



SAVONIA

OPINNÄYTETYÖ - AMMATTIKORKEAKOULUTUTKINTO
SOSIAALI-, TERVEYS- JA LIIKUNTA-ALA

3–6-VUOTIAIDEN LASTEN MOTORISEN KEHITYKSEN TUKEMINEN FYSIOTERAPIA- MENETELMIN

TEKIJÄ/T: Taru Kautto
Joonas Niemi

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala			
Koulutusohjelma/Tutkinto-ohjelma Fysioterapeutin tutkinto-ohjelma			
Työn tekijä(t) Taru Kautto ja Joonas Niemi			
Työn nimi 3–6-vuotiaiden lasten motorisen kehityksen tukeminen fysioterapiamenetelmin			
Päiväys	26.11.2019	Sivumäärä/Liitteet	26+2
Ohjaaja(t) Airi Laitinen			
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) Kuopion Perheentalo			
<p>Tiivistelmä</p> <p>Lasten fyysinen aktiivisuus on vähentynyt viime vuosien aikana ja liikunnan on korvannut erilaiset video-, sekä matkapuhelinpelit. Lapset viettävät yhä enemmän aikaa sisätiloissa ja näin ollen fyysinen kuormitus on pienentynyt verraten 2000-luvun alkuun, jolloin harrastettiin enemmän fyysisiä pelejä tai leikkejä, esimerkiksi jalkapalloa. Fyysinen liikunta on merkittävässä roolissa lasten motorisessa kehityksessä ja se luo pohjan terveelliselle itsetunnon, joten sen vuoksi olisi tärkeää, että lapsi liikkuisi päivittäin. Alle 8-vuotiaiden liikuntasuositus, joka koostuu niin liikunnasta kuin erilaisista fyysisistä peleistä ja leikeistä, on vähintään kolme tuntia päivässä</p> <p>Opinnäytetyömme on kehittämistyö, jossa teimme Kuopion Perheentalolle toimintatuokio-oppaan, joka sisältää erilaisia leikkejä ja tehtäviä, jotka kehittävät ja tukevat lasten motorisia taitoja ja motorista kehitystä. Kuopion Perheentalo on matalankynnyksen kohtaamispaikka kaikille lapsiperheille ja siellä käy päivittäin paljon lapsiperheitä. Tämän oppaan avulla Perheentalo voi järjestää toimintatuokioita omissa tiloissaan lapsille, jotka tarvitsevat tukea motoriseen kehitykseen. Lasten perheet voivat pitää tuokioita lapsilleen myös kotona, jos haluavat.</p> <p>Toimintatuokio-oppaan tarkoituksena on olla laadukas menetelmä lasten motorisen kehityksen tueksi Perheentalolle ja tukea tarvitsevien lasten perheille. Oppaan sisältämät leikit ja pelit ovat sellaisia, joita lapsi voi tehdä yksin, yhdessä aikuisen tai toisten lasten kanssa. Oppaan sisältö perustuu teoriaosuuden tutkimuksiin ja kirjallisiin lähteisiin. Leikit ja pelit ovat myös helposti sovellettavissa kotikäyttöön.</p>			
Avainsanat Motorinen kehitys, fysioterapia, lapsi, liikunta, toimintatuokio			

Field of Study Social Services, Health and Sports			
Degree Programme Degree Programme of Physiotherapy			
Author(s) Taru Kautto and Joonas Niemi			
Title of Thesis Supporting 3–6 years old childrens motor development by physiotherapy			
Date	26.11.2019	Pages/Appendices	26+2
Supervisor(s) Airi Laitinen			
Client Organisation /Partners Kuopion Perheentalo			
<p>Abstract</p> <p>Children’s physical activity has decreased in recent years and exercising has been replaced by video-, and mobile games. Children spend more time indoors and therefore physical activity has decreased compared to the early 2000, when sports like football and other physical games were more popular. Physical exercising is in important role in children’s motor development and it provides the basis foundation for a healthy self-esteem, so it is why its important that a child get’s physical activity every day. For children under the age of 8 the daily exercising recommendation is tree hours a day, which includes different physical games and plays.</p> <p>Our thesis is development work in which we made functional moment-manual for Kuopion Perheentalo, which includes different plays and tasks, that develop and support children’s motor skills and development. Kuopion Perheentalo is an easy accessible meeting place for all families with children and many families visit there daily. With this manual Perheentalo is able to organize toimintatukioita in their own space for children who need help/support with motor development. Families can also organize these sessions for their children at home.</p> <p>Our goal with this manual was to make it a high quality tool for Perheentalo and families to support children’s motor development. Manual includes plays and games that a child can either do alone, with adult or with other children. The content of this manual is based on studies and literature bibliography. All the activites can be easily adapted to home environment.</p>			
<p>Keywords</p> <p>Motor development, physiotherapy, child, exercise, functional moment-manual</p>			

SISÄLLYSLUETTELO

1	JOHDANTO	5
2	LAPSEN KEHITYS.....	6
2.1	Motorinen kehitys ja taidot.....	6
2.2	Lapsen fyysinen liikunta motorisen kehityksen tukena	8
2.3	Motorinen kehitys ikävuosina 3-6.....	9
3	MOTORISEN KEHITYKSEN HÄIRIÖT	11
4	FYSIOTERAPIA MOTORISEN KEHITYKSEN TUEKSI	13
4.1	Motoristen taitojen arviointi.....	13
4.2	Fysioterapiamenetelmät.....	13
5	HYVÄ TOIMINTATUOKIO-OPAS	15
6	KEHITTÄMISTYÖN TARKOITUS JA TAVOITE	16
7	KEHITTÄMISTYÖN TOTEUTUS.....	17
7.1	Kehittämistyö.....	17
7.2	Toimintatuokiot.....	17
7.3	Toimintatuokio-opas.....	18
8	POHDINTA	20
8.1	Opinnäytetyöprosessin eteneminen ja arviointi	20
8.2	Kehittämistyön eettisyys ja luotettavuus.....	21
8.3	Ammatillinen kehittyminen.....	21
	LÄHTEET JA TUOTETUT AINEISTOT	23
	LIITE 1.....	27
	LIITE 2.....	30

1 JOHDANTO

Tämä opinnäytetyö on syntynyt tarpeesta edistää lasten motorisia taitoja liikunnan ja leikin kautta. Suomalaisten aikuisten ja lasten fyysinen aktiivisuus vähenee vuosi vuodelta enemmän. Lapsen hyvinvointia tulisi tukea fyysisen toiminnan, liikunnan ja leikin avulla. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016a.) Alle 8-vuotias lapsi tarvitsee fyysistä aktiivisuutta vähintään kolme tuntia päivässä ja lapsen tulisi saada harjoittaa motorisia taitojaan päivittäin monipuolisesti erilaisissa ympäristöissä. Tämän kolmen tunnin fyysisen aktiivisuuden tulisi sisältää kevyttä liikuntaa, reipasta ulkoilua ja erittäin vauhdikasta fyysistä aktiivisuutta. Aikuisen tulee pitää huoli ja näyttää mallia omalla toiminnallaan ja fyysisellä aktiivisuudellaan siitä, että lapsella on monipuoliset puitteet leikkiä ja harrastaa liikuntaa joka päivä. Viimeisimmässä Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä- suosituksessa korostetaan myös riittävästä lepoa, unta ja terveellistä ruokavaliota. Liikunnan ja leikin avulla lapsi kehittää omia sosiaalisia taitojaan, jotka myöhemmin edesauttavat lapsen oman kehonkuvan syntymistä. Terveen kehonkuvan syntyminen taas puolestaan luo hyvät edellytykset terveelle itsetunnolle. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016b.)

Liikunta on osa lapsen normaalia elämää ja kuuluu lapsen kehitykseen ja motoriseen kehitykseen. Liikunta on lapselle luonnollinen tapa liikkua ja harjoittaa motorisia taitojaan ja se tukee lapsen motorista, psyykkistä, sosiaalista ja kognitiivista kehitystä. Liikunnalliset kokemukset ovat myös lapsen terveelle kasvulle ja kehitykselle välttämätöntä. Jo lapsena opitut liikuntataidot mahdollistavat liikunnasta nauttimisen ja liikunnan olevan osana normaalia arkielämää ja elämäntapaa koko elämän ajan. (Halme 2008, 20.) Taitojen oppimiseen liittyy yksilöllisten taitojen lisäksi biologinen vaihtelu, eli aikarajojen asettaminen tietyille taidolle tai oppimisjärjestykselle ei ole välttämättä ihanteellista. (Pihko, Haataja ja Rantala 2014, 21). Lapsen kasvaessa motoristen taitojen hallinta ja oma keho minä kehittyvät. Kehittyvä motorinen kontrolli on myös avain ympäristön hahmottamiselle ja hallinnalle. (Leonard, 2016.)

Kuopion Perheentalo on STEA (sosiaali- ja terveystieteiden avustuskeskus) rahoitteinen hanke, jota ylläpitää Pelastakaa Lapset ry. Useat toimijat ovat mukana Perheentalon sisällön suunnittelussa, kehittämisessä sekä toteutuksessa. Se on kaikkien lapsiperheiden matalan kynnyksen kohtaamispaikka, minne voi mennä viettämään aikaa. (Kuopion Perheentalo.) Kehittämistyömme tarkoituksena oli valmistaa laadukas toimintatuokio-opas 3–6-vuotiaiden lasten motorisen kehityksen tueksi Kuopion Perheentalolle ja lapsiperheiden omaan käyttöön. Työn tarve tuli ilmi kysyessämme olisiko Perheentalolla kiinnostusta lasten kehitykseen liittyvälle työlle. Ikärajaus 3–6-vuotiaat tuli Perheentalon toimesta, koska heidän asiakkaistaan tämän ikäisillä on havaittu motorisen kehityksen viivettä.

