

LAUSUNTO luonnoksesta perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiksi

5.12.2012

Suomen Liikunta ja Urheilu SLU ry, Nuori Suomi ry ja Suomen Latu ry kiittävät mahdollisuudesta saada lausua opetussuunnitelman perusteiden luonnoksesta.

Liikunta fyysisenä toimintana, hyvää mieltä tuottavana harrastuksena ja sosiaalisena tapahtumana on erittäin hyvä työkalu myös oppimisprosessissa ja on tämän vuoksi tärkeä huomioida myös opetussuunnitelmassa.

On tärkeää puuttua mahdollisimman varhaisessa vaiheessa liikkumattomuuteen, koska fyysisesti inaktiivinen elämäntapa tuottaa haitallisia terveysvaikutuksia ja on terveysriski jo lapsuudessa. Lapsuudessa ja nuoruudessa opittu liikunnallinen elämäntapa luo pohjan liikkuvalle, terveelle ja hyvinvoivalle aikuisuudelle. Lisäksi päivittäinen fyysinen aktiivisuus tukee oppimisprosessia, parantaa kouluviihtyvyyttä sekä vähentää kiusaamista ja häiriökäyttäytymistä.

Liikkumisen on oltava luonteva osa koulun jokapäiväistä arkea. Fyysisen aktiivisuuden lisääminen ei ole ainoastaan liikunnanopettajan tehtävä, vaan koko kouluyhteisön yhteinen asia, josta koituu iloa ja hyötyä jokaiselle yhteisön jäsenelle.

Liikunta helpottaa elämänhallintaa, hyvän itsetunnon rakentumista ja moniarvoisen yhteiskunnan ymmärtämistä. Nämä kaikki ovat taitoja, joita tarvitaan esimerkiksi itsenäistymisessä, koulutukseen hakeutumisessa ja työllistymisessä. Päivittäinen liikunta on välttämätöntä kouluikäisten terveen kehityksen turvaamiseksi.

Tutkimukset osoittavat fyysisen aktiivisuuden positiivisia vaikutuksia yksilön ja yhteisön kognitiivisille toiminnoille, oppimiselle ja koulumenestykselle. Koulupäivän liikunnallistaminen tukee lasten ja nuorten hyvinvointia, parantaa keskittymiskykyä ja vireystilaa sekä kehittää valmiuksia omaehtoiseen vapaa-ajan liikuntaan. Lapsi tarvitsee koulutyön lomassa ja aikana liikettä suoriutuakseen paremmin ydinprosessista eli oppimisesta.

Monipuolisella liikuntakasvatuksella voidaan tukea lasten ja nuorten fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista kehitystä. Niin liikuntatunneilla kuin välitunneilla ja iltapäiväkerhoissa tapahtuvalla koulupäivän liikunnalla on suuri merkitys erityisesti passiivisten lasten ja nuorten innostamisessa liikunnallisen elämäntavan pariin.

Tutkimusten mukaan alle puolet koululaisista liikkuu terveytensä kannalta riittävästi. Aktiivisimpia ovat 11–12 -vuotiaat, joista heistäkin vain puolet liikkuu terveys-suositukseen nähden riittävästi. Trendi on kuitenkin aleneva: vain kolmasosa 16-18 -vuotiaista liikkuu terveytensä kannalta riittävästi. (Suomalaisten fyysinen aktiivisuus ja kunto 2010; Terveyttä edistävän liikunnan nykytila ja muutokset, Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2011:15.)

Liikunnallinen koulupäivä voidaan toteuttaa mm. välitunteja ja koulumatkoja koskevilla järjestelyillä, koulutuntien aikana tapahtuvaa istumista vähentämällä ja kerhotoiminnan avulla. Koulupäivän liikunnallistamiseen ei ole rakenteellisia esteitä, vaan kysymys on tarpeen ja toimintamahdollisuuksien tunnistamisesta sekä asenteesta. Liikuntakasvatusta voidaan toteuttaa myös tapahtumien ja teemapäivien puitteissa sekä integroimalla liikuntaa eri oppiaineisiin.

Fyysisen aktiivisuuden suositusten mukaan jokaisen lapsen tulisi liikkua 1-2 tuntia päivässä ja välttää yli kahden tunnin istumisjaksoja. Tämä tulee tunnistaa ja hyödyntää toiminnallisia ja kehollisia opetusmenetelmiä kaikessa opetuksessa.

