



Liikkuvat Lapset Tampere -uintileirin kehittäminen alakouluikäisille

Marja Karimo

Haaga-Helia ammattikorkeakoulu

AMK-opinnäytetyö

2022

Liikunnanohjaajatutkinto

Tekijä(t)

Marja Karimo

Tutkinto

Liikunnanohjaaja (AMK)

Raportin/Opinnäytetyön nimi**Liikkuvat Lapset Tampere - uintileirin kehittäminen alakouluikäisille****Sivu- ja liitesivumäärä****39+13**

Tämän opinnäytetyön päätavoite oli kehittää uusi uimaleirikonsepti uimataitoisille 3–4 -luokkalaisille palvelumuotoilua hyödyntämällä. Toimeksiantajana toimi Tampereen kaupungin Liikunta- ja nuorisoyksikkö. Toiminnan kehittäminen aloitettiin helmikuussa 2022 ja syyslomalla 2022 päästiin pitämään Liikkuvat Lapset Tampere -uintileiri Tampereen uintikeskuksessa.

Palvelumuotoilussa on neljä eri vaihetta. Tässä työssä käytettiin palvelumuotoilun vaiheita, jotka ovat löydä, määritä, kehitä ja tuota. Löydä-vaiheessa etsittiin tämän konseptin reunaehdot haastatteleamalla toimeksiantajaa, strategiset tavoitteet, tämän projektin aikataulu, budjetti, kohderyhmä ja resurssit. Sekä toimeksiantajan että konseptin tavoite ohjasivat tätä opinnäytetyötä, ja asiakasrajapinnan kautta saatiin asiakasymmärrystä lisättyä tekemällä benchmarking eli vertailuanalyysi. Kehitä-vaiheessa pidettiin kesällä demopäivä. Demopäivän jälkeen tehtiin lapsille ja heidän vanhemmilleen kvalitatiivinen kyselytutkimus, jonka teemana oli uintileirin sisältö. Määritä-vaiheessa saaduista tiedoista tehtiin analyysin kautta asiakasprofiilit ja lopputuloksena syntyi erityyppisiä mahdollisuuksia tuottaa uintileiri. Tuota-vaiheessa pyrittiin rajaamaan ja tunnistamaan syntyneistä ideoista sellaisia, jotka olivat toimivia ja vastasivat Liikkuvat Lapset Tampere -uintileirille asetettuihin tavoitteisiin.

Palvelumuotoiluprosessin tulosten perusteella toimeksiantaja toivoi, että uimaleirillä tarjottaisiin laadukasta opetusta. Toimeksiantaja piti syyslomaleirin aikataulua hyvänä. Hän ei halunnut asettaa leirille budjettia. Kohderyhmäksi toimeksiantaja toivoi 3–4 -luokkalaisia uimataitoisia lapsia. Asiakasrajapinnasta eli asiakkaiden tarpeista saatiin tietoa kvalitatiivisen kyselytutkimuksen ja teemahaastatteluiden avulla.

Palvelumuotoiluprosessin lopputuloksena kehitettiin Tampereen kaupungin Liikunta- ja nuorisoyksikölle uusi uintileirikonsepti, joka on brändätty nimellä Liikkuvat Lapset Tampere- uintileiri, ja vuonna 2022 kohderyhmänä olivat 3–4 -luokkalaiset uimataitoiset koululaiset. Liikkuvat Lapset Tampere -uintileirille oli tarvetta, ja tämän osoitti heti mainonnan aloittamisen jälkeen paikkojen täyttyminen. Tätä konseptia pyritään kehittämään tulevaisuudessa: Seuraavaa leiriä mainostetaan sosiaalisessa mediassa ja pyritään kasvattamaan asiakaskuntaa sekä hinnoittelemaan leiri uudella tavalla. Tulevaisuudessakin tutkitaan asiakastyytyväisyyttä ja vertaillaan muita vastaavia leirejä Liikkuvat Lapset Tampere -uintileiriin. Tästä leiristä on tarkoitus tulla jokavuotinen tapahtuma. Leiri tulee olemaan Liikkuvat Lapset Tampere- uintileiri nimellä, ja tavoitteena on, että mahdollisimman moni lapsi saisi uimisesta mukavan harrastuksen - ja vieläpä koko elinkaarensa mittaisen.

Asiasanat: Tampere, uinti, palvelumuotoilu, lapset, leiri

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Lasten ja nuorten liikkuminen	3
2.1	Fyysisen aktiivisuuden ja liikunnan edistäminen osana yhteiskuntapolitiikkaa.....	4
2.2	Liikunnan harrastaminen.....	5
2.3	Koululaisten uimataito ja uinnin opettaminen osana lasten liikuntaa.....	6
2.4	Uinti liikuntamuotona ja harrastuksena.....	8
2.5	Uimataidottomuus	9
3	Palvelumuotoilu.....	11
3.1	Palvelumuotoilu pohjautuu muotoiluajattelun periaatteisiin.....	11
3.2	Palvelumuotoilun prosessi	13
3.3	Löydä-vaihe	14
3.4	Määritä-vaihe	15
3.5	Kehitä-vaihe.....	16
3.6	Tuota-vaihe.....	16
4	Toimeksiantajan esittely	17
4.1	Liikuntapalvelut	17
4.2	Nuorisopalvelut	17
5	Kehittämistyön toteutus	19
5.1	Nykytilanteen kartoittaminen	22
5.2	Vertailuanalyysi.....	23
5.3	Määrällinen kyselytutkimus alakouluikäisille lasten huoltajille.....	24
5.4	Haastattelu toimeksiantajan kanssa	29
5.5	Asiakasprofiili	29
5.6	Liikkuvat Lapset Tampere	30
5.7	Uintileirin esittely toimeksiantajalle.....	31
5.8	Kehitettävää Liikkuvat Lapset Tampere leiristä	31
5.9	Onnistumiset Liikkuvat Lapset Tampere uintileirissä	32
5.10	Kehittämisehdotukset tulevaan Liikkuvat Lapset Tampere- uintileiriin	34
6	Tutkimusstrategia.....	35
7	Pohdinta ja johtopäätökset	36
	Lähteet	38
	Liite 1. Määrällinen kyselytutkimus vanhemmille uintileiristä.....	42
	Liite 2. Aikatauluehdotelma kolmen uintileiri- päivän toteutukseen	45
	Liite 3. Aktiviteetit vedessä	47
	Liite 4. Päiväkirjaraportti Liikkuvat Lapset Tampere uintileiristä	48
	Liite 5. Vanhemmille sähköposti Liikkuvat Lapset Tampere uintileiristä	53

Liite 6. Liikkuvat Lapset Tampere uintitodistus leirin päätteeksi	54
---	----

1 Johdanto

Fyysisen aktiivisuuden myönteisistä terveysvaikutuksista on kiistattomasti empiiristä näyttöä. Liikunnan tiedetään ehkäisevän esimerkiksi sydän- ja verenkiertoelimistön sairauksia, tyypin 2 diabetesta, erilaisia syöpiä, metabolista oireyhtymää sekä psyykkisiä sairauksia ja oireita, kuten ahdistuneisuutta ja depressiota. Vaikka liikunnan positiiviset terveysvaikutukset ovat hyvin tiedossa, suurin osa väestöstämme ei liiku terveytensä kannalta riittävästi. Liikunnan väheneminen näkyy myös lapsissa ja nuorissa. (Jaakkola, ym. 2017, 18.)

Lasten ja nuorten kasvattamisella liikunnalliseen elämäntapaan on suuria vaikutuksia kustannusten ennaltaehkäisyyn sekä hyvinvointiin. Päivittäinen liikunta on oleellinen edellytys lasten normaalille kasvulle ja kehitykselle, aivan kuten terveellinen ravinto ja riittävä uni. Riittävä fyysinen aktiivisuus tukee oppimisedellytyksiä, parantaa fyysistä toimintakykyä ja motoriikkaa, ennaltaehkäisee ylipainoa ja vahvistaa tuki- ja liikuntaelimeistöä sekä vähentää psyykkistä kuormittuneisuutta. Liikunnalliseen elämäntapaan kasvatetaan ja kasvataan varhaiskasvatuksesta lähtien. Siirtymät eri kouluasteille voi tuottaa lapsen ja nuoren elämään isoja muutoksia, joten liikunnallisen elämäntavan tukeminen on syytä huomioida niin perheissä, kouluissa, seuroissa kuin muissakin yhteisöissä, missä lapsi on mukana. (Olympiakomitea 2020.)

Kaikille 7–17 -vuotiaille suositellaan monipuolista, reipasta ja rasittavaa liikkumista vähintään 60 minuuttia päivässä yksilölle sopivalla tavalla, ikä huomioiden. Runsasta ja pitkäkestoista paikallaanoloa tulisi välttää. Liikkumisen tulisi olla monipuolista, jolloin erilaiset liikuntataidot kehittyvät. Myös liikkuvuuteen on hyvä kiinnittää huomiota. Kestävyysharjoittelussa liikutaan niin ikään siten, että hengästyään ja sydämen syke nousee reilusti. Lihasia ja luita on myös syytä vahvistaa, jotta saadaan notkeutta, tasapainoa ja kestävyttä keholle. (UKK-instituutti 2022.)

Uimataito on Suomessa välttämätön kansalaistaito. Täällä tuhansien järvien maassa on paljon vapauttavampaa nauttia vedessä tai veden äärellä olemisesta, jos uimataidon lisäksi on myös vesipelastustaitoja. Valtakunnallisen, vuonna 2017 tehdyn tutkimuksen mukaan joka neljäs kuudesluokkalainen ei osaa uida kunnolla. (Uimaliitto 2019.)

Uinnin opettamisessa opetus lähtee tarkasta suunnitelmasta, mutta rungon pitää olla kaikesta huolimatta joustava ja tilanteiden mukaan elävä. Ja on syytä muistaa, että oppijoiden erilainen etenemistahti on hyväksyttävä ja sitä on tuettava. Henkilökohtainen palkitseminen etenemisestä on tärkeää eikä tietyn yhteisen tavoitteen saavuttaminen. Tärkeää on, että opetustilanteessa opettaja luo opetustilanteita, joissa kaikilla on mahdollisuus suoriutua tehtävistä omien taitojensa ja edellytyksensä mukaisesti. Taitava opettaja luo

opetustilanteesta sellaisen, jossa oppija ei suoriudu alle oman taitotasonsa eli ali suoriudu vaan oppii ja kehittyy omien taitojensa mukaisesti. Uimaopettajan on hyvä huomioida se, että ei anna taitavalle oppijalle tehtäviä, jotka hän jo osaa. (Hakamäki, Hotti, Keskinen, Lauritsalo, Liinpää, Läärä & Pantzar 2009, 15.) Tämä sama huomio tehtiin myös uintileirikonseptiin liittyen; kvalitatiivisen eli määrällisen tutkimuksen tulosten perusteella oppilaiden vanhemmat toivoivat riittävän haastavia ja oppilaan taitotason mukaisia harjoitteita uintileirillä.

Suomi on hyvin ei-hierarkkinen yhteiskunta, jossa korostetaan tasa-arvoisuutta ja yhdenvertaisuutta. Suomessa myös luotetaan demokratiaan ja vaikuttamisen voimaan. Tämän takia nähdään luonnollisena, että asiakkaat ja työntekijät voivat osallistua palvelumuotoilu-prosessiin, ja että heidän mielipiteensä, toiveensa ja ideansa otetaan kehittämisessä huomioon. (Koivisto 2019, 41.)

Tampereen kaupungin Liikunta- ja nuorisoyksikkö on tämän opinnäytetyön toimeksiantaja. Opinnäytetyön tavoitteena on luoda syyslomaviikolle 2022 Liikkuvat Lapset Tampere -uintileiri, jonka kohderyhmänä ovat 3–4 -luokkalaiset lapset. Tulevaisuudessa tarkoituksena on järjestää vuosittain laadukas ja hauska Liikkuvat Lapset Tampere -uintileiri. Uintileiri toteutetaan asiakaslähtöisesti palvelumuotoilun vaiheiden mukaisesti.

2 Lasten ja nuorten liikkuminen

Kaikille 7–17-vuotiaille suositellaan monipuolista, reipasta ja rasittavaa liikkumista vähintään 60 minuuttia päivässä yksilölle sopivalla tavalla, ikä huomioiden. Runsasta ja pitkäkestoista paikallaanoloa tulisi välttää. Lasten ja nuorten liikuntasuosituksessa (Kuva 1) kuvataan parhaaseen tieteelliseen näyttöön perustuen, kuinka paljon ja millaista liikuntaa lapset ja nuoret tarvitsevat hyvinvointinsa turvaamiseksi. Suosituksen mukaan olisi hyvä liikkua viikon jokaisena päivänä vähintään yksi tunti päivässä ja suurimman osan liikkumisesta tulisi olla kestävyystyypistä. Teholtaan rasittavaa kestävyystyypistä liikkumista ja lihasvoimaa ja luustoa vahvistavaa liikkumista tulisi tehdä vähintään kolmena päivänä viikossa. Liikkumisen tulisi olla monipuolista, jolloin erilaiset liikuntataidot kehittyvät. Myös liikkuvuuteen on hyvä kiinnittää huomiota. (UKK-instituutti 2022.)

UKK- instituutin julkaisun mukaan vain yksi kolmasosa lapsista ja nuorista liikkuu terveytensä kannalta riittävästi Suomessa. Riittävä fyysinen aktiivisuus on edellytys lasten ja nuorten terveelle kasvulle ja kehitykselle sekä hyvinvoinnille. Reipas liikunta, hyvä fyysinen kunto ja hyvät motoriset taidot ovat yhteydessä myös oppimiseen. Liikuntatottumukset omaksutaan lapsuudessa, joten liikunnallisen elämäntavan syntymistä on tärkeä tukea jo varhain. (UKK-instituutti 2022 a.)



Kuva 1. Liikkumissuositus 7–17-vuotiaille lapsille ja nuorille (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2021,12)

2.1 Fyysisen aktiivisuuden ja liikunnan edistäminen osana yhteiskuntapolitiikkaa

Vuosi 2018 oli kolmas vuosi peräkkäin, kun Suomessa kuoli enemmän ihmisiä kuin syntyi. Lasten ja nuorten määrä uhkaa vähentyä merkittävästi syntyvyyden laskun takia. Väkiluvun kääntyminen laskuun olisi huomioitava nyt, jos koskaan. Lasten ja nuorten määrän vähentyminen tulee näkymään myös harrastustoiminnassa. Varsinkin joidenkin kuntien sivistystoimelle vähenevä lasten ja nuorten määrä asettaa haasteita. Onkin syytä myös pohtia, miten harrastustoiminnan resursointia kohdistetaan kohderyhmään pienentyessä. (Valtioneuvosto 2021.)

Liikunnalla on ihmiselle itseisarvoinen merkitys. Jokaisella ihmisellä on oikeus saada nautintoa, mielihyvää ja positiivisia kokemuksia liikunnasta. Oikeus liikuntaan kuuluu kaikille jo perustuslainkin nojalla osana sivistyksellisiä perusoikeuksia. Liikunnalla on itseisarvoa kunkin yksilön kannalta, mutta myös suuri myönteinen välinearvo yhteiskunnan kannalta. Tieteelliset tutkimukset kiistatta osoittavat liikunnan suuren hyödyn ja jopa välttämättömyyden kansansairauksien, kuten ylipainon, diabeteksen, tuki- ja liikuntaelinsairauksien sekä mielenterveysongelmien ehkäisyssä ja hoidossa. Fyysisesti passiivinen elämäntapa on nousemassa maailmanlaajuisesti kansanterveydelliseksi ongelmaksi. Liikunnattomuus on WHO:n mukaan neljänneksi merkittävin riskitekijä elintapasairauksien aiheuttamisessa kuolemantapauksissa. (Eduskunta 2020.)

Opetus- ja kulttuuriministeriön raportin mukaan, koskien valtioneuvoston selontekoa liikuntapolitiikasta, käy ilmi, että kaikilla meillä pitää olla mahdollisuus omatoimiseen liikunnan harrastamiseen ja esteettömiin ja saavutettaviin liikuntapalveluihin. Näin tuetaan osallisuutta ja yhteisöllisyyttä. Muutoin liikunta ja urheilu eriarvoistavat ja polarisoivat ihmisiä. Valitettavan usein palveluiden ja rakenteiden ulkopuolelle jäävät he, jotka hyötyisivät liikunnasta eniten. Opetus- ja kulttuuriministeriössä on myös selvitetty harrastamista ja harrastamisen kustannuksia sekä vapaaehtoistoiminnan edistämistä. Tavoitteena on mahdollistaa kaikille lapsille ja nuorille vähintään yksi mieleinen harrastus. Toimenpiteenä on ajateltu ottaa käyttöön harrastuspassi ja kehittämistuki on tarkoitus kohdistaa matalan harrastuskynnyksen toimintaan. (Eduskunta 2020.)

Liikuntapaikkojen rakentamista tulisi kunnissa kehittää yhdessä kuntalaisten kanssa. Jokaisen kunnan tulisi laatia analyysi kunnan liikuntaolosuhteiden nykytilasta, jossa myös huomioidaan kävely- ja pyörätieverkoston kehittäminen sekä luontoliikunta. Liikuntapaikkasuunnittelussa koulujen ja liikuntapaikkojen välinen yhteys on tärkeä. Koulujen ja oppilaitosten tilojen vapaa-ajan käyttöastetta on nostettava huomattavasti.

Rakentamisen lisäksi myös avustusjärjestelmää pitäisi kehittää yleisavustuspainotteisemmaksi. Tavoitteena on selkeyttää ja yksinkertaistaa avustuskriteereitä ja luoda järjestelmään läpinäkyvyyttä ja pitkäjänteisyyttä. Niin ikään urheiluseuroilla pitäisi olla tieto heidän omista avustuksistaan jo useammaksi vuodeksi eteenpäin. Tällä saataisiin vähennettyä hallintotoita ja mahdollistettaisiin pitkäjänteinen kehitys urheiluseuroissa.

(Valtioneuvosto 2018.)

2.2 Liikunnan harrastaminen

Liikunta on yksi suosituimmista harrastuksista. Valtiohallinto edistää harrastamista eri linjauksin, toimenpitein ja rahoituksin. Kunnat, kolmas sektori ja yritykset ovat merkittäviä harrastustoiminnan järjestäjiä. Opetus- ja kulttuuriministeriön tavoitteena on lisätä lasten ja nuorten harrastusmahdollisuuksia ja paikallista matalan harrastuskynnyksen liiketoimintaa. Harrastamisen on oltava kaikille lapsille ja nuorille mahdollista. Harrastamisen strategiassa pääpaino on koulupäivän yhteydessä tapahtuvan harrastamisen lisäämisessä ja niiden lasten ja nuorten tavoittamisessa, joilla ei ole muutoin mahdollisuutta mieleiseen harrastukseen. (OKM 2021.)