2 LAPSEN KEHITYS

Lapsen eri ikävaiheiden kehityksessä terveen kasvun ja kehityksen onnistumisen edellytyksenä on lapsen kehitystasoa ja tarpeita vastaava fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen ympäristö. Havainto- ja kokemusympäristö kuuluvat myös psyykkiseen ympäristöön. Tyypillisimpiä sosiaalisia ympäristötekijöitä ovat toimivat vuorovaikutussuhteet. (Halme 2008, 13.)

Lapsen motoriikka kehittyy arjen toiminnoissa ja lasta kannattaa kannustaa omatoimisuuteen ja aktiivisuuteen. Lasta kannattaa kehua ja antaa positiivista palautetta aktiivisuudestaan. Lapsi kannattaa ottaa mukaan arjen askareisiin, kuten siivoukseen ja ruoanlaittoon, jolloin lapsen itsetunto ja vastuunotto kasvaa. Hänet kannattaa opettaa jo hyvissä ajoin myös hyötyliikuntaan ja esimerkiksi käyttämään portaita hissien sijaan sekä kävelemään ja pyöräilemään lyhyet välimatkat. Näin lapsen lihakset saavat aktiivisesti käyttöä ja toimintaa. (Haapala ja Vainionpää 2014.)

Liikunta on osa lapsen normaalia elämää ja kuuluu lapsen kehitykseen ja motoriseen kehitykseen. Liikunta on lapselle luonnollinen tapa liikkua ja harjoittaa motorisia taitojaan ja se tukee lapsen motorista, psyykkistä, sosiaalista ja kognitiivista kehitystä. Liikunnalliset kokemukset ovat myös lapsen terveille kasvulle ja kehitykselle välttämätöntä. Jo lapsena opitut liikuntataidot mahdollistavat liikunnasta nauttimisen ja liikunnan olevan osana normaalia arkielämää ja elämäntapaa koko elämän ajan. (Halme 2008, 20.)

2.1 Motorinen kehitys ja taidot

Motorinen kehitys tarkoittaa hermo-lihasjärjestelmän, lihaksiston ja luuston muutoksia lapsuusvaiheessa. Kehityksen kulun määrittelevät perimä ja sekä ulkoiset tekijät, kuten ympäristö. (Numminen, 1996, 22.) Ensimmäiset yritykset tutkia motorista kehitystä ovat 1920-luvulta Arnold Gesellin ja Myrtle Mcgrawin käsialaa. (Gallahue, Ozmun ja Goodway 2012, 5). Lasten motoristen perustaitojen kehittyminen on perusta normaalille kehitykselle. Se luo pohjan lapsen liikkumiselle ja kognitiivisen taitojen oppimiselle. (Rintala, Sääkslahti & Ivonen 2016.) Motorisen kehityksen kannalta koko kehon yhteistoiminnan, eli erilaisten aistien toimiminen on edellytys normaaliin kehitykseen.

Aistien kuten näköaistin tai tasapainoaistin häiriöt antavat lapselle virheellisen kuvan omasta kehosta ja sitä kautta viivästyttää motorista kehitystä. Motoristen taitojen kehittyminen on yleensä sidottu ikään ja se noudattaa yleensä selkeää kaavaa. Uuden oppiminen ei onnistu, jos jokin kehitysvaihe jää vajaaksi. Käveleminen ei ole mahdollista, jos tasapainoaisti ei ole kehittynyt tilannetta vaativaksi. Karkeamotoristen taitojen kehittyminen alkaa jo hyvin varhaisessa iässä ja vasta karkeamotoristen taitojen hallitsemisen jälkeen alkaa hienomotoristen taitojen kehittyminen. (Aaltonen, Lehtinen, Lepänen, Peltonen, Tarvo, Tuunainen ja Viherä-Toivanen, 2008, 28.) Lasten motorisesta kehityksessä muutokset tapahtuvat kuitenkin geenien määrittelemän järjestyksen mukaan (Jaakkola 2014, 15).

Motoriikan säätely tapahtuu aivorungon, liikeaivokuoren ja selkäytimen välillä. Tieto siirtyy aivokuoren motorisilta alueilta selkäyttimeen pyramidirataa pitkin tai aivorungon laskevien motoristen ratojen kautta. Tyvitumakkeet ja pikkuaivot ovat aivokuorenalaisia järjestelmiä ja ne välittävät tietoa motoriselle järjestelmälle. Aivokuorelle tieto välittyy pikkuaivoista ja tyvitumakkeista talamuksen kautta. (Pihko ym. 2014, 59-60.) Raajojen asennoista ja liikkeistä on mahdollista saada tietoa kolmella eri tavalla. Ensimmäinen tapa on kosketus, toinen näkeminen, ja kolmas proprioseptiikka eli asento-tunto. Näitä tietoja aivoissa yhdistää premotorinen alue, joka sijaitsee isoivoissa ja on vastuussa liikkeiden säilömisestä. (Pihko ym. 2014, 59-60.)

Oulun Yliopistossa Sanni Päckilän tekemä tutkimus 3–6-vuotiaiden lasten motorisen kehityksen tukemisesta päiväkodin ohjatun liikunnan avulla osoittaa, että ohjatun liikunnan merkitys lapsen motoriseen kehitykseen on pientä verrattuna lapsen omaehtoiseen liikuntaan. Ohjatussa liikunnassa ohjaaja pystyy auttamaan lapsen omaa jäsennystä oppimistilanteesta ja toiminnasta sekä edistää lapsen kehitysmahdollisuutta. (Päckilä 2016.)

Motorisen kehityksen vaiheet voidaan jakaa eri ikävuosina tapahtuviin vaiheisiin. Ensimmäisen ikävuoden aikana tapahtuu normaalisti refleksitoimintojen vaihe. Refleksitoimintojen vaihe on tärkeä lapsen selviytymisen takia. Toinen vaihe alkaa ennen kahta ikävuotta ja kestää normaalisti kolmannen ikävuoteen asti. Tätä vaihetta kutsutaan alkeellisten taitojen omaksumiseksi. Tämän vaiheen aikana lapsi oppii hyppäämisen ja heittämisen alkeita. Kolmas eli motoristen perustaitojen omaksuminen alkaa kolmannesta ikävuodesta ja kestää normaalisti kahdeksanteen ikävuoteen. Erilaiset pelit ja leikit tukevat hyvin motoristen perustaitojen omaksumista. (Jaakkola 2014, 13.)

Motorisella taidolla tarkoitetaan taitoa, joka vaatii vartalon tai raajojen vapaaehtoista liikettä halutun liikkeen saavuttamiseksi (Jaakkola 2010, 45-46). Motoriset perustaidot tarkoittavat lajitaitojen taustalla olevia taitoja (Jaakkola 2014, 13-14). Motorisia taitoja on tasapaino-, liikkumis- ja käsittelytaidot sekä näiden kolmen yhdistelmätaidot (Sääkslahti 2018, 52).

Motorisiin taitoihin kuuluu tasapainotaidot, joita ovat staattinen ja dynaaminen tasapaino. (Jaakkola 2014, 13). Staattinen tasapaino tarkoittaa sitä, että ihminen pysyy paikoillaan yhdellä jalalla seisoen tai molemmilla jaloilla seisoen ja samanaikaisesti tehden vartalon kiertoa, koukistusta, ojennusta tai heilumista. Dynaaminen tasapaino on sitä, että ihminen liikkuessaan pysyy pystyasennossa, vaikka heiluisi, lähtisi paikaltaan liikkeelle tai pysähtyy paikoilleen. 3–5-vuotiaana tasapainotaidot kehittyvät nopeasti. (Sääkslahti 2018, 52.)

Liikkumistaito on sitä, että ihminen siirtää itsensä paikasta toiseen kävellen, juosten, kontaten, hyppien tai loikkien. Useisiin liikkumistaitoihin kuuluvat myös tasapaino- ja käsittelytaidot. Esimerkiksi joukkuepelejä pelatessa nämä taidot yhdistyvät, kun juostaan, käsitellään palloa ja pysytään pystyssä samaan aikaan. (Sääkslahti 2018, 53.)

Käsittelytaidot voidaan jakaa karkea- ja hienomotorisiin taitoihin. Karkeamotorisia käsittelytehtäviä ovat esimerkiksi pallon heittäminen ja potkaiseminen. Karkeamotoriset taidot säätelevät suurien lihaksien ja lihasryhmien toimintaa. (Jaakkola 2014, 13.) Hienomotorisia taitoja ovat puolestaan tarkkuutta vaativia taitoja, kuten saksilla leikkaaminen tai kirjoittaminen ja piirtäminen. Jotta hienomotoriset taidot pääsevät kehittymään, on karkeamotoristen taitojen kuulunut kehittyä tietyille tasolle. Hienomotoriikkaan liittyy myös kätisyyden vakiintuminen. (Sääkslahti 2018, 53.)

Toimivan sekä sujuvan koordinoituneen liikkumisen edellytyksenä on toimiva motorinen säätelyjärjestelmä. Liikkumisen kannalta työtä tekevien lihasten oikea-aikainen supistuminen on yhtä tärkeässä roolissa kuin vastavaikuttajalihasten rentoutuminen. Sensorinen järjestelmä, eli näkö-, kosketusaisti, proprioceptorit ja tasapainojärjestelmä välittävät tarvittavat tiedot aivoille ja ovat edellytyksiä motoriselle järjestelmälle. Pystyäkseen toimimaan motorinen järjestelmä tarvitsee tietoa ympäristöstä, vartalon ja raajojen asennoista, sekä lihasten supistuneisuudesta. (Pihko, Haataja ja Rantala 2014, 59-60.)

