä poistaa. Liikunnanopettajan mukaan vesitaidot voitaisiin liittää alakoulussa osaksi ympäristöoppia ja yläkoulussa osaksi terveystiedon opetusta. Tämän muutoksen takia tulisi muuttaa sekä ympäristöopin että terveystiedon opetussuunnitelmien sisältöjä ja tavoitteita. Sisältöjen ja tavoitteiden muuttaminen olisi haastateltavan mukaan tarpeellista, jotta kaikilla olisi velvollisuus opettaa vesitaitoja. Koulujen uimaopetuksen kehittämisessä nousi haastattelujen myötä tarve yhdistää käytännön harjoittelu, teoreettinen ymmärrys sekä soveltavat turvallisuustaidot yhtenäiseksi opetuskokonaisuudeksi.

Jos lapset liikkuu valmiiksi liian vähän, niin sitten viedään liikuntatunteja paljon luokkatiloihin. Olisiko sekään nyt sitten paras ratkaisu? (H4)

Opetussuunnitelmaan liittyvissä kehitysehdotuksissa nousi myös tarve täsmentää uimaopetuksen reunaehtoja. Esiin nousi selkeiden tuntimäärien ja käytännön toteutusta ohjaavien linjausten puute. Liikunnanopettajien (n=2) mukaan nykyinen väljyys opetussuunnitelmassa johtaa uimaopetuksen vaihtelevuuteen eri kuntien välillä. Yhdenmukaisuutta voitaisiin lisätä määrittelemällä selkeästi opetukseen varattavat tuntimäärät sekä tarjoamalla konkreettisia ohjeita uimaopetuksen järjestämiseen. Näiden tekijöiden nähtiin tukevan sekä opetusta että oppilaiden tasavertaisten oppimismahdollisuuksien toteutumista. Toisaalta todettiin, että näiden rajaehtojen luominen voi vaikeuttaa uimaopetuksen toteuttamista esimerkiksi erilaisten resurssien puutteen vuoksi.

Liikunnanopettajat (n=5) korostivat uimaopetuksen merkitystä myös tulevien opetussuunnitelmien näkökulmasta. Heidän mukaansa uimaopetusta ei tulisi poistaa tai vähentää opetussuunnitelmissa, vaan säilyttää ja kehittää osana opetusta. Yksi liikunnanopettajista näki uinnin olevan tärkeä sisältö turvallisuuden, terveyden ja tasa-arvon näkökulmasta, jonka takia sen säilyttäminen opetussuunnitelmassa on liikunnanopettajien mielestä tärkeää.

Oli kyllä hyvä just se, että voisi lisätä, että mä toivon, että kun tulee uusia opetussuunnitelmia, niin tästä uinnista ei luovuttaisi missään vaiheessa, että se pysyisi aina niissä opetussuunnitelmissa. Se on kuitenkin sellainen turvallisuus, terveys ja tasa-arvo näkökulma huomioiden, niin se on ihan älyttömän tärkeä sisältö koko opetussuunnitelmassa. (H3)

Ehkä se, että uiminen ei oo vaan koulussa tehtävä asia. Se on oikeasti hengenpelastustaito. Siksi mun mielestä olisi tärkeää, että uimaopetusta ei vähennettäisi missään tilanteessa, vaan päinvastoin vahvistettaisiin. (H5)

Lisäksi liikunnanopettajat painottivat uimataidon merkitystä laajempänä elämänhallinnan ja turvallisuuden taitona, joka ulottuu koulun uimatuntien ulkopuolelle. Uimataittoa ei nähty pelkästään koulussa opittavana sisältönä, vaan välttämättömänä hengenpelastustaitona. Tämä korosti liikunnanopettajien mielestä tarvetta paitsi säilyttää myös vahvistaa uimaopetusta tulevaisuudessa.

## **6.2 Uimaopetusta mahdollistavat ja haastavat tekijät**

### **6.2.1 Uimaopetuksen mahdollistavat tekijät**

Liikunnanopettajien (n=3) mukaan koulujen uimaopetus edistää oppilaiden tasa-arvoa uimataidon oppimisessa. Heidän mukaansa koulun tarjoama uimaopetus tavoittaa kaikki oppilaat ja näin mahdollistaa uimataidon oppimisen oppilaille heidän taustoistaan ja perheen taloudellisesta tilanteesta riippumatta. Uimaopetus osana opetussuunnitelmaa takasi liikunnanopettajien mielestä sen, että jokaisella oppilaalla on mahdollisuus osallistua opetukseen ilman erillisiä kustannuksia. Näin ollen koulun uimaopetus voidaan nähdä tasa-arvoa edistävänä rakenteena, mutta sen rinnalla oppilaiden yksilölliset lähtökohdat ja mahdollisuudet vapaa-ajan harjoitteluun voivat edelleen tuottaa eroja uimataidon kehittämisessä.

Kun siihen on laitettu sinne OPSiin, niin sitten tavallaan siitä sun taustasta riippumatta kaikilla on se mahdollisuus saada sitä NS-ilmaista uimaopetusta siellä koulun puitteissa, että sun ei tarvii vapaa-ajalla olla rahaa siihen, että sä meet uimakouluihin ja harrastaa sitä uintia sitä kautta. (H4)

Uimaopetuksen asema opetussuunnitelmassa helpotti liikunnanopettajien mukaan tarvittavien resurssien, kuten opetusaikojen, kuljetusten ja muiden järjestelyjen saamista. Lisäksi se teki uimaopetuksesta kiinteän osan koulujen velvollisuuksia. Uimaopetuksen sisältyminen opetussuunnitelmaan mahdollistaa resurssit uimaopetuksen toteuttamiseen kouluissa. Opettajat pystyvät nojaamaan opetussuunnitelmaan ja perustella sillä, miksi oppilaat tulee

saada uimahalliin. Opettajat pystyvät perustelevaan rehtorille, että uimaopetukselle tulee järjestää resursseja, koska se on ainoa mainittu laji mille on asetettu sisällöt ja tavoitteet opetussuunnitelmassa. Liikunnanopettajan mukaan opetussuunnitelmaan voi aina nojautua, jos on puutteita resurssien saamisesta, koska opetussuunnitelma on opetuksen velvoittava asiakirja.

Kyllä uimaopetuksen sisältyminen opetussuunnitelmaan lisää mahdollisuuksia sen järjestämiseen, koska se on aika kallista hupia. (H4)

Opetussuunnitelmaan kirjatut sisällöt ja tavoitteet vahvistivat uimaopetuksen toteuttamisen edellytyksiä ja lisäävät mahdollisuuksia varata siihen riittävästi resursseja. Ilman tällaisia velvoittavia kirjauksia uimaopetuksen järjestäminen saattaisi jäädä puutteelliseksi, jolloin osa oppilaista jäisi ilman mahdollisuutta osallistua siihen. Näin ollen opetussuunnitelma toimii keskeisenä rakenteellisena tekijänä, joka mahdollistaa uimaopetuksen toteutumisen kouluissa ja edistää oppilaiden yhdenvertaisia osallistumismahdollisuuksia. Lisäksi yksi haastateltavista mainitsi, että yleensä uintipäivinä oppilaat saavat joustoa muiden oppiaineiden tunneilta. Tällä on vaikutusta siihen, että koko liikuntatunti voidaan käyttää uimiseen, eikä tarvitse lopettaa aiemmin seuraavan oppitunnin takia.

On se tärkeää, että se on siellä, että uimaan on päästävä tavalla, kuin tavalla, jotta toi opetussuunnitelmaa toteutuu. (H3)

Liikunnanopettajien mukaan (n=6) resurssitekijät, kuten tilat, välineet ja ryhmäkoot nousivat keskeisiksi opetuksen sujuvuutta tukeviksi tekijöiksi. Myös uimahallin käytännöt, selkeät toimintatavat, riittävä valvonta sekä toimiva tilankäyttö edistivät opetuksen onnistunutta toteutusta. Nämä tekijät loivat liikunnanopettajien mielestä toimivan, turvallisen ja ennakoitavan oppimisympäristön. Riittävä resurssien saatavuus sekä turvallinen oppimisympäristö mahdollisti opettajan keskittymisen opetustilanteisiin ja oppilaiden ohjaamiseen.

Välineet näyttäytyivät haastattelujen perusteella keskeisenä osana uimaopetusta. Niitä hyödynnettiin erityisesti tekniikkaharjoittelussa sekä pelastusuinnin harjoitteissa, joissa ne tukivat oppilaiden oppimista. Välineiden käyttö tuki myös opetuksen eriyttämistä, jolla voitiin vastata haastatteluissa esiin nousseisiin oppilaiden uimataitotason eroihin. Välineiden avulla taitoja pystytään harjoittelemaan turvallisesti, asteittain edeten ja konkreettisesti. Lisäksi välineiden saatavuus suoraan uimahallilta koettiin opetusta sujuvoittavaksi tekijäksi. Tällöin liikunnanopettajan ei tarvitse itse tuoda välineitä mukanaan, mikä säästää aikaa ja vaivaa sekä

helpottaa opetuksen käytännön järjestämistä. ”Kyllä se helpottaa, et ne välineet on siellä uimahallilla valmiina, ettei tarte ite lähteä koululta roudaamaan ja tuoda siiten märkänä koululle kuivumaan niitä.”(H2).

