

Opinnäytetyö (AMK)

Sairaanhoitajakoulutus

2017

Riina Hörkkö, Mona Jokela, Riikka Liimatainen, Annette Prange-Niemi &
Petra Toivonen

TOIMINTAPÄIVÄ LIIKUNTAVAMMAISILLE JA PITKÄAIKAISSAIRAILLE LAPSILLE JA NUORILLE


TURKU AMK
TURKU UNIVERSITY OF
APPLIED SCIENCES

Riina Hörkkö, Mona Jokela, Riikka Liimatainen, Annette Prange-Niemi & Petra Toivonen

TOIMINTAPÄIVÄ LIIKUNTAVAMMAISILLE JA PITKÄAIKAISSAIRAILLE LAPSILLE JA NUORILLE

Opinnäytetyön tehtävänä oli järjestää toimintapäivä erityistarpeita vaativille lapsille ja nuorille sekä heidän vanhemmilleen. Lasten ja nuorten toimintakyky voi olla rajoittunut esimerkiksi liikuntavamman tai pitkäaikaissairauden vuoksi. Toimintapäivän tavoitteena on lisätä kaikkien lasten ja nuorten mahdollisuuksia löytää uusi liikuntaharrastus toimintakyvyn rajoitteista huolimatta.

Projekti toteutettiin Turun Ammattikorkeakoulun opiskelijoiden moniammatillisena yhteistyönä. Toimeksianto projektiin tuli Invalidiliiton Harvinaiset –yksiköltä. Yhteistyökumppaneina projektissa toimi Tyks Lasten ja nuorten klinikka, Suomen Paralympiakomitea ja Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry.

Toimintapäivä järjestettiin Turussa Turun Ammattikorkeakoulun tiloissa 22.4.2017. Ohjelmassa oli paikallisten urheiluseurojen pitämiä liikuntalajikokeiluja, seurojen toiminnan esittelyä, apuväline-esittelyjä, ravitsemustietoa vanhemmille sekä muuta toiminnallista ohjelmaa lapsille.

Päivän onnistumisen arviointia varten opinnäytetyöryhmä laati kävijöille palautelomakkeen. Palautelomakkeen perusteella tavoitteen mukaista uutta liikuntaharrastusta ei päivän aikana löytynyt, mutta eri lajien kokeilu oli kuitenkin ollut mieluisinta päivässä. Vastaavanlaisia tapahtumia toivottiin järjestettävän lisää. Opinnäytetyöryhmän ja toimeksiantajan määrittämä yhteinen tavoite kävijämäärän (100 henkilöä) osalta toteutui.

Palautteista kävi myös ilmi, että esteettömyyttä ei ollut tapahtuman järjestämisessä huomioitu riittävästi. Lisäksi liikuntalajikokeiluja olisi voinut olla enemmän ja sähköpyörätuoleilla liikkuvat huomioitu paremmin liikuntalajikokeilujen valinnassa. Kehitysehdotuksena jatkossa tulisi näihin asioihin kiinnittää huomiota vastaavanlaista tapahtumaa järjestettäessä.

ASIASANAT:

erityisliikunta, lapset, liikuntavammaiset, pitkäaikaissairaat, toimintapäivä

Riina Hörkkö, Mona Jokela, Riikka Liimatainen, Annette Prange-Niemi & Petra Toivonen

ACTION DAY FOR CHILDREN AND ADOLESCENTS WITH PHYSICAL DISABILITIES AND LONG-TERM ILLNESSES

The purpose of the thesis was to arrange an Action day for children and adolescents with special needs, and for their parents. The functional ability of these children and adolescents can be restricted, for example, because of physical disabilities and long-term illnesses. The aim of the Action day is to provide the children and adolescents a possibility to find a sporting hobby regardless of their functional abilities.

The project was carried out in multi-professional co-operation with students of Turku University of Applied Sciences. The commission for the project came from Finnish Association of People with Physical Disabilities, Rare Disabilities Unit (Invalidiliitto Harvinaiset -yksikkö). The co-operation partners in the project were Tyks Turku University Hospital Department of Paediatrics and Adolescent Medicine, The Finnish Paralympic Committee and Finnish Sports Association for Persons with Disabilities (VAU).

The Action day was organized in Turku University of Applied Sciences, Ruiskatu campus on 22nd of April. The programme consisted of trying out different sports arranged by local sport clubs, presentations of the clubs' activities and different assistive devices, nutritional information for the parents and other functional activities for the children.

To evaluate the success of the Action day, the thesis work group compiled a feedback form to the visitors of the Action day. The results of the feedback form indicated that no new sporting hobbies, as set as the aim of the day, were actually not found, but trying out different sports had been nevertheless ranked as most pleasing function of the Action day. It was hoped that similar events would be organized again. The thesis work group and the commissioner defined a shared goal of 100 visitors for the Action day, and the goal was fulfilled.

The feedback also indicated that accessibility was not thoroughly taken into account in the arrangement of the Action day. Additionally, there could be a wider range of sports and the chosen sports should be suitable also for people with electrical wheelchairs. In future when arranging similar events, it would be advisable to take the above-mentioned into further consideration.

KEYWORDS:

Adaptive sports, children, physically disabled, chronically ill, action day

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	6
2 PITKÄAIKAISSAIRAUS JA LIIKUNTAVAMMA LAPSILLA	7
3 LASTEN LIIKUNTA	9
3.1 Liikunnan hyödyt lasten kehitykselle	9
3.2 Liikunnan tuen tärkeys liikuntavammaisille lapsille	10
4 LIIKUNNAN TOTEUTUS LIIKUNTAVAMMAISILLE LAPSILLE	13
4.1 Liikunnan esteettömyys	13
4.2 Liikuntavammaisille lapsille soveltuvia liikuntalajeja	14
4.3 Yhteisen liikunnan toteuttaminen kaikille lapsille	16
5 PROJEKTIN TEHTÄVÄ JA TAVOITE	19
6 PROJEKTIN EMPIIRINEN TOTEUTTAMINEN	20
6.1 Projektin suunnittelu	21
6.2 Projektin toteutus	25
6.2.1 Projektin eteneminen	25
6.2.2 Toimintapäivä Turussa	26
6.3 Projektin arviointi	32
6.4 Palautelomakkeiden tulosten tarkastelu	34
7 PROJEKTIN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS	40
8 POHDINTA	43
LÄHTEET	47

LIITTEET

- Liite 1. Toimeksiantosopimus.
- Liite 2. Palautelomake.
- Liite 3. Aikataulutaulukko.
- Liite 4. Virallinen mainos.
- Liite 5. Flaijeri.
- Liite 6. Tapahtuman ohjelma.
- Liite 7. Terveystodistus.

Liite 8. Turun Sanomien lehtijuttu.

KUVAT

Kuva 1. Opinnäytetyöryhmän jäsenet ennen tapahtuman alkua.	27
Kuva 2. Maliken edustajat esittelemässä apuvälineitä.	27
Kuva 3. Kennelliiton kaverikoirat.	28
Kuva 4. Soveltavan tanssin pyörteissä.	29
Kuva 5. Aistihuone.	30
Kuva 6. Pehmolelu terveystarkastuksessa.	31
Kuva 7. Ihmisen anatomiaan tutustumista.	31

KUVIOT

Kuvio 1. Toimintapäivän osallistujien ikäjakauma (n=19).	35
--	----

TAULUKOT

Taulukko 1. Projektin riskianalyysi.	23
Taulukko 2. Palautelomakkeen Likert-asteikolliset vastaukset.	35

1 JOHDANTO

Fyysisen aktiivisuuden perussuosituksen mukaan 7-18-vuotiaiden lasten ja nuorten tulee liikkua monipuolisesti vähintään 1-2 tuntia päivässä (Heinonen ym. 2008, 18). Laineen (2014) tekemän tutkimuksen tulokset osoittivat, että liikuntavammaisista ja pitkäaikais-sairaista lapsista (n=181) 38 prosentilla liikuntasuositukset täyttyivät. Pojat olivat tyttöjä aktiivisempia liikkumaan. Pitkäaikaissairaiden ja vammaisten lasten liikunnan määrä ei ole kuitenkaan merkittävästi vähäisempi kuin valtaväestön lasten. (Laine 2014, 45, 71.)

Pitkäaikaissairaus on sairaus, joka on kestänyt vähintään kuusi kuukautta toteamisesta tai jonka arvioidaan jatkuvan vähintään kuuden kuukauden ajan (Tilastokeskus 2017). EU:n määritelmän mukaan harvinaissairauksiksi luokitellaan sairaudet, joiden esiintyvyys on korkeintaan viidellä 10 000:sta (Invalidiliitto 2017). Tässä työssä käsitteellä ”lapsi” tarkoitetaan kaikkia alle 18-vuotiaita lapsia ja nuoria. Käsitteellä ”liikuntavamma” tarkoitetaan vammaa, joka on seurausta pitkäaikaissairaudesta tai kehitysvammasta.

Tehtävänä oli järjestää toimintapäivä erityistarpeita vaativille lapsille ja nuorille sekä heidän vanhemmilleen. Lasten ja nuorten toimintakyky voi olla rajoittunut esimerkiksi liikuntavamman tai pitkäaikaissairauden vuoksi. Toimintapäivän tavoitteena on lisätä kaikkien lasten ja nuorten mahdollisuuksia löytää uusi liikuntaharrastus toimintakyvyn rajoitteista huolimatta.

Toimeksianto projektiin tuli Invalidiliiton Harvinaiset –yksiköltä. Toimeksiantajan näkökulmasta on tärkeää saada pitkäaikaissairaiden, liikuntarajoitteisten ja harvinaissairaiden lasten perheille vertaistoimintaa alueellisesti, tukea sairaan lapsen osallisuutta ja edistää lasten ja perheiden yhdenvertaisuutta.

2 PITKÄAIKAISSAIRAUS JA LIIKUNTAVAMMA LAPSILLA

Kirjallisuuskatsauksen tiedonhaku varten käytettiin erilaisia tietokantoja, kuten Medic, Cinahl Complete sekä JBI. Tietoa haettiin lisäksi Googlen manuaalisen haun avulla. Hakusanoina käytettiin muun muassa opinnäytetyön kannalta keskeisiä sanoja kuten erityisliikunta, lapset, liikuntavammaiset, pitkäaikaissairaat, harvinaissairaudet, adaptivesports, children, physically disabled sekä useamman sanan yhdistelmiä. Tietolähteinä käytettiin pro gradu –tutkielmia, julkaisuja, kirjallisuutta sekä luotettavia internet –sivustoja. Luotettavilla internet -sivustoilla tarkoitetaan valtakunnallisia ja virallisia internet –sivustoja. Lähteinä pyrittiin käyttämään vain viimeisen kymmenen vuoden sisällä julkaistuja lähteitä.

Pitkäaikaissairaudella tarkoitetaan sairautta, joka on kestänyt vähintään kuusi kuukautta toteamisesta tai jonka arvioidaan jatkuvan vähintään kuuden kuukauden ajan (Tilastokeskus 2017). Pitkäaikaissairauksia ovat muun muassa tuki- ja liikuntaelinsairaudet, neurologiset sairaudet sekä hengityssairaudet. Tuki- ja liikuntaelinsairaudet voivat aiheuttaa liikkumisesteisyyttä, jolloin pitkien matkojen kulkeminen tai portaiden nouseminen tuottaa vaikeuksia. Sairauksien oireet voivat olla moninaisia, kuten poikkeuksellisen voimakas väsyminen voimakkaiden ponnisteluiden yhteydessä. Hengityssairaudet taas alentavat toimintakykyä, jolloin lapsi reagoi voimakkaasti ilman epäpuhtauksiin. Puhutaalla sisäilmalla mahdollistetaan hengityssairaille lapsille tasa-arvoiset mahdollisuudet harrastaa liikuntaa. (Kilpelä 2013, 11.)

Pitkäaikaissairauksiin luetaan myös harvinaiset sairaudet. Harvinaisella sairaudella tarkoitetaan sairautta tai vammaa, jonka esiintyvyys väestössä on EU:n määritelmän mukaan korkeintaan viidellä 10 000:sta. Harvinaisia sairauksia tai vammoja tunnetaan noin 8000 erilaista. Ne voivat olla erilaisia monisyisiä oireyhtymiä, perinnöllisiä, eteneviä tai jopa henkeä uhkaavia. Ilmenemismuotoja on useita ja oireet sekä niiden vaikutus toimintakykyyn ovat yksilöllisiä. Harvinaiset sairaudet koskettavat erityisesti lapsia. (Invalidiliitto 2017; Norio-keskus 2017.) Noin neljäkymmentä harvinaista perinnöllistä sairautta laskeaan kuuluvan suomalaiseen tautiperintöön. Ne ovat Suomessa yleisempiä kuin muualla maailmassa. Harvinaisia sairauksia, jotka kuuluvat suomalaiseen tautiperintöön on lähes kaikilta lääketieteen aloilta. Näihin kuuluu muun muassa kasvuhäiriöitä, rakennepoikkeamia sekä kehitysvammaisuutta aiheuttavia sairauksia. (Norio-keskus 2017; Terveyskylä 2017.)

Liikuntavammaisella lapsella tarkoitetaan lasta, jonka kyky liikkua tai toimia on tilapäisesti tai pysyvästi rajoittunut sairauden tai vamman vuoksi. Vamma on lapsen ominaisuus, yksi muiden joukossa. Liikuntavammat voivat olla synnynnäisiä tai tapaturman aiheuttamia. Raaja- ja selkäydinvammat sekä reumasairauksien aiheuttamat liikkumisesiteet ovat tuki- ja liikuntaelimestön vammoja. Keskushermoston sairauksiin tai niiden aiheuttamiin vammoihin taas kuuluvat muun muassa CP-vamma sekä erilaiset edenneet pitkäaikaissairaudet, kuten erilaiset lihassairaudet. (Kilpelä 2013, 7-8.)

3 LASTEN LIIKUNTA

Fyysisen aktiivisuuden perussuosituksen mukaan kaikkien kouluikäisten 7-18-vuotiaiden lasten ja nuorten tulisi harrastaa liikuntaa 1-2 tuntia päivässä. Tämä on yleissuositus ja se soveltuu kaikille lapsille ja nuorille erityistuentarpeesta huolimatta. (Heinonen ym. 2008, 17.) Laine (2014) tutki tekemässään tutkimuksessa erityiskoulua käyvien lasten liikuntaa (n=181). Sen mukaan tytöistä 28% ja pojista 43% liikkui liikuntasuositusten mukaisesti. Tutkimuksen tulokset osoittivat, että pojat liikkuvat tyttöjä enemmän. Kokonaisuudessaan vain 38% sekä tytöistä että pojista täyttivät liikuntasuositukset. Tutkimuksen mukaan pitkäaikaissairaiden ja vammaisten lasten liikunnan määrä ei ole kuitenkaan merkittävästi vähäisempi kuin valtaväestön lasten. (Laine 2014, 45, 71.)

Liikuntaa tulisi harrastaa päivittäin ja sen tulisi sisältää useampia vähintään kymmenen minuutin kestäviä reippaita liikuntajaksoja, jolloin sydämen syke ja hengitys kiihtyvät. Monipuolinen liikunta on tärkeää ja viikoittaisen liikunnan tulisi sisältää vähintään kolme kertaa lihaskuntoa, liikkuvuutta ja luiden terveyttä edistävää liikuntaa. (Heinonen ym. 2008, 17-22.) Liikunnan tulisi olla leikinomaista ilman suorituspainetta, jolloin liikunta tarjoaa mielihyvän ja onnistumisen kokemuksia, mikä kannustaa ja motivoi jatkamaan liikunnan harrastamista (Ojanen 2013).

3.1 Liikunnan hyödyt lasten kehitykselle

Liikunnalla on useita terveyttä edistäviä vaikutuksia. Luiden terveyttä edistävä liikunta lisää luiden tiheyttä ja paksuutta. Luut tarvitsevat liikuntaa kasvaakseen ja vahvistuakseen. Liikunta vaikuttaa positiivisesti elimistön rasvakudokseen ja rasva-aineenvaihduntaan myös lapsilla. Lisäksi se parantaa insuliinin vaikutusta ja hiilihydraattien hyväksikäyttöä. Esimerkiksi diabetesta sairastavilla lapsilla liikunta helpottaa hyvän sokeritasapainon ylläpitoa ja astmaa sairastavilla lapsilla liikunta parantaa yleiskuntoa ja näin vähentää astmaoireita. (Ojanen 2013; Suihkonen & Virolainen 2002, 11.)

Fyysisten hyötyjen lisäksi liikunnalla on muitakin positiivisia vaikutuksia lapsen kehitykselle. Hyvät kokemukset rakentavat myönteistä minäkuvaa ja omanarvontuntoa. Liikunta edistää myös oppimista, ajattelun kehitystä sekä antaa mahdollisuuden jopa omien rajojen ylittämiseen. (Ojanen 2013; Suihkonen & Virolainen 2002, 11.)

Monipuolinen liikunta on tärkeää lapsen motoriikan kehitykselle. Motoriikan kehityksellä tarkoitetaan iän myötä tapahtuvaa toiminnan muutosta. Siihen vaikuttavat sekä perintöettä ympäristötekijät. Lapsen kehitys etenee yksilöllisesti, mutta tietynlaisten refleksien ja liikekaavojen kehittyminen tapahtuu kaikilla samassa loogisessa järjestyksessä. Motorinen kehitys liittyy kiinteästi kokonaiskehitykseen. Motoristen taitojen oppiminen on kontrollin ja löytämisen prosessi, mutta kaikilla lapsilla tämä ei kuitenkaan suju ongelmitta. Kehityksellisiä motorisia vaikeuksia esiintyy noin kuudella prosentilla lapsista. Mikäli lapsella epäillään kehityksen viivästyminen, voidaan lisättyä liikuntaa suositella jopa ennaltaehkäisevässä mielessä. (Rintala ym. 2002, 142-145.) Liikunnan hyödyt ovat kiistattomat, mutta niistä pääsee hyötymään vain, jos liikuntatilat on suunniteltu siten, että ne soveltuvat kaikille liikuntavammasta huolimatta (Kilpelä 2013, 7).

3.2 Liikunnan tuen tärkeys liikuntavammallisille lapsille

Liikunnan tuen tarve on suuri liikuntavammallisille lapsille, mutta saatu tuki on vähäinen. Varhaisvuosien erityisliikunta on alle kouluikäisten vaikeasti liikuntavammaisten tai sairaiden lasten ja heidän perheidensä parissa tapahtuvaa liikunnan tukemista. Yhä suurempi osa vaikeasti liikuntavammallisista lapsista käy tulevaisuudessa tavallista peruskoulua ja pääsee osallistumaan työelämään omien mahdollisuuksiensa mukaan. Varhaisvuosien erityisliikunnan tehtävänä on tukea tätä kehitystä. (Palsio 2002, 146-147.)