2.2 Lapsen fyysinen liikunta motorisen kehityksen tukena

Lapsen liikkuminen ja fyysinen liikunta on erittäin isossa merkityksessä lapsen motorisen kehityksen kannalta. Alle kouluikäisille suositellaan fyysistä liikuntaa eri leikkien ja pelien kautta noin kolme tuntia päivässä. (Neuvokas perhe.) Lasten liikuntakasvatuksella pyritään tukemaan lapsen kokonaisvaltaista kehitystä sekä luomaan lapselle edellytykset liikunnallisesti aktiiviseen elämäntapaan. Liikuntakasvatusta toteutetaan lapsen oman perheen keskuudessa, päiväkodissa sekä muissa kerho- ja liikuntatoimissa. Lapsen kasvaminen ja kehittyminen on yksi suuri kokonaisuus ja siinä yhden asian liittyminen toiseen vaikuttaa vahvasti toisiinsa. (Sääkslahti 2018, 153-154.)

Liikuntakasvatus kattaa koko ihmisen elinkaaren. Sen kaksi päätavoitetta ovat kasvattaminen liikuntaan ja kasvattaminen liikunnan avulla. Liikuntaan kasvattaminen tarkoittaa liikuntamotivaation herättämistä positiivisia liikuntakokemuksia luomalla. Elinikäinen fyysinen aktiivisuus omaksutaan yleensä jo lapsena, joten sen vuoksi positiiviset liikuntakokemukset vaikuttavat merkittävästi koko elämän fyysiseen aktiivisuuteen. Liikunnan avulla kasvattaminen tarkoittaa liikunnan avulla opittuja sosiaalisia, kognitiivisia ja muita taitoja, jotka edistävät minäkuvan syntymistä. Liikuntakasvatuksella pyritään opettamaan myös sosiaalisia taitoja, tunnetilojen hallintaa, kognitiivisia taitoja sekä eettis-moraalisen ajattelun kehittymistä. (Jaakkola 2014, 18-19.)

Fyysisellä liikunnalla on monia hyviä puolia ihmiselle. Liikunta kehittää tuki- ja liikuntaelimestöä, pitää liiallisen painonnousun hallinnassa, kehittää liikuntataitoja ja näin ollen myös motorisia taitoja, opettaa sosiaalisuuteen ja reiluun peliin sekä noudattamaan erilaisia sääntöjä. Liikunnalla on myös terveyttä edistäviä vaikutuksia ja näin ollen se vähentää riskiä sairastua sydän- ja verisuonisairauksiin. Liikunta estää muun muassa haitallisen kolesterolin ldl:n nousua, parantaa hyvän kolesterolin hdl:n nousua, pitää verenpaineen ja veren sokeritasapainon kunnossa. Mikäli lapsena harrastaa liikuntaa, niin todennäköisesti liikunta kuuluu osana elämää läpi aikuisiän. Aktiivinen fyysinen liikunta yhdessä

terveellisen ruokavalion kanssa positiivisen vaikutuksen myös lapsen koulumenestykseen. (UKK-instituutti 2011.)

2.3 Motorinen kehitys ikävuosina 3-6

3–4-vuotias lapsi on innokas liikkumaan ja leikkimään erilaisia leikkejä ja jonka tulisi osata ensimmäisinä ikävuosinaan opitut taidot kuten kontata, kävellä, juosta ja käsitellä erilaisia esineitä. Kouluikään mennessä lapsi oppii yhdistämään taitojaan, esimerkiksi juoksemaan ja heittämään palloa samaan aikaan. Osa tämän ikäisistä osaa jo hypätä tasajalkaa ja seisoa hetkellisesti yhdellä jalalla. Tämän ikäiset lapset kävelevät rappusia tasa-askelin ja ehkä ajavat jo potku- tai polkupyörällä. Tässä iässä hienomotoriikka kehittyy ja lapsi on innokas muun muassa piirtämään ja askartelemaan. Kätsiys ei ole vielä vakiintunut. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2019a.)

Kolmevuotias leikkii mielellään liikunnallisia leikkejä ja omaehtoiset luovat leikit alkavat kehittyä. Tällöin lapsi käyttää omaa mielikuvitustaan. Neljävuotiaana lapsi tykkää leikkiä roolileikkejä, jotka vaativat enemmän mielikuvitusta. Tämän ikäinen leikkii jo mielellään toisten lasten kanssa. 3–4-vuotiaiden kanssa kannattaa leikkiä liikunnallisia leikkejä, joissa sovitusta merkistä esimerkiksi juostaan tai hypätään esteen yli. Tämän ikäisten kanssa kannattaa kehittää kehon hahmotusta ja tasapainotaitoja sekä tehdä esimerkiksi tempurata eri välineillä ja harjoittaa muun muassa kuperkeikkaa. (Haapala ja Vainionpää 2014.)

4–5-vuotiaan lapsen liikkumisessa alkaa olla jo voimaa. Lapsi on erittäin liikunnallinen ja jopa uhkarohkea. Tässä iässä lapsi hyppii, kiipeilee ja jopa painii. Lapsi saattaa harjoitella hyppynarulla hyppimistä, uimista, pyöräilyä ja potkulautailua sekä mahdollisesti osaa jo ottaa vauhtia keiussa. Hienomotoriikka ja silmä-käsi-koordinaatio kehittyy koko ajan. Lapsi osaa käyttää saksia ja laittaa kiinni isoja nappeja sekä tykkää todella paljon askarrella muoviluvahasta. Tämän ikäinen lapsi kannattaa ottaa mukaan kotitöihin ja ruoanlaittoon, koska hän nauttii niiden tekemisestä. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2019b.)

3–5-vuotiaille runsas päivittäin toteutuva ulkoilu on tärkeää niin fyysisen aktiivisuuden kuin terveyden kannalta. Ulkoilu parantaa lapsen ruokahalua ja unen laatua. Tämä ikä on todellista motoristen taitojen opettelua ennen esikouluun ja kouluun menoa. Suomessa neljä eri vuodenaikaa on rikkaus myös lapsille, jotka pääsevät erilaisiin liikuntamahdollisuuksien kokeilemaan perustaitojaan. On aivan erilaista liikkua lumella tai jäällä kuin hiekalla tai nurmella. Vesileikit tutustuttavat veteen ja näin lapsi oppii ja tottuu veteen. Uimataito on välttämätön taito lasten oppia. Tämä ikä on merkityksellinen myös käsien motoriikalle, koska mitä paremmaksi karkeamotoriikka kehittyy, niin sitä paremmat edellytykset lapsella on hienomotoriikkaan. (Sääkslahti 2018, 160-161.) Viiteen ikävuoteen mennessä kätsiys yleensä vakiintuu. Tämä mahdollistaa hienomotoristen taitojen eriytymisen ja nopean kehittymisen. (Haapala ja Vainionpää 2014.)

5–6-vuotias on jo taitava esikouluikäinen, joka nauttii liikunnasta ja leikeistä. Hän hallitsee jo liikkumistaan ja osaa yhdistää eri liikkeitä aiempaa paremmin. Hän mahdollisesti nauttii musiikin säestyksellä liikkumisesta ja opettelee pyörällä ajoa, hiihtämistä ja luistelua. Hienomotoriikka ja silmä-käsi-koordinaatio kehittyvät koko ajan enemmän ja enemmän. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2019c.)

5-vuotiaan lapsen kuuluisi osata hypätä ilmaan, seisoa yhdellä jalalla minimissään noin viiden sekunnin ajan, heittää palloa yläkautta haluttuun suuntaan, kävellä eteen- ja taaksepäin, kävellä varpailaan, kiinnittää nappeja ja leikata saksilla viivaa pitkin. 6-vuotiaan lapsen tulisi osata seista yhdellä jalalla noin 10 sekunnin ajan, heittää, pomputtaa ja ottaa kiinni pallon, potkaista palloa vauhdissa, juostessa tehdä nopeita suunnanmuutoksia ja hyppiä tasapainoisesti. (Innostun liikkumaan.)

Tässä iässä lapsi hallitsee oikeanlaisen kynäotteen, piirtää tähden ja kolmion sekä harjoittelee kirjoittamista. Kouluikä lähentyessä tämän ikäinen lapsi leikkii mielellään samanikäisten kanssa ryhmässä. Roolileikit ovat monimutkaisempia ja lapset kehittävät yhdessä mielikuvitusleikkejä. Lapset herkästi samaistuvat hahmoihinsa, joka tukee heidän tutustumistaan omiin tunteisiin ja tavoitteisiin. Tässä iässä lapsi ymmärtää jo sääntöjä ja alkaa olla kiinnostunut sääntöleikeistä. (Haapala ja Vainionpää.)

6-vuotiaasta eteenpäin lapsi on jo tutustunut motorisiin perustaitoihinsa ja alkaa soveltaa oppimiaan taitojaan leikkeihin ja liikkumiseensa. Soveltaminen on tärkeää motivaation säilyttämisen ja taitojen vakiinnuttamisen kannalta. Kun toistoja tulee tarpeeksi, luo se edellytyksiä lapselle iloita opituista asioista ja innostaa lasta entistä haasteellisempiin tehtäviin. (Sääkslahti 2018, 165-166.)