Harrastamisen tilanne Suomessa on kokonaisuutena tarkasteltuna hyvä: suurimmalla osalla lapsista ja nuorista on harrastus. Helmikuussa 2019 julkaistun Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimuksen mukaan 89 % 6–29-vuotiaista lapsista ja nuorista vastasi, että heillä on jokin harrastus. Peruskoulun vuosiluokkien 1–10 oppilaille suunnatun valtakunnallisen koululaiskyselyn 2017 mukaan alakoululaisista 80 % ja yläkoululaisista 70 % kertoo, että heillä on mieluisa harrastus. Lapsia ja nuoria, joilla ei ole harrastusta, on noin 10 %. Harrastamisen edistämisen toimenpiteitä on perusteltua kohdentaa niille lapsille ja nuorille, jotka ovat vielä harrastustoiminnan ulkopuolella. Harrastamisen tilaa seurataan säännöllisesti Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimuksissa, Nuorisobarometreissä, Kouluterveyskyselyissä ja Opetus- ja kulttuuriministeriön koululaiskyselyjen avulla. Tilastotietoa lasten ja nuorten harrastuksista ja koulujen pihoista löytyy nuorisotilastot.fi -sivuilta. Sivusto on Länsi- ja Sisä-Suomen Aluehallintoviraston ylläpitämä ja Opetus- ja kulttuuriministeriön rahoittama tilastopalvelu, jonka avulla on mahdollista tutustua Suomen nuorisotyön tilastoihin. (Valtioneuvosto 2021.)

Vuosittain jaetaan säännölliseen harrastustoimintaa avustuksia noin 250–300 miljoonaa euroa. Tästä summasta kaksi viidesosaa on karkeasti arvioituna suoraan harrastustoimintaa edistävää ja loput rahoituksesta harrastustoiminnan edellytyksiä tukevaa rahoitusta. Lisäksi opetus- ja kulttuuriministeriö rahoittaa taiteen perusopetuksen järjestämistä noin 80 miljoonalla eurolla vuosittain. (Valtioneuvosto 2021.)

Liikunnalla ja liikkumisella on tutkitusti lukuisia hyviä vaikutuksia fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen. On myös todettu, että säännöllinen kohtuutehoinen liikunta ehkäisee useita sairauksia. Liikkumisen ansiosta myös mieliala kohenee, ajatukset terävöityvät, stressin tunne kevenee ja nukutaan paremmin. Liikkuminen vaikuttaa aivoihin ja hermostoon, viireystila kohoaa, lihakset ja aineenvaihdunta paranevat. Liikkumisen jälkeen lepoverenpaine laskee sekä hengitys- ja verenkiertoelimistö paranee. Nivelten liikelaajudet lisääntyvät ja mahdollinen kipu voi lieventyä. Säännöllinen liikkuminen vaikuttaa jo parissa viikossa mielialaan, unen laatuun, lihasten suorituskykyyn, tasapainoon ja tuki- ja liikuntaelimestön kivut lievittyvät. Ajattelut- ja muistitoiminnot kohentuvat ja muistisairauden riski pienenee, kun jatkaa liikuntaa. Sydän- ja verisuonisairaudet, tyypin 2 diabetes, tuki- ja liikuntaelinvaihat, suolisto-, rinta- ja eturauhassyöpäriski pienenee. Painonhallinta helpottuu, luusto vahvistuu, suoliston bakteerikanta paranee ja lääkityksen tarve voi vähentyä. (UKK-instituutti 2022.)

2.3 Koululaisten uimataito ja uinnin opettaminen osana lasten liikuntaa

Uimataidon oppiminen on jokaisen lapsen perusoikeus Suomessa. Siksi on erittäin tärkeää, että koulut järjestävät riittävästi uimaopetusta, jotta kaikille mahdollistettaisiin uinnin opetus edes koulussa. Suomi on tuhansien järvien maa ja Suomessa on 300 000 kilometriä rantaviivaa. Uimataidon oppimisella saadaan hyvä pohja siihen, että pystytään olemaan turvallisesti vesillä tai vedessä. Uimataidolla saavutetaan myös taidot pelastautumiseen tai toisen pelastamiseen hädän hetkellä. On syytä myös muistaa uimataidon terveysvaikutukset. Uinti on yksi harvoista elinkaarilajeista, joka tarkoittaa sitä, että uimataidon opittua, sitä voi harrastaa turvallisesti lapsesta pitkälle vanhuuteen. Uimataidon arvioinnissa alkeisuimataito on silloin kun kastaudutaan ja osataan uida 10 metriä yhdellä uimataivalla. Perustaidossa osataan uida 50 metriä kahta uintitapaa käyttäen ja 5 metrin pituusukellusta. Uimataito on Suomen uimaopetus- ja hengenpelastusliiton mukaan hyppy uintisyvään veteen jalat edellä, uidaan yhtäjaksoisesti 200 metriä, josta vähintään 50 metriä on selkäuintia.

(SUH 2021.)

Suomen uimaopetus- ja hengenpelastusjärjestön uimaopetuksen sisällön mukaan esiopetuksessa uintitunneilla tutustutaan veteen ja leikitään. Ensimmäisen luokan sisältö on veteen totuttelu, kellunnat, liu`ut, vesileikit ja kastautuminen. Toisella luokalla harjoittelevat uintitekniikoita, jotka ovat myyräuinti, alkeisselkäuinti, alkeisrintauinti ja vesileikit mukaan lukien. Kolmasluokkalaiset harjoittelevat selkäkroolia, vapaauintia vesileikkejä ja pelejä. Nelosluokkalaiset vuorostaan harjoittelevat rintauintia, sukelluksia, hyppyjä, vesileikkejä ja

turvallisuutta vesillä. Viidesluokkalaiset harjoittelevat krooliuintia ja hengenvpelastusharjoituksia ja lopuksi alakoulun kuudesluokkalaiset uimataidon vahvistamista ja hengenvpelastusharjoituksia. (SUH 2021.)

Tampereen kaupungin liikuntatoimen uintitunneilla on näihin ohjelmiin myös lisätty matkauinti, joka on kolmasluokkalaisilla 50 m, nelosluokkalaisilla 100 m, viidesluokkalaisilla 150 m ja kuudesluokkalaisilla 200 m. Ja he saavat uida valitsemaansa lajia eli joko selkäuintia, vapaauintia, myyräuintia, rintauintia tai vaikka perhosuintia, jos sitä osaavat. Uinninopetusta 1.–6. -luokille järjestetään 60 minuuttia kerrallaan ja uintikertoja on 2 vuoroa jokaista luokkaa kohden Tampereella. Opetus tapahtuu lastenaltaassa, kuntoaltaassa (25 m) ja hyppyaltaassa.

(OPI TAMPERE 2022.)

Viimeisin uimataitotutkimus on tehty vuonna 2017 ja siitä käy ilmi, että 76 prosenttia kuudesluokkalaisista on uimataitoisia ja joka neljäs 12-vuotias Suomessa asuva ei osaa uida kunnolla. Lasten erot uimataidossa ovat edelleen valitettavan suuret kunnissa. Kunnissa, joissa opetussuunnitelman mukaista uimaopetusta ei järjestetä ollenkaan, lasten uimataito on luonnollisesti huomattavasti heikompi kuin kunnissa, joissa sitä järjestetään. Tässä nousee myös esille määrärahat. Jos niitä ei varata uinninopetukseen, uimataito koululaisilla saattaa olla heikompi. Myös siinä tapauksessa, jos kunnissa ei ole uimahallia tai uimahalli käynnit ovat vähäisiä lasten uimataito on heikompi. (Hakamäki 2016.)

Suomeen on tullut viime vuosien aikana runsaasti maahanmuuttajia, ja tämän takia on tullut uusia järjestelyjä koululaisuuteihin ja uimakulttuuriin. Voi hyvinkin olla, että vesi on uusi elementti, eivätkä tunne välttämättä uimahallien sääntöjä, eivätkä osaa toimia vedessä oikein. Näin ollen tarvitsevat tukea sekä uinnissa että uimahallin sääntöjen omaksumisessa. Uimahallissa pitää käydä suihkussa ilman uima-asua ja peseytyä kunnolla sekä saunaan mentäessä riisua uima-asu. Nämä säännöt yleisesti ottaen tuottavat hankaluutta. Onneksi useihin uimahalleihin on jo rakennettu yksityinen suihku, jossa on suihkuverho, missä voidaan peseytyä ilman uima-asua omassa rauhassaan. (SUH 2019.)

Uinti harrastuksena lähtee siitä liikkeelle, että lähdetään kehittämään uintitekniikoita. Perusuimataidon jalostaminen uintitekniikan avulla tekee uinnista kevyempää, nopeammin etenevää, nautittavampaa ja vähemmän tuki- ja liikuntaelimiä rasittavaa. Uintitekniikkaa kehitetään uimaseurojen valmennusryhmissä. Kilpauinnissa tavoitteena on uida mahdollisimman nopeasti määritetty matka määritetyllä tavalla. Uintilajit ovat vapaauinti, selkäuinti, rintauinti ja perhosuinti. Sekauinti tarkoittaa yhdistettynä perhosuinti, selkäuinti, rintauinti ja vapaauinti ja näitä kyseisiä lajeja uidaan neljäsosa matka kokonaispituudesta. Masters -sarjoihin pääsee uimaan, kun ikää on vähintään 25 vuotta ja niihin ei ole yläikärajaa. Uin-

tia voi myös harrastaa ilman kilpailemista. Tavoitteena voi olla vaikka vain oman uintitekniikan jatkuva kehittäminen. Uimaseuroista löytyy myös harrasteryhmiä, joiden tavoitteena ei ole kilpailutoiminta vaan harrastaminen sosiaalisessa ympäristössä. (Uimaliitto 2022.)

Opettaja tai ohjaaja on velvollinen huolehtimaan siitä, että oppijoiden tai ohjattavien turvallinen oppiminen toteutuu. Opettajalla tai ohjaajalla on velvollisuus järjestää opetustapahtuma siten, että pystyy ennakoimaan turvallisuutta heikentävät seikat ja ehkäisemään tapaturmat. Vastuu ja valvontavelvollisuus vaihtelee sen mukaan minkäikäisiä oppilaat ovat ja oppijoilla on velvollisuus noudattaa opettajan antamia ohjeistuksia.

(Jaakkola ym. 2017,587.)

Uima-allas ja uimaranta ovat oppimisympäristöjä, joissa onnettomuusriskin määrä on suuri. Tästä syystä tarkat käyttäytymissäännöt ja muut turvallisuusohjeet ohjeet selvitetään ohjattavien kanssa. Ohjaaja voi ottaa käyttöön turvapari käytännön, uimakoululaiset jaetaan turvapareiksi jo heti uimakoulun alussa jo parit tietävät toisen osapuolen menon pukeutumistiloista lähtien ennen uima-altaaseen menoa. Ohjaajan toiminta helpottuu, kun jokaista oppijaa kohti on lisäksi toinenkin silmäpari, joka seuraa tilanteessa. Ohjaajan kannattaa myös kertoa säännöt selkeästi perustellen, miksi säännöt on tehty ja miksi ei saa tehdä jotakin. Tiedollinen motivointi toimii tässä tilanteessa tehokkaasti. Uimakoulussa oppimisilmapiirillä on suuri merkitys hyvän oppimisen edellytyksenä. (Hakamäki ym.2009, 38.)

2.4 Uinti liikuntamuotona ja harrastuksena

Vedessä liikkuminen soveltuu lähes kaikille. Uinti on yksi suosituimmista liikuntalajeista Suomessa ja sopii kaikille uimataitoisille. Uinti parantaa hengitys- ja verenkiertoelimistön kuntoa, lihaskestävyyttä ja huoltaa lihaksia. Uudessa ei kohdistu minkäänlaisia iskuja keholle, joten se on turvallinen laji. Uinti on myös kohtuullisen edullinen laji, varusteiksi riittävät ainoastaan uima-asu ja uimalasit. Uinti on tekniikkalaji. Eteneminen tapahtuu kaikissa uintilajeissa käsivedolla ja potkulla, oikeassa tekniikassa on syytä myös muistaa rentous ja oikea hyvä rytmi. Hengityksen tulee tapahtua rytmikkäästi ilman katkoksia myös silloin, kun kasvot ovat vedessä. (UKK-instituutti 2020.)

Uinti on poikkeuksellinen kestävyyslaji, lihastyötä tehdään lepoasennossa. Uinti kehittää kestävyyttä ja vahvistaa sydäntä tehokkaasti. Uinnissa kunto kohenee, mikäli uidaan vähintään 20–30 minuuttia kerrallaan ja uinti tuntuu rasittavalta ja hengästyttävältä samalla. On syytä myös muistaa, että maksimisyke jää vedessä noin 15 lyöntiä matalammaksi kuin maalla. Vaikka syke pysyisi sykemittarin mukaan maltillisessa lukemassa, se kehittää kestävyyskuntoa, koska sydän tekee uudessa tehokkaasti tilavuustyötä. Uinti on myös ihmisen

lihaksistolle monipuolinen laji, mikäli pystyy vaihtelevaan eri uintityylejä. Uudessa kehittyvät vartalon, käsien ja jalkojen lihakset. Uinti ja vedessä liikkuminen parantavat myös nivelien liikkuvuutta. (UKK-instituutti 2020.)

2.5 Uimataidottomuus

Uimataittoa pidetään kansalaistaitona. Suomessa on aika iso määrä uimataidottomia ihmisiä ja tämä myös nähdään hukkumistilastoissa. Vuonna 2020 hukkui 113 ihmistä ja vuonna 2021 157 ihmistä. Vuonna 2022 tilasto on vielä kesken, tilaston mukaan 1.1.-31.10.2022 hukkuneita on 86 ihmistä. Moni hukkunut olisi voitu pelastaa hyvällä uimataidolla. Hukkumistapaturmien merkittävimmät syyt ovat uimataidottomien lasten valvomatta jättäminen veden äärelle, alkoholin alaisena tai ilman pelastusliivejä oleminen vesillä, huono uimataito ja heikko toimintakyky. (SUH 2021.)

Maailman terveysjärjestö WHO:n vuoden 2019 raportin mukaan maailmassa hukkui 236 000 ihmistä. Hieman yli 50 prosenttia näistä kuolemista on alle 30-vuotiaiden keskuudessa ja hukkuminen on kuudenneksi yleisin kuolinsyy maailmanlaajuisesti 5–14-vuotiailla lapsilla. Yli 90 prosenttia hukkumisista ovat maissa, jossa on paljon köyhyyttä. Hukkumisen estämiseksi on vielä paljon tehtävää töitä, on tuotava tietoisiksi turvalliset veneilysäannot, pelastusliivien käyttö ja uinninopetusta on lisättävä. (WHO 2019.)

Vuonna 2014 tehdyn Maailman terveysjärjestön raportin mukaan maailmassa hukkuu joka vuosi yli 370 000 ihmistä. Raportista käy myös ilmi, että hukkuminen on kolmanneksi yleisin tapaturmainen kuolinsyy maailmalla. Tilastoinnit ovat kaiken lisäksi puutteelliset, joten hukkuneita on paljon enemmän, mitä raportissa on esitetty. Raportissa kerrotaan, että hukkuminen on kansanterveydellinen ongelma ja jäänyt liian vähälle huomiolle. Raportista käy ilmi, että vuoden 2012 tilastojen mukaan Suomessa hukkui 2,4 ihmistä 100 000 asukasta kohden. Tanskassa tämä luku oli 1,2 ihmistä ja Ruotissa sekä Norjassa 1,4 ihmistä 100 000 asukasta kohden. Saksassa hukkui vain 0,6 ihmistä 100 000 asukasta kohden. (WHO 2014.)

Yhdysvaltojen rannikkomaiden hukkumiset aiheuttavat laajat kustannukset. WHO:n mukaan aiheuttavat 273 miljoonan dollarin kustannukset. Australiassa hukkumisvammojen kustannukset ovat 85,5 miljoonaa dollaria ja Kanadassa ne ovat 173 miljoonaa dollaria 2021 vuonna. (WHO 2021).

Hengenpelastuksen ja uinninopetusohjelmat ovat aloitettu Iso-Britanniassa 1900-luvulla. Myöhemmin ne tulivat tutuiksi myös muualla Euroopassa. Yhdysvaltoihin nämä tulivat

vuonna 1916 Punaisen ristin tuomina. Asevoimien eri osastojen ja ensimmäisen ja toisen maailmansodan aikana uintia opetettiin erittäin intensiivisesti. Yhteisöjärjestöt ja koulut ottivat uinnin opetussuunnitelmiinsa ja aika nopeasti aloitettiin myös ohjaamaan vauvauinteja. (Britannica 2022.)

Suomeen vauvauinti tuli vuonna 1981 ja Kenneth Karlsson toi vauvauinnin. Ensimmäisen vauvauintiryhmän hän aloitti Kårkullan uima-altaassa Paraisilla keväällä 1981 ja myöhemmin toisen ryhmän Lintuvaaran uimahallissa Espoossa. Tampereelle tuli myös vauvauinti kahdeksankymmentä puoli- välissä. Vuonna 1993 vauvauintiin osallistui noin 6 % syntyneistä lapsista ja vuonna 2004 vauvauintia oli 97 paikkakunnalla ja 10 % syntyneistä lapsista olivat vauvauinnissa. (Grönlund, M., Häkkinen, L., Kälviäinen, V. Toivonen, A. 2013, 56.)

Suomen uimaopetus- ja hengenpelastusliiton eli SUH:n tavoitteena on, että jokaisella Suomessa asuvalla olisi mahdollisuus oppia uimaan ja heidän visionsa on, että yksikään ei huku. Ja heidän arvonsa ovat yhdessä- asiantuntevasti – oppimisesta iloiten. (SUH 2021.)

