

Liikunnanopetuksen toteuttaminen alakoulun etäopetuksessa koronapandemian aikana

Kasvatustieteen
pro gradu -tutkielma

Laatija:
Elviira Ervelius

Ohjaaja:
Liikuntakasvatuksen professori Pasi Koski

25.4.2022
Turku

Turun yliopiston laatujärjestelmän mukaisesti tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu

Turnitin OriginalityCheck -järjestelmällä.

Pro gradu -tutkielma

Oppiaine: Kasvatustiede

Tekijä: Elviira Ervelius

Otsikko: Liikunnanopetuksen toteuttaminen alakoulun etäopetuksessa koronapandemian aikana

Ohjaaja: Liikuntakasvatuksen professori Pasi Koski

Sivumäärä: 71 sivua

Päivämäärä: 25.4.2022

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, miten alakoulun liikunnanopettajat toteuttivat liikunnanopetusta etäopetuksen aikana, miten opettajat kokivat etäopetuksen sekä oliko sukupuolella yhteyttä etäliikunnanopetuksen toteuttamiseen. Etäopetukseen ajaututtiin hyvin nopealla aikataululla keväällä 2020 koronapandemian vuoksi. Vaikka lähiopetukseen palattiin samana keväänä, jatkui monella koululla ja luokalla etäopetus myös seuraavina lukukausina. Liikunnanopetuksen opetusmenetelmiä jouduttiin muuttamaan ja keksimään uudenlaisia harjoitteita ja toteutustapoja kuin mihin oli totuttu.

Aineistonkeruu toteutettiin keväällä 2021 Webropol-kyselyn avulla triangulaationa, eli määrällisen ja laadullisen tutkimuksen yhdistelmänä. Kyselyssä oli sekä monivalintakysymyksiä että avoimia kysymyksiä. Kysely lähetettiin sähköpostin välityksellä noin 300 rehtorille ympäri Suomea jokaiseen maakuntaan Ahvenanmaata lukuun ottamatta. Valikoitujen koulujen rehtorit saivat lähettää kyselyn halutessaan opettajilleen. Tämän lisäksi kysely julkaistiin kahteen eri Facebook-ryhmään. Vastaajat (n=68) olivat luokanopettajia, liikuntaan erikoistuneita opettajia ja erityisopettajia. Kvantitatiivista aineistoa analysoitiin ristiintaulukoinnin sekä Khiin neliö -testin avulla. Ristiintaulukointia käytettiin kahden tutkimuskysymyksen analysoinnissa sekä sukupuolen yhteyden tutkimista analysoitiin Khiin neliö -testin avulla. Kvalitatiivista aineistoa puolestaan analysoitiin aineistolähtöisen sisällönanalyysin avulla hyödyntäen luokittelua ja teemoittelua.

Tuloksista selvisi, että liikuntaa opettavat suosivat etäopetuksessakin liikkumaan aktivoivia tehtäviä videoyhteyksiä välttäen. Videoiden ja kuvien lähettäminen oli käytetyin tapa toteuttaa liikuntaa. Opettajat käyttivät paljon ulkoilua ja ulkona tapahtuvaa liikuntaa. Opettajien ajankäyttö lisääntyi etäopetuksessa. Se myös kuormitti opettajia enemmän verrattuna lähiopetukseen. Lisäksi etäopetus koettiin erittäin haastavana toteuttaa alakoululaisille. Erityisesti välineiden puute koettiin olevan vaikeaa opetuksen suunnittelun ja toteutuksen kannalta. Myös etäliikunnanopetuksen arviointi ja sosiaalisten tavoitteiden saavuttaminen olivat opettajien mielestä vaikeimpia toteuttaa. Sukupuolen välillä löydettiin eroja vain muutaman väittämän kohdalla. Miehet käyttivät naisia enemmän kommentoivia sekä vanhoja materiaaleja, kun naiset puolestaan käyttivät enemmän eri välineitä. Miehet pystyivät arvioimaan naisia paremmin jokaista oppituntia ja oppilasta etäopetuksen aikana.

Tutkimustulosten perusteella liikunnan etäopetuksen toteuttamiseen tarvitaan vielä selkeämmät ohjeet ja ideoita, miten sitä toteuttaa. Perusteltua olisi kouluttaa opettajia etäopetuksen pariin ja vieläkin enemmän tieto- ja viestintäteknologian hallintaan, mikäli samanlaiseen tilanteeseen joudutaan vielä tulevaisuudessa.

Avainsanat: Liikunnanopetus, etäopetus, etäliikunnanopetus, liikunnanopettaja, alakoulu

Sisällysluettelo

1 Johdanto	5
2 Liikunnanopetus	7
2.1 Liikunnanopetus alakoulussa	7
2.2 Opetussuunnitelma liikunnan oppiaineessa	8
2.3 Liikunnanopetuksen erityispiirteet	9
3 Liikunnanopetuksen toteuttaminen	12
3.1 Liikunnanopetuksen suunnittelu	12
3.2 Liikunnan oppitunnin pitäminen	13
3.3 Liikunnanopetuksen arviointi	14
4 Etäopetus	16
4.1 Etäopetus ennen koronapandemiaa	17
4.2 Etäopetus poikkeusolosuhteissa	18
4.3 Liikunnanopetus etäopetuksessa	20
5 Tutkimusongelmat	24
6 Tutkimuksen toteutus	25
6.1 Aineistonkeruumenetelmä	25
6.2 Tutkittavat	28
6.3 Aineiston analyysi	28
7 Tulokset	32
7.1 Liikunnanopetuksen toteuttaminen etäopetuksessa	32
7.1.1 Yhteydenpito kodin ja koulun välillä	32
7.1.2 Etäliikunnanopetuksen suunnittelu	33
7.1.3 Etäliikunnanopetuksen pitäminen	36
7.1.4 Etäliikunnanopetuksen arviointi	42
7.2 Kokemukset etäliikunnanopetuksesta	46
7.3 Sukupuolen yhteys etäliikunnanopetuksen toteutukseen	48
8 Pohdinta	50
8.1 Tulosten tarkastelu	50

8.2 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys	53
8.3 Tulosten hyödyntäminen ja jatkotutkimuksen tarve	54
Lähteet	56
Liitteet	63
Liite 1. Sähköinen Webropol-kysely	63
Liite 2. Tutkimuspyyntö rehtoreille	69
Liite 3 Tutkimuspyyntö Facebook-ryhmiin	69

1 Johdanto

Covid-19 -viruksen aiheuttama pandemia sai aikaan hämmennystä ja ahdistusta opetusallalla, koska se muutti opetusmenetelmiä ennennäkemättömällä tavalla. Poikkeusolosuhteet ajoivat suuren osan kansalaisista etätöihin ja -opetukseen niin muualla maailmassa kuin Suomessakin. Etäopetukseen siirryttiin nopealla aikataululla, joten valmistautumisaikaa siihen ei ollut. Opettajien ammattijärjestön eli OAJ:n opettajille teettämästä kyselystä selvisi, että työpäivät venyivät opetusta valmistellessa, palautetta ja arviointia tehdessä sekä yhteyttä pitäessä oppilaisiin, huoltajiin ja muihin opettajiin. Kyselyn mukaan opettajat käyttivät kevään 2020 poikkeusolojen etäopetuksen aikana työhön enemmän aikaa kuin normaalisti ja työssäjaksaminen heikentyi. (OAJ 2020.) Kosken ym. (2020) mukaan jopa yli 70 prosenttia opettajista koki työmäärän lisääntyneen kuluneen etäjakson aikana ja yli 40 prosentin mielestä opetuksen laatu oli heikentynyt. Etäopetus alkoi keväällä 2020 (Valtioneuvosto 2020b) ja jatkui kevääseen 2022 (Perusopetuslaki 20 a §) asti vaihtelevasti. Yksittäiset koulut, luokat ja oppilaat joutuivat kyseisenä aikana etäopetukseen joko sairastumisten tai altistumisten seurauksena (Valtioneuvosto 2021).

Nuorten fyysinen aktiivisuus on vähentynyt samalla kun inaktiivinen toiminta on lisääntynyt sekä ruutu-aika pidentynyt 2000-luvun aikana (Jaakkola, Liukkonen & Sääkslahti 2017, 13; Kokko, Martin, Villberg, Ng & Mehtälä 2019, 15). Lasten ja nuorten ruutu-aika on pidentynyt entisestään etäopetuksessa, kun opettajat ovat hyödyntäneet päätetyöskentelyä (Colley, Bushnik & Langlois 2020, 5; Kołota & Głabiska 2021, 1; Xiang, Zhang & Kuwahara 2020, 531). Etäopetusjaksolla liikunnanopettajat vastasivat tähän edellä kuvattuun kasvavaan trendiin fyysisen aktiivisuuden vähenemisestä ja ruutuajan pidentymisestä panostamalla erityisesti ulkona liikkumiseen, jonka avulla oppilaat saatiin pois tietokoneruutujen äärestä (Kääpä & Huovinen 2020). Koululiikunnan merkitys korostui keväällä 2020, kun lasten ja nuorten, kuten aikuistenkin, harrastustoiminta jouduttiin keskeyttämään väliaikaisesti. Joillekin lapsille koululiikunta oli viimeistään kyseisenä aikana ainoa liikkumistapa, kun harrastukset jouduttiin keskeyttämään pandemian takia. Lasten ja nuorten askelten määrä väheni keskimäärin 1000–3000 askeleella päivässä, kun kevään 2020 tuloksia verrattiin Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa 2018 LIITU -tutkimukseen. Ero liikunnan määrän vähenemiseen selittyy osin sillä, että koulumatkat ja koulupäivän aikainen liikkuminen jäivät pois. (Vasankari ym. 2020, 13, 15.)

Liikunnan etäopetus on melko uusi aihe, joten on perusteltua tutkia sen vaikutuksia opettajiin ja oppilaisiin. Kyseinen aihe valittiin tutkimusaiheeksi, sillä etäopetus oli tutkimuksen aloittamishetkellä hyvin ajankohtainen. Keväällä 2020 kaikki peruskoululaiset kokivat etäopetusjakson useamman viikon ajalta, joten aihe kosketti lähes kaikkia peruskoulujen opettajia ja oppilaita (Valtioneuvosto 2020b). Tutkimuksessa selvitetään, miten alakoulun opettajat toteuttivat liikunnanopetusta etäopetuksen aikana. Tarkemmin katsottuna tutkitaan, miten he suunnittelivat oppitunteja ja arvioivat oppilaita etäopetuksen aikana sekä minkälaisia tehtäviä opettajat antoivat oppilaille. Lisäksi tutkitaan, miten opettajat ovat kokeneet liikunnan opettamisen etäopetuksessa sekä miten opettajien sukupuoli oli yhteydessä liikunnan etäopetuksen toteuttamiseen. Tutkimus antaa tuloksia siitä, mitkä opetusmenetelmät ja harjoitukset toimivat liikunnan osalta etäopetusjakson ajalta. Tutkimuksessa selvitetään myös, miten opettajat pystyivät toteuttamaan Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa 2014 asetettuja fyysisiä ja etenkin sosiaalisia ja psyykkisiä tavoitteita sekä miten niitä pystyttiin arvioimaan.

2 Liikunnanopetus

Liikunnalla voidaan tarkoitaa fyysistä aktiivisuutta, jota tuotetaan tarkoituksellisesti ja jossa lihastoiminta saa aikaan energiankulutuksen kasvua sekä yleensä liikkeeseen johtavaa toimintaa (Duodecim 2015). Käsitteenä liikunta on monimuotoinen ja sen laaja-alaisesta käytöstä kielellämme kertovat muun muassa hyötyliikunta, harrastustoiminta, liikunta- ja välituntileikit, pihaleikit, arkiaskareet sekä koulumatkat. Liikuntaa voi toteuttaa spontaanisti, ohjatusti tai omatoimisesti, eikä liikuntaympäristöllä ole väliä. (Jaakkola, Liukkonen & Sääkslahti 2017, 12–13.) Opetus tarkoittaa vuorovaikutukseen perustuvaa toimintaa, jonka päätavoitteena pidetään oppimista (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2021b, 224). Ala- ja yläkoulussa valtakunnallisesta opetuksesta käytetään termiä perusopetus, joka on opetuksen ja kasvatuksen kokonaisuus (Opetushallitus 2014, 9).

Liikunnanopetuksella voidaan puolestaan tarkoittaa opetussuunnitelman liikunnan oppiaineen opettamista, jossa tavoitellaan kasvatuksellisia ja liikunnan sisältöön liittyviä oppimiskokemuksia (Huovinen 2018, 12). Liikuntaa opetetaan kouluissa, mutta myös koulun ulkopuolella kodeissa, urheilujärjestöissä ja harrasteryhmissä. Liikuntakasvatuksen alle määritellään Laakson mukaan kaikki toiminta, joka tarkastelee liikuntaan liittyviä ilmiöitä kasvatuksen näkökulmasta, kuten hallinnolliset tai rakentamiseen liittyvät toimenpiteet. (Laakso 2007, 16–17.) Uusimmassa lasten ja nuorten liikkumissuosituksessa suositellaan monipuolista, reipasta ja rasittavaa liikuntaa vähintään yksi tunti päivässä (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2021a, 11). Sen vuoksi liikunnanopetusta pidetään tärkeänä, koska koululiikunta tarjoaa kaikille oppilaille mahdollisuuden liikkua edes kerran viikossa (Huovinen 2018, 12). Tässä tutkimuksessa tutkitaan suomalaisia liikuntaa opettavia opettajia, joten tässä luvussa keskitytään kuvaamaan suomalaista liikunnanopetusta alakoulussa. Lisäksi kuvataan liikunnan oppiaine opetussuunnitelmassa sekä liikunnanopetuksen erityispiirteitä.

2.1 Liikunnanopetus alakoulussa

Liikunnanopetuksen toteutus koostuu oppitunnin suunnittelusta, pitämisestä ja arvioinnista. Suomalaisessa peruskoulussa opetusta ohjaa valtakunnallinen opetussuunnitelma sekä kunta- ja koulukohtaiset opetussuunnitelmat. Niissä ilmaistaan kyseisen kouluasteen tavoitteet, oppiaines sekä oppilasarvioinnin perusteet. Liikunnanopetuksen tehtävänä on vaikuttaa lasten hyvinvointiin tukemalla fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia sekä tarjota oppilaille myönteisiä liikuntakokemuksia tietojen ja taitojen kautta. Liikunnanopetuksen tärkein tavoite

on kasvattaa oppilaita liikuntaan ja liikunnan avulla. (Heikinaro-Johansson & Lyyra 2018, 7; Jaakkola, Liukkonen & Sääkslahti 2017, 14–15.)

Opetuksen tavoitteet ohjaavat liikuntatuntien sisältöä sekä käytettäviä työtapoja ja -menetelmiä. Näillä tarkoitetaan niitä käytännöllisiä toimenpiteitä, joiden avulla opettaja pyrkii edistämään oppimista ja organisoimaan opiskelua. Työtavan valinnalla voi olla suuri merkitys lasten oppimiseen ja toimintaan oppitunnilla. Eri työtapojen käytöllä voidaan muun muassa edistää oppilaiden vuorovaikutustaitoja, turvata taitojen oppimista sekä niissä harjaantumista, kehittää oppilaiden kykyä toimia rakentavasti tunneilla ja kantaa vastuuta omasta oppimisestaan sekä motivoida oppilaita aktiiviseen työskentelyyn. Opetuksen tulisi olla lapsilähtöistä, jossa painotetaan lapsen aktiivisuutta, toiminnallisuutta, elämyksellisyyttä sekä kokemuksellisuutta aktiivisesti vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Liikunnanopetuksessa tuetaan lapsen kokonaisvaltaista kehitystä ja kasvua sekä ennaltaehkäistään oppimisvaikeuksia. Kokonaisvaltaisuuden tuottamisessa eheyttämällä otetaan huomioon luokan teemat myös liikunnanopetuksessa. (Heikinaro-Johansson & Lyyra 2018, 11, 24–25.)

2.2 Opetussuunnitelma liikunnan oppiaineessa

Alakoulussa liikuntaa toteutetaan 1.–2. luokilla liikkuen yhdessä leikkien ja 3.–6.-luokilla ”liikutaan yhdessä toimien ja taitoja harjoitellen” (Opetushallitus 2014, 148, 273).

Alkuopetuksen vuosiluokilla 1–2 tulee olla liikuntaa vähintään kaksi tuntia viikossa, jolloin tavallisimmin liikuntaa opettaa oma luokanopettaja. Alkuopetuksen liikuntatunnit toteutetaan pääsääntöisesti sekaryhmissä, joissa tytöt ja pojat liikkuvat yhdessä. (Sääkslahti & Lauritsalo 2017, 506.) Alkuopetuksen liikuntatuntien pääpaino on havaintomotoristen taitojen ja motoristen perustaitojen kehittämisessä ja opettamisessa. Suuressa asemassa on yhdessä tekeminen ja sosiaalisten taitojen vahvistaminen, myönteisten kokemusten kokeminen sekä oppilaiden tukeminen vaihtelevissa emotionaalisissa tilanteissa. Lisäksi liikunnan opetuksessa alkuopetusluokilla hyödynnetään vahvasti oppilaiden omia mielipiteitä ja mielikuvitusta. (Opetushallitus 2014, 148.)

Alakoulun 3.–6.-luokkalaisilla liikuntaa voi olla 2–3 tuntia viikossa, jolloin liikuntaa opettaa luokan oma opettaja tai liikuntaan erikoistunut opettaja. Alakoulun vanhemmilla luokilla ryhmäjaon voi tehdä monella tapaa, esimerkiksi luokkajaon, sukupuolen, opetussisältöjen tai erilaisten mielenkiinnon kohteiden mukaan. (Sääkslahti & Lauritsalo 2017, 506.) Myös 3.–6.-luokkalaisten liikunnan opetuksessa korostuu yhdessä tekeminen monipuolisesti vuorovaikutustaitoja ja sosiaalisia taitoja kehittäen. Liikunnanopetuksen pääpaino

vuosiluokilla 3–6 on motoristen perustaitojen vakiinnuttaminen ja monipuolistaminen. (Opetushallitus 2014, 273.)

Liikunnan opetustapahtuma on oppilaille liikuntatunti tai muu vuorovaikutuksellinen opetustilanne, jossa opettaja kohtaa oppilaat ja oppilaat ovat toistensa kanssa paljon tekemisissä (Heikinaro-Johansson & Lyyra 2018, 26). Opettajan toiminnalla on suuri merkitys liikuntatunnin kulkuun ja onnistumiseen. Opettajan toiminta liikuntatunneilla on jatkuvaa vuorovaikutusta oppilaiden kanssa. (Huovinen 2019, 22–23.) Sosiaalinen toimintakyky näkyy uusimmassa opetussuunnitelmassa aiempaa enemmän, mikä ilmenee toimivana sosiaalisena vuorovaikutuksena, sosiaalisena aktiivisuutena ja osallistumisena sekä yhteisöllisyyden ja osallisuuden kokemisena. Lasten ensimmäiset kouluvuodet ovat otollista aikaa kehittää ihmissuhdetaitoja, jolloin heidän ajatellaan oppivan ja kehittyvän vuorovaikutuksessa toisten ihmisten ja ympäristön kanssa monin aktiivisin keinoin kokonaisvaltaisesti. Alakoulun liikunnan sosiaaliset ja psyykkiset tavoitteet liittyvät vahvasti tunneilmaisuun, yhdessä työskentelyyn sekä myönteisiin yhteispeleihin ja -leikkeihin. (Kokkonen 2017, 186, 191.)

2.3 Liikunnanopetuksen erityispiirteet

Liikunnanopetuksella on erityispiirteitä verrattuna muihin oppiaineisiin. Näistä esimerkkeinä ovat oppilaiden suorituksen tekeminen näkyväksi, tuntien toiminnallisuus, opettajalta vaadittu psyykinen ja fyysinen osallistuminen, erilaisissa tiloissa ja ympäristöissä liikkuminen sekä opettajan aineenhallinnan tekeminen näkyväksi (Heikinaro-Johansson & Lyyra 2018, 27). Opettajan toimintaa voidaan tutkia keskittymällä opettajan käyttämiin työtapoihin ja opetusmenetelmiin. Mosston (2008) kehitti liikunnanopetukseen yli viisikymmentä vuotta sitten opetustyylien kirjon. Opetustyylit ovat edelleen käytössä liikuntatunneilla. Kirjoon kuuluu yksitoista erilaista liikunnanopetuksen työtapaa ja kirjoa on käytetty suomalaisessakin opetuksessa vuosikymmenten ajan. Kirjoon kuuluvat työtavat ovat (A) komentotyyli, (B) tehtäväopetus eli harjoitustyyli, (C) pariohjaus eli vuorovaikutustyyli, (D) itsearviointi, (E) eriytyvä opetus, (F) ohjattu oivaltaminen, (G) ongelman ratkaisu, (H) erilaisten ratkaisujen tuottaminen, (I) yksilöllinen ohjelma, (J) yksilöllinen opetusohjelma ja (K) itseopetus. (Jaakkola & Sääkslahti 2017, 306; Mosston & Ashworth 2008.) Työtavoissa opettajan ja oppilaan roolit poikkeavat suhteessa opettajan päätöksiin ja oppilaille annettavaan vastuuseen liikuntatunneilla (Heikinaro-Johansson & Lyyra 2018, 14). Suomalaisessa liikunnan lähiopetuksessa käytetyimpiä opetustyyliä ovat olleet komento- ja tehtäväopetus ja

vähäisemmässä käytössä puolestaan itsearviointityyli sekä ongelman ratkaisu -tyyli. Nuoret opettajat ovat käyttäneet eriytyvän opetuksen menetelmää yleisemmin verrattuna vanhempien opettajien paljon käyttämään yksilölliseen ohjelmaan. (Huovinen 2019, 23.) Jaakkolan ja Wattin (2011, 254) mukaan naiset käyttävät miehiä enemmän tehtäväopetustyyliä, mutta muista tyyleistä ei ole löytynyt eroavaisuuksia sukupuolten välillä.

Muista oppiaineista erottamalla liikunnanopetus tähtää elinikäiseen oppimiseen: liikunnanopetuksen tavoitteena on, että oppilaat omaksuvat liikunnallisen elämäntavan. Sama oppiaineen tavoite säilyy koko peruskoulun ajan lukioon saakka perusopetuksen opetussuunnitelmissa. (Opetushallitus 2014, 273.) Lapsille pyritään opettamaan sellaisia tietoja ja taitoja, joilla he voivat pitää huolta omasta toimintakyvystään peruskoulun jälkeenkin ja samalla vähentää sellaisia terveyshaittoja, joita nykyinen istuva ja päätelaitteita suosiva elämäntapa tuo mukanaan. Tämä on perusteltuna sillä, että säännöllisen fyysisen aktiivisuuden merkitys hyvinvoinnin ja terveyden edistäjinä on tutkitusti todettu. Oppilaan autonomiaa ja tavoitteiden asettamista kannattaakin tukea jo perusopetuksesta lähtien ja antaa oppilaille esimerkkejä siitä, miten liikunnallinen elämäntapa ja hyvinvointia edistävät tavat voivat toteutua oppilaan arjessa. (Sääkslahti, Palomäki, Huovinen & Pietilä 2017, 72.)

Liikunnanopetuksella on yksi erityispiirre, jota ei ole kirjattuna muiden oppiaineiden opetussuunnitelmiin. Tämä on liikunnan oppiaineen yksi Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden 2014 3.–6. vuosiluokkien fyysisen toimintakyvyn tavoitteista, T1 harjoittelu parhaansa yrittäen. Toisin kuin muissa oppiaineissa, liikunnassa arvioidaan oppimista ja työskentelyä, ei niinkään osaamista. Esimerkiksi hyviä lajitaitoja tai fyysisten kunto-ominaisuuksien tasoa, esimerkiksi Move! -mittaustuloksia, ei arvioida. (Opetushallitus 2014, 275.)