3 MOTORISEN KEHITYKSEN HÄIRIÖT

Mikäli lapsi suoriutuu motorisissa taidoissa ikätasoaan heikommin, voidaan sanoa, että lapsella on motorisen kehityksen viivästys tai häiriö. Tällaisessa motorisessa viivästyksessä ei välttämättä ole taustalla neurologista sairautta tai kehitysvammaa. (Lano 2014, 59-61.) Mitä aiemmin lapsen motorisen kehityksen häiriöön puututaan, niin sitä paremmin kehitystä pystytään tukemaan, sekä auttamaan esimerkiksi monipuolisen liikunnan avulla. On tärkeää antaa lapsen suorittaa rauhassa motorisia taitoja vaativia tehtäviä. Jos lapsi joutuu suorittamaan tehtäviä kiireessä, voi lapsi alkaa välttelemään kyseisiä harjoitteita. Liikunnallisella osaamisella on suuri merkitys lapsen itsetuntoon ja minäkuvaan, sekä joutuuko lapsi esimerkiksi kiusatuksi myöhemmällä iällä. (Sääkslahti ja Cantell 2009.) Ruotsalaisen kyselytutkimuksen mukaan kiusatuksi tulemisella ja heikoilla motorisilla taidoilla on yhteys. Kyselyyn vastasi 2730 aikuista ja 29,4% kertoi tulleen kiusatuksi koulussa. 18,4% vastaajista esiintyi motoristen taitojen heikkoutta ja heistä kiusatuksi oli tullut 48,6% kouluvuosien aikana. (Bejerot, Plenty, Humble, ja Humble 2013.)

Motorisen kehityksen häiriö voi olla motoristen toimintojen, suunnittelun, koordinaation puutteellisuuden, liikkeiden tuottamisen ja uusien taitojen oppimisen vaikeuksia. Jos lapsella on motorisen kehityksen häiriö, lapsella on vaikeuksia suorittaa karkea-, hieno- ja visuomotoriikkaa vaativia tehtäviä. Oireet ovat yleensä tunnistettavissa kömpelöistä ja epäkoordinoiduista liikkeistä. Vaikeudet ovat usein pitkäkestoisia, mutta ne eivät etene progressiivisesti, joten moni lapsi saavuttaa ikätoverinsa kehityksen myötä. Kirjallisuudessa motorisen kehityksen häiriöstä on käytetty termejä dyspraksia, kömpelö, kehityksellinen koordinaatiohäiriö (DCD) ja lievä neurologinen toimintahäiriö. (Pihko ym. 2014, 60-61.)

Motorisen oppimisen vaikeutta eli DCD:tä (Developmental Coordination Disorder) esiintyy 5-6 % lapsista. Se on neurobiologinen häiriö, jossa uusien motoristen taitojen oppiminen on hidastunut tai kokonaan pysähtynyt. Yleisiä oppimisen vaikeuden tunnusmerkkejä ovat kömpelö liikkuminen, liikkeiden hallinnan vaikeus, hitaus tai epätarkkuus, lihasvoiman säätelyn vaikeus ja kehonhahmotuksen vaikeus. (Cp-liitto.) Se voi esiintyä itsenäisesti tai yhdessä muiden kehitysvaikeuksien tai neuropsykiatristen häiriöiden kanssa. Sairaudesta aiheutuvien oireiden etiologiaa tunnetaan vielä huonosti. (Pihko ym. 2014, 60-61.)

Kehityksellisessä koordinaatiohäiriössä keskeinen ongelma on motoristen toimintojen sisäisten mallien puuttuminen. Ongelmia esiintyy liikesarjojen toteuttamisessa, tarttumisessa, voimansäätelyssä ja vartalonhallinnassa. DCD:n vaikutus motoriikkaan vaihtelee yksilöittäin ja ikävaiheittain. Häiriön ensimmäiset oireet voivat ilmetä pienellä lapsella konttaamisen, istumisen tai kävelyn kehityksen viivästyksellä ikätovereihin nähden. Myöhemmin oireet ilmenevät motoristen taitojen puutteellisu-

tena juoksussa, heittämisessä, yhdellä jalalla seisomisessa, kengännauhojen solmimisessa tai esimerkiksi kirjoittaessa. Myös tasapainovaikeudet kuuluvat oireenkuvaan. Kliininen diagnoosi perustuu kvanti- ja kvalitatiivisiin testeihin, eli mitä lapsi osaa ja miten lapsi suoriutuu annetuista tehtävistä. Lääkäri suorittaa myös lapselle neurologisia tutkimuksia, muiden sairauksien poissulkemisen takia. DCD-diagnoosi edellyttää aina motorisen testin käyttöä. Yleensä suositeltava testi on Movement-ABC-2-testi (Movement Assessment Battery for Children). Se mittaa hienomotorisia taitoja, palloilutaitoja, sekä staattista-, että dynaamista tasapainoa. (Pihko ym. 2014, 61-65.)

Peruskouluissa opettajat ovat huomanneet lasten ja nuorten tuki- ja liikuntaelinoireiden lisääntyneen ja toimintakyvyn heikentyneen vuosi vuodelta enemmän. Opettajien suunnatun selvityksen kautta selvisi, että lähes kaikki ovat huolissaan lasten keskittymiskyvyn heikentymisestä ja 80% lasten sosiaalisista suhteista. Tämän lisäksi opettajista 70% mielestä lasten fyysisen toimintakyvyn heikkous näkyy koulutyössä merkittävästi. Yli puolet opettajista ovat huomanneet lapsilla olevan ongelmia ajankäytössä ja kouluilla olevan tarve fysioterapeuteille. Vanhemmillä ja kasvatuksella on näihin asioihin suuri rooli. Vanhempien kuuluu huolehtia lapsen perustarpeista ja rutiineista, jotta lapsi kasvaa ja kehittyy ikätasonsa mukaisesti ja lapsen itsetunto kehittyy. (Riikola 2019, 12-15.)

4 FYSIOTERAPIA MOTORISEN KEHITYKSEN TUEKSI

4.1 Motoristen taitojen arviointi

Lasten fysioterapiassa ja lapsen motorisia taitoja arvioitaessa fysioterapeutin tärkeä arviointimenetelmä on terapeutin tekemä havainnointi lapsen leikkiessä ja pelatessa. Leikkiessä ja pelattaessa erilaisia pelejä lapsen motoriset taidot tulevat hyvin esille. Lasten fysioterapiassa käytetään erilaisia arviointimenetelmiä. Bot 2-testi on tarkoitettu 4–21-vuotiaiden lasten ja nuorten karkea- ja hienomotoriikan testaamiseen ja se on kehitetty tunnistamaan lieviä tai keskivaikeita motorisen kehityksen häiriöitä tai ongelmia. Testistöstä voidaan käyttää lyhyttä tai pitkää versiota. Testissä muun muassa piirretään, leikataan, taitetaan paperia, hypitään, tasapainotellaan, pallotellaan ja punnerretaan. Testin avulla saadaan tietää lapsen vahvuudet sekä kehitystä kaipaavat osa-alueet ja siten voidaan ohjata lapselle oikeanlaiset leikit ja pelit. (Kiviniemi ja Pollari 2014, 17-18.)

Movement ABC-2-testi on puolestaan testi, joka soveltuu mittaamaan 3–16-vuotiaiden motorista suoriutumista ja arvioida kehityksellisiä koordinaatiohäiriöitä. Tämä testi on hyvä, jos on tarve arvioida lieviä tai kohtalaisia motorisia ongelmia. (Toimintakyvyn mittarit 2016.) Myös yleisesti käytetty karkeamotoristen taitojen mittari on Jorvin testi. Se mittaa liikkumis-, tasapaino ja käsittelytaitoja. (Talvitie, Niittamo, Berg, Immonen ja Storås 1998, 3.)

4.2 Fysioterapiamenetelmät

Testien ja fysioterapeutin havainnoinnin perusteella lapselle ohjataan harjoitteita, jotka lapsi toteuttaa leikkien ja pelien kautta yhdessä terapeutin kanssa ja terapeutin ohjaamana. Lapsen fysioterapia voi olla myös ryhmätilanne, jossa on useampi lapsi yhtä aikaa leikkimässä ja pelaamassa. Lapsille voidaan rakentaa esimerkiksi tempurata tai toimintatuokio tällaista ryhmätilannetta varten. Kuntoutus perustuu kokonaiskuvan arviointiin ja se on suunnitelmallista. (Toimintakyvyn mittarit 2016.)

Lasta tulisi ohjeistaa harjoitukseen verbaalisesti selkeästi ja mahdollisimman yksinkertaisesti. Toinen hyvä ja yleisesti käytetty tapa ohjeistaa lasta on mallisuorituksen näyttäminen. (Campbell, Palisano, Orlin 2012, 154). Hyvä verbaalinen ohjaaminen on tärkeässä roolissa fysioterapiassa ja erityisesti lasten fysioterapiassa. Verbaalisen ohjaamisessa on kaksi pääpiirrettä: Ohjeiden määrä ja ohjattavan huomion ylläpitäminen. Ohjeiden määrän tulisi olla mahdollisimman hyvin tiivistetty ja selitetty, jotta ohjattavan kapasiteetti riittää annettujen ohjeiden ymmärtämiseen. Erityisesti lasten fysioterapiassa tulisi välttää monimutkaista ja monivaiheista ohjeistamista. Ohjattavan mielenkiinnon ja huomion ylläpitäminen on tärkeää terapian vaikuttavuuden kannalta. Tutkimukset osoittavat, että itse liikkeen keskittymällä fysioterapian tulokset ovat vaikuttavampia. Verbaalisessa ohjaamisessa käytetään

myös usein mielikuvaharjoituksia. Niiden avulla saadaan tutkimusten mukaan parempia tuloksia ja harjoitusten vaikutukset kasvavat positiivisesti. (Campbell ym. 2012, 154-155.)

