

KUNNA(O)LLISET  
ERITYISLIIKUNTAPALVELUT LAPSILLE  
JA NUORILLE

Kartoitus ja kehittämissuhteita Kymenlaakson kuntiin

LAHDEN AMMATTIKORKEAKOULU  
Sosiaali- ja terveysala  
Fysioterapian koulutusohjelma  
Opinnäytetyö  
2011  
Jenna Paajanen

Lahden ammattikorkeakoulu  
Fysioterapian koulutusohjelma

Paajanen, Jenna:                   Kunna(o)lliset erityisliikuntapalvelut lapsille ja nuorille  
le  
Kartoitus ja kehittämissuhteita Kymenlaakson kuntiin

Fysioterapian opinnäytetyö, 49 sivua, 5 liitesivua

Syksy 2011

## TIIVISTELMÄ

---

Tämän opinnäytetyön tarve on lähtöisin Vajaaliikkeisten Kunto ry:n Kymenlaakson asiantuntijatoimikunnalta. Kartoitus Kymenlaakson kuntien tarjoamista erityisliikuntaryhmistä lapsille ja nuorille on osa toimikunnan osahanketta, jonka tavoitteena on auttaa paikallisia toimijoita erityisliikunnan harrastustoiminnan järjestämisessä sekä kehittää yhteinen sähköinen tiedotuskanava erityisliikunnan tarjoajien ja käyttäjien välille.

Opinnäytetyön teoria keskittyy erityislasten ja -nuorten kokonaisvaltaisen kehityksen määritteisiin ja tukemiseen, erityisliikuntaa ohjaaviin lakeihin, asetuksiin sekä kuntien velvollisuuksiin palveluiden tarjoajana.

Tutkimus on kvalitatiivinen kyselytutkimus, joka lähetettiin sähköpostitse Kymenlaakson seitsemän kunnan erityisliikunnasta vastaaville. Kyselyyn vastasi neljän kunnan edustajat.

Kunnat tarjoavat erityislapsille ja -nuorille motorisia taitoja kehittävää sisäliikuntaa 45-60min/vk. Lisäksi yhdessä kunnassa on tarjolla uintia 135min/vk. Ryhmien ohjaajat ovat erityisliikunnanohjaajia tai liikunnanohjaajia. Erityisliikuntaryhmiin ohjautuminen tapahtuu pääasiassa terapian jatkona tai Internetistä löytyvän ilmoituksen kautta. Vastaajien mukaan lasten ja nuorten erityisliikunnalle olisi enemmän kysyntää, kuin mitä on tarjontaa. Suurimpia ongelmia lisäryhmien perustamiselle ovat toimijoiden välisen yhteistyön heikkous sekä rahan puute. Kahdessa kunnassa seurat ja järjestöt tarjoavat liikuntaryhmiä erityislapsille ja -nuorille.

Lasten ja nuorten erityisliikunnan kehittämissuhteissa esille nousivat yhteistyön lisääminen eri toimijoiden välillä, määrärahojen ja henkilöstöressurssien lisääminen, esteettömyys, koulutusmahdollisuudet sekä erityisliikunnan toimijoiden selkeä kartoitus.

Avainsanat: erityislapsi ja -nuori, erityisliikunta, fysioterapia, kyselytutkimus

Lahti University of Applied Sciences  
Degree Programme in Physiotherapy

Paajanen, Jenna:                   Municipal physical exercise groups for children and youth  
Survey and improvement recommendations to municipalities in Kymenlaakso region

Bachelor's Thesis in Physiotherapy, 49 pages, 5 appendices

Autumn 2011

## ABSTRACT

---

This thesis is based on the needs of Vajaaliikkeisten Kunto ry's professional committee in Kymenlaakso. The survey is part of their project. The aim is to help local service providers to be able to offer more adapted physical exercise groups for children and youth. The committee's other aim is to create common information channel for those who are the providers or the users of adapted physical exercise.

The theory is based on definitions and promotion of comprehensive development of children and youth with special needs, the laws and regulations and the obligations of Municipal Corporation.

The research is a qualitative survey, which was emailed to seven people, responsible for adapted physical exercise in Kymenlaakso. Four people answered the survey.

The Municipal Corporations offer 45–60min/week motor skills educative physical exercise for children and youth with special needs. Also one Municipal Corporation offers 135min/week adapted swimming lessons. There seems to be more demand for the groups. The group instructors are gym teachers or teachers in special needs physical exercise. Children and youth are guided to the groups as continuation of therapy or via notification on the Internet. In two Municipal Corporations organisations or sports clubs provides also special exercise groups for children and youth.

To enhance the quality and amount of adapted physical exercise groups, there is need for more co-operation, allowance, human resources, accessibility, education possibilities and better knowledge for those who work in the field of special physical exercise.

Key words: children and youth with special needs, adapted physical exercise, physiotherapy, survey

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO	
2	VAJAALIIKKEISTEN KUNTO RY	3
3	ERITYISLAPSI JA -NUORI	4
3.1	Erityisliikunta	4
3.2	Fyysinen aktiivisuus lapsuudessa	4
3.3	Erityisliikunta osana lapsen ja nuoren kokonaiskehitystä	6
4	ICF -LUOKITUS	6
4.1	ICF -luokituksen käyttö	7
4.2	ICF-CY	8
5	FYSIOTERAPIA OSANA LIIKUNNALLISTA KASVATUSTA	9
5.1	Vammaisuus ja liikunta	10
5.2	Sensomotoriikka	11
5.3	Havaintomotoriikka	12
5.4	Motorinen kehitys	13
5.5	Lapsuuden fyysinen harjoittelu	14
5.6	Sosiaalinen kehitys	15
5.7	Kognitiivinen kehitys	15
5.8	Leikki kehityksen tukena	16
5.9	Itsetunto ja minäkuva	16
5.9.1	Itsetunto	17
5.9.2	Minäkuva	17
5.9.3	Rohkaisua, kannustusta ja onnistumisen kokemuksia	18
6	LASTEN JA NUORTEN LIIKUNNAN OHJAAMINEN	19
6.1	Nuori liikkuja	20
6.2	Erityisryhmät	20
6.3	Ohjaaja	20
6.4	Motivointi	21
6.5	Liikuntatilat ja -välineet	22
7	KUNNAN ROOLI ERITYISRYHMIEN LIIKUNNASSA	22
7.1	Hyvinvointipolitiikka	23
7.2	Erityisryhmien palveluiden järjestäminen	23
7.3	Erityisliikuntaa ohjaavat säädökset ja linjaukset	25

7.3.1	Lainsäädäntö	25
7.3.2	Valtioneuvoston selonteko vammaispolitiikasta	27
7.4	Erityisliikuntaa kuntiin -projekti	28
8	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	29
8.1	Kvalitatiivinen tutkimus	30
8.2	Tutkimusjoukon valinta	30
8.3	Aineiston keruu	30
8.4	Webropol -ohjelma	31
8.5	Kyselylomakkeen laatiminen	31
8.6	Kyselyn lähettäminen	32
8.7	Luotettavuus ja eettisyys	33
9	AINEISTON ANALYYSI	34
10	TUTKIMUSTULOKSET JA NIIDEN TULKINTA	35
10.1	Tulokset	35
10.2	Tulosten tulkinta	37
10.2.1	Lasten ja nuorten erityisliikunta kunnissa tällä hetkellä	38
10.2.2	Erityisliikunnan ohjaajat ja liikuntatilat	39
10.2.3	Ryhmiin ohjautuminen	40
10.2.4	Erityisliikuntapalveluiden kysyntä	40
10.2.5	Kuntien yhteistyö seurojen/järjestöjen kanssa	41
10.2.6	Erityisliikunnan ongelmat ja esiin nostetut kehittämisehdotukset	42
10.3	Menetelmän arviointi	43
11	POHDINTA	44
11.1	Kunnat erityisliikunnan järjestäjänä	44
11.2	Kunnan yhteistyö seurojen/järjestöjen kanssa ja yhteistyön kehittäminen	45
11.3	Kehittämisehdotuksia	46
11.4	Oman oppimisen pohdinta	47
11.5	Opinnäytetyön luotettavuus	48
11.6	Jatkotutkimusaiheita	49

LÄHTEET

LIITTEET

# 1 JOHDANTO

Kaikilla tulisi olla yhdenvertaiset oikeudet osallistua liikuntaan. YK:n ja EU:n jäsenvaltiona Suomi on sitoutunut edistämään yhteiskuntaa, joka on syrjimätön ja avoin kaikille. Kuntien rooli liikunnan palveluiden tarjoajana on keskeinen. Liikuntalain (1998/1054) toisen pykälän mukaan kuntien tulee liikuntaa järjestäessä ja liikuntapaikkojen tarjonnassa ottaa huomioon myös erityisryhmät. Liikuntalain (1998/1054, 1§) tarkoituksena on myös liikunnan avulla edistää tasa-arvoa ja suvaitsevaisuutta. Kuntien lisäksi erityisliikunnan keskeisiä järjestäjiä ovat erilaiset järjestöt. Pääasiallinen kuntien erityisliikunnan yhteistyökumppani on kunnan sosiaali- ja terveystoimi. (Kanerva & Pyykkönen 2004, 29.) Opetusministeriö on lisännyt viime vuosina vammaisliikuntajärjestöjen avustuksia ja osoittanut kunnille määrärahoja yleisten liikuntatilojen peruskorjauksiin ja esteettömyyteen (STM 2006, 16).

Tämän opinnäytetyön tavoitteena on kartoittaa ja nostaa esille kehittämisehdotuksia Kymenlaakson kuntien tarjoamista erityisliikuntamahdollisuuksista lapsille ja nuorille (0-18-vuotiaat). Opinnäytetyö on osa Vajaaliikkeisten Kunto ry:n Kymenlaakson asiantuntijatoimikunnan hanketta, joka auttaa paikallisia toimijoita harrastustoiminnan järjestämisessä sekä kehittää yhteistä sähköistä tiedotuskanavaa ammattihenkilöiden, vanhempien ja harrastustoimintaa järjestävien tahojen välille. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kyselyn tulosten avulla saadun ajankohtaisen tiedon ja esiin nousseiden kehittämisehdotusten välittäminen asiantuntijatoimikunnan käyttöön. Tietoja käytetään erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten harrastepalvelujen suunnittelun ja kehittämisen pohjaksi sekä harrastustoiminnan seuraamiseksi. Tavoitteen ja tarkoituksen pohjalta nousi neljä tutkimustehtävää:

1. Mikä on lasten ja nuorten erityisliikunnan tilanne Kymenlaakson kunnissa tällä hetkellä?
2. Mikä on kunnan rooli lasten ja nuorten erityisliikunnan järjestäjänä?
3. Miten kunnan ja seurojen/järjestöjen yhteistyötä voitaisiin kehittää erityisliikunnan saralla?
4. Mitä kehittämisehdotuksia lasten ja nuorten erityisliikunnasta nousee esille?

Erityislapsi tai -nuori on aina ensisijaisesti lapsi tai nuori, jolla on oikeus yhdenvertaisuuteen, osallisuuteen sekä tarpeellisiin palveluihin ja tukitoimiin. Erityislasten ja -nuorten liikunnalliset tavoitteet ovat lähtökohtaisesti samoja, kuin muillakin lapsilla ja nuorilla. Perustavoitteiden lisäksi erityisliikunnassa keskitytään sairauden tai vammojen tuomiin haasteisiin ja niiden vaikutuksiin kokonaisvaltaisessa kehityksessä. Teoriaosuudessa perehdytään lasten ja nuorten kehitykseen yleisesti, mutta myös erityislasten ja -nuorten kannalta.

Vuonna 2000 tehdyssä liikuntavammaisten lasten haastatteluissa, lapset kokivat elävänsä tavallista lapsen elämää, mutta vamman vaikuttavan kuitenkin heidän harrastusmahdollisuuksiinsa sekä ystävyyssuhteisiinsa (STM 2006, 11).

Opinnäytetyö on fysioterapeutin ammattitaidon kannalta tärkeä, sillä fysioterapeutit ovat erityisliikunnan ohjaajien kanssa avainasemassa erityisliikunnan järjestämisessä. Heillä on tarvittavaa tietoa liikunnan sovellettavuudesta ja vammojen/sairauksien tuomista rajoitteista. Fysioterapeuttien tulisi informoida perheitä ryhmäterapien tärkeydestä ja saatavuudesta, sillä ryhmän antama ”kasvatus” nähdään hyvin merkittävänä tekijänä erityislasten ja -nuorten kokonaisvaltaisen kehityksen tukemisessa. Mahdollisuuksien mukaan fysioterapeutit voivat itse järjestää ryhmäterapiaa vaihtoehtona yksilöterapialle.

## 2 VAJAALIIKKEISTEN KUNTO RY

Tämän opinnäytetyön toimeksiantajana toimivat Vajaaliikkeisten Kunto ry:n Kymenlaakson asiantuntijatoimikunnan jäsenet. Vajaaliikkeisten Kunto ry (VLK) on perustettu vuonna 1952. Sen toiminta-ajatuksena on edistää vammaisten lasten tutkimusta, hoitoa, huoltoa ja kuntoutusta. Noin 150 jäsentä muodostavat 18 asiantuntijatoimikuntaa, jotka toimivat pääasiassa sairaanhoitopiireittäin. Asiantuntijatoimikunnissa on vammaisten lasten vanhempien edustajia, terveyden- ja sosiaalihuollon julkisen ja yksityisen sektorin edustajia, koulutoimen edustajia, erityisryhmien harrastustoiminnan edustajia ja kolmannen sektorin edustajia. Kokoonpanot vaihtelevat alueittain. Työ perustuu vapaaehtoisuuteen. Toimikunnilla on mahdollisuus omalla toiminta-alueellaan vaikuttaa vammaisten lasten kuntoutukseen ja elinympäristön laatuun. Toimintamuotoina ovat alan tieteellisen tutkimuksen ja tutkimustiedon edistäminen ja tukeminen, tiedottaminen ja vaikuttaminen asioiden toteuttamiseksi, koulutuksen- ja opintotoiminnan edistäminen ja järjestäminen sekä palvelutoiminnan edistäminen. Asiantuntijatoimikunnalla on merkittävä rooli muun muassa aloitteentekijänä ja keskustelun synnyttäjänä eri hallinnonalojen välille. (Koivikko & Sipari 2006, 64; Vajaaliikkeisten Kunto 2011.)

Kymenlaakso on n. 184 000 asukkaan maakunta Kaakkois-Suomessa, Venäjän rajan tuntumassa. Tämän tutkimuksen kohteena ovat Kymenlaakson kunnat, joita on yhteensä seitsemän: Kotka, Hamina, Kouvola, Miehikkälä, Pyhtää, Virolahti, Iitti. Kuntien omilta Internet -sivuilta löytyy vaihtelevasti tietoa erityisryhmien liikunnasta. Vajaaliikkeisten Kunto ry:n projektin yhtenä tavoitteena on luoda yhtenäinen tiedotuskanava kymenlaaksolaisten harrastustoimintojen järjestäjien, ammattihenkilöiden ja erityislasten vanhempien välille.

### 3 ERITYISLAPSI JA -NUORI

Erityislapsen tai -nuoren määrittelyminen ei ole yksiselitteistä. Erityislapsi tai -nuori on erityistä hoitoa, tukea tai kasvatusta tarvitseva lapsi tai nuori. Hänellä voi olla asiantuntijan lausunto erityisen tuen tarpeesta, mutta tukea voi saada ilman varsinaista lausuntoakin. Ensisijaisesti lapsi tai nuori on kuitenkin lapsi tai nuori, vaikka hänellä olisi erityiseen tukeen oikeuttava vamma tai sairaus.

#### 3.1 Erityisliikunta

Piispanen (2010, 9) määrittelee erityisliikunnan seuraavasti: ”Erityisliikunnalla (soveltuvalla liikunnalla) tarkoitetaan sellaisten henkilöiden liikuntaa, joilla on vamman, sairauden tai muun toimintakyvyn heikentymisen tai sosiaalisen tilanteen vuoksi vaikea osallistua yleisesti tarjolla olevaan liikuntaan ja joiden liikunta vaatii soveltamista ja erityisosaamista.”

#### 3.2 Fyysinen aktiivisuus lapsuudessa

Eri asiat painottuvat lapsen elämänsäkaareissa ja elämäntilanteissa. Lapset eivät liiku kuntoillakseen, vaan siksi että se on hauskaa. Lapsella ei ole muuta motivaatiota liikkumiseen kuin luontainen tarve. Juokseminen, telmiminen ja uupumukseen saakka riehuminen tukevat lapsen kasvuärsykyitä, piristävät sydämen toimintaa ja verenkiertoa, vahvistavat lihaksistoa sekä parantavat koordinaatiokykyä. Näin lapselle tulee tutuksi oman kehon reaktiot. Parasta liikuntaa terveydelle on sellainen liikunta, johon lapsi osallistuu omaehtoisesti silkasta ilosta ja mielihyvystä liikuntaleikkejä kohtaan. Tämän vuoksi olisikin tärkeää tehdä liikuntatilanteista positiivisia kokemuksia eritasoisille lapsille, jotta kaikilla olisi mahdollisuus onnistumisen tunteeseen. (Zimmer 2001, 43–46.) Erityislasten ja -nuorten liikunnassa tai kuntoutuksessa tavoitteena ei ole välttämättä parantuminen, vaan lapsen osallistuminen hänelle tärkeisiin asioihin ja toimintoihin sekä integroituminen yhteiskuntaan mahdollisuuksiensa mukaisesti erityisen tuen avulla (Rintala 2004a, 5).

Erityislapsilla ja -nuorilla on usein paljon erilaisia terapioida, jotka pitkälti toteutetaan yksilöterapioida. Palsion (2002, 149) mukaan varsinkin varhaisvuosien yleisin erityisliikuntapalvelu on fysioterapia. Lapsen kokonaiskehityksen kannalta ensisijaisena nähdään kuitenkin vertaisryhmät tai lapsen omassa ydinryhmässä tapahtuva kuntoutus. Lapsella on luontainen tahto ja kyky vuorovaikutukseen. Vuorovaikutus ja sosiaaliset kontaktit, kuten vammaiset ystävät opettavat lasta ottamaan muut huomioon. Näin lapsi oppii elämään itsensä ja muiden ihmisten kanssa. (Koivikko & Sipari 2006, 83,109.) Yksilöllinen kuntoutus on vaihtumassa yhä enemmän ryhmäkuntoutukseen. Tämä luo vanhemmille enemmän mahdollisuuksia osallistua kuntoutukseen ja lapsi rohkaistuu, kun saa olla osa ryhmää. Ryhmän toiminnan ja tehtävien tulisi taata lapselle onnistumisen ja taitavuuden tunteita. (Rintala 2004a, 5.)