Varhaislapsuus, jolla tarkoitetaan ikävuosia 0-4, on herkimmän oppimisen aikaa. Tällöin fyysisen ja psyykkisen toiminnan estyminen jättää suurimmat vaikutukset vaikeasti liikuntavammaisen lapsen aivoihin. Tästä syystä varhainen aktiivinen toiminta on tärkeää. Lisäksi varhaisella aktiivisuudella on tärkeä vaikutus lapsen mielenkiinnon suuntautumiseen. Vaikeasti liikuntavammaisten lasten kohdalla on erityisen tärkeää tukea heidän toimintakykyään kuntoutuksen ja kasvatuksen avulla jo varhain, jotta he saavuttavat mahdollisimman tasa-arvoisen lapsuuden. Vaikea liikuntavammaisuus ja erilaisuus eivät kuitenkaan estä liikuntaan osallistumista, jos apuvälineet ja ympäristö ovat sopivat. (Palsio 2002, 146-147.)

Lapsen kokonaiskehityksessä ja elämänlaadussa riittävä fyysinen toimintakyky on tärkeää (Rintala 2008, 13-14). Jo varhaisiässä aloitettu säännöllinen ja tehokas kokonaiskuntoutus auttaa estämään motoriikan kehityksen hidastumisen ja virheellisten liikemallien sekä asentojen korostumisen (Rintala 2002, 42).

Lapsen tavoitteiden mukainen oppiminen on ydinasemassa kuntoutumisen kannalta. Kasvun, kehityspolun ja minäkuvan tukemista korostetaan lapsen kuntoutuksen yleisissä tavoitteissa. Riittävät vuorovaikutustaidot sekä itseilmaisu on mahdollistettava lapselle. Nämä ovat keskeisiä asioita lapsen kuntoutusta mietittäessä. Lapsen kuntoutuksen on perustuttava tieteelliseen näyttöön. Hyvä kuntoutus saavutetaan lääkinnällisen, kasvatuksellisen, opetuksellisen ja sosiaalisen kuntoutuksen integraationa. (Kiviranta ym. 2016, 1-2.)

Tärkein vaihe lapsen kokonaiskuntoutuksessa on 0-7-vuotiaana, jolloin motorinen kehitys on voimakkaimmillaan. Pienenä lapsi ei vielä tiedosta erilaisuutta, jolloin hän on vastaanottavaisempi aikaisin aloitetulle liikunnalliselle kuntoutukselle. (Rintala ym. 2002, 42.)

Kinnusen (2010) tekemässä tutkimuksessa selvitettiin vanhempien näkemyksiä alle kouluikäisen lapsen neurologisesta kuntoutuksesta ja ohjauksesta. Tutkimukseen osallistui 46 vanhempaa. Lisäksi kuntoutuksen hyödyllisyyttä tarkasteltiin perheen arkipäivän toimintojen näkökulmasta. Osallistuneista vanhemmista äitejä oli 87% ja isiä 13%. Vanhemmista suurin osa (86,7%) koki, että lapsi hyötyi saamastaan kuntoutuksesta ja he pitivät ammattilaiselta saatua terapiaa tehokkaana. Eräs vanhemmista kommentoi, että *"tyttö on mennyt hurjaa vauhtia eteenpäin liikkumisessa"*. Kuntoutusta pidettiin myös hyödyllisenä koko perheen kannalta. Vastanneista 45,7% koki kuntoutuksen tukevan lapsen osallistumista ikätovereiden seuraan. (Kinnunen 2010, 30-32.)

Motoristen taitojen vaikutukset näkyvät lapsen kokonaiskehityksessä sekä koulumenestyksessä, sillä motorisilla taidoilla on usein yhtymäkohtia toimintaan ja myöhempään elämän. Tästä syystä lapsilla on usein negatiivisia asenteita liikuntaa ja aktiivista elämäntapaa kohtaan. Tämä näkyy suoraan vähentyneenä fyysisenä aktiivisuutena. (Innostun liikkumaan, Kasvattajan työtä tukemassa 2017, 9.)

Lapsen motoriset vaikeudet voivat johtua erilaisista syistä. Syynä voivat olla elintavoista tai oppimisympäristöstä johtuvat syyt, kuten vähäiset liikuntakokemukset tai lihavuus. Näiden lisäksi myös erilaiset sairaudet ja vammat voivat aiheuttaa motoristen taitojen vaikeutta. Tällaisia ovat muun muassa aistivammat, lihastaudit ja autismi. (Innostun liikkumaan, Kasvattajan työtä tukemassa 2017, 19.)

Marttilan ja Suomisen (2017) tekemässä tutkimuksessa tutkittiin 7-10-vuotiaiden kehitysvammaisten lasten (n=31) motorisia perustaitoja. Motoriset perustaidot jaettiin liikkumis-

ja välinekäsittelytaitoihin. Tutkimukseen osallistuneet tytöt olivat poikia parempia liikkumistaidoissa, kun taas pojat olivat parempia välineenkäsittelytaidoissa. Tutkimuksesta on havaittavissa, että kehitysvammaisten lasten motoriset taidot ovat huomattavasti valtaväestöä heikompia ja erot ovat tilastollisesti merkitseviä. (Marttila & Suominen 2017, 56-57.)

Lapset, joilla on motorisia vaikeuksia, hyötyvät liikunnallisista peleistä ja leikeistä. Liikkumaan innostaminen ja mieluisten sekä monipuolisten liikuntatapojen löytäminen ovat tärkeitä. Mikäli motoriset vaikeudet johtuvat sairaudesta tai vammasta, edellisten lisäksi motoristen taitojen tukeminen vaatii lapsen motivointia, sekä harjoitteiden ja ympäristön mukauttamista lapselle sopivaksi. Motoriikan taitojen tukemisessa tärkeitä seikkoja ovat myös kannustaminen, soveltaminen sekä vaikeiden asioiden harjoittaminen. Tehokkaimiksi muodoiksi tukea motorisia oppimisvaikeuksia ovat kuitenkin osoittautuneet kognitiivinen lähestymistapa sekä taidon pilkkominen. (Innostun liikkumaan, Kasvattajan työtä tukemassa 2017, 19.) Kognitiivisessa lähestymistavassa ohjaaja antaa sanallisia vihjeitä siitä, kuinka tehtävä suoritetaan, kyselee tehtävästä ja sen vaatimuksista sekä kertoo miksi liike tai tehtävä tulee suorittaa tietynlaisella tavalla. Taidon pilkkomisessa opetettava taito pilkkotaan pienempiin osiin ja taito opetellaan osa osalta. (Innostun liikkumaan, Kasvattajan työtä tukemassa 2017, 24.)

4 LIIKUNNAN TOTEUTUS LIIKUNTAVAMMAISILLE LAPSILLE

Tässä luvussa käsitellään liikunnan esteettömyyttä sekä liikunnan apuvälineitä liikuntavammaisille lapsille. Luvussa esitellään myös muutamia liikuntavammaisille lapsille soveltuvia liikuntalajeja. Luvun lopussa kerrotaan, miten liikuntaa voidaan soveltaa kaikille lapsille sopivaksi.

Soveltavaa liikuntaa, erityisliikuntaa ja vammaisurheilua toteuttavat sekä valtakunnalliset järjestöt että useat yleisen liikunnan toimijat, jotka huomioivat esteettömyyden toiminnassaan. Tällaisia valtakunnallisia järjestöjä ovat Suomen vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry, Suomen Paralympiakomitea ja Soveltava Liikunta SoveLi ry. Erityisliikunnassa on mukana noin 250 000 liikunnanharrastajaa lapsista aikuisiin, joista noin 100 000 ovat kuntien liikuntatoimen piirissä. (Kilpelä 2013, 10.)

Erilaisia osallistumisen mahdollisuuksia ja toimintavälineiden hankintaa liikuntavammaisille lapsille tarjoaa Kehitysvammaisten Tukiliitto ry Malike. Malike ohjaa perheitä toimintavälineiden käytössä ja hankinnassa, sekä antaa mahdollisuuden vuokrata toimintavälineitä lyhytaikaiseen kokeiluun ennen oman välineen hankintaa. (Kehitysvammaisten Tukiliitto ry 2017.)

4.1 Liikunnan esteettömyys

Lapsen sairauden tai vamman tyypistä ja vaikeusasteesta riippuu, millaista liikuntaa hän voi harrastaa. Lapsilla, joilla on jokin liikuntaa rajoittava vamma, tulee liikunnan tapahtua turvallisessa ja rauhallisessa ympäristössä. Turvallisessa ympäristössä lapsi uskaltautuu rohkeasti kokeilemaan kehonsa sallimia rajoja. (Rintala 2008, 13-14.)

Kaikille soveltuvien ja esteettömien tilojen toteuttamiseen on kiinnitetty huomiota viime vuosikymmenien aikana (Kilpelä 2013, 6). Vuonna 1973 tuli voimaan ensimmäinen vammaiset henkilöt huomioon ottava asetus rakennuslainsäädännössä. Asetuksen mukaan tilat, jotka on tarkoitettu yleisön käyttöön, on rakennettava siten, että ne soveltuvat myös henkilöille, joiden liikuntakyky tai kyky suunnistautua iän, vamman tai sairauden vuoksi on rajoittunut. (Rakennusasetus 266/1959, 85§.) Vuonna 1977 perustetun vammaisjärjestöjen yhdyskuntaprojektin, sittemmin Vammaisten yhdyskuntasuunnittelupalvelu

VYP:n tehtävänä oli poistaa ympäristön liikkumisesteitä sekä ohjeistaa liikuntavammaisille henkilöille soveltuvaa rakennussuunnittelua. Laajeneva ja syvenevä esteettömyysymmärrys tuli 2000-luvun mukana. (Kilpelä 2013, 6.)

Liikuntatilojen esteettömyydessä on otettava huomioon liikuntavammaisen lapsen toiminnalliset tarpeet (Koivumäki 2002, 434). Liikuntapaikan tulee olla kaikkien lasten ja nuorten saavutettavissa. Liikuntatilojen pysähtymispaikkojen tulee olla lähellä ja selkeästi merkattuja. Liikuntatiloissa lapsen tulee pystyä liikkumaan ja siirtymään paikasta toiseen mahdollisimman itsenäisesti. Liikkumista helpottaa ovien, seinien ja kalusteiden tummuuskontrasti ympäröivän seinän kanssa. Esteettömyyttä sisätiloissa ovat tilavat vessat ja peseytymistilat, yleinen kynnyksettömyys, toimivat hissit, tarpeeksi loivat luisikat portaissa sekä portaiden molemmin puolin olevat käsijohteet. (Alanko ym. 2004, 4.) Helposti hahmotettavat ja riittävän usein toistuvat opasteet liikuntaympäristössä helpottavat liikuntavammaisen lapsen toimimista (Kilpelä 2013, 9). Liikuntatilan valaistuksen tulee olla riittävä ja tasainen. Valaistus ei saa olla kuitenkaan häikäisevä, jolloin kiiltäviä materiaaleja kannattaa välttää. (Kilpelä 2013, 56.) Sisäilmaltaan esteettömät liikuntatilat parantavat astmaatikkojen mahdollisuuksia harrastaa liikuntaa. Yleisestä sisätilojen puhtaudesta ja siisteydestä sekä ilmastoinnin toimivuudesta hyötyvät kaikki. (Alanko ym. 2004, 4.)

Vaikeasti liikuntavammaiset lapset tarvitsevat liikkumisen tueksi erityisiä apuvälineitä, kuten kyynärsauvoja, seisomatelineitä ja erilaisia tukia tehdäkseen liikkeitä. Liikuntavammaisen lapsen voi olla vaikea pysyä pystyasennossa liikkumisen kannalta tarpeeksi kauan, jolloin lapsi voi vaihtoehtoisesti olla istuma-asennossa ja näin osallistua yhdessä toimintaan muiden lasten kanssa. (Rintala 2008, 13-14.) Esimerkiksi uinnissa käytettävät erilaiset apuvälineet, kuten käsivarsikellukkeet ja uimavyöt, mahdollistavat liikkumisen itsenäisesti eri suuntiin oman kehon tuottamien liikkeiden avulla (Jokitalo-Trebs 2008, 39-40). Myös ratsastuksessa on käytettävissä erilaisia apuvälineitä. Turvallinen tapa nousta hevosen selkään on käyttää ramppia tai nostolaitetta. Hevosen ja terapeutin tulee olla tehtävään koulutettuja. (Matti-Rautiainen 2008, 52-53.)

4.2 Liikuntavammaisille lapsille soveltuvia liikuntalajeja

Kirjallisuuskatsauksessa haluttiin tuoda esille muutamia liikuntavammaisille lapsille soveltuvia liikuntalajeja, sillä liikuntalajien esittely avaa lukijalle mitä mahdollisuuksia liikun-

tavammaisille lapsille on tarjolla. Ensimmäiseksi luvussa esitellään toimintapäivässä mukana olleita liikuntalajeja. Esiteltäviksi lajeiksi valittiin uinti sekä pyörätuolikoripallo. Toimintapäivän ulkopuolelta esiteltäväksi lajiksi haluttiin valita ratsastus. Se on monipuolinen niin urheilulajina kuin terapiamuotonakin (Mäenpää ym. 2016. 1279-1280).

Lähes kaikille erityisryhmille sopivia liikuntamuotoja tarjoaa vesiliikunta. Vedessä liikkumista helpottavat veden noste ja kehon kelluvuus. Se mahdollistaa lihasvoiman, notkeuden ja aerobisen liikunnan harjoittamisen sekä sosiaaliset kontaktit kanssa liikkujiin. Lapset, jotka eivät kykene itsenäiseen kävelemiseen maalla, voi vesi tarjota heille mahdollisuudet omatoimiseen kävelemiseen tai eteenpäin liikkumiseen. Vesiliikuntaan kuuluu useita erilaisia liikuntamuotoja, kuten uinti, sukellus, taitouinti ja vesipelit. (Niemelä & Rintala 2002, 338-341.)

Uinti sopii lähes kaikille erityisryhmille ja on maailmalla suosituin vammaisurheilulajeista. Veteen totuttautuminen tapahtuu pikkuhiljaa ja sitä voi helpottaa muun muassa laululeikkien avulla. Halliwick-menetelmä on vammaisen lapsen uinninopetusmenetelmä ja se opettaa lasta hallitsemaan tasapainoa ja liikkeitä vedessä. Menetelmä sopii myös vammattomien lasten uinnin opetukseen. (Niemelä & Rintala 2002, 338-341.)

Pyörätuolikoripallo soveltuu erinomaisesti liikuntavammaisille lapsille, joiden käsien toimintakyky on hyvä. Koripallossa käytetään siihen suunniteltua pelituolia. Fyysinen laji vahvistaa lihaksia, joka helpottaa liikkumista ja siirtymistä. Joukkuepeli antaa hyvän mahdollisuuden löytää uusia kavereita ja tarjoaa vertaistukea. Vaativana lajina koripallo tuo haasteita ja sitä kautta onnistumisen kokemuksia. (VAU 2017.)

Edellä mainittujen lisäksi myös ratsastaminen on liikuntarajoitteisille lapsille sopiva liikuntalaji. Kun puhutaan erityisryhmiin liittyvästä ratsastuksesta, voidaan tästä erottaa kaksi käsitettä: vammaisratsastus sekä ratsastusterapia. Vammaisratsastuksessa tavoitteena on oppia ratsastamaan vamman sallimissa rajoissa. Ratsastaessa lapsi pääsee myös luontoon liikkumaan. (Niemelä & Rintala 2002, 385-388.)

Ratsastusterapian tarkoituksena on pyrkiä lisäämään fyysistä toimintakykyä ja kohentamaan psyykkisiä valmiuksia ja mielen tasapainoa. Ratsastusterapiaa voidaan käyttää muun muassa liikuntavammaisten, tarkkaavaisuushäiriöisten, autististen ja kehitysvammaisten lasten kuntoutukseen. Ratsastusterapialla pyritään vaikuttamaan kuntouttavasti liikuntavammaisen lapsen kehon rakenteen ja toiminnan eri osa-alueeseen. Siitä on apua muun muassa kehon hahmottamisessa sekä pään, istumisen ja kävelyn hallin-

nassa. Ratsastusterapian on todettu kokemukseräisesti vaikuttavan asentotunnon ja tasapainon vahvistumiseen, arkipäivän toimintojen helpottumiseen sekä elämän laadun paranemiseen. (Mäenpää ym. 2016. 1279-1280.)

4.3 Yhteisen liikunnan toteuttaminen kaikille lapsille

Huolellinen liikuntatilanteen suunnittelu on tärkeä lähtökohta liikunnan toteutukselle, jotta kokemukset olisivat miellyttäviä sekä kannustavia ja ne motivoisivat jatkamaan liikuntaa. Suunnittelussa tulisi ottaa huomioon mitä halutaan opettaa, miten asia esitetään, miksi asiaa opetetaan ja milloin taito on opittavissa. Lapset hyötyvät liikuntaohjelmasta parhaiten, kun se on järjestelmällinen ja johdonmukainen. Jokainen lapsi voi oppia vammastaan huolimatta. Tätä on erityisen tärkeä korostaa, jotta lapsi kokee tilanteen mielekkääksi, vaikka edistyminen olisikin vähäistä. Liikuntatilanteista tulisi luoda sellaisia, että onnistumisen kokemukset ovat taattuja. (Rintala 2002, 158-159.)

Yhteinen toiminta on tasa-arvoa ja kaikilla lapsilla tulee olla mahdollisuus osallistua siihen itsellensä sopivalla tavalla ja tarvittavalla tuella. Liikuntavammastaan huolimatta ihmisarvo on sama jokaisella, kuten myös sosiaaliset ja liikuntakasvatukselliset tarpeet. Yhteinen toiminta antaa onnistumisen kokemuksia yhdessä, mutta myös mahdollisuuden ottaa riskejä ja epäonnistua. Jokaisella lapsella on oikeus kuulua yhteisöön. (Alanko ym. 2004, 6.)

Saaren (2011) tekemässä tutkimuksessa tutkittiin erityistukea tarvitsevien ja vammaisten lasten liikunnan toteuttamista. Tutkimukseen osallistuneista kymmenestä perheestä seitsemän osallistui pääosin erillisiin erityisliikuntaryhmiin. Perheet kokivat erityisryhmän turvallisenä ja myös vertaistuen lähteenä. Vammaisen tai erityistukea tarvitsevan lapsen kynnys osallistua yleisiin liikuntaryhmiin madaltuu, jos hän käy lähikoulua yhdessä omien ikätovereidensa kanssa ja vastaavasti vaikeutuu, jos hän käy erityiskoulua. (Saari 2011, 121.)