Oppilaantuntemus on tärkeässä asemassa liikuntatuntien opetuksessa. Ahtiainen kollegoineen (2020, 17) selvittivät, että lähes jokaisessa luokassa Suomessa on vähintään yksi tehostetun tuen oppilas ja kahdella kolmesta opettajasta oli luokassaan vähintään yksi erityisen tuen piiriin kuuluva oppilas. Oppilaiden on havaittu tarvitsevan yksilöllistä tukea liikuntatunneilla ja yleisimpinä syinä tukeen ovat olleet liikuntataidot, vuorovaikutustilanteet sekä tarkkaavaisuuden ja häiriökäyttäytymisen ongelmat (Huovinen 2019, 67). Tämän seurauksena opettajan tulisi osata eriyttää opetustaan jokaiselle oppilaalle sopivalle tasolle.

Tieto- ja viestintäteknologian hyödyntäminen liikunnanopetuksessa on huomioitu myös Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa yhtenä oppiaineen tavoitteena (Opetushallitus

2014, 275). Liikuntateknologialaitteiden käytön olisi pitänyt siis olla kaikille opettajille ja oppilaille jollakin asteella tuttua ennen poikkeusoloihin siirtymistä. Nykyisin erilaiset mobiililaitteet, langaton teknologia, pelit, fyysisen aktiivisuuden seurantalaitteet sekä videoprojektorit mahdollistavat teknologian käytön myös liikunnanopetuksessa. Tieto- ja viestintäteknologian käyttäminen liikunnanopetuksessa voi tuoda uutta mielekkyyttä oppilaille ja opettajan työhön. Käytetyimpiä digitaalisia työkaluja liikunnan oppiaineessa ovat olleet videointi ja liikkuva kuva, mobiilisovellukset ja sosiaalinen media, aktiivisuus-, askel- ja sykemittarit, erilaiset GPS-paikantimet ja -sovellukset, musiikki ja äänentoisto, pelit ja simulointi sekä oppimisympäristöt ja pilvipalvelut (Huhtiniemi, Salin & Lindeman 2017, 394–399.)

3 Liikunnanopetuksen toteuttaminen

Opetus määritellään kuvaamaan opetuksen interaktiivista toteutusvaihetta, eli opettaja opettamassa oppilaille tiettyä aihetta. Tätä vaihetta edeltää suunnittelu- eli pre-interaktiivinen vaihe. Opetusta seuraa postinteraktiivinen vaihe eli arviointivaihe. (Varstala 2007, 125.)

Toisin sanoen liikunnanopetus koostuu liikuntatunnin suunnittelusta, itse oppitunnin pitämisestä sekä arvioinnista. Näitä määrittelevät yhteiskunnassa vallitsevat arvot ja normit sekä opetussuunnitelmat. (Sääkslahti 2017, 276.) Tässä tutkimuksessa *liikunnanopetuksen toteuttamista* käytetään terminä kattaen sisälleen seuraavaksi esitetyt liikunnanopetuksen suunnittelun, oppitunnin pitämisen sekä arvioinnin. Myös yhteydenpito kodin ja koulun välillä liikunnan osalta katsotaan kuuluvan liikunnanopetuksen toteuttamiseen.

3.1 Liikunnanopetuksen suunnittelu

Liikunnanopetuksen suunnittelu pohjautuu Suomessa valtakunnalliseen Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteisiin 2014 ja sen lisäksi sekä kunnilla että kouluilla on omat opetussuunnitelmansa. Näiden pohjalta liikunnanopettaja suunnittelee itselleen liikunnan lukuvuosi-, lukukausi- ja jaksosuunnitelmat. Näistä suunnitelmista muodostuvat yksittäiset liikunnan tuntisuunnitelmat. (Sääkslahti 2017, 276.)

Tavoitteiden määrittelemineen on liikuntatunnin suunnittelun lähtökohta. Opetuksen tavoitteet ohjaavat sisältöjä sekä liikuntatunneilla käytettäviä työtapoja. (Heikinaro-Johansson & Lyyra 2018, 11.) Toisin sanoen opettaja valitsee jokaiselle oppitunnille opetussuunnitelmasta keskeiset tavoitteet ja keinot, joilla näihin tavoitteisiin pyritään (Huovinen 2019, 16).

Liikunnanopetuksen suunnittelussa opettajan tulee ottaa huomioon hyvin monta näkökulmaa. Tällaisia ovat esimerkiksi käytettävissä olevat tilat sekä välineet suhteessa liikuntaryhmän kokoon. (Heikinaro-Johansson & Lyyra 2018, 11.) Sääkslahden (2017, 280) mukaan määritettyjen tavoitteiden tulee perustua oppilaiden tuntemukseen, kehitystasoon sekä osaamisen tasoon. Yksittäisten tehtävien muokkaaminen, eriyttäminen ja oppilaiden yksilöllisten tarpeiden huomioiminen helpottuu, kun liikunnanopettaja on laatinut selkeän tuntisuunnitelman (Heikinaro-Johansson & Hirvensalo 2007, 104).

Liikunnan oppitunteja suunniteltaessa opettajan tulee pohtia turvallisuuskysymyksiä jokaisen liikuntatunnin sisällön kohdalla. Opetussisältöjen rytmittäminen ja koostaminen toisiaan tukeviksi edistää oppilaiden liikuntataitojen oppimista. Tarkoituksena on, että saadaan hyödynnettyä eri taitojen ja sisältöalueiden siirtovaikutus toisiinsa. Eri liikkumismuodot ovat

keinoja tukea oppilaiden kehitystä, turvata hyvinvointia sekä kehittää toimintakykyä. Hyvä ennakkosuunnittelu mahdollistaa opettajan nopean reagoinnin tunnin kulkuun ja toiminnan muokkaamisen mahdollisuuden tilanteeseen tarkoituksenmukaisella tavalla. (Sääkslahti 2017, 278–279.)

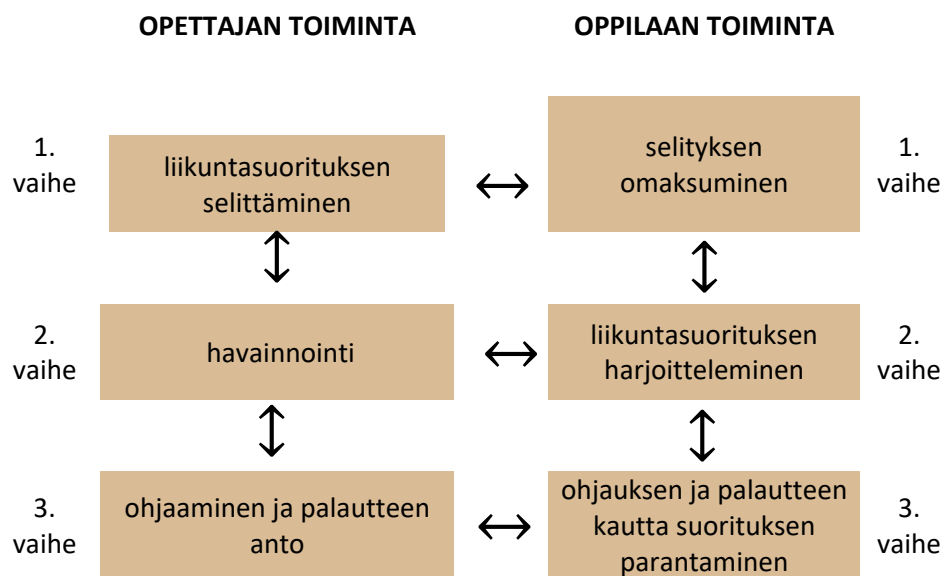
3.2 Liikunnan oppitunnin pitäminen

Opettajan omat arvot ja lähtökohdat vaikuttavat siihen, miten hän toteuttaa valtakunnallista sekä kuntien ja koulujen omia opetussuunnitelmia. Liikunnanopettajalla on päätösvalta siitä, mitä harjoitteita ja työtapoja hän käyttää opetuksessaan sekä kuinka paljon niihin on varattu aikaa. Työtavoilla voi säädellä vuorovaikutusta ja niiden avulla voi edistää taitojen oppimista sekä motivoida oppilasta. (Heikinaro-Johansson & Lyyra 2018, 11.) Jokainen oppilas on erilainen ja oppii eri tavalla, joten liikunnanopetuksessa olisi tärkeää, että oppilailla olisi mahdollisuus päästä työskentelemään erilaisten työtapojen kanssa (Heikinaro-Johansson & Hirvensalo 2007, 106).

Jokaisen liikuntatunnin tulisi sisältää vähintään puolet tunnista jotakin fyysisesti aktiivista toimintaa eli hengitys- ja verenkiertoelimestöä runsaasti kuormittavia tai huolellista keskittymistä vaativia tehtäviä. Yksittäiset harjoitteet muodostavat kokonaisuuden, jolla pyritään yleisiin tunnin tavoitteisiin. Opettajan tulisi huolehtia siitä, että oppilaat pääsisivät itse tekemään mahdollisimman paljon, eikä opettaja itse kuluta aikaa esimerkiksi liian pitkiin keskustelujaksoihin. Tehokas ajankäyttö ja nopea oppitunnin aloittaminen ovat oleellisia toimivan liikunnanopetuksen toteuttamisessa. (Huovinen 2019, 21; Sääkslahti 2017, 279–281.)

Varstala (2007, 126–127) jakaa liikuntaa opettavan opettajan toiminnan liikunnantunneilla kolmeen eri vaiheeseen: liikuntasuorituksen selittäminen oppilaille, oppilaan liikuntasuorituksen havainnointi sekä oppilaan liikuntasuorituksen ohjaaminen ja palautteen anto. Nämä kuuluvat opetus-oppimisprosessiin, joten opettajan ja oppilaan toiminta on riippuvuussuhteessa toisiinsa. Toiminnot on nähtävä vuorovaikutteisina, jotta liikuntasuoritus olisi tarkoituksenmukainen ja tapahtuisi oppimista. Kuviossa 1 on kuvattu vielä tarkemmin opetus-oppimisprosessia. Huovinen (2019) puolestaan jakaa opettajan toiminnan liikuntatunneilla viiteen eri toimintaluokkaan: järjestelyihin, tehtävän selitykseen, ohjaukseen, palautteen antoon ja tarkkailuun. Tässä mallissa lisänä Varstalan malliin on siis järjestelyt liikuntatunneilla. Järjestelyyn ja organisointiin kuuluvat välineiden ja oppilaiden siirtymät, musiikin laittamiset sekä opettajan omat liikkumiset. Noin kaksi kolmasosaa tunneista

opettaja käyttää aikaa opetus-oppimisprosessin kannalta tärkeisiin asioihin, eli oppilaiden suoritusten tarkkailuun, ohjeiden selittämiseen, ohjaamiseen sekä palautteen antamiseen. Yksi kolmasosa ajasta puolestaan kuluu liikuntatunnin järjestelyihin ja muuhun toimintaan. (Huovinen 2019, 22.)



Kuvio 1. Opetus-oppimisprosessin vaiheet liikuntatunnilla mukaillen Varstalaa (2007, 127).

Oppituntien rakenne muistuttaa usein toistuvaa peruskaavaa, jossa tunnin alussa on alkulämmittely tai aiheeseen virittäytyminen, keskelle tuntia harjoitteluosa, uuden taidon opettelu tai soveltaminen sekä tunnin lopussa loppuverryttely tai -leikki, tunnin koonti tai keskustelu tunnin oivalluksista (Sääkslahti 2017, 282). Oppituntien selkeä rakenne ja rutiinit edistävät oppilaiden osallistumista liikuntatunneilla etenkin oppilailla, joilla on tarkkaavaisuuteen liittyviä ongelmia. Oppituntia voidaan pitää onnistuneena, kun oppilaat osallistuvat ja liikkuvat opetussuunnitelman mukaisten tavoitteiden mukaan, kokevat onnistumisen ja viihtymisen tunteita sekä kun he oppivat uusia tietoja ja taitoja. Työrauha ja opettajan tekemät opetustilanteen ratkaisut edesauttavat edellä mainittujen asioiden toteutumista. (Huovinen 2019, 12, 53.)

3.3 Liikunnanopetuksen arviointi

Liikunnanopetuksen arviointi pohjautuu Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa 2014 esitettyihin tavoitteisiin, jotka muuttuvat oppilaan ikäkehityksen mukana.

Liikunnanopetuksen arviointi perusopetuksessa jakautuu puoliksi oppimisen ja työskentelyn

arvioimiseen. Oppilaiden oppimista käsittävät esimerkiksi uimataito, fyysisten ominaisuuksien kehittäminen sekä liikunta- ja välineenkäsittelytaidot. Oppilaiden työskentelyyn puolestaan kuuluvat yhteistyötaidot, yrittäminen ja aktiivisuus sekä turvallinen ja vastuullinen toiminta liikunnan oppitunneilla. Oppilasta tulee arvioida joka oppitunnilla sekä lukukauden ja -vuoden päätteeksi, jolloin arviointi voi olla sanallista tai arvosanapainotteinen riippuen luokka-asteesta ja kunnasta. (Opetushallitus 2014, 275.) Käytännössä liikunnan arvosana koostuu puoliksi oppimisesta ja puolet työskentelytaitojen pohjalta (Sääkslahti ym. 2017, 73).

Opettaja muodostaa suuren osan käsityksestään liikunnan arvioinnista tarkkailemalla oppilaita liikuntatunneilla (Vuollet 2019, 17). Heikinaro-Johansson ja Lyyra (2018) jakavat oppimisen arviointiin käytettävät tarkkailumenetelmät kahteen luokkaan, epäsystemaattisiin ja systemaattisiin observointimenetelmiin, joilla voidaan saavuttaa luotettavaa ja objektiivista tietoa tai vähemmän luotettavaa ja subjektiivista tietoa. Epäsystemaattiseen tarkkailuun kuuluvat muun muassa opettajan omat havainnot, tapahtumien kuvailu sekä kriteeripohjaiset asteikot. Epäsystemaattisen tarkkailun etuna pidetään sitä, että menetelmässä voi reagoida uusiin tilanteisiin. Systemaattisia tarkkailumenetelmiä ovat puolestaan yksityiskohtaiset ennakkosuunnitelmat sekä ennalta määritetyt kategoriat, kuten keston tai tapahtuman rekisteröinti. Olennaista systemaattisessa tarkkailussa on havainnoijien perehtyneisyys tarkkailumenetelmään. (Heikinaro-Johansson & Lyyra 2018, 40–45.)

Oppilaiden tulee tietää, mitä opettaja arvioi ja mitä heiltä vaaditaan tiettyyn arvosanaan. Liikunnan arviointi jaetaan formatiiviseen eli opintojen aikaiseen ohjaavaan arviointiin, kuten palautteeseen, sekä summatiiviseen päättöarviointiin. Tällöin oppilaan osaamista verrataan oppiaineen opetussuunnitelman tavoitteiden arviointikriteereihin. (Sääkslahti ym. 2017, 73.) Formativinen arviointi ja havainnointi antavat opettajalle tietoa siitä, tarvitseeko opetusta muokata ja eriyttää jotenkin (Chng & Lund 2018, 30). Tärkeää on, että oppilas saa mahdollisuuksia osoittaa taitonsa ja tietonsa ja että hän saa monipuolista ja kehittävää palautetta näytöistään (Heikinaro-Johansson & Hirvensalo 2007, 111). Suuri osa opetuksen arvioinnista onkin vuorovaikutusta opettajan ja oppilaiden välillä. Oppilaiden tulee saada kannustavaa palautetta ja ohjausta, tietoa oppimisesta sekä edistymisestä. Opettajien tulee huolehtia, että oppilaat saavat osoittaa osaamistaan eri arviointimenetelmiä käyttäen. Esimerkiksi erilaiset näyttötilanteet sopivat liikunnan oppiaineeseen. Myös itsearviointi on käytetty arviointimenetelmä liikunnanopetuksessa. (Opetushallitus 2014, 275.)

4 Etäopetus

Etäopetusta (*eng. 'online teaching'; 'remote teaching'; 'distance learning'*) on toteutettu jo reilu sata vuotta sitten, joten opetuksen toteutustapana se ei ole uusi (Moore & Thompson 1990, 2). Etäopetus tarkoittaa kaikkea tieto- ja viestintätekniiikan avulla toteutettua opetusta, jossa opettaja ja oppija ovat opetushetkellä eri paikoissa (Nummenmaa 2012, 20; Moore & Thompson 1990, 8). Moore ja Thompson (1990, 8) kuvaavat etäopetuksessa keskeistä olevan vuorovaikutus oppijan ja opettajan välillä. Vuorio, Ranta, Koskinen, Nevalainen-Sumkin, Helminen ja Miettunen (2021) jakavat etäopetuksen kolmeen eri luokkaan: reaaliaikaiseen etäopetukseen, ei-reaaliaikaiseen etäopetukseen sekä yhdistelmään molemmista.

Reaaliaikaisessa etäopetuksessa opettaja voi hyödyntää verkkovideoyhteyttä, kuten Microsoftin Teams-palvelua. Reaaliaikaisessa etäopetuksessa oleellista on, että opettaja ja oppilas näkevät toisensa ja pystyvät kommunikoimaan, vaikka ovat eri paikoissa. Ei-reaaliaikaisessa etäopetuksessa puolestaan oppilaiden opiskeltava sisältö on jollakin oppimisalustalla, kuten Peda.net:ssä. Tällöin oppilas voi tehdä tehtäviä omaan tahtiin itsekseen. Näiden lisäksi käytössä on ollut monimuoto-opetusta ja hybridiopetusta. (Vuorio ym. 2021, 14.) Covid 19 -viruksen nopea leviäminen pakotti opiskelijat ja opettajat luomaan uusia opiskelu- ja opetusstrategioita, kun siirryttiin nopealla aikataululla väliaikaisesti etäopetukseen, josta ruvettiin käyttämään käsitettä hätäetäopetus (*eng. 'Emergency Remote Teaching'*) (Thomas, Lucski & McCulloch 2021, 1; Hodges, Moore, Lockee, Trust & Bond 2020).

Saarisen (2001, 9) mukaan etäopetuksen periaatteena on ollut toteuttaa opetusta niille, joilla on rajatusti aikaa opiskeluun ja jotka eivät halua käydä säännöllisesti oppitunneilla. Tällaisia etäopetukseen osallistuvia ovat olleet esimerkiksi työssäkäyvät aikuiset, täydennyskoulutusta hakevat tai taloudellisesti heikommat, joilla ei ole mahdollisuutta kokopäiväiseen opiskeluun. Stavredesin ja Herderin (2013, 155) mukaan opiskelijat usein valitsevat mieluummin koulutuksen tai koulun, joka sopii heidän opintosuunnitelmiinsa käyttämällä etäopetusta, kuin maantieteellisesti lähimmän koulun. Koronapandemian aiheuttaman etäopetuksen myötä hybridiopetusta on alettu käyttämään poikkeavien opetusjärjestelyjen jälkeen. Terminä hybridiopetus kuvaa tilannetta, jossa koulut hyödyntävät alueellisesti etäyhteyttä hyödyntävää opetusta osittain eli toisin sanoen osa opetusryhmästä on läsnä ja osa etänä. (Vuorio ym. 2021, 15.)

Seuraavaksi esitellään etäopetuksen periaatteita ensiksi ennen koronapandemiaa sen ollessa vapaaehtoista ja vielä hieman tuntematonta, sekä toiseksi etäopetuksen ollessa pakollista kaikille peruskoululaisille ja opettajille poikkeusolosuhteissa. Viimeisessä alaluvussa keskitytään etäopetuksen toteutukseen liikunnan oppiaineen kohdalla. Tässä tutkimuksessa etäopetuksella tarkoitetaan kaikkea kevään 2020 jälkeen kevääseen 2022 asti tapahtunutta etänä tapahtuvaa opetusta, ellei toisin mainita.

4.1 Etäopetus ennen koronapandemiaa

Etäopetuksen tutkimus on kohdistunut lähinnä aikuiskoulutukseen, toisin kuin tutkimus lasten etäopetuksesta on vielä verrattain vähäistä (Hilli 2020, 39). Nummenmaa (2012) on tutkinut etäopetuksen tilannetta suomalaiskouluissa, opettajien kiinnostusta etäopetusta kohtaan sekä etäopetukseen kohdistuvia näkemyksiä, sovelluksia, haasteita ja mahdollisuuksia. Alakoulun opettajat olivat tutkimuksen mukaan sitä mieltä, että etäopetus ei sovellu kovin hyvin alakouluun, sillä vuorovaikutustaitoja on tärkeää opetella kasvotusten. Etäopetusta ja verkon kautta työskentelyä ei pidetty samanarvoisena kuin kasvokkain toimimista. Vuorovaikutusta oppilaan ja opettajan välillä pidettiin tärkeänä samalla, kun oppilaiden välistä vuorovaikutusta ei pidetty yhtä tärkeänä. (Nummenmaa 2012, 20–28.) Means, Toyama, Murphy, Bakia ja Jones (2010, 52) puolestaan selvittivät kirjallisuuskatsauksessaan, että etäopetuksella on päästy parempiin oppimistuloksiin verrattuna kasvokkain tapahtuvaan lähiopetukseen. Hilli (2020) toteaa etäopetuksen vieneen aikaa ja vuorovaikutuksen olevan etäopetuksessa ongelma. Oppilaat pystyivät laittamaan mikrofonit ja kamerat pois päältä välttääkseen kommunikaatiota. Opettaja ei aina tiennyt, mitä oppilaat tekivät vai tekivätkö he tehtäviä ollenkaan. Etäopetukseen osallistui myös sellaisia oppilaita, joita opettaja ei tuntenut ennestään, mikä vaikeutti entisestään opetuksen toteuttamista etäopetuksessa. (Hilli 2020, 45–46.)

Tärkeinä asioina etäopetuksessa vuorovaikutuksen rinnalla koettiin olevan motivointi, palautteen antaminen, oppilaiden aktivointi ja ohjaus. Moni opettaja painotti etäopetuksen olevan parhaimmillaan, jos opetus on joustavaa ja etäopetuksen avulla pystyy motivoimaan oppilaita. Myös eriyttäminen, henkilökohtaisen ja yksityisen palautteen antaminen sekä tuen ja ohjauksen antaminen nähtiin olevan etäopetuksen parhaimpia puolia. Ylipäänsä opettajat puhuivat etäopetuksesta enemmän positiiviseen kuin negatiiviseen sävyyn. (Nummenmaa 2012, 20–28.) Stenman ja Pettersson (2019, 94–95) esittävät etäopetuksen olevan ratkaisuna sellaisille oppilaille, joilla on tapana olla vain vähän fyysisesti paikalla opetuksessa.

Tekniikkalaitteiston heikko saatavuus ja kouluilta saatu tuki ja asenne niiden opetteluun toivat päänvaivaa opettajille ja digitalisaation kasvaessa koettiin lisäävän myös työn määrää (Nummenmaa 2012, 20–28). Opettajilla ei ole ollut tarvittavia teknisiä taitoja ja tukea etäopetuksen pitämiseen. Toiseksi huoleksi opettajat ovat nostaneet, että kaikki tietotekniset sovellukset eivät sovi kaikille oppilaille. Suuri osa sovelluksista ja teknologiasta on suunniteltu yritysmaailmaan, eikä niinkään opetustarkoitukseen. (Stenman & Pettersson 2019, 95.) Myös muista kouluvälineistä on aiheutunut ongelmia etäopetuksessa. Australiassa liikunnanopettajat teettivät harjoitteita oppilaille niillä välineillä, mitä heillä oli käytössään. Kaupungissa ei ollut edes kunnan liikuntapaikkoja, mutta oppilaat saivat käyttää luovuuttaan ja soveltaa pelejä omanlaisikseen, jotta liikunnasta tuli mahdollista. (Rossi & Sirna 2008, 7–10.)

4.2 Etäopetus poikkeusolosuhteissa

Etäopetus poikkeaa lähiopetuksesta monellakin tapaa. Kun hallitus julisti poikkeusolot Suomeen maaliskuussa 2020 (Valtioneuvosto 2020b), etäopetus oli kaikille oppilaille ja opettajille pakollista kunnista tai kouluista riippumatta. Noin viikko myöhemmin päätöksen tultua voimaan, hallitus teki uuden asetuksen, jossa selvennyksenä 1.–3. luokilla, erityisen tuen piirin oppilailla sekä perusopetukseen valmistavan opetuksen oppilailla oli oikeus lähiopetukseen. Pääasiassa 1–9 vuosiluokat olivat kuitenkin etäopetuksessa toukokuun puoleenväliin asti. (Valtioneuvosto 2020a; Vuorio ym. 2021, 13.) Vuorion ynnä muiden (2021, 47) kokoama raportti etäopetuksesta vuodelta 2020 toteaa etäopetuksen sujuneen pääosin positiivisesti, mutta ei ongelmitta.