## 6.2.2 Uimaopetusta haastavat tekijät

Uimaopetuksen haasteiksi nousi esiin kolme teemaa, jotka olivat rakenteelliset haasteet, turvallisuuteen liittyvät haasteet ja opetukseen liittyvät haasteet. Rakenteelliset haasteet pitivät sisällään uimahalliin liittyvät haasteet, kuten remontit ja hallivuorojen saatavuudet.

Uimahallien remonttien aikana oppilaiden kanssa ei päästy välttämättä ollenkaan uimaan, koska uiminen tulisi tapahtua eri kunnan uimahallissa. Eri uimahalliin siirtyessä haasteeksi kehittyisi uimahalliin kulkeminen, aikataulut ja tilojen löytäminen hallista.

Uimatunteja voitaisiin siirtää enemmän ala-asteelle, jossa voidaan sumplia niitä tunteja paljon paremmin kuin yläasteella, jossa ollaan aineenopetusjärjestelmässä, niin voitaisiin käyttää siihen tarpeeksi aikaa. Että nyt se on vähän niin kuin sen (liikunta) tunnin puitteissa. (H2)

Liikunnanopettajat (n=4) mainitsivat, että uimahallit olivat usein aika täysiä muista opetusryhmistä. Tilanpuute altaassa saattoi vaikuttaa opetuksen sujuvuuteen, koska se rajoitti harjoitteiden toteuttamista ja vähensi oppilaiden mahdollisuuksia harjoitella taitoja riittävän aktiivisesti. Rajoitetut allastilat tai ahtaat altaat vaikuttivat liikunnanopettajien mukaan myös suunniteltujen harjoittelujen toteuttamiseen ja opetuksen monipuolisuuteen.

Liikunnanopettajien mielestä oli kuitenkin tärkeää, että koko uimatunti käytettiin altaassa parhaalla mahdollisella tavalla, vaikka ei saataisiinkaan täysin toteutettua alkuperäistä suunnitelmaa.

Uimaopetus koettiin pääosin turvallisena, mikä perustui siihen, että uimahalleissa on aina uimavalvojat paikalla tukemassa valvontaa. Tämä lisäsi liikunnanopettajien (n=2) luottamusta opetustilanteiden turvallisuuteen ja sujuvuuteen. Toisaalta yksi liikunnanopettajista nosti esiin mahdollisia turvallisuushaasteita liittyen Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliiton uusiin sisällöllisiin suosituksiin. Suosituksissa mainittu avovesiuinnin toteuttaminen nähtiin aiempaa riskialttiimpana opetusympäristönä, mikä edellyttäisi turvallisuusnäkökohtien uudelleenarviointia.

Jos nyt avovesiin siirrytään uimaan jossain vaiheessa, niin kyllä siinä jännittää enemmän, kuin uimahallissa. Valvontaa kaipaisi kyl tosi paljon enemmän sitte. (H1)

Edellä mainitut täydet allastilat nousivat esiin myös turvallisuuteen vaikuttavana tekijänä. ”Turvallisuus on kaikkein tärkein, joten meidän täytyy olla tarkkoja ryhmäkoista ja valvonnasta.” (H2) Osa liikunnanopettajista (n=2) kokivat, että suuret ryhmäkoot ja ruuhkaiset allastilat voivat heikentää uimatuntien turvallisuutta, sillä opettajan on tällöin vaikeampi valvoa kaikkia oppilaita riittävän tarkasti. Tämä korosti tarvetta huomioida ryhmäkoot ja allastilojen riittävyys uimaopetuksen suunnittelussa.

Kun ne altaat on ihan täynnä ja oppilaiden kanssa pitäisi harjoitella esimerkiksi pelastusjuttuja syvässä altaassa ja samaan aikaan jotkut hyppivät hyppytorneista siellä niin kyllä se heikentää turvallisuutta. Näissä tilanteissa uimavalvojat on meidän apuna, jotta opetus saadaan turvallisiksi. (H5)

Toiseksi opetuksen haasteeksi liikunnanopettajat nostivat oppilaiden väliset tasoerot. Liikunnanopettajat kertovat, että ryhmien välillä sekä ryhmien sisällä voi olla paljonkin eroja uimataidossa. Erityisesti suuret tasoerot saman ryhmän sisällä vaikeuttavat opetuksen toteuttamista, sillä ne lisäävät eriyttämisen tarvetta ja asettavat haasteita opetuksen suunnittelulle ja ohjaamiselle. Liikunnanopettajat (n=4) pitivät yläkouluiikäisiä oppilaita kuitenkin melko saman tasoisina. Yksi syy tälle oli se, että uimaan tulevat pääosin ne oppilaat, jotka ovat jo uimataitoisia.

Uimaopetuksessa on paljon hyvää, mutta myös paljon säätöä. Oppilaiden tasoerot on välillä valtavia, ja silloin täytyy jakaa ryhmää tosi paljon. Jos hallissa on ruuhkaa tai jos meillä on suuri opetusryhmä, niin turvallisuuden kanssa saa olla hereillä koko ajan. (H1)

Kolmanneksi oppilaiden motivointi koulujen uimaopetuksessa nähtiin myös haasteena (n=3). Motivoinnin haasteet liittyivät siihen, että oppilaat ylipäätään tulisivat uimaan. Yhden liikunnanopettajan mukaan vertaistuen merkitys korostui uimatunneille osallistumisessa. Erityisesti yläkouluiikäisillä oppilailla kaveripiirin osallistuminen vaikuttaa merkittävästi omaan haluun osallistua uimaopetukseen. Liikunnanopettaja on huomannut, että kun kaverit eivät osallistu se saattaa laskea myös yksittäisen oppilaan motivaatiota osallistua opetukseen. ”Näky yläkouluiikäisillä et jos kaverit ei tuu nii sit ei oo itselläkään motivaatiota tulla uimaan.” (H4)

### 6.3 Yläkoululaisten uimataito liikunnanopettajien kuvaamana

Liikunnanopettajat näkivät oppilaiden perusuimatason pääosin hyvänä, vaikka vaihtelevuutta ja eroja oppilaiden väleillä onkin. Tuloksia kuitenkin vääristää se, että uintitunneilla ei käy kaikki oppilaat. Kuitenkin mainitaan (n=3), että uimataitotaso on heikentynyt viimevuosien aikana ja oppilaiden uimataitotaso on keskenään vaihtelevaa. Uimataitotason heikentymistä on opettajien mukaan kuitenkin vaikea nähdä, koska heidän opettama oppilasmäärä on suhteellisen pieni. Lisäksi haastateltavien työuran pituus vaikuttaa uimataitotason heikkenemisen huomaamiseen. Liikunnanopettajat toteasivat kuitenkin tutkimusten osoittavan heikentyneen uimatason, mutta omassa opetuksessaan he eivät huomaa sitä niin selkeästi. Uimataitotason heikkenemiseen liittyen media on kirjoittanut lähivuosina paljon uutisia, mutta liikunnanopettajien mukaan media on myös liioitellut heikkoa uimataitotaso.

Kyllä mä sanoisin, että lasten uimataito on tosi vaihtelevaa tällä hetkellä. Osa oppilaista ui todella hyvin, käy harrastuksissa ja on tosi varmoja vedessä. Mutta sitten on iso joukko lapsia, jotka ei oo ollenkaan niin varmoja. (H1)

Liikunnanopettajat (n=3) ovat huomanneet viime vuosien aikana polarisoitumisen uimaopetukseen osallistumisessa. He ovat huomanneet, että ne, jotka osaavat uida uivat hyvin, mutta toiset eivät ui lainkaan. Heidän kokemuksensa mukaan aiemmin suurin osa lapsista ja nuorista oli tottuneita veteen, mutta lähivuosina erot ovat kasvaneet. Haastateltavat uskoivat, että tähän ilmiöön vaikuttaa vapaa-ajan uimisen vähäisyys tai koulu-uintien välistä jättäminen.

Vapaa-ajan uiminen ja perhetausta vaikuttavat liikunnanopettajien mukaan merkittävästi uimataitoon. Liikunnanopettajien mukaan tunneilla käyvät oppilaat, jotka ovat jo valmiiksi hyviä vedessä liikkujia. Yläkouluikäiset oppilaat, jotka ovat käyneet perheensä kanssa tai vapaa-ajalla paljon uimassa tulevat mieluummin uimaan kuin he, jotka eivät ole käyneet vapaa-ajalla uimassa. Yleensä vapaa-ajalla uimassa käyvät ovat varmempia ja rohkeampia uimareita, kuin he, jotka eivät käy. Yläkouluikäiset ovat luultavasti käyneet jo pidemmän aikaa uimassa perheen kanssa ja sen jälkeen myöhemmin vapaa-ajalla jo itsenäisesti. Jos perheen kanssa ei olla käyty uimassa, sitä tuskin aloitetaan yläkouluiässä. Vapaa-ajan uimiseen vaikuttaa myös se, ettei kaikilla perheillä ole mahdollisuutta käydä uimassa vapaa-ajalla. Tällöin kokemukset uimisesta rakentuvat koulun uintikerroille.

Ne ketkä eivät osaa uida, ei luultavasti tuukkaan sinne uimaan. Ne jättävät se helposti pois ja välttelevät koko tilannetta. (H3)

Liikunnanopettajat (n=6) opettavat liikuntaa yläkoulun puolella, jossa oppilaiden kehollisuus nousee merkittävään asemaan. Liikunnanopettajien mukaan merkittävä tekijä, joka näkyy uimatunneille osallistumisessa, on oppilaiden kehollisuus ja kehon muuttuminen.

