

# Opiskelun ja urheilun yhdistämisen mahdollisuudet käyttäjän näkökulmasta

Case: LAMK - Urheilijan oppimispolku

LAHDEN  
AMMATTIKORKEAKOULU  
Liiketalouden ja matkailun ala  
Liiketalouden koulutus  
Palveluliiketoiminta  
Opinnäytetyö  
Kevät 2018  
Petra Myllylä

Lahden ammattikorkeakoulu  
Liiketalous

MYLLYLÄ, PETRA:

Opiskelun ja urheilun yhdistämisen  
mahdollisuudet käyttäjän näkökul-  
masta  
Case LAMK – Urheilijan oppimispolku

Palveluliiketoiminnan opinnäytetyö, 72 sivua, 16 liitesivua

Kevät 2018

TIIVISTELMÄ

---

Opinnäytetyöni ajatus lähti huomattavasta tarpeesta kohdistaa tukipalveluita korkeakoulussa opiskeleville huippu-urheilijoille. Toimeksiantajani toimi Lahden ammattikorkeakoulu, jonka kanssa tehtiin tiivistä yhteistyötä koko prosessin ajan. Tavoitteenani oli käyttäjälähtöisten menetelmien avulla selvittää tarpeet ja niiden pohjalta luoda toimeksiantajalle malli, jonka avulla lähteä kehittämään palvelua eteenpäin. Tärkeänä projektia eteen vievänä kysymyksenä toimi ”Miten LAMK voi tukea huippu-urheilun ja opiskelun yhdistämistä?”.

Tämä opinnäytetyö koostuu kahdesta tietoperustasta, jotka käsittelevät urheilun ja koulun yhdistämistä sekä palvelumuotoilua. Sen lisäksi käyn läpi koko toiminnallisen osuuden vaiheet työpajoista suunnitteluun ja lopputulokseen, pyrkien tuomaan esille kaikki työvaiheet kattavasti ja lopuksi esitelen työn tulokset.

Käyttäjätietoa hankittiin kahdesta työpajasta. Toteutus vastasi tavoitetta käyttäjälähtöisestä suunnittelusta, jossa otettiin huomioon palvelumuotoilulle tyypillisiä piirteitä ja työkaluja kuten palvelupolkuja ja käyttäjäprofieileita. Käytin hyödyksi ketterään kehittämiseen tarkoitettuja Lean Service Creation -työkortteja, jotka toimivat ohjenuoranani koko projektin ajan.

Tästä toiminnallisen tutkimuksen avulla syntyneestä käyttäjätiedosta jalostettiin toimeksiantajalle malli urheilijan oppimispolusta sekä aloittavien opiskelevien urheilijoiden opas. Malli sisältää neljä ulottuvuutta: tuki, joustavuus, yhteisöllisyys ja yhteistyö, jotka tulisi ottaa huomioon urheilijan oppimispolkua kehittäessä. Oppaaseen kokosin urheilijan kannalta merkittävimmät asiat, joita urheilijan oppimispolku hänelle tarjoaa. Näin tulokset eivät jääneet vain paperille, vaan kehitin konkreettista ja havainnollista. Uskon käyttäjätiedon ja sen jalostamisen edellä mainittuihin malliin ja oppaaseen olevan toimeksiantajalle, LAMK:ille tärkeitä työkaluja palvelun käyttöön ottamisessa ja sen jatkokehityksessä.

Asiasanat: käyttäjälähtöisyys, palvelumuotoilu, huippu-urheilu, opiskeleva urheilija, korkeakoulutus

Lahti University of Applied Sciences  
Degree Programme in Business Studies

MYLLYLÄ, PETRA:

User-oriented approach  
to combining studies and  
sports  
Case: LUAS – Athlete's  
learning path

Bachelor's Thesis in Service Management

72 pages, 16 appendices

Spring 2018

ABSTRACT

---

The idea for my thesis came out of a need to provide support services to student athletes studying at the university of applied sciences. The thesis was commissioned by Lahti University of Applied Sciences (LUAS), including close cooperation during the process. The purpose of the study was to find out the student athletes' needs using user-oriented methods and to create a model for developing their support services. The main question was "How can LUAS support students to combine competitive sports and studies?".

The theoretical part of this thesis deals with two topics: combining studies and competitive sports and service design. I introduce the entire functional research process step by step, including the results of the study.

User information was gathered in two separate workshops, the implementation of which followed the recommendations of user-oriented design. Typical service design methods, including service path and user profiles, were used. Lean Service Creation toolset functioned as a guideline for the entire process.

The functional study gave user data that I used to create a model for the athlete's learning path as well as for a concrete guidebook to a student athlete. The model includes four main points: support, flexibility, community and cooperation. The guide includes the most important points from the point of view of the student athlete. I believe that the user data, the development model and the guide are important tools for LUAS in the future in implementing and developing the service.

Key words: user-orientation, service design, elite sport, student athlete, higher education

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	HUIPPU-URHEILUN JA OPISKELUN YHDISTÄMINEN	4
2.1	Huippu-urheilu	4
2.2	Urheilu-uran vaiheet	6
2.3	Urheilun yhdistäminen opiskeluun	8
2.4	Yhdysvaltojen koulujärjestelmä – student athlete	12
2.5	Urheilu-uran jälkeinen elämä	13
3	KÄYTTÄJÄLÄHTÖINEN PALVELUMUOTOILU	15
3.1	Palvelumuotoilu	15
3.2	Käyttäjälähtöisyys palveluiden suunnittelussa	18
3.3	Palvelumuotoilun työkaluja	21
4	OPPIMISPOLUN KÄYTTÄJÄLÄHTÖINEN SUUNNITTELUPROSESSI	25
4.1	Käyttäjymmärryksen kokoaminen	25
4.1.1	Ensimmäinen työpaja	25
4.1.2	LSC-työkortit	27
4.1.3	Käyttäjäprofiilit	29
4.2	Ajatuksien jatkokehittäminen	32
4.2.1	Toisen työpajan rakentaminen	32
4.2.2	LSC-työkortit	35
4.2.3	Aineistosta ideoiksi	36
4.3	Katsaus tietoperustaan	47
5	URHEILIJAN OPPIMISPOLKU	51
5.1	Tuki	52
5.2	Joustavuus	55
5.3	Yhteisöllisyys	57
5.4	Yhteistyö	58
5.5	Opas opiskeleville urheilijoille	61
6	JOHTOPÄÄTÖKSET	62
6.1	Prosessin arviointi	63
6.2	Oman oppimisen arviointi	64
6.3	Seuraavat askeleet oppimispolulla	65

LÄHTEET

67

LIITTEET

73

## 1 JOHDANTO

Jos pitäisi valita yksi asia, joka on jäänyt opiskeluajalta mieleeni, on kuuluisaakin kuuluisampi sanonta, kultainen sääntö: ”Kohtele toisia niin kuin haluaisit itseäsi kohdeltavan”. Jos soveltaisin tuota ajatusta palvelun suunnitteluun ja kehittämiseen, tekisin siitä juuri sellaisen kuin itse haluan. Koska sanonnan mukaan kaikki muuthan haluavat samaa kuin minä, eikö? Palvelumuotoilun näkökulmasta sanonta ei pidä laisinkaan paikkansa. Palvelumuotoilussa lähdetään käyttäjäkeskeisesti liikkeelle siitä, mitä varsinaiset käyttäjät haluavat, eikä suunnittelijan toiveista. Niinpä muuttaisinkin tuon sanonnan muotoon ”Kohtele toisia niin kuin he haluavat tulla kohdelluksi”, joka palvelee palvelumuotoilun lisäksi muissakin elämänosa-alueissa.

Huippu-urheilun muutostyöryhmä (2011, 3) kuvaa huippu-urheilua haapaksi, jota kansa hengittää. Vuonna 2017 julkaistun tutkimuksen mukaan menestys urheilussa saa yli 70 % suomalaisista hyvälle mielelle, ja yli 60 % on vähintään osittain sitä mieltä, että urheilussa menestyminen tuo maallemme kansainvälistä tunnustusta (Mäkinen 2017, 22). Jo pelkästään näitä lukuja katsomalla ymmärtää, kuinka isosta asiasta on kyse, kun puhutaan Suomesta, suomalaisuudesta ja urheilusta. Urheilijoille urheileminen on usein täysipäiväinen työ – voidaan puhua jopa elämäntavasta. Urheilijan ura ei kuitenkaan ole normaaliin työuraan verrattuna kovinkaan pitkä, ja urheilu-uran jälkeistä aikaa onkin hyvä ajoissa pohtia ja suunnitella. Alun perin urheilijoiden opiskelua lähdettiin kehittämään ja tukemaan Suomessa toiseen asteeseen liittyvillä ratkaisulla – urheiluoppilaitoksilla. Tästä se on pienin askelin kehittynyt Suomen kattavaksi urheiluakatemia verkostoksi, joka kattaa tuen aina perusasteelta korkea-asteelle. (Lämsä, Korhonen, Nenonen, Manninen, Puhakka, Kainulainen & Hokkanen 2014.)

Tavoitteena tällä opinnäytetyöllä on selvittää opiskelevien urheilijoiden tarpeet ja mahdollisuudet korkea-asteen koulutuksen sekä tuloksellisen urheilun yhdistämisessä. Työssäni yhdistyy palvelumuotoilu, käyttäjälähtöisyys sekä Lean service creation -menetelmä. Tärkeinä kysymyksinä koko prosessin ajan oli ”Miten hyödyntää käyttäjälähtöisyyttä uuden palvelun

suunnittelussa ja mallintamisessa?” ja ”Miten LAMK voi tukea huippu-urheilun ja opiskelun yhdistämistä?”. Tavoitteena tutkimuksen lisäksi on luoda malli kuvaamaan vaadittavia toimenpiteitä ja konseptoida suunnitelma toimeksiantajan käyttöön.

Tämän opinnäytetyön toimeksiantajana toimii Lahden ammattikorkeakoulu eli LAMK. Lahden ammattikorkeakoulussa voi opiskella tekniikan, liiketalouden ja sosiaali- ja terveystieteiden opintoja sekä Muotoiluinstituutissa esimerkiksi muotoilua ja viestintää. LAMK:issa voi suorittaa myös ylemmän ammattikorkeakoulun tutkintoja. Tällä hetkellä Lahden ammattikorkeakoululla on monta toimipistettä, mutta vuoteen 2018 mennessä toimipisteet yhdistetään NiemiCampukseksi, joka pitää sisällään jo aiemmin käytössä olleet tilat Niemenkadulla sekä uudet tilat Mikkulankadulla. Lahden keskustassa sijaitseva FellmanniCampus jää myös yhdeksi toimipisteeksi, jonka tavoitteena on yritysten kanssa tehtävän yhteistyön korostuminen monimuotoisesti. (LAMK 2018a). LAMK Sports tarjoaa Lahden ammattikorkeakoulussa liikuntapalveluita kuntosalista ryhmäliikuntatunteihin edullisesti. Jäsenmaksulla on oikeutettu myös osallistumaan järjestettyihin yhteisiin palloiluvuoroihin sekä mahdollisuus välinevuokraukseen. LAMK Sportsin ansiokas työ palkittiin vuonna 2016 Päijät-Hämeen Urheilugaalassa vuoden liikuttajana. LAMK Sportsin tilat sijaitsevat FellmanniCampuksen tiloissa. (LAMK 2018b.)

Lappeenrannan teknillinen yliopisto sekä Saimaan ja Lahden ammattikorkeakoulut ovat rakentamassa yhteistyötä. Ammattikorkeakoulut ovat jatkossa LUT-konsernin tytäryhtiöitä. Syntymässä on siis yhteistyökuvio, jossa tavoitellaan kansainvälistä mallia yliopiston johtamasta korkeakoulu-keskittymästä. Lappeenrannan teknillisen yliopiston nimeksi tulee LUT-yliopisto ja konsernikokonaisuudesta käytetään LUT-korkeakoulut niemeä. Lahden ammattikorkeakoulun nimi tai sen lyhenne LAMK ei tule muuttumaan vaan jatkaa edelleen tutulla nimellä. Myös koulujen toiminta jatkuu itsenäisenä, mutta tämän rinnalle tulee myös yhteinen strategia. Muutokset astuvat voimaan syksyllä 2018. (LAMK 2018c.)

Lahden ammattikorkeakoulussa nähtiin tarve huomioida opiskelijat, jotka

urheilevat tavoitteellisesti. Muutamassa korkeakoulussa Suomessa on urheilijoille oma linja tai suuntaus esimerkiksi Haaga-Heliassa avoimen ammattikorkeakoulun tarjonnassa on ”Huippu-urheilijasta yrittäjäksi” kokonaisuus, joka pitää sisällään 60 opintopistettä ja Turun AMK:ssa monimuoto-opintoina urheilujohtamisen syventävä väylä liiketalouden opiskelijoille. LAMK kuitenkin haluaa nostaa urheilijan laajemmin esiin ja tarjota jokaiselle neljälle alalleen mahdollisuuksia opiskella urheilu-uran ohessa. Syntyi ajatus urheilijaväylästä, josta lopulta muotoutui urheilijan oppimispolku -nimeä kantava projekti.