Etäopetuksessa korostuu oppijan itsesäätely sekä vastuun ottaminen oppimisesta.

Etäopetuksen oppimisprosessissa metakognitiiviset taidot saavat suuremman roolin verrattuna läsnäoloon. (Saarinen 2001, 35.) Alakoulun oppilailta odotettiin etäopetuksessa itsenäistä työskentelyä, jossa hyödynnettiin itseohjautuvaa oppimista (Ahtiainen ym. 2021, 42). Lisäksi itsenäistä vastuunkantoa edellytettiin oppilailta enemmän verrattuna lähiopetukseen (Koski ym. 2020). Opetuksen laatu koettiin kuitenkin heikommaksi. Opetus- ja kulttuuriministeriön OKM:n ja Aluehallintoviraston AVI:n teettämän kyselyn mukaan neljäsosan mielestä opetuksen laatu oli tyydyttävää. Neljäsosa noin 250 kunnasta vastasi puolestaan poikkeusolojen opetuksen laadun olevan normaalia ja noin puolet vastasi laadun olleen hyvää. (Karvi 2020.) Toisaalta Kosken ym. tutkimuksen (2020) tuloksista kävi ilmi, että noin 40 prosentin mukaan vastanneista opettajista opetuksen laatu oli huonontunut etäopetuksen

aikana. Hieman alle puolet opettajista oli myös sitä mieltä, että oppilaat ovat oppineet etäopetuksessa huonommin verrattuna lähiopetukseen. Myös Sternadel (2021, 6) toteaa, että etäopetuksella on ollut negatiivinen yhteys oppimistuloksiin. Puolet vastaajista ilmoitti pystyvänsä arvioimaan osittain oppilaiden työskentelyä oppiaineissa. Poikkeusolojen työmäärän suuremmaksi tai paljon suuremmaksi verrattuna normaaleihin olosuhteisiin koki 89 prosenttia opettajista. (Ahtiainen ym. 2020, 17, 19.)

Nopean teknologian kehittymisen johdosta etäopetus oli mahdollista 2020-luvulla (Listkova 2020, 1). Jotkut kunnat olivat hyödyntäneet opetuksessaan erilaisia sähköisiä oppimislustoja jo ennen poikkeusoloja, joillakin ei puolestaan ole ollut taloudellista tukea päätelaitteen hankkimiseen jokaiselle (Kääpä & Huovinen 2020, 14). Kaikilla oppilailla tai opettajillakaan ei ollut tarvittavia etäyhteysvälineitä heti pandemian alkuvaiheessa, mikä toi suuria haasteita etäopetuksen toteuttamiseen. Myös puutteelliset verkkoyhteydet haittasivat arkea. Opettajat ja oppilaat joutuivat tilanteeseen, jossa heidän tuli opetella aivan uudet tietokoneohjelmat ja -alustat, jolloin voidaan puhua suuresta digiloikasta. (OAJ 2020.) Valtakunnallisessa pandemian aikaista koulunkäyntiä, opetusta ja kouluyhteisön hyvinvointia koskevassa tutkimuksessa on saatu samankaltaisia tuloksia. Kyselyyn vastasi kaikkiaan yli viisi tuhatta opettajaa 218 kunnasta. Vaikka kyselyyn vastanneista opettajista suurin osa koki omien sähköisten laitteidensa ja verkkoyhteyksien toimineen hyvin, reilu puolet koki oppilaiden yhteydet ja laitteiden käytettävyyden heikoksi. (Ahtiainen ym. 2020, 17, 19.) Niemen ja Kuosan tutkimuksessa (2020, 539) suomalaisilla lukiolaisilla ei ollut ongelmaa teknologian ja tietoteknologia-laitteiden kanssa, vaikka vaikeuksia havaittiinkin muilla osa-alueilla. Tieto- ja viestintäteknologia-laitteiden käyttö ja sen hallitseminen on siis vaihdellut suurestikin.

Etäopetuksessa ja poikkeusolojen aikana huolenaiheeksi on koettu opetusta ja koulutusta tukevien perusrakenteiden, kuten fyysisen läsnäolon ja opettajan antaman lähituen puuttuminen (Karvi 2020). Varsinkin tukea saavat oppilaat ovat olleet suurissa vaikeuksissa etäopetuksen aikana (OAJ 2020). Hytönen (2020) nosti *Kasvatus & Aika* -lehden pääkirjoituksessaan esille huolen lasten eriarvoisuuden poikkeusolosuhteissa. Iso osa vanhemmista on ollut etätöissä kotona, minkä ansiosta he ovat pystyneet valvomaan lastensa etäopiskelua ja auttamaan tarvittaessa, pitäneet huolta ja huolehtineet, että lapset voivat hyvin. Lasten vanhemmista suuri osa oli kuitenkin päivät töissä. Heidän lapsensa ovat saattaneet olla juuri niitä, jotka tarvitsisivat tukea. On myös lapsia, joilla ei ole hyvä olla kotona ja joille päivän ainoa lämmin ateriala on ollut koulussa. Kaikki lapset eivät ole saaneet kotoa apua etäyhteyksien muodostamisessa tai tarvitsemaansa apua koulutyössä ja oppimisessa. (Hytönen

2020, 2.) Myös Ahtiainen kollegoineen (2021, 40, 42) raportoivat, että tasa-arvo ei toteutunut täysin poikkeusjärjestelyissä etäopetuksen aikana. Muun muassa huoltajilla oli erilaiset mahdollisuudet osallistua lasten koulunkäyntiin. Koski ja muut (2020) puolestaan raportoivat, että huoltajat vastasivat etäopetuksen järjestyneen hyvin ja oppilaat kokivatkin saaneensa riittävästi tukea koulunkäyntiinsä.

Poikkeusolosuhteet ovat tuoneet useiden haasteiden rinnalle myös positiivisia vaikutuksia. Etäopiskelun uskotaan lisäävän opiskelijan itseohjautuvuutta ja sitä kautta parantavan oppimistuloksia (Saarinen 2001, 11). OAJ:n tekemän tutkimuksen (2020) mukaan poikkeusolot ovat opettajien sanoin vaikuttaneet yksittäisiin oppilaisiin positiivisesti. Esimerkiksi ne, joilla on keskittymisvaikeuksia, aistiyliherkkyyttä, koulukiusaamistaustaa tai kouluahdistusta, ovat kokeneet positiivisen vaikutuksen etäopiskelusta. Opettajat ovat myös raportoineet omien tieto- ja viestintätekniikan taitojensa parantuneen pakon edessä opetteluun avulla. Hytönen (2020, 2) piti positiivisena asiana sitä, että oppilaat saivat lisää vapautta ja vastuuta. Opettajat puolestaan saivat etäopetuksen myötä uusia keinoja opetukseen ja ohjaukseen.

4.3 Liikunnanopetus etäopetuksessa

Keväällä Koski ynnä muut (2020) keräsivät aineistoa opettajilta, oppilailta ja huoltajilta kevään poikkeusajan opetuksen kokemuksista. Tutkimuksen mukaan taito- ja taideaineet eivät soveltuneet etäopetukseen niin oppilaiden kuin opettajienkaan mielestä. Varsinkin liikunnanopetus koettiin haastavana etäolosuhteisiin sovellettuna etäopetuskeinoin. Vuorio ja kollegat (2021, 21) olivat yhtä mieltä siitä, että liikunta oppiaineena ei soveltunut etäopetuksen pariin.

Kaksi kolmesta opettajasta (n=4859) ympäri Eurooppaa opetti ensimmäistä kertaa etäopetuksessa sen alkaessa, joten he kokivat olevansa kokemattomia ja tarvitsevansa lisäkoulutusta etäopetukseen (School Education Gateway 2020). Kääpä ja Huovinen (2020) selvittivät tutkimuksessaan, miten opettajat muuttivat liikunnanopetuksensa etäopetuksiksi. Tutkimuksen mukaan opettajat kokivat onnistuneensa liikunnan toteuttamisessa, vaikka etäopetus toi omat haasteensa ja oli kuormittavampaa. Opetussuunnitelmien toteuttaminen sujui olosuhteisiin nähden hyvin. Fyysisten taitojen tavoitteet saavutettiin hyvin, mutta sosiaalisia tavoitteita ei pystytty toteuttamaan etäopetuksessa. Etäopetus koetteli joitakin oppilaita myös psyykkisesti. Opettajat kokivat liikunnan etäopetuksessa haasteiksi vuorovaikutuksen vähyden, arvioinnin sekä tukea tarvitsevat oppilaat. (Kääpä & Huovinen

2020.) Erityistuen oppilaita koskevassa eurooppalaisessa tutkimuksessa koettiin samoja haasteita. Erityistuen oppilailta puuttui jäsenetty oppimisympäristö kotoa ja vertaiset, joita normaalisti näkee lähes päivittäin. (Ng Klavina, Ferreira, Barertt, Pozeriene & Reina 2021, 108–109.)

Poikkeusoloissa liikunnanopetustakin tulisi järjestää etäyhteyksiä sekä digitaalista oppimisympäristöä hyödyntäen. Opettajien tulisi teknologiasta huolimatta toteuttaa opetusta ottaen huomioon, että oppiaineen tavoitteet toteutuvat. Käytettävien materiaalien tulee kuitenkin olla turvallisia, pedagogisesti valideja sekä oppimista edistäviä. Opetuksen suunnittelussa tulisi huomioida opetussuunnitelman perusteet ja pyrkiä toteuttamaan liikunnanopetusta etäyhteyksiä hyödyntämällä tarjoten oppilaille monipuolisia oppimisympäristöjä ja -sisältöjä opettamalla havaintomotorisia taitoja, fyysisiä ominaisuuksia, motorisia perustaitoja sekä oman kehon hahmottamista. (LIITO ry 2020.) Toisin kuin normaalissa lähiopetuksessa liikunnanopettajien oli turvaututtava pelkästään teknologilaitteisiin koronakaranteenin ja sulkutilan aikana (Ng ym. 2021, 109).

Digivalmius koettiin mahdollisuudeksi opetuksen monipuolistamisessa. Käytettyjä liikuntaohjelmia olivat muun muassa Sports Tracker, Sportyplanner, Seppo, Just Dance Now sekä muut valmiit videomateriaalit esimerkiksi Sporttipankista. (Kääpä & Huovinen 2020, 13.) Kommunikaationa toimivat sähköposti, puhelin, tekstiviestit ja WhatsApp-viestit. Opettajat pitivät mieluummin yhteyttä oppilaisiinsa viestintäkanavien kautta kuin käyttäen pedagogisia oppimisalustoja. (Ng ym. 2021, 108–109.) Yksi viidestä käytti etäopetuksessaan radiota, kaksi kolmesta televisiota ja 80 prosenttia käytti erilaisia online-palveluita. Tästä syystä harva oppilas oli päivittäin yhteydessä opettajaansa. (School Education Gateway 2020.) Indonesialaisesta tutkimuksesta kävi ilmi, että kolme yhdeksästä peruskoulun liikunnanopettajasta antoi kirjallisia tehtäviä oppilaille kotiin tehtäväksi, eivätkä hekään pyytäneet lähettämään niitä takaisin puutteellisten kommunikaatiovälineiden takia. Yksi opettajista antoi oppilaille videotehtäviä ja kysymyksiä WhatsAppin kautta. Yksi opettajista ei antanut oppilaille mitään tehtäviä, koska oppilailla ei ollut kotona tarvittavia välineitä, kuten mailoja, palloja tai pituushyppyyn hiekkalaatikoita. (Williyanto 2020, 477.) Yhdysvalloissa käytetyimpiä opetusmuotoja olivat kirjallisten tehtävien palautus viidenkymmenen prosentin mukaan ja videotehtävien tekeminen 37 prosentin mukaan (Mercier, Centeio, Garn, Erwin, Marttinen & Foley 2021, 337, 340).

Kaikilla eurooppalaisilla opettajilla ei ollut käytössään tietokoneita, tarvittavia sovelluksia tai edes internet-yhteyttä (School Education Gateway 2020). Williyanton (2020) mukaan Indonesian alakoulun liikunnanopettajat ilmaisivat huolensa, ettei kaikilla ollut tarvittavia välineitä, kuten älypuhelimia, joten liikunnanopetusta ei toteutettu pandemian aikana. Vain viisitoista prosenttia tutkimukseen vastanneista opettajista toteutti liikunnanopetusta pandemian aikana ja käytti opetuksessaan 70 prosenttia kognitiivisia taitoja kehittäviä tehtäviä, 45 prosenttia psykomotorisia taitoja kehittäviä ja 15 prosenttia tunnetasoa kehittäviä tehtäviä. (Williyanto 2020, 477.) Yhdysvalloissa tilanne koettiin samanlaiseksi.

Liikunnanopettajat (n=4362) joutuivat opettamaan liikuntaa ilman juuri mitään tukea ylemmältä taholta, eli toisin sanoen he joutuivat itse selvittämään, miten opettaa liikuntaa etäopetuksessa. Keväällä 2020 liikunnan etäopetuksessa kaikkien opettajien oli käytettävä tieto- ja viestintäteknologisia laitteita vähällä osaamisella ilman harjoittelua tai koulutusta ennen etäopetukseen siirtymistä. Viidesosa tutkittavista vastasi, että heidän työskentelynsä oli tehottomampaa etäopetuksen aikana. (Mercier ym. 2021, 337, 340.)

Liikunnanopetuksen arviointi poikkeusolojen aikana on saanut keskustelua aikaan opetuslalla työskentelevien keskuudessa. Yhdenvertaisuuden vuoksi Opetushallitus linjasi keväällä 2020, että myös etäopetuksessa tulee noudattaa Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteita. Kuitenkin arvioinnilta etäopetuksessa edellytetään oppilaslähtöisyyttä ja kannustavuutta. Opettajilla oli keväällä mahdollisuus poiketa valmiuslain nojalla opetuksen tuntijaosta ja perusopetusasetuksessa annetusta opetuksen määrästä. Oppilaan tulisi saada opettajalta palautetta säännöllisesti sekä mahdollisuuksia erilaisiin näyttöihin. (Vitikka & Rissanen 2020.) Keväällä 2021 pandemian jatkuessa Opetushallitus antoi ohjeet etäopetuksen toteuttamiseen. Arvioinnin tulisi perustua monipuolisesti kerättyihin oppilaiden näyttöihin. Oppilaille tulisi tarjota vaihtoehtoisia tapoja osoittaa osaamistaan, mikäli oppilaan terveydentila tai olosuhteet vaikeuttavat näyttöjen antamista. Työskentelyn arviointia tulisi myös ohjeiden mukaan toteuttaa opetussuunnitelman perusteiden mukaisesti perustuen oppiaineiden tavoitteisiin. (Opetushallitus 2021.) Normaaaleissa olosuhteissa lähiopetuksessa opettaja tarkkailisi aktiivisesti oppilaiden suorituksia ja annettua tehtävää eli oppilaiden oppimista (Heikinaro-Johansson & Lyyra 2018, 33). Poikkeusolosuhteissa aktiivinen tarkkailu ja jatkuva palautteen antaminen on saattanut osoittautua vaikeaksi.

Opetussuunnitelmassa on nostettu esille sosiaaliset suhteet, koska ”liikunta tarjoaa mahdollisuuksia iloon, keholliseen ilmaisuun, *osallisuuteen*, *sosiaalisuuteen*, rentoutumiseen, leikinomaiseen kisailuun ja ponnisteluun sekä *toisten auttamiseen*” (Opetushallitus 2014,

148). Etäopetuksessa sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen saattaa kuitenkin olla hankalaa, koska kanssakäymisiä ei pysty samalla tavalla toteuttamaan kuin normaalissa lähiopetuksessa. Opetushallitus linjasi tämänkin varalle omat ohjeensa, joiden mukaan säännöllinen vuorovaikutus poikkeusoloissakin on tärkeää. (Vitikka & Rissanen 2020.) Toisaalta etäopetuksessa tapahtuvaa liikunnanopetusta arvostettiin myös vuorovaikutuksen puutteen takia. Kääpä ja Huovinen (2020, 10) mainitsivat positiiviseksi liikunnan etäopetuksessa itsenäisen liikkumisen, jolloin liikuntaa pystyi toteuttamaan ilman sosiaalista painetta.

5 Tutkimusongelmat

Tutkimuksessa selvitetään, minkälaisin keinoin alakoulun opettajat ovat toteuttaneet liikunnanopetusta etäopetuksen aikana. Toteutuksella tarkoitetaan tässä tutkimuksessa liikunnanopetuksen suunnittelua, oppituntien opettamista sekä arviointia. Etäopetuksella puolestaan tarkoitettiin kaikkea etäopetusta, jota tutkittavat opettajat olivat toteuttaneet aineistonkeruun hetkellä. Suurimmalla osalla etäopetuskokemus oli kevästä 2020 ja osalla opettajista etäopetus jatkui vaihtelevasti vuoden 2021 kevääseen ja syksyyn. Tutkimuksessa otetaan huomioon, miten liikuntaa opettavat opettajat kokivat etäopetuksen toteuttamisen. Lisäksi tarkastellaan, miten opettajien sukupuoli oli yhteydessä liikunnan etäopetuksen toteuttamiseen.

Tutkimusongelmat ovat seuraavat:

1. Miten alakoulun opettajat toteuttivat liikunnanopetusta etäopetuksen aikana?
2. Miten liikuntaa opettavat opettajat kokivat liikunnan etäopetuksen toteuttamisen?
3. Miten alakoulun opettajien sukupuoli oli yhteydessä etäliikunnanopetuksen toteuttamiseen?

6 Tutkimuksen toteutus

Tutkimus toteutettiin vuosien 2020–2022 aikana. Tässä luvussa esitellään tutkimuksen tutkimusmenetelmät. Luvussa keskitytään tutkimuksen aineistonkeruumenetelmään, tutkittaviin ja aineiston kuvaukseen sekä tutkimuksen aineiston analyysiin. Tutkimus toteutettiin pääosin kvantitatiivisena eli määrällisenä tutkimuksena. Jotta tutkimuksesta saataisiin mahdollisimman kattavasti informaatiota, tutkimuksessa käytettiin lisäksi laadullista aineistoa avointen kysymysten muodossa. Näiden avulla selvennettiin tutkittavien kokemuksia, joita ei osattu ottaa huomioon määrällisen datan avulla.

6.1 Aineistonkeruumenetelmä

Tutkimuksen aineisto kerättiin sähköisen Webropol-kyselyn avulla (Liite 1) kevään 2021 aikana. Tarkoituksena oli saada kattavasti tietoa monelta eri henkilöltä, joten kvantitatiivinen tutkimus oliärkevin toteutuksen kannalta. Sähköinen kysely lähetettiin ympäri Suomen alakouluja, jotta tutkimus olisi mahdollisimman kattava ja todenperäinen ilman maantieteellistä rajausta. Lisäksi kvalitatiivisen osuuden käyttö oli perusteltua, sillä laadullisella aineistolla saatiin kerättyä sellaista tietoa, mitä ei osattu kysyä määrällisesti. Laadullinen aineisto koski etäliikunnanopetuksen toteuttamista, eli suunnittelua, oppitunnin pitämistä sekä arviointia. Aineistonkeruumenetelmäksi valikoitui siis triangulaatio (*eng. 'mixed methods'*), eli erilaisten metodien yhdistäminen tutkimuksessa (Tuomi & Sarajärvi 2018, 167).

Aineistonkeruumenetelmäksi valikoitui sähköinen kysely, sillä aineistonkeruu oli nopeaa ja helppoa tällä tavoin sekä kyselyn tulokset olivat valmiiksi sähköisessä muodossa aineiston analysointia varten (ks. Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 196; Kuula 2011, 174). Sähköisesti toteutetussa kyselyssä etuna oli myös toteutuksen edullisuus ja se, että tutkija pystyi reaaliaikaisesti seuraamaan, kuinka moni kyselyyn oli vastannut. Tällöin tutkijan oli mahdollista lähettää kyselyä useammalle tutkittavalle, jos vastauksia ei tullut. Sähköinen kysely antoi myös mahdollisuuden tutkia maantieteellisesti laajalta alueelta. (Ks. Valli 2010, 109.)

Tutkimusta varten luotiin Webropol-kysely (Liite 1). Kyselyssä jokaiselta tutkittavalta kysyttiin samat kysymykset. Kysely muodostui kolmesta osiosta. Ensimmäisessä osiossa oli tutkittavien taustatiedot, jotka olivat tutkimuksen kannalta olennaisia. Taustatiedoista kysyttiin ikä, sukupuoli, kunta, jossa opetti etäopetuksen aikana, opetusvuodet, koulutus,

millä luokka-asteella opetti etäopetuksen aikana liikuntaa sekä kuinka monta tuntia opetti liikuntaa etäopetuksen aikana. Lisäksi kysyttiin, miten opettajat pitivät yhteyttä koteihin liikunnan osalta, ja miten he saivat tiedon liikunnan suorittamisesta. Toinen osio koostui strukturoiduista monivalintakysymyksistä pohjautuen viisiportaiseen Likert-asteikkoon (1 = täysin eri mieltä... 5 = täysin samaa mieltä). Likert-asteikollisia väittämiä oli kyselyssä 33. Kyselyn kysymykset pohjautuivat aikaisempaan tutkimukseen sekä valtakunnalliseen perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden 2014 sisältöihin ja tavoitteisiin liikunnan oppiaineen osalta. Likert-asteikon väittämiä aseteltiin kontrollikysymyksillä myönteiseen ja kielteiseen muotoon, esimerkiksi *”Liikunnan arviointi oli helppoa etäopetuksessa”* ja *”Oli vaikeaa toteuttaa erilaisia harjoitteita etäopetuksessa”*. Tällä pyrittiin ehkäisemään vastaajan säännönmukaista vastaamista ja samalla ammatissa toivottujen vastauksien antamista. Kyselyssä jokainen kysymys oli pakollinen, eli vastaaja ei päässyt seuraavalle sivulle ennen kuin oli vastannut kaikkiin kysymyksiin. Tämä on sähköisen kyselyn etu ja takaa sen, että vastauksia ei jää puuttumaan kyselystä. (Valli 2010, 113.) Kyselyn kysymykset muotoiltiin mahdollisimman selkeiksi, ettei niissä olisi tulkinnanvirheitä ja näin ollen olisivat mahdollisimman luotettavia. Jotkin kysymykset olivat kyselyssä selitetty auki, jotta ymmärtämisessä ei olisi minkäänlaisia ongelmia, esimerkiksi *”Käytin liikunnan etäopetuksessa usein komentotyylä. (Opettaja kertoo kaiken, mitä tehdään ja harjoitteet suoritetaan yhtäaikaisesti.)”*.

Viimeinen kyselyn osio sisälsi avoimia kysymyksiä, joihin vastaajat saivat vastata omin sanoin. Jokaisen osion alussa oli vastaamiseen ohjeet, jotka tehtiin mahdollisimman yksinkertaisiksi ja lyhyiksi, jolloin vastaajan oli helppo vastata kysymyksiin (ks. Valli 2010, 109). Avoimilla kysymyksillä selvitettiin tapoja, keinoja ja näkökulmia, joita ei oltu tutkimusta tehdessä osattu ottaa huomioon (ks. Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 201). Lisäksi avoimilla kysymyksillä selvitettiin täsmennettynä, miten opettajat toteuttivat liikunnanopetusta. Kyselyssä oli kolme avointa kysymystä, joihin vastaajat saivat vastata omin sanoin. Kaikki kysymykset merkittiin pakollisiksi täyttää.