Yläkouluiässä oppilaiden kehot alkavat muuttumaan, joka voi aiheuttaa oppilaalle epävarmuutta omasta itsestään ja kehostaan. Lisäksi oman kehon muuttuessa vertailu muiden kehoihin kasvaa. Oppilas voi tuntea epävarmaksi riisuutua pukuhuone tiloissa muiden nähden sekä tulla uima-asulla altaalle muun luokan kanssa.

Yksi haastatelluista liikunnanopettajista nosti esille myös maahanmuuttajataustaisten oppilaiden heikon uimataidon. ”Mun mielestä keskimäärin suomalaiset nuoret osaa hyvin uida. Meidän haasteenamme on maahanmuuttotataustaiset nuoret, tytöt ja pojat.” (H4) Opettaja on uransa aikana huomannut, että maahanmuuttajataustaisilla oppilailla on usein heikompi uimataito, koska heidän kotimaassaan uimataitoa ei ole harjoitettu samalla tavalla kuin Suomessa. Tähän vaikuttivat myös kulttuuriset tekijät, kuten erilaiset suhtautumistavat uimiseen, uimahalleihin tai pukeutumiseen. Liikunnanopettajan mukaan nämä tekijät voivat vaikuttaa siihen, kuinka aktiivisesti maahanmuuttajataustaiset lapset ja nuoret osallistuvat koulujen uimaopetukseen.

## 7 Pohdinta

### 7.1 Yhteenveto tuloksista

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää liikunnanopettajien näkemyksiä opetussuunnitelman merkityksestä uimaopetuksen toteuttamiseen kouluissa. Tutkimuksessa saadut tulokset osoittavat, että uimaopetuksen sisältyminen opetussuunnitelmaan on tärkeää. Uimaopetuksen säilyttämisen tärkeyteen vaikuttavat oppiaineen erityisasema opetussuunnitelmassa, sen rooli oppilaiden liikunnallisuudenedistäjänä sekä siihen kytkeytyvät turvallisuusnäkökulmat.

Kuten aiempi tutkimuskirjallisuus, myös liikunnanopettajat pitivät uimataitoa tärkeänä kansalaistaitona, jota tulee kehittää läpi elämän. Opettajat korostivat uimataidon merkitystä turvallisuuden ja riskien hallinnan näkökulmasta, mikä näkyy myös perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa (Opetushallitus 2016). Tämän takia kaikki haastatellut uimaopettajat pitivät koulujen uimaopetusta tärkeänä osana liikunnan oppiainetta. Liikunnanopettajat perustelivat kantansa sillä, että uimataito on kirjattu erillisenä kokonaisuutena osaksi opetussuunnitelmaa. Tämä korosti heidän mielestään sen merkitystä, asemaa ja painoarvoa koululiikunnassa.

Tutkimuksen perusteella voidaan todeta, että uimaopetuksella on vahva ja perusteltu asema perusopetuksen opetussuunnitelmassa (Opetushallitus 2016). Sen erityisasema ei perustu ainoastaan uimaopetuksen liikunnallisiin tavoitteisiin vaan myös uimataidon vaikutus vaikutukseen elinikäisenä turvallisuustaitona. Uimaopetus näyttäytyy kokonaisuutena, jossa yhdistyvät fyysisen toimintakyvyn kehittäminen, vesiturvallisuustaidot sekä oppilaiden yhdenvertaisten taidon oppimisen mahdollisuuksien edistäminen. Näin ollen voidaan todeta, että uimaopetuksen asema opetussuunnitelmassa on sekä yhteiskunnallisesti että pedagogisesti perusteltua.

Opetussuunnitelma toimii ratkaisevana tekijänä uimaopetuksen toteutumiselle kouluissa. Ilman opetussuunnitelmaan kirjattuja tavoitteita ja velvoitteita uimaopetuksen toteuttaminen olisi todennäköisesti epätasaisempaa kuntien välillä, koska sen järjestäminen riippuvaisempaa kunnan resursseista. Opetussuunnitelma ei ainoastaan ohjaa opetusta, vaan myös mahdollistaa resurssien, kuten opetusajkojen, kuljetusten ja uimahallivuorojen järjestämisen. Näin se toimii keskeisenä välineenä oppilaiden tasa-arvon edistämiseksi.

Lisäksi tutkimuksen tulokset esittävät, että vaikka opetussuunnitelma tuo selkeät tavoitteet, sisällöt ja arviointikriteerit, se jättää käytännön toteutuksen pois. Tämä johtaa opetuksen vaihtelevuuteen kuntien välillä. Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliiton (2025) luomat tavoitteet voitaisiin ottaa kouluissa käyttöön, jotta opetuksen vaihtelevuutta voitaisiin karsia. Näin ollen voidaan päätellä, että selkeiden tavoitteiden, sisältöjen ja arviointikriteerien yhdistäminen käytännöntoteutukseen loisi selkeän ja yhdenvertaisen pohjan uimaopetuksen toteuttamiseen valtakunnallisesti.

Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliiton ja Jyväskylän yliopiston vuonna 2022 toteuttaman tutkimuksen mukaan kuudesluokkalaisten uimataito on laskenut aiempiin vuosiin verrattuna (Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliitto ry, Jyväskylän yliopisto & Opetushallitus 2022, 4). Vaikka tutkimusten mukaan uimataidon lasku on ollut merkittävää, liikunnanopettajat eivät ole havainneet sitä yhtä selkeästi. Tähän vaikuttavat kuitenkin haastateltujen kokemusvuodet, otannan rajallisuus ja se, millaiset oppilaat osallistuvat uimatunneille.

Uimataidon erot oppilaiden välillä ovat kasvaneet ja ilmiö on liikunnanopettajien mukaan selvästi polarisoitunut. Tämä näkyi sekä opetukseen osallistumisessa että taitotaseroissa, mikä asettaa merkittäviä pedagogisia haasteita liikunnanopetukselle. Liikunnanopettajien on samanaikaisesti tuettava heikompien oppilaiden perustaitojen kehittymistä ja tarjottava riittävästi haastetta taitavammille, jotta kaikkien oppiminen etenee tarkoituksenmukaisesti. Tasoerot heijastuivat konkreettisesti opetustilanteisiin. Osa oppilaista tarvitsee vielä perusuimataitojen harjoittelua, kun taas toiset ovat valmiita hiomaan tekniikkaansa pidemmälle. Tämä voi johtaa tilanteeseen, jossa opetus etenee joidenkin näkökulmasta liian hitaasti ja toisten kannalta liian nopeasti. Samalla opettajan huomio jakautuu epätasaisesti, mikä vaikeuttaa yksilöllisen ohjauksen toteuttamista erityisesti uimahalliolosuhteissa, joissa eriyttäminen voi olla haastavaa.

Uimataidon eroilla on vaikutusta myös oppilaiden kokemuksiin ja motivaatioon. Heikommat uimarit voivat kokea epävarmuutta tai pelkoa vedessä (Rajakylä 2017, 22) mikä heikentää osallistumista, kun taas taitavammat saattavat turhautua riittämättömän haastavaan opetukseen. Näin ollen uimataidon tasoerot eivät ole ainoastaan pedagoginen kysymys, vaan ne kytkeytyvät laajemmin oppilaiden osallisuuden, turvallisuuden tunteen ja motivaation kokemuksiin uimaopetuksessa.

Perusopetuslain (628/1998) 29 § mukaan oppilaalla tulee olla oikeus turvalliseen oppimisympäristöön (Perusopetuslaki 628/1998). Turvallisuus on keskeinen lähtökohta koulun toiminnassa, sillä oppivan yhteisön rakenteet ja käytännöt luovat perustan hyvinvoinnille ja oppimiselle (Opetushallitus 2016, 27). Opetussuunnitelman laaja-alaisen osaamisen (L3) näkökulmasta oppilaita omaksutaan arjen turvallisuustaitoja ja toimimaan vastuullisesti erilaisissa tilanteissa (Opetushallitus 2016, 156). Tämä konkretisoituu uimaopetuksessa, jossa keskeisiä sisältöjä ovat uimataidon eri osa-alueet sekä vesiturvallisuustaidot. Liikunnanopettajien mukaan näiden taitojen opettaminen on tärkeää erityisesti oppilaiden turvallisuuden kannalta, sillä esimerkiksi vesiturvallisuus- ja hengenpelastamistaitojen harjoittelu tukee oppilaiden valmiuksia toimia mahdollisissa vaaratilanteissa.

Tutkimustulokset osoittavat kuitenkin, että pelkkä koulujen uimaopetus ei ole riittävä takaamaan kaikkien oppilaiden riittävää uimataittoa. Tämänhetkinen koulujen uimaopetus ei pysty saavuttamaan Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliiton asettamia uimaopetuksen vesipätevyyden tavoitteita (Vienola ym. 2025, 16.), koska uimaopetus kerrat eivät siihen riitä. Lisäksi kaikki tavoitteet eivät liikunnanopettajien mukaan helposti saavutettavissa. Yksi näistä on avovesi -osaaminen, jota ei ainakaan konkreettisesti voida tutkimuksen mukaan toteuttaa aikataulusyistä.