3 Palvelumuotoilu

Suomessa palvelumuotoilusta on tullut merkittävä ilmiö erityisesti isoimmista yrityksistä ja julkisen sektorin organisaatioissa. Palvelumuotoilu on nähty keinona edistää yritysten kilpailukykyä kotimaisen ja kansainvälisten kilpailun lisääntyessä, toisaalta myös vastata ihmisten jatkuvasti kohoaviin odotuksiin ja vaatimuksiin sekä taata julkisen sektorin tarjoamien hyvinvointipalvelujen laatuun sekä kustannustehokkuuteen. Myös digitalisaation nopea kehitys on lisännyt palvelumuotoilun kysyntää. Palvelumuotoilun nopeaa leviämistä Suomessa on edistänyt se, että se sopii arvopohjaltaan ja ideologialtaan suomalaiseen kulttuuriin. (Koivisto, M., Säynäjäkangas, J. & Forsberg, S. 2019,33.)

Palvelumuotoilun haltuun ottaminen on jokaiselle yritykselle ainutlaatuinen ja erilainen matka. Jokainen tarina on oman yrityksensä näköinen, ja tarinoissa on kuvattu juuri ne asiat, jotka kukin yritys on omalla matkallaan tärkeäksi kokeneet. Näissä joka tarinassa on kuitenkin sama juoni. Tarinat etenevät yrityksen muutosprosessien lähtötilanteesta kohti merkittävimpiä edistysaskeleita. (Koivisto ym. 2019,179.)

Esimerkki palvelumuotoilusta

Palvelumuotoilua on hyödynnetty monessa tilanteessa. Yksi erittäin hyvä esimerkki on vuoden 2017 Lahden Maailman mestaruuskisoissa. Palvelumuotoilun avulla kehitettiin katsojien kokemusta (Kutvonen 7.9.2021). Asiakasymmärryksen perusteella luotiin asiakasprofiilit, jolle luotiin erityyppistä tarjontaa. Palvelumuotoilun tuloksena syntyi mielensä-pahoittajan metsäkatsomo. (Kumpulainen 8.9.2021). Tuosta katsomosta tuli niin suosittu, että ensimmäisenä kisalauantaina se oli jo loppuunmyyty (Uusitupa 2017). (Harsu 2.7.2022.)

3.1 Palvelumuotoilu pohjautuu muotoiluajattelun periaatteisiin

Muotoiluajatteluun löytyy yhtä monta määritelmää kuin määrittelijääkin. Thomas Lockwood Design Management Instituutin entisen hallituksen puheenjohtaja on määritellyt muotoiluajattelun innovaatioprosessiksi, jossa havainnointi, yhteistyö, nopea oppiminen, ideoiden visualisointi, nopea prototyyppien luominen ja liiketoiminta-analyysi yhdistyvät (Pollari 8.3.2022.) Määritelmien lisäksi muotoilumalleja on erilaisia. Professori Jeanne Liedtka:n kehittämä neljän vaiheen malli pohjautuu kysymyksiin, jotka ovat. Mitä tapahtuu nyt, jotta voidaan suunnitella tulevaisuus? Mitä jos keskitytään ainoastaan mahdollisuuksiin, ei rajoittaviin tekijöihin? Mikä kiinnostaa käyttäjää eli kiinnostavimmat kärikonseptit? Mikä oikeasti toimii eli mikä tuottaa eniten arvoa ja on skaalattavissa. (Pollari 8.3.2022.)

Muotoiluajattelu on sekä ajattelutapa ja työkalu, jonka avulla luodaan innovoivia ratkaisuja monimutkaisiin ongelmiin. Työntekijäkokemusta voidaan myös parantaa muotoiluajattelun avulla. Muotoiluajattelua voidaan myös hyödyntää asiakkaiden haasteiden, tarpeiden ja kokemusten parantamisen kartoittamisessa kuten myös organisaation sisäisten haasteiden ratkomisessa. (Hammarsten 26.04.2022.)

Muotoiluajattelussa on periaatteita, jotka ovat keskeisiä innovaatioprosessissa. Periaate on ihmisläheisyys, jossa halutaan tehdä ihmisten arjesta parempaa, sujuvampaa ja elämyksellisempää. Muotoiluajattelussa pyritään syvällisen ja empaattisen ymmärryksen kehittämiseen asiakasta ajatellen. Menetelminä käytetään kenttätutkimusta kuten haastatteluja ja havainnointia. Oikeassa ongelmaratkaisussa halutaan selvittää mikä on asiakkaan tai käyttäjän perimmäinen tarve tai ongelma ja vasta tämän jälkeen selvittää tähän ratkaisu. Tässä ongelman ratkaisussa ei haluta lähteä ratkomaan ongelmaa, joka perustuu arvauksiin tai olettamuksiin vaan halutaan ratkaista oikea ongelma. Oikean ongelman tunnistamisella on keskeinen rooli kehittämisen onnistumisessa, käytetään paljon aikaa sen tunnistamisessa ja määrittelyssä. Oikea ongelma löydetään kysymällä ” Miksi?” Tämä mahdollistaa meille mikä on oikea ongelma ja miten se kuuluu rajata.

(Koivisto ym. 2019, 37–38.)

Eksploraatiivisuudessa vuorostaan muotoilu on luovaa, omaperäistä, kekseliästä ja innovoivaa. Ihmislähtöinen ja empaattinen tapa toimii inspiraation lähteenä. Iteratiivista työvaihetta toistaen ja kun on saavutettu niin toimiva ratkaisu mikä kohderyhmälle halutaan ja on teknisesti toteutettavissa sekä taloudellisesti kannattava ratkaisu etenee muotoiluajattelu iteratiivisesti. Iteratiivinen kehitys on myös oppimisprosessi, jossa voidaan aina palata aikaisempiin vaiheisiin ja käydä vapaata dialogia ongelman ja ratkaisun välillä. Iteratiivisen vastakohtana kehittämisprosessissa pidetään vesiputousmallia, jossa kehittäminen etenee ennalta määrittelyssä järjestyksessä vaihe vaiheelta ikään kuin vesiputouksessa. Kun on saatu yksittäinen vaihe valmiiksi, edetään seuraavaan vaiheeseen. Tämä vesiputousmalli ei mahdollista oppimista kehittämisprosessissa. (Koivisto ym. 2019, 38–39).

Divergentin ja konvergentin ajattelun vuoropuhelussa konvergentin ajattelutapa perustuu analyttiseen päättelyyn ja arviointiin, jossa pyritään tuomaan esille oikea vastaus. Tämä kyseinen ajattelu ei toimi kovin hyvin, jos halutaan tutkia tulevaisuutta ja halutaan uudenlaisia ratkaisuvaihtoehtoja, joita ei ole ollut aiemmin olemassa.

Muotoiluajattelussa hyödynnetään konvergentin lisäksi divergenttiä ajattelua, joka perustuu intuitioon, mielikuvitukseen ja asioiden vapaaseen yhdistelyyn, ja joka synnyttää uudenlaisia ideoita ja vaihtoehtoja. Divergentissä luodaan vaihtoehtoja ja konvergentissa testataan, arvioidaan ja karsitaan parhaimman vaihtoehdon tunnistamiseksi.

(Koivisto ym. 2019, 39–40.)

Muotoiluajattelussa halutaan prototyyppien, kokeilujen ja testauksen avulla oppia suunnittelemaan kehitettäviä tuotteita. Prototyypit voivat olla esimerkiksi visualisointeja, hahmoille tai funktionaalisia käyttöliittymiä, joilla viestitään ja havainnollistetaan idea tai konsepti tuotteesta tai palvelusta. Prototyypit pyritään toteuttamaan kustannustehokkaasti ja yksinkertaisesti. Testauksissa pyritään esittämään ideoista raakilemisiä ja hiomattomia prototyyppisiä, joista asiakkaat uskaltavat antaa palautetta ja palautetta saadaan kehittämisen tueksi riittävän varhaisessa vaiheessa. Protoilu nopeuttaa innovaatioprosessia. (Koivisto ym. 2019, 40.)

3.2 Palvelumuotoilun prosessi

Palvelumuotoiluun on kehitetty runsaasti erilaisia prosessimalleja. Kaikissa näissä malleissa on yhteistä laaja tiedonhankinta, yhteisöllinen ideointi ja erilaisten mallien luominen, nopea testaaminen ja analysointi sekä uudelleen määrittely oppimisen näkökulmasta. (Ojasalo ym. 2014,74). Palvelumuotoilu on sekä analyttistä ja luovaa, koska se yhdistää asiakas ja käyttäjätarpeen tutkimisen ja ratkaisujen kehittämisen. Palvelumuotoilun prosessin tarkoituksena on identifioida eli ymmärtämällä ja tunnistamalla asiakas- ja käyttäjätarpeita ja luoda arvolupauksia ja parantaa palvelun laatua kehittämällä luovia ratkaisuja asiakas- ja käyttäjätarpeisiin reunaehtoihin perustuen. (Koivisto ym. 2019,42.)

Palvelumuotoiluprosessi esitetään Design Councilin vuonna 2005 esittelemällä Tuplatimantti-prosessimallilla (The Double Diamond Process). Prosessissa on kaksi toisiaan seuraavaa timanttia. Ensimmäinen timantti on ongelman tunnistaminen timantti eli ajatuksena on ratkaista ongelma oikein ja toinen timantti on ratkaisun kehittäminen timantti eli ajatuksena on ratkaista oikea ongelma.



Kuva 3. Palvelumuotoilun prosessi Tuplatimantti- prosessimallin avulla esiteltynä (Koivisto ym. 2019, 43).

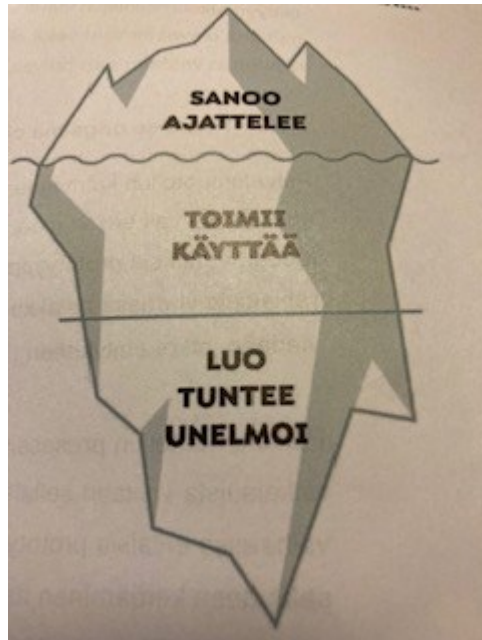
Palvelumuotoilun pääperiaatteet ovat hyvin samantyyppisiä eri kirjoittajien näkökulmasta. Suurimmat erot löytyvät terminologiasta. Mikko Koivisto käyttää Design Councilin vuonna 2005 esittelemää Tuplatimantti-prosessimallilla (The Double Diamond Process). Koivisto käyttää palvelumuotoilun vaiheita: löydä, määritä, kehitä ja tuota (Koivisto ym. 2019,47). Katri Ojasalon käyttää vaiheita: kartoita, ymmärrä, ennakoi, ideoi, mallinna, arvioi, konseptoi ja vaikuta (Ojasalo ym. 2014,75). Palvelumuotoilun käyttö on järkevää, sillä tämän ideologian kautta pystytään mahdollistamaan palvelutarjonnan innovoinnin mahdollistajana, positiivisten asiakas-, asiointi- ja käyttäjäkokemuksen varmistaminen. Tämän avulla voidaan ottaa käyttöön uusia parannettuja palveluja tai olemassa olevia palveluja vastaamaan paremmin asiakkaiden tarpeita (Koivisto ym. 2019, 34).

Asiakasymmärryksessä hyödynnetään yleensä perustutkimuksen menetelmiä, jotka ovat sanoilla ilmaistua tietoa, mitä osataan, mitä muistetaan ja halutaan kertoa sanallisesti, näissä menetelminä on haastattelut, ryhmäkeskustelut ja kyselyt. Tämä tiedonkeruu on aika pintapuolista, ”jäätuvuoren huippua” ja se edustaa vain pienen osan koko ”jäätuvuoresta” eli emme saa tällä menetelmällä kuin vain pienen osan asiakasymmärryksestä asiakasprofiilissa. Jotta voisimme päästä ns. pintaa syvemmälle, pitäisi ottaa käyttöön myös kontekstuaalinen tutkimus ja eksploraatiivinen tutkimus. (Koivisto ym.2019 44–45.)

3.3 Löydä-vaihe

Kerätään tietoa palvelutarjoajan liiketoiminnallisista tavoitteista ja asiakkaan tarpeista. Eri-tyisesti mielenkiinnon kohteena on asiakkaiden käyttäytyminen, motiivit ja unelmat. Tiedonkeruussa hyödynnetään laadullisen tutkimuksen menetelmiä. Perustutkimuksen menetelmät ovat esimerkiksi haastattelut, ryhmäkeskustelut ja kyselyt. Kontekstuaalisen tutkimuksen menetelmissä käytetään havainnointia, voidaan oppia tarkkailemallaan heidän toimintaansa eri tilanteissa. Voidaan esimerkiksi tarkkailla aidoissa ympäristöissä, testi- tai laboratorio-olosuhteissa. Eksploraatiivisen tutkimuksen menetelmillä kartoitetaan tietoa, jota ihmistä voidaan oppia heidän luomuksien ja tuotoksien tulkitsemisen kautta.

Menetelmäryhmä



Kuva 4. Asiakasymmärryksen tutkimusmenetelmät (Koivisto ym. 2019, 45)

PERUSTUTKIMUS

Sanoilla ilmaistu tieto (eksplisiittinen):

- mitä ihmiset osaavat, muistavat ja haluavat kertoa sanallisesti
- mitä voidaan selvittää kysymällä

Menetelmät: haastattelut, ryhmäkeskustelut ja kyselyt

KONTEKSTUAALINEN TUTKIMUS

Havainnoitava tieto:

- miten ihmiset käyttäytyvät ja toimivat
- miten ympäristö vaikuttaa toimintaan
- mitä voidaan nähdä ja havainnoida
- Menetelmät: havainnointi

EKSPLORATIIVINEN TUTKIMUS

Ei sanoilla ilmaistava tieto (implisiittinen)/piilevä tieto:

- mitä ihmiset tuntevat ja kokevat
- mistä ihmiset uneksivat

3.4 Määritä-vaihe

Loppuvaiheessa tulisi syntyä määritetty ongelma tai myös mahdollisuus, johon seuraavassa vaiheessa ryhdytään ideoimaan ratkaisua. Tämän vaiheen tuotos voi olla syvälinen

ymmärrys asiakkaiden tarpeista ja käyttäytymismalleista. Syntynyt ymmärrys voi olla esim. asiakasprofiili, palvelupolku tai suunnitteluveturi.

3.5 Kehitä-vaihe

Ideoinnin apuna hyödynnetään asiakkaan tarpeita. Tässä vaiheessa keskeistä on rakentaa prototyyppejä, visualisoida ideoita ja simuloida kokemuksia ajattelun ja luovuuden edistämiseksi. Kehitä-vaiheessa hyödynnetään osallistujien esittämää kritiikkiä ja luovia parannusehdotuksia.

3.6 Tuota-vaihe

Tässä vaiheessa testataan vaihtoehtoja asiakkailla, henkilökunnalla tai muilla sidosryhmillä. Näitä syntyneitä ratkaisuja arvioidaan voiko ne mahdollisesti olla teknisesti helppoja toteuttaa ja onko taloudellisesti kannattavia. Tämän vaiheen lopussa on tarkoitus tuottaa idea tai konsepti, jonka pohjalta tehdään päätös, viedäänkö toteutus loppuun saakka (Koivisto ym. 2019, 44–46).

Palvelumuotoilun ideologian kautta pystytään mahdollistamaan palvelutarjonnan innovoinnin mahdollistajana, positiivisten asiakas-, asiointi- ja käyttäjäkokemuksen varmistaminen. Tämän avulla voidaan ottaa käyttöön uusia parannettuja palveluja tai olemassa olevien palveluja vastaamaan paremmin asiakkaiden tarpeita. (Koivisto ym. 2019, 34).

Tässä opinnäytetyössä halutaan kehittää toimeksiantajan suunnalta määriteltyä uutta konseptia asiakaslähtöisesti, halutaan kehittää palvelua niin hyväksi, että toimeksiantaja on tyytyväinen myöhemminkin tähän konseptiin. Halutaan että tämän konseptin avulla tulevaisuudessa voisi parantaa kannattavuutta, lisätä asiakaskuntaa ja saada maksavia asiakkaita. Pyritään siihen, että saataisiin tarkoituksenmukaisia ja käyttäjälähtöisiä ratkaisuja tutkimalla asiakaskuntaamme tekemällä kvalitatiivista ja kvantitatiivista tutkimusta, havainnoida trendejä, tehdä vertailuanalyysejä kilpailevien toimijoiden kesken. Uintileiri on pyritty brändäämään Liikkuvat Lapset Tampere- uintileiri nimellä ja seuraavaksi pyritään näkyväksi somekanavilla ja tehdä markkinointia laajemmin hyvissä ajoin ennen seuraavaa uintileiriä, joka on mahdollisesti jo ensi kesänä maauimalassa Tampereen Uintikeskuksessa.

4 Toimeksiantajan esittely

Tampereen kaupungilla on vuonna 2022 14 400 ihmistä töissä ja 650 erilaista ammattinimikettä. Vakinaisia työntekijöitä on 80 % koko ammattikunnasta ja kesätyö- ja kesäharjoittelupaikkoja on 780 vuonna 2022. Tampereen kaupungin konsernin tavoitteena on, että Tampere olisi korkean osaamisen kaupunki ja vetovoimainen elämiskaupunki. Tampere on kompaktin kokoinen kaupunki ja palvelut ovat sujuvia, liikkuminen helppoa ja vapaaajan mahdollisuudet monipuoliset. Tampereen kaupungin palveluksessa olevalla on vakaa työpaikka vastuullisessa ympäristössä ja monipuoliset työsuhde-edut.

(Tampereen kaupunki 2022.)

4.1 Liikuntapalvelut

Tampereen kaupungilla liikunnan puolella on erityyppisiä ryhmiä. On liikkuva perhe, liikkuva lapsi varhaiskasvatuksen puolella ja lupa liikkua, joka on suunnattu perusopetuksen puolelle. Näissä kaikissa on yhteistä se, että ne ovat Tampereen kaupungin perheille suunnattua toimintaa. Toiminta on yhteistyötä seurojen sekä Tampereen kaupungin eri sektorien ja perhetoimijoiden kanssa. Toiminta on maksutonta ja suunnattu lapsille, nuorille ja heidän perheilleen. (Tampereen kaupunki 2022.)