Varhaislapsuudesta lähtien päivittäinen fyysinen aktiivisuus on välttämätöntä lapsen kasvuille, kehitykselle ja terveydelle. Erityislapsen kohdalla liikunnan merkitys fyysisen kehityksen tukena tunnustetaan laajasti. Kokonaiskehityksessä ja elämänlaadussa riittävän hyvä fyysinen kunto on tärkeää. Hyvä fyysinen toimintakyky voi jopa poistaa tai heikentää vamman tai sairauden aiheuttamia rajoituksia ja näin edesauttaa täysivaltaista osallistumista. Oleellisinta erityislapsen itsensä ja liikunnan tukemisessa on se, millaisia esteitä lapsi kohtaa maailmaan tutustumisyrityksissään. Vanhemmilla on tässä tehtävässä erityinen rooli, mutta myös ympäristötekijöitä parantamalla voidaan tukea erityislapsen liikkumista ja toimimista. (Rintala 2004a, 4.)

Kaikkien lasten liikunnan tulisi olla säännöllistä ja jokapäiväistä. Koska liikuntaa tulisi olla paljon, on sen hyvä olla vaihtelevaa, jotta mielenkiinto säilyy. Lapsena saadut myönteiset kokemukset liikunnasta vaikuttavat aikuisiän aktiivisen elämäntavan syntymiseen. (Karvonen 2000, 25–26.) Laihosen (1999, 107) mukaan nykyinen elämäntyyli ei mahdollista lasten riittävää liikkumista, joten laadukasta ohjattua toimintaa tarvitaan.

### 3.3 Erityisliikunta osana lapsen ja nuoren kokonaiskehitystä

Liikunnan avulla voidaan kehittää tunne-elämää, ajattelua ja yhteistyötaitoja sekä tukea terveitä elämäntapoja ja oppia pitkäjänteisyyttä. Liikuntatilanteissa vallitseva ihmisten välinen vuorovaikutus kasvattaa, ei liikunta sinänsä. Liikunnan avulla voidaan aktivoida ajattelua, kehittyä ongelmanratkaisussa ja saada myönteisiä elämyksiä, joista muodostuu minäkuva. (Puonti 1999, 113–115.)

Erityislasten liikunnassa tulisi korostaa fyysisyyden lisäksi psyykkistä ja sosiaalista puolta. Liikunnan tulisi tukea hyvän minäkuvan ja itsetunnon kehittymistä sekä edistää sosiaalista kypsymistä. Tärkeämpää erityislapselle on se, miten pätevänä tai kykenevänä lapsi itsensä kokee, kuin se miten kykenevä hän todellisuudessa on. Onnistuneet liikuntakokemukset auttavat nostattamaan lapsen itsetuntoa, sekä vahvistavat tuntoa omasta pärjäämisestä. Varhaislapsuuden liikuntaa voidaan pitää tärkeänä alkuna elinikäisen liikuntaharrastuksen löytymiseen sekä kokonaisvaltaiseen elämässä selviytymiseen nuorena ja aikuisena. (Rintala 2004a, 4-5.)

Ei ole tarpeeksi tietoa siitä, mitkä harjoitukset ja harjoitusmäärät takaisivat erityislapselle parhaan tuloksen, sillä jokainen lapsi on yksilö, joka kehittyy omaan tahtiinsa. Harjoitteiden tuoma hyötykin on yksilöllistä, sillä lapsilla on erilaiset lähtökohdat ja mahdollisuudet kehittyä. Liikunta on kuitenkin erinomainen yhdessäolon väline erityislapsille ja heidän kavereilleen, mutta myös lapselle ja hänen vanhemmilleen. Liikuntatilanteita suunniteltaessa on tärkeää ottaa huomioon se, että mahdollisimman moni voi saada harjoituksista onnistumisen tunteita. Onnistumisen tunteet lisäävät halua jatkaa aktiivista elämäntapaa. (Ranto 1999,77; Rintala 2004a, 6; Autio & Kaski 2005, 13.)

## 4 ICF -LUOKITUS

ICF (International Classification of Functioning, Disability and Health) on toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden kansainvälinen luokitus. Se on osa

Maailman terveysjärjestön (WHO) kansainvälistä luokitusperhettä. ICF -luokitus on yksi fysioterapeuttien käyttämä mittari toimintakyvyn arviointiin. ICF -luokitusta voidaan soveltaa kaikille henkilöille, ei vain niille, joilla on toimintarajoitteita. Se antaa mahdollisuuden kuvata toiminnallista terveydentilaa ja terveyteen liittyvää toiminnallista tilaa minkä tahansa lääketieteellisen terveydentilan yhteydessä. (Stakes 2005, 3, 7.)

#### 4.1 ICF -luokituksen käyttö

ICF -luokituksessa on kaksi osiota, joista kumpikin koostuu kahdesta osa-alueesta. Toimintakykyyn ja toimintarajoitteisiin kuuluvat kehon toiminnot ja rakenteet sekä suoritukset ja osallistuminen. Kontekstuaalisiin tekijöihin kuuluvat ympäristötekijät ja yksilötekijät. (Stakes 2005, 10.)

ICF -luokituksen kaikkien osa-alueiden huomioon ottaminen on tärkeää, sillä henkilöllä saattaa olla heikentynyt suoritustaso ilman näkyvää kehon toimintojen tai rakenteiden vajavuuksia. Luokituksen avulla pystytään ymmärtämään henkilön toimintakykyä ja siihen vaikuttavia seikkoja kokonaisvaltaisemmin.

ICF -luokituksessa ympäristötekijät jaetaan kahteen ryhmään: yksittäisen ihmisen taso ja yhteiskuntataso. Yksittäisen ihmisen taso on se välitön ympäristö ja siihen liittyvät henkilöt, jossa ihminen elää. Yhteiskuntatason taas muodostavat yksilöön vaikuttavat viralliset ja epäviralliset sosiaaliset rakenteet, palvelut ja kattorakenteet tai järjestelmät yhteisössä tai yhteiskunnassa. (Stakes 2005, 16–17.) Ympäristötekijät muodostuvat siinä fyysisessä, sosiaalisessa ja asenneympäristössä, jossa ihmiset elävät ja asuvat. Nämä tekijät voivat vaikuttaa myönteisesti tai kielteisesti suoriutumiseen, toimien tai tehtävien toteuttamiseen, kehon toimintoihin tai rakenteeseen. Tässä opinnäytetyössä tarkastellaan joitain ihmisen toimintakykyyn vaikuttavia ympäristötekijöitä.

Myös Koivikko ja Sipari (2006, 29, 31) tuovat esiin ICF -luokituksen tärkeyden. Heidän mukaansa luokitus on muuttanut näkökulmaa vammaa korostavasta ajattelusta arkielämän suuntaan. Ei kuntouteta ainoastaan yksilön suorittamia tekoja,

vaan suoritusten ja osallistumisen merkitys on myös huomioitava. Kuntoutuksen ei tulisi olla muusta elämästä erillistä toimintaa.

## 4.2 ICF-CY

ICF-CY (The International Classification of Functioning, Disability and Health for Children and Youth) on kehittynyt tarpeesta saada oma kansainvälinen ICF -luokitus lapsille ja nuorille. Lasten ja nuorten terveydentilat ja vammojen laadut ovat luonteiltaan ja voimakkuuksiltaan erilaisia kuin aikuisilla. Nämä erot on syytä ottaa huomioon eri-ikäisten toimintakykyä arvioitaessa. ICF-CY -luokitus käsittelee 0-18-vuotiaiden toimintakyvyn mittarin, johon kuuluu kehon toiminnot ja rakenteet, suoritusten ja osallistumisen rajoitukset sekä lapsille ja nuorille tärkeiden ympäristötekijöiden huomioon ottaminen. (WHO 2007, vii, xii.)

Lapsi on alkuun täysin riippuvainen muista ja hänen fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen kehityksensä tarvitsee jatkuvaa vuorovaikutusta perheeltä ja sosiaaliselta ympäristöltä. Tämän vuoksi lapsen toimintakyvyn arviointia ei voida täysin erottaa perhe-konseptista. Juuri lapsuudessa perheen vaikutus lapsen kehitykseen on suurimmillaan. (WHO 2007, xv.)

Puutteet tai epäkohdat lasten kehon toiminnoissa, rakenteissa tai osallistumisessa eivät välttämättä ole pysyviä, mutta saattavat vaikuttaa hidastuneeseen kehitykseen. Tämän vuoksi ICF-CY -luokitukseen on lisätty kohta, jossa otetaan huomioon, että puuttellinen tai hidastunut kehitys, osallistuminen tai suoritukset voivat muuttua ajan myötä. Lapsen osallistumiseen vaikuttavat vanhemmat/hooltajat tai palveluiden tarjoajat, joiden rooli on syytä ottaa huomioon lapsen osallistumista arvioitaessa. Lapsen ympäristö muuttuu kehityksen ja itsenäistymisen myötä. Rajoitettu ympäristö saattaa johtaa myös rajoittuneeseen liikkumiskykyyn. Negatiivisella ympäristöllä on suurempi vaikutus lapseen kuin aikuiseen. Esimerkiksi ravinnoton ruoka ja puhtaan veden puute vaikuttaa mahdollisten sairauksien lisäksi myös toimintakykyyn ja kykyyn oppia. (WHO 2007, xvi-xvii.)

ICF-CY -luokituksen osatekijöihin kuuluvat aktiviteettien (pelit, oppiminen, perhe elämä, koulutus ja havainnointi) lisäksi psyykkinen tarkkaavaisuus, muisti ja käsitys- tskyky. Alaluokkina ovat toimintakyky ja vammaisuus. Toimintakyky sisältää kaikki kehon toiminnot, aktiviteetit ja osallistuminen. Vammaisuuden alla ovat viat/vammat, aktiivisuuden ja osallistumisen rajoitteet. Ympäristötekijöissä määritellään toimintakykyä haittaavat tai edistävät seikat. (WHO 2007, xviii.)

Palsion (2002, 146, 147) mukaan vammaisuus määritellään usein vamman laadun tai määrän kautta. Kuitenkin ympäristössä toimimisen vaikeudet ja vuorovaikutusten hankaluus synnyttävät jatkuvasti uusia muun muassa fyysisen ja psyykkisen kehityksen ongelmia ja lapsuuden paitsiota. Varhaisessa kehitysvaiheessa liikuntakyvyn merkitys on erityisen suuri. Riittävä liikuntakyky varhaislapsuudessa on edellytys ympäristössä toimimiselle ja psyykkisen toimintakyvyn kehitykselle.

## 5 FYSIOTERAPIA OSANA LIIKUNNALLISTA KASVATUSTA

Liikuntakasvatuksen tavoitteena on antaa lapselle liikkumalla valmiudet tuntemaan ja käsittelemään itseään, kanssaihmiä sekä oman ympäristön tilaa ja materiaa. Jotta tavoitteet täyttyisivät, tulisi liikunnallisen tarjonnan olla lapsilähtöistä, avointa, vapaaehtoista, elämyksellistä, omatoimista sekä mahdollista päätäntävaltaan. (Zimmer 2001, 121–122.)

Fysioterapian tavoitteena on kuntouttaa ja ennaltaehkäistä liikunta- ja toimintakykyä haittaavia ongelmia mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Lasten ja nuorten fysioterapia on kiinnostunut motorisesta kehityksestä, lihastoiminnasta, nivelliikkuvuudesta, asennosta/ryhdistä sekä fyysisestä suoriutumuksesta. Myös tarkkaavaisuutta, keskittymiskykyä, vuorovaikutusta ja motivaatiota arvioidaan. Lasten ja nuorten fysioterapian tavoitteena on tukea ja auttaa lapsen kehitystä siten, että lapsi pystyy käyttämään opittuja taitojaan mahdollisimman monipuolisesti.

Liikunnallisen kasvatuksen, kuten fysioterapiainkin, pyrkimyksenä on kokonaispersoonallisuuden kehittäminen. Liikuntaharjoitusten ohessa on mahdollista luoda kasvatustilanteita, jotka ohjaavat lapsen sosiaalisen ja tunnealueen kehitystä. Myös koordinaatiivisten ja havaintomotoristen toimintojen harjoittaminen on keskeistä lasten liikunnassa. (Karvonen 2000, 13–14.) Zimmerin (2001, 134) mukaan lapsille tulisi tarjota vapaan ja avoimen liikunnan lisäksi myös säännöllistä ja suunnitelmallista liikuntaa. Ohjatussa liikunnassa on mahdollista käsitellä monimutkaisempia teemoja, kun taas pelkkä vapaa liikkuminen saattaa olla liian sattumanvaraista ja haavoittuvaa. Liikuntahetket ovat yleensä suunniteltuja ja niillä on omat tavoitteet ja tarkoitukset. On kuitenkin hyvä jättää tunnille hiukan muotoutumisen varaa, jotta lasten luovuutta ei tarvitse tukahduttaa pelkän suunnitelmassa pysymisen takia. Avoimuus ei tarkoita samaa kuin suunnittelemattomuus, eikä se myöskään ole pois tavoitteellisuudesta. (Zimmer 2001, 137, 139.)

Maailman terveysjärjestö WHO:n mukaan terveydellä tarkoitetaan fyysisen toimintakyvyn lisäksi myös henkistä ja sosiaalista hyvinvointia. (Zimmer 2001, 43–46.) Seuraavissa kappaleissa käsitellään tärkeitä lapsen ja nuoren fyysisen, henkisen ja sosiaalisen kehityksen alueita, jotka on ymmärrettävä kokonaisvaltaisen kehityksen tukemiseksi.

## 5.1 Vammaisuus ja liikunta

Monet erilaiset sairaudet tai toimintakyvyn häiriöt voivat olla vammaisuuden taustalla. Tila voi olla etenevä tai pysähtynyt ja jo aiheuttanut tietyn toimintakyvyn rajoituksen. Alarannan, Kanniston & Rissasen (1999, 321) ja Kämäräisen (1996, 9–10) taulukoissa on esitelty liikunnan positiivisia vaikutuksia vammaiselle. Vaikutukset on jaettu fyysisiin, tiedollisiin, emotionaalisiin ja sosiaalisiin vaikutuksiin. Fyysisiä vaikutuksia ovat muun muassa koordinaatiokyvyn, tasapainon, ketteryyden ja tarkkuuden parantuminen, voiman ja kestävyuden lisääntyminen sekä rentoutumiskyvyn paraneminen. Jokapäiväisessä elämässä fyysiset vaikutukset voi huomata suoritusvalmiuden säilymisessä päiväskareissa sekä tarpeellisten apuvälineiden paremmassa hallinnassa. Liikunnan tiedollisina vaikutuksina voi olla huomiokyvyn kehittyminen ja sääntöjen omaksuminen. Tiedolliset vaikutuk-

set tarkoittavat myös oman vamman tai sairauden tunnistamista ja liikunnan vaikutuksia siihen sekä sopivien liikuntalajien tai apuvälineiden löytymistä. Nämä kaikki tekijät lisäävät oman vamman rajoittavien tekijöiden hallinnan lisääntymistä. Liikunnan emotionaalisina vaikutuksina voi olla pitkäjänteisyyden, itseluottamuksen, aktiivisuuden sekä elämisen rohkeuden lisääntyminen. Liikunnan avulla on mahdollista saada onnistumisen elämyksiä. Sosiaalisten vaikutusten avulla on mahdollisuus sosiaalisten kontaktien ja vapaa-ajankäytön mielekkyyden lisääntymiseen. Myös ryhmätyötaidot kehittyvät ja realistinen suhtautuminen ympäristöön vahvistuu.

Vamman laatu vaikuttaa tapaturma-alttiuteen eri liikuntamuodoissa. Vaara pienee, kun valitaan laji ja harrastuksen intensiteetti vammasta aiheutuvien rajoitusten ehdoilla.

## 5.2 Sensomotoriikka

Ihmisen aistitoiminnot (sensoriikka) ja liiketoiminnot (motoriikka) ovat vahvasti yhteydessä toisiinsa. Liikkeessä kaikki aistit stimuloituvat. Aistijärjestelmän kehittyessä paranee liikkumiskyky ja päinvastoin. Erityslapsi saa kehittyessään ja liikkeessään eri tavoin tärkeää tietoa omasta kehostaan ja sen suhteesta ympäristöön. Aistikokemusten jäädessä heikoiksi, voi myös liikunnalliset taidot jäädä puutteellisiksi tai toisinpäin. Tämän vuoksi varsinkin alle kouluikäisten lasten kuntoutuksessa painopiste on sensorisessa ja motorisessa harjoittelussa. (Szegda & Hokkanen 2009, 29–30.)

Heikko sensomotorinen kehitys voi johtaa heikkoon sosio-emotionaaliseen kehitykseen. Lapselle saattaa kehittyä huono itsetunto vaikkapa siitä, että tuntee olevansa liian kömpelö osallistumaan joukkuepeleihin. Tämän vuoksi erityistä tukea tarvitsevat lapset tarvitsevat paljon rohkaisua, kannustusta ja onnistumisen kokemuksia. Näiden avulla lapsen motivaatio itsenäiseen toimintaan lisääntyy ja itsetunto kohoaa, minkä seurauksena elämänlaatu paranee ja syrjäytyminen pienenee. (Szegda & Hokkanen 2009, 30.) Sensomotorisiin taitoihin liittyvät valmiudet rat-

kaisevat vaikeasti vammaisen lapsen itsenäisen liikkumiskyvyn melko pitkälti (Palsio 2002, 147).

### 5.3 Havaintomotoriikka

Havainnointi on ärsykkeiden vastaanottamista eri aistijärjestelmien kautta ja näiden ärsykkeiden käsittelyä eli työstämistä. Lapset ovat kiinnostuneita ympäristöstään, eivätkä leikkiessään väsy kokeilemaan erilaisia liikkumismahdollisuuksia. Aikuisen silmä ei usein näe mitään järkeä lapsen telmimisessä, mutta leikillä on kuitenkin tärkeä merkitys lapsen kehitykselle ja se luo pohjan perustaville havaintokokemuksille. Lapsella on tarve aistia maailmaa mahdollisimman monella tavalla. Uudet tilanteet lapsi havaitsee aisteillaan, josta tieto välittyy keskushermostoon ja sen seurauksena syntyy mielekäs motorinen toiminta. (Zimmer 2001, 53.)

Havaintomotoriset osatekijät ovat kehontuntemus, avaruudellinen hahmottaminen, suunnan ja ajan hahmottaminen. Havaintomotorisessa oppimisessa aistitoiminnot herkistyvät ympäristöstä tulevien ärsykkeiden vastaanottamista ja järjestämistä varten. Tärkeimmät havaintokanavat ovat näkö-, kuulo- ja kinesteettinen kanava. Kinesteettinen aisti on lapsille erittäin merkityksellinen. Sen avulla lapsi oppii tunnistamaan lihasjännityksen vaihtelut sekä kehonosien asennot. Monipuolinen ja säännöllinen liikunta vahvistaa kineettistä aistia. (Karvonen 2000, 20–21.) Kehontuntemus on lapsen käsitystä omasta kehosta ja sen eri puolista (lateraalisuus), suhteesta ympäröivään tilaan (spatiaalinen tietoisuus) ja aikaan. Oman kehon tunteminen edellyttää sen eri osien ja puolien tuntemista ja nimeämistä, keskilinjan ylittämisen taitoa sekä kehon ääriviivojen tunnistamista. (Autio & Kaski 2005, 54–55.)