Webropol-kysely esitestattiin ennen sen varsinaista lähettämistä. Esitestauksella varmistettiin, että kysely oli toimiva ja haettiin keskimääräistä kyselyn täyttöön kuluvaan aikaan. Kyselyyn vastasi esitestausvaiheessa viisi luokanopettajaa, jotka opettivat liikuntaa kevään 2020 aikana. Tällä menettelyllä kysymyksiä ja asettelua pystyi muuttamaan, kun esitestattavat kokivat jotkut kysymykset epäselviksi tai tarpeettomiksi tutkimuksen toteutuksen ja tavoitteiden kannalta. Esitestattavilta pyydettiin kommentteja myös ulkoasun selkeydestä sekä kyselyn

reliabiliteetista, eli mittauksen virheettömyydestä. Lisäksi haluttiin saada vastaus kyselyn validiutta, eli mittarin ja mittauskohteen välistä suhdetta koskevista asioista (ks. Tähtinen, Laakkonen ja Broberg 2020, 29–30). Lopullinen kysely tehtiin näiden testausvaiheessa saatujen kommenttien perusteella, kun kysely todettiin toimivaksi.

Tutkimus toteutettiin yksinkertaisena satunnaisotantana eli kaikilla opettajilla oli yhtä suuri todennäköisyys tulla valituksi otokseen (ks. Nummenmaa 2009, 26–27). Tämä tapahtui tutkijan mielivaltaisella päätöksellä valitsemalla jokaisen Suomen maakunnan sisältä ensiksi kaksi kuntaa Tilastokeskuksen verkkosivuilta, johon kunnat olivat listattuna maakunnittain (ks. Tilastokeskus 2021). Jokaisesta valitusta kunnasta valittiin samaan tapaan sattumanvaraisesti tutkijan mielivaltaisella päätöksellä kunnan verkkosivuilta koulu, jonka rehtorille laitettiin tutkimukseen osallistumispyyntö (Liite 2). Ahvenanmaata ei otettu tutkimukseen mukaan ollenkaan kielen vuoksi. Myös ruotsinkieliset koulut jäivät koulujen valinnasta pois.

Jokaiselle maakunnan kahdelle edellä mainituin valintaperustein valitulle alakoulun rehtorille lähetettiin sähköpostitse tutkimuspyyntö, joka pyydettiin heitä jakamaan eteenpäin kaikille koulujensa liikuntaa opettaville opettajille. Sähköposti sisälsi linkin sähköiseen kyselyyn, ohjeet opettajille sekä tutkijan yhteystiedot lisätietojen varalta tutkimuksesta (Liite 2) (ks. Kuula 2011, 104). Huonon vastaamisprosentin vuoksi arvottiin lisää kuntia ja kouluja edellä mainitulla menetelmällä, jotta tutkittavia saataisiin enemmän. Kysely lähetettiin sähköpostitse vuoden 2021 maaliskuu–toukokuun aikana viikon välein yhteensä noin 300 rehtorille. Jotkut kunnat vaativat tutkimusluvan, joten aikaa kului myös niiden hakemiseen ja hyväksymiseen. Tällä menettelyllä riittävän moni opettaja ei kuitenkaan lähtenyt mukaan tutkimukseen, joten tutkimuspyyntö (Liite 3) julkaistiin lisäksi kahteen erilliseen Facebook-ryhmään, joissa kohderyhmänä olivat opetusalan ammattilaiset kattaen sisälleen luokanopettajat ja liikunnanopettajat sekä toisessa ryhmässä spesifioidusti liikunnanopettajat. Kumpaankin Facebook-ryhmään laitettiin vielä muistutus tutkimukseen osallistumisesta kaksi viikkoa myöhemmin ensimmäisestä julkaisusta.

Vaikka avoimet kysymykset olivat merkattu pakollisiksi täyttää, jotkut vastaajat eivät kuitenkaan vastanneet niihin, vaan ohittivat ne jollakin merkillä, kuten pisteellä (.). Muutama vastaaja ohitti kysymyksen myös vastaamalla ”ei mitään” tai ”katso edellinen kohta”. Ensimmäisessä ja toisessa avoimessa kysymyksessä seitsemän jätti vastaamatta, sekä kolmannessa avokysymyksessä yhdeksän. Sanamäärät vastaajien välillä jakautuivat yhden ja

173 sanan välille. Keskimääräinen sanamäärä oli ensimmäisen kysymyksen kohdalla 22 sanaa, toisessa kysymyksessä 19 sanaa sekä kolmannessa kysymyksessä 16 sanaa.

6.2 Tutkittavat

Tässä tutkimuksessa tutkittiin alakoulun opettajia (n=68), jotka opettivat vähintään kaksi tuntia viikossa liikuntaa eli vähimmäismäärän etäopetuksen aikana. Tutkimukseen osallistui tutkittavia kaikista maakunnista lukuun ottamatta Etelä-Savoa ja Ahvenanmaata, joka jätettiin tutkimuksesta pois kielen vuoksi. Tutkittaviksi saatiin opettajia kaikilta alakoulun 1–6 vuosiluokilta. Koulut olivat sekä isoista että pienistä kunnista ja mukana oli suuria tuhannen oppilaan yhtenäiskouluja sekä pieniä muutaman kymmenen oppilaan kyläkouluja.

Tutkittavien ikä vaihteli 24 ja 57 vuoden välillä ja keskiarvo oli 40 vuotta. Naisia tutkittavista oli enemmistö eli 74 prosenttia ja miehiä neljäsosa (25 %). Yksi vastaajista ei halunnut kertoa sukupuoltaan. Opetuskokemusta tutkittaville oli kertynyt yhden ja 35 vuoden välillä.

Tutkittavat olivat koulutukseltaan luokanopettajia, erityisluokanopettajia tai opettajia, jotka opettivat pelkästään liikuntaa. Lähes kaikki tutkittavat olivat koulutukseltaan luokanopettajia (99 %). Liikunnan perusopinnot oli suoritettuna kolmanneksella (31 %), aineopinnot 15 prosentilla ja syventävät opinnot neljällä prosentilla. Kolme prosenttia oli koulutukseltaan liikuntatieteen maisteri ja erityisopettajia yhteensä yhdeksän prosenttia. Neljäsosa (23,6 %) tutkittavista opetti etäliikunnanopetusta 1.–2. luokille, puolet (49 %) opetti 3.–4. luokille ja reilu kolmannes (69 %) opetti 5.–6. luokille. Valittavissa oli useampi vuosiluokka.

Etäopetuskokemusta liikunnasta ennen poikkeusolosuhteita keväällä 2020 oli kolmella prosentilla yli 50 tuntia, 1–50 tuntia oli hieman yli kymmenellä prosentilla (13,3 %) ja 84 prosentilla ei ollut kokemusta lainkaan.

6.3 Aineiston analyysi

Aineisto analysoitiin syksyn 2021 aikana. Aineistoa analysoitiin sekä määrällisen että laadullisen analyysin kautta, sillä tutkimus hyödyntää triangulaatiota. Kvantitatiivisessa analysoinnissa käytettiin IBM SPSS Statistics 27 -ohjelmaa, jonka avulla aineisto käsiteltiin ensiksi tilastollisesti käsiteltävään muotoon. Aineistosta korvattiin virhelyönnit, mutta koska kyselyssä kaikki kysymykset olivat pakollisia täyttää, ei aineistossa näin ollen ollut poistettavia vastaajia. IBM SPSS Statistics 27 -ohjelmaa käytettiin tulkitsemisessa, kun haluttiin selvittää sukupuolen yhteyttä Likert-asteikollisiin väittämiin. Tähän valikoitui ristiintaulukoinnin Khiin neliö -testi (X^2 , Pearsonin khiin neliö -testi). Kyseistä testiä

käytetään riippumattomuustestinä, kun halutaan löytää vastaus kysymykseen, ovatko tutkimuksessa tarkasteltavat muuttujat riippuvia toisistaan. Toisin sanoen, onko muuttujien välillä havaittavissa yhteyttä, vai ei. Testin tarkoituksena on tutkia havaittujen solufrekvenssien ja teoreettisten solufrekvenssien välisen eron tilastollista merkitsevyyttä. Mitä suurempi muuttujien erotus on, sitä suuremmaksi X^2 -arvo tulee ja pienemmäksi siihen liittyvä p -arvo. P -arvo kertoo merkitsevyydestä ja tässä tutkimuksessa p -arvo saavuttaa tilastollisen merkitsevyyden, kun $p < 0.05$. Khiin neliö -testin oletusarvot olivat voimassa tutkimuksen aineiston osalta. (Ks. Tähtinen, Laakkonen & Broberg 2020, 167.)

Tutkimuksen kvantitatiivisia tuloksia analysoitaessa Likert-asteikon viisiportaiset kysymykset jaoteltiin neljään eri teemaan: liikunnanopetuksen suunnittelu, liikunnanopetuksen pitäminen, liikunnanopetuksen arviointi sekä kokemukset liikunnanopetuksen toteuttamisesta.

Liikunnanopetuksen pitäminen ryhmiteltiin vielä erikseen neljään ryhmään: opettamisen monipuolisuus, opetuksen tavat sekä tyylit ja tavoitteet.

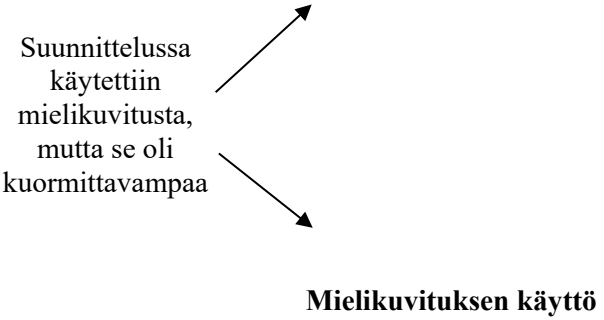
Kvalitatiivisen aineiston analyysissä käytettiin aineistolähtöistä sisällönanalyysiä, jossa laadullista aineistoa tarkasteltiin luokittelun ja teemoittelun avulla. Aineistolähtöisessä analyysissä tavoitteena on valita tutkimuksen tarkoituksen mukaisia analyysiyksiköitä, jotka eivät kuitenkaan ole ennalta sovittuja (Tuomi & Sarajärvi 2018, 108). Aineistolähtöistä sisällönanalyysiä tehtäessä pelkistettiin eli redusointiin alkuperäiset ilmaukset (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122). Pelkistetyt ilmaukset listattiin allekkain ja niistä etsittiin yhtäläisyyksiä keskenään. Tämän jälkeen luokiteltiin pelkistettyjen ilmausten yhtäläisyydet uusiksi ryhmiksi, eli tässä kohtaa uusiksi alateemoiksi, jonka päätteeksi alateemat abstrahoitettiin eli muodostettiin teoreettiset käsitteet alateemoille. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122.) Taulukossa 1 on kuvattuna analyysin vaiheet esimerkkeineen.

TAULUKKO 1. Esimerkki analysointitaulukosta alateemojen muodostamisessa.

Teema	Alkuperäisilmaus	Pelkistetty ilmaus	Pelkistetyt ilmaukset kokoava alateema
Etäopetuksen suunnittelu	”Suunnittelu vei tavallista enemmän aikaa, koska tuli miettiä harjoitteita ja liikuntatehtäviä, jotka jokaisen oppilaan on mahdollista tehdä kotona sieltä löytyvillä välineillä.” (V23)	Suunnittelu vei enemmän aikaa, opetuksen toteuttaminen vähillä välineillä	<p>Ajankäytön lisääntyminen</p> <p>Välineiden puute</p>
	”Itse tehtävien suunnittelu ei ole kovinkaan vaikeaa. Huomattavasti hankalampaa on kontrolloida ja ohjata tehtävien suorittamista. Ainoa haaste on liikuntavälineiden puute – –” (V37)	Suunnittelu ei ole vaikeaa, haasteena välineiden puute	<p>Suunnittelun haastavuus</p>
	”Suunnittelu pohjautui valmiisiin materiaaleihin netistä ja opettajien keskustelupalstoilta, esim. alakoulun aarreaitta. Kollegat myös auttoivat toisiaan suunnittelussa.” (V66)	Suunnittelu tapahtui valmiiden materiaalien pohjalta, kollegat auttoivat	<p>Valmiit materiaalit</p> <p>Kollegoiden apu</p>
	”Pystyimme suunnittelemaan tunnit yhdessä rinnakkaisluokan opettajan kanssa. Vähensi työtaakkaa hurjasti.” (V27)	Pystyimme suunnittelemaan yhdessä, työtaakka väheni	<p>Kuormittavuus</p>

(Jatkuu)

TAULUKKO 1. Esimerkki analysointitaulukosta alateemojen muodostamisessa. (Jatkuu)

	<p><i>”Liikunnanopetuksen suunnittelussa sai käyttää mielikuvitusta aika lailla rajattomasti, mikä oli toisaalta mielekästä, mutta toisaalta kuormittavaa – – Hyödynsin myös oppilaiden omaa mielikuvitusta, esimerkiksi antamalla tehtäväksi suunnitella tehtäväratoja.”</i> (V2)</p> <p>Suunnittelussa käytettiin mielikuvitusta, mutta se oli kuormittavampaa</p> <p>Mielikuvituksen käyttö</p> 
--	--

Analyysiprosessissa kvalitatiivinen aineisto pilkottiin selkeämpiin osiin ja kokonaisuuksiin eri teemojen ja alateemojen aihepiirien mukaan. Jokaisesta kolmesta teemasta (etäliikunnanopetuksen suunnittelu, pitäminen ja arviointi) muodostui siis alateema. Alateemojen tarkoituksena oli selittää ja ymmärtää, miten liikunnanopettajat toteuttivat etäopetusta. Laadullista aineistoa analysoitaessa on hyvä muistaa, että tutkittaville ei syötetty mitään esimerkkiä siitä, mitä avoimiin kysymyksiin haluttiin, vaan sana oli vapaa.

7 Tulokset

Tässä luvussa esitellään tutkimuksesta saadut tulokset. Tutkimuksessa selvitettiin, miten alakoulun opettajat toteuttivat liikunnan etäopetusta, miten he kokivat liikunnan etäopetuksen sekä oliko sukupuolella yhteyttä etäliikunnanopetukseen. Tulokset käsitellään tutkimuskysymys kerrallaan edellä esitetyssä järjestyksessä. Aineisto kerättiin Webropol-kyselyllä, jossa käytettiin sekä määrällistä monivalintakyselyä että laadullista aineistoa kerääviä kysymyksiä. Tuloksia esitetään siis yhdistelemällä määrällistä ja laadullista aineistoa. Ensiksi käsitellään monivalintakysymyksistä löytyneet tulokset ja sen jälkeen avoimista kysymyksistä analysointivaiheessa esiin nousseet tulokset.

Ensimmäiseksi keskitytään siihen, miten liikunnanopettajat toteuttivat liikunnanopetusta etäopetuksen aikana. Tarkemmin syvennytään siihen, miten opettajat toteuttivat yhteydenpitoa kodin ja koulun välillä liikunnan osalta, mitä huomioita heräsi etäliikunnanopetuksen suunnittelussa, pitämisessä sekä arvioinnissa. Lisäksi tarkastellaan, miten liikuntaa opettavat kokivat etäopetuksen. Tässä alaluvussa keskitytään avaamaan sellaisia tuloksia kokemuksista, joita ei vielä ylemmissä alaluvuissa esitetty. Kolmannessa alaluvussa käsitellään, minkälainen yhteys sukupuolella oli etäliikunnanopetuksen toteuttamiseen.

7.1 Liikunnanopetuksen toteuttaminen etäopetuksessa

Liikunnanopetuksen toteuttaminen määriteltiin tässä tutkimuksessa muodostuvan liikunnanopetuksen suunnittelusta, oppitunnin pitämisestä sekä arvioinnista (ks. luku 3). Tässä alaluvussa esitetään siis tulokset kyseisistä teemoista. Toteuttamiseen liittyy vahvasti myös liikuntatunneista tiedottaminen, joten tulokset yhteydenpidosta kodin ja koulun välillä käsitellään myös tässä alaluvussa. Tutkimuksessa esiintyvät laadullisen aineiston eli kyselyn avointen vastausten tulokset esitetään analysointivaiheessa muodostuneiden alateemojen kautta.

7.1.1 Yhteydenpito kodin ja koulun välillä

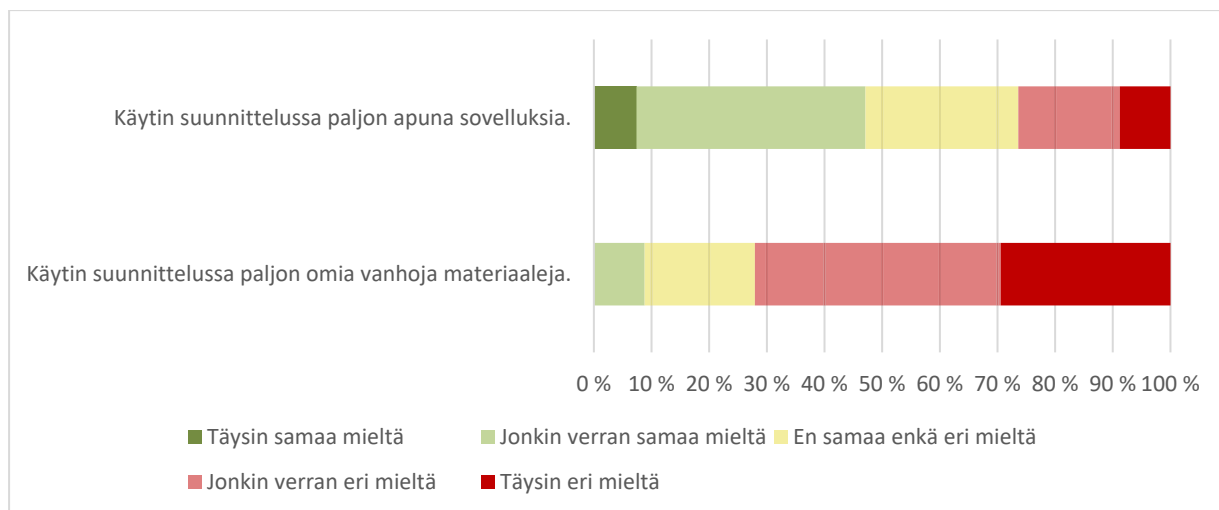
Liikunnanopettajat tiedottivat oppilaita usealla eri tavalla etäopetuksen aikana. Vastaajat saivat valita kyselystä useamman vaihtoehdon. Käytetyimpiä tapoja tiedottaa oppilaita liikunnanopetuksesta olivat Wilman, Helmen tai muun koulussa käytetyn sovelluksen käyttö (79,4 %), sähköinen oppimisolusta (52,9 %) ja videoyhteys (33,8 %). Sosiaalista mediaa sekä

tekstiviestiä käytti kumpaakin kuudesosa (16,2 %) vastaajista, puhelimella soittoa reilu kymmenesosa (10,3 %) sekä sähköpostia käytti lähes kymmenesosa (8,8 %). Kukaan opettajista ei ilmoittanut käyneensä oppilaiden kotona ilmoittamassa liikunnan etäopetuksen toteuttamisesta. Muita ilmoitettuja tapoja viestiä liikunnanopetuksesta olivat WhatsApp-viestipalvelu (16,2 %), Teams (10,3 %), Classroom (2,9 %) sekä Sports Tracker -sovellus (1,5 %).

Suosituimpina tapoina saada oppilailta tieto siitä, miten he olivat suorittaneet liikuntaa etäopetuksen aikana, olivat sähköinen oppimisalusta (50 %), Wilma tai muu koulussa käytetty sovellus (39,7 %) sekä tekstiviesti (30,9 %). Videoyhteyttä käytti reilu neljäsosa (27,9 %), sosiaalista mediaa reilu viidesosa (22,1 %), sähköpostia noin kuudesosa (16,2 %), puhelimella soittoa alle kymmenes (7,4 %) ja yksi vastaaja vastasi käyttävänsä koululla käyntiä. Lähes neljäkymmentä prosenttia (38,2 %) vastasi käyttävänsä jotakin muuta tiedon saamiseen kuin annettuja vaihtoehtoja. WhatsApp-viestipalvelua käytti lähes viidesosa (17,7 %), Teams-palvelua joka kymmenes (10,3 %), Classroomia 4,4 prosenttia ja Sports Trackeria 2,9 prosenttia. Kolme vastaajaa (4,4 %) kertoi, ettei pyytänyt vastauksia suorituksista mitenkään, sillä suoritus oli lähinnä ohje oppilaille ja huoltajille.

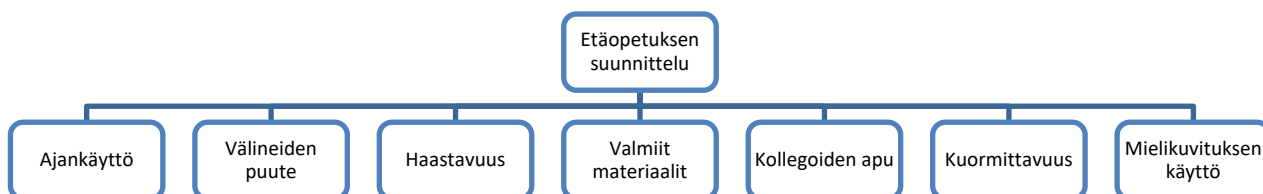
7.1.2 Etäliikunnanopetuksen suunnittelu

Kukaan vastaajista ei käyttänyt suunnittelussa apuna paljon omia vanhoja materiaaleja (kuvio 2). Vähän tai melko vähän (täysin eri mieltä tai jonkin verran eri mieltä) vanhoja materiaaleja käytti melkein kolme neljästä (72 %). Paljon tai melko paljon sovelluksia käytti apuna lähes puolet (47,1 %) tutkittavista. Vähän tai melko vähän sovelluksia käytti apunaan suunnittelussa neljäsosa (26,4 %).



Kuvio 2. Opettajien jakauma näkemyksistä etäliikunnanopetuksen suunnittelusta (n=68).

Liikunnan etäopetuksen suunnittelusta (kuvio 3) avoimista vastauksista nousi esiin ajankäyttö, välineiden puute, haastavuus, valmiit materiaalit, kollegoiden apu, kuormittavuus sekä mielikuvituksen käyttö.



Kuvio 3. Liikunnan etäopetuksen suunnittelun alateemat

Monessa avoimen kysymyksen vastauksessa kommentoitiin, että suunnitteluun käytetty aika jäi vähäiselle. Ajankäyttö liikunnan etäopetuksen suunnittelussa puolestaan lisääntyi tai vei paljon aikaa viidesosan vastaajan mukaan. Moni opettajista kertoi myös, mihin käytetty aika oli kulunut. Usein ajankäytön lisääntymiseen syynä oli välineiden puuttuminen tai vähyys kotona, mikä aiheutti huolta ja ajankäytön lisääntymistä suunnittelussa. Viidesosa vastaajista kertoi välineiden vähyden olevan syy suunnittelun ajankäytön lisääntymiselle.

Suunnittelu vei tavallista enemmän aikaa, koska tuli miettiä harjoitteita ja liikuntatehtäviä, jotka jokaisen oppilaan on mahdollista tehdä kotona sieltä löytyvillä välineillä. (V23)

Suunnittelu koettiin haastavaksi neljäsosan mielestä avoimissa vastauksissa.

Haasteellisuudelle selitettiin olevan erilaisia syitä, mutta tässäkin kohtaa välineiden vähyys oli suurin syy, joka tuli esille vastauksista.

On hankala suunnitella, kun oppilailta on kotona erilaiset välineet ja mahdollisuudet. Suunnittelussa on hankalaa, että opsin asiat tulisivat opetettua ja ei voi tietää, mitä oppilaat todellisuudessa tekevät. Tein paljon vaihtoehtoja, monesti liikkuvat hyvin samalaisesti viikosta toiseen. (V60)

Kollegoiden apu ja valmiiden materiaalien käyttäminen ja jakaminen koettiin helpottavaksi suunnittelun kannalta. Kolmannes vastaajista kommentoi avoimissa vastauksissa hyödyntävänsä muiden apua, kuten tehtäväpankkeja YouTubessa, Facebook-ryhmiä, rinnakkaisluokanopettajia ja opettajien keskustelupalstoja.

