

Hukuttaako resurssipula vesiliikunnan opetuksen yläkouluissa ja toisella asteella?

*Teksti: Susanna Saari, Sanna Palomäki ja Kasper Salin
Kuvat: Susanna Saari*

Artikkeli on lyhennelmä ja alun perin julkaistu Liikunta&Tiede lehdessä 58 (4) 4/21.

Vuodesta 2016 uima- ja vesipelastustaidot ovat olleet ainoita liikunnan lajitaitoja, jotka on opetussuunnitelmassa erikseen mainittu. Kyseiset taidot tulee ottaa huomioon myös liikunnan arvioinnissa. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014), mutta silti opetuksen toteutuminen ei ole itsestään selvää. Lukion opetussuunnitelmaan (2019) vesiliikunta on kirjattu yhdeksi kurssisisällöksi, mutta ammattillisten tutkintojen perusteissa vesiliikuntaa ei mainita lainkaan.

Vuoden 2017 uimataitotutkimuksen mukaan kuudesluokkalaisista 76 prosenttia täytti pohjoismaisen uimataitomääritelmän (Hakamäki 2017), jonka mukaan henkilö, joka pudottuaan syvään veteen ui yhtäjaksoisesti 200 metriä, josta 50 metriä selällään, on uimataitoinen (SUH 2021a). Uimataito kuuluu olennaisena osana vesiturvallisuustaitoihin, joskaan se ei yksinään riitä hukumiskuolemien ennaltaehkäisyyn. Suomessa hukkuu vuosittain 100–150 ihmistä, mikä on asukaslukuun suhteutettuna selvästi enemmän kuin muissa Pohjoismaissa. (SUH 2021b.)



Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliitto (SUH) edistää merkittävästi uinninopetusta ja vesiturvallisuutta. SUH kouluttaa mm. uimaopettajia, jotka usein vastaavat alakoulujen uinnin- ja vesiturvallisuuden opetuksesta. Liikunnanopettajat puolestaan ovat avainasemassa etenkin yläkoulussa ja toisella asteella nuorten uima- ja vesipelastustaitojen edistämisessä.

Vesiliikunnan opetus on vaativaa työtä

Keväällä 2021 toteutettiin kysely vesiliikunnan opetuksen järjestämisestä ennen koronan tuomia rajoituksia yläkouluissa ja toisella asteella yhteistyössä Jyväskylän yliopiston liikuntatieteellisen tiedekunnan, Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliiton ja Liikunnan- ja terveystiedonopet-

tajien liiton (Liito ry) kanssa. Kyselyyn vastasi 229 liikunnanopettajaa.

Kyselyyn vastanneista liikunnanopettajista 12 prosenttia (n = 27) ilmoitti, ettei heidän oppilaitoksessaan järjestetä lainkaan vesiliikunnan opetusta. Tämä prosenttiosuus on hieman matalampi kuin aiemmissa tutkimuksissa (vrt. Palomäki & Heikinaro-Johansson 2011, 90; Hakamäki 2017), joissa jopa neljänneksen kunnista on havaittu laiminlyövä uinninopetusvelvoitetta. On mahdollista, että pienempi osuus johtuu vastaajajoukon valikoitumisesta. Uimahallin sijainti tai puuttuminen, ja tästä johtuvat kuljetuskustannukset sekä ajankäyttö olivat merkittävimmät syyt siihen, miksi vesiliikunnanopetusta ei järjestetty. *”Lähinnä talous ja rahoituspuoli sekä johdon mielipide. Olen taistellut kaikki 3 vuotta, jotka olen tässä talossa ollut, että uinti olisi saatava mukaan opetukseen, mutta ei. Uimataito x kunnan oppilailta on ole-maton. Aivan pelottaa.”*

Monet opettajat kokivat, että allasvuoroja on vaikea saada. Ne varataan ensisijaisesti alakoulujen uinninopetukseen, seurojen toimintaan sekä vesijumppiin, joten joskus allasvuoroja ei riitä yläkoulujen ja toisen asteen oppilaitosten tarpeisiin. Yhdessä kunnassa lukio sai varata allasvuoroja vasta klo 14 jälkeen, mikä aiheutti sen, ettei kaikkien liikuntaryhmien kanssa voitu käydä uimahallissa.

”Keskellä päivää vuoroja pitää olla eläkeläisten vesijumpille ja vapaauinnille, jonka vuoksi kouluille ei varata ratoja. Olen koittanut taistella vesiliikunnan puolesta, mutta vaikuttaa siltä, ettei kaupungin liikuntatoimi ota asiaa hoitaakseen. Olen jopa ehdottanut, miten ja missä ajassa yläkoulun luokat pystyisivät suorittamaan uinnit, mutta kukaan ei ota asiaa hoitaakseen.”

Niissä yläkouluissa, joissa järjestettiin vesiliikunnan ja vesiturvallisuuden opetusta, opettajat kertoivat, että uimahallissa oli mahdollista käydä yleensä 1–2 kertaa (49 %) lukuvuodessa. Vain noin kolmannes vastaajista ilmoitti opettavansa vesiliikuntaa kolmesti tai useammin. Luki-on opettajista lähes puolet (49 %) ilmoitti, ettei heidän ole mahdollista järjestää vesiliikunnan opetusta lainkaan ja noin puolet (48 %) kertoi käyvänsä liikuntaryhmien kanssa kerran tai kahdesti uimahallissa kahden pakollisen liikuntakurssin aikana. Vain kolme prosenttia lukion opettajista ilmoitti, että vesiliikuntakertoja oli kolme tai enemmän.