Lapsen on tärkeää oppia erottamaan epäolennainen tieto olennaisesta (jo vauva tunnistaa äidin äänen muiden äänien joukosta) ja oppia yhdistelemään aistikokemuksia toisiinsa. Nämä ovat pohjana keskittymiskyvylle, jossa pystytään suuntaamaan huomio yhteen merkityksekkääseen tietolähteeseen kerrallaan. (Zimmer 2001, 53–54.) Zimmerin (2001, 54) mukaan toimivaa aistijärjestelmää voidaan pitää edellytyksenä sille, että lapsi suoriutuu ympäristössään. Suurin osa ihmisistä

saa hyvän havainnointikyvyn jo syntyessään, mutta tätä taitoa on silti syytä harjoittaa. Monipuoliset sensorisen toiminnan harjoitteet ovat pohjalla varmalle liikumiselle sekä paremmille onnistumisille erilaisissa haasteissa.

Tuntoaisti (taktiilijärjestelmä), tasapainoaisti (vestibulaarijärjestelmä) ja liikeaisti (kinesteettinen järjestelmä) muodostavat sensorisen kokemisen ja lapsen kehityksen perustan. Lapsi kehittää näitä ominaisuuksiaan kuten huomaamattaan toimissaan. Ohjaajan tulee kuitenkin olla näistä tietoinen ja ottaa ne huomioon liikunta- tuokioita suunnitellessaan ja ehdottaessaan lapsille erilaisia leikkejä. (Zimmer 2001, 54, 56.)

#### 5.4 Motorinen kehitys

Lapsen motorinen kehitys etenee päästä jalkoihin (kefalokaudaalisesti) ja keskeltä raajoihin (proksimodistaalisesti). Liikkeet muuttuvat kehityksen edetessä kokonaisvaltaisista liikkeistä eriytyneisiin. Harjoittelu ja kasvu auttavat liikkeiden kehityksessä. Karkeamotoriikan kehittyminen edesauttaa myös hienomotoriikan kehittymistä. Lapsi tarvitsee virikkeitä ympäristöstään oppiakseen ja omaksuakseen asioita. (Autio & Kaski 2005, 13.)

Paras aika motoristen taitojen oppimiselle on kymmenen ensimmäistä ikävuotta, jolloin hermosto pääosin kehittyy. Vauvaiästä lähtien fyysinen aktiivisuus aiheuttaa luutumista edesauttavaa kuormitusta sekä vähentää kehon rasvakudoksen määrää. Oikein ohjatuilla harjoitteilla voidaan parantaa erityislasten tasapainoa ja koordinaatiota leikki-ikäisestä lähtien. (Alaranta, ym. 1999, 84–85.)

Varhaislapsuudessa tulisi panostaa tasapainoharjoitteisiin, sillä tasapainon säätely kehittyy ennen kymmenettä ikävuotta. Reaktionopeutta, joka kehittyy samanaikaisesti hermoston ja aistitoimintojen yhdentymisen (sensorisen integraation) kehityksen myötä, voidaan myös tehostaa fyysisillä harjoitteilla. Yleensä lapsilla aerobinen suorituskyky kehittyy iän ja kasvun suhteen murrosikään saakka melko tassisesti. Hapenottokyvyn vaste kestävyys harjoittelussa tulee ergometrisesti mitat-

tavaksi vasta 10. ikävuodesta lähtien, vaikka harjoittelun merkitys näkyy käytännössä parantuneena urheilusuorituksena jo nuorempana. (Alaranta, ym. 1999, 86.)

Lapsi on syntyessään suhteellisen avuton. Liikkumiskyvyn lisääntyminen tuo hänelle kuitenkin nopeasti itsenäisyyttä. Pieni vauva ei osaa vielä eritellä liikkeitään, vaan koko keho liikehtii. Kuitenkin jo ensimmäisten kuukausien aikana liikkeet alkavat differentoitua eli erilaistua ja eriytyä. Samalla keskushermostossa käynnistyy näiden yksittäisten suoritusten koordinointi ja ohjaus. Yksittäiset suoritukset sovitetaan yhteen ja tämä integrointi johtaa kokonaiseen liikekuvioihin. (Zimmer 2001, 56–57.)

Vammat tai sairaudet vaikuttavat usein erityislasten ja -nuorten motoriseen kehitykseen. Tämän takia motoristen taitojen harjoittaminen on erityisen tärkeää lasten ja nuorten erityisliikunnassa. On tärkeää tunnistaa poikkeava motorinen kehitys ja puuttua siihen mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Fysioterapeuttien koulutuksessa perehdytään motorisen kehityksen tukemiseen ja poikkeavuuksien havainnointiin.

## 5.5 Lapsuuden fyysinen harjoittelu

Fyysisen harjoittelun parantamaa suorituskyykyä on lapsuudessa hankala mitata, koska se peittyä perinnöllisten tekijöiden, ravintotekijöiden ja erityisesti murrosiän vaikutuksiin. Pienimmille lapsille olisi tärkeää järjestää liikuntaa, jota lapsi pystyy itse säätämään. Tavoitteena tulisi kuitenkin olla tasapainon sekä liikku- mis-, ja käsittelytaitojen kehittäminen. Liikunnan antamat myönteiset elämykset parantavat pienten lasten motivaatiota ja kehittävät kykyjä, jotka ovat keskeisiä lapsen minäkuvan sekä omanarvontunnon kehitykselle ja sosiaalistumiselle. (Alaranta, ym. 1999, 84.)

Fyysinen suorituskyyky lisää erityisesti sydämen toimintavaroja. Alaraajojen lihasvoimaharjoittelulla voidaan lisätä liikkumiseen liittyviä ominaisuuksia. Vatsali- hasharjoitukset parantavat hengitystekniikkaa ja tukevat alavartaloa ja yläkehon harjoitteilla voidaan parantaa tasapaino- ja ryhtiominaisuuksia sekä yläraajojen

suoritusta. Notkeuden tai liikkuvuuden ylläpitäminen parantaa liikelaajuuksia ja ennaltaehkäisee lihas-, jänne- ja luustovammoja. Reaktionopeuden parantumisella voidaan vaikuttaa ennaltaehkäisevästi lapsuudenajan tapaturmiin ja liikuntavammoihin. (Alaranta, ym. 1999, 87.)

## 5.6 Sosiaalinen kehitys

Sosiaaliseen oppimiseen vaikuttavat ne kokemukset, joita lapsi saa jokapäiväisestä kanssakäymisestä ja yhteiselämästä muiden kanssa. 3-6-vuoden iässä tapahtuu tärkeitä sosiaalisten käyttäytymismuotojen kehittymistä. Monet sinä aikana opitut käyttäytymismallit säilyvät koko elämän. Lapsi tarvitsee muita lapsia kasvaakseen sosiaaliseen yhteisöön. Varsinkin eri-ikäisten yhteiset hetket mahdollistavat toinen toistensa oppimisen ja auttamisen sekä sopeutumisen eri-ikäisten lasten kykyihin. Liikunnalliset leikit ovat tähän juuri sopivia. Tosin ei liian kilpailuhenkeä provo-soivat leikit. Sosiaalisen toiminnan perusvalmiuksia ovat sosiaalinen herkkyyys (mm. toisten huomioon ottaminen), sääntöjen ymmärtäminen, kyky luoda kontakteja ja olla yhteistyössä, turhautumisen sietokyky, suvaitsevaisuus sekä huomioonottaminen. Lapsi oppii sosiaalista kanssakäymistä vanhempiensa lisäksi muilta kanssaihmisiltä. Alkuun lapsi tarvitsee aikuisten empaattista seurantaa ja hellävaraista vaikuttamista, jotta hän oppisi ratkomaan sosiaalisia kontakteja muutoinkin kuin fyysisellä tasolla. (Zimmer 2001, 26–31.)

## 5.7 Kognitiivinen kehitys

Lapsi oppii ymmärtämään maailmaa aistiensa, kehonsa ja välittömien tekojen kautta. Leikin avulla lapsi oppii tuntemaan esineiden ominaispiirteitä. Kehityspsykologian perustana on mm. Piaget'n vuorovaikutusteoria, jonka mukaan lapsen yksinkertaisessa toiminnassa piilee kaiken muun tiedonsaannin perusta. Kun lapsi oppii jotain uutta ja on aktiivisesti tekemisissä ympäristöstä olosuhteiden kanssa, hän yrittää vaikuttaa olosuhteisiin ja sopeuttaa ne omiin mielikuviinsa. Jos se ei onnistu, hän sopeuttaa omat mielikuvansa ympäristön vaatimuksiin. Piaget'n kasvatustimetodit pohjautuvat lapsen vapaaseen ja spontaaniin toimintaan: lapsen it-

senäistymisen tukemiseen sekä lapsen spontaanin toiminnan ja omatoimisuuden tukemiseen. Tätä tukee myös monipuolinen ja avoin liikunnan kasvatus. Lapsi tarvitsee sekä vapaata liikuntaa että ohjattua liikuntaa, edistyäkseen. Myös empirinen tutkimus osoittaa, että liikunnallisen kehityksen, älykkyyden ja itsenäisyyden välillä on tiivis yhteys. (Zimmer 2001, 33–41.)

### 5.8 Leikki kehityksen tukena

Lapsi oppii leikkiessään, mutta he eivät tietoisesti leiki oppiakseen, vaan siksi, että leikki tuo heille iloa. Ohjaajan tai aikuisen on osattava analysoida leikkiä oppimisen kannalta, eli ymmärrettävä leikin tarkoitus tiettyjen taitojen oppimisen kannalta. Leikkimisen avulla lapsi oppii soveltamaan asioita myöhemmissä kehitysvaiheissa ja toiminnoissa. (Zimmer 2001, 69; Autio & Kaski 2005, 44; Koivikko & Sipari 2006, 110, 113.)

Lapset leikkivät vain silloin, kun tuntevat olevansa turvassa ja luottavat ympäristöönsä, kun leikki on heillä hallussa eikä heitä pelota. Erilaiset leikit auttavat lasta kehityksessä. Toistuvien liikkeiden (esim. pallon heittämisen) avulla lapsi oppii tuntemaan omat kykynsä ja lelujen ominaisuuksia. Rakenteluleikeissä lapsi kehittää ongelmanratkaisu- ja luovia kykyjään. Fiktio-, symboli- ja illuusiroleikeissä lapsi harjoittaa mielikuvitustaan sekä sisäisen toiminnan ajattelua. Roolileikit ovat liikunnallisessa mielessä tärkeässä asemassa. Roolien avulla lapsi pääsee kokemaan sellaisia käyttäytymismuotoja, jotka todellisessa elämässä voivat olla kiellettyjä. Sääntöleikit luovat pohjaa muille sääntöjen noudattamiselle. (Zimmer 2001, 69, 70–73.)

### 5.9 Itsetunto ja minäkuva

Lapsi tarvitsee johonkin kuulumisen tunteen itsetunnon sekä muun kehityksensä tueksi. Ilman vertaisryhmää jää lapselta ryhmän antama sosiaalinen hyväksyntä saamatta. Liikunnan mahdollistamien sosiaalisten tilanteiden avulla lapsi oppii toisten huomioonottamista, konfliktienratkaisukykyä, eri rooleissa toimimista

sekä yhteisten pelisääntöjen sopimisesta ja niistä kiinnipitämistä. (Keltinkangas-Järvinen 1998, 59, 123; Miettinen 1999, 67.)

Vertaisryhmältä saatu tuki nähdään merkittävän tärkeänä tekijänä erityislasten ja -nuorten itsetunnon ja minäkuvan kehityksessä. Erilaiset vammat tai sairaudet voivat vaikuttaa itsetunnon ja minäkuvan kehityksessä. Hyvällä itsetunnolla ja minäkuvalla varustettu ihminen voi vammastaan tai sairaudestaan huolimatta oppia elämään täyttä elämää ja tuntea yhdenvertaisuutta muihin ihmisiin.

### 5.9.1 Itsetunto

Itsetunto rakentuu kokemuksista ympäristöstä ja muista ihmisistä. Harrastuksista lapsi voi saada tärkeitä osaamis- ja onnistumiselämyksiä, jotka saattavat jopa korvata epäonnistumiset muualla. Lapsen harrastukset ovat aina hyvä asia. Hyvään itsetuntoon liitetään taito ottaa toinen ihminen huomioon. Sosiaalisten taitojen oppiminen on helpompaa hyvän itsetunnon kanssa. Huono itsetunto taas voi vaikuttaa siihen, että sosiaalisessa kanssakäynnissä oma huonommuudentunne vain kasvaa. Hyvä itsetunto auttaa satunnaisista epäonnistumisista huolimatta pitämään itselle asetetun vaatimustason, kun taas matalalla itsetunnolla asetettu vaatimustaso vaihtelee nopeasti. Erityisesti lapsilla on havaittu selkeä yhteys itsetunnon ja asetetun vaatimustason välillä. (Keltinkangas-Järvinen 1998, 36–39, 123.) Nämä seikat tukevat sitä, että ryhmäliikunta tulisi ottaa yksilöterapian rinnalle lasten ja nuorten kuntoutuksessa.

### 5.9.2 Minäkuva

Kehollaan ja kehosta saamiensa kokemusten avulla lapsi kehittää itselleen kuvan omista taidoistaan, omasta minästään. Ruumiillisen toiminnan kautta lapsi havaitsee osaavansa tehdä jotakin. Pienillä lapsilla itsenäistyminen näkyy selvimmin fyysismotorisessa toiminnassa, kuten pukemisessa tai kävelemisessä ilman muiden apua. Fyysiset kokemukset vaikuttavat merkittävästi minäkuvan rakentumiseen lapsen ensimmäisinä elinvuosina. Lapsi arvioi omaa minäkuvaansa sen poh-

jalta, millaisia ovat hänen aiemmat kokemukset omista taidoista, suorituksista ja käyttäytymistavoista. Ensimmäiset kokemukset olemassaolostaan lapsi saa aisti-järjestelmän ja kehon kautta. Minäkuvan kehitykselle on tärkeää, miten lapsi kokee ja työstää muiden arvioinnit itsestään. Positiivisen minäkuvan avulla lapsi suhtautuu rohkeammin ja energisemmin uusiin tehtäviin, eikä lannistu helposti. Kun taas negatiivisen minäkuvan omaava kokee tuntemattomat ja uudet tilanteet usein uhkaavina ja saattaa luovuttaa helpommin. Lapset yleistävät asioita suhteettomasti ja näin lapsi saattaa siirtää negatiiviset kokemukset myös muille alueille. Tärkeintä positiivisen itsetunnon kehittymiselle on antaa lapsen toimia aktiivisesti, asettaen kuitenkin rajat. Useat tutkimukset puoltavat väitettä, että aktiivisesti liikuntaa harrastavilla lapsilla on parempi minä-käsitys kuin niillä, jotka ovat fyysisesti passiivisia. Sosiaalinen minä syntyy, kun lapsi huomaa kuuluvansa johonkin. Sosiaalisen minän käsitys vaihtelee aina sen mukaan, minkä ryhmän jäsenenä lapsi itseään tarkastelee. (Keltinkangas-Järvinen 1998, 99; Miettinen 1999, 66–67; Zimmer 2001, 21–26.)

Erityislapset ja -nuoret tarvitsevat ulkopuolista tukea minäkuvansa syntymiseen, sillä heidän fyysiset kokemuksensa eivät välttämättä ole aina positiivisia. Erityislapsi vertaa itseään muihin lapsiin ja saattaa kokea huonommuuden tunnetta jos omat taidot ovat heikommat. Erityislapselle vertaisryhmän tarjoama tuki voi olla hyvin merkityksenkäs minän kehityksen kannalta.

### 5.9.3 Rohkaisua, kannustusta ja onnistumisen kokemuksia

Lapsi tarvitsee oppiakseen vahvistusta ja hyväksyntää. Ulkoinen vahvistaminen on sitä, kun aikuinen kehuu lasta. Sisäinen vahvistaminen tapahtuu silloin kun lapsi kokee itse menestyneensä tai saa iloa toiminnasta. Menestys motivoi lasta tekemään toimintoja yhä uudestaan. Vastakohtana voidaan ajatella vaikkapa yli-painoista lasta, jota aina pilkataan jos hän ei onnistu harjoituksissa. Tällaiset muistikuvat voivat jättää ikuiset arvet, eikä pilkattu lapsi mielellään jatka liikunnan harrastamista. Aktiivinen elämäntapa on kuitenkin tärkeää fyysisen toimintakyvyn ja henkisen hyvinvoinnin kannalta. (Zimmer 2001, 74; Rintala 2004b, 3.)

Havainnoimalla lapsi oppii uusia tekniikoita (esim. kuperkeikan), mutta myös muun muassa käyttäytymismalleja ja asenteita. Lapsi oppii ja oivaltaa uusia asioita myös kokeilemalla. Alussa voi tulla epäonnistumisia, mutta toistuvat yritykset saavat lopulta aikaan nk. ahaa-elämyksen. Tämä itsenäinen oppiminen auttaa lasta myöhemmässä elämässä luottamaan omiin kykyihinsä. Lasta ei saa liian aikaisin lähteä auttamaan, vaan on hyvä antaa hänen itse yrittää. Oppiminen tapahtuu paljolti tiedostamatta ja ohjauksetta. Ohjaajan on kuitenkin hyvä tuntee oppimisen säännöt ja soveltaa näitä tietoja käytäntöön. (Zimmer 2001, 75–77.)

Erityislasten kehitys saattaa olla hidasta. He saattavat kehittää omanlaisia tekniikoita liikkumiseen tai muuhun toimintaan. Heille tuleekin suoda samanlaiset mahdollisuudet oivaltamisen riemulle, joka mahdollistaa myöhemmin itseensä luottamisen.

## 6 LASTEN JA NUORTEN LIIKUNNAN OHJAAMINEN

Ohjaamisessa huomio keskittyy ensisijaisesti kasvavan lapsen henkilökohtaiseen olemukseen. Kaiken toiminnan tulee olla lapsilähtöistä. Päämääränä on tukea lapsen kehittymistä hyvällä itsetunnolla varustetuksi, vastoinkäymisiä kestäväksi, yhteistyökykyiseksi ja psyykkisesti vahvaksi persoonaksi. (Nykänen 1996, 13.) Jokainen lapsi on yksilö, joka kehittyy ja tarvitsee tukea ja turvaa. Lapset kehittyvät omaa tahtiaan ja sen takia liikunnassa lapsia ei voi käsitellä samalla tavalla. Lapsella tulee olla mahdollisuus osallistua omien edellytystensä puitteissa. Perhe on tärkeässä asemassa, eikä sitä saa unohtaa. Vanhemmat tietävät usein mikä on parasta heidän lapsilleen, mutta asiantuntijalla on tietoa muun muassa eri kuntoutusmuotojen vaikuttavuuksista eri vammaryhmille sekä liikunnan sovellettavuudesta. Tämän vuoksi vanhempien ja asiantuntijoiden yhteistyö takaa lapselle parhaan mahdollisen kuntoutusmallin. (Karvinen & Lehto 1995, 7; Koivikko & Sipari 2006, 33, 102.)