Liikkeen tai halutun harjoituksen visuaalinen demonstrointi lapselle on hyvä tapa auttaa lasta ymmärtämään liikkeen suorittamista. Varsinkin kun liike sisältää useamman vaiheen, on terapeutin tai muun ohjaavan henkilön hyvä näyttää ensin itse mallia liikkeen suorittamisesta. Useat tutkimukset osoittavat, että toisen henkilön seuraaminen aktivoi aivoissamme "peilisolut", jotka auttavat liikkeen suorituksen hahmottamisessa. Yksi keino lasten ryhmäterapiassa on antaa tietyn joukon suorittaa annettu tehtävä ja toisen joukon seurata suoritusta. Muutaman harjoituskerran jälkeen osia vaihdetaan. (Campbell ym. 2012, 154-155.)

Vuonna 2015 tehdyssä tutkimuksessa tutkittiin motoristen taitojen kehittymistä kahdeksan viikon harjoitusohjelman avulla lapsille, joilla on motorisen oppimisen vaikeus DCD. Tutkimukseen osallistui 41 lasta, jotka olivat iältään 6–10-vuotiaita. Heidät jaettiin kolmeen eri ryhmään. Kokeellisessa ryhmässä oli 14 lasta, joilla on DCD ja kaksi ei kokeellista ryhmää, joista toisessa oli 13 DCD lasta ja toisessa 14 tyyppillisesti kehittyneitä lasta. Kaikille lapsille tehtiin ennen harjoitusohjelman alkua ja sen päättymisen jälkeen motorisia taitoja testaavat testit. Ne olivat the Movement Assessment Battery for Children (MABC), the Modified Agility Test (MAT), the Triple Hop Distance (THD), the 5 Jump-test (5JT) and the Handwriting Performance Test. MABC ja MAT testistöihin kuuluu useita eri testiliikkeitä, THD mittaa kuinka pitkän matka ihminen pystyy hyppäämään yhdellä jalalla kolme kertaa peräkkäin, 5JT-testissä hypätään yhdellä jalalla paikoillaan viisi kertaa peräkkäin ja the Handwriting Performance Test- testissä hienomotorisia taitoja. Tutkimuksen tulokset kertovat kahdeksan viikon harjoitteluohjelman tuottaneen lapsille positiivisia parannuksia motoriikkaan. Kokeellisesta ryhmästä, jossa oli DCD lapsia 14 henkilö, 10 heistä paransi MABC-testistön tuloksia ja kaikki ryhmän lapset saivat huomattavia parannuksia kaikissa testeissä. Tutkimuksen lopputuloksena on, että harjoitetut ja ei harjoitetut taidot kehittyivät huomattavasti harjoitusohjelman ansiosta, joka heijastaa kehittävästi motorisiin taitoihin ja sen myötä muihin taitoihin. (Farhat ym. 2015.)

Vuonna 2014 tehdyn tutkimuksen mukaan keskivartalon hallintaharjoitteilla saadaan yhtä hyviä tuloksia parantamaan motorisen kehityksen häiriöitä kuin spesifeillä motoriikkaharjoitteilla. Tähän tutkimukseen osallistui 22 lasta, joilla on DCD motorisen oppimisen vaikeus. Heidät jaettiin satunnaisesti kahteen ryhmään, joista toinen ryhmä teki keskivartaloharjoitteita ja toinen ryhmä motoriikkaharjoitteita. Molemmat ryhmät tekivät harjoitteita kahdeksan viikon ajan yhdessä oman ryhmänsä kanssa kerran viikossa, jonka lisäksi lapset tekivät kotiharjoitteita joka päivä. (Au ym. 2014.)

5 HYVÄ TOIMINTATUOKIO-OPAS

Monet sosiaali- ja terveystieteiden opiskelijat tekevät opinnäytetyönä oppaan tai muun oppaan kaltaisen tuotoksen ja ne ovatkin terveydenhuollossa yleensä runsaasti käytettyjä materiaaleja. Hyvin toteutulla oppaalla voidaan saavuttaa parempaa sisällön omaksumista ja samalla sen vaikuttavuus kasvaa. (Karhu, Salo-Lee, Sipilä, Selänne, Söderlund, Uimonen, Ylikokko 2005, 271). Toimintatuokio-oppaan, samoin kuin ylipäätään oppaan, laatimiseen ei löydy ohjeita suoraan. Opas, kuten mikä tahansa teksti, kertoo aina myös tekijästään. Mitään yksiselitteistä ”oikeaa” mallia ei ole olemassa. Joidakin suuntaviivoja toki on ja niitä kannattaa hyödyntää oppaan laatimisessa. (Heikkilä, Jokinen ja Nurmela 2008, 34-53.) Opasta tehdessä tulee kiinnittää huomioita erilaisiin seikkoihin kuten ulkoasuun, kieleen ja asiasisältöön. Varsinkin asiasisällön tulisi olla ytimekästä, jotta se olisi mahdollisimman käytännöllistä oppaan käyttäjälle. Opasta tehdessä tulisi myös kiinnittää huomiota ulkoasuun, koska sillä herätetään yleensä lukijan mielenkiinto. (Karhu ym. 2005, 271.)

6 KEHITTÄMISTYÖN TARKOITUS JA TAVOITE

Kehittämistyö on toimintaa, jonka tarkoitus on luoda uusia tai parempia palveluja tai menetelmiä. Kehittämistyö on sekä prosessi että tulos ja tavoitteena on muutos parempaan. Tutkimus ja kehittämistyö linkittyvät usein yhteen ja ne toimivatkin parhaiten yhdessä. Kehittäminen ja kehitystyö on usein myös oppimista ja näin ollen kehitystyössä on usein oppimisen mahdollisuuksia. Siihen sisältyy usein myös haasteita. Kehittämistoiminta tapahtuu yleensä joko jatkuvasti osana perustoimintaa tai projekteina. Nämä projektit ovat aikataulutettuja tehtävien kokonaisuuksia, joiden tekemisestä vastaa tehtävään määrätty organisaatio. Projekteilla on ennalta määrätty tavoitteet ja aikataulut. (Heikkilä ym. 2008, 21-27.)

Kehittämistyömme tarkoituksena oli, että Kuopion Perheentalo ja tukea tarvitsevat lapsiperheet saavat laadukkaan toimintatuokio-oppaan 3–6-vuotiaiden lasten motorisen kehityksen tueksi. Tavoitteena oli myös kehittää omaa ammatillista osaamista. Työ oli merkittävä meille itsellemme, koska saimme runsaasti lisää oppia lasten fysioterapiasta ja motorisesta kehityksestä sekä suunnitella ja valmistaa kerätyn aineiston perusteella oppaan.

7 KEHITTÄMISTYÖN TOTEUTUS

7.1 Kehittämissyö

Päädyimme tekemään kehittämistyön, koska saimme Kuopion Perheentalolta selkeän toiveen ja tarpeen tälle työlle. Perheentalolla oli tarve saada juuri 3–6-vuotiaiden motoriseen kehitykseen apua. Perheentalo tekee paljon yhteistyötä Savonia-ammattikorkeakoulun kanssa, joten yhteistyö heidän kanssaan oli sujuvaa alusta lähtien.

Kehittämissyö sisältää tuote- ja prosessikehityksen, joka tarkoittaa sitä, että opinnäytetyön tuotos on valmistettu systemaattisesti. (KAMK.) Kehittämissyön tarkoitus on opastaa, ohjeistaa ja järjestää käytännön toimintaa. Yhteistyökumppanimme eli Kuopion perheentalo ja kohderyhmämme 3–6-vuotiaat lapset määrittivät työmmme toteutustavan. (OAMK.) Kehittämissyömmme oli projektimuotoinen(hanke). Projektimuotoisessa kehittämisyössä voidaan usein erotella ainakin seuraavat vaiheet (kuva 1).

Kehittämistarpeen tunnistaminen, kehittämishankkeen ideointi ja esiselvitys
Kehittämisen suunnittelu
Kehittämishankkeen käynnistäminen ja toteutus
Tulosten kokoaminen ja jakaminen
Hankkeen valvonta, seuranta ja tulosten arviointi
Hankkeen loppuraportointi

Kuva 1. Projektimuotoisen kehittämisyön vaiheet. (Heikkilä ym. 2008, 25-26).

Projektimuotoisessa kehittämisyössä vaiheet eivät välttämättä ole erillisiä ja usein eri vaiheisiin palataan uudestaan. Opinnäytetyömmme on tyypillinen esimerkki tästä.

7.2 Toimintatuokiot

Suunnitelmamme oli järjestää motorista kehitystä tukevia toimintatuokioita 3–6-vuotiaille lapsille Kuopion Perheentalolla ja luoda niiden pohjalta toimintatuokio-opas. Toimintatuokioiden suunnittelua varten laadittiin ensitietolomake. Ensitietolomake annettiin Perheentalolle jaettavaksi perheille, jotka halusivat osallistua toimintatuokioihimme. Tämän lomakkeen pohjalta saimme tietää, millaiseen motorisen kehityksen tukemiseen heidän lapsellaan oli tarve. Lomakkeen perusteella saimme myös tietää, kuinka paljon perheitä osallistui toimintatuokioihimme ja pohdimme, kuinka tuokiot toteutamme. Valitettavasti ensitietolomakkeisiin vastasi vain muutaman lapsen vanhempi. Keskustelimme yhdessä Perheentalon ohjaajan kanssa, toteutammeko tuokiot avoimin ovin vai suljetulla ryhmällä. Vaikka ensitietolomakkeisiin vastaaminen oli ollut välttävää, päädyimme silti toteuttamaan tuokiot suljetuilla ryhmillä, joka tarkoitti sitä, että meille ennakoon ilmoittautuneet lapsiperheet

osallistuisivat toimintatuokioihimme. Järjestämämme toimintatuokiot olivat meidän itsemme suunnittelemat ja toteuttamat leikkituokiot ensitietolomakkeiden pohjalta, joissa pystyimme testaamaan ja havainnoimaan lapsia erilaisten leikkien varjolla ja ohessa. Tuokioissamme järjestimme samankaltaisia leikkejä kuin mitä toimintatuokio-oppaaseemme laadimme. Järjestimme toimintatuokioita yhteensä 5 kertaa Kuopion Perheentalolla ja kolmeen toimintatuokioon oli osallistujia.