## 2 HUIPPU-URHEILUN JA OPISKELUN YHDISTÄMINEN

Urheilu ja sen tuoma menestys on ollut suurena tekijänä luodessamme maamme identiteettiä ja itsetuntoa. Jo ennen sotia Suomella oli asukasluukuun suhteutettuna vahva menestys urheilussa, joka kuitenkin 1970-luvulle siirtyessä tasaantui kovan kilpailun ja uusien maiden lisääntyessä vastaamaan maan kokoa ja asukaslukua. (Opetusministeriö 2004, 12-13.) Siitä huolimatta Suomi on kautta aikain menestynein maa kesäolympialaisissa suhteutettuna asukaslukuun – tarkalleen ottaen yksi mitali joka 17 845 ihmistä kohden (Medals per capita 2018). Suuria vaikuttavia ja kansakuntaa yhdistäviä tekijöitä urheilun saralla ovat olleet muun muassa Pariisin Olympialaisissa menestyminen itsenäistymisen jälkeen vuonna 1924, Helsingissä 1952 järjestetyt Olympialaiset sekä ensimmäinen jääkiekon maailmanmestaruus kesken lamasta toipumisen vuonna 1995. (Opetusministeriö 2004, 12-13.)

Urheilu oli pitkään Suomessa amatöörimaista, kunnes 1960-70-lukujen taitteessa suuret ikäluokat nousivat huipulle. Harjoittelusta tuli ympärivuotista ja täysipäiväistä sekä urheilu oli myös enemmän esillä mediassa menestyksen ansiosta. Aluksi kyseessä oli enempi yksilöurheilijoiden edustajia, mutta pikkuhiljaa myös joukkueurheilussa siirryttiin amatöörimaisuudesta puoliammattilaisuuteen. (Opetusministeriö 2004, 12.) Lopulta 1990-luvulla voitiin jo puhua ammattiuurheilijoista. Tähän vaikutti muun muassa median merkityksen kasvaminen, mikä toi urheilun aikaisempaa näkyvämmäksi sekä kansainvälistyminen. (Pekkala 2011, 25.)

### 2.1 Huippu-urheilu

Suomen liikuntalaki (390/2015), joka tähtää liikunnan ja huippu-urheilun kehittämiseen, tavoitteena tasavertaisuus ja terveyden edistäminen, on määritellyt huippu-urheilun. ”Tässä laissa tarkoitetaan: huippu-urheilulla kansallisesti merkittävää sekä kansainväliseen menestykseen tähtäävää tavoitteellista urheilutoimintaa.” (390/2015 3 §). Myös Suomen Olympiako-

mitean huippu-urheilustrategia on luonut huippu-urheilua kuvaavaan määritelmän, jota monessa lähteessä on lainattu sellaisenaan esimerkiksi Opetusministeriön Huippu-urheilutyöryhmän muistio.

*"Huippu-urheilulla tarkoitetaan aikuisten ja 16-18-vuotiaista alkaen myös nuorten maajoukkuetasoista toimintaa, jonka päämääränä on urheilijoiden menestyminen kansainvälisissä urheilutapahtumissa ja arvokilpailuissa, sekä kansainväliseen menestymiseen tähtäävää vammaisurheilua. " (Opetusministeriö 2004)*

Huippu-urheilu käsitteelle ei kuitenkaan ole olemassa mitään yhtä selkeää kansainvälistä totuutta, vaan sen määrittely ja tulkinta eroaa esimerkiksi maa kohtaisesta. Myös ajalla on merkitystä siitä, millainen käsitys ihmisillä on huippu-urheilijasta. Vielä 1900-luvun alkupuolella huippu-urheilija miellettiin Suomessa miespuoliseksi kestävyysjuoksijaksi, joka edusti kurinalaisuutta ja isänmaallisuutta. Tänä päivänä huippu-urheilija on paljon muutaakin kaupallisuuden ja viihteen rinnalla. (Opetusministeriö 2004, 12.)

Keskimäärin huippu-urheilijan ura kestää noin 5-15 vuotta, ja se sisältää erilaisten kilpailujen lisäksi myös itsensä kehittämistä, yhteisöllisyyttä ja usein myös kansainvälisyyttä. Huippu-urheilutyöryhmä (2004) jakoi huippu-urheilijat viiteen ryhmään perustuen heidän julkisen tuen tarpeeseen ja taloudelliseen asemaan: nuoret lahjakkuudet, taloudellista tukea tarvitsevat huippu-urheilijat, joukkuelajien urheilijat kansallisilla sarjatasoilla, urheilusta saatavilla tuloilla toimeentulevat huippu-urheilijat sekä huomattavia ansioita saavat kansainväliset ammattuurheilijat. Näistä ryhmien edustajista suurin osa tarvitsee jonkinlaista tukea joko vanhemmiltaan, lajiliiton tai olympiakomitean valmennustuesta tai kuuluvat olympiakomitean sairaskassan piiriin. Huomattava vähemmistö selviää ilman näitä tukia ansaitsemalla kilpailuista merkittäviä tuloja, saaden seuralta tai tallilta palkkaa tai muita korvauksia tai solmien erilaisia yrityssopimuksia. (Opetusministeriö 2004.)

Huippu-urheilun ja ammattuurheilun raja on häilyvä, sillä huippu-urheilija ei aina ole ammattuurheilija, mutta kaikki ammattuurheilijat ovat aina huippu-

urheilijoita (Koulukino 2017). Toisaalta moni urheilija harjoittelee täysipäiväisesti lajinsa parissa, mutta urheilusta ansaittujen palkkioiden ja tukien lisäksi tienaa elantonsa myös ”normaalina” työtä tekemällä ja kokee itsensä amatööriksi. Yksi esimerkki Suomalaisesta menestyksekkästä huippu-urheilusta on muodostelmaluistelu, jossa on menestytty MM-kilpailuja myöten. Siitä huolimatta muodostelmaluistelijat ovat niin sanotusti amatööriurheilijoita, koska eivät tienaa elantoaan lajilla. (Kaski 2006, 22-23, 190.) Ammattinetti kuvaa ammattuurheilijaa henkilöksi, joka harjoittelee valmentajien ja muiden tukiryhmien avulla tavoitteena menestyä omassa lajissaan. Ammattuurheilijan tulot koostuvat sponsorituloista tai muista rahallisista sopimuksista. Toisaalta todetaan, että ammattuurheilijalla ei ole aikaa muulle työlle kuin urheilulle, mutta määriteltäessä lukumäärällisesti ammattuurheilijat Suomessa puhutaan 1200 henkilöstä, jotka tienaa elantonsa tai osan elannostaan urheilusta. (Ammattinetti 2017.) Koulukinon mukaan suomalaisia ammattuurheilijoita, jotka tienaa suurimman osan tuloistaan urheilusta oli vuonna 2007 arvioitu olevan myös 1200. Täysiammattilaisia, joille urheilu tuo kaikki tulot, ei ollut määritelty erikseen. (Koulukino 2017.)

## 2.2 Urheilu-uran vaiheet

Urheilu-uraa harvoin ajatellaan yhtenä laajana ja yksiselitteisenä asiana, vaan se jakautuu useisiin vaiheisiin ja siirtymiin. Yksilötasolla tarkasteltuna urheilu-ura on monen vuoden prosessi, jonka aikana päätavoite on itsensä kehittäminen ja sitä kautta huipulle pääseminen. (Tikkanen 2007, 17.)

Tutkija Jean Côté julkaisi vuonna 1999 tutkimuksen, jossa oli jakanut urheilu-uran vaiheet kolmeen osaan – harrastusten ja kokeilujen vuodet 6-12 vuoden iässä, erikoistumisen vuodet 13-15 vuoden iässä sekä kovan panostamisen vuodet 16-vuotiaasta ylöspäin (Côté 1999, 401). Turpeinen (2012) on omassa työssään viitannut Côtén tutkimukseen ja huomannut yhtäläisyyksiä Bloomin vuonna 1985 kehittämään malliin. Erona kuitenkin malleissa on suhtautuminen tavoitteelliseen harjoitteluun, jota Côtén mallissa on korostettu. (Turpeinen 2012, 26-27.) Tämä opinnäytetyö käsittelee

enimmäkseen viimeistä vaihetta, panostamisen vuosia, jolloin nuoren pääpaino siirtyy useammasta lajista vain yhteen, ja urheilusta tulee entistä tavoitteellisempaa tähtäimenä lajinsa huippu.

Côtén (2007) mukaan nuorella on kolme polkua aloittaa liikunta ja urheileminen, ja näistä polkuvaihtoehdosta kaksi päättyy huippu-urheiluun ja yksi liikunnan aktiivisen harrastamiseen. Huippu-urheiluun johtavat polut eroavat kuitenkin toisistaan. Siinä missä toinen seuraa Côtén kolmivaiheista mallia lajikokeiluista ja harrastamisesta aina huipulle asti, on lopputuloksena monipuolisen harjoittelun myötä terveempi ja urheilusta nauttiva huippu-urheilija. Toisen polun edustaja on jo varhaisessa vaiheessa erikoistunut lajiin, jossa tähtää huipulle, ja on hypännyt kahden ensimmäisen vaiheen yli. Lopputuloksena tästä on usein huippu-urheilija, jolla on suurempi riski loukkaantua yksipuolisen harjoittelun takia. Tässä tapauksessa myös urheilusta nauttimisen puute ja väsymys saattavat hankaloittaa tietä huippu-urheilijaksi. (Côté 2007, 197.)

Tämän tutkimuksen mukaan siis nuorilla tulisi olla mahdollisuus harrastaa ja kokeilla erilaisia lajeja jo nuorena. Monipuoliset harjoitukset eri lajeissa pitävät urheilijan tärkeimmän työvälineen eli kropan kunnossa ja samalla mieli pysyy virkeänä.

Urheilulla mediassa on merkittävä asema myös esimerkiksi nuorten lajivallinnoissa, joissa usein korostuu sen hetken kuumimmat nimet, trendit ja menestys. Esimerkiksi koripalloilijan uraa Yhdysvaltojen NBA-liigassa tekevän suomalaisen Lauri Markkasen esitykset ovat nostaneet hänet koko kansan tietoisuuteen. Tämän innoittamana Jyväskylän seudulla on Markkasen nimeä kantava koripallokoulu, jonne syksyn 2017 aikana ilmoittautui melkein kolme kertaa enemmän 5-9 -vuotiaita osallistujia kuin edellisinä vuosina. (Vuorela 2017.)

Wylleman, Alfermann ja Lavallee (2004) viittaavat työssään ruotsalaiseen tutkijaan Natalia Stambulovaan, on jakanut urheilu-uran kuuden siirtymän vaiheiksi. Nämä ovat ennakoitavissa olevia siirtymiä, joka alkaa nuoren te-

kemästä lajivalinnasta. Toisessa siirtymän vaiheessa harjoitteluun panostetaan entistä enemmän ja siitä tulee intensiivisempää. Kolmannessa vaiheessa siirrytään aikuisten tasolle urheilemaan. Neljännessä siirtymässä amatööriurheilijasta tulee ammattilainen, ja viidennessä ollaan jo urheilu-uran kulminaatiopisteessä. Tässä vaiheessa ruvetaan jo valmistautumaan urheilu-uran lopettamiseen, mikä tulee vastaan kuudennessa eli viimeisessä siirtymässä. (Wylleman, Alfermann & Lavallee 2004.)

Ennakoitavissa olevien siirtymien avulla voidaan tarkastella urheilijan sen hetkistä kehitystä ja arvioida seuraavia vaiheita. Tähän opinnäytetyöhön haastattelemat urheilijat olivat tai olivat olleet kaikki aikuisten tasolla lajissaan. Suurin osa urheili tai oli urheillut amatöörimaisesti ja vain muutaman voidaan katsoa urheilleen amatööriseksi. Näiden ennakoitavissa olevien siirtymien lisäksi urheilijan matkan varrella saattaa olla muitakin ennakoimattomia haasteita ja vastoinkäymisiä kuten loukkaantuminen tai jokin urheilun ulkopuolinen tekijä. Tämän takia mallit ja siirtymät ovat enemmänkin yleistyksiä kuin totuuksia (Wylleman ym. 2004.)

### 2.3 Urheilun yhdistäminen opiskeluun

Urheilu-uran kannalta tutkittujen siirtymien lisäksi, tulisi asiaa tarkastella myös kokonaisvaltaisesti urheilun ulkopuolelta, koska nämä asiat vaikuttavat molemmat toisiinsa. Onkin luotu mallin, jossa urheilun lisäksi tarkastellaan henkilön psyykkisen ja sosiaalisen kasvun vaiheita sekä koulutuksen etenemistä. Näiden neljän osa-alueen voidaan ajatella olevan vuorovaikutuksessa keskenään, ja samalla nähdä urheilun ulkopuolisten asioiden vaikuttavan urheilu-uran kehittymiseen. Tämän mallin avulla voi selvästi nähdä yhteyden esimerkiksi vaiheessa, kun nuori siirtyy alakoulusta yläkouluun myös urheilun vaatimukset kasvavat ja keskiössä on siinä vaiheessa enemmän itsensä kehittäminen urheilun saralla. Tällaiset yhteydet on hyvä tiedostaa, sillä on havaittu, että kouluasteen vaihdon aikana usein ystäväpiiri saattaa hajaantua ja ystävyys-suhteita katketa. Nämä ystävyys-suhteet ovat usein olleet nuoren ensisijainen syy hakeutua tietyn lajin pa-

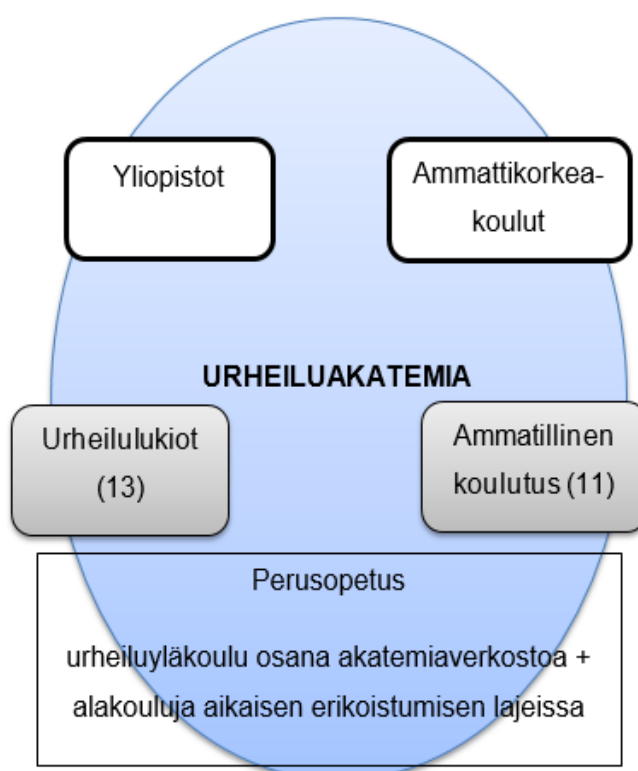
riin. Toisin sanoen katkeavat ystävyysuhteet voivat merkitä myös urheiluharrastuksen innon laantumista tai katkeamista, ja on näin merkittävä asia kilpailullisen nuorisoliikunnan tason heikentymiseen. (Wylleman ym. 2004).