## 6.1 Nuori liikkuja

Nuorten ohjaamisessa pätee samat peruseriaatteet kuin lasten ohjaamisessa. Nuorille on paljon houkutuksia, jotka kilpailevat liikunnan huomiosta. Ohjaamisessa auktoriteetti ja ylhäältä tuleva ohjaus eivät ylläpidä nuorten mielenkiintoa. Seuraaja nuorisotoiminnassa on saatu hyviä tuloksia siten, että nuoret pohtivat keskenään, minkälaista liikunta- tai urheilutoimintaa he haluavat. Tavoitteena on mahdollistaa tasavertaisempi ohjaustapa. Ohjaajalla on kuitenkin päävastuu huolehtia nuoren harjoituksen, levon ja ravinnon tasapainosta. Nuorelle luotettavan ohjaajan neuvot voivat painaa jopa enemmän kuin omilta vanhemmilta saadut neuvot. Nuorten liikunnassa ohjaajan tulee ottaa huomioon nuoren keholliset muutokset sekä itsenäistymisen ja toisaalta riippuvuuden tarpeet. (Autio & Kaski 2005, 67.)

## 6.2 Erityisryhmät

Erityisryhmien liikunnalliseen harjoitteluun pätevät samat lait kuin harjoitteluun yleensäkin. Harjoitusvasteet voivat kuitenkin olla erilaiset, jos vammaisella ei ole käytössä kaikkia ruumiinosia tai jos tauti vaikuttaa suoraan hermo- ja lihaskäytön toimintaan. Useimmissa sairauksissa ja vammoissa harjoitusten tavoitteena on kuitenkin liikkuvuuden ylläpitäminen ja kehittäminen. (Palsio 2002, 200–201.)

## 6.3 Ohjaaja

Ohjaajan ei tarvitse olla liikunnan ammattilainen opettaakseen lapsia liikkumaan. Taito ohjata perustuu siihen, kuinka hyvin lapset saadaan innostumaan ja liikkumaan tavoitteiden suuntaan. Tavoitteet on siis oltava. Ohjaaja on vastuussa toiminnan sujuvuudesta sekä yleisestä turvallisuuden tunteen luomisesta. (Ranto 1999, 80.) Ohjaajan asenteella ja toiminnalla on suuri merkitys liikuntatuokion onnistumiseen. Hänen tulee olla aito, kannustava, luotettava, turvallinen, välittävä, luova ja tulee omata hyvä itsetuntemus. Lisäksi hän tarvitsee pedagogista tietoa ja taitoa sekä erityisryhmien ollessa kyseessä myös liikuntalääketieteellistä tietoa. Ohjaajan on osattava soveltaa liikuntalajeja erilaisten liikkujien mukaan. Mahdol-

lisuuksien mukaan ohjaajan olisi hyvä osallistua liikuntatilojen suunnitteluun, kuljetusten järjestämiseen sekä avustajatarpeiden arviointiin. Ohjaajalta edellytetään reipasta ja selkeää esiintymistä sekä kaikkien huomioon ottamista. Ohjaajan on hyvä seurata alan julkaisuja ja päivittää tietojansa täydennyskoulutuksilla. Yhteistyö ja kokemusten vaihto muiden ohjaajien kanssa antaa uusia virikkeitä ja intoa omaan työhön. Ohjaajan on myös hyvä asettaa työlleen selkeät tavoitteet ja arvioitava niitä jatkuvasti. Yhtenä liikunnanohjauksen tavoitteena voidaan pitää sitä, että liikunta saadaan osaksi lapsen luonnollista elämään hänen kehittyessään nuoreksi ja aikuiseksi. (Miettinen 1999, 70; Palsio 2002, 210–211; Autio & Kaski 2005, 56, 64–66.) Vaikka ohjaajan ei tarvitsekaan olla liikunnan ammattilainen, ovat fysioterapeutit ja erityisliikunnanohjaajat avainasemassa erityisliikunnan järjestämisessä ja tiedon jakamisessa koulutuksensa ansiosta.

#### 6.4 Motivointi

Palautteen antaminen liikkuvalla lapsella on sekä oppimiselle että motivaation ylläpitämiselle hyvin tärkeää. Positiivinen palaute on tehokkainta, mutta on hyvä miettiä koska sitä antaa ja kuinka paljon. Pelkkä ”hyvän” toistaminen ei ylläpidä motivaatiota. Tärkein palaute on liikkujan itsensä kokema palaute omasta toiminnastaan. Motivaatioon vaikuttaa sopiva harjoitustaso, monipuolista harjoitusta tarjoava laji, yhteistyössä suunnitellut tavoitteet, palaute ja neuvot, ohjaajan persoonallisuus sekä seuranta- ja arviointikeinot. Ryhmä sinänsä voi jo motivoida, sillä monille ryhmäliikunta on innostavampaa kuin yksin liikkuminen. Ohjaajan tulee ottaa huomioon erilaiset ryhmät ja soveltaa motivointikeinoja sen mukaan. Keskinäinen kilpailu saattaa lisätä tai heikentää motivaatiota, toisin kuin itseään vastaan kilpaileminen. Liikunnassa usein ylikorostetaan suoritusten oikeellisuutta. Kaikilla tulee olla mahdollisuus tuntea onnistumisen riemu, jokaisella on omat tapansa tehdä asiat. Tärkeintä on, mikä suorituksen tekijästä tuntuu oikealta ja toimivalta. (Miettinen 1999, 70–71; Palsio 2002, 206.)

## 6.5 Liikuntatilat ja -välineet

Erityisryhmien tasa-arvoinen osallistuminen liikuntaan vaatii usein apu- ja toimintavälineitä. Apuvälineitä löytyy jo monenlaisia ja mielikuvitusta käyttämällä niitä voi luoda lisää. Liikuntapaikka tulee olla turvallinen, lattioiden puhtaat ja kuivat. Välineet on hyvä tarkistaa tietyin väliajoin ja rikkiinäiset välineet on poistettava käytöstä. Erityisliikunnassa harjoitusvälineinä voi käyttää pääasiassa samoja välineitä kuin muussakin liikunnassa. Soveltavassa liikunnassa välineiden käyttö kuitenkin korostuu, sillä henkilöillä on erilaisia toimintakyvyn vajavaisuuksia. Välineet voivat toimia apuna oikeiden liikeratojen löytymiseen tai muuten vain helpottaa suoritusta. Musiikin käyttö liikunnassa on yleistä, mutta soveltavassa liikunnassa sitä tulee käyttää harkiten. (Palsio 2002, 154, 208–209.) Liikuntatiloja koskeviin muutoksiin tehtävien hakemusten perusteella kunnat voivat tehdä valikoituja peruskorjauksia, jotta tiloista saataisiin vammaisille sopivammat. (Koivumäki 2002, 420)

Esteetön ympäristö takaa liikuntamahdollisuudet myös erityisryhmille. Vammaiset ihmiset ovat liikuntapaikkojen asiakkaita siinä missä kuka tahansa muukin ja esteettömän ympäristön avulla voidaan lisätä tasa-arvoisuutta. Esteetön rakentaminen ei yleensä maksa ”esteellisiä” ratkaisuja enempää, kyse on ennemminkin asenteista. Rakennusten peruskorjausten yhteydessä on mahdollista tehdä liikuntatiloista esteettömiä. Vähimmäisvaatimuksena olisi tiloissa liikkuminen pyörätuolilla. Tärkeitä ominaisuuksia tiloissa erityisryhmille ovat myös selkeät opasteet ja riittävän suuret pukeutumis- ja peseytymistilat. (Verhe 1997, 7, 20; Invalidiliitto 2010.)

## 7 KUNNAN ROOLI ERITYISRYHMIEN LIIKUNNASSA

Lasten kasvun ja kehityksen tukeminen on eräänlainen kulttuurin mitta. Eri aikoina vallitsevien arvojen ja käsitysten pohjalta pyritään tekemään oikeita valintoja ja luomaan hyviä käytäntöjä. Kunnan tehtävä on paikallinen suunnittelu ja harkinta

valtiovallan antamien yleisten säädösten ja edellytysten puitteissa. Isommissa kunnissa voi olla paremmat edellytykset palveluiden monipuoliselle järjestämiselle, mutta pienessä kunnassa yhteisöllisyys ja yksilön äänen käyttö auttavat toimimaan yhteisten tavoitteiden saavuttamiseksi. (Koivikko & Sipari 2006, 23–35, 137.)

## 7.1 Hyvinvointipolitiikka

Hyvinvointipolitiikaksi kutsutaan julkisen vallan puuttumista hyvinvoinnin muodostumiseen. Kolme tärkeintä keinoa tähän ovat sääntely, raha ja palvelut. Sääntelyllä tarkoitetaan markkinoiden ja lähiyhteisöjen toiminnan ohjaamista tai rajoittamista laeilla tai viranomaisten ohjeilla. Verot tai muutoin julkiselle vallalle kerätyt rahat voidaan jakaa uudelleen henkilöille, jotka eivät voisi ilman julkisen vallan antamia tulonsiirtoja hankkia markkinoilta hyvinvointinsa kannalta olennaisia tavaroita ja palveluita. Julkinen valta voi tuottaa tai ostaa riittävän määrän laadukkaita, hyvinvoinnin kannalta välttämättömiä palveluita, jollei niihin muuten ole mahdollisuutta. Kaikilla on mahdollisuus vaikuttaa sosiaali- ja terveydenhuoltoon koskevaan päätöksentekoon äänestämällä kunnallis- ja eduskuntavaaleissa, toimimalla kansalaisjärjestöissä, ottamalla julkisesti kantaa tai muuten osallistumalla (Lahti 2004, 45, 67.)

## 7.2 Erityisryhmien palveluiden järjestäminen

Kunta on aina velvollinen järjestämään vammaisille välttämättömät palvelut. Tällaisia palveluita ovat ne palvelut, joita ilman ihminen ei selviä jokapäiväisistä toimistaan. Muiden vammaispalveluiden ja tukitoimien saaminen riippuu kunnan taloudellisista edellytyksistä. Palvelujen saamista suuremmaksi ongelmaksi onkin nousemassa alueellinen eriarvoisuus, sillä palvelujen vaihtelevuus eri kunnissa on suurta. (Lahti 2004, 134–135.) Kunnalla on myös vastuu tarjota kaikille asukkailleen riittävät sosiaali- ja terveystaloudelliset palvelut. Koska hyvinvointipalveluita voivat käyttää kaikki ihmiset, on niillä merkittävä tehtävä ihmisten välisten toimeentuloero-

jen tasaamisessa. Yleisten palveluiden käytön mahdollisuus edistää vammaisen ihmisen integroitumista yhteisöön. (Lahti 2004, 77, 84, 132.)

Kunnalla on erilaisia mahdollisuuksia toimia ylläpitääkseen erilaisia palvelutuotajaorganisaatioita. Se voi ylläpitää niitä yksin, muodostaa kuntayhtymän toisten kuntien kanssa tai se voi ostaa palveluita naapurikunnista. Lisäksi yritykset ja järjestöt voivat olla palveluorganisaation ylläpitäjiä. (Lahti 2004, 74.)

Ala-Vähälä (2010, 25) arvioi, että erityisliikunnan piiriin kuuluu noin miljoona ihmistä, mutta vain noin 14–15% potentiaalisesta kohderyhmästä käyttää palveluita. Vaikka tilanne kunnissa on parantunut, ei se edelleenkään ole hyväksyttävissä. Sivistys- ja hyvinvointivaltion priorisointina pitäisikin olla se, että liikunnasta erityisen paljon hyötyä saavat erityisryhmät olisivat palvelunsaajina etuoikeutetummassa asemassa kuin muut. Kuntia ei voida pakottaa suomaan erityis- tai terveystoiminnalle osaa liikuntarahoista tai -tiloista, mutta kuntia voidaan ohjata parempaan palvelutasoon tähtääviä toimintatapoja. (Brax 2002, 11.) Brax (2002, 11–12) esittää myös, että kunnat voisivat laittaa urheiluseurojen avustuskriteereihin sen, että seura tukisi erityis- ja terveystoimintaa. Hänen mukaansa paikallisten toimijoiden suurimpia haasteita ovat raha- ja tilakysymysten lisäksi ohjaajien koulutus ja toiminnan laatukriteerit.

Lahti (2004, 15, 16) tuo esille tärkeän hyvinvoinnin, terveyden ja toimintakyvyn näkökulman, joka liittyy ihmisen itsemääräämisoikeuteen ja vapauteen. Erilaiset tekijät saattavat rajoittaa ihmisen edellytyksiä tehdä omaa elämää koskevia valintoja ja näissä tapauksissa joku toinen tekee valinnat hänen puolestaan. Itsemääräämisoikeuden puuttuminen ja kykenemättömyys tehdä omia valintoja laskevat elintason vajavaiseksi. Laadukkaan sosiaali- ja terveydenhuollon tavoitteita ovatkin siksi näiden asioiden puolustaminen.

Kunnissa tarvitaan kaikkien toimijoiden yhteistyötä, jotta erityisliikuntaa tarvitsevien ihmisten liikunnan tarve herää. On myös huolehdittava erityisliikunnan edellytyksistä; oikeanlaisista tiloista, koulutuksesta, yhteistyöstä, rahasta ja ohjaajista. Paikallisten yhdistysten, järjestöjen ja kunnan yhteistyö on tärkeää ja onnistuessaan hedelmällistä. Yhdessä on mahdollista saada enemmän aikaan. (Rintala

2004b, 3.) Erityisliikunnan asiakkaita kunnissa ovat kaikki kuntalaiset. Resurssipulan takia ohjaaja saattaa kokea lasten ja nuorten erityisliikuntaryhmiä tärkeimmiksi työikäisten ja vanhusten erityisliikunnan. (Palsio 2002, 149.) Vajaaliikkeisten Kunto ry:n Kymenlaakson asiantuntijatoimikunnan tämänhetkisen hankkeen tarkoitus on tukea ja lisätä yhteistyötä erityisliikunnan toimijoiden välillä.

### 7.3 Erityisliikuntaa ohjaavat säädökset ja linjaukset

Julkinen keskustelu sekä terveys- ja talousvaikutuksista kertovat tutkimustulokset ovat vaikuttaneet liikunnan lainsäädännön kehitykseen Suomessa. Yhä useampien kuntien tavoitteissa korostuvat terveyttä edistävä liikunta ja hyvinvointipolitiikka. Kuntien toimintaan vaikuttavat monet lait, säädökset sekä valtakunnalliset linjaukset. Kunnat vastaavat kuitenkin itsenäisesti niiden soveltamisesta paikallisiin oloihin. (Piispanen 2010, 14.) Seuraavassa esitellään tämän opinnäytetyön aiheen kannalta oleellisia lakeja, hallitus- ja politiikkaohjelmia sekä linjauksia.

#### 7.3.1 Lainsäädäntö

**Suomen perustuslain (1999/731, 6§, 16§)** mukaan ihmiset syntyvät yhdenvertaisina. Ketään ei saa ilman hyväksyttävää perustetta asettaa eri asemaan minkään henkilöön liittyvän syyn perusteella. Lapsia on kohdeltava tasa-arvoisesti ja heillä on oikeus vaikuttaa itseään koskeviin asioihin. Julkisen vallan on turvattava jokaiselle mahdollisuus kehittää itseään sekä saatava kykyjensä ja erityisten tarpeidensa mukaisesti myös muuta kuin perusopetusta.

**Kuntalain (1995/365, 1§, 2§)** mukaan kunnan tulee pyrkiä edistämään asukkaidensa hyvinvointia ja kestävästä kehitystä alueellaan. Laissa säädetään tehtävät, jotka kunta hoitaa itse tai yhteistyössä muiden kuntien kanssa. Myös muita palvelun tuottajia voidaan hankkia tehtävien hoitoon. Viime kädessä valtion on huolehdittava siitä, että kunnilla on riittävät taloudelliset voimavarat vammaispalvelujen toteuttamiseksi.

**Liikuntalain (1998/1054, 1§, 2§, 4§, 6§)** tarkoituksena on muun muassa tukea lasten ja nuorten kasvua ja kehitystä liikunnan avulla. Tämän lain ja liikunnan avulla pyritään edistämään tasa-arvoa ja suvaitsevaisuutta. Kuntien velvoitteena on liikuntaa suunniteltaessa ja kehitettäessä otettava huomioon myös erityisryhmät. Alueellinen liikuntatoimi saa opetusministeriön osoittamat vuosittaiset toimintamäärärahat. Ministeriön asiantuntijaelimenä on valtion liikuntaneuvosto, jossa on muun muassa erityisryhmien liikunnan jaosto. Neuvosto ja jaostot seuraavat liikunnan kehitystä sekä tekevät esityksiä ja aloitteita liikunnan kehittämiseksi.

**Kansanterveyslain (1972/66, 1§, 2§, 4§, 5§)** tarkoitus on edistää yksilöön, väestöön, elinympäristöön kohdistuvaa terveyttä ja ennaltaehkäistä tapaturmia. Tämä laki määrittelee kunnan tehtävät huolehtia kansanterveystyöstä alueellaan. Yleinen suunnittelu, ohjaus ja valvonta kuuluvat sosiaali- ja terveysministeriölle. Sosiaali- ja terveysministeriön yhteydessä toimii lasten ja nuorten terveyden ja hyvinvoinnin neuvottelukunta, joka on olemassa lasten ja nuorten terveyden ja hyvinvoinnin laaja-alaista kehittämistä varten. Alueellinen lain ohjaava ja valvova elin on aluehallintovirasto.

**Laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista (1987/380, 1§)** määrittelee tarkoituksensa seuraavasti:

”Tämän lain tarkoituksena on edistää vammaisen henkilön edellytyksiä elää ja toimia muiden kanssa yhdenvertaisena yhteiskunnan jäsenenä sekä ehkäistä ja poistaa vammaisuuden aiheuttamia haittoja ja esteitä.” Jos vammaisen henkilö ei saa muun lain nojalla riittäviä palveluja ja tukitoimia, voidaan tämän lain mukaisia palveluja ja tukitoimia järjestää. Kunnan tehtävä on huolehtia omalla alueellaan esiintyvän tarpeen mukaisesti siitä, että vammaisille tarkoitettuja palveluita ja tukitoimia on sisällöltään ja laajuudeltaan kattavasti. Myös kunnan yleiset palvelut tulee olla vammaisille henkilöille soveltuvia. Sosiaalilautakunnan ja kunnan muiden viranomaisten tehtävänä on edistää ja valvoa vammaisten henkilöiden elinoloja. He ehkäisevät epäkohtien syntyä sekä poistavat haittoja, jotka voivat rajoittaa vammaisen henkilön toimintamahdollisuuksia ja osallistumista. (Laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista 1987/380, 3§, 4§, 6§, 7§.) Lakia täydennettiin vuonna 2009, jolloin yksi keskeisin muutos on

yksilöllisten tarpeiden huomioon ottaminen palveluja ja tukitoimia järjestettäessä (STM 2009).