Toimintatuokioihin osallistui kaksi lasta, vaikka Perheentalolla piti olla ennakkoon tiedossa useampia motorisen kehitykseen apua tarvitsevia lapsia. Pääsimme kuitenkin tutustumaan näihin kahteen lapseen ja toiselle näistä lapsista, 6-vuotiaalle pojalle oli kerrottu neuvolatarkastuksen yhteydessä, että hän tarvitsee terapeuttista tukea karkeamotoriseen kehitykseen. Teimme hänelle karkeamotorisia testejä Bot 2-testistöstä, jonka avulla selvisi, että hän tarvitsee leikin ja fyysisen liikunnan avulla harjoitusta yhdellä jalalla hyppäämisiin, staattiseen ja dynaamiseen tasapainoon sekä pallon käsittelytaitoihin. Annoimme hänen vanhemmilleen ohjeita, jossa oli erilaisia leikkejä ja pelejä, joita voi kotioloissa harjoittaa. Kotiharjoitteiden lisäksi poika voi osallistua Perheentalolla järjestettäviin toimintatuokioihin, jotka järjestetään oppaamme mukaisesti.

Anu Koivumäen tekemän tutkimuksen (2015) mukaan 5–6-vuotiailla pojilla karkeamotoriset häiriöt vaikuttavat lapsen kognitiivisiin taitoihin. Näin ollen lapsi todennäköisesti tarvitsee tukea oppimisessa, metakognitiivisissa ja kielellisissä taidoissa sekä lapsella on vaikea keskittyä. Tutkimuksessa tuli ilmi myös karkeamotoriikan ja hienomotoriikan yhteys. Jos lapsella on kehityshäiriö karkeamotoriikassa, niin hyvin todennäköisesti lapsi tarvitsee tukea myös hienomotoriikassa. (Koivumäki 2015.)

7.3 Toimintatuokio-opas

Laadimme tutkimusten (Farhat ym. 2015 ja Au ym. 2014), teoriatiedon ja 1001 Pediatric treatment activities-teoksen pohjalta toimintatuokio-oppaan Kuopion Perheentalon ja perheiden omaa käyttöä varten, jolla voi tukea lasten motorisia taitoja. Valitsimme oppaaseemme helposti toteutettavia leikkejä ja pelejä, jotka tukevat mahdollisimman monipuolisesti lapsen karkea- ja hienomotoriikkaa sekä sosiaalisia taitoja. Halusimme myös, että tuokio on mahdollisimman helppo ja yksinkertainen toteuttaa eikä tarvikkehankintoihin menisi paljon kuluja. Tuokio on helposti toteutettavissa niin Perheentalolla kuin perheiden kotona ja tuokiota voi myös soveltaa eri olosuhteisiin sopivaksi. Toimintatuokio-oppaassa on erilaisia hyppyjä, tasapainottelua ja pallottelua sekä piirtämistä, muovailua, saksien käsittelyä taitoa ja muita käden taitoja tukevaa toimintaa. (Liite 1.) 4–7-vuotiaana lapsen osallistuminen peleihin ja leikkeihin on entistä enemmän sosiaalisempaa, joten tämän ikäisille toimintatuokion järjestäminen yhdessä useampien lasten kanssa on mieluisampaa. (Danto, A ja Pruzansky, M 2011.)

Opas (Liite 1) on ulkoisesti pelkistetty ja sen käyttäminen yksinkertaista. Oppaassa on leikkejä ja pelejä sekä karkea-, että hienomotoristen taitojen kehittämiseksi. Se on tarkoitettu käytettävän paperimuodossa, mutta miksi ei myös digitaalisena versiona. Oppaan kansilehdessä lukee ”Toimintatuokio-opas”. Oppaan tarkoitus on, että Kuopion Perheentalon ohjaajat voivat sen avulla muodostaa lapsille temppuradan, joiden erilaisten pelien ja leikkien on tarkoitus tukea sekä karkea-, että hie-

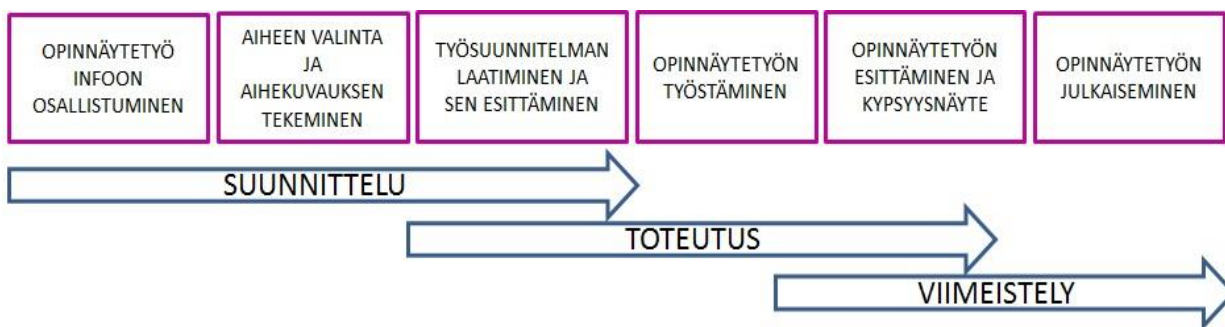
motorista kehitystä. Taitoja harjoittavat leikit ja pelit ovat lasten fysioterapian yksi keino, jolla tuetaan lapsen motorista kehitystä. Fysioterapia siis rakennetaan leikin sisään tai leikinomaiseksi. Lapsen mielenkiinnon ja huomion ylläpitäminen on tärkeää terapian vaikuttavuuden kannalta. (Campbell ym. 2012, 154-155.)

8 POHDINTA

8.1 Opinnäytetyöprosessin eteneminen ja arviointi

Opinnäytetyö sai alkunsa, kun yhteinen mielenkiintomme ilmeni lasten fysioterapiaa ja lasten liikunnallista kasvatusta kohtaan. Saimme selville, että Kuopion Perheentalolla oli lasten motoriseen kehityksen tukemiseen liittyvälle työlle tarve, joten otimme työn vastaan. Kun aihe ja työn tilaaja oli saatu selville, niin työstimme opinnäytetyömme aihekuvauksen ja työsuunnitelman. Näissä osuuk- sissa meni suunniteltua pidempi aika ja aikataulumme venyi useaan otteeseen. Työsuunnitelma hyväksyttiin toukokuussa ja sen jälkeen pääsimme toteuttamaan toimintatuokiomme, jotka suunnitte- limme ja toteutimme Perheentalolla kesän aikana. Elokuussa jatkoimme opinnäytetyön työstämistä ja kirjoitimme teoriaa vielä syksyn ajan. Toimintatuokio-oppaan teimme syyskuussa ja pohdinnan syys-, loka- ja marraskuun aikana.

Opinnäytetyön tekeminen voidaan jakaa seuraaviin vaiheisiin (kuva 2):



Kuva 2. (Opinnäytetyön tekemisen vaiheet 2014).

Opinnäytetyömme prosessi käynnistettiin kunnolla vasta keväällä 2019, kun sovimme tekevämme opinnäytetyön yhdessä liittyen lasten fysioterapiaan. Tilaajan löydyttyä prosessi eteni keväällä aluksi hyvinkin nopeasti ja saimme aihekuvauksen tehtyä hyvissä ajoin. Työsuunnitelman laatiminen kesti odotettua kauemmin, koska keväällä aikataulut eivät vain tahtoneet sopia yhteen. Lopulta saimme työsuunnitelmamme hyväksytysti läpi toukokuun lopussa ja pääsimme kesän aikana toteuttamaan toimintatuokioita Kuopion Perheentalolla.

Työn tekeminen ja eteneminen edistyi vaihtelevasti eri elämäntilainten vuoksi, joten toisinaan työ eteni nopeasti ja välillä työ ei edennyt suunnitelmien mukaisesti. Opinnäytetyön tekeminen opetti ottamaan enemmän vastuuta omasta ajankäytöstä ja aikatauluttamaan omaa arkeaan paremmin. Opinnäytetyön opetti myös paljon tiedonhankinnasta ja sen analysoimisesta. Yksi suuri haaste tiedonhankinnassa oli löytää ohjetta hyvän oppaan laatimiseen. Siihen löytyi tietoa hyvin niukasti. Näiden asioiden myötä lähdekriittisyys on vahvistunut prosessin aikana.