Tutkimuksen mukaan liikunnanopettajat korostavat uimaopetuksen käytännön monimutkaisuutta. Liikunnanopettajat kuvasivat arjen haasteiksi rajalliset opetuskerrat, suuret ryhmäkoot sekä opetuksen organisointiin liittyvät tekijät, kuten kuljetukset ja turvallisuusvastuun uimahallilla. Lisäksi opettajat kokivat, että vaikka opetussuunnitelman tavoitteet ovat selkeät ja perustellut, käytännön resurssit eivät aina mahdollista niiden saavuttamista kaikkien oppilaiden kohdalla. Tasoerot oppilaiden välillä tekevät uimaopetuksesta pedagogisesti vaativaa ja edellyttävät eriyttämistä. Liikunnanopettajat korostavat kuitenkin, että suurimmaksi osaksi ryhmät ovat saman tasoisia, koska yleensä yläkouluissa vain uimataitoiset oppilaat osallistuvat opetukseen. Tasoerot ja eriyttämisen tarve näkyvät siis enemmän alakoulun puolella yläkouluun verrattuna.

Yläkoululaisten oppilaiden kohdalla uimaopetukseen osallistumiseen vaikuttavat lisäksi kehollisuuteen liittyvät tekijät. Sekä Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliiton uimataitotutkimus (Suomen uimaopetus- ja Hengenpelastusliitto 2020, 2) että liikunnanopettajien haastattelut nostavat esiin, että keskeinen osallistumista haittaava tekijä on

oppilaiden kokema epävarmuus omasta kehostaan. Murrosiässä tapahtuvat kehon muutokset voivat lisätä oppilaan itsetietoisuutta ja heikentää itseluottamusta.

## 7.2 Johtopäätökset

Tutkimustuloksissa huomionarvoista oli haastatelluiden liikunnanopettajien yksimielisyys koulujen uimaopetuksen merkityksellisyydestä. Yksikään liikunnanopettajista ei kyseenalaistanut uimaopetuksen sisältymistä liikunnanopetukseen, vaan korostivat sen toteuttamisen tärkeyttä ja säilyttämistä osana opetussuunnitelmaa. Tällainen yksimielisyys viittaa siihen, että uimaopetuksen arvo ei perustu ainoastaan opetussuunnitelman kirjauksiin (Opetushallitus 2016), vaan se on syväälle juurtunut osa opettajien ammatillista ymmärrystä sekä käytännön kokemusta. Samalla se kertoo siitä, että uimaopetusta ei nähdä pelkästään liikuntataitona, vaan myös turvallisuus- ja kansalaistaitona. Näin ollen voidaan todeta, että uimaopetuksen toteuttaminen kouluissa kytkeytyy myös laajempiin kasvatuksellisiin ja yhteiskunnallisiin tavoitteisiin.

Haastatteluissa nousi esiin koulun uimaopetuksen kehittämiseen liittyviä teemoja, mikä viittaa aiheen ajankohtaisuuteen ja merkityksellisyyteen liikunnanopettajien keskuudessa. Syksyllä 2025 julkaistut uudet uimaopetuksen sisällölliset tavoitteet (Vienola ym. 2025, 2; 35–36) näyttävät lisänneen keskustelua ja yhtenäistäneen näkemyksiä opetuksen nykytilasta. Tulosten perusteella uimaopetus koetaan tärkeäksi osaksi perusopetusta, mutta sen toteutuksessa on edelleen kehittämistarpeita sekä koulutasolla että valtakunnallisesti. Tämä nostaa esiin kysymyksen siitä, miten hyvin uudet suositukset siirtyvät käytännön opetukseen ja edellyttävätkö ne myös rakenteellisia ja pedagogisia muutoksia toteutuakseen.

Haastattelujen perusteella koulujen uimaopetuksen kehittämisessä korostui tarve rakentaa opetuksesta yhtenäinen kokonaisuus, jossa yhdistyvät käytännön harjoittelu, teoreettinen ymmärrys sekä soveltavat turvallisuustaidot. Tällainen lähestymistapa tukisi oppilaiden kokonaisvaltaista oppimista ja valmiuksia toimia turvallisesti vesiympäristöissä. Tulokset tukevat myös ajatusta uimaopetuksen painopisteen siirtämisestä varhaisempiin vuosiluokkiin, erityisesti alakouluun ja esiopetukseen, sillä haastattelujen perusteella nuoremmat oppilaat ovat vastaanottavaisempia uimataitojen oppimiselle kuin yläkouluikäiset. Tämä on linjassa Franklin ym. (2015, 229–230) kanssa, jonka mukaan ikävuodet 5–8 ovat keskeisessä asemassa perusuimataitojen oppimiselle. Näin ollen uimaopetuksen varhainen painottaminen voisi parantaa oppimistuloksia ja tukea perusopetuksen turvallisuustavoitteita.

Uimaopetuksen turvallisuuteen vaikuttivat opetuksen rakenteelliset tekijät. Haastatteluissa nousi esiin, että suuret ryhmäkoot ja täydet allastilat saattoivat heikentää uimatuntien turvallisuutta, koska opettajan oli vaikeampi valvoa kaikkia oppilaita riittävän tarkasti. Tämä korostaa resurssien ja opetuksen järjestelyjen merkitystä turvallisuuden toteutumisessa. Voidaan todeta, että vaikka opetussuunnitelma painottaa turvallisuustaitojen oppimista (Opetushallitus 2016, 27), niiden tehokas ja turvallinen harjoittelu edellyttää myös riittäviä olosuhteita, kuten sopivia ryhmäkokoja ja toimivia tilaratkaisuja.

Tulosten perusteella voidaan pohtia, olisiko yläkoulun liikunnanopetuksessa turvallisuuden kannalta perusteltua hyödyntää useampaa liikunnanopettajaa. Toisen opettajan läsnäolo voisi lisätä turvallisuutta, sillä valvonta jakautuisi ja oppilaiden yksilöllinen ohjaaminen parantuisi. Erityisesti suurissa ryhmissä kahden opettajan läsnäolo voisi vähentää riskejä ja mahdollistaa tehokkaamman opetuksen. Lisäksi se voisi tukea heikommin uivien oppilaiden oppimista, kun toinen opettajista voisi keskittyä pienempään ryhmään. Heikommin uivilla oppilailla voi esiintyä myös pelkoja uimista kohtaan (Rajakylä 2017, 22), jolloin pienemmässä ryhmässä uiminen voi tukea turvallisuuden tunnetta, lisätä rohkeutta veteen menemiseen sekä parantaa oppimisen edellytyksiä. Tällainen järjestely voisi myös madaltaa osallistumiskynnystä, koska oppilaan ei tarvitsisi olla samanaikaisesti koko ryhmän kanssa altaassa. Toisaalta kahden opettajan käyttö voi olla haastavaa resurssien näkökulmasta, sillä koululla ei välttämättä ole riittävästi henkilökuntaa tai taloudellisia mahdollisuuksia opetuksen järjestämiseen kahden opettajan voimin.

Kehollisuuden merkityksen lisääntyminen yläkoulussa toi yhden liikunnanopettajan mukaan esiin tarpeen tarkastella uimaopetuksen ajoitusta ja painotuksia koko perusopetuksen aikana. Tulosten avulla voidaan esittää, että uimaopetuksen painopistettä tulisi vahvistaa erityisesti alakoulussa, jolloin oppilaiden motivaatio ja osallistuminen ovat korkeammalla tasolla. Alakouluiässä oppilaiden suhtautuminen liikkumiseen on usein luontevampaa ja ennakkoluulottomampaa, eikä kehoon liittyvä itsetietoisuus ole vielä yhtä korostunutta. (Vanttaja ym. 2017, 73–74.) Tämä luo otollisemmat edellytykset oppia uimataidon perustaidot ilman merkittäviä kehollisuuteen liittyviä esteitä. Samalla varhain saavutettu uimataito lisää turvallisuutta jo aikaisemmassa vaiheessa, ja luo pohjan myöhemmälle taitojen kehittämiselle.

Uimahallit ovat pyrkineet vähentämään kehollisuuden kokemaa kynnystä mahdollistamalla uima-asun käytön myös pukuhuone-, suihku- ja saunatiloissa, mikä voi rohkaista erityisesti

nuoria käyttämään uimahalleja aiempaa matalammalla kynnyksellä (Tiainen 2025). Yhden liikunnanopettajan mukaan muutos voi olla merkityksellinen, sillä jo se, että suihkuun voi mennä uimapuvussa, saattaa ratkaisevasti helpottaa joidenkin oppilaiden osallistumista uimatunneille. Vaikka kyseessä on pieni käytännön muutos, sillä voi olla suuri vaikutus yksittäisen oppilaan kohdalla (Siljamäki 2017, 447–448). Se voi mahdollistaa nuorelle uimataidon oppimisen sekä elintärkeiden vesiturvallisuustaitojen kehittymisen.