### 7.3.2 Valtioneuvoston selonteko vammaispolitiikasta

Matti Vanhasen II hallituskaudella (2006) valtioneuvoston tekemä selonteko vammaispolitiikasta perustuu kolmeen keskeiseen periaatteeseen: vammaisten henkilöiden oikeus yhdenvertaisuuteen, osallisuuteen sekä tarpeellisiin palveluihin ja tukitoimiin. Yhdenvertaisuus on keskeinen ihmisoikeus ja ihmisoikeuksien keskeinen lähtökohta on syrjimättömyys. Yhdenvertaisuuden toteutuminen edellyttää, että vammaisilla henkilöillä on samat oikeudet ja mahdollisuus osallistua yhteiskuntaan täysivaltaisina jäseninä. YK:n ja EU:n jäsenvaltiona Suomi on sitoutunut edistämään yhteiskuntaa, joka on syrjimätön ja avoin kaikille. Vammaisilla henkilöillä on oikeus osallistua omien voimavarojensa mukaan kaikkeen heitä koskevaan suunnitteluun, päätöksentekoon ja toimenpiteisiin. Palveluiden ja tukitoimien avulla voidaan lieventää vammaisuudesta aiheutuvaa haittaa, lisätä henkilön itsemääräämisoikeutta ja mahdollisuutta itsenäiseen ja osallistuvaan elämään. (STM 2006, 27–28.)

Keväällä 2005 valtioneuvosto käynnistämän PARAS-hankkeen tavoitteena on kunta- ja palvelurakenteen uudistuminen. Hanke takaa kuntien asukkaille kuntien vastuulla olevat hyvinvointipalvelut nyt ja tulevaisuudessa. (STM 2011.) Hallituksen politiikkariihen kannanotossa (2009) PARAS-hankkeen tavoitteiden saavuttamiseksi kunnille ja kuntayhtymille asetetaan tuottavuuden parantamista koskevat valtakunnalliset tavoitteet. Kaksikymmentä suurinta kuntaa velvoitetaan laatimaan palveluiden kehittämiseksi tuottavuusohjelmat. Tuottavuusohjelmien toimintaa seurataan ja arvioidaan ja niiden perusteella syntyneitä hyviä käytänteitä sovelletaan muissa kunnissa. (Valtioneuvosto 2009, 8.)

Valtioneuvoston (2007, 8) toteaa, että lasten, nuorten ja perheiden hyvinvoinnin politiikkaohjelman mukaan liikunta on lasten ja nuorten suosituin harrastusmuoto, mutta sen harrastusmahdollisuuksia tulee edelleen lisätä myönteisten terveysvaikutusten aikaansaamiseksi.

VAMPO eli vammaispoliittinen ohjelma perustuu vammaispoliittisen selonteon (2006) periaatteisiin ja linjauksiin. Tavoitteena on vammaisen henkilön yhdenvertaisuus ja syrjimättömyys. Vammaispoliittinen ohjelma tarjoaa tukea ja antaa suuntaa kunnalliselle ja alueelliselle vammaispolitiikalle. (STM 2010, 15.) Valtakunnallinen vammaisneuvosto (VANE 2011) toimii sosiaali- ja terveysministeriön yhteydessä. Se on viranomaisten, vammaisjärjestöjen ja omaisjärjestöjen yhteistyöelin, jonka tehtävänä on seurata yhteiskunnallista päätöksentekoa, tehdä aloitteita ja esityksiä sekä edistää vammaisten henkilöiden ihmisoikeuksien toteutumista.

#### 7.4 Erityisliikuntaa kuntiin -projekti

Vuodesta 1986 alkaen joka neljäs vuosi erityisliikunnanohjaajien työn tuloksista on tehty kartoitus. Viimeisin kartoitus on vuodelta 2009. Projektien avulla on saatu lisättyä erityisliikuntaan osallistuvien määrää lisäämällä erityisliikunnanohjaajien määrää, uusimalla toimintatapoja sekä lisäämällä alan koulutusta. Projektien avulla myös erityisliikunnan asema kuntien liikuntatoimen osana on vahvistunut. 1980-luvulta lähtien kunnat ovat alkaneet palkata erityisliikunnanohjaajia valtion tuella. (Piispanen 2010, 3, 6.)

Opetusministeriön ja sosiaali- ja terveysministeriön yhteistyön avulla voidaan ottaa liikunnan mahdollisuudet laaja-alaisesti huomioon. Opetusministeriö tukee yli 10 000 asukkaan kuntia erityisliikunnanohjaajien palkkauksessa. Sama oikeus on pienemmillä kunnilla, jos kaksi tai useampi kunta tekee yhteistyötä. Yli 10 000 asukkaan kuntien suosituksena on myös laatia erityisliikunnan kehittämissuunnitelmat kuntien strategiatyön käyttöön. Kuntien tulisi tukea erityisliikuntaa samoin periaattein kuin urheilu- ja liikuntaseuroja. Kuntien rooli palveluiden tarjoajana on keskeinen. Yksityiset palveluntuottajat ja kansalaisopistot täydentävät näitä palveluita ja kunta voi tarvittaessa hankkia heiltä erityisliikunnan piiriin kuuluvien henkilöiden tarvitsemia palveluita. (Piispanen & Koivumäki 2010, 74; Piispanen 2010, 6, 12.)

Kartoituksen mukaan vuonna 2009 kunnissa työskenteli noin sata erityisliikunnanohjaajaa sekä noin 500 muuta tunti- tai apuohjaajaa. Ohjattuja ryhmiä oli noin 2900, joissa liikutettiin 70 000-80 000 liikkujaa. Valtio tukee erityisliikuntaa vuosittain noin 7 miljoonalla eurolla, joista kuntien osuus on 2,5 miljoonaa ja järjestöjen 3,5 miljoonaa euroa. Kunnat käyttävät erityisliikuntaan vuosittain noin 5,3 miljoonaa euroa. Lähes puolet erityisliikuntaryhmistä on kuntien liikuntatoimien järjestämää. Järjestöjen osuus on noin neljännes ja heidän ryhmissä liikkuu noin 70 000 liikkujaa. Kunnat tukevat järjestöjen toimintaa. (Piispanen & Koivumäki 2010, 73.)

## 8 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tutkimuksella on aina jokin tarkoitus (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2000, 127). Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kartoittaa lasten ja nuorten kunnallisten erityisliikuntaryhmien tämän hetkistä tilannetta ja näiden avulla nostaa esiin kehitysehdotuksia Vajaaliikkeisten Kunto ry:n Kymenlaakson alueen asiantuntijatoimikunnan käyttöön. Tämän perusteella tutkimustehtäviksi nousi:

1. Mikä on lasten ja nuorten erityisliikunnan tilanne Kymenlaakson kunnissa tällä hetkellä?
2. Mikä on kunnan rooli lasten ja nuorten erityisliikunnan järjestäjänä?
3. Miten kunnan ja seurojen/järjestöjen yhteistyötä voitaisiin kehittää erityisliikunnan saralla?
4. Mitä kehittämisehdotuksia lasten ja nuorten erityisliikunnasta nousee esille?

Tutkimukseen ryhdytään usein siksi, että halutaan uutta, tieteellistä tietoa ongelmiin liittyvien kysymysten täsmentämiseen. Uusi tieto voi näin suunnata huomion olennaisiin seikkoihin sekä rikastuttaa ja monipuolistaa arkitiedon luomaa kuvaa asiasta tai tilanteesta. (Hirsjärvi, ym. 2000, 20–21.)

Tässä kappaleessa tarkastelen tutkimuksen luonnetta ja sen eri vaiheita sekä tutkimusprosessin etenemistä. Kerron myös siitä, miten eettiset ja luotettavuuden tekijät on otettu huomioon tutkimuksen suunnittelu- ja toteutusvaiheessa.

### 8.1 Kvalitatiivinen tutkimus

Kvalitatiivisessa eli laadullisessa tutkimuksessa lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen. Tutkittavaa kohdetta pyritään tutkimaan mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Tutkijan arvot vaikuttavat siihen, mitä ja miten ymmärrämme tutkittavaa ilmiötä. Objektivisuuskään ei ole täysin saavutettavissa, sillä tutkija sekä olemassa oleva tieto kietoutuvat toisiinsa. (Hirsjärvi, ym. 2000, 152.) Valitsin kvalitatiivisen tutkimustavan, koska halusin tulosten kuvaavan todellista elämää. Halusin myös antaa vastaajille mahdollisuuden tuoda esiin omia mielipiteitä ja arvioita, sillä he ovat läheisesti tekemisissä tutkittavan ilmiön kanssa.

### 8.2 Tutkimusjoukon valinta

Laadullisen tutkimuksen tarkoituksena ei ole saada yleistettäviä tuloksia, vaan pyrkiä ymmärtämään tutkimuskohdetta. Tämän vuoksi aineiston koko voi olla vaikkapa vain yhden henkilön haastattelu. (Hirsjärvi, ym. 2000, 168.)

Tämän opinnäytetyön toimeksiantajana on Vajaaliikkeisten Kunto ry:n Kymenlaakson asiantuntijatoimikunta. Toimikunnan meneillään olevan osahankkeen tavoitteena on kehittää erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten harrastustoiminnan yhteistoimintamalli Kymenlaakson alueelle. Tämä opinnäytetyö linkittyy edellä mainittuun osahankkeeseen, jolloin tutkimusjoukoksi muodostui Kymenlaakson seitsemän kunnan erityisliikunnasta vastaavat.

### 8.3 Aineiston keruu

Kysely on yksi tapa kerätä aineistoa. Se on menetelmänä tehokas, sillä se säästää tutkijan aikaa ja vaivannäköä. Myös aikataulu ja kustannukset ovat arvioitavissa.

Kyselytutkimuksen heikkoutena voi olla se, miten vakavasti vastaajat tutkimukseen suhtautuvat, ovatko he tarpeeksi perehtyneitä aihealueeseen tai se, onko kysymyksissä väärinymmärryksen mahdollisuus. Myös kato voi nousta suureksi. (Hirsjärvi, ym. 2000, 182.)

Tässä opinnäytetyössä aineisto kerättiin sähköpostikyselyllä Webropol -ohjelmaa apuna käyttäen. Koska vastaajat asuvat eri puolilla Kymenlaaksoa, tuntui sähköpostitse lähetettävä kysely parhaalta vaihtoehdolta ajan ja kustannusten säästämiseksi.

#### 8.4 Webropol -ohjelma

Webropol -ohjelma on Internetissä toimiva tiedonkeruuohjelma, jonka avulla voidaan toteuttaa kysely sähköpostin tai kännykän välityksellä vaivattomasti. Webropol-ohjelma avulla vastaukset ovat siinä muodossa, että ne on helppo siirtää jatkokäsittelyä varten vaikkapa Exel -sovellukseen. (Webropol 2010.) Tutustuin Webropol -ohjelman käyttöön ensimmäistä kertaa tämän opinnäytetyön aikana. Ohjelma on helppo ja nopea käyttää. Se sisältää hyvät ohjeet, joiden avulla on melko yksinkertaista laatia kyselylomake.

#### 8.5 Kyselylomakkeen laatiminen

Monella ihmisellä saattaa olla kielteinen käsitys erilaisiin kyselylomakkeisiin, sillä niitä saadaan paljon. Tämän vuoksi on tärkeää, että lomakkeen laadintaan ja kysymysten suunnitteluun käytetään aikaa. Näillä menetelmillä voidaan tehostaa tutkimuksen onnistumista. (Hirsjärvi, ym. 2000, 185.) Tässä tutkimuksessa on käytetty avoimia kysymyksiä sekä monivalintakysymyksiä. Avoimiin kysymyksiin jätetään tyhjää tilaa vastausta varten. Näin voidaan saada todellista tietoa vastaajan mielipiteestä, mutta tulokset voivat olla vaikeita käsitellä. Monivalintakysymyksissä tutkija laatii valmiit vastausvaihtoehdot ja vastaaja valitsee niistä sopivimman. Valmiiden vastausvaihtoehtojen jälkeen voidaan esittää avoin kysy-

mys, jolla ajatellaan saatavan selville sellainen näkökulma, jota tutkija ei ole osannut etukäteen ajatella. (Hirsjärvi, ym. 2000, 185–186, 188.)

Kyselylomakkeen laatimiseen ei ole tarkkoja sääntöjä, mutta joitain yleisiä ohjeita on muodostunut. Lomakkeen ja kysymysten selkeys on tärkeää. Kysymysten määrään ja järjestykseen on syytä kiinnittää huomiota. Vastaajien tulisi ymmärtää kysymykset samalla tavalla. Lyhyet kysymykset ovat parempia, koska niitä on helppompaa ymmärtää. On syytä kysyä yhtä asiaa yhdessä kysymyksessä ja näin välttää kaksoismerkitystä. Monivalintakysymyksiin on hyvä lisätä vastausvaihtoehdoksi ”ei mielipidettä”, sillä monet ihmiset vastaavat, vaikka heillä ei olisikaan käsitystä kysytystä. (Hirsjärvi, ym. 2000, 189–190.)

Tässä tutkimuksessa käytettiin lomakkeen esitutkimusta eli pilottitutkimusta. Hirsjärven ym. (2000, 191) mukaan pilottitutkimuksen avulla voidaan edellä mainittuja kohtia tarkistaa ja kysymysten muotoilua vielä korjata. Lomakkeen saatekirjeessä tutkija kertoo kyselyn tarkoituksesta, tärkeydestä ja rohkaisee vastaamaan. Saatekirjeestä tulee käydä selville, mihin mennessä kyselyyn toivotaan vastausta. Pilottitutkimus lähetettiin kartoitettavan alueen ulkopuolisen kunnan erityisliikunnasta vastaavalle sekä kahdelle opiskelutoverille. Heiltä tulleiden ideoiden ja kommenttien avulla kyselylomake ja saatekirje saivat lopullisen muotonsa. Halusin myös testata minulle uuden Webropol -ohjelman toimivuutta.

## 8.6 Kyselyn lähettäminen

Kyselyt lähetettiin jokaisen kunnan kotisivuilta löytyvien erityisliikunnasta vastaavien henkilöiden sähköpostiosoitteisiin. Jos erityisliikunnanohjaajaa ei kunnan sivuilta löytynyt, kysely lähetettiin kunnan liikunnanohjaajalle tai liikuntasihteerille. Sähköpostissa (Liite 1) on lyhyt esittely minusta, tutkimuksesta ja tutkimuksen laajuudesta. Webropol -kyselyyn oli suora linkki. Saatekirje (Liite 2) lähetettiin sähköpostin liitteenä. Saatekirjeestä käy selville opinnäytetyön toimeksiantaja ja kyselyn tarkoitus. Siinä on myös selvitetty keskeiset käsitteet selkeyttämään kyselyä. Saatekirjeestä löytyy yhteystietoni, ohjeet kyselylomakkeeseen vastaamiseen sekä toivottu viimeinen vastauspäivä.

Kyselylomakkeessa (Liite 3) on yhteensä 17 kysymystä. Kahdella ensimmäisellä kysymyksellä selvitetään vastaajan taustatietoja. Kolmannella kysymyksellä kartoitetaan viime vuoden ja kuluvan kevään ajalta kuntien järjestämät erityisliikuntaryhmät lapsille ja nuorille.

Kysymykset 4-7 pyrkivät selvittämään erityisryhmien pääasialliset ohjaajat sekä liikuntatilojen esteettömyyttä ja erityisryhmille soveltuvuutta.

On tärkeää, että erityisryhmät löytävät heille suunnatut ryhmät ja sen vuoksi kahdeksannessa kysymyksessä kysytään ryhmiin ohjautumisesta.

Kysymyksillä 9 ja 10 kartoitetaan erityisryhmien kysyntää sekä kunnan valmiuksista vastata kysyntään.

Kysymyksillä 11–14 pyritään selvittämään seurojen ja/tai järjestöjen osallistumista erityislasten ja -nuorten liikunnan järjestämiseen. Myös kunnan avustuksista sekä yhteistyöstä seurojen/järjestöjen kanssa on kysytty.

Kysymykset 15–17 ovat avoimia kysymyksiä, joihin vastaajien omat kokemukset ja tietämys vaikuttavat. Tarkoitus on selvittää lasten ja nuorten erityisliikuntaan liittyvät ongelmat, niiden ratkaisu- tai kehittämisehdotuksia.

## 8.7 Luotettavuus ja eettisyys

Sarajärven ja Tuomen (2009, 127) mukaan tutkimuksen sisäinen johdonmukaisuus on yksi kvalitatiivisen tutkimuksen kriteereistä. Tutkimusraportissa tämä näkyy siinä, miten ja millaisia lähteitä käyttää. Tutkijan on itse huolehdittava muun muassa tutkimussuunnitelman laadukkuudesta sekä hyvin tehdystä raportoinnista. Hyvän tieteellisen käytännön mukaan tutkijan on oltava rehellinen ja tarkka tutkimustyössä sekä avoin ja selkeä tulosten raportoinnissa. Tutkumuseettisiä ongelmia saattaa ilmetä tutkimustoiminnassa, tutkimukseen osallistuvien informoimisessa, aineiston keräämisessä ja analyysissä käytettävien menetelmien

luotettavuudessa, anonymiteettiongelmissa sekä tutkimustulosten esittämistavassa. (Sarajärvi & Tuomi 2009, 128, 132–133.)

Pyrin valitsemaan luotettavia ja monipuolisia lähteitä, joissa olisi ajankohtaista sekä relevanttia tietoa. Lähteitä hain koulun kirjaston perus- ja lehtihakukoneella sekä tutustumalla saman aihealueen opinnäytetöihin. Näitä teoksia selaamalla löytyi yhä viitteitä muihin samaa aihealuetta käsitteleviin teoksiin. Muun muassa hakusanoja: ”erityisryhmien liikunta”, ”esteettömät liikuntatilat” ja ”kuntoutus lasten ja nuorten” käyttämällä löysin teoksia, joiden avulla sain uusia ajatuksia hakusanoista sekä samaa aihealuetta käsittelevistä teoksista. Lähdeviittaukset ovat ohjeiden mukaisesti merkitty, mikä helpottaa tekstin seurattavuutta. Lehtiartikkeleista valitsin vain tieteellisten lehtien julkaisemia artikkeleita. Internet -lähteitä käytin pääasiassa lakitiedon hankkimiseen. Olen pyrkinyt olemaan rehellinen ja tarkka tutkimustyötä tehdessä. Tutkimustulokset olen kuvannut tarkasti ja totuudenmukaisesti kyselyn vastausten perusteelle.

## 9 AINEISTON ANALYYSI

Koko tutkimus tähtää aineiston analyysiin. Tutkija haluaa vastauksia ongelmiinsa ja joskus analyysivaiheessa selviää, miten ongelmat todellisuudessa olisikaan pitänyt asettaa. Analyysin pohjalta tutkimuksesta voidaan tehdä johtopäätöksiä. (Hirsjärvi, ym. 2000, 207.)