8.2 Kehittämistyön eettisyys ja luotettavuus

Käytimme työssämme luotettavia kotimaisia ja kansainvälisiä lähteitä ja tutkimuksia. Helsingin yliopiston ohjeistus koko tiedekunnalle ja kaikille tutkijoille kuuluu seuraavasti. ”Tieteellisen tutkimuksen luotettavuus ja tulosten uskottavuus edellyttävät, että tutkimuksessa noudatetaan hyvää tieteellistä käytäntöä.” (Helsingin yliopisto 2019). Tämä ohjeistus on yleisesti käytössä oleva ohjeistus ja tätä ohjeistusta noudattaen valitsimme käyttämämme lähteet ja tutkimukset. Käytimme lähteinä pääsääntöisesti alan ammattikirjallisuutta, tutkimuksia ja nettijulkaisuja. Tutkimuksia etsimme Google Scholarista ja PubMedista. Käytimme mahdollisimman uusia lähteitä, mutta työssämme on viisi vanhempaa lähdetä ja koska niissä asiat ovat edelleen paikkansa pitäviä, niin mielestämme lähteitä voi käyttää. Kaikki lähdetiedot ovat merkitty lähdeluetteloon ja viittaukset ovat tehty Savonian ohjeiden mukaisesti. Koko opinnäytetyöprosessin aikana pyrimme validien ja luotettavien lähteiden käyttöön sekä lähdekriittisyyteen.

Toimiminen eettisten periaatteiden mukaisesti tarkoittaa sitä, että toimii kunnioittaen ja oikeudenmukaisesti välttämällä tuottamaan kenellekään vahinkoa (Vastaamo). Eettisyys ja eettisyyden tarve korostuu lasten kanssa työskennellessä. Lapsi on haavoittuvammassa asemassa kuin aikuinen, ja lapset ovat tilanteensa ja kehitysvaiheensa vuoksi riippuvaisia aikuisesta. Lasten kanssa työskennellessä on myös erittäin tärkeää osata käyttää oikeenlaisia toimintakykymittareita ja osata käyttää niitä oikein. Mittareiden huolimaton käyttö erityisesti lasten kohdalla on eettisesti vaarallista. (Laine 2018.) Käytimme luotettavia ja koulussa opetettuja toimintakykymittareita tutkiessamme lasten toimintakykyä. Teimme tiivistä yhteistyötä eri tahojen kanssa ja toimimme yhdessä lasten vanhempien kanssa. Lasten kanssa työskennellessä on erittäin tärkeää luoda syvä luottamus heidän kanssaan ja miettiä tarkoin mitä tehdään ja millä tavoin. Kaiken tiedon mitä saimme perheistä, lapsista ja Perheentalon sisäisistä asioista pidämme salassa emmekä vie asioita eteenpäin ulkopuolisille tahoille.

8.3 Ammatillinen kehittyminen

Alun perin olimme kiinnostuneita lasten ja nuorten liikunnasta, mutta työn muuttuessa tilaajan toiveesta, aito kiinnostus lasten motorista kehitystä kohtaan kasvoi ja halusimme saada lisää tietoa aiheesta. Lasten kanssa yhdessä tekeminen, leikkiminen ja heidän havainnoiminen on aivan erilaista työtä ammatillisesti kuin aikuisten kanssa työskentely. Olikin todella hyvä, että päädyimme tekemään opinnäytetyömme lasten fysioterapiasta, jotta saimme perehtyä tähän fysioterapian osa-alueeseen syvemmin ja laajemmin kuin mitä koulussa opiskelimme sekä pääsimme käytännössä tekemään yhteistyötä lasten kanssa.

Kliininen osaaminen ja hoitotyö perustuvat näyttöön perustuvaan toimintaan, joka määritellään tämänhetkisen parhaan tutkimustiedon järkevää ja täsmällistä käyttöä. (Hienonen 2019). Opintojen alkuvaiheessa opiskelijat alkavat rakentamaan omaa asiantuntijuuttaan teoretiedon ja opintojen varrella karttuvan käytännön kokemuksen avulla. Opiskelijat ovat itse vastuussa omasta oppimis-

taan ja arvioivat omaa edistymistään opintojen edetessä. (Kurunsaari 2019.) Teoriaosuutta kirjoittaessa perehdyimme lukuisiin teoksiin, sekä analysoimme tuotettuja tutkimuksia ja artikkeleita. Näin saimme lisää käytännön kokemusta koulussa oppimaamme luotettavien tietojen ja tutkimusten etsimiseen ja niiden lähteiden käyttöä käytännössä. Erityisesti lastenneurologiaa käsittelevä kirjallisuus kasvatti ammatillista osaamista laajan teorian tiedon kautta. Lasten kanssa toimivan fysioterapeutin on tärkeää tietää neurologisten sairauksien ja kehityksen häiriöiden viivästymisen taustalla vaikuttavia mekanismeja sekä syitä. Lapsen motorisen kehityksen eri ikävaiheiden tiedostaminen ja osaaminen on kriittisen tärkeää, jotta lapselle suunnatut harjoitukset saadaan mahdollisimman tehokkaiksi.

Me fysioterapeutteina ja itse liikunnallisina ihmisinä sekä toinen meistä pian kahden pienen lapsen äitinä olemme huolissamme lasten liikunnan vähentymisestä. Ikävää, että nykyisin lasten ja nuorten elämässä on enenemissä määrin puhelimet, tietokoneet ja erilaiset videopelit ja näin ollen lapsille tulee huomattavasti vähemmän fyysistä liikuntaa kuin suositukset ovat. Perheen roolimalli on isossa merkityksessä tässä asiassa. Liikunta kun kuitenkin on niin suuressa merkityksessä motorisessa kehityksessä ja lapsen kasvussa.

LÄHTEET JA TUOTETUT AINEISTOT

AALTONEN, R., LEHTINEN, T., LEPPÄNEN, K., PELTONEN, T., TARVO, M., TUUNAINEN, P. ja VIHERÄ-TOIVAINEN, A. 2008. Havainnointi ja pedagoginen tuki 3-5-vuotiaiden lasten varhaiskasvatuksessa. [Viitattu 2018-4-2]. Saatavissa: www.socca.fi/files/486/Havainnointi_pedagoginen_tuki_varhaiskasvatuksessa_2008.pdf

AU, M., CHAN, W., LEE, L., CHEN, T., CHAU, R., PANG, R., 2014. Core stability exercise is as effective as task-oriented motor training in improving motor proficiency in children with developmental coordination disorder: a randomized controlled pilot study. [Viitattu 2019-10-22]. Saatavissa: <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/0269215514527596>

BEJEROT, S., PLENTY, S., HUMBLE, A. ja HUMBLE, M. 2013. Poor motor skills: a risk marker for bully victimization. [Viitattu 2019-9-17]. Saatavissa: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4223993/#b33>

CAMPBELL, S., PALISANO, R. JA ORLIN, M. 2012. Physical therapy for children. St. Louis: Elsevier Saunders.

CP-LIITTO, MOTORISEN OPPIMISEN VAIKEUS. [Viitattu 2019-9-14]. Saatavissa: https://www.cp-liitto.fi/tietoa/motorisen_oppimisen_vaikeus

DANTO, A. ja PRUZANSKY., M. 2011. 1001 Pediatric treatment activities.

ETENE, TERVEYDENHUOLLON YHTEINEN ARVOPOHJA, YHTEISET TAVOITTEET JA PERIAATTEET. 2001. [Viitattu 2019-4-26]. Saatavissa: <https://etene.fi/documents/1429646/1559098/ETENE-julkaisu+1+Terveysthuollon+yhteinen+arvopohja%2C+yhteiset+tavoitteet+ja+periaatteet.pdf/4de20e99-c65a-4002-9e98-79a4941b4468/ETENE-julkaisu+1+Terveysthuollon+yhteinen+arvopohja%2C+yhteiset+tavoitteet+ja+periaatteet.pdf.pdf>

FARHAT, F., HSAIRI, I., BAATI, H., SMITS-ENGELSMAN, B.C.M., MASMOUDI, K., MCHIRGUI, R., TRIKI, C. ja MOALLA., W. 2015. The effect of a motor skills training program in the improvement of practiced and non-practiced tasks performance in children with developmental coordination disorder (DCD). 2015. [Viitattu 2019-10-21]. Saatavissa: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0167945715300701?via%3Dihub>

GALLAHUE, D., OZMUN, J. ja GOODWAY, J. 2012 Understanding motor development. The Mcgraw-Hill Companies.

HAAPALA, R ja VAINIONPÄÄ, T. OPAS 1-6-VUOTIAAN LAPSEN MOTORISESTA KEHITYKSESTÄ JA SEN TUKEMISESTA. [Viitattu 2019-4-23]. Saatavissa: https://www.jikky.fi/files/2607/Valmis_JIK_Opas_1-6_lapsen_motorisen_kehityksen_tukemisesta.pdf

HALME, T. 2008. Fyysismotorinen suorituskky ja sitä selittävät tekijät 3-8-vuotiailla lapsilla. Jyväskylä: Likes Tutkimuskeskus. 13-20.

Heikkilä, A., Jokinen, P. ja Nurmela T. 2008. Tutkiva kehittäminen-avaimia tutkimus- ja kehittämiss-hankkeisiin terveysalalla. Porvoo: WSOY Oppimateriaalit Oy. 21-27 ja 34-53.

HELSINGIN YLIOPISTO. 2019. Tutkimusetiikka. [Viitattu 2019-10-28]. Saatavissa: <https://www.helsinki.fi/fi/tutkimus/tutkimusymparisto/tutkimusetiikka#section-2636>

HIIENONEN, J. 2019. Mitä on näyttöön perustuva fysioterapia. Fysioterapia 66 (4), 20-25. Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:21 [Viitattu 2019-11-26]. Saatavissa: <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75405/OKM21.pdf>

JAAKKOLA, T. 2014. Krokotiilijuoksu. Porvoo: Bookwell Oy

KAMK [Viitattu 2019-10-25]. Saatavissa: <https://www.kamk.fi/fi/opari/Opinnaytetyopakki/Teoreettinen-materiaali/Tukimateriaali/Tavoite-ja-tarkoitus>

KARHU, M., SALO-LEE, L., SIPIÄ, J., SELÄNNE, M., SÖDERLUND, L., UIMONEN, T., YLI-KOKKO, P. Asiantuntija viestii. Helsinki: Inforviestintä Oy.