Kalaja (2022, 34–35) mukaan uimataidon kehittyminen vaatii säännöllistä harjoittelua, joihin koulujen rajalliset tuntimäärät eivät riitä. Tästä seuraa, että vastuu uimataidon oppimisesta jakautuu koulun ja perheiden välillä. Liikunnanopettajat korostivat erityisesti vapaa-ajan merkitystä uimataidon oppimisessa. Tästä näkökulmasta tarkasteltuna koulujen uimaopetus edistää tasa-arvoa uimataidon oppimisessa, mutta ei yksin riitä poistamaan uimataidon oppimiseen liittyviä eroja. Oppilaiden uimataidon tukemiseksi kunnat voisivat antaa uimaopetuskertojen yhteydessä ilmaisia kertalippuja uimahalliin, jolloin uimataitoa pääsisi kehittämään vapaa-ajalla. Tällöin uimataidon kehittäminen olisi mahdollista myös niissä perheissä, joissa ei muuten olisi mahdollisuutta käydä uimassa. Lisäksi koulu-uintien yhteydessä voitaisiin kertoa mitä oppitunnilla on tehty tai mitä tultaisiin tekemään, jolloin oppilaat voisivat itsenäisesti harjoitella vapaa-ajalla. Tämä lisäisi liikunnanopettajien mainitsemaa kodin roolia lasten ja nuorten uimataidon kehittämisessä.

Vapaa-ajan uintia voitaisiin myös lisätä lasten ja nuorten keskuudessa uimaseurojen puolelta. Suomessa jotkin uimaseurat järjestävät lapsille ja nuorille uimakouluja maksutta, mikä tukee lasten uimataidon kehittymistä, madaltaa osallistumisen kynnystä ja mahdollistavat uimaopetuksen myös vähävaraisille perheille. Tämän lisäksi koulujen ja uimaseurojen välistä yhteistyötä voitaisiin edelleen vahvistaa esimerkiksi tuomalla aktiivisemmin esiin seurojen toimintaa ja ohjaamalla oppilaita niiden pariin. Tällainen yhteistyö voisi täydentää koulun omaa uimaopetusta ja tarjota oppilaille mahdollisuuksia kehittää taitojaan myös vapaa-ajalla, mikä osaltaan edistäisi uimataidon oppimista ja ylläpitämistä.

Tulokset esittivät, että uimaopetuksella on vahva ja perusteltu asema perusopetuksen opetussuunnitelmassa (Opetushallitus 2016). Sen erityisasema ei perustu ainoastaan uimaopetuksen liikunnallisiin tavoitteisiin vaan myös uimataidon vaikutukseen elinikäisenä turvallisuustaitona (Vitikka & Rissanen 2019, 228). Uimaopetus näyttäytyy kokonaisuutena, jossa yhdistyvät fyysisen toimintakyvyn kehittäminen, vesiturvallisuustaidot sekä oppilaiden yhdenvertaisten taidon oppimisen mahdollisuuksien edistäminen. Näin ollen voidaan todeta,

että uimaopetuksen asema opetussuunnitelmassa on sekä yhteiskunnallisesti että pedagogisesti perusteltua.

Lisäksi tutkimuksen tulokset esittivät, että vaikka opetussuunnitelma tuo selkeät tavoitteet, sisällöt ja arviointikriteerit, se jättää käytännön toteutuksen pois. Tämä johtaa opetuksen vaihtelevuuteen kuntien välillä. Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliiton (2025) luomat tavoitteet voitaisiin ottaa kouluissa käyttöön, jotta opetuksen vaihtelevuutta voitaisiin karsia. Näin ollen voidaan päätellä, että selkeiden tavoitteiden, sisältöjen ja arviointikriteerien yhdistäminen käytäntötoteutukseen loisi selkeän ja yhdenvertaisen pohjan uimaopetuksen toteuttamiseen valtakunnallisesti.

Uimataidon eroilla nähtiin vaikutusta myös oppilaiden kokemuksiin ja motivaatioon. Heikommat uimarit voivat kokea epävarmuutta tai pelkoa vedessä (Rajakylä 2017, 22) mikä heikentää osallistumista, kun taas taitavammat saattavat turhautua riittämättömän haastavaan opetukseen. Näin ollen uimataidon tasoerot eivät ole ainoastaan pedagoginen kysymys, vaan ne kytkeytyvät laajemmin oppilaiden osallisuuden, turvallisuuden tunteen ja motivaation kokemuksiin uimaopetuksessa.

Ryan ja Deci itsemääräämisteoriassa sisäinen motivaatio vaikuttaa merkittävästi taidon oppimiseen (Deci & Ryan 1985, 10–12). Liikunnanopettajat pitivät motivointia tärkeänä osana koulujen uimaopetusta, sillä opetukseen osallistuminen vaihtelee paljon. Kun oppilas kokee uimatunnin myönteisenä ja saa positiivisia kokemuksia, voidaan olettaa, että hänen sisäinen motivaationsa kasvaa. Näin ollen oppilas voi kokea uinnin miellyttävänä ja jatkaa sitä myös vapaa-ajallaan, kehittäen omaa uimataitoaan. Sisäisen motivaation tukeminen (Vasalampi 2022, 25) nähtiin etenkin tärkeänä, kun kyseessä on yläkouluikäiset oppilaat, sillä heille koulujen uimaopetukseen osallistuminen on isompi kynnys. Liikunnanopettajat pyrkivät motivoimaan oppilaita uimatunnin aikana tekemällä monipuolisilla harjoitteilla, sekä antamalla vapaa-aikaa tunnin loppupuolella.

Kokonaisuutena voidaan todeta, että uimaopetus on moniulotteinen kokonaisuus, jonka toteuttaminen vaatii opetussuunnitelman, resurssien, pedagogisten ratkaisujen sekä kodin tuen yhteensovittamista. Koulujen uimaopetuksen kehittämisessä keskeistä on säilyttää sen vahva asema opetussuunnitelmassa, mutta samalla kehittää sen käytännön toteutusta vastaamaan paremmin oppilaiden erilaisia tarpeita ja muuttuvaa toimintaympäristöä.

### 7.3 Jatkotutkimusehdotukset

Tämä tutkimus keskittyi yhteen kuntaan, jossa haastateltiin eri kouluista opettajia. Tutkimusta voitaisiin kuitenkin laajentaa useampaan kuntaan tai ympäri Suomea. Tällöin saataisiin kattavampaa tietoa uimaopetuksen toteuttamisesta, johon liittyvät esimerkiksi uimaopetuskertojen määrä, resurssit, haasteet, mahdollisuudet ja oppilaiden osallistuminen. Olisi mielekästä tietää, miten paikkakunnilla esimerkiksi oppilaiden osallistuminen uimaopetukseen tai uimaopetustuntien määrät vaihtelevat toisistaan. Tällaisen tutkimuksen myötä saadaan tietoa sekä uimaopetuksen toteutumisesta että opetussuunnitelman noudattamisesta. Lisäksi tutkimuksen myötä saadaan näkyviin alueellisia eroja uimaopetuksen ja opetussuunnitelman tavoitteiden toteutumisesta koulussa.

Tutkimuksessa haastateltavat toivat esiin oppilaiden näkökulmaa muun muassa kehollisuuden näkökulmasta, joka näkyi myös aiemmassa tutkimuskirjallisuudessa.

Jatkotutkimusehdotuksena onkin ottaa oppilaiden oma ääni kuuluviin liittyen koulujen uimaopetukseen osallistumisesta. Tutkimus voitaisiin toteuttaa laadullisena tutkimuksena haastatteleamalla oppilaita, jotka eivät osallistu koulun uimatunneille. Tässä tutkimuksessa yksi haastateltavista toi esiin, että opetussuunnitelmaa voitaisiin kehittää siirtämällä uimaopetusta enemmän alakouluun, jossa oppilaat ovat usein aktiivisempia ja innokkaampia osallistumaan. Tätä näkökulmaa voitaisiin tuoda esiin jatkotutkimuksessa oppilaiden omien kokemusten kautta.

Jatkotutkimuksessa voisi kiinnittää huomiota opettajien ja oppilaiden lisäksi myös muihin toimijoihin, kuten koulun johtoon tai oppilaiden huoltajiin, sillä nämä tulivat tutkimuksessa selkeästi esille. Tämä täydentäisi näkemyksiä uimaopetuksesta osana opetussuunnitelmaa ja tarjoaisi kokonaisvaltaisempaa kuvaa sen käytännön toteutumisesta. Tutkimuksessa voitaisiin tarkastella keinoja, jolla eri toimijat voivat tukea oppilaiden osallistumista koulun uimaopetukseen.

Lisäksi aiheesta voitaisiin tehdä myös pitkittäistutkimusta, jossa tarkasteltaisiin esimerkiksi sitä, miten uimaopetus muuttuu ajan myötä, miten uudet opetussuunnitelmat vaikuttavat uimaopetuksen muutokseen sekä miten oppilaiden osallistuminen uimaopetustunneille muuttuu. Pitkittäistutkimus voisi tarjota syvempää ymmärrystä uimaopetuksen kehityksestä, opetussuunnitelmien vaikutuksista sekä oppilaiden osallistumisen muutoksista ajan kuluessa.

## 7.4 Luotettavuus

Tutkimus aloitettiin syksyllä 2024 tutkimussuunnitelman tekemisellä. Kevään 2025 aikana käytiin läpi kirjallisuutta ja koottiin teoria tutkimukselle. Aineisto kerättiin ja analysoitiin marraskuun 2025 ja helmikuun 2026 aikana, ja tutkimus viimeisteltiin keväällä 2026.

Tutkimuksen toteuttamiselle on siis varattu tarpeeksi aikaa, joka osaltaan lisää tutkimuksen luotettavuutta. Lisäksi tutkimusta on ohjattu ja vertaisarvioitu tutkimusprosessin aikana. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 165.)