Pääperiaate aineiston analyysin valinnassa on se, että valitaan sellainen tapa joka parhaiten tuo vastauksen ongelmaan tai tutkimustehtävään. (Hirsjärvi, ym. 2000, 210.) Valitsin aineiston analyysimenetelmäksi sisällönanalyysin. Tuomen ja Sarajärven (2009, 92–93) mukaan sisällönanalyysi voidaan jakaa kolmeen vaiheeseen. Ensin tulee tehdä päätös siitä, mikä tässä aineistossa kiinnostaa ja kerrottava siitä aiheesta kaikki mahdollinen. Kiinnostuksen kohde näkyy tutkimuksen tarkoituksessa sekä tutkimusongelmista. Seuraavaksi aineisto litteroidaan tai koodataan, joka voi tapahtua juuri siten kun kukin parhaaksi näkee. Tärkeintä olisi kuitenkin

jäsennellä tutkittavat aiheet, jolloin ne toimivat tekstin kuvailun apuvälineenä. Kolmannessa vaiheessa luokitellaan tai vaikkapa teemoitellaan. Tämä kohta ei ole mahdollinen ilman kahta edellistä, eikä myöskään mielekäs ilman raportin yhteenvedoa. Itselleen tulee myös selvittää, hakeeko aineistosta samanlaisuutta vai erilaisuutta.

Tässä opinnäytetyössä kiinnostuksen kohde käy ilmi tutkimuksen tavoitteesta sekä neljästä tutkimustehtävästä. Tutkimuksen teoriaosuudessa olen pyrkinyt tuomaan aihealueeseen liittyvää teoriaa monipuolisesti ja kattavasti esille. Kyselyä tehdessäni pyrin jäsentelemään kysymyksiä aiheittain, jotta tuloksia olisi myöhemmin helpompi lukea. Webropol -ohjelma koodaa kyselyn aineiston valmiiksi käsiteltävään, taulukkomuotoon, mikä helpottaa vastausten hahmottamista koko otokseen verrattuna. Teemoittelu ja aineiston pilkkominen tapahtui tutkimustehtävien kautta. Tämän jälkeen vertailin tuloksia aiempaan teoretietoon, eivätkä tulokset näin ollen jääneet käsittelemättömiksi tai irrallisiksi.

## 10 TUTKIMUSTULOKSET JA NIIDEN TULKINTA

Seitsemästä kunnasta sähköisen vastauslomakkeen palautti neljän kunnan edustajat. Kahden kunnan edustajat ilmoittivat sähköpostitse, ettei heillä ole ollut eikä ole tällä hetkellä erityislasten ja -nuorten liikuntaryhmiä tai tarve kyseisiin ryhmiin on vähäistä. Yksi vastaaja ilmoitti olevansa pitkällä sairauslomalla, ilman sijaista. Tuloksia käsitellään näin ollen neljän vastauslomakkeen pohjalta.

### 10.1 Tulokset

Kyselyyn vastaajista suurin osa (3/4) on erityisliikunnan ohjaajia ja yksi toimii vapaa-aikaohjaajana. Kunnan järjestämien lasten ja nuorten erityisliikuntaryhmien kysymykseen ovat vastanneet vain erityisliikunnanohjaajat. Kaksi vastaajaa kertoo heidän kunnissaan toimineista (kevät/sysky 2010) ja toimivista (kevät 2011)

ryhmistä. Yhteen kuntaan on saatu erityisliikunnanohjaajan virka vasta vuonna 2010. Tämän kunnan vastaaja kertoo heidän kunnan ryhmistään syksyn 2010 ja kevään 2011 osalta. Pääasiassa samat ryhmät näyttäisivät toistuvan näillä tutkittavilla kausilla kuntakohtaisesti. Vastaajat eivät osanneet vielä kertoa syksyn 2011 tulevista ryhmistä. Erityislapsille ja -nuorille on tarjolla uintia (yhdessä kunnassa) sekä motorisia taitoja kehittävää sisäliikuntaa. Sisäliikuntaa on 45–60 min/vk ja uintia 135min/vk. Yhdessä kunnassa ”moto”-ryhmät on jaoteltu minimotoreihin sekä motoreihin.

Vastanneissa kunnissa lasten ja nuorten erityisliikuntaa ohjaavat ovat erityisliikunnan ohjaajia (2/4) tai liikunnanohjaajia (2/4). Pääosin erityisryhmille suunnatut liikuntatilat ovat käyttötarkoitukseen sopivia ja niihin pääsy on esteetöntä (3/4). Vain kahden kunnan yleisiin liikuntatiloihin (kuten uimahalli) on esteetön pääsy, yksi ei osaa sanoa. Yhden vastaajan mukaan yleisten liikuntatilojen käyttö on mahdotonta ilman avustajaa.

Erityisryhmiin ohjautuminen tapahtuu pääasiassa terapian jatkona (2/2) tai Internetissä olevan ilmoituksen kautta (2/2). Yhdestä kunnasta ryhmiin ohjaututaan koulun toimintaradan kautta. Kysymyksessä sai valita useamman vastausvaihtoehdon. Yhden kunnan edustaja ei ole tähän vastannut.

Pääasiassa vastaajat (3/4) ovat sitä mieltä, että lasten ja nuorten erityisliikuntaryhmille olisi enemmän kysyntää kuin on tarjontaa. Viime vuonna (2010) virassa aloittaneella vastaajalla ei ole tästä asiasta vielä tietoa. Kahden vastaajan mukaan heidän kunnissaan olisi mahdollista järjestää enemmän erityisliikuntaa ja kahden vastaajan mukaan mahdollisuutta ei ole henkilöstöpulan ja tilojen esteellisyyden vuoksi. Vastauksissa ei ole nähtävissä selkeää jakoa suurempien ja pienempien kuntien välillä.

Kahdessa kunnassa urheiluseurat tai järjestöt tarjoavat liikuntaryhmiä erityislapsille ja -nuorille. Seurojen tai järjestöjen tarjoamia ryhmiä on toisessa kunnassa neljä ja toisessa kolme. Yhden vastaajan mukaan seurojen tai järjestöjen ryhmät eivät erityisesti ole suunnattu soveltavaa liikuntaa tarvitseville lapsille ja nuorille. Yksi vastaaja ei osaa sanoa. Tietoa seurojen/järjestöjen ryhmistä on mahdollista löytää

kunnan Internet-sivuilta (1/4), seurojen/järjestöjen Internet-sivuilta (3/4) sekä *henkilökohtaisin kontaktein (1/4)* tai *seurojen aktiiveilta (1/4)*. Kysymyksessä oli mahdollista valita useampi vastausvaihtoehto. Erityisliikuntaa koskevan tiedon jakaminen kunnista seuroihin/järjestöihin onnistuu kahdessa kunnassa. Kaksi vastaajaa kertoo, että heidän kuntansa tukee seura- tai järjestötoimintaa erityisliikunnan järjestämisessä *avustusten kautta, liikuntatilojen maksuttomalla käytöllä tai ainoastaan kilpaurheilutoimintaa*. Yhden vastaajan kunnassa ei kyseistä toimintaa seuroilla/järjestöillä ole ja yksi vastaaja ei osaa sanoa. Vastauksissa ei selkeästi ole eroja pienten ja suurten kuntien välillä.

Kaikki vastaajat ovat työssään kohdanneet erityisliikunnan kehittämistä vaikeuttaviin seikkoihin. Erityisliikuntaa on enemmän varttuneemmalle väelle, mutta ei niinkään lapsille ja nuorille. Lasten ja nuorten erityisliikunnassa on vastaajien mukaan haastavaa eri toimijoiden välisen yhteistyön hankaluus sekä pienet ryhmäkoot. *Avustajien puute tai rahan puute avustajien palkkaamiseksi on ongelma*. Yhdessä kunnassa toimii vain yksi liikunnanohjaaja, joten työtä on paljon. Ongelmien ratkaisuksi vastaajat ehdottavat *henkilöstöressurssien ja määrärahojen lisäämistä, ohjaajien tai avustajien palkkaamista, yhteistyön lisäämistä eri toimijoiden välillä sekä kuntien toimijoiden* (lasten ja nuorten erityisliikunnan saralla) *selkeää kartoittamista*. Yhdellä kunnalla on jo meneillään oma hanke, jossa pyritään lisäämään vähän liikkuvien lasten ja nuorten liikuntaa sekä tehostamaan yhteistyötä liikuntaa järjestävien tahojen välillä. Lasten ja nuorten erityisliikunnan kehittämis ehdotuksina ja toiveina vastaajat ehdottavat *enemmän yhteistyötä mm. seurojen/järjestöjen ja koulujen kanssa, opiskelijoita erityisliikunnan pariin harjoitteluun sekä enemmän rahaa, esteettömyyttä ja koulutusmahdollisuuksia*.

## 10.2 Tulosten tulkinta

Ei riitä, että tulokset jätetään käsittelemättömiksi, vaan niitä on selitettävä ja tulkittava. Tulkinnassa tutkija pohtii analyysin tuloksia ja tekee niistä omia johtopäätöksiä. Tulkinnan avulla voidaan selkeyttää esille nousevia merkityksiä sekä pohdita tutkittavien ja tutkijan kielellisiä ilmauksia tutkimuksen kulun kannalta. (Hirs-

järvi, ym. 2000, 211.) Tässä kappaleessa tarkastelen tuloksia tutkimustehtävien ja aikaisemman tiedon pohjalta. Arvioin saanko tutkimustehtäviin vastauksia.

### 10.2.1 Lasten ja nuorten erityisliikunta kunnissa tällä hetkellä

Saamieni vastausten mukaan kunnat järjestävät kausittain 45–60 min/vk sisäliikuntaa erityislapsille ja -nuorille. Lisäksi yhdessä kunnassa on erityislusten uintikerho 135 min/vk. Karvosen (2000, 25) mukaan lasten liikunnan tulisi olla säännöllistä ja jokapäiväistä. Suositus on 15–20 h/vk. Päivittäinen fyysinen aktiivisuus on välttämätöntä lapsen kasvulle, kehitykselle ja terveydelle. Tarkkaa tietoa ei ole, mitkä harjoitukset tai harjoitusmäärät takaisivat parhaan tuloksen, sillä jokainen lapsi on yksilö. Liikunta on kuitenkin erinomainen yhdessäolon väline erityislapsille ja heidän kavereilleen, mutta myös lapselle ja hänen vanhemmilleen. (Rintala 2004a, 4, 6). Lapsilla on luontainen tarve liikkua ja suurin osa liikunnasta onkin spontaania. Ohjatun liikunnan avulla pystytään käsittelemään monimutkaisempia teemoja, kun pelkkä vapaa liikkuminen saattaa olla liian sattumanvaraista. Kasvaakseen sosiaaliseen ympäristöön, lapsi tarvitsee yksilöterapioidensa tueksi vertaisryhmää ja muita lapsia. Vertaisryhmissä tai lapsen omassa ydinryhmässä tapahtuva kuntoutus nähdäänkin ensisijaisena lapsen kokonaiskehityksen kannalta. Lapselle on luontainen tahto ja kyky vuorovaikutukseen ja juuri vuorovaikutuksen avulla lapsi oppii elämään itsensä ja muiden ihmisten kanssa. (Zimmer 2001, 26–28, 134; Palsio 2002, 149.) On todettu, että aktiivisilla lapsilla on parempi minäkäsitys, kuin liikunnallisesti passiivisilla lapsilla. Hyvä minäkuva vahvistaa lapsen itsetuntoa sekä lisää rohkeutta, energiaa ja lannistumattomuutta. Aiemmin on myös tuotu esiin Alarannan ym. (1999, 321) sekä Kämäräisen (1996, 9–10) esittämät liikunnan moninaiset positiiviset vaikutukset vammaiselle. Palsion (2002, 1477) mukaan varhaislapsuuden riittävä liikuntakyky on edellytys ympäristössä toimimiselle ja psyykkisen toimintakyvyn kehitykselle.

Kuntien järjestämä erityisliikunta lapsille ja nuorille näyttäisi olevan melko vähäistä. Monet erityislapsen ja -nuoret käyvät koulua, jossa heillä voi olla liikuntatunteja. Yksi ryhmäliikuntatunti viikossa ei ole paljon, mutta se voi lisätä yhteenkuuluvuuden tunnetta sekä auttaa aktiivisemmän elämäntavan omaksumisessa.

ICF -luokituksen mukaan ympäristötekijät voivat vaikuttaa kielteisesti tai myönteisesti henkilön osallistumiseen, suoriutumiseen, kehon toimintoihin tai rakenteisiin. Erityislapsen osallistumiseen vaikuttavat vanhempien lisäksi vahvasti palveluiden tarjoajat.

### 10.2.2 Erityisliikunnan ohjaajat ja liikuntatilat

Vastanneissa kunnissa lasten ja nuorten erityisliikuntaa ohjaavat pääasiassa erityisliikunnanohjaajat. Näistä kunnista kaksi on yli 10 000 asukkaan kuntia. Opetusministeriö tukee yli 10 000 asukkaan kuntia erityisliikunnanohjaajien palkkauksessa. Saman edun voi saada jos kaksi tai useampi kunta tekee yhteistyötä. Vuonna 2009 Suomessa toimi noin sata erityisliikunnan työntekijää sekä noin 500 muuta tunti- tai apuohjaajaa. (Piispanen & Koivumäki 2010, 73, 74.) Palsion (2002, 210) mukaan erityisliikuntaa ohjaavalla tulee olla taito soveltaa liikuntalajeja erilaisten oppilaiden mukaan. Ohjaajan ei välttämättä tarvitse olla liikunnan ammattilainen opettaakseen lapsia liikkumaan, mutta erityisliikunnassa ohjaajalla on syytä olla tietoa erilaisista toimintakykyä häiritsevistä tekijöistä, kuten sairauksista tai vammoista ja niiden vaikutuksista toimintakykyyn. Myös erityislapsille ja -nuorille tärkeät liikunnan psyykkiset ja sosiaaliset vaikutukset tulee osata sisällyttää ohjattujen liikuntatuntien tavoitteisiin.

Vastaajista suurimman osan (3/4) mielestä erityisliikuntaryhmille suunnatut liikuntatilat soveltuvat käyttötarkoitukseen. Myös kuntien yleiset liikuntatilat (kuten uimahallit tai kuntosalit) ovat esteettömiä kahden kunnan vastaajan mukaan. Kämäräinen (1996, 23) mukaan liikuntatila tulisi valita ryhmän toimintakykyyn ja suunniteltuun liikuntaan sopivaksi. On tärkeää, etteivät tilat aiheuta liikkujissa tasoeroja, kaikkeen tarpeelliseen ulottuu ja paikkoihin on esteetön pääsy. Esteettömyys on erittäin tärkeää, jotta erityisryhmillä olisi yhdenvertaiset mahdollisuudet liikunnan harrastamiselle. Rakennusvaiheessa huomioon otetut esteettömyysratkaisut eivät yleensä maksa ”esteellisiä” ratkaisuja enempää. Esteettömyysratkaisuilla voidaan auttaa muitakin kuin erityisryhmiä tilojen käytössä. (Invalidiliitto 2010.) Verhen (1997, 7) mukaan täytyy ymmärtää, että vammaiset liikkujat ovat liikuntapaikkojen käyttäjiä siinä missä muutkin. Esteettömyyden suunnittelus-

sa ei ole kyse erityistarpeista, vaan soveltuvuudesta, joka mahdollistaa vammaisten yhdenvertaisen toimimisen. Esteettömästä rakentamisesta löytyy tietoa erilaisista oppaista ja ohjekirjoista sekä internetistä (esim. [www.esteeton.fi](http://www.esteeton.fi)). Vähimmäisvaatimuksen mukaan liikuntatiloihin tulisi päästä pyörätuolilla. Helposti hahmotettava, esteetön ja viihtyisä rakennus olisi tavoitteena. Liikuntatiloihin tarvitaan eri vammaryhmille soveltuvia liikunta- ja apuvälineitä. (Verhe 1997, 18, 20.)

### 10.2.3 Ryhmiin ohjautuminen

Usein saattaa olla epäselvää, kenen tehtävä on neuvoa ja ohjata erityislapsen perhettä palvelujen ja tukitoimien äärelle. Ala-Väihälän (2010, 25) mukaan vain noin 14–15% potentiaalisesta kohderyhmästä käyttää palveluita. Alhaisiin osallistumisprosentteihin voi vaikuttaa informaation tavoittamattomuus tai kohderyhmän liikunnallisen tarpeen heräämättömyys. Jos palvelujärjestelmä toimii huonosti, voi perheille aiheutua monenlaista murhetta. Palveluohjaus on syntynyt tämän ongelman ratkaisemiseksi. Sitä voidaan ajatella yleisenä toimintatapana, jossa perhe antaa luvan viranomaiselle suunnitella ilman viivytyksiä kuntoutus ja muut tukitoimet. Keinoina tähän voi käyttää yhteistyötä, verkostoitumista ja joustavuutta. (Koivikko & Sipari 2006, 42–43.) Ryhmiin ohjaudutaan kahdessa kunnassa yleensä terapian jatkona tai Internetissä olevan ilmoituksen kautta. Yhdessä kunnassa ryhmiin ohjaudutaan koulun toimintataryhmän perusteelle. Koska ryhmiin ohjaudutaan terapian jatkona, ovat fysioterapeutit avainasemassa ohjaamassa erityislapsia ja -nuoria ryhmäliikunnan pariin. Internetissä olevan tieto oletetaan saatuttavan kohderyhmä hyvin, sillä tietokoneen ja Internetin käyttö on mahdollista myös kouluissa tai kirjastoissa. Oletuksena myös on, että suurin osa ihmisistä osaa käyttää Internetiä.

### 10.2.4 Erityisliikuntapalveluiden kysyntä

Vastaajien (3/4) mielestä lasten ja nuorten erityisliikunnalle olisi enemmän kysyntää, kun kunnassa on tarjontaa. Kahden vastaajan mukaan kunnalla kuitenkin olisi

resurssejakin järjestää enemmän ryhmiä. Kahdessa kunnassa vastaajien mukaan mahdollisuutta lisäryhmille ei ole, ennen kuin lisätään henkilöstöresursseja ja parannetaan tilojen esteettömyyttä. Liikuntalain (1998/1054, 1§, 2§) tarkoituksena on liikunnan avulla edistää tasa-arvoa ja suvaitsevaisuutta. Tämän lain nojalla kunnat ovat velvollisia liikuntaa suunniteltaessa ottamaan huomioon erityisryhmät. Myös Lahden (2004, 84) mukaan hyvinvointipalveluiden saatavuudella on merkittävä tehtävä ihmisten välisen toimeentuloerojen tasaamisessa. Tästä kartoituksesta ei selviä syytä siihen, miksi ryhmiä ei järjestetä enempää, vaikka resursseja ja kysyntää olisikin.