Yhteisen liikunnan toteuttamiseksi on käytössä erilaisia keinoja. Avoimessa toiminnassa kaikki lapset ja nuoret voivat osallistua toimintaan sellaisenaan tai pienin sovellutuksin. Jokainen lapsi toimii oman tasonsa mukaan. Ohjatussa toiminnassa annetaan tilaa lapsen tai ryhmän omalle oivaltamiselle. (Alanko ym. 2004, 6,8.)

Soveltavassa toiminnassa sääntöjä, välineitä tai aluetta sovelletaan jokaisen lapsen tarpeita huomioiden. Tavoitteet tulee olla kaikille lapsille yhteiset ja keinot yksilölliset. Ryhmän heikoimman mukaan leikkiä tai peliä ei tule soveltaa, vaan toiminnan tulee olla haastavaa kaikille lapsille. (Alanko ym. 2004, 10.) Sovellukset voivat olla teknisiä, rakenteellisia tai kasvatuksellisia. Teknisellä soveltamisella tarkoitetaan muun muassa apuvälineiden käyttöä tai rakenteiden muokkaamista. Rakenteellisessa sovelluksessa pelien tai leikkien sääntöjä voidaan muokata siten, että ne ovat kaikille osallistujille sopivia. Kasvatuksellisiin sovellutuksiin kuuluvat esimerkiksi erilaiset opetusmenetelmät, harjoitustavat ja valmennusmenetelmät. (Mälkiä & Rintala 2002, 7.)

Rinnakkaisessa toiminnassa kaikki lapset osallistuvat tekemään samaa tehtävää samassa tilassa, mutta harjoitellen oman tasonsa mukaan. Jokainen lapsi voi valita itselensä soveltuvan vaihtoehdon. Rinnakkaiseen toimintaan sopivat hyvin muun muassa tempu- ja toimintaradat, sillä ne soveltuvat sekä perusliikuntaan että erilaisten taitojen harjoitteluun ja jo opitun vahvistamiseen. Radoilla jokainen lapsi voi kulkea itselle sopivalla tavalla, vauhdilla ja tasolla. Rinnakkaista toimintaa voidaan soveltaa myös peleihin. (Alanko ym. 2004, 12-13.)

Käänteisessä integraatiossa kaikille osallistujille opetetaan vammaisurheilulajeja. Tällöin urheilulajeiksi voidaan valita esimerkiksi bocciaa, istumakoripalloa tai istumalentopalloa, jolloin liikuntarajoitteinen lapsi saa onnistumisen kokemuksia muiden lasten joukossa. Vammaisurheilulajit sekä -välineet sopivat myös asennekasvatukseen lapsille. (Alanko ym. 2004, 14.)

Erillisessä toiminnassa vammattomat ja liikuntavammaiset lapset toimivat omissa ryhmissään samassa urheiluseurassa. Liikkuminen on mielekkäämpää muiden vastaavan toimintakyvyn omaavien lasten kanssa. Toimiminen tai kilpaileminen omassa vertaisryhmässä on tärkeää. Erikseen toimiminen hetkittäin voi olla myös arjessa käytännön sanelema ratkaisu. Kun taidot kehittyvät, voi lapsi siirtyä integroituun ryhmään. Erityisliikunta, jota Suomessa toteutetaan, on enimmäkseen vertaisryhmissä tapahtuva toimintaa eli erillistä toimintaa. Esimerkiksi vammaisurheilu on jo vakiintunutta toimintaa. (Alanko ym. 2004, 16.)

Vammaisurheilulla tarkoitetaan urheilua, jota vammaiset henkilöt harrastavat sekä erityisiä vammaisurheilulajeja. Yleensä ne ovat vammattomien urheilusta muunneltuja lajeja, joissa joko olosuhteita, sääntöjä tai välineitä on muunneltu. Osa näistä lajeista on omia lajejaan, joissa ovat omat säännöt sekä välineet. (Kilpelä 2013, 7.)

Erityisliikunnalla tarkoitetaan liikuntaa, johon osallistuvat sellaiset lapset, joiden on vaikea osallistua yleisesti tarjolla olevaan liikuntaan tai liikunta vaatii soveltamista tai erityisosaamista. Liikuntaa muunnetaan tällöin siten, että lapsen sairaus tai vamma otetaan huomioon ohjauksessa. Käsitteen ”erityisliikunta” ohella käytetään yhä enemmän myös ”soveltavan liikunnan” käsitettä. (Kilpelä 2013, 7.)

5 PROJEKTIN TEHTÄVÄ JA TAVOITE

Tehtävänä oli järjestää toimintapäivä erityistarpeita vaativille lapsille ja nuorille sekä heidän vanhemmilleen. Lasten ja nuorten toimintakyky voi olla rajoittunut esimerkiksi liikuntavamman tai pitkäaikaissairauden vuoksi. Toimintapäivän tavoitteena on lisätä kaikkien lasten ja nuorten mahdollisuuksia löytää uusi liikuntaharrastus toimintakyvyn rajoitteista huolimatta.

6 PROJEKTIN EMPIIRINEN TOTEUTTAMINEN

Toimintapäivää lähdettiin toteuttamaan Invalidiliiton Harvinaiset –yksikön aloitteesta opinnäytetyönä. Alun perin työ oli tarkoitus toteuttaa kahden erillisen opinnäytetyöryhmän toimesta, mutta jo ensimmäisen palaverin jälkeen opinnäytetyöryhmät yhdistyivät yhdeksi ryhmäksi. Vastaavanlaisia tapahtumia oli aiemmin järjestetty kahdesti pääkaupunkiseudulla ja toimeksiantajan mukaan tapahtumat oli otettu erittäin lämpimästi vastaan.

Invalidiliiton Harvinaiset-yksikön tarkoitus on parantaa harvinaissairaiden henkilöiden asemaa jakamalla tietoa erilaisista harvinaisista sairauksista. Harvinaiset –yksikkö järjestää lisäksi erilaisia tapahtumia, tapaamisia, luentoja ja tietoisuuksia harvinaissairaille ja tarjoaa näin mahdollisuutta vertaistuen saamiseen. Harvinaiset –yksikkö opastaa harvinaissairaiden lisäksi heidän läheisiään sekä ammattilaisia ja muita asiasta kiinnostuneita. Harvinaiset –yksikkö julkaisee oppaita, harvinaisten sairauksien tiedotuslehti Haravaa, uutiskirjettä, verkkosivuja sekä asiantuntija-artikkeleita. (Invalidiliiton Harvinaiset –yksikkö 2017.)

Opinnäytetyöryhmä valitsi aiheen, koska koki sen tärkeäksi ja toisaalta myös projektityön opettelu tuntui mielenkiintoiselta. Osa opinnäytetyöryhmästä oli opinnäytetyön aihetta valittaessa ohjatussa harjoittelussa lastenosastoilla, joissa hoidettiin myös harvinaissairaita lapsia. Aihe tuntui siis kaikin puolin ajankohtaiselta koko ryhmälle.

Aiheen valinnan jälkeen tehtiin toimeksiantosopimus (liite 1) toimeksiantajan ja opinnäytetyöryhmän kesken. Toimeksiantosopimus lähetettiin yhdessä projektisuunnitelman kanssa toimeksiantajille allekirjoitettavaksi.

Yhteistyökumppanina projektissa toimi Turun yliopistollisen keskussairaalan Lasten ja nuorten klinikka, Suomen Paralympiakomitea ja Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry. Tyks Lasten ja nuorten klinikalla hoidetaan alle 16-vuotiaita lapsia ja nuoria. Erikoisaloihin kuuluvat lastentaudit, lastenkirurgia ja lastenneurologia. Lasten ja nuorten klinikan toimialueeseen kuuluu myös Tyks Harvinaissairauksien yksikkö, joka palvelee sekä aikuis- että lapsipotilaita, jotka sairastavat harvinaisia sairauksia. (Vsshp 2017.)

Suomen Paralympiakomitea on yhdistys, jonka vastuulla on valmistella Suomen paralympiajoukkue paralympialaisia varten. Suomen Paralympiakomitea vastaa vammaisurheilu-urheilun valmennustoiminnasta ja tekee tiivistä yhteistyötä muun muassa Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry:n kanssa. (Suomen Paralympiakomitea 2017.)

Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry on valtakunnallinen järjestö, joka järjestää toimintaa liikunta-, näkö- ja kehitysvammaisille sekä elinsiirron saaneille tai dialyysissä oleville henkilöille. Järjestö kehittää edellä mainittujen henkilöiden harrasteliikunnan ja kilpaurheilun mahdollisuuksia. (Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta 2017.)

6.1 Projektin suunnittelu

Projektin suunnittelu on projektin onnistumisen kannalta tärkein vaihe. Suunnitteluvaiheessa määritellään projektin tavoitteet ja selvitetään tehtävät määriteltyjen tavoitteiden saavuttamiseksi. Ihmiset ja resurssit kohdennetaan tehtäville projektin toteutumiseksi. Projektin aikataulu hahmotellaan tarkasti ja mahdolliset projektiin liittyvät riskit tunnistetaan. (Mäntyneva 2016,17.)

Projektin tavoitteet tulee laatia realistisiksi. Projektilla on päätavoitteen lisäksi osatavoitteita. Tulosten arvioimiseksi tavoitteiden määrittely on välttämätöntä. (Paasivaara ym. 2008, 123.) Saatua tulosta verrataan aiottuun tavoitteeseen, jotta nähdään oliko projekti onnistunut (Ruuska 2007, 275). Päätavoite on määritelty luvussa 5. Projektin isompia osatavoitteita olivat tavoiteaikataulussa pysyminen, markkinoinnin suunnittelu ja toimintapäivän onnistuminen. Maalis-huhtikuun osatavoitteita olivat tilojen jako, lajikokeilujen aikataulutus, markkinoinnin toteutus, päivän etukäteisjärjestelyjen teko ja toimintapäivästä saatujen palautteiden läpikäyminen. Toimeksiantajien ja opinnäytetyöryhmän kesken toimintapäivän kävijätavoitteeksi sovittiin noin sata kävijää.

Projektin tavoitteiden saavuttamista ja toteutumisen seuranta helpottavat projektin jako ajallisesti peräkkäisiin vaiheisiin (Pelin 2011, 97; Mäntyneva 2016, 59). Projekti jaettiin ajallisesti pienemmiksi osakokonaisuuksiksi, jotka loivat pohjan myöhemmälle aikataulusuunnitelmalle. Opinnäytetyöryhmä piti kirjaa tekemättömistä projektin onnistumiselle välttämättömistä tehtävistä ja priorisoi ne. Työt tehtiin projektin etenemistä ohjaavassa järjestyksessä kiireellisemmästä tehtävästä aloittaen.

Projektin onnistumiselle on ensiarvoisen tärkeää tavoiteaikataulussa pysyminen. On hyvä pitää mielessä, että toteutusvaiheeseen siirryttäessä tehdyt aikataulutavoitteet voivat suunnitteluvaiheessa muuttua. Projektin aikataulun suunnittelussa tulee huomioida projektin tehtävien määrä ja laajuus sekä käytettävät resurssit. Projektin aikataulussa pysymistä tulee arvioida projektin edetessä ja tarvittaessa muokata aikataulua. (Mäntyneva 2016, 63.)

Projektilla on ajallisesti aina alku ja loppu (Pelin 2011, 113). Projekti alkoi 26.1.2017 aloituspalaverilla. Projekti loppui 10.5.2017 arviointikeskusteluun. Tapahtuman toimeksiantaja asetti ensimmäiseksi aikataulutavoitteeksi helmikuun lopun, jolloin tuli olla tiedossa markkinointia varten päivän karkea sisältö. Maaliskuun loppuun mennessä tuli olla tiedossa kaikki lajikokeilut ja päivän sisältö. Muutamaa viikkoa ennen tapahtumaa pidettiin yhteenvetopalaveri, jossa oli tiedossa koko toimintapäivän sisältö.

Projektiryhmä on projektin tavoitteisiin sitoutunut ryhmä, jonka yksilöiden tietämystä ja taitoja hyödynnetään projektissa (Mäntyneva 2016, 24). Projekti toteutettiin Turun Ammattikorkeakoulun opiskelijoiden moniammatillisena yhteistyönä. Projektiryhmään kuuluivat sairaanhoitaja-, fysioterapeutti- ja toimintaterapeuttiopiskelijoita, jotka toivat omat vahvuutensa esiin projektin toteutuksessa.

Projektiryhmän kesken tulee olla selkeä viestintätapa, jolla on helppoa sekä tehokasta välittää ja kerätä tietoa eri tahojen kesken. Viestinnän ja kommunikoinnin menetelminä voi käyttää muun muassa palavereja, erilaisia tapaamisia, sähköpostia ja muita sähköisen järjestelmän menetelmiä. (Kettunen 2009, 140.) Projektiryhmän kesken kommunikointiin käytettiin suurimmaksi osaksi sähköpostia ja OneDrivea. Opinnäytetyöryhmän välinen viestintä tapahtui sähköpostin, Whatsapp-keskusteluryhmän, OneDriven ja yhteisten tapaamisten avulla.

Projektiryhmän kokoukset tulee olla hyvin valmisteltuja, jotta kokouksesta on konkreettista hyötyä projektille. Hyvin valmisteltu projektiryhmän kokous auttaa tiedonjaossa ja projektin etenemisen seurannassa, kun taas huonosti valmisteltu kokous vaikuttaa negatiivisesti projektin resursseihin ja osallistujien motivaatioon. (Kettunen 2009, 166.) Projektiryhmän kokouksia pidettiin yleensä noin kahden viikon välein. Opinnäytetyöryhmän kokouksia pidettiin useammin. Opinnäytetyöryhmän jäsenet valmistelivat projektiryhmän kokoukset varaamalla tilan, tekemällä kokouksen aikataulun, käymällä asiasisällön aikataulun mukaisesti läpi sekä sopimalla, kuka dokumentoi kokouksessa läpikäytävät asiat.

Projektin toiminnan koordinoimista ja johtamista opinnäytetyöryhmän sisällä ohjaa ja helpottaa hyvä vastuunjako (Kettunen 2009, 130). Vastuualueet jaettiin opinnäytetyöryhmän kesken työmäärän perusteella markkinointiin, yhteydenpitoon järjestävien tahojen välillä, toimintapäivän suunnitteluun ja aikataulutukseen sekä projektipäällikön työhön. Vastuualueet toimintapäivän sisällä oli opinnäytetyöryhmän jäsenten kesken jaettu sairaanhoitajapisteiden pitämiseen ja toimintapäivän organisointiin päivän sisällä. Kaikki opinnäytetyöryhmän jäsenet osallistuivat sekä sairaanhoitajapisteiden eli Pehmolelupolin pyörittämiseen, sekä toimintapäivän organisointiin päivän sisällä.

Projektibudjetti on projektin aikatauluun sidottu taloudellinen toimintasuunnitelma (Pelin 2011, 171). Erillistä rahoitusta projektiin ei haettu. Toimeksiantaja tarjosi ilmoittautuneille keittolounaan. Tapahtuma järjestettiin Turun ammattikorkeakoulun tiloissa Ruiskadun yksikössä, jonka toimeksiantaja sai käyttöönsä maksutta. Turun ammattikorkeakoulun Ruiskadun yksiköstä projektiryhmä sai liikuntavälineitä lainaan ja materiaalia esimerkiksi Pehmolelupolin käyttöön toimintapäivän aikana sekä tiloissa liikkumista ohjaavien opasteiden tekoon.

Projektiin liittyy usein monia riskejä, jotka on hyvä tunnistaa jo projektin suunnitteluvaiheessa. Riskien tunnistaminen on tärkeää, jotta riskeihin pystytään varautumaan. (Mäntyneva 2016,131.) Ennen projektin aloittamista tehdään riskianalyysi (Kettunen 2009, 75). Mahdollisia projektiin liittyviä riskejä ovat aikataulut, rahoitus, epäselvät roolit ja vastuunjako, epärealistiset tavoitteet, budjetin pitävyys ja laatu (Mäntyneva 2016, 134; Ruuska 2007, 48). Tämän projektin suurimmat riskit liittyivät aikataulun pettämiseen, epäselvään vastuunjakoon, huonosti laadittuihin tavoitteisiin ja huonosti toteutuneeseen viestintään (taulukko 1).

Taulukko 1. Projektin riskianalyysi.

Riski	Riskin vaikutus	Mahdolliset toimenpiteet
-------	-----------------	--------------------------

Aikataulu	<ul style="list-style-type: none"> • Suuri • Projekti ei etene • Kiire ennen toimintapäivää 	<ul style="list-style-type: none"> • Tarkkojen aikataulujen suunnittelu • Palaverien lisääminen
Epäselvä vastuunjako	<ul style="list-style-type: none"> • Suuri • Hoidetaan samoja ja päällekkäisiä asioita • Tärkeät asiat jäävät hoitamatta • Jostain vastuualueesta kukaan ei ota vastuuta 	<ul style="list-style-type: none"> • Tehdään vastuunjako uudelleen • Tarkastetaan, että jokaisella on selkeä rooli projektissa
Tavoitteiden epärealistisuus	<ul style="list-style-type: none"> • Suuri • Ei päästä tavoitteisiin 	<ul style="list-style-type: none"> • Tehdään selkeät välitavoitteet • Seurataan projektin etenemistä • Muokataan tavoitteita realistisiksi
Budjetti	<ul style="list-style-type: none"> • Suuri • Toimeksiantaja hallinnoi budjetin toteutumista 	<ul style="list-style-type: none"> • Seurataan ilmoittautuneiden määrää
Viestintä	<ul style="list-style-type: none"> • Suuri • Kommunikointi puutteellista 	<ul style="list-style-type: none"> • Viestintäkanavan vaihtaminen

Päivän onnistumisen arviointia varten opinnäytetyöryhmä laati kävijöille palautelomakkeen (liite 2). Palautelomake ja sen kysymykset laadittiin opinnäytetyöryhmän kesken. Palautelomakkeessa kysyttiin vastaajan lapsen ikää ja toimintapäivän kulkuun ja järjestykseen liittyviä kysymyksiä suljettuina kysymyksinä sekä muutamia avoimia kysymyksiä. Vapaalle palautteelle annettiin myös tilaa. Ikä kannattaa yleensä kysyä avoimena kysymyksenä ja luokitella vasta jälkeenpäin, sillä muutoin vaarana on aineiston vinoutuminen (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013). Opinnäytetyöryhmä halusi kuitenkin tuoda kyselylomakkeessa vahvasti ilmi sen, ettei vastauksia voida yksilöidä kenenkään vastaajaan, joten vaihtoehdoksi päädyttiin antamaan suljetut vaihtoehdot. Yleensä hoitotieteellisissä tutkimuksissa kysytään vastaajan taustatietoja laajemmaltikin (esimerkiksi ikä, koulutus, asuinpaikka), sillä ne vaikuttavat selittävästi vastaajien kokemuksiin ja vastauksiin. Tutkija arvioi itse, mitkä taustatiedot ovat tutkimuksen kannalta relevantteja ja perustelee valintansa. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013.) Opinnäytetyöryhmä ei nähnyt tarpeelliseksi kysellä palautelomakkeessa muita taustatietoja kuin ikä, sillä palautelomakkeen tarkoitus oli antaa kävijöille mahdollisuus arvioida kokemustaan toimintapäivästä. Palautelomakkeiden tuloksia käytettiin projektin onnistumisen arviointiin. Palautelomakkeiden tuloksia analysoitiin sisällönanalyysillä.