Tutkimuksen luotettavuudessa tarkastellaan tutkijan omaa subjektiivista asemaa ja reflektoidaan ennako-oletusten mahdollista vaikutusta aineiston tulkintaan. Laadullisessa tutkimuksessa tutkijan rooli on keskeinen, sillä analyysi perustuu tulkintaan. Tämän vuoksi on tärkeä tunnistaa omat lähtökohdat aineiston käsittelyssä ja pyrkiä avoimuuteen ja läpinäkyvyyteen koko tutkimusprosessin ajan. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 157) Tässä tutkimuksessa tutkijalla itsellä on paljon tietoa ja omakohtaista kokemusta uimaopetuksessa osana seuratoimintaa. Tutkija ei kuitenkaan opeta uintia yläkouluikäisille, eikä toimi liikunnanopettajan roolissa. Tutkijan oma vahva kiinnostus uimataitoon ja sen kehittämiseen tulee huomioida tutkimustuloksia ja johtopäätöksiä tarkasteltaessa.

Tutkimuksen luotettavuuteen vaikuttaa se, että kaikki haastattelut ovat keskenään samanlaisia, jotta tuloksia voidaan vertailla toisiinsa. Ennen haastattelujen haastattelurunko esitettiin, jotta se sisältäisi tutkittavan aiheen kannalta keskeiset kysymykset. Haastattelurungon teemat ja niihin soveltuvat kysymykset oli mietitty tarkasti ja testattu, jonka jälkeen tehtiin tarvittavia muutoksia. Etenkin kysymysten avoimuuteen pyrittiin kiinnittämään huomiota, jotta tutkija ei johdattele keskustelua haluamaansa suuntaan (Aaltio & Puusa 2020, 184). Lisäksi haastattelurunko auttoi varmistamaan, että kaikki keskeiset teemat käsiteltiin jokaisessa haastattelussa.

Aaltion ja Puusan (2020) mukaan haastattelutilanteiden kuvaaminen vaikuttaa tutkimuksen luotettavuuteen (Aaltio & Puusa 2020, 183–184). Haastattelut toteutettiin haastateltavan toiveesta joko etäyhteyden välityksellä tai kasvotusten. Kaksi haastattelua toteutettiin kasvotusten ja loput neljä etäyhteyksin. Etäyhteyden välityksellä tehdyissä haastatteluissa aikataulun sopiminen oli sekä tutkijan että tutkittavan puolelta helpompaa ja joustavampaa. Haasteena oli etäyhteyden toimimisen ongelmat, mutta ne saatiin ratkaistua ja haastattelu toteutettua. Kasvotusten tehdyissä haastatteluissa voitiin tulkita helpommin esimerkiksi

ilmeitä ja eleitä. (Hämeenaho, Koskinen-Koivisto, Mäkinen & Väkeväinen 2022,186). Kasvotusten tehdyissä haastatteluissa aikataulu sovittiin tarkemmin, koska haastattelut toteutettiin haastateltavien työpäivien aikana. Haasteena olisi voinut olla esimerkiksi työpäivän aikaiset äkilliset muutokset, jonka seurauksena haastatteluun kuluva aika olisi ollut rajallisempi.

Tutkittavien ääni pyritään tuomaan aidosti esiin tarjoamalla heille mahdollisuus kertoa näkemyksistään omilla ehdoillaan ja omalla tavallaan. Tutkimuksessa käytettiin avoimia ja joustavia haastattelukysymyksiä, jotka mahdollistivat monipuolisen ja henkilökohtaisen ilmaisun ilman, että haastattelu ohjaa vastaajan tiettyihin vastauksiin. Haastattelutilanteessa tutkija kuunteli aktiivisesti, antoi aikaa ja tilaa vastauksille sekä syvensi tarvittaessa keskustelua lisäkysymysten avulla. Tutkija pyrki siis aktiivisesti kuuntelemaan ja ymmärtämään haastateltavaa sekä tietoisesti sivuuttamaan omat ennakko-oletuksensa tutkimusprosessin aikana, jotta tutkimuksen luotettavuus säilyy.

Tutkimuksen luotettavuutta heikentää tutkimuksen pieni otoskoko. Haastateltavia liikunnanopettajia oli kuusi (n=6), yhdeltä paikkakunnalta. Tutkimustuloksia voidaan suppean otoskoon seurauksena yleistää. Tutkimuksen tulokset olivat pääosin samansuuntaisia, ja havaittavat eroavaisuudet jäivät vähäisiksi. Haastateltavista yhdellä (n=1) oli enemmän kokemusta uimaopetuksen opettamisesta ja muiden (n=5) uimaopetuskokemus koostui liikuntatunneilla tapahtuneesta uimaopetuksesta. Kaikki liikunnanopettajat (n=6) hallitsivat uimaopetuksen mielestään hyvin, ja pitivät sitä tärkeänä osa-alueena koulun liikunnanopetuksessa. Vaikka otoskoko oli pieni ja haastateltavien näkemykset uimaopetuksesta osana liikunnanopetusta olivat melko yhtenäisiä, tutkimuskysymysten avulla saatiin esiin esimerkiksi erilaisia haasteita, mahdollisuuksia ja kehitysehdotuksia. Luotettavuutta tarkastellessa tulee ottaa huomioon liikunnanopettajien samansuuntaiset näkemykset uimaopetuksen merkittävydestä osana liikunnanopetusta.

## Lähteet

- Aaltio, I. & Puusa, A. 2022. Mitä laadullisen tutkimuksen arvioinnissa tulisi ottaa huomioon? Teoksessa: Puusa, A. & Juuti, P. (toim.) *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. Helsinki: Gaudeamus.
- Aaltio, A. 2025. Asiantuntija kertoo, miksi ja milloin suomalaisten uimataito romahti. MTV Uutiset. <https://www.mtvuutiset.fi/artikkeli/asiantuntija-kertoo-miksi-ja-milloin-suomalaislasten-uimataito-romahti/9200278>
- Alasuutari, P. 2012. *Laadullinen tutkimus 2.0*. Tampere: Vastapaino.
- Ashworth, S. & Mosston, M. 1944. *Teaching physical education*. Columbus, OH: Charles E. Merrill.
- Blömke, S. & Kaiser, G. 2017. *Understanding the Development of Teachers' Professional Competencies as Personally, Situationally and Socially Determined*. Teoksessa D. J. Clandinin & J. Husu (toim.), *The SAGE handbook of research on teacher education* (s. 783–802).
- Chatzipantelli, A., Digelidis, N. & Papaioannu, A. 2013. *Self-regulation, motivation and teaching styles in physical education classes: An intervention study*. University of Thessaly: Volos.
- Deci, E.L. & Ryan, R.M. 1985. *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. New York: Springer Science.
- Elo, S., Kujala, O., Tohmola, A. & Kääriäinen, M. 2022. Laadullisen sisällönanalyysin vaiheet ja eteneminen. *Hoitotiede* 34(4). (s. 215–225.)  
<https://journal.fi/hoitotiede/article/view/128987/78028>
- Eskola, J. & Suoranta, J. 2022. *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino.

- Franklin, R. C., Peden, A. E., Hodges, S., Lloyd, N., Larsen, P., O'Connor, C., & Scarr, J. (2015). *Learning to swim: What influences success?* International Journal of Aquatic Research and Education, 9(3). (s.2–21) <https://doi.org/10.25035/ijare.09.03.02>
- Haaksluoto, K. 2017. Tyylikästä uintia. Teoksessa N. Valkonen, M. Rajakylä (toim.), *Uimarin treenikirja*. (s.32–37) Lahti: Fitra.
- Haga, M., Sääkslahti, A., Schenker, K., Hedegaard Bruun, T., Dalgaard Guldager, J., Gísladóttir, Þ. L., Berghamar Danielsen, B., Galaaen Gjølme, E., Sundan, J., Winther Olsen, H., & Bjerke, Ø. 2025. *Aquatic Education for School Children: An Educational Expert Statement from the Nordic Consortium*. Journal for Research in Arts and Sports Education, 9(2) (s.5-19) [https://jyx.jyu.fi/jyx/Record/jyx\\_123456789\\_101380](https://jyx.jyu.fi/jyx/Record/jyx_123456789_101380)
- Hakala, J. 2024. *Laadullisen tutkimuksen ABC. Menetelmäopas opinnäytteen tekijälle*. Helsinki: Gaudeamus.
- Hakamäki, M. 2016. Kuudesluokkalaisten uimataito Suomessa. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 323. Jyväskylä: LIKES-tutkimuskeskus.
- Heikinaro-Johansson, P. & Huovinen, T. 2007. *Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan*. Helsinki: WSOY.
- Hirsijärvi, S. & Hurme, H. 2022. *Tutkimushaastattelu: Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Helsinki: Gaudeamus.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. *Tutki ja kirjoita*. Helsinki: Tammi.
- Huhtiniemi, M. 2022. Kalaja, S. & Kalaja T. Kehonhallinta - liikuntataitojen oppiminen ja harjoittelu. Liito: Liikunnan ja terveystiedon opettaja, 2022(2), (s. 34–35)
- Huuskonen, M. 2025. Hengenpelastusliitto arvioi perjantain hukkumisten mahdollisia selityksiä: Lasten uimataito heikentynyt. Helsinki: Helsingin Sanomat. <https://www.hs.fi/suomi/art-2000011388667.html>