Näiden lisäksi on myös olemassa Tampere junior, joka on nelivuotinen kehitysohjelma vuosille 2020–2023. Kehitysohjelman tavoitteena on lasten, nuorten ja lapsiperheiden hyvinvointierojen kaventaminen Tampereen eri asuinalueilla.

Tällä toiminnalla pyritään vahvistamaan lapsiystävällisyyttä ja lasten oikeuksia Tampereella. Edistetään analysoidun lapsiperhetiedon käyttöä ja tamperelaisten lapsiperheiden moninaisuuden huomioimista. Pyritään myös tunnistamaan haavoittuvassa asemassa olevien lasten ja nuorten tarpeita ja tavoitteena on, että erilaisilla asuinalueilla on turvallinen ja toimiva arki jokaisella lapsella ja nuorella. (Tampereen kaupunki 2022.)

4.2 Nuorisopalvelut

Nuorisopalvelut tarjoavat mahdollisuuden nuorison harrastaa, viettää vapaa-aikaa ja kokea elämyksiä. Toimintaan voi osallistua nuorisotiloilla, erilaisissa tapahtumissa ja verkossa.

Nuorisopalvelut tukevat tamperelaisten nuorisoyhdistysten, nuorisojärjestöjen ja nuorten toimintaryhmien toimintaa avustuksin, tarjoamalla tiloja vuokrattavaksi ja leirivälineitä lainattavaksi. Nuorisopalvelut tarjoavat paljon erityyppisiä palveluja. On olemassa Kesäduuni-kampanjaa työntekijöille ja työnantajille, Tiitus-järjestelmän kautta voi hakea tai ilmoittautua työhön maksutta. Tietoa saa myös opiskelupaikoista, opiskelijoiden palveluista

5 Kehittämistyön toteutus

Löydä

Tämä palveluprosessi aloitettiin selvittämällä toimeksiantajan reunaehdot. Reunaehdot käytiin läpi helmikuussa puhelimitse. Nuorisopalvelujohtaja Jukka Etu-Seppälän kanssa. Nämä selvitettävät reunaehdot olivat palveluntarjoajan strategiset tavoitteet, projektin aikataulu, budjetti, kohderyhmä ja resurssit.

Tulokset

Strateginen tavoite: Tampereen kaupungin tavoite on tarjota tavoitteellista, haastavaa, hauskaa ja laadukasta ohjausta kaikille asiakkaille. Tässä projektissa on kyseessä 3–4 luokkalaiset uimataitoiset lapset ja kyseessä on uintileiri.

Aikataulu: 19.10.2022- 21.10.2022

Budjetti: Lapsilta 30 euroa ja loput kulut menevät Tampereen kaupungin budjetista.

Kohderyhmä: 3–4 luokkalaiset uimataitoiset lapset

Resurssit: Uintileirin ohjaaja ja kehittäjä Haaga-Helian ammattikorkeakoulun opiskelija ja Tampereen kaupungin liikunnanohjaaja Marja Karimo, apuohjaaja Jenita Savinainen, lounasravintolan pitäjä Santeri ja uimahallin liikunnanohjaajat.

Määritä

Ensin tavattiin kasvotusten toimeksiantajan kanssa ja käytiin keskustelua uuden konseptin kehittämisestä. Tarkennettiin budjettia, aikataulua ja kohderyhmää. Päätettiin, että touku-kuussa tehdään vertailut muista leireistä ja kesällä pidetään demopäivä. Ja kun koulut palaavat kesälomilta, aloitetaan mainostus. Vertailun eli benchmarking ideana on ottaa selvää muista palveluntarjoajista, jotka tarjoavat samankaltaisia palveluja, jotta saadaan ymmärrys, miten on aiemmin toimittu, tehty ja mikä voisi toimia. Palvelumuotoilussa pyritään tunnistamaan jo käytössä olevat toimintaperiaatteet ja miten niitä käytetään. Muut toimijat, jotka ovat tuottaneet samantyyppisiä palveluita, tutkimalla voi löytää asioita, jotka toimivat tai eivät toimi. (Moritz 2005, 186.)

Uinti Tampere, Koovee ja Tampereen työväenuimarit ovat pitäneet jo useampina vuosina uintileirejä. Näitä kyseisiä leirejä järjestetään Tampereen uintikeskuksessa.

Tulokset

Uimaseurojen omilta sivuilta löytyy hyvin tietoa kesällä järjestetyistä uintileireistä. Uinti Tampere, Koovee ja Tampereen työväen uimarit pitävät leirinsä kesäkuussa neljän päivän jaksoissa, hintaluokka on 175 euron ja 180 euron välillä. Ohjauksia on uimahallin lisäksi sekä Kauppi centerissä, Trampoliiniparkissa ja ulkona. Lounas ja välipala kuuluvat hintaan. Kooveelta saa leiripaidan, Tampereen työväen uimareiden leirillä lapset tekevät itse

leiripaidan. Uinti Tampereella lapset eivät tee leiripaitaa. Uinti Tampereella ja Kooveella kuuluu vakuutus leirin hintaan. Tampereen työväen uimareilla ei kuulu. Liikkuvat Lapset Tampere leirin hinta oli 30 euroa tänä vuonna ja leiripäiviä oli kolme. Uintiseurojen leirien hinnat ovat huomattavasti kalliimpia, mutta ymmärrettävää, kun on kysymys seuran toiminnasta. (Taulukko 2).

Kehitä

Neljälle neljäsluokkalaiselle lapselle tehtiin kesällä demopäivän uintileiristä. Tavoitteena oli tehdä lasten tason mukainen sisältäen jonkun verran haasteellisia tehtäviä hauskuutta unohtamatta. Demopäivässä havainnoitiin lasten sosiaalisia taitoja, uintitaitoja, peliosaimista ja keskittymiskykyä. Demopäivän jälkeen haastateltiin lapsia ryhmässä. Heiltä kysyttiin kysymyksiä. Olivatko mitkä harjoitukset kivoja? Mitkä eivät olleet kivoja harjoituksia? Oliko muu tekeminen mukavaa? Oliko harjoitukset tehokkaita? Suositteletko tämän tyyppistä leiriä kavereillesi? Haastattelussa oltiin aktiivisena kuuntelijana ja annettiin lapselle tilaa ja aikaa rauhassa vastata kysymyksiin. Haastattelu suoritettiin rauhallisessa tilassa liikuntasalissa ja vastaukset kirjattiin ylös. Asiakasrajapinnan kautta tutkittiin asiakasymmärrystä myös vanhempien osalta koskien uintileirin tavoitteita ja lasten kokemaa tyytyväisyyttä. Lasten vanhemmille lähetettiin myös sähköpostitse kysymyksiä, jotka koskivat uintileiriä. Havainnoinnissa haluttiin saada tietoa etukäteen päätetyistä kohteista. Kirjattiin ylös paljon asioita.

Demotunnin jälkeen luotiin asiakasprofiili sekä lapsista, että heidän vanhemmistaan. Asiakasprofiileista on nähtävissä, millaisia ajatuksia, mitä haluaa sanoa, mitä tekee ja tuntee Liikkuvat lapset Tampere uintileiristä. (Taulukko 3 ja Taulukko 4).

Tulokset

Konseptin tavoitteessa, jossa käytämme asiakasrajapintaa hyväksemme, demopäivästä kävi ilmi, että lapset antoivat mm. hyvää palautetta leirin ajankohdasta, harjoitusten tehokkuudesta ja harjoituksista ulkona. Aikuisille laitettiin demotunnin jälkeen sähköpostitse kysymykset. Heiltä kysyttiin mm. leiripäivän pituudesta, kasvatuksellisesta näkökulmasta, harjoitusten tehokkuuden tasosta, sukellusharjoituksista sekä 4 että 2 metriin (Liite1).

Tuota

Liikkuvat Lapset Tampere-uintileiri oli lokakuussa koululaisten syyslomalla. Mainostus aloitettiin viikolla 34, jolloin koululuokat aloittavat koululaisuinnit Tampereen uintikeskuksessa. Tästä tapahtumasta kerrottiin opettajille ja pyydettiin heidän sähköpostiosoitteitaan, jotta voitiin lähettää mainos tästä leiristä ja opettajat pystyivät lähettämään vuorostaan Wilmajärjestelmän kautta tietoa lasten vanhemmille. Muutamilla perheillä oli ollut tietoa leiristä, ja perheiden vanhemmat olivat mukana asiakasprofiilin sekä luomis- vaiheessa että

kyselytutkimuksessa. Mainos laitettiin myös ID- näyttöön Tampereen uintikeskuksessa. Ensimmäiset kuusitoista uimataitoista alakoululaista lasta ilmoittautuivat lokakuun kymmenenteen päivään mennessä.

Tulokset

Uintileirin jälkeen tehtiin lapsille ja lasten vanhemmille kysely, missä kysyttiin, oliko ajankohta hyvä leirille, oliko päivän pituus hyvä, oliko tekeminen vedessä mukavaa ja oliko muuten tekeminen leirillä mukavaa ulkona ja Kupolissa, ja onko kehitysideoita tulevaisuuden leireille. Täysin mahdollista, että ohjaajien vuorovaikutuksellisella käytöksellä, positiivisella oppimisilmapiirillä, turvallisella ja rohkaisevalla käytöksellä on osuutta aktiiviseen halukkuuteen liikunnan parissa. (Kuva 7).

Leiri oli erittäin pidetty lasten ja aikuisten näkökulmasta.

TAULUKKO 1. Palvelumuotoiluprosessin toteutussuunnitelma.

Palvelumuotoilun vaihe	Menetelmä	Tavoite	Ajankohta
Löydä	Toimeksiantajan haastattelu puhelimitse.	Selvittää työlle toimeksiantajan reunaehdot.	Helmikuu 2022
Määritä	Toimeksiantajan haastattelu kasvotusten. Benchmarking (=vertailuanalyysi)	Selvittää toimeksiantajan kanssa tarkennettu aikataulu, ikähaarukka leiriin osallistuvista ja budjetti. Selvittää kilpailijoiden eli uimaseurojen leirejä. Mikä on heidän ikähaarukansa, hinta, uimahallin lisäksi harjoittelupaikka, ruokailut, vakuutukset jne.	Toukokuu 2022

Kehitä	Demopäivä oli pienelle ryhmälle. Asiakasprofiilien luominen lasten vanhemmista sekä 3–4 luokkalaisista.	Havainnoida lasten toimintaa, saada palautetta lapsilta ja heidän vanhemmiltaan. Tiedon määrittäminen ymmärretyksi, jonka pohjalta on mahdollista luoda laadukas Liikkuvat Lapset Tampere-uintileiri. Asiakasprofiilit ovat kuvattuna (Taulukko 3 ja Taulukko 4).	Kesäkuu 2022 Kesäkuu 2022
Tuota	Toteutettiin uintileiri Tampereen Uintikeskuksessa.	Laadukkaasti onnistunut Liikkuvat Lapset Tampere-uintileiri	Lokakuu 2022

Tämän projektin päätavoite on uuden konseptin kehittäminen toimeksiantajalle eli Tampereen kaupungin liikunta ja nuorisopuolelle. Tampereen liikunta ja nuorisopuolella ei ole aiemmin ollut uintileirejä. Idea leiriin tuli Haaga-Helian ammattikorkeakoulun opiskelijalta Marja Karimolta jo kesällä 2021 ja hän ehdotti leirikonseptia toimeksiantajalle helmikuussa 2022. Liikkuvat Lapset Tampere-uintileirissä tavoitteena oli liikunnan edistäminen ja uimataidon kehittäminen.

5.1 Nykytilanteen kartoittaminen

Nykyistä lasten uimahallissa käyntiä tai yleensä uimataittoa lähdettiin kartoittamaan selvittämällä ensin, kuinka monta kertaa mahdollisesti tamperelaisen koululaisen on mahdollisuus käydä uimahallissa. Tamperelaisissa kouluissa olevat lapset saavat alakoulun aikana ensimmäisestä luokasta kuudenteen luokkaan saakka jokainen luokka kaksi kertaa tunnin opetuksen. Tunnit pitävät sisällään ekaluokkalaisille leikkiä, liukua, kelluntaa, selkäuintia, myyräuintia ja sukelluksia. Tokaluokkalaiset menevät lähes samalla kaavalla, mutta heille otetaan mahdollisesti alkeisrintauinti ja matkauintia 25–50 metriä. Kolmasluokkalaisille otetaan aiempia lajeja sekä uutena tulee vapaauinti ja pidempi matkauinti, joka on 75–100 metriä, nelosluokkalaiset harjoittelevat ensin myös aiemmat lajit sekä uutena tulee

rintauinti ja matkauintia 100 metriä. Vitokset ja kuutoset käyvät kaikki uintitekniikat läpi ja harjoittelevat hengenvestusharjoituksia.

Koulu-uintien lisäksi uimahallissa on vauvauinnit, iltauimakoulut sekä aikuisten uimakoulut. Viikon aikana Tampereen Uintikeskuksessa opetetaan noin 130 henkilöä koululaisuintien lisäksi. Kuukaudessa opetetaan noin 520 henkilöä ja vuodessa noin 5720 henkilöä koululaisuintien lisäksi. Uintikeskuksessa on laadukasta uinnin opetusta ja kaikki liikunnanohjaajat ottavat vastuun opettamisesta. Uintikeskuksessa on ollut vesidiskoja, sekä koululaisten lomien aikaan Liikkuvan Tampereen ohjaajat ovat ohjanneet erityyppisiä aktiviteettejä vedessä sekä uimahallin omat ohjaajat ovat tarjonneet altaisiin vesileikkeihin tarkoitettuja leluja enemmän mitä normaalisti.

Tämän tyyppistä uintileiriä ei ole koskaan aiemmin ollut missään uimahallissa Tampereen kaupungin järjestämänä. Lokakuussa 2022 on ensimmäinen uintileiri, joka on brändätty nimellä Liikkuvat Lapset Tampere-uuintileiri.

5.2 Vertailuanalyysi

TAULUKKO 2. Uuintileirit Tampereella 2022

Seura	Ajankohta	Paikka	Osallistujan ikä	Hinta
Uita	6.–10.6. 13–17.6. 20.–23.6.	Kauppi Sport Center, Tampereen Uintikeskus	7–12 vuotta	175e/vko/32,5 h ohjausta, vakuutus kuuluu hintaan ja lounas myös.
KooVee	6.6–10.6. klo 9–15	Ulkona ja Tampereen Uintikeskus	7–12 vuotta	175e/vko tai 40 e yksi päivä ja sisältää uimahallin sisäänpääsyn, vakuutuksen, ohjauksen ja Kooveen uuintileirit T-paidan.
Tatu	Kesäkuussa ja viikon mittainen klo 8–16	Trampoliiniparkki, ulkona ja Tampereen Uintikeskuksessa	Alakouluikäiset lapset	180e/ lounas ja välipala, sisäänpääsy uimahalliin, trampoliiniparkki ja

				leiripaita, minkä lapset tekevät itse.
--	--	--	--	--

Uimaseurat ovat Uinti Tampere, Koovee sekä Tampereen Työväen uimarit. Taulukosta on havaittavista, että lähes samat hinnat ovat seurojen uintileireillä. Tampereen Työväen uimareilla on viisi euroa kalliimpi, mutta heillä on myös välipala mukana mitä ei ole toisilla seuroilla. Kooveella on lyhin päivä leirillä, mutta sekä heillä, että Uitalla on vakuutus, joka on tarpeellinen ja taas puuttuu Tampereen Työväen uimareiden leiristä. Kooveella leiri pidetään joko ulkona tai Tampereen uintikeskuksessa. Uinti Tampereella uimahallin lisäksi ollaan Kauppi centerissä ja Tampereen työväenuimareilla trampoliiniparkissa.

Koovee lupaa leiri paidan kuten myös Tampereen Työväen uimareilla tehdään itse leiripaidat. Tampereella on uintikeskuksen lisäksi myös uimahallit Tesomalla, Pyynekillä ja Hervannassa, mutta uintileirit ovat aina Tampereen uintikeskuksessa Joukahaisenkadulla Kalevassa sen keskeisen sijainnin vuoksi.

5.3 Määrällinen kyselytutkimus alakouluikäisille lasten huoltajille

Määrällisen kyselytutkimuksen tuloksia saatiin sekä lapsilta että heidän vanhemmiltaan. Tutkimuksen päämäärä oli se, että saatiin tietoa millaista uintileiriä vanhemmat haluaisivat heidän lapsilleen syyslomalla 2022. Tämä kysely lähetettiin sähköpostilla ja tehtiin kesällä 2022.

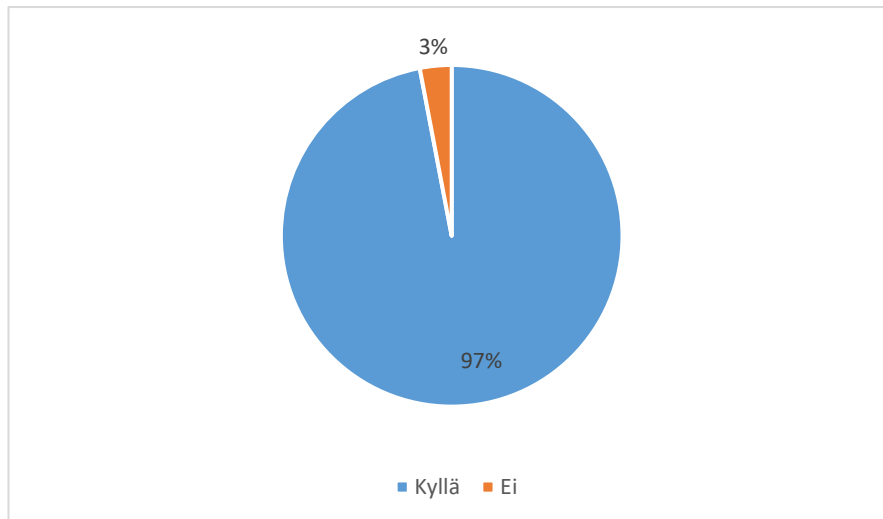
Vanhemmat vastasivat asteikolla 1–5 kysymyksiin väliltä ” kyllä tai ei” / ”edullinen tai kallis”. Määrällisen tutkimuksen kysymykset olivat:

- Onko uintileiri edullinen? Hintaa on 10e/pv/lapsi ja sisältää lounaan.
- Pitäisikö ohjauksen olla laadukasta kasvatuksellisesta näkökulmasta? Voidaan puuttua esim. kiroiluun.
- Voiko tehdä korkean sykkeen harjoituksia?
- Onko lapsellasi mieluisia harrastuksia hänen näkökulmastaan?
- Voiko sukellusharjoituksia harjoitella 2 m:iin? Ohjaaja on vedessä turvaamassa.
- Voiko sukellusharjoituksia harjoitella 4 m:iin? Ohjaaja on vedessä turvaamassa
- Onko leiri sopivan mittainen päiväkohtaisesti? Se kestää 6 tuntia ja on klo 9–15
- Saako olla kilpailuhenkistä kilpailuja?