Opettajien yhteistyö sosiaalisessa mediassa oli huikkea etäopetuksen aikana. Sosiaalisen median kautta jaettiin ideoita ja kokemuksia sekä valmista materiaalia kaikkien vapaaseen käyttöön ilman vaatimuksia korvauksesta tai tekijänoikeuksista. (V57)

Monessa avoimen kysymyksen vastauksessa kerrottiin, että opettajat suunnittelivat monipuolisia liikunnan etätunteja. Monipuolisuus näkyi erilaisten tehtävien ja oppimisympäristöjen suunnittelussa. Moni vastaajista kertoi myös suunnitelleensa oppilaille usein valinnanvaraa tehtävistä, joista valita mieluinen. Suunnittelu tapahtui myös erilaisten sovellusten avulla. Toisaalta joukossa oli myös kommentteja, että ei keksitty tarpeeksi monipuolisia tehtäviä, tai suunnitteluun ei käytetty aikaa, joten toteutus jäi yksipuoliseksi.

Tarjosin erilaisia vaihtoehtoja, joista valita liikunnallinen tekeminen. Toteutimme myös kollegoiden kanssa yhteisiä haasteita, jotka olivat tietyn ajan paikallaan (esim. 3 rastia eri puolilla kylää, kun otti kuvan itsestä ja kulkuneuvosta rastipaikoilla, haaste oli suoritettu) ja qr-koodin takaa löytyvät ohjeet koulun pihassa (V25)

Suunnittelun kuormittavuudesta kommentoi kymmenesosa vastaajista. Kommentit koskivat niin opettajan omaa kuormittavuutta suunnittelun osalta sekä kuormittavuutta kotien ja oppilaiden kannalta.

Kartoitimme perheiden kanssa perheiden toiveita liikunnan opetukseen perheen kuormituksen vähentämiseksi. Perheet toivoivat, että oppilailta ja perheillä olisi mahdollista suorittaa liikuntatunnit joustavalla aikataululla niin, että he saavat sisällyttää mahdollisia perheiden yhteisiä liikunnallisia hetkiä liikuntatuokioihin, mutta saisivat kuitenkin myös uusia ideoita liikkumisen suorittamiseen. – – koin, että liikuntatunnit oli perheen kuormituksen kannalta paras tehdä vapaasti omalla aikaa kun taas toiset aineet, kuten matematiikka oli tärkeämpää tehdä liveyhteyksillä. – – (V10)

Mielikuvituksen käyttö tuli ilmi vastaajien kommentista. Osa vastaajista kertoi, että heillä ei ollut riittävästi mielikuvitusta suunnitella monipuolisia etäliikunnan tunteja. Osa puolestaan kertoi, kuinka he saivat käyttää mielikuvitustaan suunnittelussa, sekä oppilaiden mielikuvitusta toteutuksessa.

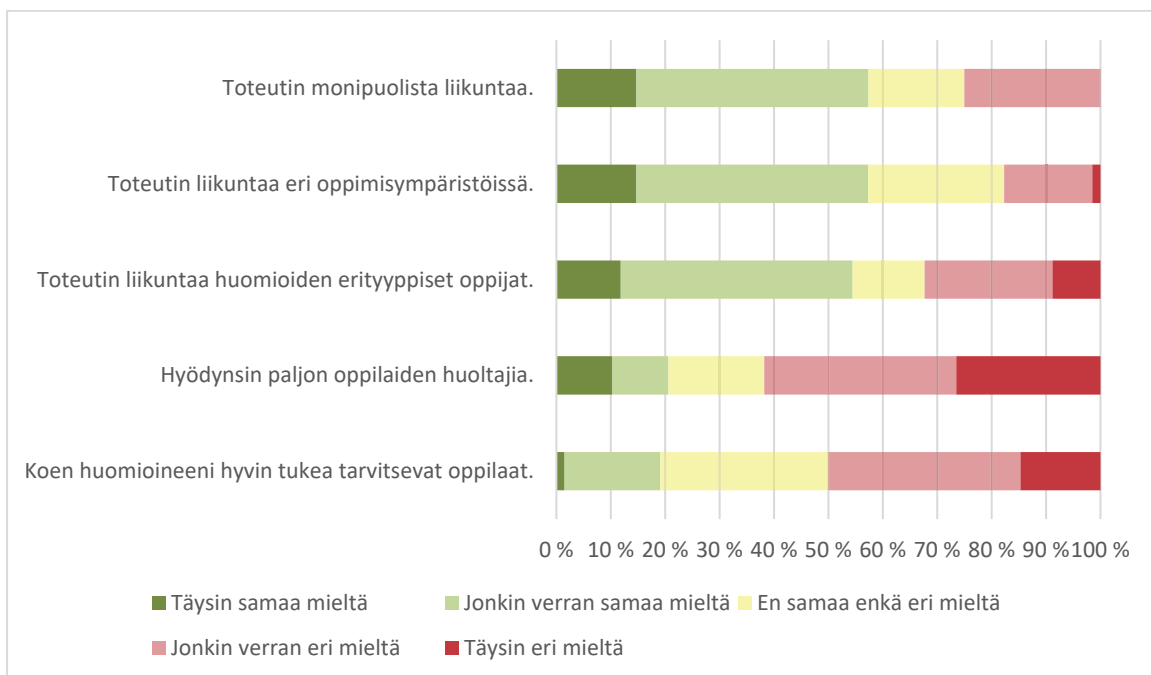
Liikunnanopetuksen suunnittelussa sai käyttää mielikuvitusta aika lailla rajattomasti, mikä oli toisaalta mielekästä, mutta toisaalta kuormittavaa. Suunnittelin oppilaille paljon kotipihalla tai metsässä toteutettavia liikuntatehtäviä, joissa hyödynnettiin erilaisia motorisia perustaitoja. Hyödynsin myös oppilaiden omaa mielikuvitusta, esimerkiksi antamalla tehtäväksi suunnitella tehtäväratoja. (V2)

Etäliikunnanopetuksen suunnitteluun käytetty aika siis lisääntyi suurella osalla vastaajista. Suunnittelu koettiin kuormittavana ja haastavana. Näihin syynä oli liikuntavälineiden vähäisyys tai puuttuminen. Kollegoiden apu sekä valmiit materiaalit auttoivat kuitenkin etäliikunnan suunnittelua. Etäliikunnan suunnitteluun käytetty mielikuvitus nähtiin sekä myönteisenä asiana että puutteellisena.

7.1.3 Etäliikunnanopetuksen pitäminen

Etäliikunnanopetuksen pitäminen jaettiin neljään eri teemaan, jotka ovat monipuolisen etäliikunnanopetuksen pitäminen, tavat, joilla opettajat pitivät tai järjestivät etäliikuntaa sekä opetuksen tyylit ja tavoitteiden huomioiminen etäliikunnanopetuksen aikana. Ensimmäinen

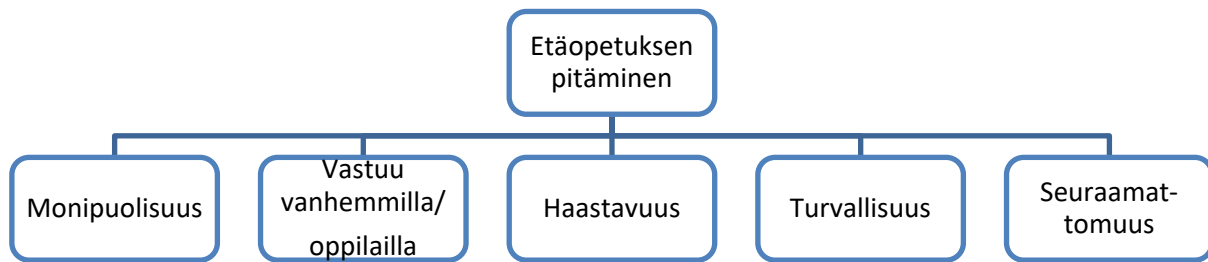
teema käsitteli etäliikunnanopetuksen monipuolisuutta (Kuvio 4). Teema koostui väitteistä ”Toteutin monipuolista liikuntaa etäopetuksen aikana”, ”Toteutin liikunnan etäopetusta huomioiden erityyppiset oppijat”, ”Toteutin liikunnanopetusta eri oppimisympäristöissä etäopetuksessa”, ”Koen huomioineeni hyvin tukea tarvitsevat oppilaat liikunnan etäopetuksessa” ja ”Hyödynsin paljon oppilaiden huoltajia liikunnan etäopetuksessa”. Monipuolista liikuntaa toteutti lähes kuusikymmentä prosenttia vastaajista (57,3 %) vastaten täysin samaa tai jonkin verran samaa mieltä. Eri oppimisympäristöjä hyödynsi lähes kuusikymmentä prosenttia (57,3 %). Neljännes ei osannut vastata väitteeseen. Erityyppiset oppijat huomioi hyvin tai tosi hyvin reilu puolet vastaajista (54,4 %). Oppilaiden huoltajia hyödynsi paljon tai melko paljon viidesosa vastaajista (20,6 %), vähän tai melko vähän puolestaan lähes kaksi kolmasosaa (61,8 %). Tukea tarvitsevat oppilaat huomioitiin hyvin viidesosan mukaan (19,1 %), kun puolet vastasivat väitteeseen täysin eri mieltä tai jonkin verran eri mieltä. Kolmasosa (30,9 %) ei nähtävästi osannut vastata väitteeseen vastaamalla ”en samaa enkä eri mieltä”.



Kuvio 4. Opettajien jakauma kokemuksista monipuolisen etäliikunnanopetuksen pitämisestä (n=68).

Etäopetuksen pitämisestä (kuvio 5) puolestaan nousi alateemoiksi monipuolisuus, vastuun siirtyminen vanhemmille tai oppilaille, haastavuus, turvallisuus sekä oppituntien

seuraamattomuus.



Kuvio 5. Liikunnan etäopetuksen pitämisen alateemat

Avointen kysymysten vastauksissa mainittiin moneen kertaan etäopetuksen monipuolisuus. Tämä vahvistaa monivalintakysymyksiä vastausten tuloksia siitä, että yli puolet toteutti monipuolista liikuntaa. Analysointivaiheessa monipuolisen etäliikunnanopetuksen pitämisen teeman alle yhdistettiin avovastauksista myös sellaiset vastaukset, joista kävi ilmi, että he ovat käyttäneet esimerkiksi useita erilaisia tehtäviä ja oppimisympäristöjä.

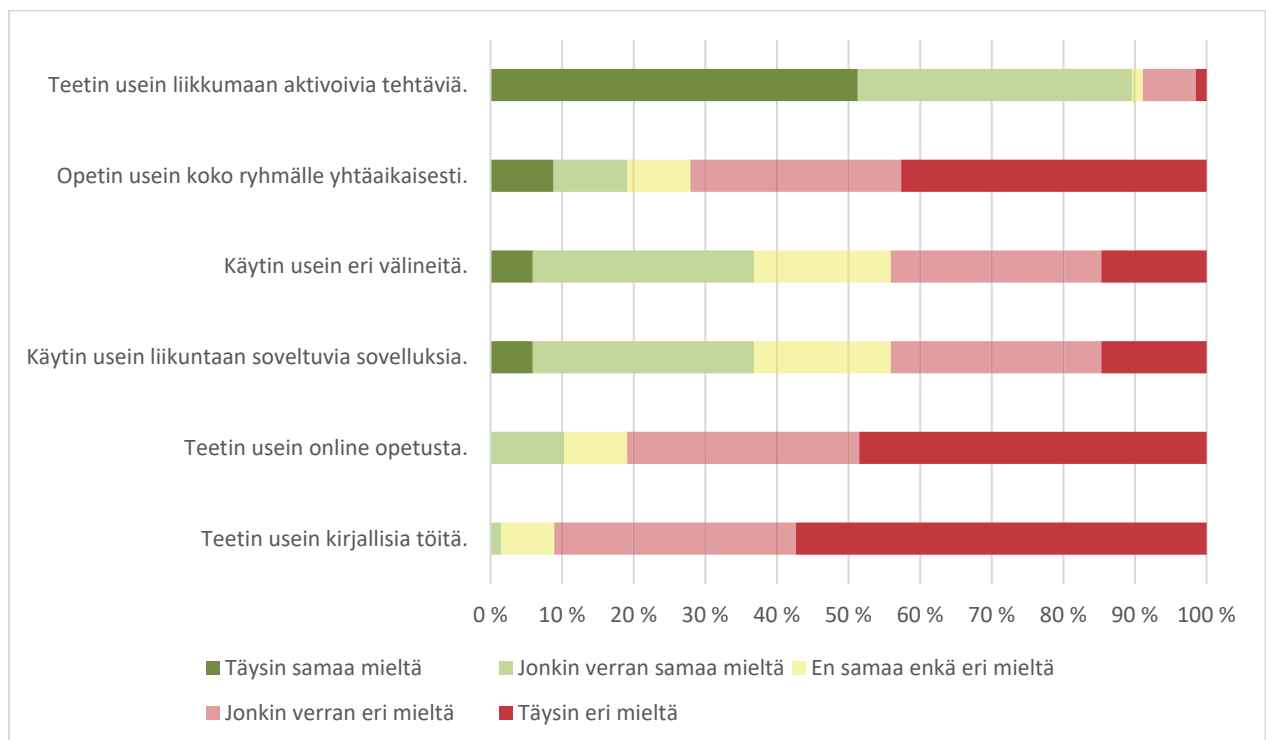
Sain luotua mielestäni monipuolisia tunteja. Kaikkea hauskaa liikunnallista touhuilua, jota koulussa ei niinkään tule toteutettua ainakaan samalla tavalla. Oli huomioitava oppilaiden hyvinkin erilaiset tilanteet ja oppimisympäristöt. (V7)

Osa vastaajista tarkensi avoimissa vastauksissa etäliikunnanopetuksen jäämisestä huoltajien tai oppilaiden vastuulle. Yhteensä kaksitoista vastaajaa kommentoi asiasta. Osasta vastauksista pystyi päättämään, että kyseiset opettajat eivät pyytäneet esimerkiksi vanhempien kuittausta tai muuta todistetta siitä, että liikunta oli suoritettu.

Herran haltuun...joku teki mitä tehtäväksi annettiin, joku toinen vain ilmoitti tehneensä - valvonta jäi ihan oppilaan oman ilmoittamisen varaan. (V29)

Toinen etäliikunnanopetuksen teema käsitteli tapoja, joilla opettajat opettivat liikuntaa etäopetuksessa (Kuvio 6). Teeman alle kuuluvat väitteet online opetuksen käyttämisestä, liikkumaan aktivoivien ja kirjallisten töiden käyttämisestä, eri välineiden ja sovellusten käyttämisestä sekä koko ryhmälle tunnin pitämisestä yhtäaikaaisesti. Selvästi käytetyin etäliikunnanopetuksen pitämisen tapa oli käyttää liikkumaan aktivoivia tehtäviä. Liikkumaan aktivoivia tehtäviä teetti usein tai melko usein jopa lähes yhdeksänkymmentä prosenttia (89,4

%). Lähes viidennes vastaajista (19,1 %) opetti koko liikuntaryhmälle yhtäaikaaisesti, kun taas 72 prosenttia vastaajista oli eri mieltä. Liikuntaan soveltuvien sovellusten käyttö jakautui melko tasaisesti. Usein tai melko usein sovelluksia käytti reilu kolmannes vastaajista (36,8 %), kun jonkin verran tai täysin eri mieltä vastasi olevan 44,1 prosenttia. Välineiden käyttö jakoi mielipiteitä väitteen ollessa ”Käytin liikunnan etäopetuksessa usein eri välineitä”. Usein tai melko usein vastasi käyttävänsä reilu kolmannes vastaajista (36,8 %), kun taas harvoin tai melko harvoin vastasi käyttävänsä 44,1 prosenttia vastaajista. Lähes viidennes (19,1 %) ei osannut sanoa, käyttikö paljon vai vähän välineitä etäopetuksessaan. Online opetusta piti harvoin tai melko harvoin yli neljä viidesosaa vastaajista (80,9 %). Yksikään vastaajista ei käyttänyt online opetusta usein. Kirjallisia töitä ei teettänyt yksikään usein, melko usein puolestaan yksi vastaajista (1,5 %). Kirjallisia töitä teetettiin siis harvoin tai melko harvoin yli yhdeksänkymmenen prosentin mukaan (91,2 %).



Kuvio 6. Opettajien jakauma kokemuksista etäliikunnanopetuksen pitämisen tavoista (n=68).

Vastaajat kertoivat avovastauksissaan monista erilaisista tavoista opettaa liikuntaa etänä. Kaksikymmentäneljä vastaajaa eli yli kolmannes vastaajista kertoi käyttäneensä videotehtäviä tai tehtävien kuvaamista ja lähettämistä opettajalle. WhatsApp-viestintäsovellus mainittiin useasti, mikä oli ollut toimiva väline videoiden ja kuvien lähettämiseen. Muita etäliikunnan ajan toteuttamisessa olleita sovelluksia mainittiin olleen Teams, Sports Tracker ja YouTube.

Suureksi ongelmaksi koettiin liikuntavälineiden puute etäliikunnan pitämisessä. Myös teknisten laitteiden puute tai puutteellinen toiminta koettiin ongelmaksi monen kohdalla. Moni vastaaja kertoi yrittäneensä keksiä oppilaille tehtäviä, joissa ei tarvinnut mitään välineitä ja osa kommentoi yrittäneensä korvata puuttuvia liikuntavälineitä teettämällä niitä oppilailta.

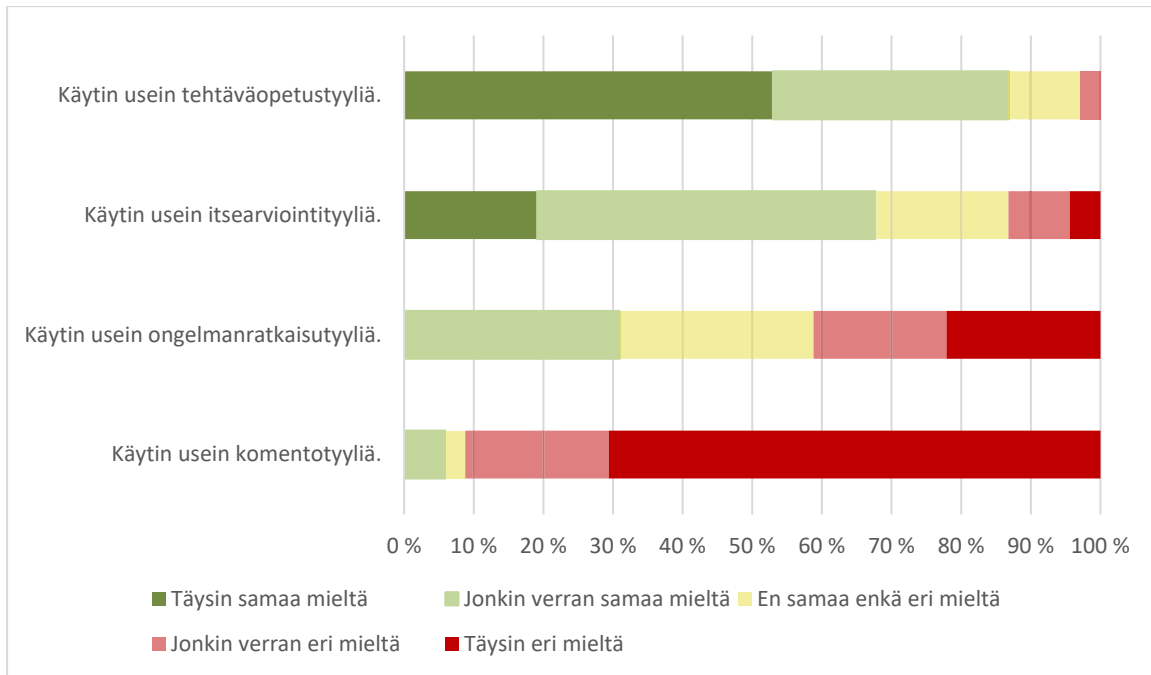
Haastavuuden toi se, että en voinut vaatia, että kaikilta löytyy erilaisia välineitä, joten en teettänyt sellaisia tehtäviä, missä oli pakko olla esim. pallo.. (V58)

Kommenteista nousi esiin erilaisia liikuntatehtäviä, joita opettajat olivat antaneet oppilaille suoritettavaksi. Usein esille tuli erilaiset haasteet, jumpat, jooga, kuntopiiri, parkour, pyöräily, lenkki ja erilaiset koti- ja pihatyöt. Ulkoilua oli käytetty videoiden lähettämisen jälkeen eniten.

Oppilaat tykkäsivät etäopetusajan liikunnasta ja kodit antoivat paljon kiitosta heidän aktivoimisestaan. Käytin paljon ulkoilua ja ulkona tapahtuvia liikuntasuorituksia, mitkä oppilaat saivat pitää omassa tahdissaan. Pidin myös lihaskuntojumppaa Teamsin välityksellä, mutta koska samanaikaisopetin kolmea luokkaa, oli oppilaiden seuraaminen hankalaa ja varmasti osa oli tekemättä mitään. (V11)

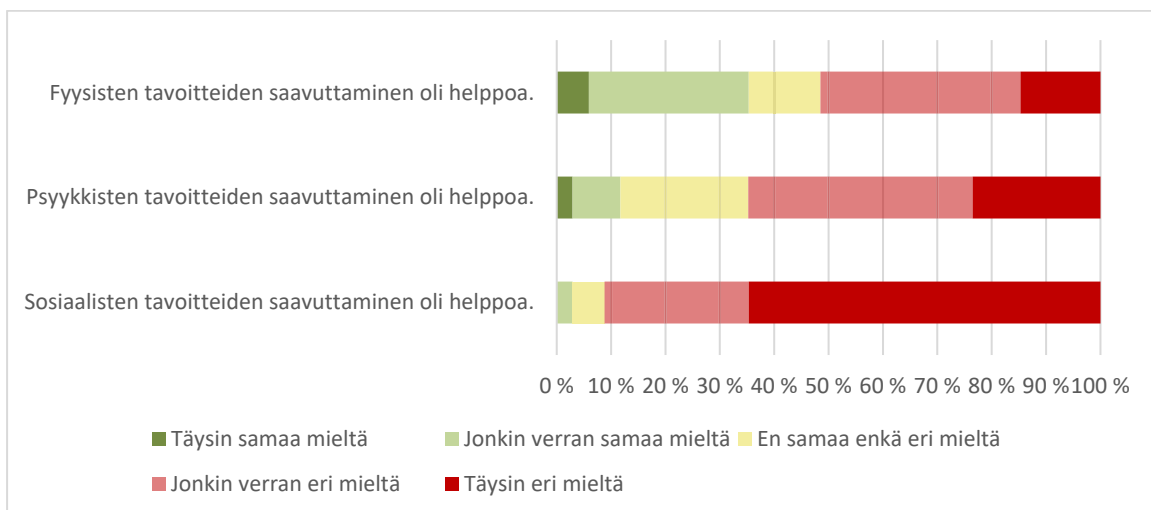
Toteutus oli välillä vaikeaa, mutta joissakin tehtävissä onnistuin omasta mielestäni hyvin ja kaikki oppilaat tykkäsivät. Vessapaperilla kikkailut, erilaiset haasteet, jooga ja ulkona liikkumisen eri variaatiot olivat käytetyimpiä liikuntamuotoja. (V63)

Kolmas etäliikunnanopetuksen teema oli tyylit (Kuvio 7). Tämä kattaa sisälleen kysymykset, kuinka usein vastaaja on käyttänyt komento-, itsearviointi-, tehtäväopetus- ja ongelmanratkaisutyöliä. Selvästi käytetyin opetustyöli oli tehtäväopetustyöli. Sitä käytti usein tai melko usein jopa lähes yhdeksänkymmentä prosenttia (86,7 %). Itsearviointityöliä puolestaan käytti usein tai melko usein kaksi kolmasosaa vastaajista (67,6 %). Yksikään vastaajista ei käyttänyt usein ongelmanratkaisutyöliä, mutta melko usein lähes kolmannes vastaajista (30,9 %). Todella harvoin tai harvoin (täysin eri mieltä ja jonkin verran eri mieltä) vastasi käyttävänsä 41,2 prosenttia. Kukaan vastaajista ei käyttänyt usein komentotyöliä, todella harvoin tai harvoin sitä käytti yli yhdeksänkymmentä prosenttia (91,2 %).