KARVONEN, P. 2000. Hyppää pois – Lapsen motoriikan arviointi. Helsinki: Sanoma Pro oy.

KIVINIEMI, K ja POLLARI, A. 2014. Lasten neurologinen arviointi. [Viitattu 2019-9-23]. Saatavissa: <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/84089/Lasten%20n.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

KOIVUMÄKI, A. 2015. 5-6 vuotiaat karkeamotoriikassa tukea tarvitsevat pojat varhaiskasvatuksessa. [Viitattu 2019-10-9]. Saatavissa: https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/156131/PG_Anu_Koivumaki.pdf?sequence=2&isAllowed=y

KUOPION PERHEENTALO. [Viitattu 2019-9-10]. Saatavissa: <https://kuopionperheentalo-fi-bin.directo.fi/@Bin/e2d6ffdef2f5e9faadd46c59fb017b78/1569243334/application/pdf/184836/Perus-esite%20taitettu%20A4.pdf>

KURUNSAARI, M. 2019. Erilaiset polut ammatilliseksi osaajaksi. Fysioterapia 66 (5), 18-24.

LANO, A. 2014. Motoriikan kehityshäiriöt. Teoksessa H. Pihko, L. Haataja & H. Rantala. Lastenneurologia. Helsinki: Duodecim.

LAINEN, M. 2018. Eeettisyys korostuu, kun mitataan lapsen toimintakykyä. Fysioterapia 65 (5), 54-59.

LEONARD, H. 2016. The Impact of Poor Motor Skills on Perceptual, Social and Cognitive Development: The Case of Developmental Coordination Disorder. [Viitattu 2019-8-23]. Saatavissa: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2016.00311/full>

NEUVOKAS PERHE. [Viitattu 2019-9-16]. Saatavissa: <https://neuvokasperhe.fi/lapsen-liikuntasuositus>

MANNERHEIMIN LASTENSUOJELULIITTO LAPSEN KASVU JA KEHITYS. 2019a. [Viitattu 2019-4-4]. Saatavissa: <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/3-4-v/3-4-vuotiaan-liikunnallisen-kehitys/>

MANNERHEIMIN LASTENSUOJELULIITTO LAPSEN KASVU JA KEHITYS. 2019b. [Viitattu 2019-4-4]. Saatavissa: <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/4-5-v/4-5-vuotiaan-liikunnallisen-kehitys/>

MANNERHEIMIN LASTENSUOJELULIITTO LAPSEN KASVU JA KEHITYS. 2019c. [Viitattu 2019-4-4]. Saatavissa: <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/5-6-v/5-6-vuotiaan-liikunnallisen-kehitys/>

NUMMINEN, P. 1996. Kuperkeikka varhaiskasvatuksen liikunnan didaktiikkaan. Helsinki: Lasten keskus.

OAMK [Viitattu 2019-11-14]. Saatavissa: <http://www.oamk.fi/epooki/2018/toiminnallinen-opinnaytetyo/>

OPETUS- JA KULTTUURIMINISTERIÖ. 2016a. Lasten liikuntasuositukset: vähintään kolme tuntia liikuntaa päivässä. [Viitattu 2019-9-13]. Saatavissa: https://minedu.fi/artikkeli/-/asset_publisher/lasten-liikuntasuositukset-vahintaan-kolme-tuntia-liikuntaa-paivassa

OPETUS- JA KULTTUURIMINISTERIÖ. 2016b. Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä. Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset. [Viitattu 2019-11-26]. Saatavissa: <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75405/OKM21.pdf>

PIHKO, H., HAATAJA, L. ja RANTALA, H. 2014. Lastenneurologia. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

PÄKKILÄ, S. 2016. 3-6-vuotiaiden lasten motorisen kehityksen tukeminen päiväkodin ohjatun liikunnan avulla. [Viitattu 2019-4-23]. Saatavissa: <http://jultika.oulu.fi/files/nbnfioulu-201604271551.pdf>

RINTALA, P., SÄÄKSLAHTI, A., ja IIVONEN, S. 2016. 3-10-vuotiaiden lasten motoriset perustaidot. [Viitattu 2019-4-2]. Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/52620/rintalasaaks-lahtiiivonenIt2016616tutkimusartikkelit.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

RIIKOLA, T. 2019. Lasten heikentynyt toimintakyky huolestuttaa liittoja. Fysioterapia 66 (5), 12-13.

REPPU SAVONIA. 2019. [Viitattu 2019-9-28]. Saatavissa: <https://reppu.savonia.fi/opinnayte-tyo/amktutkinnot/Sivut/Eteneminen.aspx>

SÄÄKSLAHTI, A. 2018. Liikunta varhaiskasvatuksessa. Jyväskylä: Ps-kustannus. 52-53, 153-154, 160-161 ja 165-166.

TALVITIE, U., NIITTAMO, E., BERG, R., IMMONEN, M. ja STORÅS K. 1998. Lasten karkeamotoristen taitojen arviointi fysioterapiassa-Jorvin karkeamotorinen testi 5-vuotiaille. Jyväskylän yliopisto.

TOIMINTAKYVYN MITTARIT. 2016. [Viitattu 2019-9-13]. Saatavissa: <https://hoito-ohjeet.fi/Ohje-pankkiVSSHP/Toimintakyvyn%20mittarit.pdf>

UKK-INSTITUUTTI. 2011. [Viitattu 2019-9-26]. Saatavissa: https://www.ukkinstituutti.fi/tietoa_terveysliikunnasta/liikunnan_vaikutukset/ikakaudet/liikunta_vaikuttaa_lasten_ja_nuorten_kehitykseen
VASTAAMO. Psykoterapiakeskus. [Viitattu 2019-4-4]. Saatavissa: <https://www.vastaamo.fi/eettiset-periaatteet/>

YLEISSOPIMUS LAPSEN OIKEUKSISTA. 1991. [Viitattu 2019-4-26]. Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sopsteksti/1991/19910>

LIITE 1



Tämä toimintatuokio-opas on tehty kehittämistyönä Savonia-ammattikorkeakoulussa Kuopion Perheentalolle ja heidän asiakasperheille. Oppaan on tarkoitus tukea lasten motorista kehitystä ja motorisia taitoja. Oppaan leikit ja pelit tukevat lasten karkea- ja hienomotoriikkaa.

Fysioterapeuttiopiskelijat

Taru Kautto

ja

Joonas Niemi

Toimintatuokio-
opas



Karkeamotoriikka

- ◊ Välineet:
- ◊ Renkaat
- ◊ 2 kpl isoja pehmeitä palloja
- ◊ Tennispallo
- ◊ Kartio (tai muu esine jonka päällä käyttää jalkaa)
- ◊ Pitkä, kapea lauta
- ◊ Kori tai laatikko, jonne voi heittää pallon



Rata

Hyppelyt renkaiden sisälle tasajaloin, vuorojaloin ja yhdellä jalalla

Hyppy renkaiden sisälle vuorojaloin pysäytyksellä

Tennispallolla pallottelu vuorokäsin ja yhdellä kädellä

Toisen jalan täpätys kartion tai korokkeen päällä vuorojaloin

Toinen jalka korokkeella pysyen tennispallon pallottelua vuorokäsin ja vain toisella kädellä

Iso pallo kädessä lautakävely ja laudan päässä pallon heitto koriin/laatikkoon

Hienomotoriikka

- ◊ Tarvikkeet:
- ◊ Muovailuvaha ja muotit
- ◊ Palapeli ja nuppipalapeli
- ◊ Pieniä kolikoita
- ◊ Kulho kolikoille
- ◊ Lasten sakset
- ◊ Piirustuspaperia
- ◊ Mallikuvia
- ◊ Värikynät
- ◊ Rengasmallisia muroja
- ◊ Narua tai lankaa



Rata

Muovailuvahasta
muotoilu

Palapelien teko

Kolikon siirto
astiaan, voi olla
myös kilpailu

Eri kuvioiden
leikkaaminen
saksilla

Piirtäminen

Murojen pujotus
naruun -> ranne-
tai kaulakoru

LIITE 2

Ensietietolomake!

Hei! Olemme viimeisen vuoden fysioterapiaopiskelijoita Savonia-ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäyte-työmme yhteistyössä Kuopion Perheentalon kanssa ja tarkoituksemme on järjestää lapsille motorisen kehityksen tukemiseksi toimintatuokioita Perheentalon tiloissa. Toimintatuokioiden tavoitteena on auttaa ja tukea lapsen motorista kehitystä fysioterapeuttisten harjoitteiden ja leikkien avulla. Tällä esitietolomakkeella keräämme alkutietoa, jotta osaamme suunnitella toimintatuokiot mahdollisimman hyödylliseksi ja kohdennetuiksi juuri Teidän lapsellenne sopivaksi.

Toimintatuokioihin osallistuminen on maksutonta ja näiden tuotoksena syntyvän toimintatuokio-oppaan saatte halutessanne itsellenne myös kotikäyttöä varten. Järjestämme toimintatuokiot Kuopion Perheentalon tiloissa torstaina 23.5 klo 17.00, keskiviikkona 29.5 klo 16.00, torstaina 6.6 klo 14.00 ja torstaina 13.6 klo 14.00. Ystävällisin terveisin, Taru ja Joonas!

2. Lapsen ikä? *

3-4

4-5

5-6

3. Onko lapsellasi todettu motorisen kehityksen viivettä?

Ei

On

4. Jos on, niin miten ilmenee/näky?

5. Onko sinulla toiveita toimintatuokioiden toteuttamisesta?