6.2 Projektin toteutus

Projektin toteutuksen käynnistysvaiheessa on hyvä tarkistaa suunnitteluvaiheen resursivaraukset ja suunnitelmat virheiden välttämiseksi. Toteutusta aloittaessa tulee olla tiedossa, mitä tehdään seuraavaksi, miten se tehdään ja millä resursseilla. (Kettunen 2009, 156.) Projektissa toteutetaan projektisuunnitelmassa kuvattu projekti.

6.2.1 Projektin eteneminen

Projekti alkoi palaverilla 26.1.2017. Palaveriin osallistuivat projektin toimeksiantajat, Paralympiakomitean edustajat, projektiryhmän opettajat ja opinnäytetyöryhmä. Palaverissa käytiin läpi toimeksiantajan toiveet päivän sisällöstä, päivän tavoite ja projektiorganisaatio. Alkupalaverissa toimeksiantaja antoi ensimmäiseksi aikataulutavoitteeksi helmikuun lopun, jolloin tuli olla tiedossa päivän karkea sisältö markkinointia varten. Invalidiliiton Harvinaiset –yksikön helmikuun uutiskirjeeseen tuli saada tietoon toimintapäivän lajikoikeiluja, opiskelijoiden pitämien toimintapisteiden nimiä ja muuta päivän ohjelmaa.

Opinnäytetyöryhmä hoiti tapahtuman hallinnoinnin sekä piti omaa toimintapistettä (Pehmolelupoli) toimintapäivän aikana. Hallinnointiin kuului fysioterapeutti- ja toimintaterapeuttiopiskelijoiden toiminnan ohjaus, toimintapäivän aikataulutus ja organisointi, yhteistyökumppaneiden hankinta ja yhteydenpito heidän kanssaan sekä tapahtuman markkinointi tapahtuman kohderyhmälle. Fysioterapeuttiopiskelijat järjestivät tapahtumaan liikuntalajikokeilut ja toimintaterapeuttiopiskelijat tekivät tapahtumaan oman toimintapisteen eli Aistihuoneen. Liikuntalajikokeiluista ja aistihuoneesta kerrotaan tarkemmin luvussa 6.2.2.

Opinnäytetyöryhmä asetti ensimmäiseksi tavoitteeksi pysyä toimeksiantajan asettamassa ensimmäisessä aikataulutavoitteessa. Ensimmäinen palaveri fysioterapeutti- ja toimintaterapeuttiopiskelijoiden kanssa pidettiin helmikuun puolessa välissä, jolloin heidän kanssaan käytiin läpi päivän sisällölliset toiveet sekä jaettiin heille heidän tehtävänsä projektissa.

Lajikokeilut ja päivän alustava sisältö ilmoitettiin toimeksiantajalle helmikuun lopulla. Opinnäytetyöryhmä pysyi toimeksiantajan asettamassa ensimmäisessä aikataulutavoitteessa. Projektin etenemistä on kuvattu aikajärjestyksessä aikataulutaulukossa (liite 3). Helmikuun puolessa välissä opinnäytetyöryhmä suunnitteli toimintapäivässä pidettävän

oman toimintapisteen sisällön (sisällöstä kerrotaan luvussa 6.2.2). Maaliskuun lopulla projektiryhmällä oli tiedossa päivän lopulliset lajikoikeudet, aikataulut ja näytteilleasettajat.

Markkinointisuunnitelma laadittiin maaliskuun alussa. Markkinoinnista vastasi opinnäytetyöryhmä yhteistyössä toimeksiantajan kanssa. Ennen virallisen mainoksen valmistamista opinnäytetyöryhmä teki tapahtumasta oman flaijerin (liite 4) jaettavaksi. Flaijeria jaettiin Tyksin U-sairaalan tiloissa Harvinaisten sairauksien päivässä 1.3.2017. Flaijeri sisälsi tietoa lajikoikeuksista ja päivän ohjelmasta, joka oli tiedossa helmikuun lopulla.

Virallisen mainoksen (liite 5) tapahtumasta teki Invalidiliitto. Invalidiliitto toimitti tapahtumasta maaliskuun puolivälissä mainoksen ja loi Facebook-sivuilleen tapahtumailmoituksen. Tyks Lasten ja nuorten klinikka jakoi tapahtumailmoitusta omilla Facebook- ja Twitter-sivuillaan. Opinnäytetyöryhmän jäsenistä kukin sekä muut yhteistyökumppanit jakoivat tapahtumailmoitusta sosiaalisessa mediassa. Invalidiliiton markkinoi tapahtumaa kohdennetusti omissa kanavissaan internet-sivuillaan, sosiaalisessa mediassa ja uutiskirjeessä. Yhteistyökumppanit jakoivat virallista mainosta omilla sivuillaan ja sosiaalisessa mediassa. Toimintapäivään osallistuneet paikalliset urheiluseurat jakoivat mainosta eteenpäin.

Mainoksia tulostettiin lisäksi ilmoitustauluille Turun alueen kauppoihin ja liikuntahalleihin sekä kohdennetusti sairaaloiden osastoille, joissa pitkäaikaissairaat ja liikuntarajoitteiset lapset käyvät. Mainoksia lähetettiin erityiskouluille ja päiväkodeille jaettavaksi eteenpäin suoraan lapsille ja heidän vanhemmilleen.

Invalidiliitto laati tapahtumasta mediatiedotteen. Kolme Turun alueen lehteä julkaisi mediatiedotteen pohjalta mainoksen tapahtumasta verkkojulkaisussaan huhtikuun alussa. Tapahtumaa markkinoitiin lisäksi sähköisesti Turun alueen menovinkeissä.

6.2.2 Toimintapäivä Turussa

Toimintapäivä pidettiin lauantaina 22.4.2017 Turun Ammattikorkeakoulun tiloissa Ruiskadun yksikössä. Tapahtuman tilat olivat rajatut pääsisäänkäynnin läheisyyteen ensimmäiseen ja toiseen kerrokseen. Pääsisäänkäynnillä osallistujia vastassa olivat nimetyt opinnäytetyöryhmän jäsenet (kuva 1), jotka antoivat osallistujille tapahtuman ohjelman (liite 6) ja palautelomakkeen sekä kertoivat lyhyesti osallistujille mitä tapahtuu missäkin.



Kuva ©Ahonpää

Kuva 1. Opinnäytetyöryhmän jäsenet ennen tapahtuman alkua.

Ensimmäisessä kerroksessa osallistujille oli tarjolla tietoa ravitsemuksesta, apuväline-esittelyjä, opinnäytetyöesittelyä sekä vanhemmille suunnatut vanhempainvartit. Samassa kerroksessa olivat myös kaverikoirat ja kahvio.

Erityislapsilla on erityisiä tarpeita ravitsemuksen suhteen. Ravitsemustietoa vanhemmille olivat tulleet antamaan sairaanhoitaja Heljä Salminen ja lastentautien erikoislääkäri Harri Niinikoski Tyksin Lasten- ja nuortenklinikalta. Heillä oli mukana esitteitä ja materiaalia vanhemmille jaettavaksi.

Malike (kuva 2) oli esittelemässä toimintaansa ja apuvälineitä tapahtumassa. Heillä oli mukana paljon materiaalia jaettavaksi perheille sekä videoita havainnoimaan toimintaansa. Lapset ja vanhemmat saivat kokeilla apuvälineitä.



Kuva ©Ahonpää

Kuva 2. Maliken edustajat esittelemässä apuvälineitä.

Tiina Ahonpää esitteli tapahtumassa tekemäänsä opinnäytetyötä ”Tiedon ja tuensaannin merkitys harvinaissairaan lapsen vanhempien elämässä” sekä teki jutun Hyve-verkko-lehteen opinnäytetyöstään ja sen esittämisestä tapahtumassa. Ahonpää toimi tapahtumassa virallisena kuvaajana.

Vanhemmille suunnattuja vanhempainvartteja pidettiin tapahtumassa tasatunnein. Vanhempainvarteissa olivat mukana paralympiaurheilija ja paikalliset urheiluseurat. Paralympiaratsastaja Fanny Bengs-Pentikäinen oli kertomassa omista kokemuksistaan ja siitä, miten hän on löytänyt oman lajinsa. Paikalliset urheiluseurat kertoivat toiminnastaan ja siitä, miten he toteuttavat soveltavaa liikuntaa seuroissaan. Vanhempainvarteissa oli edustettuina yleisurheilu, judo ja sähly.

Päivi Mecklin oli edustamassa Kaarinan erityisliikuntapalveluita. Hän esitteli vanhemmille lähiseudun urheilutoimintaa ja jakoi mukanaan tuomaansa materiaalia.

Kennelliiton kaverikoirat (kuva 3) olivat esittäytymässä tapahtumassa. Kaverikoirat olivat suomenlapinkoiria.



Kuva ©Ahonpää

Kuva 3. Kennelliiton kaverikoirat.

Kahvio oli auki toimintapäivän ajan. Kahviosta sai ostaa pientä purtavaa ja siellä tarjottiin keittolounas ensimmäiselle sadalle ruokailijalle.

Toisessa kerroksessa oli lajikokeilut, Aistihuone, Pehmolelupoli ja yleisurheilupiste. Fy-sioterapeuttipiskelijät järjestivät lajikokeilut toimintapäivään ja pyörittivät niitä yhdessä

paikallisten urheiluseurojen edustajien kanssa. Lajikokeiluja toimintapäivän sisällä oli yhteensä seitsemän, joita olivat judo, tanssi, pyörätuolikoripallo, salibandy, sisäcurling, uinti ja kelkkajääkiekko. Lapset saivat kokeilla liikuntalajeja ja seurat saivat samalla mahdollisuuden kertoa toiminnastaan vanhemmille. Lajikokeiluja oli edustamassa judosta Tuula Holtti ja Tero Valtonen Raison Ryhti seurasta ja Judojaostosta, tanssista (kuva 4) Aino Haataja yhdessä apuohjaajansa kanssa, pyörätuolikoripallosta Jonne Laurila ja Jarno-Petteri Parviainen Turun Riennosta, salibandysta Miika Berg, Emmi-Lotta Lamberg, Ida Lamberg ja Sami Rajala Salibandyseura TVA ry:stä, uinnista Anni Reponen ja Emmi Valdolin Uintiklubi ÅSK:sta sekä kelkkajääkiekosta Janne Saario ja Jarno Silvennoinen. Sisäcurlingin kokeilua oli ohjeistamassa kaksi fysioterapeuttiopiskelijaa, johon välineet saatiin Kaarinan liikuntapalvelusta. Lisäksi lajikokeiluihin oli suunniteltu frisbeegolf ja pyörätuolikelaus, mutta frisbeegolfin edustajat ja pyörätuolikelauksen edustaja Henry Manni Suomen Vammaisurheilu ja –liikunta VAU ry:stä eivät päässeet paikalle.



Kuva ©Turun Sanomat / Timo Jakonen

Kuva 4. Soveltavan tanssin pyörteissä.

Toimintaterapeuttien pitämä aistihuone (kuva 5) sisälsi erilaisia pisteitä, joiden tarkoituksena oli joko aktivoida tai rauhoittaa lasta eri aistikanavien kautta. Aistihuoneeseen kuului neljä erilaista pistettä, joihin sai mennä haluamassaan järjestyksessä. Ensimmäisellä pisteellä oli mahalautoja ja erimallisia tyynyjä, joista lapset saivat rakentaa esimerkiksi esteitä, joiden läpi voi liukua mahalaudan kanssa. Toisella aistihuoneen pisteellä oli isoja pehmeitä tyynyjä, stereot ja diskopallo, jotka muodostivat niin sanotun ”löhöilydiskon”,

jossa lapset saivat rauhoittua makaamalla tyynyillä, kuuntelemalla musiikkia ja katselemalla diskopallon värikkäitä valoja. Kyseisen pisteen ikkunat peitettiin ja katoksi asetettiin värikäs sirkuslakana. Kolmannella pisteellä sai haistella erilaisia hajuja ja tunnustella erilaisia asioita ja materiaaleja. Haistelun ja tunnustelun ajaksi suljettiin silmät ja arvailtiin, mikä kyseinen haju tai tunnusteltava asia oli. Hajupurkit sisälsivät kanelia, oreganoa, kahvia, kardemummaa ja teetä. Tuntopurkit sisälsivät lehtisilppua, villaa, raakoja herneitä sekä makaroneja. Tuntoseinä rakennettiin vanerin paloista, joihin kiinnitettiin erilaisia materiaaleja kuten maton palasia, pyyhkeen palasia, hiekkapaperia, foliota, hiekkaa sekä askartelu kimalletta. Pisteellä oli myös mysteerilaatikko, joka sisälsi kokonaisen ananaksen. Mysteerilaatikon sisälle ei nähnyt ja sen sisältöä sai tunnustella ja arvuutella. Neljännellä pisteellä oli pallomeri. Pallomeri rakentui pienestä lasten uima-altaasta, joka oli täytetty pallomeren erivärisillä palloilla.



Kuva ©Jokela

Kuva 5. Aistihuone.

Opinnäytetyöryhmällä oli tapahtumapäivässä itse suunnittelema toimintapiste, johon kuului Pehmolelupoli (kuva 6) ja Anatomianurkkaus (kuva 7). Opinnäytetyöryhmän nimetyt jäsenet pitivät Pehmolelupolia, johon lapset saivat tuoda oman pehmolelunsa tai valita lahjoituksena saaduista pehmoleluista mieleisensä terveystarkastukseen. Terveystarkastuksessa pehmolelulta tarkistettiin päänympäryys, pituus, paino, verenpaine, tarvittaessa kuunneltiin sydänääniä tai keuhkoja sekä hoidettiin muut mahdolliset vaivat. Lapset saivat Pehmolelupolilta mukaansa lahjoitetun hoidetun pehmolelun ja terveystodistuksen (liite 7). Anatomianurkkauksessa lapset saivat tutustua ihmisen anatomiaan

anatomisen mallinuken avulla. Anatomianurkkauksessa oli yksi opinnäytetyöryhmän jäsen, joka kertoi lapsille yksinkertaisesti sisäelinten toiminnasta. Pehmolelupolilla ja Aistihuoneessa lapsille jaettiin Lapsellista ry:n lahjoittamia lasten satukirjoja.



Kuva ©Turun Sanomat / Timo Jakonen

Kuva 6. Pehmolelu terveystarkastuksessa.



Kuva ©Niemi

Kuva 7. Ihmisen anatomiaan tutustumista.

Janne Keränen Varsinais-Suomen Yleisurheilu ry:stä ja Maarit Kurki Parayleisurheilun päävalmentaja pitivät yleisurheilupistettä uimahalliaulassa. He esittelivät seurojen toimintaa ja kertoivat, miten he soveltavat yleisurheilua erityistarpeita omaaville lapsille.

Turun Sanomien toimittaja ja kuvaaja osallistuivat toimintapäivään Invalidiliiton tekemän mediatiedotteen pohjalta. He tekivät tapahtumasta jutun (liite 8) seuraavan päivän Turun Sanomiin. Toimittaja haastatteli juttua varten toimintapäivän järjestäjiä ja kävijöitä.

6.3 Projektin arviointi

Sosiaali- ja terveydenhuoltoalalla projektin onnistumisen kriteerejä ovat tavoitteen tai tavoitteiden saavuttaminen, asiakastyytyväisyys sekä budjetissa ja aikataulussa pysyminen. Onnistuneen ja menestyksekkään projektin saavuttamiseksi tarvitaan hyvä projektisuunnitelma, tarpeellinen aihe, kattavat resurssit, verkostoitumista sekä osaava ja motivoitunut projektiryhmä, joka on sitoutunut projektiin. (Paasikivi 2008, 139-140, 143.) Opinnäytetyöryhmä arvioi projektin alussa sillä olevan ainekset onnistuneeseen ja menestyksekkääseen projektiin. Projektisuunnitelma tehtiin huolella, aihe koettiin tärkeäksi, resursseja oli riittävästi, projektiryhmä pääsi verkostoitumaan heti alkupalaverista lähtien ja koko projektiryhmä oli motivoitunut projektin tekoon.

Projektin toteutumisen arvioinnin menetelmänä voidaan käyttää projektiryhmän kesken käytävää kriittistä arviointikeskustelua. Arviointikeskustelun tavoitteena on arvioida käytettyjä toimintamalleja, niiden toimivuutta, aikataulutusta, kokouskäytäntöjä, resursseja ja projektiryhmän eri toimijoiden roolia projektissa. Suurin hyöty arviointikeskustelusta saadaan, jos sitä käydään koko projektin ajan. (Paasikivi 2008, 143.) Opinnäytetyöryhmä arvioi edistymistään joka tapaamiskerralla noin viikon välein. Varsinaiset arviointikeskustelut opinnäytetyöryhmän kesken käytiin projektin puolivälissä huhtikuun alussa ja toimintapäivän jälkeen huhtikuun lopulla.

Arvioinnin tarkoituksena on saada tietoa projektin kulusta, toteutumisesta, sen ongelmista ja onnistumisista. Näiden tietojen pohjalta saadaan myös tieto projektin hyödynnettävyydestä, joka on yksi arvioinnin tavoite. Arvioinnin toteutus voidaan suorittaa ennakkoarviointina, projektin toimeenpanon aikaisena arviointina tai jälkiarviointina. Ennakkoarviointi sisältää muun muassa projektin riskien analysointia ja projektin tavoitteen arviointia. Projektin toimeenpanon aikana keskitytään muun muassa projektin toimintata-

pojen ja projektiryhmän toiminnan arviointiin. Jälkiarvioinnissa keskitytään saatuihin tuloksiin sekä niiden vaikutuksiin. (Paasikivi 2008, 140-141.) Koko projektiryhmän kesken käytiin jälkiarviointikeskustelu toukokuun puolivälissä.