Myös Tikkanen (2007) on tutkinut opiskelevien urheilijoiden elämäntulkua, ja todennut koulutuksen ja etenkin lukio ajan olleen merkittävässä roolissa urheilu-uran kannalta. Lukio-ikäisenä 16-18 vuotiaana elämään nousee urheilun ja koulun rinnalle kaikkea uutta kuten uudet ystävyysuhteet ja mahdolliset seurustelut. Samaan aikaan urheilusta tulee entistä vaativampaa, ja on eräänlainen kulminaation piste urheilun kehittymisen kannalta. Tässä iässä on myös tehtävä päätöksiä esimerkiksi siitä suorittaako lukion niin sanotulla normaalilla puolella vai onko urheilulinja vaihtoehto. Urheilulukion valinta voi usein tarkoittaa nuorelle myös paikkakunnan vaihtoa ja orientoitumista urheilijan elämään entistä enemmän. (Tikkanen 2007, 46-48.)

Huippu-urheilutyöryhmä nosti myös muistiinpanoissaan (2004) esille haasteet, jotka ilmenevät usein samaan aikaan ja kriittisessä pisteessä urheilun kannalta: opiskelupaikan hankkiminen, mahdollinen muutto toiselle paikkakunnalle, taloudellinen vastuu itsestä ja sen tuomat paineet. Näiden haasteiden helpottamiseksi on luotu nimenomaan urheilulukioita ja tietyille lajeille ammatillisia koulutuksia, jotta urheilevilla nuorilla olisi samat tasaveritaiset mahdollisuudet urheilu-uran jälkeiseen elämään. Myös harjoittelukeskukset, nykypäivänä tunnetaan paremmin Urheiluakatemia, ovat olleet merkittävässä roolissa nuoren urheilu-uran sekä koulutuksen yhdistämisen mahdollistajana. Tämän urheilu-uran jälkeisen ajan turvaamisen lisäksi, opiskelun on todettu olevan myös hyvää vastapainoa urheilulle. (Opetusministeriö 2004, 26, 34)

Kaksoisuralla tarkoitetaan urheilun ja opiskelun tai työelämän yhdistämistä toisiinsa, siten että urheilijalla olisi mahdollisuudet hoitaa molemmat puolet menestyksekkäästi. Pyritään välttämään tilanteita, jossa nuori joutuisi valitsemaan vain toisen vaihtoehdon esimerkiksi joustavilla opintomahdollisuuksilla. Urheiluakatemia on kaksoisuran suurin palanen, joka kattaa koko opiskelujen ajan. Alla olevan kuvion (kuvio 1) avulla on selvennetty

mistä palasista kaksoisura eli urheilun ja opiskelujen yhdistäminen Suomessa koostuu. (Lämsä ym. 2014, 7, 11.) Kaksoisuraan nuori saa yleensä ensimmäisen kosketuksen jo yläkouluiäkäisenä ja se jatkuu aina korkea-asteen opintoihin, jolloin urheilullisesti on usein huippuvaiheen aika. Saadaksesen valtion tarjoamaa urheilija-apurahaa, on urheilijan laadittava koulutus- ja elämänurasuunnitelma urheilu-uran ajalle ja sen jälkeen. Lisäksi Olympiakomitealla on käytössä vastaavia toimintamalleja tukien saamiseksi. Tällaisilla yksilöllisillä ratkaisuilla on pyritty luomaan urheilijalle pohjaa myös urheilu-uran jälkeiselle ajalle (Härkönen 2014, 54).



KUVIO 1. Kaksoisuran koostumisen malli Suomessa. (Lämsä ym. 2014 mukaan)

Kylänpää viittaa omassa vuonna 2011 julkaistussa opinnäytetyössään KIHU:n eli kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskuksen vuonna 2003 tekemään tutkimukseen, jossa tutkittiin urheilun ja opiskelun yhdistämistä huippu-urheilijana. Tutkimuksessa muun muassa selvisi, kuinka paljon urheilijat käyttivät viikko tasolla aikaa opiskeluun ja urheiluun. Tutkimusaiкана Olympiakomitean valmennustukiurheilijoista noin 60% opiskeli. Näistä urheilijoista 40% käytti viikossa harjoitteluun yli 20 tuntia. Päivässä karkeasti arvioiden harjoitteluun kuluisi aikaa noin reilu kolme (3) tuntia,

jos huomioidaan yksi lepopäivä viikossa. Opiskeluun urheilijoista kolmasosa käytti aikaa vain alle kymmenen (10) tuntia ja neljäsosa yli 20 tuntia viikossa. (Kylänpää 2003.)

Tämän tutkimuksen pohjalta ei tiedetä kuinka yksittäisen opiskelevan urheilijan tunnit viikossa jakautuvat opiskelulle ja urheilulle. Voidaan kuitenkin päätellä, että urheiluun panostaminen vie nuorelta runsaasti aikaa viikko tasolla, ja opiskeluun käytetty aika jäänee vähemmälle. Useissa muissakin lähteissä arvioitiin nuoren käyttävän opiskeluun noin 30 tuntia viikossa, jonka lisäksi 20-30 tuntia urheiluun viikossa. Nämä ovat karkeita arvioita siitä, mitä määriä tulisi saavuttaa, jotta molemmissa olisi mahdollista menestyä Guidottin ym. (2013) mukaan. Urheilijan ja opiskelijan lisäksi on myös muita ”rooleja”, joita nuori saattaa edustaa kuten vanhempi, puoliso, ystävä, ja nämäkin on otettava huomioon tasapainoillessaan ajanhallinnan kanssa. (Guidotti, Minganti, Cortis, Francesca Piacentini, Tessitore & Capranica 2013; Aquilina 2013, 375.)

Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus KIHU julkaisu vuonna 2014 tutkimuksen ”*Kuinka hitaita urheilijat ovat?*”, jossa selvitettiin korkeakoulussa opiskelevien urheilijoiden nopeutta opiskelussa. Tuloksista ilmeni, että opiskelevat urheilijat pysyvät hyvin mukana opintotahdissa, jotkut jopa edellä. Tietysti poikkeuksiakin löytyy etenkin yliopistopuolella, jossa opintoja suoritetaan ammattikorkeakoulua hitaammin. Tuloksista ei kuitenkaan käy ilmi, mitkä ovat olleet menestystekijät opiskelutahdissa pysymiseen. Todennäköisiä syitä on kuitenkin mainittu muun muassa opintotukijärjestelmän vaatimat suoritukset opintotukea vastaan sekä opintoaikojen rajoittaminen, urheilijoiden oppima ajankäyttöä ja tehokkuus kahta uraa tasapainotellussa ja toisaalta mahdollinen tuen, ohjauksen ja suunnitelmallisuuden puute. Tutkimuksessa myös selvisi urheiluakatemioiden kehitys vuodesta 2008 vuoteen 2012, joka oli positiivinen - vielä vuonna 2008 seitsemässä tutkitussa akatemiassa oli yhteensä 271 korkeakoulussa opiskelevaa urheilijaa ja vastaava luku vuodelta 2012 oli 671. (Lämsä ym. 2014.)

Kun verrataan Vuolteen vuonna 1977 tuottaman tutkimuksen tuloksia Turpeisen lähes vastaavaan aineistoon vuodelta 2012, voidaan todeta, että



opiskelu nähdään huomattavasti positiivisempänä ja tärkeämpänä asiana nykypäivänä kuin 1970-luvulla. Vielä silloin yli puolet kyselyyn vastanneista urheilijoista oli sitä mieltä, että koulunkäynti kärsi urheilusta ja sen tuomista vaatimuksista. Turpeisen haastattelemat urheilijat olivat selvästi enemmän kouluttautuneita, ja naisten mielestä koulun vaikutus urheiluun oli neutraali tai myönteinen. Miehillä mielipiteet aiheesta olivat hieman negatiivisempaan suuntaan painottuneita. (Turpeinen 2012, 77-78.)

#### 2.4 Yhdysvaltojen koulujärjestelmä – student athlete

Yhdysvaltojen koulujärjestelmässä high school (vastaa Suomessa lukiota) on kokonaisvaltainen keskus, joka koulutuksen lisäksi tarjoaa myös opiskelijoiden sosiaalisen elämän ja urheilun rikastamiseksi harrastusmahdollisuuksia ja kerhotoimintaa. Opiskelija viettää yleensä koulussa päivät oppitunneilla ja iltapäivät koulun järjestämien harrastusmahdollisuuksien äärellä. (Maunula 2010.) Myös yliopistotasolla kouluissa järjestetään opiskelun lisäksi erilaista kerho- ja harrastustoimintaa erilaisten ryhmien, seurojen ja yhdistysten kautta (Opiskeleulkomaila.fi).

High school onkin opiskelijoille yleensä tärkeää aikaa urheilun kannalta, koska menestyminen urheilussa auttaa saavuttamaan täyden tai osittaisen apurahan/stipendin, jolla pääsee opiskelemaan seuraavalle asteelle (college, university) ja ammattilaisura on askeleen lähempänä. Kilpailu opiskelupaikoista onkin kovaa ja todellisuudessa vain harvalla on mahdollista saada apurahaa. Myös kilpailu korkeakouluilla on kovaa ja tavoitteena on hankkia parhaimmat pelaajat edustamaan kouluaan. Suuri osa koulujen urheilubudjetista meneekin stipendeihin, urheiluvälineisiin ja -tiloihin sekä valmentajien palkkoihin. Mitä enemmän näihin panostetaan, sitä varmemmin koulusta ponnistaa menestyksekkäitä joukkueita ja huippu-urheilijoita ja tämä tuo taas rahaa takaisin koululle erilaisten televisio- ja mainosrahojen muodossa. Se on myös hyvää mainostusta uusia opiskelevia urheilijoita ajatellen, jotka miettivät jatko-opintoja. (Kissinger & Miller 2009.)

Myös Yhdysvaltojen mallissa on havaittu koulun ja urheilun yhdistämisen vaikeus, vaikka ne ovatkin hyvin paljon sidoksissa toisiinsa. Opiskelijoiden

fyysinen ja henkinen kunto ovat koetuksella, kun tiiviin koulunkäynnin lisäksi lajin parissa voi kulua viikossa yli 20 tuntia. (Kissinger & Watson 2009.) Student athlete eli opiskeleva urheilija on kuitenkin huomioitu erilaisilla ”campus palveluilla”, jotka tukevat opiskelevan urheilijan koulunkäynnin edistymistä, urheiluun osallistumista sekä auttavat tasapainottamaan näiden kahden suhdetta. Tutkimuksissa on joka tapauksessa selvinnyt, että tiukkojen aikataulujen ja tavoitteiden sekä ulkopuolisten paineiden takia, opiskelevat urheilijat suorittavat opiskelunsa alle heidän potentiaalisen tason. (Tull 2009)

Suomalaisia jääkiekkoilija nuoria on etenkin 2010-luvun loppupuolella lähtenyt ennätysmäärä Pohjois-Amerikkaan yliopistoihin yhdistämään urheilun ja opiskelun. Jääkiekkoliiton toimitusjohtaja Matti Nurminen on ilmaissut jääkiekkoliiton huolen tästä ilmiöstä, koska se vaikuttaa muun muassa NHL-siirtokorvauksien mahdolliseen vähenemiseen kärki pelaajien lähtiessä, mikä on taas pois Liiga seurojen taloudesta. (Häyrinen 2016.) Sari Toivosen (2014) Ylen nettisivuilla julkaistussa uutisessa todetaan urheilun ja opiskelun olevan Pohjois-Amerikassa helpompaa kuin Suomessa, mikä on yksi syy houkuttelevuuteen. Uutiseen haastateltu 21-vuotias Ville Runolo kuitenkin linjaa, ettei helppous ole automaatio, sillä opiskelutahdissa on pysyttävä mukana, mutta kokee yhdistämisen olevan helpompaa Yhdysvalloissa kuin Suomessa. Myös oma tavoitteensa, NHL, on ainakin maantieteellisesti lähempänä kuin Suomessa, mutta myös pelillisesti. (Toivonen 2014.)