Kysymyksiä laatiessa on kiinnitettävä huomiota ulkoasun selkeyteen ja syytä huomioida, että liian pitkä kysely heikentää vastaamishalua. Yksinkertaiset ja helppotajuiset kysymykset parantavat vastaamishalua huomattavasti. Standardoiduissa kyselyissä vastaajien pitää ymmärtää kysymykset mahdollisimman samalla tavalla mitä kyselylomakkeen laatija on halunnut kysyä. (Ojasalo ym. 2014, 131.)

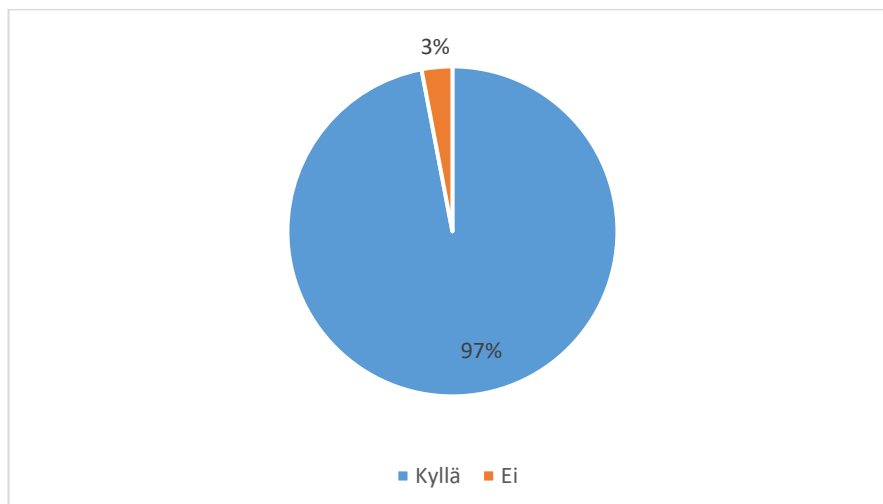
Tässä kyselyssä oli mukana demopäivän lasten vanhemmat, sekä Liikkuvat Lapset Tampere- uintileirille tulevien lasten vanhempia. Diagrammin kohdalla on kysymys ja vastaus selviää prosentteina diagrammista.

Kuvio 1. Onko uintileiri edullinen



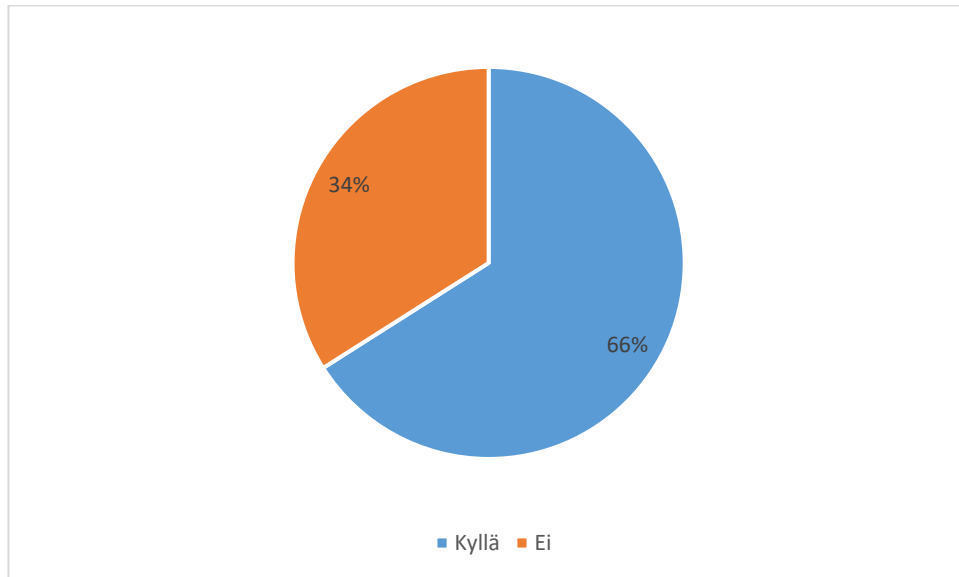
Yhdeksänkymmentäseitsemän prosenttia vanhemmista on sitä mieltä, että Liikkuvat Lapset Tampere uintileiri on edullinen ja kolme prosenttia vanhemmista on sitä mieltä, että se ei ole edullinen.

Kuvio 2. Pitäisikö ohjauksen olla laadukasta kasvatuksellisesta näkökulmasta



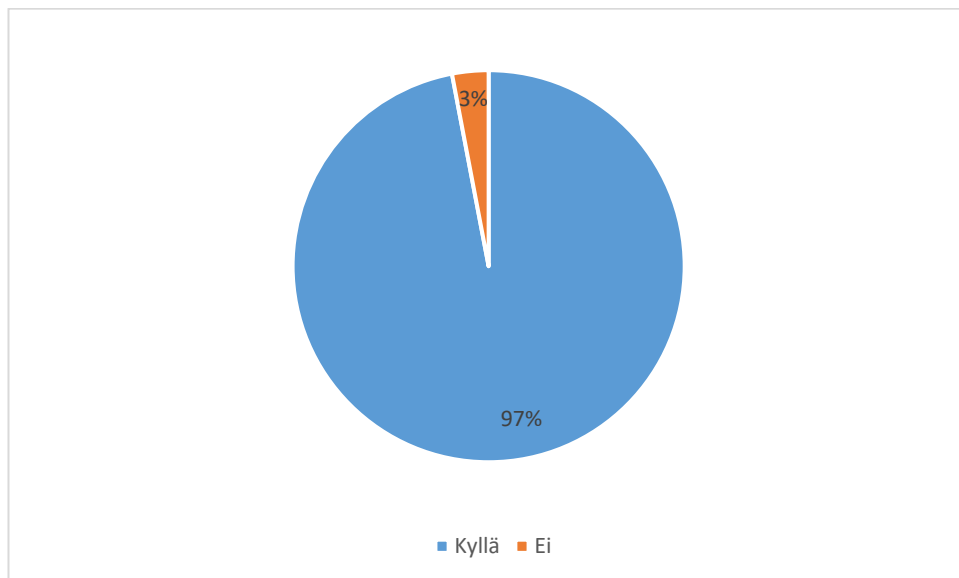
Yhdeksänkymmentäseitsemän prosenttia vanhemmista on sitä mieltä, että pitäisi olla laadukasta kasvatuksellisesta näkökulmasta katsottuna ja kolme prosenttia vanhemmista ei ole samaa mieltä.

Kuvio 3. Saako lapsesi osallistua korkean sykkeen harjoitukseen



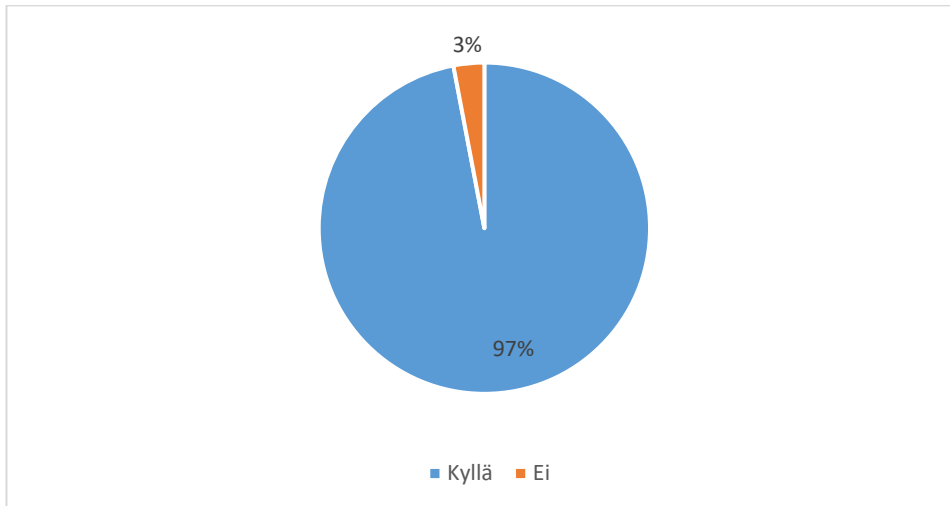
Kuusikymmentäkuusi prosenttia vanhemmista toivoivat korkean sykkeen harjoituksia ja kolmekymmentäneljä prosenttia vanhemmista eivät toivoneet.

Kuvio 4. Onko lapsella mieluisia harrastuksia hänen näkökulmastaan



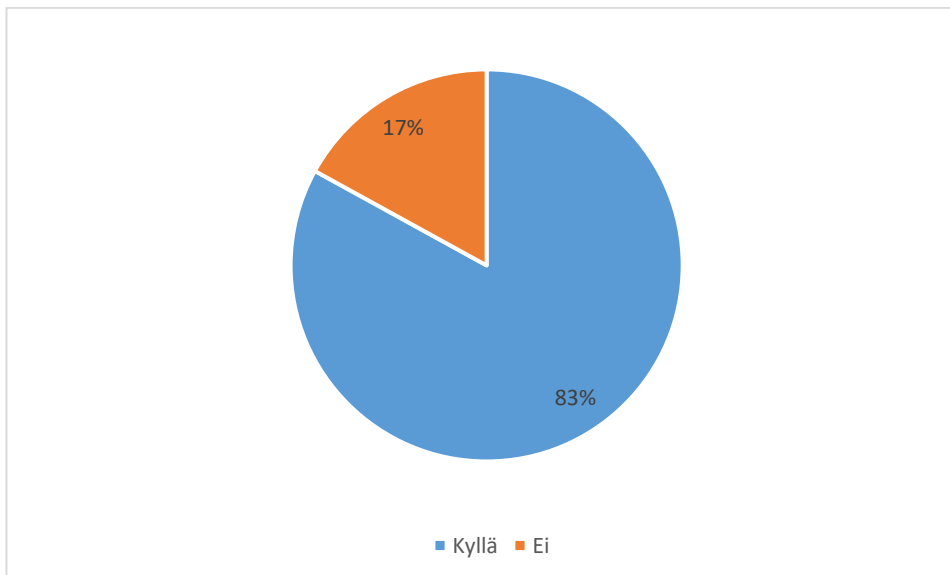
Yhdeksälläkymmenelläseitsemällä prosentilla lapsista on mieluisia harrastuksia ja kolmella prosentilla ei ole.

Kuvio 5. Voiko sukellusharjoituksia tehdä 2 m syvyyteen?



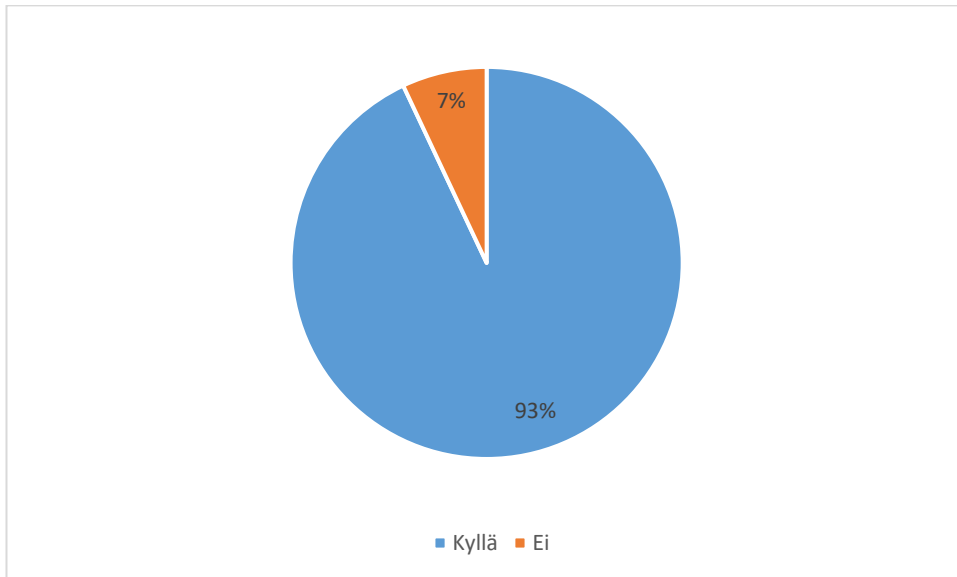
Yhdeksänkymmentäseitsemän prosenttia vanhemmista on sitä mieltä, että saa sukeltaa 2 metrin sukelluksia ja kolme prosenttia vanhemmista ei halua lapsen sukeltavan.

Kuvio 6. Voiko sukellusharjoituksia tehdä 4 m syvyyteen?



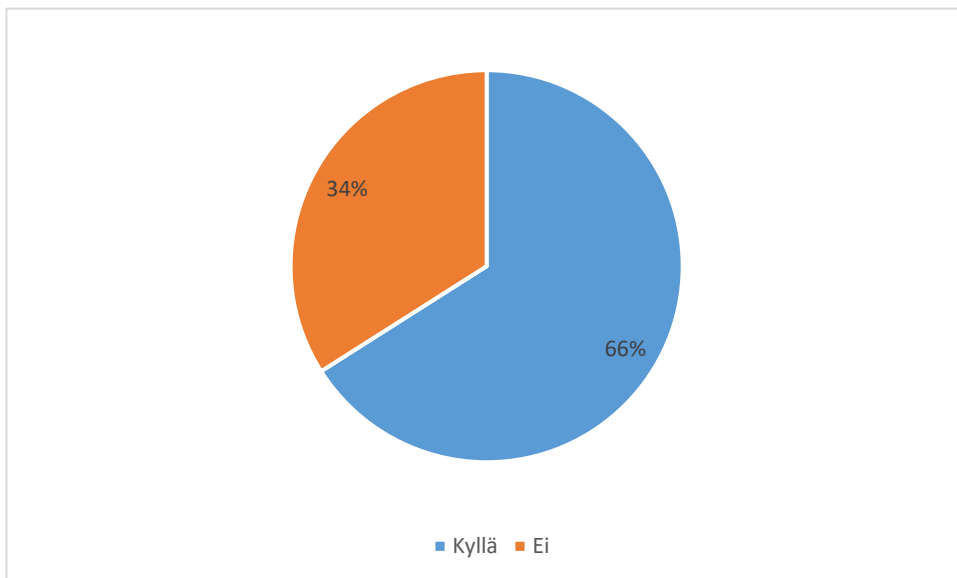
Kahdeksankymmenentäkolme prosenttia vanhemmista on sitä mieltä, että saa tehdä 4 metrin sukelluksia ja seitsemäntoista prosenttia vanhemmista ei hyväksy sitä.

Kuvio 7. Onko leiri sopivan mittainen päiväkohtaisesti klo 9–15?



Yhdeksänkymmentäkolme prosenttia vanhemmista on sitä mieltä, että leiri on sopivan mittainen ja seitsemän prosentin mukaan leiri on liian pitkä päiväkohtaisesti.

Kuvio 8. Saako olla kilpailuhenkistä toimintaa?



Kuusikymmentäkuusi prosenttia vanhemmista on sitä mieltä, että saa olla kilpailuhenkistä toimintaa ja kolmekymmentäneljä prosenttia ei toivo kilpailuhenkistä toimintaa.

5.4 Haastattelu toimeksiantajan kanssa

Haastattelu on yksi suosituimmista tiedonhankintamenetelmistä sekä tutkimus, että kehittämistyössä. Haastattelujen yleisyys voi johtua myös siitä, ettei kovin tunneta muita menetelmiä. Haastattelu on aineistonkeruumenetelmänä hyvä valinta, kun halutaan korostaa yksilöä tutkimustilanteen kohteena ja halutaan tuoda asioita mahdollisimman vapaasti esille. Mikäli kehittämiskohdetta on vähän tutkittu, haastattelussa saadaan uusia näkökulmia esille tehokkaasti. Haastattelun lisäksi kannattaa myös käyttää muita menetelmiä sillä ne tukevat toisiaan. Haastattelun tehtävänä voi olla asioiden selventäminen tai syventäminen. Myös vaikeiden sekä arkojen aiheiden selvittäminen voi olla mahdollista haastattelussa. (Ojasalo ym. 2014 106.)

Tässä opinnäytetyössäni päätavoite oli kehittää Tampereen kaupungin liikunta ja nuorisopalveluille uutta konseptia, uintileiriä lomaviikolle, tämä ensimmäinen Liikkuvat Lapset Tampere-uintileiri oli lokakuussa 2022 ja mikäli koulujen aikataulujen mukaan on hankala tulevaisuudessa järjestää leiri syyslomalla, tämä voisi olla koululaisten hiihtoloman aikana. Kartoitin tätä mahdollisuutta avoimella haastattelulla Jukka Etu-Seppälän kanssa helmikuussa 2022. Haastattelun tavoitteena oli se mikä olisi kaupungin toivomus tämän tyyppisestä leiristä, strateginen tavoite, käytäntö, vastuuasiat, budjetti, kohderyhmä sekä ohjaus ja suunnitteluvastuu.

5.5 Asiakasprofiili

Asiakasprofiili on yleensä kerättyyn tietoon pohjautuvia henkilökuvia, jotka konkreettisella tavalla kuvaavat asiakkaiden käyttäytymismalleja, motiiveja, arvoja, tarpeita, elämäntilanteita jne.

Kuvitteellisesta asiakkaasta tehdään yleensä visuaalinen kuvaus. Tuodaan esille asiakkaan ikä, kasvot, tyypillinen sanonta sitaateissa sekä taustatiedot, käyttäytymismalli, motiivit ja muut asiat, jotka auttavat ymmärtämään asiakkaan arvonmuodostusta. Palvelumuotoilussa asiakasprofiilit ovat arvokas työkalu, jonka avulla kehitteillä olevaa palvelua on helppo ideoida asiakkaan näkökulmasta (Ojasalo ym. 2014,77.) Profiloinnin avulla on helppo päättää mitkä kannattaa viedä eteenpäin. (Tuulaniemi 2011, luku 5.3.)

Opinnäytetyössäni käytin alakouluikäisten asiakkaani vanhemmista sekä heidän lapsistaan asiakasprofiilia. Palvelumuotoilun toisessa vaiheessa on määrittä-vaihe, jossa tulee esille se ymmärrys, mikä saadaan löydä vaiheen jälkeen.