Arvioinnin sivuuttaminen ja puutteellisuus ovat usein taloudellisten resurssien tuhlausta. Projektin etenemisessä saatetaan keskittyä tehottomien asioiden ylläpitoon tai suunnatta resursseja väärin ja hyödyttömiin kohteisiin, jos projektin toimintaa ei arvioida tai arviointi on puutteellista. (Paasikivi 2008, 143.)

Opinnäytetyöryhmä kävi huhtikuun alussa väliarviointikeskustelun. Arviointikeskustelussa ryhmä arvioi projektin tähänastista edistystä ja tarkasti resurssien mielekkään käytön. Ryhmä arvioi projektin edenneen tavoitteiden mukaisesti tähän mennessä. Lopulliset tavoitteet tarkastettiin ja arvioitiin niiden realistisuutta. Projektiryhmä koki tavoitteiden olevan realistisia ja saavutettavissa.

Projektin onnistumista voi arvioida monelta eri kantilta, osan ollessa jopa ristiriidassa keskenään. Voidaan arvioida, täytyivätkö sisällölliset ja laadulliset; toteutukselliset; taloudelliset ja ajalliset tavoitteet. Projektin tavoitteiden täyttymistä, eli projektin onnistumista, voidaan verrata projektisuunnitelmaan. Jos projektisuunnitelman tavoitteet jäävät täyttymättä, vika löytyy joko projektisuunnitelmassa tai projektin tuotannon vaiheissa syntyneestä ongelmasta. (Ruuska 2007, 275.)

Päivän onnistumisen arviointia varten opinnäytetyöryhmä laati kävijöille palautelomakkeen. Palautelomakkeen tarkoitus oli antaa kävijöille mahdollisuus arvioida kokemustaan toimintapäivästä. Palautelomakkeiden tuloksia tarkastellaan tarkemmin luvussa 6.4.

Koko projektin onnistumisesta opinnäytetyöryhmä kävi loppuarviointikeskustelun tapahtumapäivän jälkeen huhtikuun lopussa. Loppuarviointiin opinnäytetyöryhmä otti mukaan kävijöiden täyttämät palautelomakkeet ja reflektoi päivän onnistumista niiden pohjalta. Opinnäytetyöryhmä arvioi saavuttaneensa osatavoitteensa, samoin kuin sisällölliset, laadulliset, toteutukselliset, taloudelliset ja ajalliset tavoitteensa. Opinnäytetyöryhmä arvioi projektin muutoin onnistuneeksi, mutta oli samaa mieltä kävijäpalautteen kanssa siitä, ettei esteettömyys Ruiskadun kampuksella toteutunut toivotulla tavalla.

Toukokuun alussa opinnäytetyöryhmä sai fysioterapeuttiopiskelijoilta kirjallisen palautteen projektin toteutuksesta. Toukokuun puolivälissä pidettiin koko projektiryhmän ja opettajien yhteinen jälkiarviointikeskustelu, jota ennen opinnäytetyöryhmä tutustui saa-

tuun kirjalliseen palautteeseen. Koko projektiryhmän yhteisessä jälkiarviointikeskustelussa päivän arvioitiin onnistuneen odotusten mukaisesti, ja opinnäytetyöryhmä sai kuulla muilta projektiryhmän jäseniltä ainakin yhden lapsen löytäneen harrastuksen päivästä.

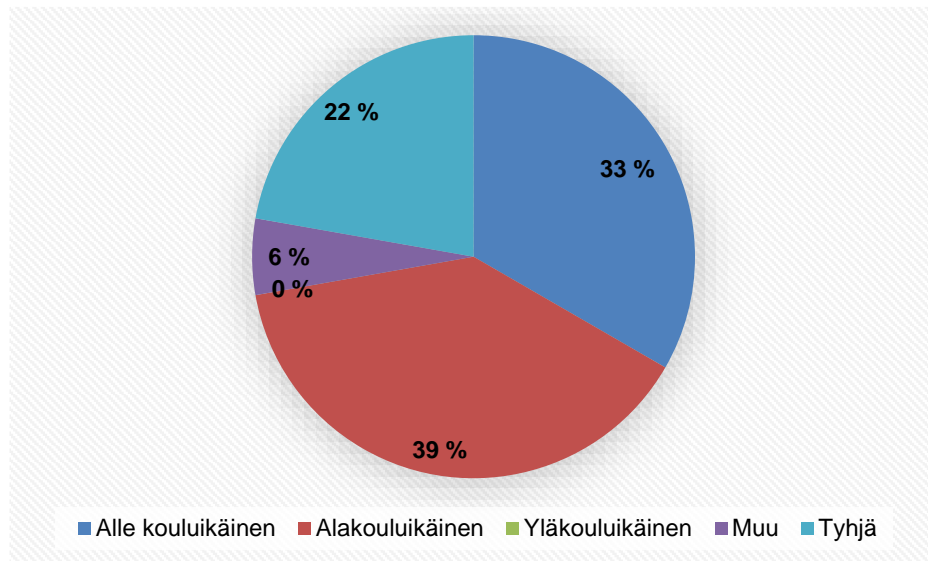
Mainos tapahtumaa varten saatiin toimeksiantajilta maaliskuun puolivälissä. Tätä ennen projektiryhmä oli laatinut markkinointisuunnitelman. Markkinointisuunnitelman pääpaino oli fyysisten, printattujen mainosten jaossa lapsiperheiden käyttämiin palvelupaikkoihin. Mainosten tulostaminen mielekkäässä koossa osoittautui hankalaksi, joten aiemmin laaditun markkinointisuunnitelman lisäksi opinnäytetyöryhmä päätti lähestyä palveluntuottajia sähköpostilla ja jakoi mainosta lisäksi myös sähköisenä.

Kävijälaskenta suoritettiin tukkimiehen kirjanpidolla aulassa kulloinkin olleen opinnäytetyöryhmän jäsenen toimesta. Kävijäluvuissa on siksi inhimillisen virhemarginaalin mahdollisuus. Kävijämääräksi saatiin laskettua tällä tavalla noin sata kävijää. Opinnäytetyöryhmä hyväksyi virhemarginaalin ja arvioi kävijätavoitteen täyttyneen. Näin ollen myös markkinoinnin todettiin olleen onnistunut.

6.4 Palautelomakkeiden tulosten tarkastelu

Palautelomaketta jaettiin toimintapäivässä yhdessä päivän ohjelman kanssa. Palautelomake pyrittiin jakamaan jokaiselle päivään saapuvalla seurueelle. Palautelomakkeita palautettiin yhteensä 19 kappaletta.

Kyselylomakkeen aluksi vastaajilta kysyttiin vastattavan lapsen ikää. Näin saatiin tietoa siitä, minkä ikäisiä lapsia tapahtumaan eniten osallistui eli minkä ikäisten lasten perheet kokivat liikuntaharrastuksen saamisen ajankohtaiseksi. Ikä oli jaettu valmiiksi kategorioihin alle kouluikäinen, alakouluikäinen ja yläkouluikäinen. Suurin kohderyhmä oli selkeästi alle kouluikäiset ja alakouluikäiset lapset (kuvio 1).



Kuvio 1. Toimintapäivän osallistujien ikäjakauma (n=19).

Kyselylomakkeen väittämistä (taulukko 2) parhaimman arvosanan sai väittämä ”liikkuminen pisteeltä toiselle oli vaivatonta”. Heikoimman pistemäärän keräsi väittämä ”lapsi löysi päivästä itselle mieluisan liikuntaharrastuksen”.

Taulukko 2. Palautelomakkeen Likert-asteikolliset vastaukset.

Väittämä	Täysin samaa mieltä = 5	Melko samaa mieltä = 4	Ei samaa, eikä eri mieltä = 3	Melko eri mieltä = 2	Täysin eri mieltä = 1	Keskiarvo
Lapsi löysi päivästä itselle mieluisan liikuntaharrastuksen	2	4	7	2	1	3,3
Toimintapäivä oli hyvin organisoitu	5	9	3	1	0	4
Päivässä oli riittävästi näytteilleasettajia	4	7	6	1	0	3,8
Näytteilleasettajilta saatu informaatio palveli tarpeitani	5	7	4	1	0	3,9
Päivässä oli riittävästi lajikokeiluja	5	8	2	3	0	3,8
Liikkuminen pisteeltä toiselle oli vaivatonta	9	5	3	0	1	4,2

Päivän sisältö vastasi mainoksen antamia mielikuvia	5	8	5	0	0	4
---	---	---	---	---	---	---

Kyselylomakkeessa oli yhteensä kolme avointa kysymystä. Ensimmäiseen avoimeen kysymykseen, jossa kysyttiin mikä oli kiinnostavinta toimintapäivässä, oli vastattu neljästätoista lomakkeesta. Kahdeksassa lomakkeesta kiinnostavimmaksi päivässä on mainittu eri lajikokeilut. Tavoitteen mukaista **uutta liikuntaharrastusta ei heti päivän aikana löytynyt**, mutta palautteiden mukaan eri lajien kokeilu oli ollut päivän kiinnostavinta antia. **Lajikokeiluja koettiin olevan riittävästi, mutta lisääkin toivottiin.**

”Vanhemman mielestä kiinnostavinta oli tieto harrastusmahdollisuuksista.”

”Kiinnostavinta oli eri lajien kokeilu osaavissa käsissä.”

”Lapsi innostui pyörätuolikoripallosta.”

”...kaipasin puhallustikkaa ja keilausta.”

”Sähköpyörätuolipelit eivät olleet mukana (jalkapallo ja salibandy).”

Viidessä lomakkeesta toimintaterapeuttiopiskelijoiden aistihuone tai sen eri toiminnot oli mainittu kiinnostavimmaksi. Lajikokeiluiden jälkeen Aistihuone nousikin päivän toiseksi kiinnostavimmaksi toiminnaksi. Erityisesti lapset itse olivat pitäneet Aistihuoneen sisällöstä, siinä missä lajikokeilut ja niistä saatu info oli ollut enemmän lasten huoltajien mieleen. **Aistihuone lieneekin tuonut leikillistä vastapainoa päivän muutoin asiapitoiseen sisältöön.**

”Lapsen mielestä kiinnostavinta oli aistihuone.”

”Pallomeri oli lapsen mielestä kiinnostavin.”

”Kiinnostavin oli aistihuoneen telttä, jossa soi musiikki.”

Maliken esittely mainittiin kiinnostavaksi yhteensä kolmessa lomakkeessa. Kahdessa lomakkeessa muiden erityisten perheiden tapaaminen on nostettu kiinnostavimmaksi. Kaksi mainintaa on saanut samoin kaverikoirat ja eri näytteilleasettajat.

”Kiinnostavinta oli Malikkeen edustajien tapaaminen ja vinkkien saaminen.”

”Kiinnostavinta oli toisten erityisten perheiden tapaaminen, asiantuntijoiden ja ohjaajien/opiskelijoiden opastus ja kaverikoirat.”

”Lapselle mukavaa nähdä muitakin erilaisia liikkujia.”

Toisessa avoimessa kysymyksessä kysyttiin, mistä vastaaja oli saanut kuulla toimintapäivästä. Tähän kysymykseen oli vastattu neljässätoista lomakkeessa. Eniten, kolme vastaajaa, oli kuullut tapahtumasta fysioterapeutiltaan. Turun alueen fysioterapeutteja tapahtumasta informoi Lasten- ja nuorten klinikan neurologian osastolla työskentelevä sairaanhoitaja Heljä Salminen. Kaksi vastaajaa vastasi kuulleensa tapahtumasta Tyks Lasten ja nuorten klinikalta. Invalidiliiton Harvinaiset-yksikön kautta tapahtumasta oli saanut kuulla kaksi vastaajaa. Koulun kautta tapahtumasta oli kuullut kaksi vastaajaa. Muita yksittäisinä tietolähteinä oli mainittu paikallislehti, seura, omat vanhemmat, vaimo ja yleisesti sähköposti, puhelin ja esitteet. Yksi vastaaja kertoi vain sattuneensa paikalle. Samassa lomakkeessa saattoi olla useampikin tietolähde mainittuna. Tapahtuman mainostaminen erityistarpeita vaativien lasten ja nuorten perheiden keskeisillä paikoilla (fysioterapeutin, sairaanhoitajan vastaanotto, koulu, yhdistys) osoittautuikin kaikkein hedelmällisimmäksi tavaksi saada tapahtuma kävijöiden tietoisuuteen. **Mainos oli koettu pääpiirteittäin hyväksi ja mielikuvia vastaavaksi.** Yhden vastaajan mukaan uintimahdollisuutta ei mainoksessa mainittu tarpeeksi selvästi, mikä osaltaan selittänee sitä, ettei toimintapäivän uintimahdollisuutta käyttänyt yksikään kävijä hyväksi.

”Päivä vastasi odotuksia...”

”Tapahtumakutsussa olisi voinut mainita uintimahdollisuuden (uikkarit mukaan).”

Avoimeen palautteeseen oli vastannut kolmetoista vastaajaa. Yhteensä yhdeksässä palautteessa tapahtumaa keuhuttiin. Kokonaisuudessaan opinnäytetyöryhmä arvioi kävijä-palautteiden perusteella onnistuneensa järjestämään kävijöille mukavan päivän. **Päivän organisointi oli koettu onnistuneeksi ja sisällön koettiin vastaavan mainoksesta syntyneitä mielikuvia** (taulukko 2, kohta 2 ja 7).

”Todella tervetullut tapahtuma! Pienille liikuntavammaisille lapsille olisi kiva saada enemmän liikuntaharrastusmahdollisuuksia/-tunteja Turun seudulle.”

”Kiva kerrankin päästä erityislapsille suunnattuun tapahtumaan. Harvoin tulee vastaavia tilaisuuksia.”

”Kiitos järjestelyistä tapahtuman suunnittelijoille.”

”Tapahtuma oli oikein onnistunut. Lounastarjoilu plussaa. Päivä vastasi odotuksia ja tekemistä juuri sopivasti. Kiitos teille vaivannäöstä.”

”Ruusuja: mahtavaa, että tällaista järjestetään! Hyvä meininki. Porukka oikealla asialla. Tehkää tästä vuosittainen tapahtuma! Puskaradion avulla jengi sen kun lisääntyy!”

Kolmessa palautteessa oltiin pettyneitä päivän ruokatarjoilun organisointiin.

”Ruoka oli viety pois ennen klo 13.”

”Lihakeitossa oli tosi vähän lihaa”

”Saamamme tiedon mukaan ruokailun ajankohta oli 11-13. Ruoka vietiin pois klo 12.30, mutta onneksi se haettiin vielä meitä varten. Tosin lihat keitosta oltiin jo syöty.”

Kahdessa palautteessa mainittiin, ettei pyörätuolien kulkua oviaukkojen korkeiden kynnysten yli oltu huomioitu. **Päivän esteettömyystavoite ei näin ollen toteutunut.** Liikuminen toimintapäivän toiminnoista toiseen koettiin kuitenkin vaivattomaksi (taulukko 2 kohta 7).

"Pyörätuoleja ei oltu huomioitu oviaukoista. Rampeja enemmän!"

"Kynnykset pois."

7 PROJEKTIN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Moraalisena näkökulmana etiikka on osa arkista elämää, kun pohditaan mitä voi sallia ja mitä ei (Kuula 2011, 21). Tutkimuksen eettisyys on iso osa tieteellistä toimintaa. Tutkimusetiikka on yleensä normatiivista etiikkaa, joka ohjaa oikeihin sääntöihin, joita tutkimuksessa tulee noudattaa (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013). Tässä opinnäytetyössä pohdittiin eettisiä kysymyksiä projektin suunnittelussa, toteuttamisessa ja raportoinnissa.

Opinnäytetyöprosessin alussa aiheen valinnassa korostuu eettiset näkökulmat. Aiheen tulee olla tutkijalle mieleinen, mutta myös yhteiskunnallisesti merkittävä (Kylmä & Juvakka 2012, 144). Lähtökohtana aiheenvalinnassa tulee olla sen hyödyllisyys (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 218). Toimeksiantajan näkökulmasta projektille oli tarvetta, koska on tärkeää saada kaikki lapset ja nuoret liikkumaan toimintakyvyn rajoitteista huolimatta sekä tukea sairaan lapsen osallisuutta ja edistää lasten ja perheiden yhdenvertaisuutta. Opinnäytetyöryhmä kiinnostui aiheen toiminnallisuudesta ja piti toimintapäivän tavoitetta tärkeänä.

Tapahtumaan osallistuminen oli maksutonta ja vapaaehtoista. Tapahtuma oli avoin kaikille pitkäaikaissairaille ja liikuntavammaisille lapsille ja nuorille ja heidän vanhemmilleen. Tapahtuma oli voittoa tavoittelematon. Tämä tukee opinnäytetyön eettisyyttä.

Henkilötietoja kerätessä tulee määritellä, että minkälaisen rekisterinpitäjän tehtävien hoitamiseksi henkilötietoja käsitellään. Henkilötietoja tulee käsitellä perustellusti rekisterinpitäjän toiminnan kannalta. (Henkilötietolaki 523/1999.) Ilmoittautuminen tapahtui toimeksiantajan hallinnoiman Webropol –linkin kautta. Ilmoittautumislinkissä ilmoittautujille oli kerrottu, mihin tarkoitukseen yhteystietoja kerätään. Opinnäytetyöryhmä ei kerännyt osallistujien yhteystietoja talteen. Tämänkin ajateltiin tukevan opinnäytetyön eettisyyttä.

Palautteen kerääminen voidaan tässä työssä rinnastaa tutkimusaineiston keruuseen. Tutkimusaineistoa ei tule kerätä tai säilyttää tarpeettomasti (Tampereen yliopisto, 2013). Toimintapäivän osallistujilta kerättiin palautetta toimintapäivästä ja sen järjestämisen onnistumisesta. Palautelomake oli suunniteltu niin, ettei siihen vastaavia voinut tunnistaa suorasti tai epäsuorasti. Palautelomakkeen täyttö oli vapaaehtoista. Palaute annettiin anonymisti ja palautelomakkeet hävitettiin asianmukaisesti analysoinnin jälkeen. Palaute kerättiin lasten vanhemmilta.