Kuvio 7. Opettajien jakauma kokemuksista etäliikunnanopetuksen pitämisen tyyleistä (n=68).

Lisäksi opeuksen teemaan kuului Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden 2014 fyysisten, sosiaalisten ja psyykkisten tavoitteiden saavuttaminen liikunnan etäopetuksessa (Kuvio 8). Fyysisten tavoitteiden saavuttamisen koki helpoksi tai melko helpoksi reilu kolmannes vastaajista (35,3 %). Kun kysyttiin psyykkisten tavoitteiden saavuttamisen helppoutta, lähes kaksi kolmasosaa (64,7 %) vastasi sen olevan vaikeaa tai melko vaikeaa (täysin eri mieltä ja jonkin verran eri mieltä). Sosiaalisten tavoitteiden saavuttaminen koettiin kuitenkin vielä vaikeammaksi, kun yli yhdeksänkymmentä prosenttia (91,2 %) vastasi sen olevan vaikeaa tai melko vaikeaa. Kukaan vastaajista ei todennut sosiaalisten tavoitteiden saavuttamista helpoksi.



Kuvio 8. Opettajien jakauma etäliikunnanopetuksen tavoitteiden kokemuksista (n=68).

Avoimista vastauksista nousi esille usealla vastaajalla asioita, joita ei kyselyä laatiessa osattu ottaa huomioon. Yksi niistä oli turvallisuuteen liittyvät asiat, jotka oli maininnut kuusi vastaajaa.

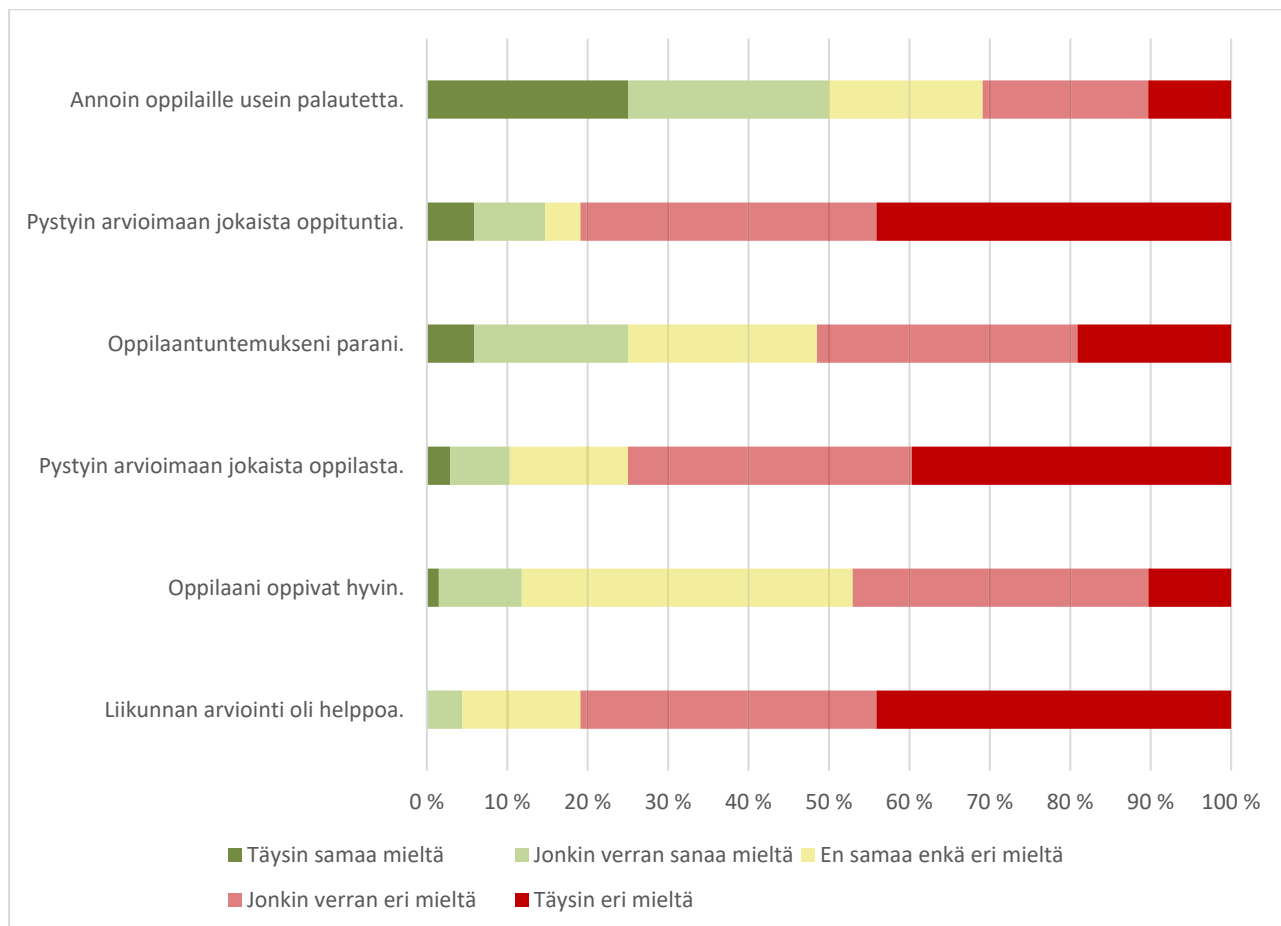
Vastuukysymykset (ulkoilu yms.) askarruttivat monessa käänteessä. Olen periaatteessa aina oppitunnin ajan vastuussa oppilaistani, mutta en pääse vahtimaan että turvallisuusasiat ovat kunnossa. Videoyhteyden avulla pystyn valvomaan suorittamista jossain määrin, mutta mikäli tehtävänä on jokin ulkoiluun liittyvä homma, pitää luottaa kännyköiden askelmittareihin ja vastaaviin. (V37)

Yhteenvedona opetuksen pitämisestä voidaan todeta, että opettajat pitivät monipuolista etäliikunnanopetusta eri oppimisympäristöissä ja huomioiden erityyppiset oppijat. Tukea tarvitsevat oppilaat jäivät kuitenkin vähemmälle huomiolle. Opettajat käyttivät selvästi eniten liikkumaan aktivoivia tehtäviä, kun taas online opetusta ja kirjallisia töitä käytettiin harvoin. Opettajat hyödynsivät liikunnanopetuksessa videoiden lähettämistä sekä ulkoilua. Liikuntavälineiden ja teknisten laitteiden puute tai vähyys koettiin ongelmaksi. Selvästi käytetyimmät opetustyyli oli tehtäväopetus- ja itsearviointityyli. Komentotyyliä puolestaan ei käyttänyt lähes yksikään vastaajista. Kaikki opetussuunnitelman tavoitteet koettiin haastaviksi saavuttaa. Fyysisten tavoitteiden saavuttaminen oli kolmasosan vastaajista mielestä helppoa, mutta sosiaalisten tavoitteiden saavuttaminen koettiin erittäin vaikeaksi. Turvallisuus nousi avovastauksista esille asiana, jota ei osattu ottaa kyselyssä huomioon.

7.1.4 Etäliikunnanopetuksen arviointi

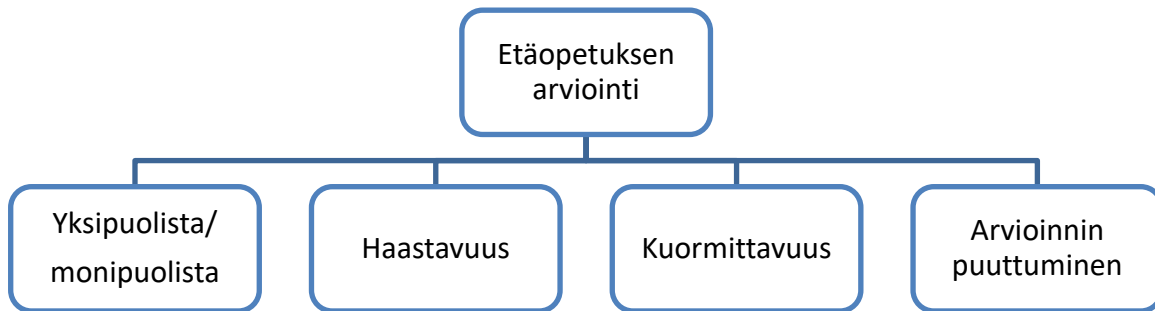
Kyselyn monivalintakysymyksistä arviointiin kuuluivat väitteet palautteen antamisesta, jokaisen oppitunnin arvioimisesta, oppilaantuntemuksen paranemisesta, jokaisen oppilaan arvioimisesta, oppilaiden oppimisesta sekä koettiinko arviointi helpoksi (Kuvio 9). Usein palautetta antoi puolet vastaajista (50 %). Jokaista oppituntia pystyi arvioimaan noin seitsemäsosa vastaajista (14,7 %). Oppilaantuntemus parani neljänneksellä (25 %) samalla, kun väitteeseen vastasi täysin eri mieltä tai jonkin verran eri mieltä yhteensä yli puolet (51,5 %). Jokaista oppilasta pystyi arvioimaan vain noin kymmenes opettajista (10,3 %). Lähes puolet vastaajista (41,2 %) ei osannut sanoa, oppivatko oppilaat hyvin etäopetuksen aikana. Jonkin verran ja täysin eri mieltä väitteestä oli vielä useampi vastaaja (47,1 %) eli heidän

mielestään oppilaat oppivat etäopetuksen aikana huonosti. Etäopetuksen arviointi koettiin vastaajien mukaan vaikeaksi. Jopa yli neljä viidesosaa (80,9 %) vastasi väitteeseen ”Liikunnan arviointi oli helppoa etäopetuksessa” olevansa jonkin verran tai täysin eri mieltä. Yhdenkään vastaajan mielestä arviointi ei ollut helppoa.



Kuvio 9. Opettajien jakauma arvioinnin kokemuksista ja näkemyksistä etäliikunnanopetuksessa (n=68).

Arvioinnin alateemoiksi (kuvio 10) muodostuivat yksipuolisuus ja monipuolisuus, haastavuus, kuormittavuus sekä arvioinnin puute.



Kuvio 10. Liikunnan etäopetuksen arvioinnin alateemat

Avoimissa vastauksissa korostettiin sitä, miten vaikeaa etäliikunnanopetuksen arviointi oli. Jopa 36 vastaajaa eli lähes puolet mainitsivat jollakin sanalla arvioinnin olevan haastavaa. Käytettyjä sanoja olivat muun muassa *"hankalaa ja epäreiluakin"*, *"haastavaa"*, *"vaikeaa"*, *"lähes mahdotonta"* ja *"mahdotonta"*, *"tavallista hankalampaa"*, *"haastavampaa kuin lähiopetuksessa"* ja *"haasteellista"*. Kuormittavuus etäopetuksen aikana näkyi myös useammassa avovastauksessa.

Arvioinnin suorittaminen oli mielestäni hankalaa. Tuliko asiat oikeasti tehtyä sovitulla tavalla yms. on mielestäni erittäin haastavaa toteuttaa etänä. Lähinnä videoiden lähettäminen opettajalle oli mielestäni varmin tapa saada selkoa tekemisestä. Niiden valtava määrä yhdistettynä muiden oppiaineiden "kuormaan", teki opetustyöstä erittäin raskasta. (V7)

Arviointi oli joidenkin vastaajien mielestä myös helppoa. Yhteensä kuusi vastaajaa kirjoitti joillakin sanoilla tai osa-alueilla arvioinnin helppoudesta.

Tehtävien suorituksia oli siinä mielessä helppo arvioida, että niihin pystyi palaamaan uudestaan eikä tarvinnut keskittyä monen oppilaan suorituksiin samanaikaisesti. (V19)

Avoimista vastauksista kävi ilmi, että kymmenen opettajaa ei arvioinut etäajan liikunnanopetusta lainkaan. Moni yritti selittää syytä sille, miksi ei ollut toteuttanut arviointia.

Arvioinnista ei voi puhua. Rehellisesti voin sanoa, että en arvioinut lasten liikuntaa mitenkään. Olisin varmaan joutunut toimimaan toisin, jos lapset olisivat saaneet keväällä numerot tai todistuksessa olisi arvioitu liikuntaa. Tällöin olisi opetuksellinen pitänyt olla selkeästi tavoitteellisempaa. Nyt tavoitteena oli lähinnä

keksiä perheille ideoita, miten lapset voivat liikkua pihalla joko vanhempien kanssa tai itsekseen (tai sen naapurin yhden kaverin kanssa). (V48)

Liikunnan etäopetuksen arviointia toteutettiin erilaisin keinoin. Käytetyimpiä arvioinnin kohteita kerrottiin olevan kuvatut videot tai valokuvat, itse- ja vertaisarviointi, erilaisten sovellusten esimerkiksi Sports Trackerin käyttäminen, liikuntapäiväkirja sekä liikunnan raportointi kirjallisesti.

Koin liikunnan opetuksen tärkeimmäksi tehtäväksi etäopetusaikana fyysisen aktiivisuuden lisäämisen etäkouluarkeen ja oppilaiden istumisen tauottamisen. En halunnut kuormittaa huoltajia, joten suunnittelin tehtäviä, jotka oppilas pystyy tekemään itsenäisesti. Liikunnan arvioiminen etäopetusaikana oli vaikeaa, sillä en vaatinut liikuntatehtävien tekoa videopuhelun kautta, vaan tehtävien teko oli nimenomaan ilman näyttöä tehtävää hommaa. Tehtävät kuitattiin tehdyiksi itsearviointin, kuvan tai lyhyen videon avulla. (V23)

Arvioinnin kerrottiin olevan sekä monipuolista että yksipuolista. Näihinkin löytyi vastaajilta selitys siihen, miksi näin oli. Etäopetuksen arvioinnin monipuolisuudesta ilmeni erilaiset arviointitavat sekä arvioinnin kohteet.

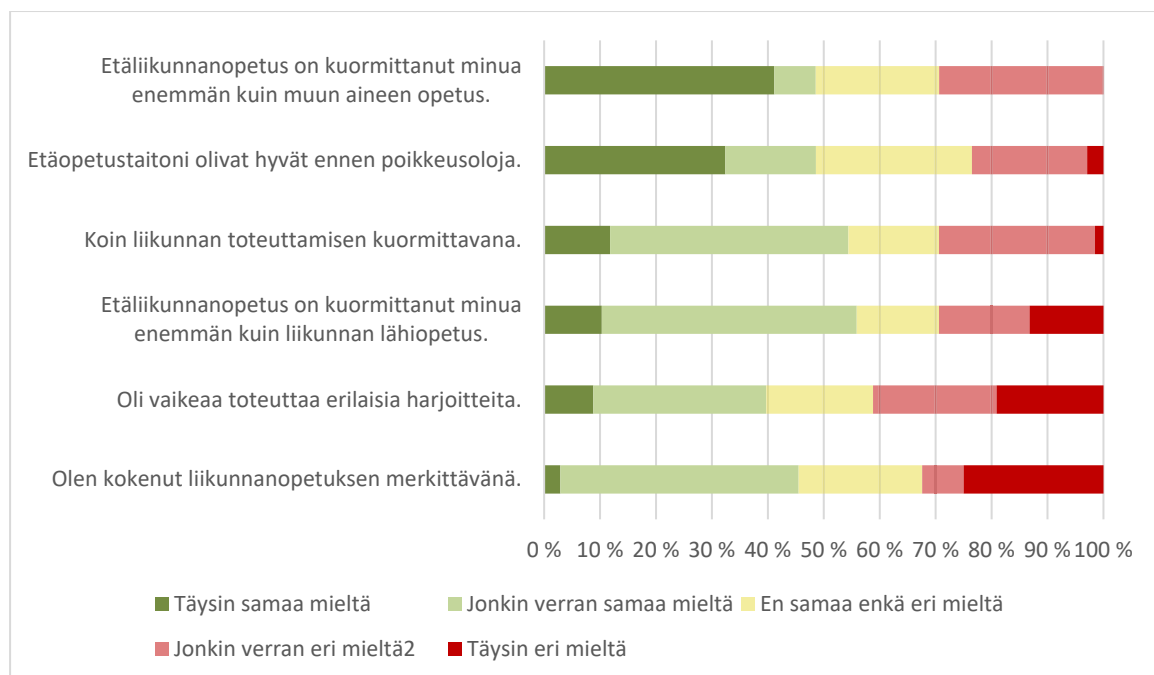
Liikunnan etäopetus antoi loistavan tilaisuuden toteuttaa monipuolista arviointia, sekä itse- että vertaisarviointi osoittautuivat toimiviksi. (V43)

Liikunnanopetuksen arviointi etäopetuksen aikana perustui käytännössä täysin oppilaan fyysisten taitojen arviointiin, mikä tietysti teki arvioinnista todella yksipuolista. Mielestäni arviointi oli siis selkeästi haastavampaa kuin lähiopetuksessa. (V2)

Summattuna etäliikunnanopetuksen arviointi koettiin pääosin haastavaksi, vaikka poikkeuksiakin oli. Opettajat eivät tienneet, oppivatko oppilaat hyvin etäopetuksen aikana ja puolet vastaajista oli sitä mieltä, että oppilaat oppivat huonosti. Suuri osa vastaajista ei toteuttanut etäopetuksessa arviointia ollenkaan. Arviointi koettiin myös kuormittavaksi. Opettajat käyttivät erilaisia tapoja toteuttaa arviointia, kuten sovelluksia, videointia sekä kirjallista palautetta. Opettajien mielestä arviointi oli sekä monipuolista että yksipuolista.

7.2 Kokemukset etäliikunnanopetuksesta

Tässä alaluvussa esitetään toisesta tutkimuskysymyksestä esiintyneet tulokset niiltä osin, jotka eivät vielä ilmenneet edellisissä tuloksissa. Muihin oppiaineisiin verrattuna etäliikunnanopetus kuormitti paljon tai hieman enemmän lähes 50 prosentin (48,6 %) mukaan (Kuvio 11). Omat etäopetustaidot koettiin 48,6 prosentin mukaan hyväksi tai melko hyväksi ennen poikkeusolojen alkamista. Etäliikunnanopetuksen kuormittavuus koettiin eri tavoin. Kokonaisuudessaan etäliikunnan toteuttaminen oli kuormittavaa tai melko kuormittavaa yli viidenkymmenen prosentin (54,4 %) mielestä. Kuitenkin lähes kolmasosa vastaajista (29,4 %) ei kokenut ollenkaan tai lähes ollenkaan etäopetuksen toteuttamista kuormittavana. Etäliikunnanopetus koettiin kuitenkin kuormittavaksi verrattuna normaaliin liikunnan lähiopetukseen. Reilu puolet vastaajista (55,9 %) vastasi etäopetuksen kuormittavan enemmän kuin lähiopetus. Kuitenkin lähes kolmannes (29,4 %) vastasi, ettei etäliikunnanopetus kuormittanut enempää verrattuna lähiopetukseen. Erilaisten harjoitteiden toteuttaminen etänä koettiin vaikeiksi tai melko vaikeiksi 40 prosentin (39,7 %) mukaan. Liikunnanopetusta merkittävänä etäopetuksen aikana piti tai lähes piti lähes puolet (45,5 %) vastaajista. Väitteeseen vastasi olevansa täysin eri mieltä 25 prosenttia vastaajista ja jonkin verran eri mieltä 7,4 prosenttia. Kolmasosa ei siis pitänyt etäliikunnanopetusta merkittävänä.



Kuvio 11. Opettajien jakauma kokemuksista etäliikunnanopetuksessa (n=68).

Useat vastaajat täsmensivät avoimissa kysymyksissä vielä liikunnan toteuttamisen olevan kuormittavaa tai haastavaa. Etäliikunnan pitämisen vastasi olevan haastavaa lähes 40 prosenttia (38,7 %) ja kahdeksan prosenttia vastasi erikseen liikunnan pitämisen olevan raskasta. Moni selvensi vastauksessaan, mikä oli erityisesti koettu haastavaksi tai kuormittavaksi. Erityisesti välineiden puuttuminen oli tuntunut haastavalta etäliikunnan pitämisessä.

Haastavinta oli se, että kaikkien kotoa ei edes löytynyt palloa tai muuta yksinkertaista liikuntavälinettä. Palloja sitten kehiteltiin sukista tms., joten tunnista meni aikaa itse valmisteluihin. Liian paljon lenkkeilyä ja pyöräilyä, joka selvisi jossain vaiheessa laittomaksi, koska lapset poistuivat liikenteen sekaan (V30)

Toteutus olisi voinut mennä paremminkin, varsinkin erityisoppilaat olivat suurissa vaikeuksissa etäopetuksen aikana, enkä tiennyt miten ottaa heitä enempää huomioon jotta en itse kuormittuisi liikaa. (V64)

Etäliikunnan toteuttamisesta oltiin kahta mieltä, oliko sen pitäminen tärkeä osa etäopetusta vai ei. Osa vastaajista kommentoi olevansa sitä mieltä, että liikunnan opetus oli todella merkittävää etäopetuksen aikana, jotta he saisivat oppilaat pois tietokoneruutujen edestä. Toisaalta jotkut vastaajista kommentoivat myös, että ei kokenut liikunnan olevan tärkeämmästä päästä oppiaineita, sillä se oli niin raskasta muiden aineiden ohessa.

Liikunta oli erittäin tärkeää etäopetusaikana, kun istuttiin paljon koneella. Liikkua sai päivittäin pienissä paloissa, kunhan keräsi viikon saldon täyteen. (V47)

Yhteenvetona etäliikunnanopetuksen kokemuksista voidaan todeta, että etäopetus kuormitti opettajia enemmän, sekä yleisesti, verrattuna muihin oppiaineisiin että verrattuna lähiopetukseenkin. Etenkin liikuntavälineiden puute koettiin kuormittavan opettajia. Opettajien etäopetustaidot olivat pääosin hyvät ennen poikkeusolojen alkamista. Erilaisten harjoitteiden toteuttaminen koettiin olevan sekä haastavaa että helppoa samassa suhteessa. Pienen enemmistön mielestä liikunnan etäopetus koettiin merkittäväksi toteuttaa.

7.3 Sukupuolen yhteys etäliikunnanopetuksen toteutukseen

Sukupuolen yhteyden vahvuutta selvitettiin ristiintaulukoinnin avulla käyttäen Pearsonin Khiin neliö -testiä. χ^2 -testin avulla tutkittiin siis sukupuolen yhteyttä Likert-asteikollisiin väittämiin. Taulukossa 2 on esitettyä Khiin neliö -testin tulokset. Likert-asteikolliset väittämät näkyvät alkuperäisessä muodossaan taulukossa. Lisäksi taulukosta näkee jokaisen arvon (*value*), vapausasteet (*df*) sekä merkitsevyyden (*significance 2-sided*).

Tilastollisesti merkitseviksi väittäviksi osoittautuivat ” Käytin liikunnan etäopetuksessani usein komentotyöliä”, ” Käytin etäliikuntatuntien suunnittelussa usein omia vanhoja materiaaleja”, ” Käytin liikunnan etäopetuksessa usein eri välineitä”, Pystyin arvioimaan jokaista liikunnan oppituntia etäopetuksessa” sekä ” Pystyin arvioimaan helposti jokaista oppilasta liikunnan etäopetuksessa”.