- Hämeenaho, P., Koskinen-Koivisto, E., Mäkinen, M. & Väkeväinen, N. 2022. Havainnointi ja haastattelu. Teoksessa O., Fingerroos, K., Kajander & T.-R., Lappi, T.-R. (toim.) *Kulttuurien tutkimuksen menetelmät*. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura. Tietolipas, 274. <https://oa.finlit.fi/reader/books/pdf/10.21435/tl.274>
- Jaakkola, T. & Liukkonen, J. 2012. Urheilupsykologian perusteet. Teoksessa L., Matikka & M., Roosasalmi. (toim.) *Urheilupsykologian perusteet*. Liikuntatieteellinen seura.
- Jaakkola, T. 2017. Liikuntataitojen opettaminen. Teoksessa: T., Jaakkola, J., Liukkonen & A., Sääkslahti. (toim.) *Liikuntapedagogiikka*. (s. 351–367). Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Kalaja, S., & Koponen, J. 2017. *Opetussuunnitelmat käytännön opetustyön näkökulmasta*. Teoksessa: T., Jaakkola, J., Liukkonen & A., Sääkslahti. (toim.) *Liikuntapedagogiikka*. (s. 552–564). Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Keskinen, I., Hakamäki, J., Hotti, K., Luritsalo, K., Liinpää, S., Läärä, J., Pantzar, T. & Savolainen, T. 2018. *Uimaopetuksen käsikirja*. Jyväskylä: Ducedo.
- Keskinen, I., Hakamäki, J., Hotti, K., Luritsalo, K., Liinpää, S., Läärä, J., Pantzar, T., Veinola, R. & Savolainen, T. 2024. *Uimaopetuksen käsikirja*. Jyväskylä: Ducedo.
- Langendorfer, S. J., Quan, L., Pia, F. A., Fielding, R., Wernicki, P. G., & Markenson, D. 2009. Scientific Review: Minimum Age for Swim Lessons. *International Journal of Aquatic Research and Education*. (Champaign, Ill.), 3(4).  
<https://scholarworks.bgsu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1225&context=ijare>
- Lauritsalo, K. 2014. “Usually I like school PE, but...” School physical education described in Internet discussion forums. *Studies in Sport, Physical Education and Health* 207. Jyväskylä: University of Jyväskylä.  
[https://jyx.jyu.fi/jyx/Record/jyx\\_123456789\\_43635](https://jyx.jyu.fi/jyx/Record/jyx_123456789_43635)
- Lehtimäki, P-L., Savolainen, T., Heinonen, K., Sääkslahti, A., Haapala, H., Saari, S. Pietilä, M. 2022. Selvitys kuudesluokkalaisten uimataidosta ja esikoululaisten uimataidosta sekä koronapandemian vaikutuksista koulujen uinninopetukseen. Helsinki: Suomen

Uimaopetus- ja Hengenpelastusliitto [Uimaopetus- ja Hengenpelastusliitto, Jyväskylän yliopisto & Opetushallitus.](#)

[https://suh.fi/wpcontent/uploads/2023/06/Uimataitotutkimus\\_2022\\_Selvitys\\_kuudesluokkalaisten\\_ja\\_esikoululaisten\\_uimataidosta\\_seka\\_koronapandemian\\_vaikutuksista\\_koulujen\\_uinninopet](https://suh.fi/wpcontent/uploads/2023/06/Uimataitotutkimus_2022_Selvitys_kuudesluokkalaisten_ja_esikoululaisten_uimataidosta_seka_koronapandemian_vaikutuksista_koulujen_uinninopet)

Lifesaving Society. 2012. Swim to survive. Viitattu 17.1.2026.

<https://www.lifesavingsociety.com/swim-to-survive/swim-to-survive.aspx>

Liukkonen & Jaakkola. 2017. Liikuntamotivaatio elinikäisenä liikuntaharrastuksen edellytyksenä. T., Jaakkola, J., Liukkonen & A., Sääkslahti. (toim.), *Liikuntapedagogiikka*. (s. 130–147). Jyväskylä: PS-kustannus.

Magill, R. & Anderson, D. 2017. Motor learning and control: Concepts and applications. New Yourk: McGraw-Hill Education.

Martela, F. & Jarenko, K. 2014. Sisäinen motivaatio: *Tulevaisuuden työssä tuottavuus ja innostus kohtaavat*. Helsinki: Eduskunnan tulevaisuusvaliokunta. (Eduskunnan tulevaisuusvaliokunnan julkaisu 3/2014)

Numminen, P. & Laakso, L. 2012. *Liikunnan opetusprosessin a, b, c*. Jyväskylä: Kopijyvä oy.

Opetushallitus. 2004. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004. Opetushallitus.

[https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen-opetussuunnitelman-perusteet\\_2004.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen-opetussuunnitelman-perusteet_2004.pdf)

Opetushallitus. 2014. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Opetushallitus.

[https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen\\_opetussuunnitelman\\_perusteet\\_2014.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf)

Opetushallitus. n.d. Perusopetuksen opetussuunnitelman ydinasiat. Opetushallitus. Viitattu

2.9.2025. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/perusopetuksen-opetussuunnitelman-ydinasiat>

- Opetushallitus. n.d. Liikunta perusopetuksessa. Opetushallitus. Viitattu 10.12.2025.  
<https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/perusopetus/liikunta-perusopetuksessa>
- Opetusalan ammattijärjestö OAJ. 2020. Turvallinen uimaopetus.  
[https://www.oaj.fi/contentassets/e967908b6a834109b4088d71886acb3e/turvallinen\\_uimaopetus.pdf](https://www.oaj.fi/contentassets/e967908b6a834109b4088d71886acb3e/turvallinen_uimaopetus.pdf)
- Perusopetuslaki. (628/1998). Viitattu 13.1.2026.  
<https://www.finlex.fi/fi/lainsaadanto/1998/628>
- Pesonen, J. & Aarto-Pesonen, L. 2017. Liikunnanopettaja elinikäisenä oppijana. Teoksessa T., Jaakkola, J., Liukkonen & A., Sääkslahti. (toim.), *Liikuntapedagogiikka*. (s. 626–635). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Pinto, R., & Moreno Murcia, J. A. 2023. *Towards a Globalised Vision of Aquatic Competence*. International Journal of Aquatic Research and Education. 14(1).  
<https://scholarworks.bgsu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1661&context=ijare>
- Puusa, A. & Juuti, P. (2020). Laadullisen tutkimuksen olemus. Teoksessa: Puusa, A. & Juuti P. (toim.) *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. Helsinki: Gaudeamus.
- Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. 2010. *Haastattelun analyysi*. Tampere: Vastapaino.
- Ryan, R. & Leci, E. 2017. *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. New York: The Guilford Press.
- Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliitto. 2025. *Vuonna 2025 hukkuu ennakkotietojen mukaan 92 ihmistä – joulukuussa hukkuu 1*. Viitattu 16.4.2026. <https://suh.fi/vuonna-2025-hukkuu-ennakkotietojen-mukaan-92-ihmista-joulukuussa-hukkuu-1/>
- Stallman, R. K., Junge, M., & Blixt, T. 2008. *The teaching of swimming based on a model derived from the causes of drowning*. International Journal of Aquatic Research and Education, 2(4), Article 11. <https://scholarworks.bgsu.edu/ijare/vol2/iss4/11/>

- Sääkslähti & Lauritsalo. 2017. Liikuntapedagogiikka alakoulussa. Teoksessa Jaakkola, T., Liukkonen, J. & Sääkslähti, A. (toim.), *Liikuntapedagogiikka*. (s. 505–518). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. *Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi*. Helsinki: Tammi.
- Tiainen, P. Perinteinen saunasääntö murtui Lohjan uimahallissa – lölyihin ei ole enää pakko mennä alasti. Yle Uutiset. Viitattu 28.4.2026. <https://yle.fi/a/74-20175053>
- Turun yliopisto. 2023. Turun yliopiston linjaus tekoälyn käytöstä opetuksessa ja opiskelussa. Turun yliopisto: Intranet.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2023. *Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. HTK-ohje 2023*. Viitattu 30.30.2026 [https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf)
- Uusikylä & Atjonen. 2000. *Didaktiikan perusteet*. 2. painos. Helsinki: WSOY.
- Valkonen, N. & Rajakylä, M. 2017. *Uimarin treenikirja*. (s.18–24). Lahti: Fitra.
- Valli, R. 2018. Aineistonkeruu kyselylomakkeella. Teoksessa R. Valli. (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin: 1, Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle*. 5. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus
- Vasalampi, K. 2022. *Näin motivoit oppimaan*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Vienola, R., Saari, S., Rautajoki, H., Pasanen, N., Jokelainen, T., Ojala, L., Hiltunen, A. & Savolainen, T. 2025. *Koulun uimaopetuksen sisällölliset suositukset 2025*. Helsinki: Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliitto
- Vitikka, E. & Rissanen, M. 2019. *Opetussuunnitelma kansallisena ja paikallisena ohjausvälineenä*.