Edellä mainituilla perusteluilla SLU, Nuori Suomi ja Suomen Latu ehdottavat seuraavia lisäyksiä käsiteltävänä olevaan tekstiin:

Luku: Opetussuunnitelmasta koulutyöhön

Alaotsikko: Kansallinen ohjausjärjestelmä ja opetussuunnitelman perusteet

Neljäs kappale, toinen virke (alkuperäiseen lauseeseen tehdyt lisäykset alleviivattuna): *Uudistustyössä otetaan huomioon globalisoituminen, ympäristöön ja ilmastoon liittyvät kysymykset, kaupungistuminen ja luonnosta vieraantuminen, teknologinen, erityisesti tieto- ja viestintätekniiikan ja verkkoympäristöjen kehitys, tiedon määrän lisääntyminen, tiedon ja työn luonteen muutos sekä yhteiskunnan kulttuurisen, kielellisen ja katsomuksellisen monimuotoisuuden kasvu.*

Viides kappale, uusi neljäs virke: *Suosituksen mukainen fyysinen aktiivisuus ja hyvä fyysinen kunto auttavat suoriutumaan koulun ja yhteiskunnan asettamista vaatimuksista.*

Luku: Perusopetuksen arvoperusta

Alaotsikko: Perusopetuksen arvoperusta

Kuudes kappale, ensimmäinen virke (alkuperäiseen lauseeseen tehdyt lisäykset alleviivattuna): *Perusopetus ylläpitää ja vahvistaa elämän ja ihmisoikeuksien kunnioittamista, oikeudenmukaisuutta, tasa-arvoa ja laaja-alaista hyvinvointia, jossa huomioidaan niin liikunta, sosiaalisten suhteiden merkitys kuin ravitsemuksen yksilön henkisen hyvinvoinnin edistäjinä.*

Kahdeksas kappale, uusi viimeinen virke: *Perusopetus tukee hyvän luontosuhteen rakentumista.*

Oppilaiden osallisuutta on korostettava arvoperustaa rakennettaessa.

Luku: Oppimiskäsitys

Alaotsikko: Oppimiskäsitys

Toinen kappale, uusi viimeinen virke: *Koulupäivän liikunnallistaminen auttaa osaltaan oppimista parantamalla keskittymiskykyä ja vireystilaa.*

Kolmas kappale, uusi viimeinen virke: *Oppilaiden osallisuuden lisääminen kaikessa koulutyössä edesauttaa tämän tavoitteen toteutumista.*

Luku: Perusopetuksen tehtävä

Alaotsikko: Perusopetuksen tehtävä

Uusi seitsemäs kappale: *Liikunnan tuottamat hyödyt oppilaan terveyteen, oppimisvalmiuksiin, vireystilaan ja viihtymiseen ovat niin merkittävät, että perusopetuksen tehtävänä on oltava riittävän päivittäisen fyysisen aktiivisuuden määrän varmistaminen jokaiselle oppilaalle. Liikunta voi myös helpottaa elämänhallintaa, hyvän itsetunnon rakentumista ja moniarvoisen yhteiskunnan ymmärtämistä. Nämä ovat taitoja, joita perusopetuksessa halutaan vahvistaa ja joita tarvitaan esimerkiksi itsenäistymisessä, koulutukseen hakeutumisessa ja työllistymisessä.*

Luku: Opetuksen ja kasvatuksen valtakunnalliset tavoitteet

Alaotsikko: Opetuksen ja kasvatuksen valtakunnalliset tavoitteet / Kasvu ihmisyyteen ja yhteiskunnan jäsenyyteen

Ensimmäinen kursivoitu kappale, uusi toinen virke: *Oman kehon tunteminen ja sen hyväksyminen on tärkeää aikuiseksi kasvamisessa.*

Alaotsikko: Opetuksen ja kasvatuksen valtakunnalliset tavoitteet / Sivistyksen, tasa-arvoisuuden ja elinikäisen oppimisen edistäminen

Toinen kursivoitu kappale, uudet viimeiset virkkeet: *Liikuntaa on hyödynnettävä oppimista helpottavana menetelmänä, joka tukee lasten ja nuorten fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista kehitystä. Lähiluonnolla on suuri merkitys oppimisympäristönä.*

Kolmas kursivoitu kappale, uusi viimeinen virke: *Liikunta on osa koulun jokapäiväistä arkea.*

Luku: Tulevaisuuden edellyttämä laaja-alainen osaaminen

Alaotsikko: Ajattelu ja oppiminen

Toinen kappale, uudet neljäs ja viides virke: *Liikkuva oppilas omaksuu uutta tietoa nopeammin ja muistaa oppimansa paremmin. Hänen vireystilansa on pitempään hyvä.*

Alaotsikko: Itsestä huolehtiminen, arjenhallinta ja turvallisuus

Ensimmäinen kappale, uusi neljäs virke: *Oppilas oivaltaa päivittäisen liikunnan merkityksen kouluikäisten terveen kehityksen turvaajana ja elämänmittaisena hyvinvoinnin lähteenä.*