## 2.5 Urheilu-uran jälkeinen elämä

Monista lähteistä kävi ilmi, ettei urheilu-ura ja sen vaiheet ole ennustettavissa, vaan erilaiset loukkaantumiset kuuluvat urheilijan elämään. Valitettavasti jotkut näistä loukkaantumisista voivat pysäyttää urheilijan uran kokonaan äkillisesti. (Tikkanen 2007, 17,19; Pekkala 2011, 34, 43). Tiedostettu on myös se, että urheilu-uran päättymisen ja todellisen eläkeiän väliin jää kymmeniä vuosia. Urheilu-ura on siis merkittävästi lyhyempi kuin ”normaali” työura. (Härkönen 2014, 54.)

Marko Lempinen nosti loppuvuodesta 2017 esiin Ilta-Sanomien netti artikkelissa urheilijoiden elämän urheilu-uran jälkeen. Sitä varten oli haastateltu muutamia takavuosien urheilijoita, jääkiekko tähti Risto Siltasta, keihäänheiton maailmanmestaria Tiina Lillakia, hiihtäjälegenda Juha Mietoa. Jutussa nostettiin erityisesti esiin urheilijoiden eläke, joka ei kartu urheilu-uran aikana saaduista tuloista. Siltanen kertoo saavansa eläkettä 82 € kuukaudessa, koska ehti urheilu-uran alkuvaiheissa työskennellä hetken aikaa urheiluvälineliikkeessä sekä levyseppähitsaajana. Nämä työt kuitenkin jäivät lyhyiksi pätkiksi, kun Siltasella ei ollut aikaa eikä kiinnostusta urheilun ohella tehdä töitä tai opiskella. Siltanen ehti pelata uransa aikana amerikkalaisessa jääkiekkoliigassa, NHL:ssä, yli 500 ottelua, jonka ansiosta hän saa NHL-eläkettä, ja omien sanojensa mukaan pärjää summalla tarpeeksi hyvin. (Lempinen 2017.)

Vuonna 2004 Suomen Olympiakomitea ja henkilöstöpalvelualan toimija Adecco yhdistivät voimansa ja loivat yhdessä projektin nimeltä Huippu-urheilijoiden uraohjelma. Tämän tarkoituksen on auttaa Olympiakomitean tukipiirissä olevia urheilijoita kuin valmentajiaakin urasuunnittelussa ja työllistymisessä. Etenkin kilpaurheilu-uran jälkeinen aika, jolloin esimerkiksi opiskeltu tutkinto on vanhentunut tai työkokemus urheilun lisäksi puuttuu, auttaa Adecco löytämään oikeat ratkaisut. Tärkeimpinä toimenpiteinä Adecco korostaa suunnitelman rakentamista, omien kykyjen tunnistamista sekä kiinnostuksenkohteiden jäsentelyä ja työnhakuprosessin tukemista. (Adecco 2017a.) Yksi näkyvä kampanja Adeccolla oli syksyllä 2017, kun se nosti entisen jääkiekkoilijan, Tappara puolustaja Pekka Saravon työnhakuprosessin esille. Adeccon sivuilla oli mahdollisuus ehdotta hieman leikkimielisesti paras ammatti Saravolle, ja syyskuussa Tappara järjesti Adeccon kanssa yhteistyössä Saravolle juhlaottelun. (Adecco 2017b.)

### 3 KÄYTTÄJÄLÄHTÖINEN PALVELUMUOTOILU

Tämän opinnäytetyön kulmakivenä on käyttäjälähtöisyys palvelumuotoilun keinoin. Tämä palvelun kehittämisen tapa oli minulle itsestään selvä valinta, koska se palvelee sekä toimeksiantajaani LAMK:ia sekä käyttäjiä, tässä tapauksessa opiskelevia urheilijoita. Olen myös erilaisissa kouluprojekteissa perehtynyt palvelumuotoiluun ja käyttänyt sitä hyödyksi. Tässä luvussa tarkastellaankin lähemmin sitä, mitä palvelumuotoilu on, mitä teke- mistä sillä on käyttäjälähtöisyyden kanssa ja kuinka näitä hyödynnetään uusien palveluiden kehittämisessä.

#### 3.1 Palvelumuotoilu

Miettinen (2011, 21) korostaa palveluiden osuuksien kasvua yrityksissä, jotka ovat perinteisesti olleet teollisia ja kulutustuotteita valmistavia yrityksiä. Myös Tuulaniemi (2013, 18-19) puhuu kirjassaan palveluistumisesta, jolla hän viittaa palveluiden merkityksen kasvuun yhteiskunnassa. Palvelut ovat tulevaisuudessa yritysten henkireikä, ja tippuvat pelistä pois, jos eivät tajua tai pysty hyödyntämään tätä. Toisaalta yksittäiset palvelutkaan eivät välttämättä pysty pitämään yritystä hengissä, vaan on osattava luoda tuotteista ja palveluista kokonaisuuksia. Tuulaniemi (2013, 40-41) käyttää tästä termiä tarjooma. Ne ovat asiakkaille luotuja kokonaisratkaisuja, jotka ratkaisevat ongelman tai tarpeen ja luovat asiakkaalle arvoa. Miettisen (2011, 22) nostama tuotteen ja palvelun yhdistelmä on Applen iPod. Sen lisäksi, että se on fyysinen tuote, tarjoaa se myös palveluja eli tässä tilanteessa laitteen omia sovelluksia kuten iTunes-verkkokaupan, josta voi ladata musiikkia laitteelleen.

Pelkästään sana palvelu voidaan määritellä monesta eri näkökulmasta useilla eri tavoilla. Palvelu on aineeton asia, toiminta tai hyöty, sitä käytetään, mutta ei omisteta. Sen avulla on mahdollista ratkaista joku ongelma. Samalla se voidaan ajatella ihmisten välisenä toimintana, vuorovaikutuksena, mihin liittyy ympäristö ja tavaroita. Palvelua ei voi tuotteen tavoin kuluttaa loppuun, vaan se on prosessi. (Tuulaniemi 2013 59). Tämän takia myös palvelumuotoilu, joka jo itsessään on melko tuore ilmiö, määritellään

lähteestä riippuen monella tapaa. Ensimmäisiä palvelumuotoilussa hyödynnettäviä työkaluja toki syntyi 1970 ja 1980 lukujen taitteessa, mutta itse ajatusmalli vasta myöhemmin 1990-luvulla (Dervojeda, Verzijl, Nagtegaal, Lengton, Rouwmaat, Monfardini & Frideres 2014).

*Palvelumuotoilun ottaminen mukaan palvelunkehitysprosessiin tuo peliin uusia pelaajia, pelipaikkoja ja ymmärrystä siitä, miten pelitaktiikkaa hiotaan kaikkien osapuolten kannalta hyödyllisimmin niin, että sekä palvelun tuottajan ja asiakkaan tarpeet on huomioitu ja ennakoitu (Tuulaniemi 2013, 12).*

Tuulaniemen (2013) mukaan palvelumuotoilu voidaan nähdä ikään kuin hiekkalaatikkona - raameina, jonka sisällä palveluiden suunnittelu tapahtuu. Nämä raamit pitävät sisällään kaikki yhteiset työkalut, kielen ja menetelmät, joita palvelujen suunnittelussa ja liiketoiminnan kehittämisessä käytetään. Palvelumuotoiluun osallistuukin usein eri alojen ammattilaisia kuten käytettävyytutkijoita, analyytikkoja, psykologeja, graafisia suunnittelijoita, sekä myynnin ja markkinoinnin ammattilaisia – ei pelkästään muotoilijoita.

Tässä vaiheessa on myös hyvä ymmärtää mitä eroa on muotoilulla sekä palvelumuotoilulla. Pelkästään muotoilemalla saadaan yleensä aikaan jokin konkreettinen muotoiltu tuote. Se taas menee jälleenmyyntiin asiakkaille. Palvelumuotoilun lopputuloksena taas on palvelu, jonka asiakas ja palveluntarjoaja kuluttavat palvelun aikana. (Tuulaniemi, 2013 64-65). Muotoilijaa kiinnostaa tietää kuinka hänen muotoilema tuote toimii, kun taas palvelumuotoilija korostaa kokonaisvaltaista käyttäjäkokemusta, johon tuotteen lisäksi kuuluu ympäristö, merkitys, joka muodostuu tuotteen käyttämisestä, käyttäjän persoona sekä sosiokulttuurinen konteksti (Miettinen 2011, 26.)

Dervojeda ym. (2004) mukaan palvelumuotoilu on kehittynyt muotoilun ja liiketoiminnan yhdistelmänä, joka lainaa molempien alojen parhaat menetelmät ja työkalut. Suunnittelijan näkökulmasta palvelumuotoilu on prosessi, jossa luodaan uutta tai parannetaan jo olemassa olevaa palvelua kokemuksien kautta. Liiketoiminnan näkökulmasta palvelumuotoilu on joukko työkaluja ja toimintasuunnitelmia, joiden avulla määritellään ja

suunnitellaan liiketoimintaa. Palvelumuotoilun keskiössä on käyttäjä, jolle pyritään luomaan arvoa ja yritykselle näin parempaa kilpailuetua. Palvelumuotoilussa on tärkeää parantaa palveluntarjoajan ja asiakkaan vuorovaikutusta aktiivisella henkilöstön, viestinnän, infrastruktuurin ja aineellisten tekijöiden suunnittelulla ja organisoinnilla. (Dervojeda ym. 2014.)

Satu Miettinen (2011) taas kuvaa palvelumuotoilua ilmiönä, jossa asiakkaiden kanssa tehdään yhteistyötä ja visuaalisuutta käytetään hyödyksi ideoiden kuvaamisessa. Miettinen korosta myös eri alojen ja toimijoiden yhteistyötä, jossa palvelumuotoilu ja etenkin visuaalisuus toimii tärkeänä linkkinä ja auttaa eri ajatusten ymmärtämisessä. (Miettinen 2011.) Yksi keskeinen asia Miettisen (2009) mukaan palvelumuotoilu prosessissa on iteratiivisuus. Usein palveluista luodaan prototyyppejä, rautalankamalleja, joita on helppo testata ja jalostaa. Tämä toimii sykleinä, jossa lopulta luodaan jälleen uusi prototyyppi tai valmis tuote tai palvelu aiemman pohjalta. Prototyyppejä olisi hyvä testata asiakkailla, jolloin sen todellinen kannattavuus ja arvo asiakkaille näkyvät. (Miettinen 2009.)

Yksi yhteinen tekijä kaikissa lähteissä oli työkalujen, -välineiden ja erilaisten menetelmien tuominen esiin. Yleensä nämä ovat visuaalisia kuvauksia, jossa esimerkiksi hahmotetaan aluksi kokonaiskuva, josta voidaan taas tarkentaa pienempiin yksityiskohtiin. Etenkin palveluun liittyvät aineettomat osat saadaan näiden työkalujen kautta tarkasteltaviksi. (Tuulaniemi 2013, 25-27.) Tällaisia visuaalisuuden keinoja voi olla muun muassa kuvakertomus videoiden ja piirustusten avulla, prototyyppien luominen tai pienoismallien rakentaminen (Miettinen 2011, 21). Työkalujen lähtökohtana tulisi olla asioiden helpompi ymmärrettävyys ja hahmottaminen yksinkertaisemmin. Muita yleisiä työkaluja on muun muassa service blueprint, palvelupolku ja asiakasprofiilit. (Airaksinen 2017.) Service blueprint on työkalu, jolla voi selvittää kaikki tärkeät osat palvelun tuottamisen kokonaisuudessa. Sen avulla voidaan hahmottaa asiakkaalle näkyvän palvelun lisäksi kaikki muut siihen vaikuttavat taustatekijät ja mahdolliset ulkoiset kumppanit. Front office termiä käytetään kuvaamaan asiakkaalle näkyvää osaa, ja back stage on asiakkaalle näkymättömät, mutta palvelun tuottamisen kannalta olennaiset toimenpiteet. (LSC Handbook 2018.) Palvelumuotoilun

työkaluja on usein myös koottu palvelumuotoilua helpottamiseksi työkalupakiksi. Näitä on esimerkiksi julkaissut Suomessa Jyväskylän Ammattikorkeakoulu (2012) ja Espoon kaupungin sivistystoimi (2017). Nämä työkalupakit pitävät sisällään juurikin visuaalisia apuvälineitä, joiden avulla voidaan esimerkiksi hahmottaa niin yrityksen tai palvelun nykytila, määritellä ratkaistava ongelma, ideoida ja mallintaa palvelua (Espoon kaupungin sivistystoimi 2017).

Monista eri lähteistä kuitenkin löytyy hieman eri näkökulmasta määritelmä palvelumuotoilulle. Mutta niin kuin Tuulaniemikin (2013) toteaa, määrittely on haastavaa, mutta ei suinkaan mikään itseisarvo. Kenttä on laaja, eikä tarvitse olla mitään tiettyä yksiselitteistä tapaa määritellä palvelumuotoilua. Tämä antaakin saumat olla innovatiivisia, kehittää uutta, luoda uusia ajatuksia ja katsoa pelikenttää monesta eri kulmasta. Yhteinen tavoite – maali – asiakkaan voittaminen puolelleen on tärkeintä palvelumuotoilussa. (Tuulaniemi 2013, 12.)

Palvelumuotoilusta keskusteltaessa puhutaan siis toimintatavasta, ilmiöstä. Lähtökohtana ja kaiken keskiössä on asiakas, jonka kanssa usein yhteistyössä suunnitellaan ja kehitetään palvelua. Näiden apuna on erilaisia työkaluja, jotka kuvataan monesti visuaalisesti, jotta jokaisella prosessiin osallistuneella on mahdollisuus ymmärtää. Seuraavassa luvussa käydään tarkemmin läpi sitä, mitä käyttäjälähtöisyys on.