Mittarin validiteetti tarkoittaa sen kykyä mitata juuri sitä, mitä on tarkoituskin mitata (KvantiMOTV 2008). Validiteetti ei voi olla hyvä, jos reliabiliteetti ei ole hyvä (Taanila 2014). Reliabiliteetti tarkoittaa mittaustulosten toistettavuutta (Hirsjärvi ym. 2012). Kyselytutkimuksen reliabiliteettiin vaikuttaa se, ymmärtääkö vastaaja kysymyksen samalla tavalla kuin kysyjä, vastaako vastaaja rehellisesti, vaikuttaako joku satunnainen tekijä vastaajan vastauksiin ja kirjaako vastaaja vastaukset oikein (Taanila 2014). Kyselylomakkeen kysymykset pyrittiin tekemään mahdollisimman selkeätajuisiksi. Ei kuitenkaan voida olla täysin varmoja, ymmärsivätkö kaikki vastaajat kysymykset juuri sillä tavalla, kuin mitä opinnäytetyöryhmä tarkoitti. Ei voida myöskään tietää, vastasivatko vastaajat kysymyksiin rehellisesti. Vastaukset avoimiin kysymyksiin kuitenkin olivat pääpiirteittäin juuri sellaisia, mitä opinnäytetyöryhmä olettikin niihin mahdollisesti vastattavan. Yhteenkään kysymykseen ei vastattu ohi kysymyksen. Kyselylomake pyrittiin myös laatimaan niin, ettei vastaaja koe, että hänet voidaan tunnistaa vastauksensa perusteella. Tämä katsottiin vähentävän vastaajan halua vastata epärehellisesti. Satunnainen tekijä, joka tässä toimintapäivässä saattoi vaikuttaa vastaushalukkuuteen, oli yleensä ottaen toiminnan paljous. Kyselylomakkeeseen vastaaminen saattoi unohtua osallistujien osallistuksessa niin moneen muuhun toimintaan. Tätä pyrittiin ehkäisemään jakamalla kyselylomake yhdessä asiakasaikataululomakkeen kanssa. Myös asiakasaikataululomakkeessa oli pyyntö vastata tapahtuman loppuun kävijäpalautekyselyyn. Kyselylomakkeen palautuslaatikko oli selkeästi osoitettu ala-aulassa, ja sen läheisyydessä oli tarjolla mustekyniä vastausten kirjaamiseen.

Toimintapäivästä tehtiin Harava-lehteen juttu, johon haastateltiin toimintapäivään osallistuneita. Henkilötietolaissa valokuvat rinnastetaan henkilötietoihin. Lasten vanhemmilta tarvitaan lupa, kun valokuvia julkaistaan sanomalehdissä, internetissä tai muissa julkaisuissa. Valokuvia saa ottaa julkisilla paikoilla ilman erillistä lupaa, mutta esimerkiksi monissa kouluissa kuvaaminen on kielletty. Lupa kuvaamiseen ja kuvan julkaisemiseen tulee kysyä kuvattavalta itseltään. (Mediakasvatusseura 2010.) Valokuvaaja kysyi kuvaus- ja julkaisuluvan kirjallisesti kuvattaviltaan, joiden kuvia mahdollisesti julkaistiin lehdessä. Kuvauslupia keräsivät myös toimintaterapeuttiopiskelijat, jotka ottivat päivästä kuvia omaan opiskeluprojektiinsa. Kerätyt kuvausluvut vietiin säilytykseen Turun Ammattikorkeakoululle.

Plagiointi tarkoittaa jonkun toisen tekemän työn luvaton käyttöä, esimerkiksi tekstin, kuvan tai kaavion. Plagioinnilla on erilaisia ilmenemismuotoja, joihin lukeutuvat muun

muassa suorat lainaukset ilman lähdettä tai lähteen kanssa ilman lainaukseen viittamista, hieman muunneltu teksti ilman lähdettä tai lähteen kanssa ja oman aikaisemman työn käyttö uutena työnä eli niin sanottu itseplagiointi. (Kupila ym. 2017.) Toisten tekijöiden tuotoksista voi ottaa suoria lainauksia, kunhan lainaus erotetaan muusta tekstistä lainausmerkein ja asianmukaisella lähdeviittauksella (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 173-174). Opinnäytetyöryhmä on pyrkinyt tuomaan tekstiinsä alkuperäisten lähteiden asiasisällön, näitä kuitenkaan suoraan kopioimatta. Opinnäytetyö lähetetään Turun Ammattikorkeakoulun käytännön mukaisesti Urkund-plagioinnintarkastusohjelman tarkistettavaksi. Urkund-ohjelman avulla halutaan varmistaa, etteivät opiskelijat loukkaa tekijänoikeuskäytäntöjä, ja samalla turvataan oman työn tekijänoikeudet. Työ tallentuu Urkundin arkistoihin ja siihen verrataan tulevia töitä mahdollisten tekijänoikeusloukkausten varalta. (Turku AMK 2017.) Lähteet ja lähdeviitteet on merkattu ja lähdeluettelo koottu Turun Ammattikorkeakoulun käytäntöjen mukaisesti.

Käytettäviä lähteitä on syytä arvioida kriittisesti. Yleensä pyritään käyttämään mahdollisimman tuoreita lähteitä, koska tutkimuksia tehdään jatkuvasti lisää ja sitä myöten myös tutkimustietoa karttuu koko ajan lisää. (Hirsjärvi ym. 2012.) Tämän opinnäytetyön kirjallisuuskatsausta tehtäessä opinnäytetyöryhmä rajasi haut koskemaan viimeisen kymmenen vuoden aikana julkaistuja lähteitä, joitakin poikkeuksia lukuun ottamatta. Lähteitä valittaessa pitäisi aina pyrkiä käyttämään alkuperäisiä lähteitä. Huomioon tulee ottaa myös, että useimmat opiskeluissa käytetyt oppi- tai käsikirjat ovat myös sekundäärisiä lähteitä, sillä niiden sisältämä tieto on voinut kulkea monen julkaisun kautta. (Hirsjärvi ym. 2012.) Opinnäytetyöryhmä pyrki kirjallisuusosiota kirjoittaessaan jäljittämään lähteet alkuperäisiin tutkimuksiin tai artikkeleihin. Oppi- ja käsikirjoja käytettiin harkinnanvaraisesti.

Internet-lähteitä käytettäessä on arvioitava kriittisesti käytettävän lähteen luotettavuus. Kaikki internetissä oleva materiaali ei ole oikeellista: se voi olla harhaanjohtavaa joko tarkoituksella tai tarkoituksetta, eikä kaikki materiaali ole ajan tasalla olevaa. Verkkosivuston luotettavuutta voi arvioida tarkistamalla onko verkkosivun kirjoittajan ja julkaisijan tiedot näkyvillä. (Opetushallitus 2010.) Internet-lähteiden luotettavuutta voi arvioida pohjimalla tekijän asiantuntemusta, tiedonlähteen objektiivisuutta ja kattavuutta sekä tiedon oikeellisuutta ja ajantasaisuutta (Kiravo 2013). Opinnäytetyöryhmä arvioi kriittisesti lähteinä käyttämiään verkkosivuja ja otti lähteeksi vain luotettaviksi arvioimansa verkkolähteet.

8 POHDINTA

Tämän opinnäytetyön tehtävänä oli järjestää toimintapäivä erityistarpeita vaativille lapsille ja nuorille sekä heidän vanhemmilleen. Toimintapäivän tavoitteena on lisätä kaikkien lasten ja nuorten mahdollisuuksia löytää uusi liikuntaharrastus toimintakyvystään huolimatta. Liikunnalla on useita fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia hyötyjä lapsen kokonaiskehitykselle. Liikunnasta saadut hyvät kokemukset rakentavat omanarvontuntoa sekä positiivista minäkuva. Se antaa myös mahdollisuuden jopa omien rajojen ylittämiseen turvallisessa ympäristössä. (Ojanen 2013; Suihkonen & Virolainen 2002, 11.) Vastaavia tapahtumia on järjestetty aiemmin pääkaupunkiseudulla, jossa ne ovat keränneet suosiota erityislasten perheiden kesken. Turun seudulla tämä hanke oli ensimmäinen laatuaan.

Laineen (2014) tekemän tutkimuksen tulokset osoittavat, että lapset liikkuvat suositeltua vähemmän. Kokonaisuudessaan vain 38% sekä tytöistä että pojista täyttivät liikuntasuositukset. Tapahtuman järjestämisellä haluttiin antaa mahdollisuus liikuntavammaisille ja pitkäaikaissairaille lapsille tutustua erilaisiin liikuntalajeihin, joista he mahdollisesti löytäisivät itsellensä mieluisan liikuntaharrastuksen. Toimintapäivällä haluttiin tuoda myös esiin liikunnan tärkeys arjessa ja näin edistää liikuntavammaisten ja pitkäaikaissairaiden lasten liikkumista.

Opinnäytetyöryhmä laati palautelomakkeen mittaamaan päivän onnistuneisuutta kävijöiden kokemana. Palautteen perusteella toimintapäivä oli kävijöiden kokemana positiivinen kokemus. Projektityöryhmä koki näin ollen onnistuneensa opinnäytetyön tehtävässä. Toimintapäivää edeltävät osatavoitteet toteutuivat suunnitellusti, itse toimintapäivä sujui suunnitelmien mukaisesti, ja toimintapäivästä saatiin kävijöiltä pääosin positiivista palautetta. Tiukasti arvioiden opinnäytetyön tavoite ei toteutunut, koska suurin osa väittämään vastanneista ei ollut samaa eikä erimieltä siitä, että itselle mieluisa liikuntaharrastus olisi löytynyt. Toisaalta kolmasosa vastaajista koki jonkin uuden liikuntaharrastuksen löytyneen. Useassa palautteessa kuitenkin vapaan sanan osiossa keuhuttiin mahdollisuutta kokeilla eri lajeja, ja kokeilut urheiluseurojen osaavien edustajien avustamina koettiin hyväksi. Ehkä onkin liian vaativaa odottaa perheiden ja lasten heti samana päivänä tiedostavan, mikä olisi heille sopiva laji. Tärkeintä liikuntaharrastuksen valitsemiseen lienee mahdollisuus kokeilla eri lajeja sekä saada seuroilta tietoa siitä, millaista liikuntatoimintaa heillä on tarjota perheen liikkujan tarpeita vastaamaan. Jatkossa vastaavanlaisissa toimintapäivissä lajikokeiluja voisi olla lukumäärällisesti enemmänkin kuin

tässä opinnäytetyössä olleet seitsemän. Lajikokeiluiden valinnassa voisi ottaa myös paremmin huomioon sähköpyörätuolilla liikkuvat.

Lajikokeilumahdollisuuksien moninaisuus ja samankaltaisten tilaisuuksien järjestäminen uudelleen Turun seudulla vaikuttaisikin olevan tärkeää erityislasten perheiden liikunnan tukemista ajatellen. Tärkeää olisi myös tapahtumaa mainostettaessa korostaa, jos päivässä on jotakin osallistujien omaa valmistautumista vaativaa, kuten tämän opinnäytetyön ohjelmistossa ollut uinti. Moni perheistä kertoi, etteivät olleet huomanneet uintia mainoksessa tai olleet ymmärtäneet, että mukaan on otettava omat uimavaatteet.

Palautekyselyllä haluttiin myös tuottaa opinnäytetyön tekijöille tietoa siitä, kuinka opinnäytetyön markkinointi onnistui. Markkinointi oli onnistunutta, sillä päivän kävijätavoite saatiin täyttymään. Jatkossa samantapaisia tapahtumia järjestettäessä kannattaakin markkinoinnissa keskittyä selkeästi paikkoihin, joissa erityistarpeita vaativat lapset perheineen käyvät, kuten sairaalat, poliklinikat, terapeuttien vastaanotot sekä erityiskoulut ja -päivähoitopaikat. Tässä opinnäytetyössä markkinointia suoritti osin toimeksiantaja ja osin opinnäytetyöryhmä. Jatkossa vastaavanlaisissa projekteissa olisi kuitenkin työnjaon puolesta selkeintä, mikäli vain yksi taho huolehtisi markkinoinnista.

Tapahtuman tarkoitus oli olla esteetön ja liikuntavammaisille soveltuva, mutta tämä ei kuitenkaan täysin toteutunut. Esteettömyyttä sisätiloissa ovat muun muassa yleinen kynnykset, toimivat hissit, tarpeeksi loivat luiskat portaissa sekä portaiden molemmin puolin olevat käsijohteet (Alanko ym. 2004, 4). Suurimmaksi esteettömyyshaitaksi opinnäytetyöryhmä koki oviaukkojen korkeat kynnykset, joka näkyi myös palautelomakkeissa useampaan otteeseen. Opinnäytetyöryhmä yritti saada tapahtumaa varten lainaan liuskoja kynnyksiä varten. Liuskoja saatiinkin lainaan, mutta ei riittävästi joka oviaukolle. Esteettömyyttä tapahtumassa tukivat kuitenkin sisäänkäynnin edessä oleva loiva porraskäytävä sekä läheltä ovensuuta löytyvä hissi. Portaissa olivat esteettömyyttä tukevat käsijohteet. Perheiden kulkemista tapahtumassa pyrittiin helpottamaan opastein. Opinnäytetyöryhmä pyrki tekemään opasteista helposti hahmotettavat selkeän fontin avulla. Riittävän usein toistuvat ja helposti hahmotettavat opasteet liikuntaympäristössä helpottavat toimimista (Kilpelä 2013, 9). Liikuntatilan valaistuksen tulee olla riittävän tasainen (Kilpelä 2013, 56). Opinnäytetyöryhmä ei kyennyt vaikuttamaan tapahtumapaikan valaistukseen, mutta koki sen riittäväksi. Jatkossa samantapaisia tapahtumia järjestettäessä kannattaakin huomioida kaikki esteettömyysvaatimukset jo paikkaa valitessa, jotta tapahtuma olisi osallistujille mahdollisimman miellyttävä.

Toimintapäivään osallistui Kehitysvammaisten Tukiliitto ry Malike, joka esitteli erilaisia toimintavälineitä liikunnan avuksi lapsille. Maliken vierailu sai palautelomakkeiden perusteella positiivista palautetta kävijöiltä.

Toimintapäivässä mukana lajikokeiluna oli myös uinti. Se on yksi suosituimmista vammaisurheilulajeista maailmalla. Uinti sopii lähes kaikille erityisryhmille ja voi tarjota mahdollisuuden omatoimiseen kävelemiseen tai eteenpäin liikkumiseen, mikä ei maalla välttämättä ole mahdollista. (Niemelä & Rintala 2002, 338-341.) Uinnin suosion ja sen tarjoamien mahdollisuuksien vuoksi lajikokeiluun odotettiin suurta kävijämäärää. Tämä ei kuitenkaan toteutunut, sillä uintiin ei osallistunut yhtään kävijää. Saadun palautteen perusteella uinnin mukana oloa ei mainostettu riittävän selkeästi. Osa vanhemmista taas koki uintiin osallistumisen lapsen kanssa liian työläänä. Mikäli jatkossa järjestetään samankaltaisia tapahtumia, tulisi mainonnassa kiinnittää enemmän huomiota uinnin esille tuomiseen sekä muistuttaa uima-asujen mukaan ottamisesta. Vaihtoehtona uinnille ohjaaja voisi esitellä erilaisia uimakäytäntöjä ja -välineitä perheille.

Projektityöskentely oli koko opinnäytetyöryhmälle uutta. Projekti lähti tekijöiden kokemattomuudesta huolimatta hyvin käyntiin. Oppia projektityön tekoon saatiin ohjaavalta opettajalta ja alan kirjallisuudesta. Kirjallisuuden valintaan apua saatiin Turun ammattikorkeakoulun Ruiskadun ja Ylhäistentien kampusten kirjastojen informaatioilta. Ongelmalliseksi koettiin projektin aikana lähinnä työmäärän jako opinnäytetyöryhmän kesken sekä vaikeudet sähköpostiviestinnässä koko projektiryhmän kesken. Työmäärän ajateltiin alun toimenkuvien jaossa olevan tasainen, mutta projektia työstettäessä työmäärä jakautui epätasaisesti kuormittaen toisia ryhmän jäseniä enemmän kuin toisia. Opinnäytetyön loppua kohden työmäärää saatiin kuitenkin tasattua niin, että työmäärä keveni niillä ryhmän jäsenillä, jotka projektin alussa olivat saaneet enemmän työtehtäviä. Sähköpostiviestinnän vaikeudet johtuivat lähinnä käytössä olevan sähköpostiohjelman käyttäjäloukoasun monimutkaisuudesta. Pitkistä vastaanottajalistaista saattoi pudota vastaanottajia pois lähettäjän huomaamatta. Toisinaan, kun jokin sähköposti piti lähettää monelle vastaanottajalle, se menikin vain yhdelle. Näiden ongelmien johdosta viesti saattoi kulkea monen vastaanottajan kautta lopulliselle vastaanottajalleen, tai kulkea perille pelkästään suullisesti. Viestinnän ongelmat koskivat kuitenkin vain murto-osaa viestinnästä ja pääosin opinnäytetyöryhmä koki viestinnän koko projektiryhmän kesken olleen sujuvaa ja ammattimaista. Projektityöskentelystä opinnäytetyöryhmä koki oppineensa vastuunottoa, asioidenhallintaa, järjestelmällisyyttä ja organisointikykyä. Ryhmätyötaitojen ja epä-

varmuuden sietokyvyn koettiin vahvistuneen. Palkitsevana projektin teossa koettiin toimiminen erityislasten kanssa ja erilaisten soveltavien liikuntamuotojen moninaisuuden oppiminen. Myös toteutunut kävijämäärätavoite ja kaikkiin osatavoitteisiin pääseminen palkitsi. Yhteistyöstä eri tahojen kanssa pidettiin.

Opinnäytetyöryhmä koki toimintapäivän keston (4 tuntia), viikonpäivän (lauantai) ja ajankohdan (alkukevät) olleen hyviä kävijöitä ajatellen. Myös alkamis- ja päättymisajankohdan (tapahtuma oli kello 10-14) ajateltiin olevan hyvä, ei liian aikainen eikä liian myöhäinen, jotta kävijöille jäi myös loppupäivästä aikaa muille puuhille. Viikonpäivänä lauantaiajatteltiin olleen hyvä, tavanomaista työaikaa ajatellen. Ajankohdan keväällä ajateltiin olevan hyvä, sillä harrastuskausi alkaa tyypillisesti syksyllä. Toisaalta jos päivä olisi ollut hieman myöhemmin keväällä, olisi ollut todennäköisempää, että sää olisi suosinut ulkolajeja ja joidenkin tapahtuman osioiden järjestämistä ulkona. Toisaalta opinnäytetyön tekoa ajatellen huhtikuun loppu oli ajankohtana myöhäinen. Jatkoa ajatellen tapahtumapaikka voisi olla paremmin tarkoitukseen soveltuva, isommin liikuntatilojen varustettu ja esteetön tila. Näin lajikokeiluja ja näytteilleasettajakin voisi saada paikalle enemmän ja kattavammin. Opinnäytetyöryhmä koki osan toiminnoista (Pehmolelupoli ja Aistihuone) tapahtuman tavoitteesta irrallisina. Toisaalta kävijäpalautteen perusteella ainakin Aistihuone oli ollut pidetty. Jatkossa, jos vastaavaa tapahtumaa tehdään samalla asetelmalla opinnäytetyönä, voisi olla päivän organisoiminen, järjestelyn ja työmäärän kannalta parempi, jos opinnäytetyöryhmä saisi keskittyä pelkästään päivän valmisteluun ja opinnäytetyönsä tekoon, ilman oman toimintapisteen järjestelyä.