#### 10.2.5 Kuntien yhteistyö seurojen/järjestöjen kanssa

Vastaajat ovat hyvin tietoisia heidän kunnissaan toimivien seurojen ja järjestöjen tarjoamasta lasten ja nuorten erityisliikunnasta. Kuitenkin vain yhden kunnan Internet-sivuilta löytyy tieto näiden tahojen erityisliikunnan palveluista. Muiden vastaajien mukaan seurojen ja järjestöjen toiminnasta löytyy parhaiten tietoa tahojen *Internet-sivuilta, seurojen aktiiveilta tai henkilökohtaisin kontaktein puhelimitse*.

Braxin (2002, 11) mukaan kuntia ei voida pakottaa panostamaan rahoja erityisliikuntaan, mutta on mahdollista ohjata niitä parempaan palvelutasoihin tähtääviin toimenpiteisiin. Vammaisille tarkoitettuja tukitoimia on paljon. Tieto tukitoiminnasta ei kuitenkaan aina kulje sujuvasti tietoa tarvitsevalle. Koivikon ja Siparin (2006, 41) mukaan usein saattaakin käydä niin, että perheet kuulevat jostain mahdollisuuksista vasta jälkikäteen. Eri toimijoiden olisi hyvä tehdä yhteistyötä, koska erityislasten ja -nuorten perheet tarvitsevat paljon apua erilaisiin tukitoimiin liittyen. Tätä ajatusta tukee Vajaaliikkeisten Kunto ry:n hanke yhteisestä sähköisestä tiedotuskanavasta ammattihenkilöiden, vanhempien ja harrastustoimintaa järjestävien tahojen välille. Koivikko ja Sipari (2006, 75) korostavat lisäksi palvelujen helppoa löydettävyyttä ja saatavuutta. Koska kunnilla on vastuu palvelujen järjestämisestä, tulisi heidän ottaa selvää palvelujen tarpeellisuudesta omilla alueillaan. Erityislasten ja -nuorten liikuntapalveluiden tarve on kyselyun vastanneissa kunnissa huomattu, mutta palveluntarjonnan toivottaisiin olevan kattavampaa.

Koivumäen (2002, 420) mukaan kuntien liikuntatoimien kausikalentereissa tai erilaisissa tiedotteissa voisi olla mukana tietoa yhdistysten liikuntatoiminnasta. Myös erilliset julkaisut, joista käyvät ilmi erityisryhmien liikunta-ajat, -paikat ja -ohjaajat, ovat käytössä monessa kunnassa. Vastaajista kukaan ei tuonut esille Koivumäen mainitsemaa kausikalenterissa informoimista erityisryhmistä.

Kahden vastaajan mukaan heidän kuntansa erityisliikunnanohjaajilla olisi mahdollisuus tehdä yhteistyötä kunnan alueella toimivien seurojen/järjestöjen kanssa, jakaen tietoutta erityisliikunnasta. Kahden vastaajan mukaan heidän kunnissaan ei tällaista mahdollisuutta ole. Tähän kysymykseen olisi jatkokysymyksellä voinut vielä saada selkeytettyä sitä, tekevätkö kunnat jo yhteistyötä seurojen/järjestöjen kanssa, vai olisiko se vain teoriassa tai tulevaisuudessa mahdollista. Kolme vastaajaa toivoo enemmän yhteistyötä eri palveluntarjoajien välillä, johon Vajaaliikkeisten Kunto ry:n Kymenlaakson asiantuntijatoimikunta pyrkii vastaamaan osahankkeellaan. Palsion (2002, 419) mukaan kunnat voivat järjestää koulutusta ja tukea taloudellisesti yhdistysten järjestämää ohjaajakoulutusta.

Kanervan ja Pyykkösen (2004, 29) mukaan kuntien lisäksi tärkein erityisliikunnan järjestäjätahot ovat järjestöt. Yhteistyöt liikunta- ja urheiluseurojen kanssa sujuu edelleen hiukan heikosti. Valtio tukee erityisliikuntaa vuosittain seitsemällä miljoonalla eurolla, joista kuntien osuus on 2,5 miljoonaa ja järjestöjen osuus 3,5 miljoonaa. Kuntien järjestämä erityisliikunta liikuttaa noin 80 000 liikkujaa ja järjestöjen ryhmät noin 70 000 liikkujaa. Kuntien liikuntatoimi vastaa noin puolesta kaikista kunnassa toimivasta erityisliikunnasta, järjestöjen osuus on noin neljäsosa. (Piispanen & Koivumäki 2010, 73.) Yksi kunta tukee erityisliikuntaa avustusten kautta ja liikuntatilojen maksuttomalla käytöllä. Yhdessä kunnassa tuetaan ainoastaan erityisliikunnan kilpailutoimintaa. Kaksi vastaajaa ei osaa sanoa.

#### 10.2.6 Erityisliikunnan ongelmat ja esiin nostetut kehittämisehdotukset

Erityisliikunnan kehittämistä koskevassa kysymyksessä vastaajat nostavat esille yhteistyön hankaluuden sekä rahan ja avustajien puutteen. Kahden kunnan vastaajat kertovat kunnassa toimivan muita erityisliikunnan ryhmiä, mutta ei juuri lapsil-

le ja nuorille suunnattuja ryhmiä. Erityisryhmien liikunta 2000 -toimikunnan (1996, 67) mietinnöissä kuljetus- ja avustajapalveluiden saatavuus nousee tärkeäksi seikaksi, sillä monelle vammaiselle henkilölle nämä palvelut ovat välttämättömän ehto liikuntatoimintaan osallistumiseksi. Vastauksista ei käy ilmi, miten yhteistyö eri palveluntarjoajien välillä on hankalaa ja olisiko vastaajilla ollut ehdotuksia ongelmien ratkaisemiseksi.

Lasten ja nuorten erityisliikunnan kehittämisehdotuksissa esille nousee määrärahojen sekä yhteistyön lisääminen. Näiden avulla voitaisiin palkata enemmän ohjaajia tai avustajia sekä monipuolistaa ja lisätä palveluntarjontaa. Yhdessä kunnassa on jo ryhdytty toimeen erityisliikuntaryhmien lisäämiseksi. Vastaajien mukaan erityisliikuntaryhmien tarpeiden kartoitus voisi osaltaan auttaa erityisryhmille suunnattujen liikuntaryhmien kehittämisessä.

Vastaajien omat kehittämisehdotukset erityisliikunnan lisäämiseksi ovat lähes yksimielisesti yhteistyöhön panostamisen kannalla. Yhteistyö kuntien ja järjestöjen/seurojen välillä voisi taata lapsille ja nuorille monipuolisemmat mahdollisuudet liikuntaharrastuksiin. Seurat voisivat mahdollisuuksiensa mukaan ottaa erityisryhmäläisiä mukaan tavallisiin ryhmiinsä, kunhan kaikille taattaisiin yhtäläiset onnistumisen mahdollisuudet. Tällainen järjestely voisi poistaa eriarvoisuuden tunnetta. Brax (2002, 11–12) esittää, että kuntien avustuskriteerinä urheiluseuroille voisi olla se, että seuran olisi tuettava erityis- ja terveysliikuntaa. Yhteistyö auttaa myös ohjaajia saamaan lisää virikkeitä ja intoa omaan työhönsä. Rintalan (2004b, 3) mukaan kunnan yhteistyö seurojen/järjestöjen kanssa on tärkeää ja toimiessaan hedelmällistä. Yhdessä on mahdollista saada enemmän aikaan.

### 10.3 Menetelmän arviointi

Webropol -ohjelmalla tehtyyn kyselylomakkeeseen on helppo vastata. Pysin tekemään kyselylomakkeesta tiiviin kokonaisuuden, jotta vastaamiseen ei kuluisi liikaa aikaa. Kyselyyn vastasi yhteensä neljä, joka on kokonaismäärästä (7) 57 %. Tietysti olisin toivonut vastausprosentiksi 100, jotta olisin saanut kattavamman kuvan tutkittavasta kohteesta. Kaksi vastaajaa kuitenkin ilmoitti, ettei heillä ole

erityisliikuntaa lapsille ja nuorille ja yksi vastaaja oli pitkällä sairauslomalla. Näin ollen olen tyytyväinen vastausprosenttiin.

Sähköpostitse lähetetyssä kyselyssä on omat riskinsä. Löysin vastaajien yhteystiedot kuntien Internet -sivuilta. Kaikilla kunnilla ei kuitenkaan ollut selkeästi nimettyä erityisliikunnasta vastaavaa, joten osa kyselyistä lähti liikunnanohjaajille (2/4), vapaa-aikaohjaajalle (1/4) ja liikuntasihteerille (1/4).

## 11 POHDINTA

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli kartoittaa Kymenlaakson kuntien tarjoamat erityisliikuntamahdollisuuden sekä selvittää erityisliikunnasta vastaavien mielipiteitä esteettömyydestä, erityisliikunnan toimivuudesta sekä nostaa esille kehittämis ehdotuksia. Tarkoituksena on ohjata saadut tulokset Vajaaliikkeisten Kuntory:n Kymenlaakson asiantuntijatoimikunnan käyttöön, jolloin heillä on mahdollisuus jatkossakin suunnitella, kehittää ja seurata erityislasten ja -nuorten harrastustoimintaa.

Lähtötilanteen kartoittaminen on tärkeää, jotta tiedetään, mihin suuntaan toimintaa tulisi kehittää ja millä keinoin. Palveluiden kehittämisessä avainasemassa ovat tutkittavan ilmiön kanssa työtä tekevien ihmisten ajatukset palveluiden nykytilanteesta ja mahdollisista lisätarpeista. Tutkimustehtävistäni ensimmäiset kaksi painuivat näihin kysymyksiin.

### 11.1 Kunnat erityisliikunnan järjestäjänä

Lasten liikunnan tulee olla lapsilähtöistä, avointa, vapaaehtoista ja elämyksellistä. Aktiivinen elämäntapa on tärkeää fyysisen ja henkisen toimintakyvyn, hyvinvoinnin ja kokonaiskehityksen kannalta. Tutkimustulosteni mukaan kolmessa neljästä tutkittavasta kunnasta järjestetään jonkinlaista liikuntaa erityislapsille ja -nuorille.

Lasten ja nuorten ICF -luokituksen (ICF-CY) mukaan palveluntarjoajilla on vanhempien lisäksi tärkeä rooli, jotta erityislapsilla ja -nuorilla olisi yhdenvertaiset osallistumismahdollisuudet kuin muillakin lapsilla. Negatiivinen ympäristö vaikuttaa lapseen enemmän kuin aikuiseen. Kunnissa olevat erityisliikuntaryhmät olivat pääasiassa motorisia taitoja kehittäviä ryhmiä, mutta ryhmien sisällöstä ja monipuolisuudesta ei tällä tutkimuksella saatu kuvaa. Olisi ollut mielenkiintoista tietää lasten/nuorten ja heidän perheidensä ajatuksia ryhmistä. Mielenkiintoista olisi myös tietää, kuinka montaa lasta kunnissa olevat ryhmät keskimäärin liikuttavat sekä kysyä perheiltä palveluiden riittävyydestä.

Vain kahdessa kunnassa ollaan tietoisia oman alueen seurojen/järjestöjen erityisliikuntatarjonnasta lapsille ja nuorille. Tieto muista järjestäjätahoista on tärkeää, jotta perheitä on helpompi ohjata sopivan harrastustoiminnan pariin. Lähes kaikki vastaajat ovat sitä mieltä, että kysyntä lasten ja nuorten erityisryhmille olisi suurempi, kuin tarjonta. Kahdessa kunnassa neljästä erityisryhmien liikuntaa olisi mahdollista järjestää enemmän. Tutkimuksestani ei kuitenkaan käy selville, miksi kysyntään ei luoda tarjontaa, kun siihen saamieni vastausten mukaan olisi mahdollisuus. Vammaisuuden perusteella järjestettävien palveluiden ja tukitoimien lain (1987/380, 3§) mukaan kunnan on huolehdittava omalla alueellaan riittävät sisällöllisesti ja laajuudeltaan kattavat palvelut ja tukitoimet vammaisille.

## 11.2 Kunnan yhteistyö seurojen/järjestöjen kanssa ja yhteistyön kehittäminen

Kolmannen ja neljännen tutkimusongelmani avulla pyrin löytämään vastauksia kuntien ja seurojen/järjestöjen väliseen yhteistyöhön sekä sen kehittämiseen. Vastaajat ovat melko hyvin selvillä kunnissaan toimivista seurojen/järjestöjen tarjoamista palveluista. Lisäkysymyksenä olisi ollut mielenkiintoista tietää, onko kuntien liikunta- tai erityisliikuntavastaavilla mahdollisuus tiedottaa perheitä seurojen/järjestöjen erityisliikuntapalveluista. Vaikka seurojen/järjestöjen erityisliikuntaryhmäilmoitukset Internetissä tavoittavat teoriassa ihmiset helposti, ei se välttämättä käytännössä ole varma keino. Palveluntarjontaviidakossa tulisi tällaisen peruspalvelun, kuin liikunta, olla helposti löydettävissä ja saatavilla.

Seurojen/järjestöjen toiminnasta löytää pääasiassa tietoa tahojen Internet -sivuilta. Näiden Internet -sivujen löytämiseksi täytyisi ensin tietää, mitä seuraa/järjestöä etsii. Toisaalta kuntien kotisivuilla voi olla linkkejä alueen palveluntarjoajien kotisivuille, mutta se ei tästä tutkimuksesta käy selville. Kaksi kuntaa neljästä tukee seura-/järjestötoimintaa erityisliikunnan järjestämisessä ja näistä toinen vain kilpaurheilutoimintaa. Jäljelle jää siis ainoastaan yksi kunta, joka tukee seuroja/järjestöjä avustusten ja maksuttomien liikuntatilojen kautta.

Kukaan vastaajista ei tuonut avoimessa vastausvaihtoehdossa esille kuntakohtaisissa lehdissä tai vaikkapa koulujen ilmoitustauluilla ilmoittamisen. Omasta kokemuksesta kuitenkin tiedän, että Kymenlaakson alueella erityisryhmien liikuntamahdollisuuksista informoidaan näinkin.

Kahdessa kunnassa erityisliikunnan ohjaajilla olisi mahdollisuus jakaa tietoa erityisryhmiä koskien seuroille/järjestöille. Tiedon jakaminen on tarpeellista, koska erityisryhmien liikunnan ohjaamisessa on huomioitava monia, aiemminkin esille tulleita seikkoja. Liikunnanohjaajat tai muut ohjaajat voivat kokemusten kautta oppia huomioimaan tiettyjä seikkoja erityislasten ja -nuorten liikunnassa, mutta erityisliikunnan ohjaajilla tai fysioterapeuteilla on koulutustensa kautta ajankoh- taista ja luotettavaa tietoa erityisliikuntaa koskien.

### 11.3 Kehittämissuhteita

Tutkimustuloksista esiin nousee kaksi suurinta tekijää lasten ja nuorten erityisliikunnan kehittämisessä: yhteistyö ja raha. Rahallisen tuen avulla on mahdollista palkata lisää ohjaajia ja avustajia sekä lisätä esteettömyyttä. Raha myös mahdollistaa lisäpalveluiden ostamisen yksityisiltä palveluntarjoajilta jos kunta ei muuten pysty näitä palveluita tarjoamaan. Vammaisten heikot liikuntaharrastusmahdollisuudet huomioon ottaen, olisi kunnan yleisistä liikuntatiloistakin tehtävä erityisryhmille sopivampia (Laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista 1987/380, 7§). Hyvinvointipalveluiden käyttömahdollisuudet edistävät vammaisten integroitumista yhteisöön ja hyvinvointiyhteiskunnan prioriteet-

tinä tulisikin olla erityisryhmäläisten etuoikeutettu asema palvelunsaajina, koska he hyötyvät liikunnasta enemmän kuin muut (Ala-Vähälä 2010, 25).

Lapset ja nuoret saattavat jäädä kunnallisen erityisliikunnan saralla muiden ryhmien jalkoihin, joten seurojen/järjestöjen toiminta nousee tärkeäksi. Erityisliikunnan yleisissä kehittämissuunnitelmissa painotetaan seurojen/järjestöjen vastuuta sekä heidän aktiivista ja rohkeaa otetta vähemmän vammaisten lasten mukaan ottamiseksi. Braxin (2002, 11) mukaan seurojen/järjestöjen avustuskriteereinä voisi olla se, että he tukisivat erityis- tai terveystoimintaa. Erityislasten ja -nuorten ottaminen mukaan normaaliin seuratoimintaan, voisi luoda uusia oppimiskokemuksia niin terveille kuin vammaisillekin. Vammaisillakin lapsilla on oikeus elää normaalia elämää yhteiskunnan yhdenvertaisina jäseninä.

Rintalan (2004b, 3) mukaan eri toimijoiden välisellä yhteistyöllä voidaan herättää erityisliikuntaa tarvitsevien ihmisten liikunnan tarvetta. Kuntien ja seurojen/järjestöjen olisi syytä informoida fysioterapeutteja erityisliikuntaryhmistä, sillä ryhmiin ohjaututaan usein terapian jatkona. Paikallisilla lasten ja nuorten fysioterapeuteilla voi myös olla mahdollisuus järjestää ohjaajakoulutusta erityisliikuntaryhmien ohjaajille tai muuten tarjota apua erityisliikunnan ongelmatilanteissa. Braxin (2002, 12) mukaan paikallisten toimijoiden suurimpia haasteita ovatkin raha- ja tilakysymysten lisäksi juuri ohjaajien koulutus ja toiminnan laatu-kriteerit.

Erityislasten ja -nuorten liikuntaryhmien monipuolisuuden ja määrään tulisi panostaa sekä huolehtia siitä, että kohderyhmä löytää heille suunnatut palvelut.

#### 11.4 Oman oppimisen pohdinta

Opinnäytetyötä tehdessäni olen oppinut pitkäjänteisyyttä ja lähteiden etsintää. Oppimista ja työn etenemistä on edesauttanut ryhmätapaamiset, joita opinnäytetyötä ohjaava opettaja on järjestänyt ohjattavilleen. Ohjaavalta opettajalta sekä muilta opiskelijoilta olen saanut arvokasta palautetta, sillä yksin työskennellessä omalle tekstilleen tulee helposti ”sokeaksi”. Olen myös oppinut tutkimuksen te-

kemistä ja Webropol -ohjelman käyttöä. Teoriatietoa etsiessäni ja lukiessani olen saanut paljon uutta tietoa, joka varmasti on hyödyllistä myöhemmin työssä tai omien lasten kasvatuksessa.

### 11.5 Opinnäytetyön luotettavuus

Olen pyrkinyt esittämään tutkimustulokset realistisesti ja puolueettomasti. Käyttämiäni menetelmien tarkalla kuvaamisella olen pyrkinyt siihen, että lukijan on mahdollista seurata ja arvioida itse prosessin etenemistä.