### 3.2 Käyttäjälähtöisyys palveluiden suunnittelussa

Ensimmäisen kerran 1970-luvulla huomattiin, että aito käyttäjien tarpeiden ymmärtäminen ja huomioiminen tuotteessa tai palvelussa, oli merkittävin menestystekijä. Tulokset saatiin vertailemalla kymmeniä eri osa-alueita menestyneiden ja epäonnistuneiden teknologiaprojektien osalta. (Hyysalo 2009, 12.) Käyttäjälähtöisyys on yritystasolla halua ymmärtää asiakasta eli käyttäjää, ymmärtää hänen tarpeitaan ja tietää miksi näin on. Tutkiessa käyttäjälähtöisyyttä, on hyvä unohtaa aikaisemmat olettamukset asiakkaasta, jotta niitä ei sotkettaisi todellisiin asiakkaan mielipiteisiin ja tarpeisiin. (Korkman & Arantola 2009, 7.) Käyttäjälähtöisessä suunnittelussa

asiakas tai käyttäjä otetaan mukaan projektiin tiedon lähteinä, innoituksen luojana tai aktiivisena osallisena suunnitteluun (Jyväskylän Yliopisto 2017).

Asiakastutkimuksissa joissa halutaan ymmärtää asiakkaiden tarpeita ja toiveita käytetään kvalitatiivisia eli laadullisia tutkimuksia ja kvantitatiivisia eli määrällisiä tai näiden kahden yhdistelmää. Kvalitatiivisista tutkimuksista saadaan usein kasvatettua yrityksen asiakasymmärrystä, ja sopiikin näin ollen paremmin erilaisiin palvelumuotoilun keinoin toteutettaviin projekteihin, tuotteisiin ja palveluihin. Kvantitatiivinen tutkimus vastaa enemmänkin kysymykseen palvelun tai tuotteen onnistumisesta kehitystyön jälkeen. Markkinatutkimuksista ja asiakaspalautteista saatava tieto voi olla pohjana asiakasprofiileita luodessa tai tarkasteltaessa asiakkaiden kulutustottumuksia tai brändimielikuvia, mutta näiden tietojen varaan ei kannata pohjata palvelujen suunnittelua ilman laajempaa asiakasymmärrystä. (Tuulaniemi 2013, 142-144.)

Palvelu, niin kuin aikaisemmin mainitsin, on vuorovaikutusta. Vuorovaikutus syntyy palvelun tarjoajan ja vastaanottajan eli asiakkaan välille – ilman asiakasta ei olisi palvelua. Tästä syystä saksalaisen palvelumuotoiluajattelun asiantuntijan Marc Stickdornin (2011) viiden palvelumuotoilun periaatteen ensimmäinen kohta on ”It is user-centred” eli se on käyttäjälähtöistä. Asiakkaita voi tarkastella erilaisten tilastoiden kautta kuten ikä, sukupuoli ja asuinpaikka. Näiden perinteisten tietojen lisäksi palvelumuotoilussa on tärkeää oppia tuntemaan asiakas eli käyttäjä pintaa syvemmältä – hänen käyttäytyminen, tottumukset, motivaatio, kulttuuri ja sosiaalinen konteksti. Käyttäjälähtöisyydessä on siis laitettava asiakas koko prosessin keskelle ja astuttava tämän kenkiin, jotta voimme oikeasti tietää, mitä hän palvelultaan haluaa ja ei halua. (Stickdorn 2011, 28-29.)

Koko suunnittelu tuotteen tai palvelun osalta pitäisi pohjautua käyttäjätutkimukseen, ja tämä tulisi ajoittaa heti projektin alkuvaiheisiin. Hyysalo (2009, 14) antaa esimerkin tuotesuunnittelusta, jossa luotiin ensimmäiseksi tekninen puoli laitteesta, julkaistiin markkinoilla ja vasta tämän jälkeen tehtiin käyttäjätutkimusta laitteen toimivuudesta ja luotettavuudesta



käyttäjän näkökulmasta. Projekti kesti yhteensä kuusi vuotta, joista jälkimmäiset kolme vuotta laite oli ikään kuin keskeneräisenä markkinoilla, alttiina kilpailijoiden kopioinnille ja näin ollen menetti tärkeän kilpailuetunsa. Palvelu – tai tässä tapauksessa tuote – perustui pelkkiin suunnittelijoiden olettamuksiin, eikä todelliseen tietoon siitä, mitä tarpeita tai mahdollisia toiveita asiakkaalla oli. (Hyysalo 2009, 14.) Toisaalta on kuitenkin hyvä muistaa se, että asiakkaalla itsellään ei aina ole käsitystä esimerkiksi uudesta tekniikasta, ja näin ollen hänellä ei ole selkeää kuvaa tekniikan tuomista mahdollisuuksista, omista tarpeistaan tai toiveista (Kinnunen 2004, 42).

Hyysalo korostaa myös, ettei käyttäjätieto ja sen keruu saa olla tuotteen tai palvelun kehityksessä itseisarvo, ja joitain asioita on mahdollista suunnitella ja kehittää aiemman tiedon, ”näppituntuman” ja markkinoiden tutkimisen pohjalta. Tärkeintä käyttäjätiedon keruu on siinä vaiheessa, kun tuotteeseen tai palveluun tulee suuria muutoksia tai uudistuksia asiakkaan kannalta, näin voidaan varmistaa, että ne tuovat asiakkaalle lisäarvoa, täyttävät tarpeita ja toiveita. (Hyysalo 2009, 293.) Asiantuntijalähtöinen suunnittelu pohjaa tekemänsä ratkaisut aina omien kokemusten ja asiantuntijuuden pohjalle, toisin kuin käyttäjälähtöisessä suunnittelussa, jossa käyttäjät ovat mukana kehitysprosessissa tasavertaisina jäseninä. Käyttäjän rooli on käyttäjälähtöisessä suunnittelussa enemmänkin subjektiivisesti objektiivisesti sijaan, toisin kuin asiantuntijalähtöisessä suunnittelussa, jossa asiantuntija edustaa käyttäjää. (Oinonen 2013.)

Vaikka käyttäjälähtöisessä suunnittelussa keskiössä pidetään käyttäjää, asiakasta, on myös hyvä muistaa organisaation rooli. Tuulaniemi (2013) puhuu kaksoisvoitosta, jolla tarkoitetaan sekä asiakkaan että organisaation tyytyväisyyttä suunnitteluprosessista aina valmiiseen palveluun. Asiakasta tulee miellyttää palvelulla, mutta organisaation tulee huomioida omat rajansa esimerkiksi mitata, onko palvelu heille taloudellisesti kannattavaa. Yleisesti katsoen yrityksen kolme tavoitetta ovat: tuloksellinen, tehokas ja erottuva palvelu. Asiakas taas toivoo palvelulta ominaisuuksia, joka hyödyttää käyttäjää, on käytettävä ja johdonmukainen sekä tietysti haluttava. Näiden asiakkaan toiveiden ja yrityksen tavoitteiden pitäisi kohdata, jotta voidaan puhua kaksoisvoitosta. (Tuulaniemi 2013, 101-102.)

### 3.3 Palvelumuotoilun työkaluja

Niin kuin aikaisemmissa luvuissa on käynyt ilmi, palvelumuotoilussa käytetään niin sanottuja työkaluja ongelmien, tarpeiden ja toiveiden selvittämiseen, niiden työstämiseen ja lopulta ideoiden ja prototyyppien havainnointiin ja esittämiseen visuaalisesti. Tässä luvussa avaan tarkemmin, mitä työkaluja olen hyödyntänyt tämän opinnäytetyön aikana.

Lähes aina käyttäjätiedon keruussa käytetään jollain tapaa haastattelua tai kyselemistä. Se eroaa arkipäiväisestä keskustelusta olemalla suunnitelmampi ja siinä haastattelija on äänessä vain noin 10-20 % ajasta ja antaa haastateltavan kertoa ja kuvata ajatuksiaan. (Hyysalo 2009, 125.) Haastattelua käytetään palvelumuotoilussa, koska sillä saadaan helposti tietoa käyttäjän ajatuksista, aiemmista kokemuksista tuotteen tai palvelun parissa sekä yleistä ymmärrystä käyttäjän elämästä (Tuulaniemi 2013, 147).

Haastattelut voidaan jakaa erilaisiin lokeroihin esimerkiksi siten, onko se strukturoitu vai strukturoimaton. Strukturoidun haastattelun ominaispiirteitä on valmiit kysymykset, joihin halutaan kaikilta vastaajilta vastaukset esimerkiksi lomakkeelle. Strukturoimaton eli avoin haastattelu taas etenee enemmän vapaan keskustelun kautta haastateltavan ehdoilla, eikä sido mihinkään tiettyihin raameihin. Näiden kahden välimaastossa on tietysti useita muitakin vaihtoehtoja, joista käytetään nimitystä puolistrukturoitu. Yleisin puolistrukturoitu menetelmä on teemahaastattelu, jossa jonkin tietyn teeman ympärille on koottu aiheita. Kysymykset eivät yleensä ole muotoiltu kaikille haastateltaville samoilla sanoilla ja järjestyskin voi vaihdella. (Tiittula & Ruusuvuori 2005, 11-12.) Joustavuutensa ansioista teemahaastattelu onkin hyvä, koska haastattelun aikana voidaan esimerkiksi tehdä tarkentavia kysymyksiä, palata tai nostaa haastattelun aika nousseen yllättävän asian tarkasteluun lähemmin (Hyysalo 2009, 132). Teemahaastattelussa haastateltavilla on usein jotain yhteistä, ovat olleet teemaan liittyvässä tilanteessa tai ihan vain jokin arkipäiväinen asia (Hirsijärvi & Hurme 1991, 36). Usein teemahaastatteluja tehdään enemmän kuin yksi kierros.

Näin seuraavalla kierroksella voidaan tehdä esimerkiksi tarkentavia kysymyksiä aiheista, joita ei osattu ensimmäisellä kertaa huomioida. (Hyysalo 2009, 132.)

Työpajatyöskentelyssä on kyse yhteissuunnittelusta, joka on yksi ominainen piirre palvelumuotoilussa. Työpajat ovat etenkin suunnitteluprosessin alkuvaiheessa oiva tapa osalistaa niin alan asiantuntijat kuin palvelun käyttäjät mukaan löytämään mahdollisia ongelmia, kehitysehdotuksia sekä uusia näkökulmia. (Mattelmäki & Vaajakallio 2011, 80-81.) Työpajatyöskentelyssä yhteistyö käyttäjien kanssa auttaa organisaatiota saamaan tietoa, jota ei muuten olisi osannut ottaa huomioon. Organisaatio kuulee suoraan käyttäjiltä heidän mielestään tärkeimmät ominaisuudet palvelulta (tai tuotteelta) ja voivat näin panostaa niihin. (Hyysalo 2006, 88.)

Kun työpajoja lähdetään suunnittelemaan, on tärkeää laatia jokaiselle työpajalle tavoitteensa. Samalla kuitenkin varmistettava, että ne toimivat kokonaisuutena jatkuen siitä mihin viimeksi jäätiin. Työpajojen tulisi olla mahdollisimman yksinkertaisia ja suunnittelussa tulisi ottaa huomioon kuhunkin vaiheeseen menevä aika tarkasti mutta kuitenkin joustavasti. Työpajaan osallistujien määrä tulee tarkkaan harkita, alle neljän osallistujan työpajoja tulee harkita tarkkaan, koska suunnittelemattomat poissaolot saattavat pienentää ryhmää entisestään. Yli 12 osallistujan työpajat yleisesti ottaen tarvitsevat entistä järjestelmällisempää suunnittelua ja työpajatyöskentelyä pienemmissä ryhmissä. (Palvelun tuotteistaminen 2017.) Työpajan rakenne noudattaa yleisesti kaavaa, jossa ensiksi avataan tilaisuus sen tavoitteiden esittelyllä, tämän jälkeen osallistujien virittäytyminen aiheeseen, siitä seuraa varsinainen yhteissuunnittelu, jonka jälkeen on loppukeskustelu (Mattelmäki & Vaajakallio 2011, 81). Yleisestä mallista huolimatta työpajoja voi erilaisten menetelmien ja metodien avulla muokata tarpeisiin sopivaksi. On hyvä kuitenkin miettiä, tukeeko valitut metodit aiemmin asetettuja tavoitteita, jotta fokus ja punainen lanka säilyvät. (Laakso & Lehtinen 2014, 15.)

Käyttäjä- tai asiakasprofiilit ovat työkaluja, jotka auttavat suunnittelijoita ymmärtämään konkreettisemmin sitä, minkälaiset käyttäjät heidän palveluitaan tällä hetkellä käyttää ja miksi, mutta toisaalta myös keille muille niitä voisi suunnata (Tuulaniemi 2013, 156). Käyttäjäprofiilit muodostuvat aikaisemmin mainitusta käyttäjätiedosta, josta ilmenee käyttäjän toiveita ja kokemuksia. Näiden profiilien avulla voidaan huomata ja ymmärtää eroja käyttäytymisessä ja tarpeissa, jotka muodostuvat saman asiakassegmentin sisällä. (Miettinen 2011, 14.) Profiileita voidaan hyödyntää projektin alkuvaiheessa suunnitteluun ja ideointiin, mutta myös palvelukonseptointiin ja palveluiden kohdentamiseen (Tuulaniemi 2013, 156).