LÄHTEET

Alanko, R.; Remahl, V. & Saari, A. 2004. Ota minut mukaan- Erityistukea tarvitseva lapsi leikki- ja liikuntaryhmässä. Frenckellin Kirjapaino Oy. Saatavilla <http://www.sport.fi/system/resources/W1siZiZlsljwMTQvMDQvMjlvMTNfMDZfMTJfNDUzXzI9OYW11a2Fhbi5wZGYiXV0/otamu-kaan.pdf>.

Edu.fi. 2010. Kriittinen lukeminen ja luotettavan tiedon löytäminen. Viitattu 25.4.2017 http://www.edu.fi/etalukioetusivu/vinkkejaverkko_opiskeluun/miten_opiskella_verkossa/kriittinen_lukeminen_ja_luotettavan_tiedon_loytaminen.

Eriksson, K.; Isola, A.; Kyngäs, H.; Leino-Kilpi, H.; Lindström, U.; Paavilainen, E.; Pietilä, A-M.; Salanterä, S.; Vehviläinen-Julkunen, K. & Åstedt-Kurki, P. 2012. Hoitotiede. 4. uudistettu painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Heinonen, O.; Kantomaa, M.; Karvinen, J.; Laakso, L.; Lähdesmäki, L.; Pekkarinen H.; Stigman, S.; Sääkslahti, A.; Tammelin, T.; Vasankari, T. & Mäenpää, P. 2008. Osa 1 Suositukset. Fyysisen aktiivisuuden suositukset kouluikäisille 7-18 -vuotiaille. Nuori Suomi. Helsinki: Reportalo Lauttasaari Oy. Viitattu 14.3.2017. Saatavilla http://www.ukkinstituutti.fi/filebank/1477-Fyysisen_aktiivisuuden_suositus_kouluikaisille.pdf.

Henkilötietolaki 523/1999. Annettu Helsingissä 22.4.1999. Saatavilla <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990523#L2P6>.

Hirsjärvi S.; Remes, P. & Sajavaara, P. 2012. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Innostun liikkumaan, Kasvattajan työtä tukemassa. 2017. Motoriikan haasteet ja ideat niiden ratkaisemiseksi. Viitattu 26.3.2017 <http://www.innostunliikkumaan.fi/file/download/inline/3471a508-8028-4f92-9bb2-757fc609c2b0/Motoriikan%20haasteet%20ja%20ideat%20nii-den%20ratkaisemiseksi.pdf>.

Invalidiliitto, Harvinaiset-yksikkö. Viitattu 23.3.2017. <https://www.invalidiliitto.fi/toiminta/harvinaiset-yksikko>.

Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen. 2013. Tutkimus hoitotieteessä. 3., uudistettu painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Kettunen, S. 2009. Onnistu projektissa. 2., uudistettu painos. Helsinki: WSOYpro.

Kehitysvammaisten Tukiliitto ry. 2017. Malike- matkalle, liikkeelle, keskelle elämää. Viitattu 30.3.2017 <http://www.malike.fi/>.

Kilpelä, N. 2013. Esteettömät sisäliikuntatilat. Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry. Tampere: Tammerprint Oy.

Kinnunen, A. 2010. Vanhempien näkemyksiä alle kouluikäisen neurologista kuntoutusta ja ohjausta saavan lapsen kuntoutuksesta sekä heidän osallisuudestaan siihen. Pro gradu -tutkielma. Hoitotieteen laitos. Itä-Suomen yliopisto. Viitattu 20.4.2017. <http://www.vlkunto.fi/tutkimus/2007-11/Anu%20Kinnusen%20progradu.pdf>.

Kiravo – materiaalipankki tiedonhankinnan ohjaukseen ja oppimiseen. 2013. Internet-tiedonlähteiden luotettavuuden arviointi. Viitattu 25.4.2017 <http://kiravo.kirjastot.fi/sites/default/files/uploaded/Tiedonl%C3%A4hteiden%20luotettavuuden%20arviointi/index.pdf>.

- Kiviranta, T.; Sätilä, H.; Suhonen-Polvi, H.; Kilpinen-Loisa, P. & Mäenpää, H. 2016. Lapsen ja nuoren hyvä kuntoutus. Viitattu 20.4.2017. <https://slny-fi-bin.directo.fi/@Bin/153a768bf5ae646ebd00551c6f8a7e6a/1492675452/application/pdf/179891/SLNY%20Lapsen%20ja%20nuoren%20hyva%cc%88%20kuntoutus-15-1-2016.pdf>.
- Kupila, P.; Karppinen, L.; Löfström, E. & Helminen, P. 2017. Mitä on plagiointi? Viitattu 28.3.2017. <http://blogs.helsinki.fi/alakopsaa/opettajalle/mita-on-plagiointi/>.
- Kvantitatiivisten menetelmien tietovaranto. 2008. Mittaaminen: Mittarin luotettavuus. Viitattu 10.5.2017 <http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/mittaaminen/luotettavuus.html>.
- Kylmä, J. & Juvakka, T. 2012. Laadullinen terveystutkimus. 1.-2. painos. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Laine, E. 2014. Erityiskoulua käyvien lasten ja nuorten liikunta-aktiivisuus. Pro gradu -tutkielma. Liikuntakasvatuksen laitos. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 4.5.2017 <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/43909/URN:NBN:fi:jyu-201407242254.pdf?sequence=1>.
- Marttila, J. & Suominen, G. 2017. Kehitysvammaisuuden yhteys lapsen motorisiin perustaitoihin. Pro gradu -tutkielma. Liikuntatieteellinen tiedekunta. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 4.5.2017 <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/53290/URN%3ANBN%3Afi%3Aju-201703161678.pdf?sequence=1>.
- Mediakasvatusseura. 2010. Kuvauslupa. Viitattu 28.3.17. <http://www.mediakasvatus.fi/materiaali/kuvauslupa/>.
- Mäenpää, H.; Kela, K. & Sätilä, H. 2016. Ratsastusterapia liikuntavammaisten lasten kuntoutuksessa. Duodecim. Viitattu 16.3.2017. <http://www.terveysportti.fi/xmedia/duo/duo13201.pdf>.
- Mälkiä, E. & Rintala, P. 2002. Uusi Erityisliikunta. Liikunnan sovellukset erityisryhmille. Liikuntatieteellisen seuran julkaisu nro 154. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Mäntyneva, M. 2016. Hallittu projekti. Helsinki: Kauppakamari.
- Niemelä, S. & Rintala, P. 2002. Liikuntamuotojen soveltaminen. Uusi Erityisliikunta. Liikunnan sovellukset erityisryhmille. Liikuntatieteellisen seuran julkaisu nro 154. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Norio-keskus, Suomalainen tautiperintö. 2017. Viitattu 23.3.2017. <http://www.norio-keskus.fi/tieto/suomalainen-tautiperinto.html>.
- Ojanen, P. 2013. Liike on tärkeää. Kouluikäisen terveydenpolku. Viitattu 15.3.2017. http://www.edu.fi/kouluikaisen_terveyden_polku/liike_on_tarkea.
- Paasikivi, L.; Suhonen, M. & Nikkilä, J. 2008. Innostavat projektit. Sipoo: Silverprint.
- Palsio, M. 2002. Toiminnan perusteet. Uusi Erityisliikunta. Liikunnan sovellukset erityisryhmille. Liikuntatieteellisen seuran julkaisu nro 154. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Pelin, R. 2011. Projektihallinnan käsikirja. 7. uudistettu painos. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy.
- Rakennusasetus 266/1959. Annettu Helsingissä. 26.6.1959. Saatavilla sähköisesti osoitteessa <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/1959/19590266#Pidp1669600>.
- Rintala, P.; Ahonen, T. & Cantell M. 2002. Toiminnan perusteet. Uusi Erityisliikunta. Liikunnan sovellukset erityisryhmille. Liikuntatieteellisen seuran julkaisu nro 154. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Rintala, P. 2002. Toiminnan perusteet. Uusi Erityisliikunta. Liikunnan sovellukset erityisryhmille. Liikuntatieteellisen seuran julkaisu nro 154. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Rintala, P. 2008. Liikunnan mahdollisuudet: CP-vamma, MMC ja hydrokefalia. Liikuntaa liikkujille –soveltaen sopivaksi. Forssa. Suomen CP-liitto ry. Viitattu 15.3.2017 http://www.cp-liitto.fi/files/760/liikuntaa_080109_low.pdf.

Ruuska, K. 2007. Pidä projekti hallinnassa. 6. uudistettu painos. Helsinki: Talentum.

Saari, A. 2011. Inklusion nosteet ja esteet liikuntakulttuurissa. Tavoitteena kaikille avoin liikunnallinen iltapäivätoiminta. Department of Health Sciences. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 8.4.2017 <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/36793/9789513944339.pdf?sequence=1>.

Suihkonen, T. & Virolainen, K. 2002. Mikä lasta liikuttaa? Lasten liikuntamotivaatio ja muut liikkumiseen vaikuttavat tekijät lasten kokemina. Pro gradu- tutkielma. Opettajankoulutuslaitos. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 5.4.2017 <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/10572/G0000067.pdf?sequence=1>.

Suomen Paralympiakomitea ry. 2017. Paralympiakomitea ry. Viitattu 28.4.2017 <https://www.paralympia.fi/etusivu/suomen-paralympiakomitea/paralympiakomitea/>.

Suomen vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry. 2017. Koripallo. Viitattu 19.4.2017 <http://www.vammaisurheilu.fi/liikunta-ja-urheilu/lajit/koripallo>.

Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry. 2017. Yleisesti VAU:sta. Viitattu 28.4.2017 <http://www.vammaisurheilu.fi/mika-on-vau/yleisesti-vausta>.

Taanila, A. 2014. Mittaamisen luotettavuus. Akin menetelmäblogi. Viitattu 10.5.2017 <https://tilastoapu.wordpress.com/tag/reliabiliteetti/>.

Tampereen yliopisto. 2013. Yksityisyys ja tietosuoja. Viitattu 22.3.2017 <http://www.uta.fi/tutkimus/etiikka/periaatteet/yksit.html>.

Terveyskylä. 2017. Harvinaissairaudet. Meillä ja muualla. Viitattu 20.4.2017. <https://www.terveyskyla.fi/harvinaissairaudet/tietoa/harvinaisista-sairauksista/meilla-ja-muualla>.

Turku AMK. 2017. Tekijänoikeudet ja plagioinnin tarkistus. Viitattu 26.4.2017 <https://messi.turkuamk.fi/opiskelu/9/9.7/Sivut/etusivu.aspx>.

OPINNÄYTETYÖN TOIMEKSIANTOSOPIMUS**1. Osapuolet****Opiskelija**

Nimi: Annette Prange-Niemi/Riikka Liimatainen	S-posti: annette.prangeniemi@edu.turkuamk.fi /riikka.liimatainen@edu.turkuamk.fi
Osoite: [REDACTED]	Puhelin: [REDACTED]
Koulutus: Hoitotyön koulutusohjelma, sairaanhoitaja	

Nimi: Mona Jokela/ Petra Toivonen	S-posti: mona.jokela@edu.turkuamk.fi /petra.toivonen1@edu.turkuamk.fi
Osoite: [REDACTED]	Puhelin: [REDACTED]
Koulutus: Hoitotyön koulutusohjelma, sairaanhoitaja	

Nimi: Riina Hörkkö	S-posti: riina.horkko@edu.turkuamk.fi
Osoite: [REDACTED]	Puhelin: [REDACTED]
Koulutus: Hoitotyön koulutusohjelma, sairaanhoitaja	

Toimeksiantaja

Yhteyshenkilön nimi: Mirja Heikkilä	Organisaatio: Invalidiliitto ry/Harvinaiset-yksikkö
Osoite: Launeenkatu 10, 15100 Lahti	
S-posti: mirja.t.heikkila@invalidiliitto.fi	Puhelin: 0447650410

Turun ammattikorkeakoulu Oy

Yhteyshenkilö/ohjaaja: Tiina Pelander	Puhelin: 044 90 75486
S-posti: tiina.pelander@edu.turkuamk.fi	

2. Ohjaus ja vastuut

Vastuu opinnäytetyön tekemisestä ja tuloksista on opiskelijalla. Turun ammattikorkeakoulu vastaa opinnäytetyön ohjauksesta ja arvioinnista oppimistehtävänä. Toimeksiantaja sitoutuu antamaan opiskelijan käyttöön kaikki opinnäytetyön tekemiseen tarvittavat tiedot ja aineistot sekä ohjaamaan opinnäytetyötä toimeksiantajaorganisaation näkökulmasta.

3. Oikeudet

Opinnäytetyön tekijänoikeus kuuluu sen tekijälle eli opiskelijalle. Jos ohjaajan osuus opinnäytetyön tulosten aikaansaamiseksi on ollut poikkeuksellisesti niin luova ja omaperäinen, että se on tekijänoikeudellisesti suojattu muodostamatta kuitenkaan opiskelijan työstä erotettavissa olevaa itsenäistä osaa, on opiskelijalla ja ohjaajalla teokseen yhteinen tekijänoikeus, jonka ehdoista asianomaiset sopivat tarvittaessa erikseen. Muiden immateriaalioikeuksien osalta noudatetaan kulloinkin voimassa olevaa, kyseistä oikeutta koskevaa lainsäädäntöä.

4. Työsuhde ja kustannukset

Mahdollisesta työsuhteesta, työstä maksettavasta palkkiosta ja työstä (opinnäytetyöstä) mahdollisesti aiheutuvien kustannusten korvaamisesta toimeksiantaja, opinnäytetyön tekijä ja ammattikorkeakoulu sopivat erikseen.

5. Tulosten julkistaminen ja luottamuksellisuus

Opiskelija laatii Turun ammattikorkeakoulun ohjeen mukaisen dokumentaation opinnäytetyöstä, jonka hän luovuttaa toimeksiantajalle ja toimittaa kansitettuna kirjaston lainakokoelmaan tai Open Access -julkaisuna Theseus-tietokantaan.

Opiskelija laatii opinnäytetyön julkistettavan aineiston siten, ettei se sisällä toimeksiantajan liike- tai ammattisalaisuuksia eikä mahdollisia muita salassa pidettäväksi sovittuja tietoja tai aineistoja, eikä myöskään julkisuuslaissa (laki viranomaisten toiminnan julkisuudesta 621/1999) salassa pidettäväksi määrättyjä tietoja. Edellä tarkoitetut tiedot ja aineisto jätetään työn tausta-aineistoon. Opinnäytetyön arvioinnissa otetaan huomioon sekä julkistettava että salassa pidettävä osa.

Tämän sopimuksen osana noudatetaan Turun AMK:n opinnäytetyön toimeksiantosopimuksen salassapitoehtoja. (Rasti ruutuun, mikäli salassapitoehtojen noudattamisesta sovitaan.) Salassapitoehtoja sovellettaessa on niiden edellyttämä salassapitovelvollisuus voimassa viisi (5) vuotta toimeksiantosopimuksen voimaan astumisesta.

Opiskelija toimittaa toimeksiantajan yhteyshenkilölle julkistettavan opinnäytetyön tutustumista ja lausunnon antamista varten viimeistään 14 päivää ennen aiottua työn julkistamisajankohtaa. Toimeksiantaja toimittaa opiskelijalle lausunnon opinnäytetyöstä ennen sen ilmoitettua julkistamisajankohtaa ja määrittelee lausunnossaan tarvittaessa työhön mahdollisesti sisältyvät julkistamatta jätettävät tiedot ja aineistot.

Ellei toimeksiantaja toimita opiskelijalle lausuntoa ennen ilmoitettua julkistamisajankohtaa tai ei lausunnossaan esitä luottamuksellisuuden vuoksi poistettavaksi tietoja opinnäytetyön julkistettavaksi aiotusta aineistosta, katsotaan toimeksiantajan hyväksyneen opinnäytetyön julkistamisen opiskelijan sille toimittamassa muodossa.

Opinnäytetyö on julkistettavissa kokonaisuudessaan. Se ei sisällä luottamuksellista tietoa. (Rasti ruutuun, mikäli asia on tiedossa jo toimeksiantovaiheessa.)

Opinnäytetyön aihe:Liikuntarajoitteisten lasten liikunta - Toimintapäivä 22.4.2017 Turussa liikuntarajoitteisille lapsille ja nuorille

Seuraavia opinnäytetyön sisältämiä aineistoja ja tietoja ei julkisteta: opinnäytetyön tekijöiden kotiosoitteita ja henkilökohtaisia puhelinnumeroita tässä toimeksiantosopimuksessa ei julkisteta opinnäytetyön julkaisun yhteydessä

6. Sopimuksen voimassaolo ja allekirjoitukset

Tämän sopimuksen osapuolina allekirjoittaneet hyväksyvät edellä esitetyt ehdot ja sitoutuvat toimimaan opinnäytetyön toteutuksessa niiden mukaisesti. Tämän sopimuksen allekirjoituksin Turun ammattikorkeakoulu Oy hyväksyy edellä yksilöidyn opinnäytetyön aiheen. Tämä sopimus astuu voimaan, kun kaikki osapuolet ovat sen allekirjoittaneet, ja voimassaolo lakkaa automaattisesti kolmen (3) vuoden kuluttua voimaan astumisesta tai sitä ennen opinnäytetyön valmistuttua.