TAULUKKO 3. Asiakasprofiili alakouluikäisestä lapsesta.

SANOO	AJATTELEE
-------	-----------

Tykkää olla, pelata ja leikkiä samanikäisten kavereidensa kanssa.	Tykkää eläimistä, urheilusta ja herkuista
TEKEE Pelaa ja touhuaa, kuuntelee musiikkia kavereidensa kanssa, liikkuu ulkona tai pelaa sisällä ps 3	TUNTEE Paljon eri tunteita tuossa iässä, vihaa, rakkautta, häpeää ja syyllisyyttä

Roope 12 vuotta

TAULUKKO 4. Asiakasprofiili alaikäisen lapsen huoltajasta.

SANOO ?	AJATTELEE Oikeudenmukaisuutta, terveyttä, liikuntaa ja lapsia
TEKEE Liikkuu, nauttii ruuasta, valmentaa ja urheilee	TUNTEE Rakkautta, iloa lapsista, luonnosta ja terveydestä

Roopen äiti 45 vuotta

5.6 Liikkuvat Lapset Tampere

Toimeksiantajan suunnalta määritetty päätavoite oli uuden konseptin kehittäminen, joka brändättiin Liikkuvat Lapset Tampere- uintileiriksi. Tämän leirin luomisessa käytettiin palvelumuotoilua, jossa huomioidaan asiakaslähtöisyys. Uintileirejä on ollut jo useampana vuonna tamperelaisilla uintiseuroilla, mutta ei koskaan Tampereen kaupungin järjestämänä. Palvelumuotoilun käyttäminen tässä opinnäytetyössä oli aiheellinen, sillä on luotu uusi innovaatio toimeksiantajalle. Innovaatio tarkoittaa uutta palvelua, prosessia, toimintamallia tai sellaista tuotetta, millä on taloudellista tai muuta hyötyä. Ja ei voida sanoa vielä innovaatioksi uutta keksintöä, ideaa tai tutkimustyötä vaan kehitystyön tulokset pitää pystyä kaupallistamaan tai ottamaan käyttöön muulla tavoin. Innovaatioprosesseja on monenlaisia. Yleensä niiden keskeisiä vaiheita ovat tiedon hankinta, ideoiden tuottaminen, ideoiden arviointi ja seulonta, konseptointi ja kaupallistaminen. Innovaatiot jakaantuvat merkityksensä perusteella kahteen luokkaan. On olemassa mullistavia, radikaaleja innovaatioita kuten Internet ja mobiiliteknologian synty. Toinen innovaatioiden pääluokka on vähittäisiin muutoksiin syntyvät, joissa uutta kehitetään olemassa olevan pohjalta ja jossa aikajänne on lyhyempi. Palveluinnovaatioiden syntyminen on useasti täysin erityyppistä kuin teknisten innovaatioiden synty. Teolliset innovaatiot syntyvät yrityksen tutkimus- ja kehitysosastolla, palveluinnovaatiot syntyvät usein eri puolilla yritystä ja pienempinä askelina kerrallaan. (Ojasalo ym. 2014 83.)

5.7 Uintileirin esittely toimeksiantajalle

Liikkuvat Lapset Tampere- uintileiri eli uusi konsepti esiteltiin palaverissa Tampereen kaupungin liikunta ja nuorisopalveluiden johtajalle Jukka Etu- Seppälälle, johtava liikunnanohjaaja Tommi Liimatalle ja liikunnanohjaaja Jenita Savinaiselle, joka on apuopettajana Liikkuvat Lapset Tampere- uintileirissä 2022.

Esittelyn jälkeen otettiin esille vielä vuoden 2023 uintileiri. Päätaavoite tässä opinnäytetyössä on jatkumo tämäntyyppiselle toiminnalle. Päätettiin, että ensi vuonna tämä kyseinen leiri voisi olla viiden päivän mittainen. Ja toimintaa päivitetään sekä taloudellisesta näkökulmasta että toiminnan näkökulmasta käyttäen asiakaskyselyä. Tarkoitus olisi tulevista leireistä saada myös laadukkaita leirejä asiakasnäkökulma huomioiden.

5.8 Kehitettävää Liikkuvat Lapset Tampere leiristä

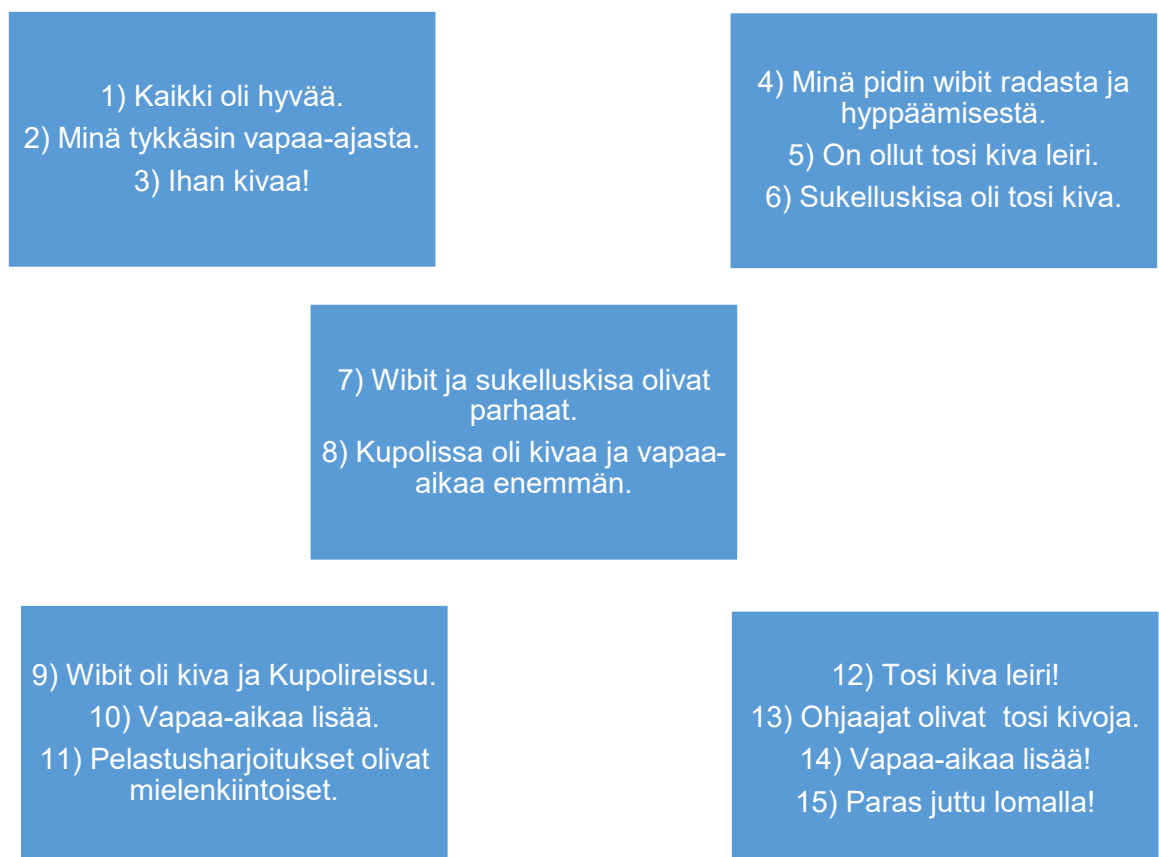
Jossain vaiheessa mietin, onko meillä liian paljon sisältöä kolmen päivän uintileirille, olisiko vähempikin riittänyt. Toisaalta meillä oli kuusi eri kertaa olla altailla ja olimme altailla yhteensä lähes seitsemän tuntia ja kun oli kyseessä yllättävän taitava leiriporukka, en pitänyt harkintani jälkeen tätä ohjelmantarjontaa kovin suurena määränä. Tosin perhosuinnin opetus ei ehkä ollut kovin viisasta, mutta se olikin tarkoitettu kokeiluksi. Sama koski myös uimalaudalla ja uimapulliksella harjoittelua, tarvittiinko niitä? Ei välttämättä, mutta halusin silti antaa kokemuksia näiden kahden uimavälineen käytöstä. Leirin jälkeen mietin vielä itsekseni välineiden vähäistä käyttöä lukuun ottamatta lautoja ja uintipulliksia. Tosin pitää ottaa myös se huomioon, että syyslomaviikon ison asiakasmäärän ja wibit-radon vuoksi, uimahallissa vähäinen välineiden käyttö oli ehkä parempi ratkaisu.

Tein kyselyn vanhemmille leiristä sähköpostitse maanantaina 24.10. Muutamista vastauksista kävi ilmi lasten olleen aika väsyneitä leirin päivän jälkeen, mutta vanhemmat lähinnä vain kiittivät minua siitä, sillä lasten nukkumaan menoaika aikaistui. Eräs vanhemmista ehdotti rentoutumishetkeä leirin lopussa. Se oli hyvä idea, sen olisi voinut lapsille antaa, esim. viimeisenä päivänä uintien jälkeen ennen virallista lopetusta. Ohjelmista kerroin lapsille heti keskiviikkona, kun tapasimme, sekä joka kerta ennen uintia, mutta vanhemmille yhteisesti kerroin vasta sähköpostissa leirin jälkeen, seuraavan kerran avaan heille enemmän ohjelmaa jo ennen leiriä. Pysin olemaan tulevaisuudessa paremmin tavoitettavissa ennen leiriä. Eräs vanhempi antoi palautetta, että ei saanut minua kiinni ennen leiriä. Ilmoitin sähköposti viestissä, jonka lähetin perheille viikkoa ennen leiriä ne päivät, jolloin minut saa kiinni Uintikeskuksen numerosta, mikäli haluaa tiedustella uintileiriin liittyvistä

asioista. Olinkin yllättäen saanut työkomennuksen toiseen uimahalliin ja kun tämä kyseinen asiakas oli soittanut Uintikeskukseen, työkaverini oli pyytännyt soittamaan minulle siihen uimahalliin missä olin, mutta jostain syystä hän ei minulle enää soittanut.

Alhaalle on koottu jokaisen lapsen mielipide leiristä. Kysyin mitä he pitivät leiristä, ja mitä olisivat toivoneet leiristä lisää. Kyselylapuista löytyi näitä vastauksia.

Pojat toivoivat enemmän vapaa-aikaa, Wibit- rata oli mieluisa kuten myös sukelluskisa ja Kupolissa käynti. Pelastusharjoitukset koettiin mielenkiintoiseksi ja ohjaajat olivat tosi kivoja ja jonkun mielestä paras juttu lomalla oli Liikkuvat Lapset Tampere leiri 2022 vuonna.



Kuva 6. Uintileiriläisten mielipide Liikkuvat Lapset Tampere uintileiristä.

5.9 Onnistumiset Liikkuvat Lapset Tampere uintileirissä

Saatiin paljon positiivista palautetta lapsilta ja vanhemmilta. Saatiin jo ensimmäisen päivän jälkeen. Lapset olivat todella reippaita ja taitavia ja heitä ei tarvinnut eriyttää missään vaiheessa eri altaalle, vaan kaikki pystyivät uimaan samassa altaassa. Ohjaajat olivat kaikkina kolmena päivänä idearikkaita, tsemppaavia ja positiivisia. Mikäli koettiin huonoa

käytöstä lasten kesken, puututtiin siihen heti. Ensimmäisen tunnin aikana kerrottiin uimahallin säännöt ja uintileirin säännöt. Uintileirin säännöissä oli kohta, jossa sanottiin, että uintikaveria ja ohjaajaa kunnioitetaan ja ketään ei haukuta eikä puhuta selän takana pa-haa. Ketään ei myöskään kiusata, vaan yritetään olla kivoja kavereita jokaiselle leirillä olevalle ja ohjaajille Jenitalle ja Marjalle. Ohjaajat noudattavat myös samoja sääntöjä. Aikataulut menivät hienosti sen mukaan mitä oli suunniteltu ja ohjaukset myös. Saatiin erittäin laajasti käsiteltyä uinnintekniikka ja otettiin pelastusharjoituksia ja kerrottiin pelastautumistilanteesta. Lapset kuuntelivat todella innostuneesti ja kyselivät meiltä, mikäli heille jäi epäselvyyksiä. Hyyt ryhmän kesken olivat myös hieno lisä, kun koko uintiryhmä suoritti niitä samaan aikaan opetusaltaaseen. Lapset olivat rivissä reunalla ja joka toinen sai aina luvan hypätä. Sukelluskisa oli myös lasten mieleen ja ennen kilpailua opetettiin sukellustekniikka. Ohjaajilla oli auktoriteettia sopivasti, lapset kuuntelivat, ja kyseenalaistivat asioita. Leirin tavoite oli, että kaikilla on onnistumisen tunteita, saavat kavereita toisistaan, ja leirillä on hauska ja positiivinen ilmapiiri.

Leiri oli viikolla 42, laitoin viikolla 43 maanantaina vanhemmille sähköpostiin kysymykset.

- 1) Oliko leirin ajankohta hyvä?
- 2) Oliko leiripäivän pituus hyvä?
- 3) Oliko tekeminen lasten mielestä mielekäästä uima-altailla?
- 4) Oliko lapset tyytyväisiä koko leirin tarjonnasta? (Ulkopelit, Kupolissa käynti)
- 5) Kehitettävää? Risuja tai Ruusuja?

Neljä vanhempaa vastasivat kysymyksiini ja vastauksista kävi ilmi tyytyväisyys. Toivottiin jatkumoa leirille, rentoutusharjoitusta myös sillä lapsi oli ollut aika väsynyt leirin jälkeen, ruokailu oli ollut liian vähäistä torstaina, käytännön syistä ostimme eväitä, mutta aivan liian kevyet eväät olivat. Ohjaajaa oli vaikea saada kiinni, mutta onneksi tämä kyseinen äiti sai kysymyksiinsä vastaukset ennen leiriä. Näiden vanhempien lisäksi kävin keskustelua leiristä niiden vanhempien kanssa, jotka olivat vastassa lapsiaan perjantaina ja sieltä saatiin paljon positiivista palautetta ja toivoivat lisää tällaisia leirejä. Olemme siis onnistuneet leirissämme.



Kuva 7. Uintileiriläisten vanhempien mielipide Liikkuvat Lapset Tampere uintileiristä.

5.10 Kehittämisehdotukset tulevaan Liikkuvat Lapset Tampere- uintileiriin

Toimeksiantajan kanssa käymme keskustelun ja kirjaamme kaiken ylös mitä sovimme budjetista, reunaehdoista, aikatauluista, mainostuksesta, kohderyhmästä ja strategisista tavoitteista. Seuraavalle Liikkuvat Lapset Tampere-uintileirille tarkoituksena on teettää uusi kysely ja kysymykset laaditaan leirille osallistuvan asiakaskunnan taitotason mukaan, ja kysymyksiin vastailevat vanhemmat leiriin osallistuvien lasten kanssa. Leirin reunaehdoista päätetään yhteisesti toimeksiantajan kanssa, niitä ei kysellä asiakkaille suunnatuissa kyselyissä. Seuraavalle leirille otetaan ainoastaan yksi uintiosio ja toinen liikunnallinen osio, joka on joko Kauppi centerissä tai trampoliiniparkissa. Leirin pituus on viisi päivää ja päivän mitta on sama kuin tässä tämän vuoden leirissä klo 9–15. Lapsia voidaan ottaa 20 ja ohjaajia voisi olla kolme. Lounas syödään mahdollisesti taas uimahallissa. Nämä ehdotukset tiedustellaan vielä toimeksiantajalta ennen kuin aloitetaan suunnittelu leiristä. Seuraava leiri on mahdollisesti jo ensi kesäkuussa maauimalassa. Ja se tulee olemaan kalliimpi kuin tämä syyslomaleiri, mutta ei kuitenkaan yhtä kallis, kuin uimaseurojen leirit. Toimeksiantajan tulisi hyötyä tästä kehitetystä konseptista. Tällaista on lähdetty jo suunnittelemaan toimeksiantajan kanssa.

6 Tutkimusstrategia

Määrällinen tutkimus on tieteellisen tutkimuksen menetelmäsuuntaus, joka perustuu kohteen kuvaamiseen ja tulkitsemiseen tilastojen ja numeroiden avulla. Ja tässä tutkimusmenetelmässä on kiinnostuttu usein erilaisista luokitteluista, syy- ja seuraussuhteista, vertailuista ja numeerisiin tuloksiin perustuvista ilmiön selittämisistä. Määrälliset menetelmäsuuntaukset sisältävät laskennallisia ja tilastollisia analyysimenetelmiä. (Koppa 2015.) Kyselylomake on eniten käytetty määrällisessä tutkimusmenetelmässä aineiston keräämisessä. Ja siitä käytetään myös nimitystä postikysely, informoitu kysely tai joukkokysely eli Gallup sen mukaan, miten kysely toteutetaan. (Vilka 2015,94.)

Kyselylomaketutkimuksessa vastaaja itse lukee kysymykset ja kirjaa vastaukset. Tätä käytetään suurelle ja hajallaan olevalle joukolle ihmisiä. Tätä käytetään myös arkaluontoisia kysymyksiä käsiteltäessä. Vastaaja jää tässä kyselyssä tuntemattomaksi. Tässä on riskinä, että kyselyyn ei vastaa kovin moni, eli on kysymys aineiston kadosta.

Kyselylomakkeen ideointivaiheessa ja tutkimussuunnitelmaa tehtäessä on varmistettava se vielä, että tutkittava asia on mitattavissa ja testattavissa. Tutkittava asia voi olla teoreettinen asia tai ilmiö ja muutettavissa mitattavaan muotoon eli siirrytään teoreettiselle tasolla empiiriselle tasolle. Tutkinnassa edetään vuorostaan päinvastoin, empiirisellä tasolla teoreettiselle tasolle. (Vilka 2015, 101–102)

Tässä opinnäytetyössä tehtiin lapsille haastatteluja. Haastattelu on yksi kvalitatiivisen eli laadullisen tutkimuksen aineistokeruumenetelmä. Haastattelu voidaan toteuttaa yksilö, pari- tai ryhmähaastatteluna. Demotuntien jälkeen toteutettiin ryhmähaastatteluina. Demotunnilla sekä Liikkuvat Lapset Tampere-uintileirillä käytettiin myös tutkimusmenetelmänä havainnointia eli kerättiin tietoa seuraamalla tutkittavia. Havainnointi tapahtui luonnollisessa ympäristössä eli uima-altailla sekä ulkona liikkuessamme.