Heikkinen (2013) korostaa käyttäjäprofiilien olevan visuaalisia, mutta ei kuitenkaan erityisen tarkka kuvaus potentiaalisesta asiakkaasta. Profiilin on hyvä tuoda esiin käyttäjän persoonallisuutta sekä joitain tiettyjä yksityiskohtia kuten sukupuoli, ikä, päämäärät ja taidot. Tärkeää myös olisi, että profiileita pystyisi vertailemaan keskenään eli ne vastaisit samoihin kysymyksiin. Profiileista voi luoda myös laajemman tarinan, jossa samat asiat käyvät ilmi kerronnallisesti. Vaikka profiilit ovat mielikuvituksellisia ihmisiä, tulisi kaiken silti pohjautua faktaan – hankittuun käyttäjätietoon. (Heikkinen 2013.)

Palvelupolku on kokonaiskuva palvelusta ja sillä kuvataan asiakkaan kulukema reitti palvelussa. Polun avulla palvelu voidaan jakaa pienempiin osiin ja kohdentaa palvelutuokioihin ja kontaktipisteisiin. Näin mahdollisiin ongelmiin on helpompi päästä käsiksi, kun palvelupolun avulla palvelu voidaan rajata osahaasteisiin. Usein palvelupolku jaetaan kolmeen vaiheeseen: esipalvelu, ydinpalvelu ja jälkipalvelu. Esipalvelussa kuvataan asiakkaan toimia ennen varsinaista palvelu esimerkiksi tiedon haku internetistä. Ydinpalvelussa tapahtuu itse palvelu, ja jälkipalvelua voi olla esimerkiksi palvelun jälkeinen yhteydenotto asiakaspalautteen muodossa. (Tuulaniemi 2013, 78-79).

Palvelupolkua ei pidä sekoittaa palveluketjuun, jolla kyllä käytännössä havainnoidaan samaa asiaa – asiakkaan matkaa palvelussa. Palveluketju kuitenkin näkee asiakkaan enempi yhtenä liikuteltavana massana, jota voi

ohjata, kun taas palvelupolun ajatuksena on jokaisen asiakkaan oma yksilöllinen polku. Miettinen (2011) antaa esimerkin lentomatkan varaamisesta, jonka voi suorittaa niin yhtiön internetsivuilla kuin fyysisessä matkatoimistossa. Näin on olemassa jo kaksi yksilöllistä tapaa varata lentomatkata, ja nämä yksilölliset piirteet tulisi palvelua suunniteltaessa ottaa huomioon asiakkaiden tarpeita vastaaviksi. (Miettinen 2011, 49-50.)

Harri Vainio käyttää artikkelissaan palvelupolusta nimitystä asiakaspolku ja kuvaa sitä hieman kriittisesti palvelumuotoilijoiden populismina – yksinkertaistettuna mallina siitä, kuinka asiakas palvelun aikana käyttäytyy. Vainion mukaan usein nämä polut ovat kuitenkin palvelun tarjoajan unelmia siitä, kuinka asiakas tietyissä tilanteissa käyttäytyy eikä vastaa niinkään todellisuutta. Hän myös kritisoi palvelupolun liiallista käyttämistä, mikä ei johda kuin fokuksen katoamiseen ja turhaan työhön. (Vainio 2017.)

Lean Service Creation -työkortit (LSC) on palvelumuotoilun, käyttäjälähtöisen kehittämisen sekä lean-ajattelun kokoava menetelmä (Futurice 2017). Se koostuu julisteen omaisista työkorteista, joista jokainen auttaa pohtimaan, ideoimaan, kyseenalaistamaan, helpottamaan yhteiskehitystä, ratkaisemaan ongelmat, sekä luomaan konkreettisia ratkaisuja palvelun tai yritysideoan kehittämiseen. LSC:n avulla voi helposti esitellä työn etenemisen vaiheita, yksi työkortti kerrallaan. LSC käsikirjassa kuitenkin korostetaan, että nämä kortit eivät vielä itsessään ole mielettömiä, vaan ne tarvitsevat luovan ja tuloksellisen ajattelutavan, jotta saat niistä kaiken hyödyn irti. (Sarvas, Nevanlinna & Pesonen 2017.)

## 4 OPPIMISPOLUN KÄYTTÄJÄLÄHTÖINEN SUUNNITTELUPROSESSI

Tässä luvussa käydään tarkemmin läpi urheilijan oppimispolun suunnitteluprosessia. Selkeyden vuoksi prosessin sisältämät kaksi työpajaa ja niiden tuloksen ovat jaettu omien otsikoiden alle. Ensimmäisen työpajan tavoitteena oli kerätä mahdollisista käyttäjistä tietoa, josta syntyi käyttäjäymmärrys. Toisen työpajan painopisteenä oli ensimmäisessä työpajassa syntyneiden ideoiden testaus ja hiominen.

### 4.1 Käyttäjäymmärryksen kokoaminen

Palvelumuotoilulle ominaiseen tapaan käyttäjät asetettiin tässä projektissa tarkastelujen keskiöön. Tyypillisten käyttäjäpiirteiden, iän ja sukupuolen lisäksi, haluttiin kuulla käyttäjien aikaisempia kokemuksia sekä niiden kautta johdatella ideoinnin pariin. (Stickdorn 2011, 28-29.) Hyysalon mukaan käyttäjälähtöisessä suunnittelussa käyttäjäymmärryksen kokoaminen tulisi ajoittaa heti projektin alkuvaiheeseen, jotta tuote- tai palvelukehitys pohjautuisi tämän tiedon, eikä olettamuksen varaan. (Hyysalo 2009, 14.) Tästä johtuen urheilijan oppimispolun ensimmäinen työpaja ajoittui heti projektin alkumetreille, jotta kehitystyössä osattaisiin lähteä oikeaan suuntaan.

#### 4.1.1 Ensimmäinen työpaja

Käyttäjätietoa ja -ymmärrystä lähdettiin keräämään ensimmäisessä työpajassa, joka järjestettiin toukokuussa 2017. Työpajan olivat suunnitelleet muut projektiryhmäläiset, ja oma roolini oli havainnoida jokaisen ryhmän työskentelyä ja keskustelua, sekä tarvittaessa osallistua tai tuoda toisten ryhmien näkemyksiä mukaan. Osallistujat olivat ennalta jaettu kolmeen kolmen hengen ryhmään, joihin kaikkiin oli varattu projektiryhmästä ryhmän vetäjät toimien niin haastattelijoina kuin keskustelun ohjaajina. Koska kyse oli teemahaastattelun ja ryhmäkeskustelun yhdistämisestä, nähtiin järkevänä nauhoittaa jokaisen ryhmän keskustelut. Näin keskustelu saataisiin pidettyä luontevana, ilman ylimääräisiä taukoja tai muistiinpanoja (Hirsjärvi & Hurme 2001). Muistiinpanot olisivat olleet muutenkin hieman

huono apuväline tässä tilanteessa, koska puolet keskittymisestä olisi mennyt niiden tekoon, eikä kaikkea kuulemaansa voi sanasta sanaan kuitenkaan kirjoittaa.

Työpajassa keskityttiin toisaalta haastattelun tavoin kysymään jokaiselta osallistujalta samat kysymykset, kuten minkä lajin edustaja ja sen ominaispiirteet, mutta samalla herättämään aiheesta keskustelua muiden ryhmäläisten kanssa. Ryhmän vetäjä toimi siis niin haastattelijana kuin keskustelun vetäjänä, joka tarvittaessa ohjasi keskustelua oikeaan suuntaan (Valtonen 2005, 223-224). Työpajoissa ei käytetty kovin strukturoituja kysymyksiä, koska tarkoitus ei sinällään ollut vertailla vastauksia keskenään, vaan kuulla osallistujien aikaisempia kokemuksia sekä uusia ajatuksia ja kehitysehdotuksia. Toisaalta Hyysalo (2009) tuo esiin, sen mitä enemmän tiedämme haastateltavien tietävän jo etukäteen aiheesta, sitä helpompi kohdennettuja tarkentavia strukturoituja kysymyksiä on kysyä. Usein myös aiheet, joista etukäteen tiedetään tarvitsevan tietoa ei olekaan se suurin ongelma, vaan aiheet joita ei ole osattu ajatella tärkeiksi. Ryhmähaastattelun etu on se, että usein yhden henkilön vastaus saattaa herättää toisessa ryhmän jäsenessä ajatuksia, jotka eivät olisi syntyneet ilman tätä vuorovai-  
kutusta. (Hyysalo 2009, 129, 132.)

Työpaja järjestettiin lähes kaikille tutussa rakennuksessa, FellmanniCampuksella ja se aloitettiin yhteisellä infolla, jonka aikana tarjottiin ruokaisaa salaattia ja kahvia. Tarjottavissa oli otettu huomioon osallistujien urheilutausta, ja haluttiin tarjota kevyttä terveellistä syötävää. Aloituksessa kerrottiin osallistujille hieman taustaa projektista ja työpajan ohjelma. Kaikki pääsivät myös vuoroillaan esittelemään itsensä, niin osallistujat kuin työpajan vetäjät.

Varsinainen ryhmätyöskentely oli jaettu kolmeen osaan ja se alkoi hieman aiempaa laajemmalla esittelykierroksella, jossa osallistujia pyydettiin kertomaan omasta lajistaan, sen ominaispiirteistä ja kausirytmistä. Avauskysymysten on usein hyvä olla helposti vastattavia haastateltavan näkökulmasta mielenkiintoisia kysymyksiä (Hirsjärvi ym. 2001, 107). Osallistujille

annettiin kynää ja muistilappuja, sekä hetki aikaa miettiä, jotta kaikki heidän mielestään oleellinen tulee sanotuksi. Jo tämä aihe herätti joissain osallistujissa ajatuksia ja keskustelua urheilun ja koulun yhdistämisestä, mikä oli suotavaa, eikä keskustelua pyritti rajoittamaan. Toinen osio koski urheilun ja koulun yhdistämisen haasteita ja onnistumisia omien kokemusten pohjalta. Osa osallistujista oli vielä opiskelijoita ja heillä saattoi olla tuoreemmassa muistissa asiat kuin niillä, jotka olivat vuosia sitten valmistuneet. Tämän takia osallistujille annettiin jälleen hetki aikaa kirjata muistilapuille ajatuksiaan. Kun vastauksia alettiin käymään ryhmissä lävitse, syntyi niistä hyvää keskustelua, paljon samaistumisia mutta myös erilaisia kokemuksia. Näistä teemoista päästiin luontevasti siirtymään työpajan kehittämisosioon, jossa haluttiin kuulla urheilijoiden kehittämis ehdotukset koulun ja urheilun yhdistämiseksi. Tämä oli vapaamuotoista keskustelua, jota ryhmän vetäjä tarvittaessa ohjeisti, kommentoi ja vei eteenpäin. Työpajan tuotoksena jokainen ryhmä teki kolmesta viiteen ehdotusta heidän mielestään tärkeistä työpajan aikana esiin nousseista aiheista, ja ne esiteltiin kaikkien ryhmien läsnä ollessa.

#### 4.1.2 LSC-työkortit

Hyödynsin LSC-työkortteja koko urheilijan oppimispolun projektin ajan. Sen avulla tarkasteli lähtökohtia, piirsin suuntaviivat kehittämiselle, muotoilin käyttäjäprofiilit sekä loin arvolupauksen ja prototyypit. Työkortteja oli yhteensä 19, mutta kaikkia kortteja en nähnyt tarpeelliseksi täyttää. Tämä johtui osittain muun muassa siitä, että urheilijan oppimispolku ei ole normaali rahalla ostettava palvelu, joten kaikki kortit eivät sopineet tähän kehittämistyöhön. Myös segmentointi korttia sovelsin, luomalla kolmen sijaan neljä käyttäjäprofiilia vastaamaan paremmin kehittämistyön vaatimaa yksilöllisyyttä. Jalostin käyttäjäprofiilit myös laajemmiksi, enemmän tarinallisemmiksi, jotta niihin olisi urheilijoiden helpompi samaistua. LSC-työkortit toimivatkin tässä työssä enempi ohjenuorana, projektin punaisena linkkana, joita seurasin etenemisen mukaan, mutta ei noudatettu jokaista kohtaa kirjaimellisesti. Käytin tässä työssä LSC-työkorttien suomenkielistä versiota, joka sisältää samat työkortit, mutta sisällöltään huomasin hieman



poikkeavuuksia. Tämä ei mielestäni kuitenkaan vaikuttanut työhöni millään tavalla.

LSC-työkorttien ensimmäinen kortti on otsikoltaan ”Liiketoiminnan tavoitteet ja rajoitteet” (ks. Liite 1), jonka avulla määritellään lähtötilanne. Kortissa vastataan kysymyksiin esimerkiksi siitä, kuinka tiedetään, että tavoitteissa on onnistuttu ja mitkä tekijät rajoittavat suunnittelua. Kortin keskellä on pääkysymys ”Mitä ongelmaa olemme ratkaisemassa?”, ja siihen tartuin ensimmäisenä. Näiden kysymysten asettaminen loi pohjan omalle työlleni ja tutkimuskysymyksilleni. Tavoitteiden määrittämisen pohtiminen auttoi pääsemään sisään projektiin ja ymmärrystä siitä, mitä olemme tekemässä. Toinen kortti ”Perehtyminen” (ks. Liite 2) sisälsi eri näkökulmia aiheeseen esimerkiksi kilpailijoista, asiakkaista ja liiketoiminnasta. Tämä kortti auttoi ymmärtämään aihetta laajemmin ja etenkin kilpailijoihin tutustuminen toi uutta näkökulmaa siihen, mitä kaikkea on tarjolla ja voidaanko jotenkin hyödyntää jo valmiina olevia käytäntöjä. Toisaalta pitää myös ajatella sitä, kuinka tulisi erottua kilpailijoista.