TAULUKKO 2. Sukupuolen yhteys Likert-asteikollisiin väittämiin

KHIIN NELIÖ			
	Arvo	Vapaus- asteet	Sig.
Olen kokenut liikunnan oppiaineen toteuttamisen merkittävänä etäopetuksessa.	11,93	8	0,15
Etäopetustaitoni olivat hyvät ennen poikkeusoloja.	4,83	8	0,78
Koin liikunnan toteuttamisen etäopetuksessa kuormittavana.	2,41	8	0,97
Oli vaikeaa toteuttaa erilaisia harjoitteita etäopetuksessa.	5,11	8	0,75
Oppilaillani oli paljon päätösvaltaa liikunnan toteuttamisesta etäopetuksessa.	1,60	8	0,99
Toteutin monipuolista liikuntaa etäopetuksen aikana.	7,34	6	0,29
Toteutin liikunnan etäopetusta huomioiden erityyppiset oppijat.	7,91	8	0,44
Toteutin liikunnanopetusta eri oppimisympäristöissä etäopetuksessa.	7,46	8	0,49
Opetin usein koko ryhmälle yhteisesti samaan aikaan liikuntaa etäopetuksessa.	14,30	8	0,07
Hyödynsin paljon oppilaiden huoltajia liikunnan etäopetuksessa.	10,09	8	0,26
Liikunnanopetuksen etäjakso on kuormittanut minua enemmän kuin muiden aineiden opetus.	8,95	6	0,18
Liikunnanopetuksen etäjakso on kuormittanut minua enemmän kuin liikunnan normaali lähiopetus.	10,03	8	0,26
Oppilaantuntemukseni parani etäopetuksen aikana.	9,08	8	0,34

(Jatkuu)

TAULUKKO 2. Sukupuolen yhteys Likert-asteikollisiin väittämiin. (Jatkuu)

Oppilaani oppivat hyvin liikunnan etäopetuksessa.	1,90	8	0,98
Liikunnan arviointi oli helppoa etäopetuksessa.	7,24	8	0,30
Koen huomioineeni hyvin tukea tarvitsevat oppilaat liikunnan etäopetuksessa.	6,79	8	0,56
Liikunnan fyysisten tavoitteiden saavuttaminen etäopetuksessa oli helppoa.	5,27	8	0,73
Liikunnan sosiaalisten tavoitteiden saavuttaminen etäopetuksessa oli helppoa.	4,89	6	0,56
Liikunnan psyykkisten tavoitteiden saavuttaminen etäopetuksessa oli helppoa.	6,93	8	0,54
Käytin liikunnan etäopetuksessani usein komentotyyliä.	41,47	6	<0,01
Käytin liikunnan etäopetuksessani usein itsearviointityyliä.	4,96	8	0,76
Käytin liikunnan etäopetuksessani usein tehtäväopetustyyliä.	8,46	6	0,21
Käytin liikunnan etäopetuksessani usein ongelmanratkaisutyyliä.	5,01	6	0,54
Käytin etäliikuntatuntien suunnittelussa paljon apuna sovelluksia.	10,06	8	0,26
Käytin liikunnan etäopetuksen toteuttamisessa paljon erilaisia liikuntaan soveltuvia sovelluksia.	7,52	8	0,48
Käytin etäliikuntatuntien suunnittelussa usein omia vanhoja materiaaleja.	15,33	6	0,02
Teetin oppilaille usein kirjallisia töitä liikunnan etäopetuksessa.	4,47	6	0,61
Teetin oppilaille usein liikkumaan aktivoivia tehtäviä liikunnan etäopetuksessa.	8,91	8	0,35
Teetin oppilaille usein online opetusta liikunnan etäopetuksessa.	5,88	6	0,44
Annoin oppilaille palautetta liikunnan etäopetuksen suorittamisesta usein.	6,22	8	0,62
Käytin liikunnan etäopetuksessa usein eri välineitä.	36,85	8	<0,01
Pystyin arvioimaan jokaista liikunnan oppituntia etäopetuksessa.	17,48	8	0,03
Pystyin arvioimaan helposti jokaista oppilasta liikunnan etäopetuksessa.	20,49	8	0,01

Miehet käyttivät naisia useammin liikunnan etäopetuksessa komentotyyliä, $X_2(6) = 41,47$, $p < 0,01$. Miehet olivat myös enemmistönä vanhojen materiaalien käytössä, $X_2(6) = 15,33$, $p = 0,02$. Naiset käyttivät useammin eri välineitä, $X_2(8) = 36,85$, $p < 0,01$. Miehet pystyivät arvioimaan naisia paremmin jokaista liikunnan etäoppituntia, $X_2(8) = 17,48$, $p = 0,03$ sekä jokaista oppilasta liikunnan etäopetuksessa, $X_2(8) = 20,48$, $p = 0,01$. Edellä esitetyt väittämät olivat siis tilastollisesti merkitseviä samalla, kun muissa väittämissä ei ollut tilastollisesti merkitsevää yhteyttä.

8 Pohdinta

Tämän tutkimuksen tehtävänä oli selvittää, miten alakoulun liikunnanopettajat toteuttivat etäopetuksen aikana liikunnanopetusta sekä miten opettajat kokivat liikunnan etäopetuksen. Lisäksi tutkittiin, miten sukupuoli oli yhteydessä etäliikunnanopetuksen toteuttamiseen. Monivalintakyselystä ja avointen kysymysten vastauksista ilmenneistä teemoista muodostettiin päätulokset. Tässä luvussa tarkastellaan tuloksia ja niissä esiintyviä poikkeuksia tai yhtäläisyyksiä aiempaan tutkimukseen, tämän tutkimuksen luotettavuutta, eettisyyttä sekä jatkotutkimuksen tarvetta ja tulosten hyödyntämistä.

8.1 Tulosten tarkastelu

Ensinnäkin saatiin selville, että video- ja kuvatehtävät sekä ulkoilu olivat käytetyimmät opetusmuodot liikunnan etäopetuksessa. Ylipäänsä opettajat käyttivät pääasiassa liikkumaan aktivoivia tehtäviä, eikä esimerkiksi online opetusta tai kirjallisia töitä. Opettajien ajankäyttö lisääntyi, mikä puolestaan kuormitti opettajia enemmän verrattuna lähiopetukseen. Lisäksi liikunnan etäopetus koettiin hyvin hankalaksi toteuttaa, mikä selitettiin muun muassa välineiden puutteella tai vähäisyydellä. Erityisesti liikunnan arviointi ja sosiaalisten tavoitteiden saavuttaminen koettiin hankalaksi etäopetuksessa. Pienen enemmistön mukaan etäopetustaidot olivat hyvät ennen etäopetusjaksoa ja poikkeusolojen alkua. Miehet käyttivät naisia useammin komentotyyliä sekä omia vanhoja materiaalejaan. Naiset puolestaan käyttivät useammin eri välineitä. Miehet pystyivät arvioimaan naisia paremmin jokaista liikunnan etäoppituntia sekä jokaista oppilasta etäliikunnanopetuksessa.

Etäopetus itsessään ei ole uusi ilmiö tai opetusmenetelmä (Moore & Thompson 1990, 2), mutta monelle suomalaiselle opettajalle tilanne oli uusi keväällä 2020. Etäopetukseen siirryttiin Suomessa (Valtioneuvosto 2020b) ja muualla maailmalla nopeasti koronaviruksen myötä, jolloin ilmiöstä alettiin käyttämään käsitettä hätäetäopetus (Hodges ym. 2020; Thomas, Lucski & McCulloch 2021, 1). Vastaajista yli neljä viidesosaa ei ollut opettanut liikuntaa etäopetuksessa ennen kevättä 2020, mutta suurin osa vastasi etäopetustaitojen olleen hyvät ennen etäopetuksen alkua. Opettajien rutiinit ja normaali työarki muuttui radikaalisti kasvokkain tapahtuvasta lähiopetuksesta tietokoneruutujen välityksellä tapahtuvaan etäopetukseen. Liikunnanopetuksen opetus-oppimisprosessia (vrt. Huovinen 2019, 22; Varstala 2007, 126–127) oli hankalaa toteuttaa etäopetuksessa ja prosessi erosi paljon

opettajan roolista lähiopetuksessa. Erityisesti liikunnan opetus koettiin haastavaksi toteuttaa etäopetuksena, mikä vastaa aiempaa tutkimusta (mm. Koski ym. 2020; Vuorio 2021, 21).

Kuten aiempi tutkimus (Kääpä & Huovinen 2020, 9; Ng ym. 2021, 108–109; Williyanto 2020, 477) antaa ymmärtää, myös tässä tutkimuksessa opettajien käytetyimpiin yhteydenpito- ja tiedottamisvälineisiin kodin ja koulun välillä kuuluivat Wilma tai Helmi, sähköinen oppimisolusta tai WhatsApp viestipalvelu. WhatsAppin on voitu myös ajatella kuuluvan tekstiviestien tai sosiaalisen median alle kysyttäessä viestintävälinettä, jolloin WhatsAppin käyttö voisi olla vieläkin yleisempää verrattuna tämän tutkimuksen tuloksiin. Microsoftin Teams-palvelu on voitu yhdistää myös muun sovelluksen käyttöön tai sähköiseen oppimisolustaan kuuluvaksi, jolloin myös kyseisen palvelun maininnat nousisivat. WhatsAppin käyttö alakouluikäisillä herättää tutkijan pohtimaan opettajien vastuullisuutta, sillä viestipalvelun ikäraja Euroopan alueella eli myös Suomessa on 16 (WhatsApp LLC 2021). Moni kyseistä viestipalvelua opetuksessa käyttävä opettaja ei mahdollisesti ole tiennyt käyttäjien ikärajaa tai ole esimerkiksi huomannut edes tarkistaa asiaa, kun etäopetukseen siirryttiin niin äkillisesti ja uusia pohdittavia asioita tuli paljon.

Aikaisemman tutkimuksen (Ahtiainen ym. 2021, 17, 19; Koski ym. 2020) pohjalta tiedetään, että suunnitteluun käytetty aika lisääntyi opettajilla samalla, kun suunnittelu-aika kuormitti enemmän. Samanlaisia tuloksia saatiin tästäkin tutkimuksesta. Aikaisempaan tutkimukseen nojautuen, myös tässä tutkimuksessa suunnittelu koettiin vastaajien mukaan haastavaksi ja kuormittavaksi. Erityisesti välineiden puute tai vähäisyys koettiin olleen rasittavaa.

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa 2014 yksi liikunnan oppiaineen tehtävä on vahvistaa ja soveltaa monipuolisesti oppijan välineenkäsittelytaitoja (Opetushallitus 2014), joten jokaisen opettajan olisi pitänyt ottaa välineet jotenkin hyödyksi opetuksessaan. Osa opettajista kommentoi avoimissa vastauksissaan, että oppilaat sovelsivat välineitä kotoa löytyvistä arkisista esineistä.

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden 2014 sosiaalisten tavoitteiden saavuttaminen koettiin olevan kaikista hankalinta toteuttaa etäopetuksessa. Liikunnan oppiaineen yksi tehtävistä on tukea lasten ja nuorten vuorovaikutustaitoja sosiaalisten suhteiden avulla (Opetushallitus 2014). Oppilaiden sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen ja kehittäminen jäi monelta opettajalta kuitenkin tukematta etäopetuksen aikana, vaikka Opetushallitus ohjeisti siihen (ks. Vitikka ja Rissanen 2020). Toisaalta, kun tutkimusjoukossa oli tutkittavia koko Suomen alueelta, välimatkat oppilaiden välillä saattoivat olla pitkätkin ja

poikkeusolosuhteissa ihmiskontakteja tuli välttää. Vuorovaikutussuhteita pystyy kuitenkin turvaamaan nykyteknologian avulla, joten jokaisen opettajan olisi pitänyt tukea oppilaiden sosiaalisia suhteita antamalla siihen tähtääviä tai mahdollistavia tehtäviä. Lisäksi, vaikka opettajat kokivat sosiaalisuuden ylläpitämisen vähäisenä, on luultavasti niitäkin oppilaita, joiden ei tarvinnut tuntea sosiaalista painetta liikunnanopetuksessa (ks. Kääpä & Huovinen 2020), tai jotka saivat vihdoinkin vapautta ja vastuuta, mitä kaipasivat (ks. Hytönen 2020, 2).

Tämän tutkimuksen tulosten mukaan naiset käyttivät miehiä vähemmän komentotyyliä, vaikka sitä käytettiin kaikkien vastaajien kohdalla vähän. Jaakkolan ja Wattin (2011, 254) mukaan vain tehtäväopetustyyli on ollut aikaisemmassa tutkimuksessa tilastollisesti merkitseviä tuloksia, joissa naiset käyttivät tehtäväopetustyyliä miehiä enemmän.

Etäliikunnanopetuksessa selvästi käytetyin opetustyyli oli vastaajien mukaan tehtäväopetus ja vähiten käytettiin komentotyyliä, kun lähiopetuksessa käytetyimmät opetustyylit ovat tyypillisesti olleet tehtäväopetus- ja komentotyyli (Huovinen 2019, 23). Tätä selittää havainto siitä, että opettajat olivat etäopetuksessa vain harvoin, jos lainkaan reaaliaikaisessa opetuksessa oppilaiden kanssa, jolloin komentotyyliä yleisesti ottaen käytetään. Varstalan (2007, 126–127) ja Huovisen (2019, 22) esittämä lähiopetuksen liikunnan oppitunnin rakenne muuttui etäopetuksessa, kun moni opettaja ei pitänyt oppitunteja, vaan antoi tehtäviä tehtäväksi, kun oppilaille itselle sopii.

Turvallisuus ja vastuukysymykset nousivat esiin opettajien avoimissa vastauksissa. Tätä teemaa ei kysytty erikseen, mutta moni vastaaja kommentoi asiasta. Eräs vastaaja totesi, että muun muassa pyöräily ja lenkkeily osoittautui laittomaksi, kun opettaja ei ole läsnä valvomassa ja näin ollen liikuntamuoto ei ole turvallinen. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa 2014 mainitaan kuitenkin jo 1.–2. luokan kohdalla liikunnan oppiaineen tavoite, jossa oppilasta tulisi harjaannuttaa ”liikkumaan turvallisesti erilaisissa oppimisympäristöissä” (Opetushallitus 2014). Tällä perusteella jokainen opettaja olisi voinut kerrata oppilaiden kanssa liikennesääntöjä eheyttämällä esimerkiksi ympäristöoppiin ja antaa tehtäväksi noudattaa sääntöjä, jolloin opettaja olisi noudattanut opetussuunnitelmaa turvallisesti.

Arvioinnin koki vaikeaksi noin neljä viidestä vastaajasta monivalintakysymyksissä ja avoimissa kysymyksissä vaikeudesta kommentoi noin puolet. Huomionarvoista on kuitenkin se, että osa opettajista ei pyytänyt mitään kiitosta tehdyistä tehtävistä, jolloin arviointi saatettiin kokea haasteelliseksi, kun ei ollut mitään mitä arvioida. Noin puolet opettajista ei tiennyt, oppivatko oppilaat etäopetuksen aikana hyvin ja noin puolet olivat sitä mieltä, että

oppilaat eivät oppineet etäopetuksessa hyvin. Tulokset ovat hyvin samankaltaisia Kosken ja kollegoiden (2020) sekä Ahtiaisen ja kumppaneiden (2020) tutkimuksia. Hyvin monessa vastauksesta oli pääteltävissä tai kerrottiin suoraan, että arviointi oli yhtä kuin videoiden tai kuvien lähettämistä opettajalle suoritetusta tehtävästä. Nämä tulokset kertovat kattavasti siitä, että opettajat pitivät liikunnan arviointia vaikeana.

8.2 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Tarkasteltaessa tämän tutkimuksen luotettavuutta todettakoon ensiksi, että tutkimuksessa on sen kaikissa vaiheissa noudatettu hyvän tieteellisen käytännön kriteerejä (ks. Hirvonen 2006, 31; TENK 2019). Tutkimusta ohjaa yleiset tutkimuseettiset ohjeet (TENK 2019; Tuomi & Sarajärvi 2018, 132–133). Tutkimukseen osallistuminen oli täysin vapaaehtoista ja anonymiä, eikä Webropol-kyselyssä kysytty nimeä missään kohtaa. Henkilötiedoista kerättiin vain ikä, sukupuoli, kunta, koulutus, opetusvuodet ja minkä ikäisiä on opettanut etäjakson aikana. Henkilöllisyyttä ei voida täten tunnistaa. Tutkimusaineistoa säilytetään pilvipalvelussa kaksivaiheisen tunnistamisen takana tarvittavan viiden vuoden ajan, jonka jälkeen aineisto tuhoetaan perusteellisesti. Tutkimukseen osallistujille kerrottiin tarkasti tutkimuksen tarkoitus, ohjeet ja mitä tutkimuksessa tutkitaan. Tutkittaville annettiin tarpeeksi aikaa tutkimukseen osallistumisen päätökseen. (Ks. TENK 2019.) Tutkimuksen luotettavuuteen liittyen todettakoon vielä, että tutkimuksessa käytetty kysely oli luotu tätä tutkimusta varten, eikä käytössä ollut aikaisemmin hyväksi ja toimiviksi todettuja mittareita. Webropol-kysely esitettiin ennen sen varsinaista lähettämistä rehtoreille.

Tutkimukseen on osallistuttava tarpeeksi monta osallistujaa, jotta voidaan yleistää tutkimuksesta saatuja määrällisiä tietoja. Tällä tavoin pystytään kuvaamaan mahdollisimman hyvin perusjoukkoa, joka tässä tutkimuksessa kuvasi liikuntaa opettavia alakoulun opettajia etäjakson aikana. (Ks. Valli 2010, 113–114.) Tässä tutkimuksessa tutkimusjoukko jäi kuitenkin suhteellisen pieneksi määrällisen tutkimuksen osalta, eikä tuloksia voida näin ollen yleistää. Tutkimukseen oli vaikea löytää osallistujia, vaikka kysely lähetettiin ympäri Suomea yli 300 rehtorille ja kahteen eri Facebook-ryhmään. Tähän voi vaikuttaa useampikin seikka. Ensinnäkin tutkimukseen osallistuminen oli vapaaehtoista. Voinee olettaa, että kaikki opettajat eivät saaneet rehtorilta välitettyä tutkimuspyyntöä. Esimerkiksi moni rehtori vastasi suoraan lähetettyyn pyyntöön, että heidän koulunsa ei lähde tutkimukseen mukaan. Ei siis ole tiedossa, kuinka moni rehtori välitti tutkimuspyynnön koulunsa opettajilleen. Vaikka rehtorit olisivatkin lähettäneet opettajilleen kyselyn, ei heidän ollut pakko vastata siihen.

Toiseksi lienee mahdollista, että tutkimuksen aineistonkeruun ajankohdalla oli vaikutusta tutkimukseen vastaamiseen. Aineistonkeruu toteutettiin poikittaistutkimuksena keväällä 2021. Tulokset voisivat olla erilaisia, jos aineisto olisi kerätty heti ensimmäisen etäopetusjakson jälkeen verrattuna siihen, että toteutetun aineistonkeruun aikana joillakin opettajilla saattoi olla vuosi etäopetuksesta. Toisaalta voinee olettaa, että ainakin osa tutkimusjoukosta oli toteuttanut etäopetusta joko syksyllä tai keväällä 2021 uudestaan, jolloin muistot etäopetuksesta olivat tuoreempia.

Kolmanneksi, kun tutkimus toteutettiin satunnaisotannalla (Nummenmaa 2009, 26; ks. alaluku 6.1) koulujen valinnat saattoivat vaikuttaa tutkimustuloksiin. Koulut opettajineen ja rehtoreineen valittiin arpomalla satunnaisesti jokaisen maakunnan sisäältä. Joukossa oli sekä isoja yhtenäiskouluja että muutaman kymmenen oppilaan kyläkouluja. Jos tutkimuspyyntö olisi lähetetty valikoidusti vain isojen kaupunkien kouluihin, tutkimuksen osallistujamäärä olisi saattanut olla suurempi. Toisaalta pienemmistä kunnista vastattiin tutkimukseen keskimääräisesti enemmän kuin suurista kunnista.

Lisäksi tutkittaessa sukupuolen yhteyttä etäliikunnanopetuksen toteuttamiseen voidaan taas todeta, että tutkimustulokset voisivat olla erilaisia, jos otoskoko olisi ollut suurempi. Nyt sukupuolten vertailu jäi pienehköksi, vaikka saatiinkin tilastollisesti merkitseviä tuloksia.

8.3 Tulosten hyödyntäminen ja jatkotutkimuksen tarve

Tämä tutkimus selvitti alakoulun liikunnanopetuksen toteutuksia ja kokemuksia etäopetuksesta opettajien näkökulmasta. Tutkimus antaa tietoa opettajille tulevaisuuteen, mitkä tavat, harjoitteet ja muut seikat ovat olleet aikaisemmassa etäajaksossa toimivia.

Etäliikunnanopetus koettiin hyvin hankalaksi toteuttaa alakoulussa, kuten myös muun muassa Käätä ja Huovinen (2020), Williyanto (2020) sekä Mercier ja kollegat (2021) ovat todenneet. Opettajien tekniset valmiudet sekä välineiden ja laitteiden puute hankaloittivat toteutusta. Todettakoon tässä, ettei opettajankoulutus ainakaan vielä tue tarpeeksi tieto- ja viestintäteknologian käyttöä etäopetuksen osalta. Teknologia ja kouluissa käytettävät laitteet kehittyvät ja muuttuvat kovaa vauhtia, eikä moni opettaja pysy kehityksen mukana, vaikka opettajille järjestetäänkin täydennyskoulutuksia. Tämän sekä muun tutkimuksen pohjalta voidaan sanoa, että opettajat tarvitsevat tukea vieläkin enemmän tieto- ja viestintäteknologian saralla.

Opettajat olisivat kaivanneet selkeämpiä ohjeita ja linjaa etäopetuksen toteuttamiseen. Uuden keksiminen oli tutkittavien mukaan hyvin kuormittavaa. Tämän ja aiemman tutkimuksen nojalla Opetushallitus voisi tehdä omat säädökset sekä kunnat tai koulut voisivat tehdä omat ohjeet mahdollisten tulevien etäopetusjaksojen varalle. Vaikka useilla tuhansilla opettajilla onkin nyt kokemusta etäopetuksesta, ei vastavalmistuneilla sitä ole. Opettajien kuormittavuus vähenisi, jos etäopetuksesta olisi selkeämpi kaava, johon voisi tarttua.

Huolestuttava tutkimustulos oli, että opettajat eivät tienneet, oppivatko oppilaat hyvin etäopetuksen aikana. Tämä tuli selväksi myös aiemmassa tutkimuksessa (Koski ym. 2020; Kääpä & Huovinen 2020). Tämän tuloksen pohjalta olisi tarpeellista tutkia enemmän myös alakoulun oppilaiden näkökulmaa ja kokemuksia liikunnan etäopetuksesta. Aiheellista olisi tutkia myös, miten etäopetus vaikutti oppilaisiin ja syntyikö etäopetuksesta pidempiaikaisia vaikutuksia tai ongelmia.

Tutkimustulokset eivät antaneet valideja tuloksia koulutustaustan yhteydestä etäliikunnanopetuksen toteuttamiseen otoskoon jäädessä hyvin pieneksi. Tässä olisi yksi hyvin kiinnostava ja merkittävä jatkotutkimusaihe, jota selvittää. Myös huomionarvoista olisi tutkia, onko isojen ja pienten kyläkoulujen välillä eroavaisuutta etäopetuksen parissa. Tässä tutkimuksessa ei keskitytty koulujen kokoon, mutta aineistonkeruuvaiheessa koulujen huomattiin olevan hyvin eri kokoisia sekä oppilas- että opettajamäärän osalta. Tähän ei voitu tarttua kuitenkaan tässä tutkimuksessa, sillä kyselyssä kysyttiin vain kuntaa ja tutkimuspyyntö lähetettiin useammalle kunnan koululle. Myös maantieteellisillä rajauksilla tai vertailuilla olisi voinut tulla mielenkiintoisia tuloksia.