Laadullisen tutkimuksen tavoitteena ei ole yleistää, vaan kuvata mahdollisimman tarkasti tutkittavaa ilmiötä. Tutkittavana kohteena olivat seitsemän Kymenlaakson kuntaa. Kysymyslomakkeeseen vastasi neljän kunnan erityisliikunnasta vastaavat. Lisäksi sain kahden kunnan vastaavilta sähköpostitse tiedon siitä, että heillä lasten ja nuorten erityisryhmien kysyntä on vähäistä, eikä ryhmiä tästä syystä ole. Mielekästä olisi tietysti ollut selvittää, mihin oletus ryhmien vähäisestä kysynnästä perustuu. Toisaalta vastaajat olisivat voineet vastata kyselylomakkeen muihin kohtiin, esimerkiksi yleisestä tilojen esteettömyydestä tai seurojen/järjestöjen toiminnasta. Tuloksia on kuitenkin mielekästä tarkastella neljän palautetun kyselylomakkeen tiimoilta. Vastanneet kunnat olivat erikokoisia, mutta samoja ajatuksia ja kehittämistarpeita tuntui jokaisesta löytyvän.

Kyselyyn vastanneet olivat aktiivisesti vastaanneet myös avoimiin kysymyksiin. Tämä osoittaa mielestäni mielenkiintoa ja tietoutta tutkittavasta aiheesta. Avoimien kysymysten vastauksista aistin aiheen ajankohtaisuuden ja tärkeyden. Toivon, että kyselyyn vastaaminen on innoittanut erityisliikunnasta vastaavia tarkastelemaan vielä paremmin lasten ja nuorten erityisliikunnan tilaa omissa kunnissaan sekä pohtimaan eri tahojen yhteistyön mahdollisuuksia.

Lähteitä etsiessäni tulin silmälleeksi joitain hiukan vanhempia teoksia erityisliikunnasta. Niistä on helppo huomata suuret muutokset, joita erityisliikunnassa on tapahtunut vain muutamien kymmenien vuosien aikana. Positiivisia muutoksia on tapahtunut paljon myös asenteissa vammaisia ihmisiä kohtaan. Aiheen taustatut-

kimusta tehdessäni törmäsin moneen tahoon, jotka aktiivisesti ajavat vammaisten asioita ja oikeuksia. Erilaisilla tutkimuksilla ja kannanotoilla on voitu vaikuttaa valtakunnan päättäjien asenteisiin ja ajatusmaailmaan. Paljon voidaan tietysti vielä tehdä, mutta suunta näyttäisi ainakin olevan oikea. Lasten ja nuorten erityisliikunnassa on tärkeä muistaa, että ympäristön tuki on erittäin tärkeää täysivaltaisen osallistumisen ja yhdenvertaisuuden toteutumiseksi.

## 11.6 Jatkotutkimusaiheita

Tutkimuksesta ei selviä, mikä lasten ja nuorten erityisliikunnan todellinen tarve olisi. Käytettävissä olevat rahat määrittelevät pitkälti erityisryhmien määrän. Kuntien tulisi selvittää erityisryhmien palveluiden tarve omilla alueillaan. Mielekäs jatkotutkimusaihe voisi olla selvittää, miten palveluiden tarve käytännössä selvitetään ja vastaavatko tulokset todellisuutta. Jatkotutkimuksena olisi myös syytä selvittää seurojen/järjestäjien motiivit lasten ja nuorten erityisliikuntaryhmien järjestämiseen sekä heidän mielteitään asiasta. Mielenkiintoista voisi olla vertailla terveille lapsille järjestettävän liikunnan määrää suhteessa erityisryhmille järjestettävään liikuntaan, jotta saadaan konkreettista tietoa yhdenvertaisuuden toteutumisesta.

Tutkimustuloksista ilmeni, että kunnissa on jonkin verran lasten ja nuorten erityisliikuntaa. Jatkotutkimuksena olisi mielenkiintoista kysyä erityislapsilta ja -nuorilta sekä heidän perheiltään mielipidettä liikuntatarjonnan riittävydestä sekä tarkentaa ryhmien sisältöjä ja tavoitteita.

## LÄHTEET

Alaranta, H., Kannisto, M. & Rissanen, P. 1999. Vammaisuus ja liikunta. Teoksessa Vuori, I. & Taimela, S. (toim.) Liikuntalääketiede. Helsinki: Duodecim. 320–330.

Ala-Väihälä, T. 2010. Erityisliikuntaa tarjolla entistä useammalle. Liikunta & Tiede 2-3/2010, 25–29.

Autio, T. & Kaski, S. 2005. Ohjaamisen taito. Helsinki: Edita Prima Oy.

Brax, T. 2002. Terveysliikunnan ja erityisliikunnan kehittäminen: Yhteiset tavoitteet, erilaiset keinot. Liikunta & Tiede 6/2002, 11–12.

Brax, T. 2002. Terveysliikunnan ja erityisliikunnan kehittäminen: Yhteiset tavoitteet, erilaiset keinot. Liikunta & Tiede 6/2002, 11–12.

Erityisryhmien liikunta 2000 – toimikunta. 1996. Erityisryhmien liikunkunta 2000 – toimikunnan mietintö. Helsinki: Opetusministeriö.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2000. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.  
Iitin kunta 2010. Kunnanjohtajan tervehdys [viitattu 14.4.2011]. Saatavissa: <http://www.iitti.fi/etusivu/kunnanjohtajan-tervehdys.html?setLang=fi-FI>

Invalidiliitto 2010. Esteettömyys [viitattu 17.5.2011]. Saatavissa: <http://www.esteeton.fi/portal/fi/tieto-osio/esteettomyys/>

Kanerva, J. & Pyykkönen, T. 2004. Suomi pärjää hyvin erityisliikunnassa. Liikunta & Tiede 4/2004, 29.

Kansanterveyslaki 1972/66.

Karvinen, J. & Lehto, J. 1995. Lasten urheilun perusteet. 2. painos. Nuori Suomi: SLU-paino.

Karvonen, P. 2000. Hyppää pois! Lapsen motoriikan arviointi ja kehittäminen. Helsinki: Tammi.

Keltinkangas-Järvinen, L. 1998. Hyvä itsetunto. Juva: WSOY.

Koivikko, M. & Sipari, S. 2006. Lapsen ja nuoren hyvä kuntoutus. Valkeakoski: Koskiprint.

Koivumäki, K. 2002. Toiminnan järjestäjät. Teoksessa Mälkiä, E. & Rintala, P. (toim.) Uusi erityisliikunta, Liikunnan sovellukset erityisryhmille. Helsinki: Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu nro 154. 417–426.

Kuntalaki 1995/365.

Kämäräinen, K. (toim.) 1996. Vammaisliikunnan perusteet. Orivesi: Suomen Invalidien urheiluliitto.

Lahti, T. (toim.) 2004. Sosiaali- ja terveydenhuollon perusteet. 5.-6. painos. Porvoo: WSOY.

Laihonen, P. 1999. Liikuntaleikkikoulu – monipuolinen harrastus alle kouluikäiselle lapselle. Teoksessa Miettinen, P. (toim.) Liikkuva lapsi ja nuori. Lahti: VK-kustannus. 107–111.

Laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista 1987/380.

Liikuntalaki 1998/1054.

Miettinen, P. 1999. Psykomotoriikka – tukee lapsen kokonaiskehitystä. Teoksessa Miettinen, P. (toim.) Liikkuva lapsi ja nuori. Lahti: VK-kustannus. 63–74.

Nykänen, H. 1996. Lapsikeskeinen urheilu ja liikunta. Helsinki: Nuori Suomi.

Palsio, M. 2002. Vaikeavammaiset lapset. Teoksessa Mälkiä, E. & Rintala, P. (toim.) Uusi erityisliikunta, Liikunnan sovellukset erityisryhmille. Helsinki: Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu nro 154. 146–157.

Piispanen, T. 2010. Erityisliikunnan kehittäminen kunnissa. Helsinki: Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu nro 164.

Piispanen, T. & Koivumäki, K. 2010. Erityisliikunnanohjaaja-järjestelmän synty – laadukasta liikuntaa jo yli 25 vuoden ajan. *Liikunta & Tiede* 5/2010, 72–75.

Puonti, P. 1999. Kasvatus liikunnan avulla. Teoksessa Miettinen, P. (toim.) Liikkuva lapsi ja nuori. Lahti: VK-kustannus. 113–122.

Ranto, S. 1999. Lapsi ja leikit. Teoksessa Miettinen, P. (toim.) Liikkuva lapsi ja nuori. Lahti: VK-kustannus. 77–81.

Rintala, P. 2004a. Liikunnan merkitys erityislapselle. *Dysfasia* 3/2004, 4-6.

Rintala, P. 2004b. Liikunnan maailmaan mahtuvat kaikki mukaan. *Dysfasia* 3/2004, 3.

Sarajärvi, A. & Tuomi, J. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Sosiaali- ja terveysministeriön (STM) julkaisuja 2006:9. Valtioneuvoston selonteko vammaispolitiikasta 2006 [viitattu 29.3.2011]. Saatavissa: [http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=28707&name=DLFE-3655.pdf&title=Valtioneuvoston\\_selonteko\\_vammaispolitiikasta\\_2006\\_fi.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=DLFE-3655.pdf&title=Valtioneuvoston_selonteko_vammaispolitiikasta_2006_fi.pdf)

Sosiaali- ja terveysministeriö (STM) 2009. Vammaispalvelulain muutokset 1.9.2009 lähtien [viitattu 18.4.2011]. Saatavissa: <http://www.stm.fi/tiedotteet/kuntainfot/kuntainfo/view/1418362>

Sosiaali- ja terveysministeriö (STM) 2010. Suomen vammaispoliittinen ohjelma (word-tiedosto) [viitattu 29.3.2011]. Saatavissa: [http://www.vane.to/index.php?option=com\\_content&view=article&id=22&Itemid=6](http://www.vane.to/index.php?option=com_content&view=article&id=22&Itemid=6)

Sosiaali- ja terveysministeriö (STM) 2011. Kaikilla oikeus terveelliseen ja turvalliseen elämään [viitattu 29.3.2011]. Saatavissa: <http://extra2.koivuniemi.com/stm/paras/>

Stakes 2005. ICF Toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden kansainvälinen luokitus (International Classification of Functioning, Disability and Health: ICF. WHO). Jyväskylä: Gummeruksen Kirjapaino Oy.

Suomen perustuslaki 1999/731

Szegda, D. & Hokkanen, E. 2009. Apua arkeen ja aistihäiriöihin. Ohjeita ja kokemuksia erityistä tukea tarvitsevan lapsen kasvattamisesta. Helsinki: Kehitysvammaliitto Oy.

Vajaaliikkeisten Kunto ry (VLK) 2011. Vajaaliikkeisten Kunto [viitattu 5.4.2011]. Saatavissa: <http://www.vlkunto.fi/index.htm>

Valtakunnallinen vammaisneuvosto (VANE) 2011. Vammaisneuvoston tarkoitus [5.4.2011]. Saatavissa: <http://www.vane.to/>

Valtioneuvosto 2009. Hallituksen politiikkariihen kannanotto [viitattu 29.3.2011]. Saatavissa: [http://www.vn.fi/tiedostot/julkinen/pdf/2009/Politiikkariihi\\_0209/fi.pdf](http://www.vn.fi/tiedostot/julkinen/pdf/2009/Politiikkariihi_0209/fi.pdf)

Valtioneuvosto 2007. Hallituksen politiikkaohjelma. Lapset, nuoret ja perheet [viitattu 29.3.2011]. Saatavissa: [http://valtioneuvosto.fi/toiminta/politiikkaohjelmat/lapset/ohjelman-sisaeltoe/HPO\\_Lapset\\_HSA2007.pdf](http://valtioneuvosto.fi/toiminta/politiikkaohjelmat/lapset/ohjelman-sisaeltoe/HPO_Lapset_HSA2007.pdf)

Verhe, I. 1997. Esteettömät liikuntatilat. Helsinki: Rakentajain kustannus.

Webropol 2010. Markkinoiden vaivattomimmat kyselyt Webropol 2.0 kyselylo-  
make-sovelluksessa [viitattu 25.5.2011]. Saatavissa:  
<http://w3.webropol.com/finland/tuotteet/kyselyt>

WHO. 2007. ICF-CY, International Classification of Functioning, Disability and  
Health, Children & Youth Version.

Zimmer, R. 2001. Liikuntakasvatuksen käsikirja. Didaktis-metodisia perusteita ja  
käytännön ideoita. Helsinki: Lasten keskus.

## LIITE 1

Hei!

Olen fysioterapiaopiskelija Lahden ammattikorkeakoulusta Sosiaali- ja terveydenalan laitokselta. Teen opinnäytetyönäni kartoitusta Kymenlaakson kuntien tarjoamista liikuntaryhmistä erityislapsille ja – nuorille. Kartoituksessa on mukana kaikki seitsemän Kymenlaakson kuntaa: Kotka, Hamina, Kouvola, Miehikkälä, Pyhtää, Virolahti ja Iitti. Kysely lähetetään kuntien Internet-sivuilta löytyville erityisryhmien liikunnanohjaajille tai liikuntatoimen vastaaville.

Liitteenä löydät saatekirjeen ja oheisesta linkistä pääset vastaamaan kyselyyn.

Kiitos ja mukavaa kevään jatkoa!

Toivottaa Jenna Paajanen

## LIITE 2

Jenna Paajanen  
[jenna.matoniemi@lpt.fi](mailto:jenna.matoniemi@lpt.fi) / 0445408367

14. huhtikuuta 2011

Opinnäytetyöni on osa Vajaaliikkeisten Kunto ry:n (VLK) tutkimus- ja kehittämistoimintaa Kymenlaaksossa. Vajaaliikkeisten Kunto ry:n Kymenlaakson asiantuntijatoimikunta on yhdessä Kymenlaakson sairaanhoitopiirin kanssa käynnistänyt hankkeen erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten harrastustoiminnan yhteistyömallista vuonna 2009. Hankkeen tavoitteena on yhteisen sähköisen tiedotuskanavan saaminen ammattihenkilöiden, vanhempien ja harrastustoimintaa järjestävien tahojen välille.

Tämän kyselyn tarkoituksena on kartoittaa kunnan järjestämiä erityisliikuntaryhmiä, ohjaajien koulutustaustaa, tilojen esteettömyyttä, ryhmiin ohjautumista ja ryhmistä tiedottamista sekä mahdollisia parannusehdotuksia. Tuloksien avulla saadaan arvokasta tietoa erityislasten ja -nuorten liikuntaharrastusmahdollisuuksista kunnissa sekä mahdollisista kehittämistarpeista.

Toni Piispanen (Erityisliikunnan kehittäminen kunnissa 2003, 9) on määritellyt erityisliikunta-käsitteen seuraavasti:

*”Erityisliikunnalla (soveltavalla liikunnalla) tarkoitetaan sellaisten henkilöiden liikuntaa, joilla on vamman, sairauden tai muun toimintakyvyn heikentymisen tai sosiaalisen tilanteen vuoksi vaikea osallistua yleisesti tarjolla olevaan liikuntaan ja joiden liikunta vaatii soveltamista ja erityisosaamista.”*

Lapsille ja nuorilla tarkoitetaan tässä kyselyssä 0-18-vuotiaita. Kuitenkin kaikki ryhmät, joissa on mukana alle 25-vuotiaita, voidaan ottaa huomioon kyselyyn vastattaessa.

Toivonkin nyt, että käytätte hetken kyselyyn vastaamiseen. Vastaaminen on helppoa ja vie n. 10 minuuttia. Kyselyyn pääsette sähköpostissa näkyvän linkin avulla. Vastaukset palautuvat Webropol – ohjelmaan painamalla ”Lähetä” – painiketta. Palautattehan vastauksenne 27.4.2011 mennessä.

Kiitos yhteistyöstä!

Jenna Paajanen

(Opinnäytetyötä ohjaava opettaja, Katri Kämäräinen)

## LIITE 3

### Erityisliikuntaryhmät lapsille ja nuorille

#### 1. Mikä kunta on kyseessä?

- Kotka
- Hamina
- Kouvola
- Miehikkälä
- Pyhtää
- Virolahti
- Iitti

#### 2. Vastaajan työtehtävä kunnassa

#### 3. Kunnan järjestämät erityisliikuntaryhmät lapsille ja nuorille 2010 ja 2011

Avoimeen kohtaan: ryhmä(t)/millaista liikuntaa, kesto/vk (esim. sisäliikuntaa, 30min/vk). Erotathan ryhmät toisistaan pisteellä.

- Kevät2010
- Syksy2010
- Kevät2011
- Syksy 2011 (jos jo tiedossa)

#### 4. Erityisliikuntaryhmien ohjaajat ovat pääosin

- Erityisliikunnan ohjaajia
- Liikunnan ohjaajia
- Fysioterapeutteja
- Muita, mitä?

#### 5. Soveltuvatko käytössä olevat liikuntatilat erityisryhmien tarpeisiin?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

- Millaisia muutoksia tarvittaisiin

**6. Onko erityisryhmien liikuntatiloihin pääsy esteetöntä?**

- Kyllä
- Ei
- Millaisia muutoksia tarvittaisiin
- En osaa sanoa

**7. Ovatko kunnan yleiset liikuntatilat (mm. kuntosalit, uimahallit) esteettömiä?**

- Kyllä
- Ei, miksi ei?
- En osaa sanoa

**8. Miten osallistujat ohjautuvat lasten ja nuorten erityisliikuntaryhmiin?**

Voit valita useamman vastausvaihtoehdon

- Lähetet
- Terapian jatko
- Lehti-ilmoitus
- Internet-ilmoitus
- Muuten, miten?

**9. Olisiko lasten ja nuorten erityisliikuntaryhmille enemmän kysyntää, kuin kunnassa on tarjontaa?**

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

**10. Olisiko kunnalla mahdollisuus järjestää enemmän erityisliikuntaryhmiä?**

- Kyllä
- Ei, miksi ei?

**11. Järjestääkö esim. jokin urheiluseura tai järjestö erityisliikuntaa lapsille ja nuorille kunnan alueella?**

Luettelo erityisliikuntaa järjestävistä seuroista / järjestöistä:

**12. Mistä voi löytää tietoa seurojen ja järjestöjen tarjoamasta erityisliikunnasta?**

Voit valita useamman vastausvaihtoehdon

- Kunnan Internet-sivuilta
- Seurojen / järjestöjen Internet-sivuilta
- Kunnan toimistosta
- Muualta, mistä?

**13. Onko teillä / erityisliikuntaryhmien ohjaajilla mahdollisuutta jakaa erityisliikuntatietoutta kunnassa toimiville järjestöille tai seuroille?**

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

**14. Tukeeko kunta seuroja/järjestöjä erityisliikunnan järjestämisessä?**

- Kyllä, miten?
- Ei, miksi ei?

**15. Millaisiin erityisliikunnan kehittämistä vaikeuttaviin tekijöihin olette törmänneet omassa työssänne?**

**16. Miten ongelmat mielestänne voitaisiin ratkaista?**

**17. Millaisia toivomuksia / ehdotuksia teillä olisi erityisliikunnan kehittämiseksi? Erityisesti lasten ja nuorten kohdalla.**