Kolmatta korttia nimeltä ”Data” (ks. Liite 3) täytin koko projekti ajan aina uusien asioiden esille noustessa. Siinä korostuu etenkin työpajoista kootut tiedot. Tämä oli vaikea kortti siinä mielessä, että tietoa kertyi reilun puolen vuoden aikana paljon, eikä yksinkertaisesti kaikkea muistanut kirjoittaa tähän ylös. Tiedon määrä näin laajassa projektissa on myös valtava, joten sen kaiken mahduttaminen tekstiruutuihin olisi tullut haasteelliseksi, eikä välttämättä olisi ajanut enää samaa asiaa. Tämän kortin lisäksi, tein molemmista työpajoista erilliset yhteenvedot, joihin kaikki tärkeimmät asiat ovat listattuna. Myös tämän opinnäytetyön tietoperustaa käytin hyödyksi kokoamalla sitä työkorttiin.

Seuraavan kortin ”Segmentointi” (ks. Liite 4) tavoitteena on rajata asiakas-kunta, käyttäjät, tuoda esille niiden yhteisiä piirteitä mutta samalla segmentoida niistä omat käyttäjäprofiilit. Tässä kortissa ei mennä kauhean pitkälle käyttäjäprofiilien personoinnissa, minkä vuoksi loin neljä laajempaa käyttäjäprofiilia, jotka esitellään seuraavassa luvulla.

### 4.1.3 Käyttäjäprofiilit

Urheilijan oppimispolun ensimmäisestä työpajasta kerätyn aineiston pohjalta loin neljä käyttäjäprofiilia, kuvaamaan mahdollisia käyttäjiä – opiskelevia urheilijoita. Etenkin ensimmäistä osiota, jossa osallistujaa pyydettiin kertomaan omasta lajistaan, hyödynsin profiilien teossa. Visuaalisen ilmeen profiileihin tuo kuvat sekä asettelu posterimaiseksi julisteeksi.

Profiileissa on otettu huomioon yksilöllisyys niin urheilulajin kuin opintojenkin suhteen. Niissä heijastuu myös ennen – aikana – jälkeen -ajattelu, sillä yksi on kiinnostunut hakemaan opiskelemaan korkea-asteelle kaksi opiskelevat ja yksi henkilöistä on jo valmistunut ammattikorkeakoulusta. Urheilulajeista mukana on joukkuelaji jalkapallo ja yksilölajeina judo, mäkihyppy sekä yleisurheilu. Vaikka yksilö- ja joukkuelajien edustajat ovat epätasapainossa, on myös mäkihypyssä ja judossa otettava huomioon seuran tai harjoitusryhmän aikataulut, sillä judoka tarvitsee usein lajiharjoituksissa parin sekä mäkihyppääjä ei voi vain kiivetä mäkihyppytorniin silloin kun huvittaa. Lajien kausirytmissä on myös huomattavia eroja, joka on tarkoituksen mukaista, jotta saadaan mahdollisimman laaja kuva siitä, mitä kaikkea on otettava huomioon oppimispolkua suunniteltaessa.

Profiilit eivät kerro suoraan kenenkään tietyn työpajaan osallistuneen urheilijan taustoista yksityisyyden suojan säilyttämiseksi. Yhdessä profiilissa on vaikutteita useamman urheilijan kertomista asioista, ja joitain asioita on muutettu, siten etteivät ne vaikuta kuitenkaan oppimispolun suunnittelussa virheellisiin tulkintoihin.

**Mika Mäkihyppy** -käyttäjäprofiili (ks. Liite 5) sijoittuu aikaan, kun urheilija vasta harkitsee opiskelujen aloittamista. Mika asuu paikkakunnalla, jossa hänen lajillaan mäkihypyllä ei ole hänen mielestään tarpeeksi laadukasta valmennusta. Hän näkee Lahden alueen olevan ideaali niin valmennuksen kuin opintojen suhteen, ja onkin harkinnut hakevansa Lahden ammattikorkeakouluun fysioterapeutin linjalle. Työpajassa esiin nousseet ryhmätyöt ja

pitkät istumiset koulussa huolettavat Mikaa urheilun ja koulun yhdistämisessä. Mäkihypyn kausirytmä ja harjoitusten ominaispiirteet ovat peräisin työpajan aineistosta.

**Yasmin Yleisurheilu** (ks. liite 6) ajoittuu käyttäjäprofiileista aikana-kohdtaan, koska opiskelee Lahden ammattikorkeakoulussa matkailuliiketoimintaa. Moni urheilija kertoi ensimmäisessä työpajassa viettävänsä urheilun takia useita viikkoja ulkomailla erilaisilla leireillä ja kansainvälisissä kiisoissa. Tästä syystä urheilu on vienyt myös Yasminia usein ulkomaille ja on kiinnostunut matkailualasta. Lajin luonteen kuvaus harjoituksista, kisa-kauteen ja leirityksiin ovat peräisin työpajasta. Ajatus siitä, ettei ole haluttu ryhmän jäsen ryhmätöissä poissaolojen vuoksi nousi myös esiin erään työpajaan osallistuneen urheilijan ajatuksista. Ulkomaille vaihtoon lähtö herätti keskustelua urheilijoissa työpajoissa ja etenkin matkailualalle ominainen piirre nousi Yasminin profiilissa esiin.

Aikana-kohdan toinen urheilija on **Jani Jalkapallo** (ks. liite 7), joka pelaa ammattitasolla jalkapalloa. Jalkapallon lisäksi Jani opiskelee Lahden ammattikorkeakoulussa liiketaloutta tavoitteena päästä työskentelemään urheilu-uran jälkeen myynnin ja markkinoinnin parissa. Joukkuelajina jalkapallo vaatii aina osallistumisen joukkueen harjoituksiin, ja tämän takia poissaoloja kertyy Janille jonkin verran. Harmaita hiuksia myös Janille aiheuttavat ryhmätyöt, joista saa ajoittain kuulla palautetta ryhmäläisiltään. Jalkapallon kiireisin jakso painottuu keväälle, jolloin valmistaudutaan kesän otelukauteen. Myös nämä jalkapallon ominaispiirteet ovat peräisin työpajasta.

Viimeisenä on **Julia Judo** (ks. Liite 8), joka on jo valmistunut Lahden ammattikorkeakoulusta tieto- ja viestintätekniikan alalta insinööriksi. Opiskelun ohella Julia harjoitteli ammattimaisesti lajiaan judoa ja tähtäsi Olympialaisiin. Koska urheilijat eivät olleet tekniikan alalla Julian opiskelujen aikaan tuttu näky, koki Julia olevansa hieman ulkopuolinen. Myös opettajilta saatu tuki ja ymmärrys olivat vaihtelevaa. Parhaimmillaan se oli mahdollisuus omaan opinnäytetyöseminaariin osallistuminen etänä, koska oli tärkeällä ulkomaanleirillä juuri silloin. Vaikka judo on käytännössä yksilölaji,

harjoitukset muodostuvat seuran urheilijoista, koska pari on usein välttämätön. Tämä ja muut profiilissa mainittavat judon ominaispiirteet ovat lähtöisin työpajasta.

Profiilien lisäksi nauhojen kuuntelun jälkeen tein yhteenvedon työpajassa esille nousseista aiheista, jotka mukailivat hyvin pitkälti jo profiileissa esille nousseita aiheita. Profiileista voi siis päätellä, että urheilijat kokivat opiskelun ja urheilun yhdistämisen mahdolliseksi, mutta ei ilman ylimääräistä ponnostusta ja vaivannäköä. Lähes jokainen listasi ryhmätyöt ja niihin osallistumisen haasteeksi, jonka koki epäreiluksi itsensä ja toisten ryhmäläisten kannalta. Tämä, useat poissaolot sekä erilaisiin opiskelijatapahtumiin osallistumattomuus urheilun takia aiheutti tunteen ulkopuolisuudesta. Työharjoittelupaikkojen hankinta ja niiden kanssa sopiminen joustavista työajoista sopiminen päästäkseen treeneihin koettiin epämiellyttäväksi ja stressaavaksi etenkin sosiaalipuolen opiskelijat. Pitkät koulupäivät istumisineen eivät ole urheilijalle ideaali tilanne, ja se herättikin paljon keskustelua koulupäivien rakenteesta. Aamuharjoitusten myötä aamutunneille on vaikeuksia ehtiä ja toisaalta iltapäivästä on jo yleensä kiiruhdettava päivän toisiin harjoituksiin.

Jaottelin aiheet työpajan teemoja myötäillen: onnistumiset, haasteet ja kehittämisehdotukset. Tämän jälkeen esittelin ne muulle projektiryhmälle yhteisessä tapaamisessa. Tässä vaiheessa esiin nousi kolme teemaa – joustavuus, yhteisöllisyys sekä verkostot ja yhteistyö – joiden alle kehitysehdotukset jaoteltiin. Joustavuus teema sisälsi muun muassa pohdintaa kursien suorittamisesta verkossa tai tuomalla urheilijanäkökulman kurssin aiheeseen, urheilijastatuksen, urheilijan oman opinto-ohjaajan sekä opintojen suunnittelun. Yhteisöllisyydessä esiin nousi myös urheilijastatus, enempi vertaistuen ja ryhmäytymisen näkökulmasta, yhteiset tapaamiset aamukahvin tai treenien merkeissä, yhteiset aloitusinfot urheilijoille opintojen alussa, urheilijoille omia kursseja, jotka tukevat urheilu-uraa sekä portfolio. Verkostot ja yhteistyö näkökulmasta urheilijan oppimispolku tulisi sisältää mahdollisuuden lähteä ulkomaille vaihtoon urheilijaystävälliseen kohteeseen, urheilijoille kohdennettuja harjoittelupaikkoja sekä tiivistä yhteistyötä seurojen ja lajiliittojen kanssa, projektien, työharjoittelujen

sekä opinnäytetöiden muodossa. Tämän yhteenvedon jälkeen asiat jäivät hautumaan kesän yli, ja urheilijan oppimispolun pariin palattiin vasta syksyllä toisen työpajan merkeissä.

## 4.2 Ajatuksien jatkokehittäminen

Ensimmäisen työpajan olivat suunnitelleet muut projektiryhmäläiset, koska minä hyppäsin kelkkaan mukaan kesken kaiken. Sovimmekin, että minun opinnäytetyöni kannalta olisi hyvä, jos vastaisin toisen työpajan suunnittelusta. Tavoitteeksi asetin tälle työpajalle ensimmäisen työpajan aiheiden syventäminen sekä niiden pohjalta konkreettinen jatkokehittäminen. Tavoite oli myös varmistaa, että ensimmäisestä työpajasta esille nousseet aiheet olivat urheilijoiden mielestä tärkeitä ja antaa heille vapaat kädet tuoda vielä omia uusia ideoita.

### 4.2.1 Toisen työpajan rakentaminen

Urheilijan oppimispolun työpajat sijoittuivat projektin alkuun, jotta voidaan olla varmoja siitä, että lähdetään viemään eteenpäin juuri oikeita asioita. Työpajojen suunnittelussa on tärkeää, että tiedetään kaikkien – tässä tapauksessa molempien – työpajojen tavoitteet, ja että ne toimivat kokonaisuutena jatkuen siitä mihin viimeksi jäätiin (Palvelun tuotteistaminen 2017). Ensimmäisen työpajan pohjalta oli saatu paljon käyttäjäymmärrystä ja tietoa siitä, miten urheilijan oppimispolkua tulisi rakentaa. Toisen työpajan tavoitteena oli tuoda aiemmin nousseet ideat ja ehdotukset uudestaan esille, varmistaa, että ne ovat edelleen osallistujien mielestä tärkeitä ja oikein ymmärrettyjä sekä jatkokehittää näitä entistä konkreettisempaan suuntaan. Toinen työpaja poikkesi ensimmäisestä siten, että opiskelevien urheilijoiden lisäksi haluttiin kuulla myös seurojen edustajien, urheiluakatemian sekä muiden urheilijoita edusravien ajatuksia sekä näkökulmia kehityskohteesta. Tämä ajatus oli noussut esiin jo keväällä työpajan yhteenvedo palaverissa, ja heistä haluttiin muodostaa yksi työpajan ryhmä.

Työpajan suunnittelu lähti osaltani käyntiin perehtymällä ensimmäiseen työpajaan ja sen rakenteeseen. Koin sen toimivaksi ja se mukailikin Mattelmäen ym. (2011) esille nostamaa yhteissuunnittelun kaavaa: aloitus, joka sisältää esittelyn, lämmittely ja virittäytyminen aiheeseen, varsinainen työpajatyöskentely, ryhmien tuotosten esitykset ja loppukeskustelu. (Mattemäki & Vaajakallio 2011, 81). Käytin suunnittelussa aiemmin mainitsemaani palvelupolkua helpottaakseni vaiheiden jäsentelyä ja tilaisuuden hahmottamista. (ks. Liite 9) Vaiheet nimettiin ensimmäisen työpajan tapaan teeman mukaisesti: alkulämpö, treeni #1, treeni #2 ja loppuveryttely. Merkitsinkin jokaiseen vaiheeseen kymmenen minuutin heitoilla siihen kuuluvan ajan ja kirjasin myös tauot ylös, jotta työpaja pysyisi aikataulussaan. Näin työpaja oli suunniteltu yksinkertaisesti ja tarkasti, mutta samalla joustavasti (Palvelun tuotteistaminen 2017). Ensimmäisen työpajan tapaan keskustelut nauhoitettiin.