Alaotsikko: Työskentely, opiskelu ja työelämässä tarvittava osaaminen

Kolmas kappale, uusi viimeinen virke: *Oppilasta innostetaan liikunnalliseen elämäntapaan, jonka avulla hänestä kehittyy aktiivinen ja hyvinvoiva aikuinen.*

Luku: Kasvua ja oppimista tukeva toimintakulttuuri

Alaotsikko: Oppiva yhteisö

Kolmas kappale, ensimmäinen virke (alkuperäiseen lauseeseen tehdyt lisäykset alleviivattuna): *Jotta yhteisö ja siihen kuuluvat yksilöt voivat oppia, tarvitaan sekä psyykkistä ja fyysistä virittäytymistä ja aktiivisuutta että kiireettömyyttä ja rauhaa.*

Alaotsikko: Monipuoliset työskentelytavat

Ensimmäinen kappale, ensimmäinen virke (alkuperäiseen lauseeseen tehdyt lisäykset alleviivattuna): *Koulussa käytetään monipuolisia oppimisen ja työskentelyn tapoja ja annetaan tilaa eri ikäkausille tunnusomaiseen luovaan toimintaan, elämyksiin, ja-leikkiin ja liikkumiseen.*

Uusi toinen kappale: *Opetuksessa hyödynnetään fyysisesti aktiivisia toiminta- ja työskentelytapoja ja vähennetään yhtäjaksoista istumista. Tämä on välttämätöntä kouluikäisten terveen kehityksen turvaamiseksi ja tukee lasten ja nuorten hyvinvointia, auttaa oppimista parantamalla keskittymiskykyä ja vireystilaa sekä kehittää valmiuksia omaehtoiseen liikuntaan vapaa-ajalla.*

Kolmas kappale, ensimmäinen virke (alkuperäiseen lauseeseen tehdyt lisäykset alleviivattuna): *Koulussa tunnustetaan oppimisen moninaisuus ja käytetään*

suunnitelmallisesti toiminnallisuutta, taiteen ja liikunnan eri ilmaisukeinoja, erilaisia oppimisympäristöjä ja yhteistyötä lähiyhteisöjen kanssa.

Alaotsikko: Hyvinvointi

Toinen kappale, yhden sanan lisäys toiseen virkkeeseen (alkuperäiseen lauseeseen tehty lisäys alleviivattuna): *Liikkuminen on osa jokaisen oppilaan jokaista koulupäivää.*

Toinen kappale, uusi kolmas virke: *Koulupäivän rakennetta muuttamalla sen sisälle voidaan sisällyttää useita omaehtoisia liikkumisen tuokioita (esim. pidennetyt liikuntavälitunnit).*

Toinen kappale, uusi viimeinen virke: *Tuetaan ja kannustetaan oppilaita yhteistyössä vanhempien kanssa koulumatkojen fyysisesti aktiivisiin kulkutapoihin.*

Alaotsikko: Kulttuurinen monimuotoisuus ja kielitietoisuus

Uusi neljäs kappale: *Liikunnan, erityisesti joukkuelajien ja ryhmäharjoittelun, harrastaminen antaa taitoja, joiden avulla lapsi ja nuori osaavat helpommin kohdella muita tasavertaisesti. Maahanmuuttajien kotouttamisesta liikunnan avulla on saatu hyviä kokemuksia.*

Alaotsikko: Vastuu ympäristöstä ja tulevaisuuteen suuntautuminen

Toinen kappale, uusi viimeinen virke: *Oppilaita ohjataan myös koulumatkojen osalta tekemään kestäviä valintoja eli kävelemään tai pyöräilemään.*

Kolmas kappale, uusi kolmas virke: *Jokamiehenoikeuksiin tutustutaan koulussa osana lähiluonnossa liikkumista.*

Kolmas kappale, uusi viimeinen virke: *Liikkumalla lähimaastossa oppimisprosessi tehostuu verrattuna luokassa istumisen aikana opittuun.*

Luku: Työtavat

Alaotsikko: Työtavat

Ensimmäinen kappale, uusi viimeinen virke: *Työtavoissa huomioidaan liikunnan myönteinen merkitys oppimisprosessille ja pyritään eroon pitkäaikaisesta yhtäjaksoisesta istumisesta aktivoimalla oppilaita liikkumaan.*

Toivomme, että yllä esitetyt perustelut ja muutosehdotukset otetaan huomioon, kun tekstin valmistelua jatketaan.

Teemu Japison, pääsihteeri, **Suomen Liikunta ja Urheilu SLU ry**
0400-878949

Jukka Karvinen, johtaja / päivittäisen liikunnan yksikkö, **Nuori Suomi ry**
0400-617532

Eki Karlsson, toiminnanjohtaja, **Suomen Latu ry**
044-3283286