Sähköpostitse lähetettiin demotunnin ja Liikkuvat Lapset Tampere-uintileirin jälkeen vanhemmille sähköpostilla kysely. Tässä kyselyssä saatiin kvantitatiivista eli määrällistä aineistoa sekä kvalitatiivista eli laadullista tutkimusmateriaalia.

7 Pohdinta ja johtopäätökset

Tämän opinnäytetyön päätavoite oli kehittää uusi konsepti toimeksiantajalle käyttäen palvelumuotoilun neljää eri vaihetta: löydä, määritä, kehitä ja tuota. Kuten on jo aiemmin todettu, Tampereen kaupungilla ei ole aiemmin ollut uintileirejä ja Tampereella ovat ainoastaan uimaseurat pitäneet uintileirejä uimahalleissa. Tampereen kaupungin Liikunta ja nuorisopuolen toimeksiantaja oli erittäin tyytyväinen, mitä tällä opinnäytetyöllä saatiin aikaiseksi ja kun vielä asiakaspalaute oli sekä lapsilta, että aikuisilta erittäin positiivista niin tälle uudelle konseptille oli tarvetta. Koen saavuttaneeni työn tavoitteet lähes onnistuneesti. Päätuloksena luotiin uusi konsepti Tampereen kaupungin liikunta ja nuorisopuolelle ja olen erittäin tyytyväinen, että myös Tampereen kaupungin kautta lapset pääsevät uintileireihin. Seuraava leiri olisi jo ensi kesänä maauimalassa. Tämän leirin asiakaspalautteiden perusteella tuli kehitysehdotuksia, jotka otetaan käyttöön seuraavaa leiriä suunniteltaessa. Onnistumista koen myös siinä, että saimme iloisia lapsiasiakkaita sekä heidän vanhempiansa. Leiriohjelma meni lähes suunnitelmien mukaan sekä aikataulullisesti, että toiminnallisesti uinnin osalta. Ohjelmistossa oli sellaisia harjoitteita, mitä emme ota 3–4 luokkalaisten uintitunneilla emmekä uimakouluissa. Lapset saivat erittäin laajan opetuksen uinnissa, sukeltelussa ja pelastusharjoituksissa.

Ongelmana oli se, että ulkona ollessamme tekeminen ei ollut kaikkien mielestä mielekäästä. Jalkapalloa pojat pelasivat mielellään ja taas tytöt eivät. Vuorostaan perinneleikit olivat enemmän tyttöjen mieleen kuin poikien. Olisi ollut mukava keksiä leikkejä, joista koko leiriporukka olisi pitänyt. Onneksi uintiosioista kaikki pitivät palautteiden mukaan. Ulkona olimme vain tunnin keskiviikkona ja perjantaina ruokailun jälkeen. Olisi varmasti ollut viisasta tiedustella aamulla jo lasten mieliaktiviteettejä ulkona. Uintiosioita en muuttaisi, mutta ohjelmistoon ottaisin rentoutusharjoituksia ja ulos kehittäisin mielekkäämpää tekemistä tai varaisimme liikuntasalin, jossa olisi enemmän mahdollisuuksia joko sisäpeleihin tai vaikkapa jonkun radan tekemiseen.

Jatkokehittämisideoita tuli esimerkiksi sellaisia, että seuraava leiri on esikoululaisille ja sen jälkeen taas vaikkapa viides- ja kuudes luokkalaisille. Aktiviteettejä varmasti tiedustellaan asiakaskyselyiden perusteella, ja voisihan sitä tiedustella, jos saisimme vaikkapa isompien uintileirille jonkun vetonaulan, kenties maauimalassa paljon käyvän tubettajan. Proessin aikana opin paljon, opin palvelumuotoilusta, en ollut koskaan aikaisemmin kuullut palvelumuotoiluprosesseista. Opin myös uintileirin käytännön järjestämisestä, yllättävän paljon siinä myös on eri työvaiheita ja hyvissä ajoin järjestelyt on syytä aloittaa. Opin tämän opinnäytetyön tietoperustasta myös asioita, joita jäin pohtimaan ja kiinnostavimmista aiheista lähdin myös tekemään lisäselvityksiä. Opin eettisyydestä, sekä lähteiden että viitteiden käytöstä. Lopuksi yksi merkittävimmistä opeista on, älä tuota sellaista leiriä mikä

itsestäni olisi hyvä vaan ota selvää mitä asiakkaat haluavat leiristä. Esimerkiksi Lasten ja nuorten ääntä on kuunneltava, kun heille suunnitellaan aktiviteetteja. On erittäin tärkeä ja hyvä lähtökohta saada lasten ja nuorten tyytyväisyyttä lisättyä liikunnassa ja harrastamisessa, sillä sitä vähemmän lapset passivoituvat, mitä mielekkäämpää liikuntaa heille on tarjolla.

Lähteet

Britannica 2022. Instruction and training Luettavissa: <https://www.britannica.com/sports/swimming-sport#ref7035>. Luettu: 27.9.2022.

Britannica 2022. Instruction and training Luettavissa: <https://www.britannica.com/sports/swimming-sport#ref7035>. Luettu: 27.9.2022.

Eduskunta 2022 Liikunta ja liikkumisvaikeudet. Luettavissa: [http:// Liikunta- ja liikkumisvaikeutusten arvioinnin kehittämistyöryhmän loppuraportti \(valtioneuvosto.fi\)](http://Liikunta- ja liikkumisvaikeutusten arvioinnin kehittämistyöryhmän loppuraportti (valtioneuvosto.fi)).
Luettu: 29.6.2022.

Grönlund, M., Häkkinen, L., Kälviäinen, V. & Toivonen, A. 2013. Vauva – ja perheuinnin ohjaajamateriaali. Mediasepät Oy, Jyväskylä.

Hakamäki, J. 2009. Uimaopetuksen käsikirja. Teoksessa Hakamäki, J., Hotti, K., Keskinen, I., Lauritsalo, K., Liinpää, S., Läärä, J. & Pantzar, T. WSOY Ypro Jyväskylä

Hammarsten, H. 26.04.2022. Ihmiskeskeiseen ja osallistavaan innovointiin Luettavissa: [https:// www.aaltoee.fi/ aalto-leaders-insight/2022/muotoiluajattelu](https://www.aaltoee.fi/aalto-leaders-insight/2022/muotoiluajattelu). Luettu: 14.11.2022.

Harsu, P. 3.7.2022. Opiskelija. Haaga- Helia ammattikorkeakoulu.

Jaakkola, T., Liukkonen, J. & Sääkslahti, A. 2017. Liikuntapedagogiikka. 2. uudistettu painos Bookwell Digital, Juva.

Koivisto, M. Säynäjäkangas, J. & Forsberg, S. 2019. Palvelumuotoilun bisneskirja. Alma Talent. Helsinki

Lähteenmäki, S. 9.8.2022. Viestintäsuunnittelija. Tampereen liikunta ja nuorisopuoli. Sähköposti. Tampere.

Ojasalo, K., Moilanen, T. & Ritalahti, J. 2014. Kehittämistyön menetelmät Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. Sanoma Pro Oy. Helsinki

Okm 2021. Liikkumissuositukset. Luettavissa [http://Liikkumissuositus 7–17-vuotiaille lapsille ja nuorille \(valtioneuvosto.fi\)](http://Liikkumissuositus 7–17-vuotiaille lapsille ja nuorille (valtioneuvosto.fi)). Luettu : 1.7.2022.

Olympiakomitea 2020. Taustamuistio: Lasten ja nuorten liikunnallisen elämäntavan edistäminen varhaiskasvatuksessa, koulussa ja opiskelussa. Luettavissa: [2c7cafde-lasten-ja-nuorten-liikunnallisen-elamantavan-edistaminen-varhaiskasvatuksessa-koulussa-ja-opiskelussa.pdf \(olympiakomitea.fi\)](https://olympiakomitea.fi/2c7cafde-lasten-ja-nuorten-liikunnallisen-elamantavan-edistaminen-varhaiskasvatuksessa-koulussa-ja-opiskelussa.pdf).

Luettu :8.10.2022.

Opetus ja kulttuuriministeriö 2021. Liikuntaindikaattorit. Luettavissa: [http://okm.fi/ Liikuntaindikaattorit - OKM - Opetus- ja kulttuuriministeriö](http://okm.fi/Liikuntaindikaattorit-OKM-Opetus-ja-kulttuuriministerio). Luettu: 27.6. 2022.

Opi Tampere 2022. Aktiivinen koulu/ Alakoulun koululaisuinnit 2022. Tampere. Luettavissa [Aktiivinen koulu - Lupa liikkua lupa harrastaa \(tampere.fi\)](https://www.opi.fi/aktiivinen-koulu-lupa-liikkua-lupa-harrastaa). Luettu: 22.9.2022.

Salesforce Kirjoittaja Tommi Pollari 2022.Muotoiluajattelu 4 kysymystä joiden avulla luot innovaatiota. Luettavissa: <https://www.salesforce.com>. Luettu: 12.11.2022.

SUH 2022. SUH: Ennakkotilastot hukkumisista 2022. Luettavissa: <https://www.suh.fi/hukkumistilastot>. Luettu: 22.9.2022.

SUH 2022. Etusivu- toiminta- uimaopetuskoulujen uinninopetus-luokkakohtaiset tavoitteet 2022. Luettavissa: [Luokkakohtaiset tavoitteet - Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliitto \(suh.fi\)](https://www.suh.fi/etusivu-toiminta-uimaopetuskoulujen-uinninopetus-luokkakohtaiset-tavoitteet-2022). Luettu : 22.9.2022.

SUH 2022. Etusivu- Toiminta- Uimaopetus-Koululaisten uimataito. Luettavissa: https://www.suh.fi/toiminta/uimaopetus/koulujen_uinninopetus. Luettu:22.9.2022

Tuulaniemi, J. 2011. Palvelumuotoilu. Almatalent. Helsinki. E-kirja. Luettu 25.9.2022.

Uimaliitto. Esittely- uinti- Uinti harrastuksena Luettavissa: [Uimataito kuuluu kaikille - Uimaliitto](https://www.uimaliitto.fi/esittely-uinti). Luettu: 24.9.2022.

Uimaliitto 2019. Uimataito kuuluu kaikille. Luettavissa: [Uimataito kuuluu kaikille - Uimaliitto](https://www.uimaliitto.fi/uimataito-kuuluu-kaikille). Luettu : 3.10.2022.

Uimataito kuuluu kaikille 2019. Artikkelin Uimataito kuuluu kaikille kehittävä harjoittelu yhteisöpedagogin toimintaympäristössä 15. op. Elina Ekström 2019. Uimataito kuuluu kaikille hanke Suomen uimaopetus ja hengenpelastusliitto. Luettavissa: https://www.suh.fi/files/3088/Artikkeli_Uimataito_kuuluu_kaikille_2019_Elina_Ekstrom.pdf. Luettu: 22.9.2022.

Tampereen kaupunki 2022. Luettavissa: <https://tampere.fi>. Luettu: 3.8.2022.

Tampereen kaupunki 2022. Liikuntaa lapsille-Perheliikunta. Luettavissa: <https://www.tampere.fi/liikunta>. Luettu: 24.9.2022.

Tampereen kaupunki 2022. Liikuntaa nuorille. Luettavissa: <https://tampere.fi/liikunta>. Luettu: 24.9.2022.

Tampereen kaupunki 2022. Nuorisopalvelut. Luettavissa: <https://tampere.fi/nuoret>. Luettu: 24.9.2022.

UKK-instituutti 2022 a. UKK-instituutin liikuntasuosituksset. Luettavissa: <https://ukkinstituutti.fi/> liikkuminen / liikkumisen suositukset. / lasten- ja – nuorten- liikkumissuosituksset) Luettu: 27.6.2022.

UKK-instituutti 2022. Liikkumisen vaikutukset 2022. Liikkuminen vaikuttaa heti. Luettavissa: [Liikkumisen vaikutukset - UKK-instituutti \(ukkinstituutti.fi\)](https://ukkinstituutti.fi/). Luettu: 7.11.2022.

UKK-instituutti 2020. Uinti on monipuolista liikuntaa. Luettavissa: [Uinti on monipuolista liikuntaa - UKK-instituutti \(ukkinstituutti.fi\)](https://ukkinstituutti.fi/). Luettu: 24.9.2022.

Valtioneuvosto 2022. Harrastamisen Suomen malli. Luettavissa: [Harrastamisen Suomen mallista arviointi - OKM - Opetus- ja kulttuuriministeriö](https://okm.fi/harrastamisen-suomen-malli). Luettu: 13.11.2022

Valtioneuvosto 2019. Harrastamisen strategia. Luettavissa: https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161382/okm_7_2019_Harrastamisen%20strategia.p. Luettu: 1.7.2022.

Valtioneuvosto 2018. Valtioneuvosto antoi selonteon liikuntapolitiikasta. Luettavissa : [Valtioneuvosto antoi selonteon liikuntapolitiikasta - OKM - Opetus- ja kulttuuriministeriö](https://okm.fi/valtioneuvosto-antoi-selonteon-liikuntapolitiikasta). Luettu: 6.11.2022.

Valtioneuvosto 2022. Harrastamisen Suomen malli. Luettavissa : [Valtionavustusta myönnettiin 14,5 miljoonaa euroa Harrastamisen Suomen mallin toteuttamiseen - Harrastamisen Suomen malli](https://okm.fi/valtionavustusta-myonnettiin-145-miljoonaa-euroa-harrastamisen-suomen-mallin-toteuttamiseen). Luettu:13.11.2022

World Health Organization 2019. Drowning. Luettavissa: https://www.who.int/health-topics/drowning#tab=tab_1. Luettu:24.9.2022.

World Health Organization 2014. Drowning. Luettavissa: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/drowning>. Luettu:24.9.2022.

World Health Organization 2021. Drowning. Luettavissa. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/drowning>. Luettu: 25.9.2022.

Liite 1. Määrällinen kyselytutkimus vanhemmille uintileiristä

Kysely alakouluikäisten lasten vanhemmille Liikkuvat Lapset Tampere uintileiristä syyslomalla 2022

Tutkimuksen tavoitteena on selvittää mitä vanhemmat odottavat Liikkuvat Lapset Tampere uintileiristä. Tarkoitus on innostaa lapsia uinnin, sukelluksen ja muun liikunnan pariin syyslomalla 19.-21.10.22 välisenä aikana. Tämä leiri tulisi joka vuotiseksi tästä vuodesta lähtien ja tämä tutkimus tehdään yhteistyössä Tampereen kaupungin Liikunta ja nuorispuolen ja Haaga-Helian Ammattikorkeakoulun kanssa.

Kiitos etukäteen vastauksistanne.

- 1) Onko uintileiri edullinen, kun se maksaa 10e päivä ja leiri kestää kolme päivää? Eli leiri maksu on 30 euroa yhdeltä lapselta. (Maksu pelkästään lounaasta)

1 Vaihtoehto on kallis ja vaihtoehto 5 on edullinen

Valitse mielestäsi sopiva vaihtoehto 1–5 välillä

- () vaihtoehto 1
- () Vaihtoehto 2
- () Vaihtoehto 3
- () Vaihtoehto 4
- () Vaihtoehto 5
-

- 2) Pitäisikö ohjauksen olla laadukasta kasvatuksellisesta näkökulmasta katsottuna eli ohjaaja saa moittia sopimattomasta kielenkäytöstä esim. kiroilusta?

Kiusaustilanteeseen puututaan aina, jos sellaista ilmenee!!

1 Vaihtoehto on EI ja 5 vaihtoehto on KYLLÄ

Valitse mielestäsi oikea vaihtoehto 1–5 välillä

- () Vaihtoehto 1
- () Vaihtoehto 2
- () Vaihtoehto 3
- () Vaihtoehto 4
- () Vaihtoehto 5

- 3) Voiko uintileirillä tehdä korkean sykkeen harjoitteita?

1 Vaihtoehto on EI ja 5 vaihtoehto on KYLLÄ.

Valitse mielestäsi sopiva vaihtoehto 1–5 välillä

- () Vaihtoehto 1
- () Vaihtoehto 2
- () Vaihtoehto 3
- () Vaihtoehto 4
- () Vaihtoehto 5

4) Onko lapsellasi mieluisia harrastuksia?

1 Vaihtoehto EI ja 5 vaihtoehto KYLLÄ

Valitse mielestäsi sopiva vaihtoehto 1–5 välillä

- () Vaihtoehto 1
- () Vaihtoehto 2
- () Vaihtoehto 3
- () Vaihtoehto 4
- () Vaihtoehto 5

5) Voiko lapsille tehdä ohjaajan opastuksella sukellusharjoituksia 4 m syvyydessä?

1 Vaihtoehto EI ja 5 vaihtoehto KYLLÄ

Valitse mielestäsi sopiva vaihtoehto 1–5 välillä

- () Vaihtoehto 1
- () Vaihtoehto 2
- () Vaihtoehto 3
- () Vaihtoehto 4
- () Vaihtoehto 5

6) Voiko lapselle tehdä ohjaajan opastuksella sukellusharjoituksia 2 metrin syvyydessä?

1 Vaihtoehto EI ja 5 vaihtoehto KYLLÄ

Valitse mielestäsi sopiva vaihtoehto 1–5 välillä

- () Vaihtoehto 1
- () Vaihtoehto 2
- () Vaihtoehto 3
- () Vaihtoehto 4
- () Vaihtoehto 5

7) Onko uintileiri liian pitkä päiväkohtaisesti, kun kesto on kuusi tuntia klo 9-15?

1 Vaihtoehto on pitkä ja 5 vaihtoehto on lyhyt.

Valitse sopiva vaihtoehto 1–5 välillä

- () Vaihtoehto 1
- () Vaihtoehto 2
- () Vaihtoehto 3
- () Vaihtoehto 4
- () Vaihtoehto 5

8) Saako olla kilpailuhenkisiä kilpailuja?

1 Vaihtoehto on EI ja 5 vaihtoehto on KYLLÄ

Valitse vaihtoehto 1–5 välillä

- () Vaihtoehto 1
- () Vaihtoehto 2
- () Vaihtoehto 3
- () Vaihtoehto 4
- () Vaihtoehto 5

KIITOS VASTAUKSISTASI!

Liite 2. Aikatauluehdotelma kolmen uintileiri- päivän toteutukseen

Päivä 1.

Klo 9.00 Aloitamme Tampereen Uintikeskuksessa palaverihuoneessa, jossa kerrotaan uintileirin kulusta.