Vesiliikuntatuntien sisällöt

Vaihtelevat ja monipuoliset sisällöt motivoivat oppilaita osallistumaan, ja vesiliikuntaan sisältyy tänä päivänä paljon muutakin kuin uintitekniikoiden opetusta. Opettajien vastausten perusteella uintitekniikoiden harjoittelu painottuu vielä seitsemännellä ja kahdeksannella luokalla, mutta silloinkin vain vajaa puolet tuntien ajasta käytettiin tekniikkaharjoitteluun. Vesipelastustaitojen harjoittelun osuus oli suurin yhdeksännellä luokalla (31 %). Noin viidennes yläkoulun vesiliikuntatuntien ajasta käytettiin peleihin ja leikkeihin sekä runsas kymmenesosa hyppyyhiin, vesijumppaan, vesijuoksuun ja vapaaseen toimintaan. Lukiossa uintitekniikan harjoittelu painottui hieman enemmän ensimmäisellä pakollisella kurssilla kuin toisella. Noin neljännes lukion vesiliikuntatunneista kului vesipelastustaitojen harjoitteluun ja neljännes peleihin. Vapaata, nuorten itse valitsemaa toimintaa sisältyi toisen asteen vesiliikuntatunteihin hieman enemmän kuin yläkoulussa.

Lauritsalon (2014) mukaan nuoret toivovat koululiikuntaan vaihtelua ja erilaisia liikuntamuotoja, joita he voisivat ajatella tulevaisuuden harrastuksiksi. Monipuolisten ja mielekkäiden tuntisisältöjen suunnittelua voi vesiliikunnassa kuitenkin vaikeuttaa se, että opetusryhmälle on varattavissa vain yksi uintirata, joka saattaa olla keskellä allasta. Tällöin etenkin turvallinen eriyttäminen voi olla mahdotonta, koska radan toisessa päässä eivät jalat ylety pohjaan. Uinti ei kuulu kaikkein suosituimpien koululiikuntalajien joukkoon yläkoulussa (Palomäki & Heikinaro-Johansson 2010, 89; Salonen & Valkonen 2020, 41), mutta oppilaiden mielipiteet jakautuvat eli toiset pitävät paljonkin ja toiset eivät lainkaan (Lauritsalo 2014). Lisäksi uinti ja muut vesi- ja ranta-aktiiviteetit ovat kesäajanvietteinä suosittuja myös nuorten keskuudessa, mikä korostaa vesiturvallisuuden opetuksen merkitystä.

Vesiliikuntatunneille osallistuminen

Opettajien mukaan seitsemäsluokkalaiset osallistuivat aktiivisimmin vesiliikuntatunneille (76 %), jonka jälkeen osallistuminen vähenee jonkin verran ollen 70 prosentin luokkaa kahdeksannella ja yhdek-

sännellä luokalla. Etenkin toisella asteella vesiliikuntatunneille osallistujia on jo selvästi vähemmän (lukiossa noin 64 %, ammatillisessa noin 22 %). Yhden opettajan mukaan oppilaita noin *”70–80 % osallistuu, mutta suurin osa vain puoleen uintikerroista. Ja että, noin 20–30 % on säännönmukaisesti poissa.”*

Vuoden 2010 liikunnan oppimistulosten seuranta-arvioinnin tuloksiin verrattuna osallistumisaste ei ole yläkoululaisilla merkittävästi muuttunut. Silloinkin oli selvästi nähtävissä osallistumisen notkahdus siirryttäessä seitsemänneltä (73 %) kahdeksannelle (66 %) luokalle. Tyttöjen osallistuminen väheni enemmän kuin poikien siirryttäessä kahdeksannelta yhdeksännelle luokalle. (Palomäki & Heikinaro-Johansson 2011, 90.) Salosen ja Valkosen (2020) pro gradu-tutkielman (n = 230) mukaan 36 prosenttia yhdeksäsluokkalaisista kertoi, ettei ollut käynyt vesiliikuntatunneilla koko yläkoulun aikana. Vain 29 prosenttia kertoi osallistuneensa kaikille tunneille. (Salonen & Valkonen 2020, 42.)

Mikä estää nuoria osallistumasta?

Resurssien puutteen jälkeen selkeästi merkittävin haaste vesiliikunnan opetuksessa on nuorten haluttomuus osallistua tunneille. Alakoulussa osallistutaan yleensä vielä innokkaasti, mutta yläkoulussa murrosiän myötä osallistumisessa ilmenee enemmän haasteita. Opettajien mukaan yleisimpiä syitä osallistumattomuuteen ovat nuorten huono itsetunto ja häpeä omasta kehosta. Alastomuus pukuja suihkutiloissa, joissa harvoin on yksityisyyden suojaa sekä uimapuussa olemisen aiheuttavat ahdistusta ja epämiellyttäviä tunteita. Myös sukupuoli-identiteettiin liittyvät kysymykset ja edellä mainittu yksityisyyden suojan puuttuminen yhdessä vähentävät osallistumista vesiliikuntatunneille.

Uimahallin muiden asiakkaiden kielteiset kommentit, joita voi tulla allastiloissa tai suihkutiloissa peseydyttäessä koetaan epämiellyttävänä. Myös mielenterveyden häiriöt, ahdistuneisuus ja viiltelyjälkien peittely ovat osallistumisen esteenä. Yhdeksäsluokkalaisista vain noin 28 prosenttia tytöistä oli tuntenut olonsa varmaksi ryhmässään vesiliikuntatuntien