Lahdessa 22/1 /2017 (pp.kk.vvvv)
(Paikka)

Toimeksiantajaorganisaatio

Mirja Heikkilä

Mirja Heikkilä / suunnittelija

Nimen selvennys/ titteli

14 / 03 / 2017 (pp.kk.vvvv)
(Paikka)

Opiskelija

Mona Jokeba

Annette Prange-Niem

Nimen selvennys, opiskelija

Rikka Limatainer

/ / (pp.kk.vvvv)
(Paikka)

Turun ammattikorkeakoulu Oy

Lyjle van Ly

Nimen selvennys, KT-päällikkö/KT-päällikön
valtuuttamana Koulu vast

M. v. SUTAVI

14 / 03 / 2017 (pp.kk.vvvv)
(Paikka)

Petra Piim / Petra Taivonen

Riina Herkkö

Nimen selvennys, opiskelija

/ / (pp.kk.vvvv)
(Paikka)

Nimen selvennys opiskelija

LIITTEET

Opinnäytetyösuunnitelma

Salassapitoehdot

Turun ammattikorkeakoulu Oy

Joukahaisenkatu 3 A
20520 Turku
puh. (02) 263 350
www.turkuamk.fi

Y-tunnus
2528160-3

OPINNÄYTETYÖN TOIMEKSIANTOSOPIMUKSEN SALASSAPITOEHDOT

1. Nämä ehdot on tarkoitettu sovellettavaksi osana Turun AMK:n opinnäytetyön toimeksiantosopimusta ja ovat sellaisenaan pätevätkä vain osapuolten sovittua toimeksiantosopimuksessa niiden soveltamisesta.
2. Luottamuksellista tietoa on kaikki sellainen luovuttavan osapuolen kohdassa 4 kuvatussa tarkoituksessa toiselle osapuolelle luovuttama informaatio ja muu aineisto, joka koskee esimerkiksi luovuttajan liike- tai ammatillisalaisuuksia, teknisiä salaisuuksia tai kaupallisia tai rahoitustietoja ja jotka luovuttaja on merkinnyt luottamuksellisiksi.
3. Mikäli luottamuksellista tietoa luovutetaan suullisesti, on tiedon luovuttajan huomautettava vastaanottajalle tiedon luottamuksellisuudesta sitä luovutettaessa ja vahvistettava kirjallisesti tiedon luottamuksellisuus seitsemän (7) vuorokauden kuluessa suullisen tiedon antamisesta. Muussa tapauksessa suullisesti annettua tietoa ei katsota luottamukselliseksi.
4. Osapuolet luovuttavat luottamuksellista tietoa toiselle osapuolelle vain opinnäytetyön laatimisen, tekemisen tai muunlaisen aikaansaamisen tarkoituksessa.
5. Luottamuksellista tietoa vastaanottava osapuoli sitoutuu pitämään luovuttavalta osapuolelta saamansa luottamuksellisen tiedon salassa ja olemaan luovuttamatta ja paljastamatta sitä kolmannelle osapuolelle ilman luovuttajan kirjallista lupaa ja käyttämään sitä vain opinnäytetyön toteuttamis- tai ohjaamistarkoitukseen.
6. Turun AMK:lla ja opiskelijalla on oikeus edellä kohdassa 5 todetun estämättä luovuttaa toimeksiantajan luottamuksellista tietoa opinnäytetyön ohjaukseen osallistuvalla opettajalle ilmoitettuaan tälle tiedon olevan salassa pidettävää.
7. Salassapitovelvollisuus ei koske aineistoa ja informaatiota,
 - a) joka on yleisesti saatavilla tai muuten julkista tai tulee julkiseksi salassa pidettävän tiedon luovuttamisen jälkeen,
 - b) joka oli oikeutetusti tiedonsaajan hallussa ennen tiedon luovuttamista,
 - c) jonka tiedonsaaja on kehittänyt itsenäisesti tai yhdessä kolmannen kanssa,
 - d) joka tiedonsaajan on luovutettava lain, tuomioistuimen päätöksen tai viranomaisen antaman määräyksen mukaisesti.

Hei!

Olemme viisi sairaanhoitajaopiskelijaa Turun AMK:sta. Teemme tästä toimintapäivästä ja sen järjestämisestä opinnäytetyötämme. Tämän palautelomakkeen avulla on tarkoitus arvioida päivän ja sen järjestämisen onnistumista. Vastaaminen on täysin anonyymiä ja palautelomakkeet hävitetään asianmukaisesti analysoinnin jälkeen.

Ympyröi mieleisesi vaihtoehto ja/tai vastaa sille varattuun tilaan

1. Lapsesi ikä	a) Alle kouluikäinen	b) Alakouluikäinen	c) Yläkouluikäinen
----------------	----------------------	--------------------	--------------------

	Täysin samaa mieltä =5	Melko samaa mieltä =4	Ei samaa, eikä eri mieltä =3	Melko eri mieltä =2	Täysin eri mieltä =1
2. Lapsi löysi päivästä itselle mieluisan liikuntaharrastuksen	5	4	3	2	1
3. Toimintapäivä oli hyvin organisoitu	5	4	3	2	1
4. Päivässä oli riittävästi näytteilleasettajia	5	4	3	2	1
5. Näytteilleasettajilta saatu informaatio palveli tarpeitani	5	4	3	2	1
6. Päivässä oli riittävästi lajikokeiluja	5	4	3	2	1
7. Liikkuminen pisteeltä toiselle oli vaivatonta	5	4	3	2	1
8. Päivän sisältö vastasi mainoksen antamia mielikuvia	5	4	3	2	1

9. Mikä oli kiinnostavinta päivässä?

10. Mistä sait kuulla tapahtumasta?

11. Ruusuja, risuja?

Kiitos vastauksistasi!

Päivämäärä ja paikka	Osallistujat	Sisältö
26.1.2017, Turun AMK Ruiskatu, Aloituspalaveri	- Paralympiakomitean edustaja - toimeksiantaja - opettajat - opinnäytetyöryhmä	- Päivän tarkoitus ja kohderyhmä - Tapahtuman sisällöllisiä toiveita - Toimeksiantajat ja yhteistyökumppanit - Turun AMK:n monialainen yhteistyö
31.1.2017, TYKS	Opinnäytetyöryhmä	- Opinnäytetyön ja toimintapäivän sisällön selvitys - Alustava työnjako - Viestinnän keinot
13.2.2017, Turun AMK Ylhäistentie Salo	Opinnäytetyöryhmä	Vastuualueiden jako
15.2.2017, Turun AMK Ruiskatu	Projektiryhmä (fysioterapeutti- ja toimintaterapeuttipiskelijät ja opinnäytetyöryhmä)	- Toimintapäivän sisältö - Työtehtävien jako fysioterapeutti- ja toimintaterapeuttipiskelijoille - Ideointi
15.2.2017, Turun AMK Ruiskatu	Opinnäytetyöryhmä	- Yhteydenotot mahdollisiin sponsoreihin - Mainokseen sisältyvien asioiden kokoaminen - Opinnäytetyöryhmän oman pisteen suunnittelu toimintapäivään - Tapahtuman nimen ideointi
28.2.2017, Turun AMK Ylhäistentie Salo	Opinnäytetyöryhmä	Flaijerin teko Harvinaisten sairauksien päivään 1.3 (TYKS U-sairaalan aula)
1.3.2017, Turun AMK Ruiskatu	- Toimintaterapeuttipiskelijät - Osa opinnäytetyöryhmää	- Toimintaterapeuttien suunnitelmat ja niiden läpi käyminen - Viestinnän menetelmät
1.3.2017 Tyks U-sairaala	Osa opinnäytetyöryhmää	Flaijerien jako Harvinaisten sairauksien päivässä
1.3.2017, Turun AMK Ruiskatu	Opinnäytetyöryhmä	Tiedonjakoa tapahtuman järjestäjille
2.3.2017, Turun AMK Ruiskatu	- Fysioterapeuttipiskelijät - Opinnäytetyöryhmä	- Tilannekatsaus - Lajikokeilujen tilojen ja aikataulujen suunnittelu - Sisällön läpikäyminen
7.3.2017, Turun AMK Ylhäistentie Salo	Opinnäytetyöryhmä	Projektisuunnitelman tekoa
14.3.2017, Turun AMK Ylhäistentie Salo	Opinnäytetyöryhmä	- Projektiryhmän yhteisen tapaamisen ajankohdan sopiminen (4.4.2017 klo 12.00) - Tiedonjako projektiryhmälle - Tilavaraustaulukon suunnittelu ja täydentäminen - Epäselvien asioiden selvittäminen (mainos)
15.3.2017, Turun AMK Ruiskatu	Projektiryhmä	- Tapahtumapäivän aikataulutuksen suunnittelu ja teko - Tapahtumapäivän sisällöllisistä asioista sopiminen
21.3.2017 Turun AMK Ylhäistentie Salo	Opinnäytetyöryhmä	- Palautelomake - Opasteet - Aikatauluposterin teko
3.4.2017 Turun AMK Ylhäistentie Salo	Opinnäytetyöryhmä	- Väliarviointikeskustelu - Ilmoitus tapahtumasta poliisille - Huomisen palaverin sisällön suunnittelu - Infoviestien lähetykset tapahtuman järjestäjille

4.4.2017 Turun AMK Ruiskatu	- Projektiryhmä ja opettajat - Toimeksiantajaan Skype- yhteys	Yhteenvedo toimintapäivän sisällöstä
10.4.2017 Turun AMK Ruiskatu	Opinnäytetyöryhmä	Päivän aikatauluposterin ja aikataululaajenerien suunnittelu ja toteutus
21.4.2017 Turun AMK Ruiskatu	Projektiryhmä	Toimintapäivän tilojen valmisten toimintapäivää varten
22.4.2017 Turun AMK Ruiskatu		Toimintapäivä
25.4.2017	Opinnäytetyöryhmä	- Loppuarviointikeskustelu - Palautelomakkeet
10.5.2017 Turun AMK Ruiskatu	Projektiryhmä ja opettajat	- Jälkiarviointikeskustelu - Palaute

TUU MESSIIN, NYT LIIKUTAAN!

Tapahtumaa sponsoroit:



Hei sinä TYKS lastenklinikan lapsi tai nuori ja perheesi!

Tervetuloa hauskaan toimintapäivään Ruiskadun AMK:n koulutalolle liikkumaan ja kokeilemaan uusia urheilulajeja **lauantaina 22.4.2017 klo 10-14**. Tapahtumassa mukana mm. paralympiaurheilijoita, Malike, VAU...

Uinti Kaverikoirat Sisäcurling Pyörätuolikoris Pehmolelupoli
Sähly Tanssi Frisbeegolf Judo Yleisurheilu Aistihuone



Ilmoittaudu 9.4.2017 mennessä. Huom! Osallistua voi myös ilman ennakoilmoittautumista. Ilmoittautumalla varmistat maksuttoman keittolounaan. Ilmoittautumiset: <https://link.webpolsurveys.com/S/1FC3479FE881816A>

Osoite: Ruiskatu 8, 20720 Turku

Järjestäjinä toimivat yhteistyössä Turun AMK:n opiskelijat, TYKS Lastenkliniikka ja Invalidiliiton Harvinaiset-yksikkö.

Pehmolelupolille voit tulla oman pehmolelusi kanssa!

Tuu messiin, nyt liikutaan!



Liikunnan ilo, uuden oppiminen ja rohkeus kuuluvat kaikille. Erilainen liikkuja voi silti olla liikkuja.

Liikuntatapahtuma lapsiperheille ja nuorille Turussa Ruiskatu 8 (Turun AMK) 22.4. klo 10–14

Vammaiset tai pitkäaikaissairaat lapset ja nuoret pääsevät kokeilemaan erilaisia liikuntalajeja, saavat tietoa harrastuksista ja tapaavat paraurheilijoita.

Vanhemmille tarjolla on lajitietoa ja vinkkejä arjen liikuntaan sekä ravitsemukseen.

ESITTÄYTYMÄSSÄ

pyörätuolikelaja
Henry Manni
ratsastaja
Fanny Bengs-Pentikäinen
uimari
Meri-Maari Mäkinen

LAJIKOKEILUT

- Tanssi
- Uinti
- Sähly
- Judo
- Sisäcurling
- Pyörätuolikoripallo
- Yleisurheilu
- Pyörätuolikelaus
- Frisbeegolf

Lisätietoja tapahtumasta: www.invalidiliitto.fi/harvinaiset

Järjestäjät: Invalidiliitto ry, Harvinaiset-yksikkö, TYKS lastenkliniikka ja Turku AMK

Yhteistyössä: Paralympiakomitea

Tapahtuman toteuttaja: Turun ammattikorkeakoulun opiskelijat

Tukija: Lapsellista ry

 Perheen pienemmille pehmolelupoli



LAUSELLISTA

TURKU AMK

TUU MESSIIN, NYT LIKUTAAN!

Alakerrassa, krs. 1

Kennelliiton kaverikoiria tavattavissa 10-14!

Opinnäytetyöesittely Tiina Ahonpää

Ratakelausta pitkällä käytävällä – seuraa opasteita!

Kahvio on auki 9.30-13.30

Ruokailu ennakkoon ilmoittautuneille kahviossa kello 11-13

LT, professori Harri Niinikosken ja sh Heljä Salmisen (Tyks, Lasten ja nuorten klinikka) **Ravitsemustietopiste**

Malike esittelee toimintaansa ja apuvälineitä liikkumiseen

Vanhempainvartteja tasatunnein kello 11, 12 ja 13 luokassa 124

Yläkerrassa, krs. 2

Tanssia luokassa 225! Tanssiryhmät aloittavat 20 minuutin välein klo 10 alkaen

Sisäcurlingia luokassa 231!

Luokassa 228 toimii **pehmolelupoli** – tule tarkastuttamaan pehmokaverisi terveys!

Luokassa 227 sijaitsee toimintaterapeuttipiskelijöiden **aistihuone**.

Uintia on tasatunnein kello 11, 12 ja 13. Uinteihin ilmoittaudutaan etukäteen uimahallin aulassa. Ilmoittautuminen sulkeutuu varttia ennen uinnin alkua.

Uimahalliaulasta löydät myös **yleisurheilupisteen**

Liikuntasalissa, krs. 2

Salin A-osassa **pyörätuolikorista** ja **sählytutkalauontaa**

Salin B-osassa voit kokeilla **judoa** ja **jääkiekkokelkan** kyydissä istumista!

Salin C-osassa on kokeiltavana **frisbeegolfia**

Täytähän palautelomakkeen lähtiessäsi, palautteesi on meille tärkeä! :)

Antoisaa liikuntapäivää!

Terveystodistus

Pehmoeläin nimi:

Ikä:

Pään ympärys:

Pituus:

Paino:

Verenpaine:

Muuta:





Kokous Ryhdytti Tuus Valtomon edellyt Viivi viltanalle, harkki harkkaa jalka voi olla. Kokous Ryhdytti erityislapset väköt harrastaa ammatikorkeakoulu.

”Hyvä Viivi, anna mennä vaan!”

Turun ammattikorkeakoulun opiskelijat muistuttivat järjestämässään tapahtumassa, että erityislapsille on tarjolla runsaasti liikuntavaihtoehtoja.

Annamari Nurminen
Turun ammattikorkeakoulu

– Olla mukavaa, mutta tottakai, Viivi Virmanen saati hyviä vinkkejä liikuntavaihtoehtoja. Nämä vinkit, että hiki asukkaista, ja perusteella joutui haastamaan. Tärkeää on kysyä, Virmanen osallistui lauantaina järjestettyyn Tuus Valtomon tapahtumaan, jossa oli liikuntavaihtoehtoja runsaasti. Tuus Valtomon liikuntavaihtoehtoja runsaasti. Tuus Valtomon liikuntavaihtoehtoja runsaasti.

– Yhteistyössä, vaimoni kanssa ja vaimoni kanssa. Yhteistyössä, vaimoni kanssa ja vaimoni kanssa. Yhteistyössä, vaimoni kanssa ja vaimoni kanssa.



Mirja ja Viivi muistivat tapahtumasta erityislapset saavat Tuus Valtomon liikuntavaihtoehtoja. Kuvassa Viivi ja Mia Oja, vaimonsa kanssa Mirja ja Maria Järvelin. Tapauskerta on Mirja Haataja julk.

– Mirja ja Viivi muistivat tapahtumasta erityislapset saavat Tuus Valtomon liikuntavaihtoehtoja. Kuvassa Viivi ja Mia Oja, vaimonsa kanssa Mirja ja Maria Järvelin. Tapauskerta on Mirja Haataja julk.

– Tuus Valtomon liikuntavaihtoehtoja runsaasti. Tuus Valtomon liikuntavaihtoehtoja runsaasti. Tuus Valtomon liikuntavaihtoehtoja runsaasti.

– Tuus Valtomon liikuntavaihtoehtoja runsaasti. Tuus Valtomon liikuntavaihtoehtoja runsaasti. Tuus Valtomon liikuntavaihtoehtoja runsaasti.

– Mirja ja Viivi muistivat tapahtumasta erityislapset saavat Tuus Valtomon liikuntavaihtoehtoja. Kuvassa Viivi ja Mia Oja, vaimonsa kanssa Mirja ja Maria Järvelin. Tapauskerta on Mirja Haataja julk.

– Mirja ja Viivi muistivat tapahtumasta erityislapset saavat Tuus Valtomon liikuntavaihtoehtoja. Kuvassa Viivi ja Mia Oja, vaimonsa kanssa Mirja ja Maria Järvelin. Tapauskerta on Mirja Haataja julk.

– Mirja ja Viivi muistivat tapahtumasta erityislapset saavat Tuus Valtomon liikuntavaihtoehtoja. Kuvassa Viivi ja Mia Oja, vaimonsa kanssa Mirja ja Maria Järvelin. Tapauskerta on Mirja Haataja julk.

– Mirja ja Viivi muistivat tapahtumasta erityislapset saavat Tuus Valtomon liikuntavaihtoehtoja. Kuvassa Viivi ja Mia Oja, vaimonsa kanssa Mirja ja Maria Järvelin. Tapauskerta on Mirja Haataja julk.

– Mirja ja Viivi muistivat tapahtumasta erityislapset saavat Tuus Valtomon liikuntavaihtoehtoja. Kuvassa Viivi ja Mia Oja, vaimonsa kanssa Mirja ja Maria Järvelin. Tapauskerta on Mirja Haataja julk.

– Mirja ja Viivi muistivat tapahtumasta erityislapset saavat Tuus Valtomon liikuntavaihtoehtoja. Kuvassa Viivi ja Mia Oja, vaimonsa kanssa Mirja ja Maria Järvelin. Tapauskerta on Mirja Haataja julk.

– Mirja ja Viivi muistivat tapahtumasta erityislapset saavat Tuus Valtomon liikuntavaihtoehtoja. Kuvassa Viivi ja Mia Oja, vaimonsa kanssa Mirja ja Maria Järvelin. Tapauskerta on Mirja Haataja julk.

– Mirja ja Viivi muistivat tapahtumasta erityislapset saavat Tuus Valtomon liikuntavaihtoehtoja. Kuvassa Viivi ja Mia Oja, vaimonsa kanssa Mirja ja Maria Järvelin. Tapauskerta on Mirja Haataja julk.

– Mirja ja Viivi muistivat tapahtumasta erityislapset saavat Tuus Valtomon liikuntavaihtoehtoja. Kuvassa Viivi ja Mia Oja, vaimonsa kanssa Mirja ja Maria Järvelin. Tapauskerta on Mirja Haataja julk.

– Mirja ja Viivi muistivat tapahtumasta erityislapset saavat Tuus Valtomon liikuntavaihtoehtoja. Kuvassa Viivi ja Mia Oja, vaimonsa kanssa Mirja ja Maria Järvelin. Tapauskerta on Mirja Haataja julk.