Klo 9.30 Kokoonnumme Uintikeskuksen valvomon eteen ja menemme yhdessä uuden puolen isolle altaalle ja aloitamme harjoittelut altaassa.

Klo 10.30 Noustaan altaasta ja suihkun kautta pukemaan.

Klo 11.00 Lounas

Klo 12.00 Menemme sään salliessa joko ulos pelailemaan tai sisätiloihin jumppailemaan.

Klo 13.00 Otamme päivän toisen uintiosion.

Klo 14.30 Lopettelemme altailla uinnit.

Klo 14.50 Lopettelemme palaverihuoneessa leiripäivän. Siellä myös samalla keräämme rannekkeet joka päivä, ja jaamme ne taas seuraavana päivänä.

Klo 15 Leiripäivä päättyy, joko vanhemmat hakevat tai vanhemman lupalapun näytettyään lapsi voi lähteä omin päin uimahallista kotiin.

Päivä 2.

Klo 9.00 Kokoonnumme Uintikeskuksen ovien edessä.

Lähdemme raitiovaunulla kohti Hervannan Kupolia ja tutustumme nuorisopalveluiden toimintaan siellä.

Klo 9.30–9.40 Saavumme Kupoliin.

Klo 11.30 Lounas Kupolissa.

Klo 12.30 Lähdemme takaisin Tampereen Uintikeskukselle.

Klo 13.15 Kokoonnumme valvomon edessä ja menemme yhdessä uuden puolen altaalle.

Klo 14.30 altailta ylös

Klo 14.50 lopetus yhteisesti palaverihuoneessa, jolloin kerätään rannekkeet päivän päätteeksi.

Klo 15.00 Vanhemmat hakevat lapset Tampereen uintikeskuksen aulasta tai vanhempien lupalapun näytettyä, lapsi saa lähteä kotiin.

Päivä 3.

Klo 9.00 Aloitus Tampereen Uintikeskuksen aulaassa ja kerrotaan lapsille ja vanhemmille päivän ohjelmasta.

Klo 9.15 Kokoonnumme Uintikeskuksen valvomon eteen ja menemme yhdessä uuden puolen isolle altaalle ja aloitamme harjoittelut altaassa.

Klo 10.30 Noustaan altaasta, suihkun kautta pukemaan.

Klo 11.00 Lounas

Klo 12.00 Jatkamme ulkona peleillä tai menemme sateen yllättäessä sisätiloihin harjoitteluun liikunnallisia harjoitteita.

Klo 13.30 Altailla jatkuu uinnit.

Klo 14.30 Lopetus altailla ja apuohjaajat saattavat suihkutiloihin.

Klo 14.45 Uintileiritodistusten jako, rannekkeiden keruu ja kiitokset lapsille leiristä.

Klo 15.00 Vanhemmat hakevat lapset Uintikeskuksen aulasta tai vanhempien lupalappua näyttämällä lapsi saa poistua uimahallista.

Liite 3. Aktiviteetit vedessä

Ensimmäinen uintiharjoitus keskiviikkona sisältää altaissa perusharjoituksia: liukua, kelluntaa, myyräuintia, alkeisselkäuintia. Otamme muutamia sukellusharjoituksia ja vedessä temppeja. Lopussa tulee vapaa-aika ja lapset saavat hyppiä kerroksista valvojen läsnä ollessa.

Toinen uintiharjoitus sisältää kertausta edellisestä kerrasta eli aamusta ja sitten otamme vapaauintia ja selkäuintia ja uimme matkauintia hieman, sukelluksia sekä temppeja vedessä ja loppuun vapaa-aika ja saavat hyppiä kerroksista tai muuten leikkiä vapaasti vedessä valvojen läsnä ollessa.

Kolmannella kerralla harjoitteleme rintauinnin kokonaissuoritusta sekä sukellamme hieman, kokeilemme myös uintilaudalla harjoituksia, hieman matkauintia ja loppuun vapaa-aika ja saavat hyppiä kerroksista tai muuten leikkiä vapaasti vedessä valvojen läsnä ollessa.

Neljännellä kerralla kertaamme rintauinnin, kokeilemme perhosuintia, kokeilemme uintipullista, hieman matkauintia ja "hyyt yhdessä" eli ovat rivissä uintisyvän altaan reunalla. Joka toinen hyppää veteen turvallisuussyistä. Hyyt ovat kynttilähyyt, jännehyyt, spiraali, pommi ja dominohyyt.

Lapsilla on vapaa-aikaa ennen lounastaukoa.

Viidennellä ja viimeisellä kerralla otetaan hengenpelastusharjoituksia ja loppuun saavat pitkän vapaa-ajan, pääsevät kerroksiin tai wibit-radalle.

Liite 4. Päiväkirjaraportti Liikkuvat Lapset Tampere uintileiristä

Seurantapäivät 19.10.2022- 21.10.2022

Keskiviikko 19.10.2022

Päivän tavoite: Tutustuminen, lasten uimataidon kartoitus sekä alkeisselkäuinti, myyräuinti ja alkeisrintauinti.

Klo 9.00 lapset tulivat Uintikeskukselle keskiviikkona 19.10. Lapsia oli viisitoista. Yksi lapsista oli estynyt, kuudelletoista oli varattu paikka leirille. Päivä alkoi keskustelutuokiolla uimahallin kokoustilassa. Keskustelutuokiossa esittelin itseni, toin esille opinnäytetyöni, kerroin leirin kulusta, leirin säännöistä sekä uimahallin säännöistä. Minun jälkeeni esittelyvuoroon pääsi apuopettajani Jenita Savinainen ja hänen esittelynsä jälkeen lapset saivat lyhyesti kertoa nimensä ja missä asuvat. Lapset olivat myös teipanneet nimilaput rintapieliinsä, joten olimme nopeammin nimet. Keskustelutuokiota seurasi myös johtava liikunnanohjaaja Tommi Liimatta. Keskustelu tuokion jälkeen lähdimme uima-altaille. Jenita valvoi tytöt naisten pukutiloissa ja Darius Mäenpää valvoi pojat miesten pukutiloissa. Uima-altailla otimme tunnin uintiosion ensin lasten altaassa ja sieltä menimme isoon altaaseen. Lasten altaassa aloitimme leikillä ”Menkää lapset kotiin” jossa havainnoitiin lasten uintitekniikoita. Leikissä käytiin läpi roiskinnat, pomput, twistaus vedessä, liuku, myyräuinti, alkeisselkäuinti. Alkuleikin jälkeen aloitettiin harjoittelu. Ensin lapset harjoittelivat vapaauintia ja selkäuintia. Ohjausmenetelmä oli komentotyylinen. Jenita näytti lapsille mallin ja minä selostin tekniikan, tämän jälkeen lapset uivat kumpaakin lajia useampaan otteeseen pikkualtaassa, jonka jälkeen siirryimme isoon altaaseen, jossa jatkoimme harjoituksia.

Kello 10.30 nousimme altaasta pesutiloihin ja valmis lounas odotti meitä klo 11.00 Uintikeskuksen kahvilassa.

Kello 12 menimme ulos ja saimme nauttia auringon paisteesta. Ulkona meillä oli erityyppisiä perinne leikkejä ja lopuksi pelasimme vielä jalkapalloa.

Kello 13 menimme takaisin uimaan ja otimme vielä aamuisia harjoituksia uudestaan, uimme matkauintia ja sen jälkeen teimme sukellusharjoituksia. Lopuksi ennen vapaa-aikaa oli sukelluskisa, missä oli kaksi joukkuetta ja pohjasta haettiin vuoron perään renkaita ja voittaja joukkue oli se, jolla oli eniten renkaita sukeltettuna pohjasta. Kilpailu tapahtui viestinä. Kilpailun jälkeen lapset pääsivät viettämään vapaa-aikaa joko wibit-radalle tai

kerroksiin. Olin erittäin iloinen, että nämä viisitoista lasta, jotka saapuivat Liikkuvat Lapset uintileirille, olivat kaikki uimataitoisia ja pystyivät uimaan 25 metriä isossa altaassa. Tämä oli tavoite uintileirille. Valitettavasti monen vuoden kokemuksellani olen huomannut, että yleensä vanhemmat olettavat lapsensa uivan paljon paremmin, mitä he todellisuudessa uivat, ja näin ollen valitsevat liian vaativan uimakouluryhmän lapsellensa.

Lopettelimme uinnit kello 14.30 ja lapsilla oli jälleen hyvää aikaa käydä saunassa, suihkussa ja pukeutumassa valvojemme läsnä ollessa.

Kello 14.50 tapasimme vielä ryhmän kanssa, kerroin seuraavasta päivästä sekä keräsin heiltä rannekkeet.

Torstai 20.10.2022

Päivän tavoite: Kupolissa tutustutaan eri peleihin, uintiharjoituksissa käydään läpi rintauinti sekä kertauksena selkäuinnin ja vapaauinnin tekniikat.

Kello 9 tapasimme Uintikeskuksen aulassa ja lähdimme kohti Hervantaa ja siellä olevaa nuorisotaloa Kupolia. Uintikeskus avataan torstaina vasta klo 13 sen takia teimme retken nuorisotalolle. Menimme sinne Raitiovaunulla ja meitä oli minun ja apuopettaja Jenitan lisäksi liikunnanohjaajat Jarno Laitinen ja Roope Antila myös mukana turvaamassa lasten päiväretkettä Kupoliin Hervantaan. Nuorisotalo Kupolissa Jenita kertoi meille ensin säännöt sekä muutaman sanan talosta. Kupoli on hänelle tuttu paikka, sillä hänen työpisteensä sijaitsee siellä. Kupolissa lapset pääsivät pelaamaan salibandyä, pingistä, biljardia ja lautapelejä. Olimme siellä kolmisen tuntia ja pelien välissä söimme välipalaa.

Lähdimme takaisin raitiovaunulla kello 12.00 aikoihin ja olimme Uintikeskuksessa ennen sen aukeamista.

Kello 12.40 olimme altailla ja otimme opetusaltaassa ensin ”Menkää lapset kotiin” ja eri uintitekniikoilla he menivät altaan toisesta päästä toiseen päähän. Opetettiin rintauintin potkua, vapaauinnin ja selkäuinnin tekniikkaa kerrattiin. Lasten mielestä oli todella mukavaa, kun uimahallissa ei ollut muita asiakkaita. Asiakkaat tulivat vasta klo 13 jälkeen.

Opetusaltaan jälkeen menimme isoon altaaseen ja annettiin lapsille pieni vapaa-aika, jolloin he saivat vapaasti mennä joko wibit- radalla tai hyppimään kerroksista.

Vapaa- ajan jälkeen uintiosio jatkui vielä. Saivat kokeilla uimalaudoilla rintauintin potkuja ja opetettiin rintauintin käsivetoa sekä kokonaissuoritusta rintauintista, kertasimme vielä selkäuintia ja vapaauintia. Tämän jälkeen päätimme torstain uinnit ja lapset saivat lähteä

saunaan, suihkuun ja pukemaan. Liikunnanohjaajat menivät valvomaan lapsia sekä naisten, että miesten puolelle.

Tapasimme lasten kanssa vielä aulassa, kerroin heille perjantai päivän kulusta sekä keräsin rannekkeet itselleni.

Perjantai 21.10. 2022

Päivän tavoite: Käydä kaikki uintitekniikat läpi sekä hengenvpelastusharjoituksia vedessä.

Aamu alkoi kello 9.00 ja menimme saman tien vaihtamaan uima-asut ja aloitimme uima-altailla noin kello 9.20. Ensin otimme uintiharjoitukset vapaauinnista, selkäuinnista, rintauinnista ja perhosuinnista. Perhosuinnin tekniikka näytettiin lapsille ja he kokeilivat yhden 25 metriä perhosuintia. Vapaauintia, selkäuintia ja rintauintia harjoiteltiin enemmän kuten jo tehtiin keskiviikkona ja torstainakin, lapset kokeilivat, myös millaista on uida uimapulliksen kanssa, jalat eivät tee liikkeitä, ainoastaan käsiliikkeillä mentiin eteenpäin. Uintiharjoitusten jälkeen otimme erityyppisiä hyppyjä veteen. Hypyissä harjoittelimme kynttilähyppeä, jännehyppeä, spiralhyppeä, pommia ja dominohyppeä. Näiden harjoitteiden jälkeen tuli lounastauko. Lounastauko oli tunnin mittainen ja kun lapset olivat syöneet lounaansa, he saivat vielä arvioida leiriä. Tein heille kysymykset mitä piditte leiristä, mikä ei ollut mukavaa täällä leirillä ja mikä oli mukavaa. He kirjoittivat vastaukset paperille ja palauttivat ne minulle. Ruokatauon jälkeen menimme ulkoilemaan, ulkona otimme perinneleikkejä. Toimeksiantajan edustaja Jukka Etu-Seppälä tuli seuraamaan ulos meidän toimintaamme sekä kävimme hänen kanssaan lyhyen keskustelun uintileiristä Jenitan ohjatessa lapsia sillä aikaa. Ulkoilun jälkeen menimme vielä kerran tämän leirin aikana uimaan ja tällä kertaa vuorossa uima-altailla oli hengenvpelastusharjoituksia. Harjoittelimme vedenpoljenta, pelastushyppeä, pelastusuintia, peukunkuljetusta, kaverin kuljetusta, kerroimme, kuinka toimitaan, mikäli rannalla näkee hukkumistilanteen. Näiden harjoitusten jälkeen lapset saivat vapaa-aikaa ja pääsivät vielä wibit- radalle sekä kerroksiin hyppimään. Vapaa- ajan jälkeen lapset pääsivät rauhassa saunottelemaan ja peseytymään valvojen valvoessa suihkutiloissa.

Leirin lopetus tapahtui toimistohuoneessa, samassa paikassa missä aloitimme leirin keskiviikkona. Kerroin lapsille vielä leirin tavoitteista, missä minun mielestäni onnistuimme, kyselin vielä yleisesti mikä heidän mielestään oli parhain juttu tällä leirillä ja mikä huonoin juttu. Otin vielä esille aiheen toisten huomioimisesta ja välittämisestä, miksi otin tämän esille, välillä leirin aikana käytöstä olivat hieman kateissa ja pidin tärkeänä myös ottaa sellaisen vuorovaikutuksellisen ja toisen huomioon ottamisen opetuksellisesta näkökul-

masta. Jokainen leiriläinen kunnioittaa toista leiriläistä sekä ohjaajia. Ja me ohjaajat kunnioitamme leiriläisiä ja toisiamme ohjaajina. Lopuksi vielä tein viimeisen kysymyksen ennen kiitoksia ja todistusten jakamista, Kysyin kuinka moni teistä sai täältä uuden kaverin tai kavereita? Jokainen lapsi nosti käden ylös, kaikki saivat uusia kavereita ja puhelinnumeroita oli jo ehditty vaihtamaan päikseen vaikkakin lapset olivat eri kouluista ja eräs leiriläinen oli toiselta paikkakunnaltakin, sanoivat pitävänsä yhteyttä toisiinsa. Meillä oli myös leiriläisissä eräs lapsi Ukrainasta ja toinen lapsi Kiinasta.

Kun lapset olivat saaneet todistukset, sain vielä rannekkeet heiltä itselleni ja saatoin heidät aulaan missä joidenkin lasten vanhemmat odottivat. Ilo oli minun ja Jenitan puolella, kun meille tuli pelkästään näiden aulaan olevien vanhempien puolelta positiivista palautetta ja Tampereen kaupunkia kovasti myös kiiteltiin mahdollisuudesta pitää tällainen uintileiri.

Liite 4. Mainos Liikkuvat Lapset Tampere uintileiristä



HEI

**3. - 4. -LUOKKALAINEN
TERVETULOAA**

Liikkuvat lapset
-uintileirille

SYYSLOMALLA
19. - 21.10.2022 klo 9 - 15

Tampereen uintikeskus
Hinta: 30€

Sisältää lounaan,
uintiopetuksen ja
ohjauksen.

**Ilmoittautuminen
parhaillaan käynnissä!**
www.kuntapalvelut.fi/tampere



TAMPERE
LIIKUNTA

Liite 5. Vanhemmille sähköposti Liikkuvat Lapset Tampere uintileiristä

Hei!

Laitan sähköpostin Liikkuvat lapset Tampere uintileiristä. Alkuun haluan kiittää osallistumisesta ja sanoa sen, että tämä on sekä lapsille syyslomallemme mukavaa ajanvietettä uinnin ja liikunnan parissa sekä minun AMK- opiskeluni opinnäytetyöni.

Keskiviikkona aloitamme klo 9.00 yhteisellä kokoontumisella toisen kerroksen palaverihuoneessa. Aulassa on liikunnanohjaaja vastassa ja näyttämässä kokoustilan sijainnin.

Pienen infohetken jälkeen menemme uimaan ja sen jälkeen lounastelemme (ilmoittatthän allergiat viimeistään to 13.10. mennessä). Ruokailun jälkeen ulkoilemme ja mikäli on pieni sade, ulkoilemme silti, joten lapselle mukaan säänmukainen varustus. Ulkoilun jälkeen vielä uimaan, jonka jälkeen lopettelemme. Olettehan vastassa lastanne Uintikeskuksen aulassa klo 15.00 tai mikäli lapsenne lähtee kotiin omin päin, on syytä olla lupa lappu, jonka näyttää joko apuohjaaja Jenitalle tai minulle. Tämä aikataulu on keskiviikon ja perjantain osalta.

Torstaina uimahalli aukeaa klo 13 joka tarkoittaa sitä, että aloitamme klo 9.00 Uintikeskuksen aulassa ja lähdemme raitovaunulla käymään Hervannan Kupolissa, jossa meillä on välipalaa ja liikunnallisia pelejä. Palaamme Uintikeskukselle klo 13 mennessä ja menemme heti altaille uimaan. Lopettelemme klo 14.40 ja olettehan taas vastassa klo 15 aulassa.

Muistatthän ilmoittaa mikäli lapsellanne on joitakin ruoka-aineallergioita tai muita erityisiä asioita mitä haluatte ohjaajan tietää sunnuntaihin 16.10. mennessä

Jos haluatte tiedustella leiristä, minulle voi soittaa keskiviikkona 12.10 tai perjantaina 14.10 alla olevaan numeroon klo 6–14 aikana.

Yst.terv. Marja Karimo

Tampereen uintikeskus liikunnanohjaajat

p. 040 8004999

liikunnanohjaajat.uintikeskus@tampere.fi

Liite 6. Liikkuvat Lapset Tampere uintitodistus leirin päätteeksi