[https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/118713/opetussuunnitelma\\_kansallisena\\_ja\\_paikallisena\\_ohjausvalineena.pdf](https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/118713/opetussuunnitelma_kansallisena_ja_paikallisena_ohjausvalineena.pdf)

Yli-Piipari, S., Watt, A., Jaakkola, T., Liukkonen, J. & Nurmi, J. 2009. Relationships between physical education, state anxiety and self-reported physical activity. *Journal of Sports Science & Medicine*, 8(3) (s. 327–336)

[https://www.karvi.fi/sites/default/files/sites/default/files/documents/KARVI\\_0123.pdf](https://www.karvi.fi/sites/default/files/sites/default/files/documents/KARVI_0123.pdf)

## Liitteet

### Liite 1. Tietosuojaseloste

#### Liikunnanopettajien näkemyksiä uimaopetuksesta opetussuunnitelmassa -tutkimuksen tietosuojaseloste

Olet ottamassa osaa Turun yliopistossa järjestettävään tieteelliseen tutkimukseen. Tässä tietosuojaselosteessa kerrotaan, miten henkilötietojasi käsitellään tutkimuksessa.

#### 1. Rekisterinpitäjä

Turun yliopisto:

Yhteyshenkilö tutkimusta koskevissa asioissa:

Nimi: Viivi Seppälä

Puh.: [REDACTED]

E-mail: [vlsepp@utu.fi](mailto:vlsepp@utu.fi)

Tutkimuksen ohjaaja:

Nimi: Juli-Anna Aerila

E-mail: [julaer@utu.fi](mailto:julaer@utu.fi)

#### 2. Tietosuojavastaavan yhteystiedot

Turun yliopiston tietosuojavastaava on tavoitettavissa sähköpostitse [dpo@utu.fi](mailto:dpo@utu.fi) ja puhelimitse +358294503009.

#### 3. Kuvaus tutkimuksesta ja henkilötietojen käsittelystä

Tämän pro gradu tutkielman tavoitteena on kerätä liikunnanopettajien näkemyksiä koulun uimaopetuksesta ja sen roolista opetussuunnitelmassa. Tutkimus toteutetaan yksilöhaastatteluina, joko kasvotusten tai videopuhelun välityksellä. Mitään henkilötietoja ei tulla säilyttämään tai julkaisemaan tutkimuksen yhteydessä. Haastattelut nauhoitetaan, mutta haastatteluaineistot hävitetään tietoturvasyistä tutkielman valmistuttua. Tutkimuksessa ei ilmene tietoja haastatellun liikunnanopettajan koulusta tai kunnasta.

#### 4. Henkilöt, jotka osallistuvat henkilötietojen käsittelyyn

Henkilötietojen käsittelyyn osallistuu vain tutkimuksen toteuttaja Viivi Seppälä.

#### 5. Henkilötietojen lainmukainen käsittelyperuste

Henkilötietojen käsittely perustuu tietosuojasetuksen 6(1) artiklan alakohtaan:

yleistä etua koskeva tehtävä:

tieteellinen tutkimus tai tilastolliset tarkoitukset

tieteellisten aineistojen tai kulttuuriperinnöllisten materiaalien arkistointi

rekisteröidyn suostumus

rekisterinpitäjän lakisääteisen velvoitteen noudattaminen

rekisterinpitäjän tai kolmannen osapuolen oikeutettu etu

## 6. Erityiset henkilötietoryhmät (arkaluontoiset henkilötiedot)

Tutkimuksessa ei käsitellä erityisiä henkilötietoryhmiä.

## 7. Henkilötietojen keräämisen lähteet

Henkilötietoja kerätään koulun rehtoreilta, joilta saadaan esimerkiksi liikunnanopettajien sähköpostiosoitteet. Näiden lisäksi muita henkilötietoja ei tarvita.

## 8. Henkilötietojen suojatoimenpiteet

Tietojärjestelmissä käsiteltäviä tietoja suojataan seuraavilla tavoilla:

- käyttäjätunnus ja salasana
- käytön rekisteröinti/lokitus
- kulunvalvonta
- salaus/kryptaus
- kaksivaiheinen tunnistautuminen
- muu, mikä:

Suorien tunnistetietojen käsittely:

- Aineisto kerätään ilman suoria tunnistetietoja
- Suorat tunnistetiedot poistetaan analysointivaiheessa:
- Aineisto analysoidaan suorien tunnistetiedoin, koska:

## 9. Henkilötietojen siirtäminen ja jakaminen kolmansille osapuolille

Henkilötietoja ei siirretä rekisterinpitäjän ulkopuolelle.

## 10. Henkilötietojen siirtäminen EU:n tai ETA:n ulkopuolelle

Henkilötietoja ei siirretä Euroopan unionin tai Euroopan talousalueen ulkopuolelle.

## 11. Henkilötietojen käsittely tutkimuksen päättymisen jälkeen

- Tutkimusaineisto poistetaan
- Tutkimusaineisto säilytetään tämän tutkimuksen tulosten luotettavuuden arvioimista varten:
  - ilman suoria tunnistetietoja  tunnistetiedoin
- Tutkimusaineisto säilytetään myöhempää, yhteensopivaa tieteellistä tutkimusta varten tietosuojasetuksen vaatimusten mukaisesti:
  - ilman suoria tunnistetietoja  tunnistetiedoin

## 12. Rekisteröidyn oikeudet sekä niihin tehtävät poikkeamat

Lisätietoa tietosuojasetuksen mukaisista oikeuksista antaa kohdassa 1 mainittu yhteyshenkilö.

### Rekisteröidyn oikeudet

Tietosuojasetuksen mukaan rekisteröidyllä on oikeus:

- tarkistaa itseään koskevat tiedot (15 artikla)
- oikaista omia tietoja (16 artikla)
- poistaa tiedot ja tulla unohdetuksi (17 artikla)
- rajoittaa omien tietojen käsittelyä (18 artikla)
- siirtää tiedot rekisterinpitäjältä toiselle (20 artikla)
- vastustaa tietojen käsittelyä (21 artikla)
- olla joutumatta automaattisen päätöksenteon kohteeksi (22 artikla)

Rekisteröity ei kuitenkaan voi käyttää kaikkia oikeuksia kaikissa tilanteissa, riippuen esimerkiksi siitä, mikä on henkilötietojen käsittelyperuste.

### **Rekisteröidyn oikeuksiin tehtävät poikkeamat**

Tietosuojalainsäädäntö mahdollistaa rekisteröidyn oikeuksista poikkeamisen silloin, kun henkilötietoja käsitellään tieteellisessä tutkimuksessa ja oikeuksien toteuttaminen estäisi tai vaikeuttaisi suuresti käsittelyn tarkoitusten saavuttamista. Tarve tehdä poikkeamia rekisteröityjen oikeuksiin arvioidaan aina tapauskohtaisesti.

### **Valitusoikeus**

Sinulla on oikeus tehdä valitus tietosuojavaltuutetulle, jos koet, että henkilötietojasi on käsitelty soveltuvan tietosuojalainsäädännön vastaisesti.

Tietosuojavaltuutetun yhteystiedot:

Tietosuojavaltuutetun toimisto  
 Käyntiosoite: Lintulahdenkuja 4, 00530 Helsinki  
 Postiosoite: PL 800, 00531 Helsinki  
 Puhelinvaihe: 029 566 6700  
 Sähköposti (kirjaamo): tietosuoja(at)om.fi

## **Liite 2. Haastattelurunko**

### 1. Taustatiedot

- Voisitko kertoa taustastasi liikunnanopettajana?
  - o Kuinka pitkään olet toiminut liikunnanopettajana?
- Mikä on oma suhteesi uintiin?
- Millaisena näet itsesi uimaopettajana?
  - o Haluaisitko lisäkoulutusta?

### 2. Näkemykset lasten ja nuorten uimataidosta

- Millaiseksi koet lasten ja nuorten uimataidon tällä hetkellä?
  - o Miten se on mielestäsi muuttunut?
- Vaikuttaako uimaopetuksen sisältyminen opetussuunnitelmaan lasten uimataidon kehittymiseen?

### 3. Uimaopetus ja opetussuunnitelma

- Miten näet uimaopetuksen aseman nykyisessä opetussuunnitelmassa?

- Tuntuuko opetussuunnitelma riittävän selkeältä uimaopetuksen osalta?
- Koetko, että kaikilla oppilailla on yhdenvertaiset mahdollisuudet saavuttaa opetussuunnitelman mukainen uimataito?
- Onko opetussuunnitelma mielestäsi realistinen uimaopetuksen tavoitteiden suhteen?

#### 4. Näkemykset uimaopetuksesta

- Millaisia kokemuksia sinulla on uimaopetuksen toteuttamisesta koulussa?
- Onko uimaopetusta opetussuunnitelman mukaisesti tarjolla koulussanne?
- Miten koet uimaopetuksen järjestämisen käytännössä?
  - o Mitkä asiat helpottavat tai vaikeuttavat sen toteuttamista?
- Mitä toivoisit muutettavan tai kehitettävän uimaopetuksessa tulevaisuudessa?
  - o Mitä haasteita?
- Mihin uimaopetus painottuu?
  - o Mihin sinun mielestäsi pitäisi painottua?
- Millainen on tyypillinen uimaopetuskerta?
  - o Kuinka kauan uidaan?
- Millaiset olosuhteet ovat uimaopetukselle?

#### 5. lopuksi

- Onko jotain muuta, mitä haluaisit kertoa uimaopetukseen tai opetussuunnitelmaan liittyen?
- Haluatko lisätä jotain, mitä ei vielä tullut esiin?