Lähteet

- Ahtiainen, R., Asikainen, M., Heikonen, L., Hienonen, N., Hotulainen, R., Lindfors, P., Lindgren, E., Lintuvuori, M., Oinas, S., Rimpelä, A., & Vainikainen, M.-P. 2020. Koulunkäynti, opetus ja hyvinvointi kouluuyhteisössä koronaepidemian aikana: Ensitulokset. Helsingin yliopisto.
https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/324905/Raportti_ensituloksista_eloku_u_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y Luettu 8.3.2022
- Chng, L. & Lund, J. 2018. Assessment for learning in physical education: The what, why and how. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 89 (8), 29–34.
- Colley, R. C., Bushnik, T. & Langlois, K. 2020. Exercise and screen time during the COVID-19 pandemic. *Health Rep*, 31(6), 3–11.
- Duodecim 2015. Liikuntaan liittyviä määritelmiä. Käypä hoito -työryhmä Liikunta. Julkaistu 15.12.2015. Helsinki: Suomalainen Lääkäriseura Duodecim.
<https://www.kaypahoito.fi/nix01203> Luettu 4.4.2022
- Heikinaro-Johansson, P. & Hirvensalo, M. 2007. Liikunnanopetuksen suunnittelu. Teoksessa P. Heikinaro-Johansson & T. Huovinen (toim.). Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Helsinki: WSOY. 94–113.
- Heikinaro-Johansson, P. & Lyyra, N. 2018. Liikunnanopetus ja opetuksen analysointi. Jyväskylän yliopisto: Liikuntatieteellinen tiedekunta.
- Hilli, C. 2020. Distance teaching in small rural primary schools: A participatory action research project. *Educational Action Research*, 28 (1), 38–52.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2012. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Hirvonen, A. 2006. Eettisesti hyvä tutkimus. Teoksessa J. Hallamaa, V. Launis, S. Lötjönen & I. Sorvali (toim.) *Etiikkaa ihmistieteille*. Helsinki: Hakapaino. 31–49.
- Hodges, C., Moore, S., Lockee, B., Trust, T. & Bond, A. 2020. The Difference Between Emergency Remote Teaching and Online Learning. *Educause review*.
<https://er.educause.edu/articles/2020/3/the-difference-between-emergency-remote-teaching-and-online-learning> Luettu 28.2.2022
- Huhtiniemi, M., Salin, K. & Lindeman, M. 2017. Tieto- ja viestintäteknologia osana liikunnan opetusta ja oppimista. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) *Liikuntapedagogiikka*. Jyväskylä: PS-kustannus. 388–407.

- Huovinen, T. 2019. Oppilaiden osallistumista ja fyysistä aktiivisuutta edistävä liikunnanopetus perusopetuksen heterogeenisessä oppilasryhmässä. Jyväskylän yliopisto: Liikuntatieteellinen tiedekunta. Väitöskirja.
- Hytönen, K.-M. 2020. Erikoinen kevät. *Kasvatus & Aika*, 14 (1), 2–3.
- Jaakkola, T., Liukkonen, J. & Sääkslahti, A. (toim.) 2017. *Liikuntapedagogiikka*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Jaakkola, T. & Sääkslahti, A. 2017. Liikunnanopetuksen opetustyyli. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) *Liikuntapedagogiikka*. Jyväskylä: PS-kustannus, 304–319.
- Jaakkola, T. & Watt, A. 2011. Finnish Physical education teachers' self-reported use and perceptions of Mosston Ashworth's teaching styles. *Journal of Teaching in Physical Education*, 30 (3), 248–262.
- Karvi 2020. Poikkeuksellisten opetusjärjestelyjen vaikutukset tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden toteutumiseen. Osa I: Kansallisen arvioinnin taustaraportti, synteesi ja tilannearvio valmiiden aineistojen pohjalta. Kansallisen koulutuksen arviointikeskus. <https://karvi.fi/wp-content/uploads/2020/05/Poikkeuksellisten-opetusjärjestelyjen-vaikutukset-osa-I-Karvi-7.5.2020-1.pdf>
- Kokko, S., Martin, L., Villberg, J., Ng, K. & Mehtälä, A. 2019. Itsearvioitu liikuntaaktiivisuus, ruutuaika ja sosiaalinen media sekä liikkumisen seurantalaitteet ja -sovellukset. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (toim.) *Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2018*. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2019:1. 15–26.
- Kokkonen, M. 2017. Liikunta sosiaalista ja psyykkistä toimintakykyä edistävien tunne- ja ihmissuhdetaitojen tukijana. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) *Liikuntapedagogiikka*. Jyväskylä: PS-kustannus. 185–214.
- Kołota, A. & Głańska, D. 2021. COVID-19 Pandemic and remote education contributes to improved nutritional behaviors and increased screen time in a Polish population-based sample of primary school adolescents: Diet and activity of youth during COVID-19 (DAY-19) study. *Nutrients*, 13 (5), 1–16.
- Koski, P., Aerila, J.-A., Jankama, H., Keinänen, H., Kempainen, L., Koivisto, K., Kärki, T., Nieminen, N., Orell, M., Vääntinen, J. ja Yrjänäinen, S. 2020. Oppilaiden, opettajien ja huoltajien kokemuksia ja näkemyksiä etäopetuksesta. Turun yliopisto. (Julkaisematon.) <https://echo360.org.uk/media/4c7902c7-d6f4-4a8f-b830->

[367539c3dac4/public?autoplay=false&automute=false&startTimeMillis=1456515](https://www.ouka.fi/documents/767647/16675911/Liito+ryn+ohjeistuksia+perusopetuksen+liikunnan+järjestämisestä+.pdf/0642ab69-123d-489a-8e71-1468fa438280)

Katsottu 25.11.2020

- Kuula, A. 2011. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Vastapaino.
- Kääpä, M. & Huovinen, T. 2020. Liikuntaa etänä. Liito: Liikunnan ja terveystiedon opettaja 2020, (4), 12–15.
- Laakso, L. 2007. Johdatus liikuntapedagogiikkaan ja liikuntakasvatukseen. Teoksessa P. Heikinaro-Johansson & T. Huovinen (toim.) Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Jyväskylä: WSOY, 16–30.
- Liikunnan ja Terveystiedon Opettajat ry LIITO, Vasankari, T. & Pietilä, M. 2020. Liito ry:n ohjeistuksia perusopetuksen liikunnan järjestämisestä poikkeustilanteen aikana. Julkaistu 18.3.2020.
- <https://www.ouka.fi/documents/767647/16675911/Liito+ryn+ohjeistuksia+perusopetuksen+liikunnan+järjestämisestä+.pdf/0642ab69-123d-489a-8e71-1468fa438280>
- Luettu 24.11.2020
- Listkova, M. 2020. Physical education of students in the format of distance education. Omsk State Pedagogical University: Omsk, Venäjä. BIO Web of Conferences 26, 1–6.
- Means, B., Toyama, Y., Murphy, R., Bakia, M. & Jones, K. 2010. Evaluation of Evidence-Based Practices in Online Learning: A Meta-Analysis and Review of Online Learning Studies. U.S. Department of Education.
- Mercier, K., Centeio, E., Garn, A., Erwin, H., Marttinen, R. & Foley, J. 2021. Physical education teachers' experiences with remote instruction during the initial phase of the COVID-19 pandemic. *Journal of Teaching in Physical Education*, 40(2)337–342.
- Moore, M. & Thompson, M. 1990. The Effects of Distance Learning: A Summary of Literature. Research Monograph Number 2. of The American Center for the Study of the Distance Education. Pennsylvania: University park, 1–75.
- Mosston, M. & Ashworth, S. 2008. Teaching physical education. New York: Benjamin Cummings.
- Ng, K., Klavina, A., Ferreira, J. P., Barrett, U., Pozeriene, J. & Reina, R. 2021. Teachers' preparedness to deliver remote adapted physical education from different European perspectives: Updates to the European Standards in Adapted Physical Activity. *European Journal of Special Needs Education*, 36(1), 98–113.

- Niemi, H. M. & Kousa, P. 2020. A case study of students' and teachers' perceptions in a Finnish high school during the COVID pandemic. *International Journal of Technology in Education and Science (IJTES)*, 4(4), 352–369.
- Nummenmaa, L. 2009. Käyttäytymistieteiden tilastolliset menetelmät. Helsinki: Tammi.
- Nummenmaa, M. 2012. Etäopetus tarjoaa monia mahdollisuuksia oppimiseen ja opettamiseen. Teoksessa M. Kankaanranta, I. Mikkonen & K. Vähähyppä (toim.) *Tutkittua tietoa oppimisympäristöistä. Tieto- ja viestintätekniikan käyttö opetuksessa. Opetushallituksen oppaat ja käsikirjat 2012:13.* 20–33.
https://blog.edu.turku.fi/etaopetusfi/files/2017/01/tutkittua_tietoa_oppimisymparistoista_VERKKO.pdf#page=20
- OAJ 2020. OAJ:n kysely koskien opetuksen poikkeusjärjestelyjä keväällä 2020. Perusopetus, lukiokoulutus, ammatillinen koulutus, ammattikorkeakoulut, yliopistot, taiteen perusopetus ja vapaa sivistystyö.
<https://www.oaj.fi/ajankohtaista/uutiset-ja-tiedotteet/2020/koronavirus-kysely/> Luettu 27.11.2020
- Opetushallitus 2014. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Helsinki: Opetushallitus.
https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf
- Opetushallitus 2021. Perusopetuksen järjestäminen 1.1.2021 alkaen.
<https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/perusopetuksen-jarjestaminen-112021-alkaen> Luettu 22.3.2021
- Opetus- ja kulttuuriministeriö 2021a. Liikkumissuositus 7–17-vuotiaille lapsille ja nuorille. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2021:19.
- Opetus- ja kulttuuriministeriö 2021b. Opetus- ja koulutussanasto (OKSA). 2. Laitos. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2021:10.
- Perusopetuslaki 20 a §. 687/29.6.2021.
- Rossi, T. & Sirna, K. 2008. Creating physical education in remote Australian schools: Overcoming the tyranny of distance through communities of practice. *Journal of Research in Rural Education*, 23(6), 1–12.
- School Education Gateway 2020. Survey on online and distance learning – Results.
<https://www.schooleducationgateway.eu/en/pub/viewpoints/surveys/survey-on-online-teaching.htm> Luettu 8.9.2022

- Saarinen, J. 2001. Etäopetus opettajien täydennyskoulutuksessa ja etäopetuksen pedagogiset menetelmät. Hämeen ammattikorkeakoulu.
- Stavredes, T. & Herder, T. 2012. Student persistence – and teaching strategies to support it. Teoksessa M. G. Moore 2012. Handbook of distance education. New York: Routledge, 155–169.
- Stenman, S & Pettersson, F. 2020. Remote teaching for equal and inclusive education in rural areas? An analysis of teachers’ perspectives on remote teaching. The International Journal of Information and Learning Technology, 37(3), 87–98.
- Sternadel, D. 2021. The impact of COVID-19 on student learning outcomes across Europe: the challenges of distance education for all. NESET Ad hoc report no. 2/2021.
- Sääkslahti, A. 2017. Liikunnanopetuksen suunnittelu. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus, 276–289.
- Sääkslahti, A. & Lauritsalo, K. 2017. Liikuntapedagogiikka alakoulussa. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus, 505–517.
- Sääkslahti, A., Palomäki, S., Huovinen, T. & Pietilä, M. 2017. Tavoitteet liikunnan arvioinnin lähtökohtana. Teoksessa E. Kauppinen & E. Vitikka. Arviointia toteuttamassa. Näkökulmia monipuoliseen oppimisen arviointiin. Opetushallituksen oppaat ja käsikirjat 2017:4. Helsinki: Juvenes Print, 71–81.
- Thomas, N., Lucski, G. & McCulloch, E. 2021. Resilience in the Face of Emergency Remote Teaching: EAL Pupils’ Experiences During the COVID-19 Pandemic. TESOL journal, 12 (2), 1–6.
- Tilastokeskus 2021. Kuntapohjaiset alueluokitukset tiedostoina ja luokitusjulkaisut. <https://tilastokeskus.fi/fi/luokitukset/tupa/> Luettu 16.3.2021
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- TENK Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 3/2019. https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2019.pdf Luettu 23.11.2020
- Tähtinen, J., Laakkonen, E. & Broberg, M. 2020. Tilastollisen aineiston käsittelyn ja tulkinnan perusteita. Turun yliopisto.

- Valli, R. 2010. Kyselylomaketutkimus. Teoksessa J. Aaltola & R. Valli (toim.) 2010. Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittavalle tutkijalle. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Valtioneuvosto 2021. Koronaepidemiaan liittyvät poikkeussäännökset jatkuvat perusopetuksessa, ammatillisessa koulutuksessa ja korkeakouluissa. Opetus- ja kulttuuriministeriö. <https://valtioneuvosto.fi/-/1410845/koronaepidemiaan-liittyvat-poikkeussaanokset-jatkuvat-perusopetuksessa-ammattillisessa-koulutuksessa-ja-korkeakouluissa> Luettu 28.2.2022
- Valtioneuvosto 2020a. Hallitus päätti varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen rajoitteiden purkamisesta. Opetus- ja kulttuuriministeriö. <https://valtioneuvosto.fi/-/10616/hallitus-paatti-varhaiskasvatuksen-ja-perusopetuksen-%20rajoitteiden-purkamisesta> Luettu 28.2.2022
- Valtioneuvosto 2020b. Valtioneuvoston asetus varhaiskasvatuksen sekä opetuksen ja koulutuksen järjestämisvelvollisuutta koskevista rajoituksista. Opetus- ja kulttuuriministeriö. <https://valtioneuvosto.fi/paatokset/paatos?decisionId=0900908f806903c1> Luettu 28.2.2022
- Valtioneuvoston asetus perusopetuslaissa tarkoitetun opetuksen valtakunnallisista tavoitteista ja perusopetuksen tuntijaosta 422/2012. Annettu Helsingissä 28.6.2012.
- Varstala, V. 2007. Liikunnanopettajan toiminta eri työtavoissa. Teoksessa P. Heikinaro-Johansson & T. Huovinen (toim.). Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Helsinki: WSOY. 125–151.
- Vasankari, T., Jussila, A.-M., Husu, P., Tokola, K., Vähä-Ypyä, H., Kokko, S. & Sievänen, H. 2020. Koronarajoitukset vaikuttivat rajusti lasten ja nuorten liikkumiseen. Teoksessa M. Kantomaa (toim.) Koronapandemian vaikutukset väestön liikuntaan. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2020:2.
- Virta, J. & Lounassalo, I. 2017. Liikuntapedagogiikka yläkoulussa. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus, 518–536.
- Vitikka, E. & Rissanen, M. 2020. Perusopetuksen oppilaan arvioinnin toteuttaminen poikkeusolojen aikana. Julkaistu 3.4.2020. Helsinki: Opetushallitus. <https://www.oph.fi/fi/uutiset/2020/perusopetuksen-oppilaan-arvioinnin-toteuttaminen-poikkeusolojen-aikana> Luettu 24.3.2020

- Vuollet, E. 2019. Opettajien käsityksiä liikunnan arviointimenetelmistä ja arvioinnin tarkoituksista. Pro gradu -tutkielma. Lapin yliopisto.
https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/63731/GRADU_EINOVUOLLET.pdf?sequence=1&isAllowed=y Luettu 30.11.2020
- Vuorio, J., Ranta, M., Koskinen, K., Nevalainen-Sumkin, T., Helminen, J. & Miettunen, A. 2021. Etäopetuksen tilannekuva koronapandemiassa vuonna 2020. Opetushallituksen raportit ja selvitykset 2021:4. Helsinki: Opetushallitus.
- WhatsApp LLC 2021. WhatsApp Terms of Service. <https://www.whatsapp.com/legal/terms-of-service-eea> Luettu 8.3.2022
- Williyanto, S. 2020. The Achievement of Physical Education Learning Objectives during COVID-19 Pandemic. Teoksessa O. Handayani, S. Sumartiningsih & N. Putriningtyas. Proceedings of the 5th International Seminar of Public Health and Education, ISPHE 2020. Negeri Semarangin yliopisto, Indonesia: EAI. 475–480.
- Xiang, M., Zhang, Z. & Kuwahara, K. 2020. Impact of COVID-19 pandemic on children and adolescents' lifestyle behavior larger than expected. *Progress in Cardiovascular Diseases*, 63(4), 531–532.

Liitteet

Liite 1. Sähköinen Webropol-kysely

Taustatiedot

1. Ikäsi?

2. Sukupuolesi?

- Mies
- Nainen
- Muu
- En halua kertoa

3. Kunta, jossa opetat?

4. Kuinka kauan olet toiminut opettajana?

- < 1 vuosi
- 1-5 vuotta
- 6-10 vuotta
- 11-15 vuotta
- 16-20 vuotta
- 21-25 vuotta
- 26-30 vuotta
- 31-35 vuotta
- 36-40 vuotta
- 41-45 vuotta
- > 45 vuotta

5. Mille luokkatasolle opetit liikuntaa etäopetuksen aikana? (Voit valita useamman vaihtoehdon.)

1.-2.-lk

3.-4.-lk

5.-6.-lk

6. Koulutuksesi? (Voit valita useamman vaihtoehdon.)

Luokanopettaja

Liikunnan perusopinnot

Liikunnan aineopinnot

Liikunnan syventävät opinnot

Liikuntatieteiden maisteri

Erityisluokanopettaja

Laaja-alainen erityisopettaja

Muu, mikä?

7. Kuinka monta tuntia viikossa opetit etäopetuksessa liikuntaa? (Kevät 2020 tai sen jälkeen)

2 oppituntia/vk

3 oppituntia/vk

4 oppituntia/vk

5 oppituntia/vk

6 oppituntia tai enemmän / vk

8. Kuinka monta tuntia olet opettanut kokonaisuudessaan etänä ennen kevään 2020 etäjaksaa?

0 tuntia

1-5 tuntia

6-10

11-15 tuntia

16-20 tuntia

- 21-25 tuntia
- 26-30 tuntia tai enemmän

Liikunnanopetuksen toteutus etäopetuksessa

9. Millä tavoin tiedotit oppilaita liikunnanopetuksesta?

- Wilma, Helmi tai muu käytössä oleva sovellus
 - Sähköposti
 - Soitto
 - Tekstiviesti
 - Sähköinen oppimisolusta (esim. Moodle)
 - Videoyhteys
 - Kotikäynnit
 - Sosiaalinen media
 - Muu, mikä?
-

10. Millä tavoin sait tiedon oppilaiden liikunnan suorittamisesta etäopetuksessa?

- Wilma, Helmi tai muu käytössä oleva sovellus
 - Sähköposti
 - Soitto
 - Tekstiviesti
 - Sähköinen oppimisolusta (esim. Moodle)
 - Videoyhteys
 - Koululla käynti
 - Sosiaalinen media
 - Muu, mikä?
-

11. Valitse mielipidettäsi parhaiten kuvaava vaihtoehto.

1 = täysin eri mieltä; 2 = jonkin verran eri mieltä; 3 = ei eri eikä samaa mieltä; 4 = jonkin verran samaa mieltä; 5 = täysin samaa mieltä

	1 = täysin eri mieltä	2 = jonkin verran eri mieltä	3 = ei eri eikä samaa mieltä	4 = jonkin verran samaa mieltä	5 = täysin samaa mieltä
Olen kokenut liikunnan oppiaineen toteuttamisen merkittävänä etäopetuksessa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Etäopetustaitoni olivat hyvät ennen poikkeusoloja.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koin liikunnan toteuttamisen etäopetuksessa kuormittavana.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Oli vaikeaa toteuttaa erilaisia harjoitteita etäopetuksessa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Oppilaillani oli paljon päätösvaltaa liikunnan toteuttamisesta etäopetuksessa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Toteutin monipuolista liikuntaa etäopetuksen aikana.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Toteutin liikunnan etäopetusta huomioiden erityyppiset oppijat.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Toteutin liikunnanopetusta eri oppimisympäristöissä etäopetuksessa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opetin usein koko ryhmälle yhteisesti samaan aikaan liikuntaa etäopetuksessa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hyödynsin paljon oppilaiden huoltajia liikunnan etäopetuksessa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Liikunnanopetuksen etäjakso on kuormittanut minua enemmän kuin muiden aineiden opetus.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Liikunnanopetuksen etäjakso on kuormittanut minua enemmän kuin liikunnan normaali lähiopetus.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Oppilaantuntemukseni parani etäopetuksen aikana.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Oppilaani oppivat hyvin liikunnan etäopetuksessa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Liikunnan arviointi oli helppoa etäopetuksessa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koen huomioineeni hyvin tukea tarvitsevat oppilaat liikunnan etäopetuksessa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Liikunnan fyysisten tavoitteiden saavuttaminen etäopetuksessa oli helppoa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Liikunnan sosiaalisten tavoitteiden saavuttaminen etäopetuksessa oli helppoa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Liikunnan psyykkisten tavoitteiden saavuttaminen etäopetuksessa oli helppoa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Käytin liikunnan etäopetuksessani usein komentotyyliä.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Käytin liikunnan etäopetuksessani usein itsearviointityyliä.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Käytin liikunnan etäopetuksessani usein tehtäväopetustyyliä.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Käytin liikunnan etäopetuksessani usein ongelmanratkaisutyyliä.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Käytin etäliikuntatuntien suunnittelussa paljon apuna sovelluksia.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Käytin liikunnan etäopetuksen toteuttamisessa paljon erilaisia liikuntaan soveltuvia sovelluksia.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Käytin etäliikuntatuntien suunnittelussa usein omia vanhoja materiaaleja.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Teetin oppilaille usein kirjallisia töitä liikunnan etäopetuksessa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Teetin oppilaille usein liikkumaan aktiivisia tehtäviä liikunnan etäopetuksessa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Teetin oppilaille usein online opetusta liikunnan etäopetuksessa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Annoin oppilaille palautetta liikunnan etäopetuksen suorittamisesta usein.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Käytin liikunnan etäopetuksessa usein eri välineitä.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pystyin arvioimaan jokaista liikunnan oppituntia etäopetuksessa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pystyin arvioimaan helposti jokaista oppilasta liikunnan etäopetuksessa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

12. Mitä tarkennettavaa tai sanottavaa sinulla on vielä liikunnanopetuksen suunnittelusta etäopetuksessa?

13. Mitä tarkennettavaa tai sanottavaa sinulla on vielä liikunnanopetuksen toteuttamisesta etäopetuksessa?

14. Mitä tarkennettavaa tai sanottavaa sinulla on vielä liikunnanopetuksen arvioinnista etäopetuksessa?

Liite 2. Tutkimuspyyntö rehtoreille

Hei!

Olen luokanopettajaopiskelija Turun yliopistosta ja teen Pro gradu -tutkielmaa aiheena **liikunnanopetuksen toteuttaminen etäopetuksen aikana**. Toivoisin tutkimukseeni alakoulun opettajia, jotka ovat opettaneet vähintään kaksi tuntia viikossa liikuntaa etäopetuksen aikana.

Pyytäisin Teitä lähettämään tämän sähköpostiviestin liikuntaa opettaville opettajillenne, jotka olisivat halukkaita osallistumaan tutkimukseeni. Kyselyyn vastaaminen vie noin 10–15 minuuttia aikaa. Kaikki vastaukset ovat minulle tärkeitä ja kiitän jo valmiiksi arvokkaasta ajankäytöstänne. Kysely on täysin anonyymi ja vapaaehtoinen, ja kaikkia tietoja käsitellään luottamuksellisesti.

Tässä vielä linkki Webropol-kyselyyn:

Ystävällisin terveisin,

Elviira Ervelius

Liite 3 Tutkimuspyyntö Facebook-ryhmiin

Hei alakoulun liikuntaa opettavat!

Olen luokanopettajaopiskelija Turun yliopistosta ja teen Pro gradu -tutkielmaa aiheenani liikunnanopetuksen toteuttaminen etäopetuksen aikana. Toivoisin tutkimukseeni alakoulun opettajia jokaiselta vuosiluokalta, jotka ovat opettaneet vähintään kaksi tuntia viikossa liikuntaa etäopetuksen aikana.

Osallistumaan pääset vastaamalla sähköiseen kyselyyn. Kyselyyn vastaaminen vie noin 10–15 minuuttia aikaa. Kaikki vastaukset ovat minulle tärkeitä ja kiitän jo etukäteen arvokkaasta ajankäytöstänne. Kysely on täysin anonyymi ja vapaaehtoinen, ja kaikkia tietoja käsitellään luottamuksellisesti.

Tässä vielä linkki Webropol-kyselyyn:

Tsemppiä kaikille kevään viimeiseen rutistukseen!

Liikunnallisin terveisin,

Elviira Ervelius