Toisen työpajan ensimmäisessä suunnittelupalaverissa esittelin oman näkemykseni työpajan kulusta ja harjoituksista. Tapaamisessa palattiin myös ensimmäisen työpajan aikana esille nousseisiin kolmeen teemaan: joustavuus, yhteisöllisyys sekä verkostot ja yhteistyö. Teemat sisälsivät eri määrän ideoita, minkä koimme olevan haasteellista suunnittelemieni harjoitusten toteutuksessa. Jaoin teemojen sisällä olevat aiheet uudestaan ja niistä syntyi uudet kolme kysymysmuotoista teemaa: ”Mitä tukea AMK:lta kaivataan?”, ”Miten saada opinnot etenemään joustavasti ja miten opintoja ja urheilua saadaan yhdistettyä?” ja ” Mitä yhteistyö AMK:n ja eri toimijoiden välillä voi olla?”. Näin saimme jokaiseen kolmeen ryhmään oman teema, joissa oli suunnilleen yhtä paljon aiheita. Viimeinen teema, yhteistyö, oli ennalta sovittu annettavaksi ei-urheilijoille. Tämä toinen paja siis poikkesi merkittävästi ensimmäisestä työpajasta, jossa jokaiselle työpajaryhmälle oli annettu samat kysymykset ja aiheet keskusteltaviksi. Koska tavoitteena oli syventää ideoita, onnistui se parhaiten niin, että kaikille ryhmille omat teemat, joihin perehtyä.

Ensimmäisen työpajan tuotoksena syntyneitä käyttäjäprofiileita haluttiin hyödyntää toisessa työpajassa herättelemällä osallistujien ajatukset tee-

maan, löytää samaistuttavia kohtia sekä peilata työpajassa nousseita ajatuksia näiden kautta. Profiilit oli aseteltu seinälle, kohtiin jossa niitä oli helppo lukea esimerkiksi ruuan oton yhteyden lomassa. Esittelin profiilit alkulämmön omassa osuudessani, jotta kenellekään ei jäänyt epäselväksi niiden tarkoitus. Sivusta seuraajana huomasin lähes kaikkien lukevan profiileita ja osa intoutui keskustelemaan niissä esiin tulleista aiheista ennen varsinaista työpajaa.

Vaikka alkulämpö-kohdassa käytiin lyhykäisyydessään illan tehtävät läpi, avattiin harjoitukset osallistujille tarkemmin työpajan ryhmissä. Koska ryhmän vetäjät eivät olleet itse suunnitelleet harjoituksia, tulostin heille lapun, johon oli kuvattu harjoitusten kulku vaihe vaiheelta. Treeni #1 sovelsin Learning cafe -harjoitusta, jossa jokainen osallistuja pääsee vuorollaan kirjoittamaan teeman johonkin aiheeseen oman ajatuksensa. Tavoitteena rikastuttaa jo olemassa olevia aiheita uusilla konkreettisemmilla ideoilla. Omien ajatuksien esiin tuominen on helpompaa aluksi kirjoittaen, jotta ei kokisi pelkoa tulla tyrmätyksi. Koska kaikki osallistujista eivät olleet ensimmäisessä työpajassa mukana, haluttiin myös olla avoimia uusille ideoille, ja annettiin osallistujille hetki pohtia oman ryhmänsä teemaa. Tämän jälkeen paljastettiin teeman sisältä aiheet, joita jaettiin osallistujille hieman ryhmästä riippuen yhdestä kahteen. Aihe oli kirjoitettu A4 paperille, jonka alapuolelle osallistujat saivat kirjoittaa omia kehitysehdotuksiaan, ja antaa sen sitten seuraavalle. Kun kaikki paperit aiheineen olivat kiertäneet jokaisella osallistujalla, käytiin ne yhdessä keskustellen lävitse. Ensimmäisen harjoituksen viimeisessä vaiheessa tuli valita yksi tai kaksi aiheetta, jotka ryhmä koki tämän teeman osalta tärkeimmiksi, ja näitä lähdettiin jatkokehittämään toisessa harjoituksessa.

Treeni #2 oli ensimmäistä harjoitusta vapaamuotoisempi, jossa tarkoitus oli keskustellen pohtia konkreettisia toimenpiteitä valitun aiheen edistämiseksi. Ryhmän vetäjällä oli tässä tärkeä rooli ohjata keskustelua ratkaisukeskeiseen suuntaan, jotta ideat eivät jäisi vain ajatustasolle. Tässä onnistuttiin vaihtelevalla menestyksellä, toisaalta saatiin vahvistusta sille, että esille nostamamme teemat ja aiheet olivat tärkeitä, mutta se konkretian

aste jota tavoiteltiin, jäi hieman vajaaksi. Kolmas ryhmä, joka sisälsi ei-urheilijoita, toi paljon uusia näkemyksiä esiin, mikä taas johti jo valmiiksi annettujen aiheiden sivummalle jäämiseen. Jälkeenpäin ajateltuna, etenkin tälle ryhmälle olisi pitänyt avata kehittämiskohdetta, urheilijan oppimispolkua ja sen ideaa hieman tarkemmin, jotta yleisen urheilu keskustelun sijaan olisi pysytty enemmän urheilijan oppimispolun kehittämisessä.

Toimin tässäkin työpajassa enemmän havainnoijana, joka kiersi kaikkien kolmen ryhmän välillä. Tärkein tehtäväni oli jälleen kuunnella kaikki nauhat läpi, kirjoittaa keskustelut ylös sekä poimia sieltä tärkeimmät esiin nousseet seikat.

#### 4.2.2 LSC-työkortit

Tässä vaiheessa työtä LSC-työkortit toimivat minulle suunnannäyttäjänä palvelun lopullisessa ideoinnissa ja konseptoinnissa. Dataa oli kertynyt jo niin paljon, että jätin muun muassa yhden kortin välistä, jonka ideana oli tehdä ongelmahaastattelu asiakkaalle. Se ei olisi kahden työpajan jälkeen tuonut enää niin suurta lisäarvoa työlle, että siihen olisi kannattanut käyttää aikaa. Sen sijaan siirryin suoraan korttiin nimeltä ”Ideointi” (ks. Liite 10), jonka tarkoituksena on ensin täyttää sisällä oleva ympyrä käyttäjän positiivisista ja negatiivisista tunteista, ja sen jälkeen löytää näihin ratkaisuja. LSC Handbook (2017) kehottaa tässä vaiheessa kirjoittamaan ylös kaikki mieleesi tulevat ajatukset ja unohtaa ”jossittelut”, jotka vain tukkivat luovuuden kanavat. Vielä tässä vaiheessa ongelmien ratkaisuja ei ole jaoteltu tarkemmin, vaan niitä on listattu ilman järjestystä. Koska kyse on käyttäjälähtöisestä suunnittelusta, suurin osa ratkaisuehdotuksista on peräisin työpajoista saaduista tiedoista. Kun kaikki ideat niin suuret kuin pienet on kirjattu työkortin yläreunan laatikkoon, siirrytään tarkastelemaan niitä työkortin alareunassa sijaitsevien laatikoiden avulla. Pyritään löytämään ne ideat jotka korjaavat ongelmia sekä ideat jotka vahvistavat jo olemassa olevia positiivisia ajatuksia. (LSC Handbook 2017.)

Seuraavassa kortissa ”Konsepti ja arvolupaus” (ks. Liite 11) kootaan ideat yhteen ja aletaan rakentamaan lopullista konseptia. LSC Handbook (2017)



kehottaa tämän kortin aikana palaamaan ensimmäiseen työkorttiin ja pohdintaan, onko ideasi ratkaisemassa aiemmin määriteltyä ongelmaa. Konseptoinnin aikana voi syntyä useita erilaisia versioita, joista tulisi valita yksi, joka vastaa eniten käyttäjien tarpeita. (LSC Handbook 2017). Tässä vaiheessa käytin hyödykseni myös työkorttien ulkopuolelta erilaisia sovelluksia ja menetelmiä ja loin useita hahmotelmia konseptista. Työkortit sisälsivät kyllä kohdan Konseptointi, mutta se tarkasteli enemmän käyttöliittymää ja sen yksityiskohtia, eikä korttiin ollut mahdollista liittää kuvia. Se vuoksi päädyin Wordin avulla tekemään kolme visuaalista rautalankamallia (ks. Liite 12) siitä, mitä urheilijan oppimispolku pitäisi sisällään. Seuraava työkortti olisi pitänyt sisällään omaa arviointia konseptin ja arvolupauksen toimivuudesta, mutta halusin tehdä tämän osuuden käyttäjälähtöisemmin. Tämän takia otin vielä sähköpostitse yhteyttä työpajoihin osallistuneisiin urheilijoihin ja pyysin heidän arviota näistä kolmesta hieman toisistaan poikkeavasta mallista. Viesti oli napakka sisältäen kiitokset osallistumisesta, selityksen yhteydenotosta sekä muutaman kysymyksen koskien liitetiedostona olevia malleja. Valitettavasti useamman viikon vastausaika ja kertaalleen sen pidentäminen ei tuottanut kuin yhden vastauksen. Tämän takia esittelin mallit vielä kahdelle projektissa mukana olevalle henkilöille, jotta kuulisin myös heidän mielipiteensä. Näin sain kerättyä kolme vastausta, joista jokainen piti samaa, nelikenttä-mallia parhaimpana. Seuraavassa luvussa käyn tarkemmin läpi toisesta työpajasta kertyneen aineiston.

#### 4.2.3 Aineistosta ideoiksi

Ensimmäisen työpajan tapaan aineiston purku alkoi nauhoitusten kuuntelemisella ja litteroinnilla. Tietysti minulla oli jo jonkinlainen käsitys siitä mitä tuleman pitää havainnoinnin ja työpajan viimeisen vaiheen, ryhmien yhteenvedon, takia. Niin kuin aikaisemmin mainitsin, työpajan osallistujat oli jaettu kolmeen ryhmään ja jokaiselle ryhmälle oli jaettu oma teema. Ensimmäinen ryhmä, joka sisälsi urheilijoita, kävi teeman ”Mitä tukea AMK:lta kaivataan?” pariin. Toinen myös urheilijoista koostuva ryhmä keskusteli teemasta: ” Miten saada opinnot etenemään joustavasti ja miten opintoja

ja urheilua saadaan yhdistettyä?”. Kolmas ryhmä oli toisia hieman isompi ja koostui eri seurojen ja muiden urheilijoita edustavien henkilöiden vaikuttajista. Heidän teemansa koski kysymystä ”Mitä yhteistyö AMK:n ja eri toimijoiden välillä voi olla?”. Kukaan näistä kolmannen ryhmän jäsenistä ei ollut osallistunut ensimmäiseen työpajaan. Käyn tässä luvussa jokaisen kolmen ryhmän keskustelut, ajatukset ja ideat läpi erillisinä aiheina ja lopuksi teen yhteenvedon työpajan antimista ennen varsinaisten ideoiden esittelyä. Kaikki esille nostetut sitaatit ovat toisessa työpajassa sanottu. Osallistujien yksityisyyden suojaamiseksi käytän keskustelijoista nimityksiä urheilija1, urheilija2 jne.

Käytetään tässä vaiheessa ensimmäiselle ryhmälle ja sen teemalle nimitystä tuki, joka kuvastaa ryhmän teemaa, mutta on lyhyempi kuin kysymysmuotoon aseteltu otsikko. Tuen tarve oli jo tiedostettu ensimmäisen työpajan jälkeisessä yhteenvedossa, mutta nyt se haluttiin tuoda yhtenä kokonaisuutena esiin. Tämän tuki teeman alapuolella oli kuusi alaotsikkoa, aihetta, jotka jollain tapaa meidän mielestä liittyi ammattikorkeakoulun tarjoamiin tukipalveluihin opiskeleville urheilijoille. Nämä aiheet olivat: urheiluvien opiskelijoiden yhteisöllisyys, urheilijastatus, opinto-ohjaus ja tutorointi, harjoittelumahdollisuudet, opiskelijaurheilukilpailut ja vaihto. Nämä ovat peräisin ensimmäisen työpajan keskusteluista esille nousseista aiheista. Eniten keskustelua ja kehitysehdotuksia herätti yhteisöllisyys ja opintojen ohjaus aiheet.

*Mun mielestä yks mikä on periaatteessa tärkein, on tää (opinto-ohjaus ja tutorointi). Et se lähtee siitä että, opettajat ja taustat tajuaa että... Tän voi varmaan linkittää siihen urheilijastatukseen jotenkin. (Urheilija 1)*

Myös opiskelijaurheilukilpailut innostivat osallistujia kehittämään muun muassa LAMK:in omat verkkarit. Suoranaisesti tässä opinnäytetyössä en käy opiskelijaurheilukilpailuja sen suuremmin läpi, koska se ei kuulu välttämättömiin ydinpalveluihin urheilijan oppimispolussa, vaikka onkin varteenotettava ja kehityskelpoinen idea.

Keskustelua opinto-ohjauksen ympärillä käytiin erityisesti ymmärryksen ja ohjauksen näkökulmasta. Kaivattiin urheilijoille omaa opinto-ohjaajaa, joka

auttaa valitsemaan urheilijan kannalta järkeviä kursseja ja osaa ymmärtää ottaa huomioon myös huippu-urheilun vaatimukset.

Kaivattiin ohjaajalta vaihtoehtoja kursseista ja opintopoluista, joista urheilija voisi valita hänelle parhaimman vaihtoehdon. Kurssien määrää ja ympärivuotisuutta myös peräänkuulutettiin, jotta mahdollisuus valita juuri itselleen sopivat kurssit ja niiden ajankohdat voisi valita. Tällaista ohjausta kaivattiin heti opintojen alkumetreillä, jotta kelkka lähtisi alusta alkaen oikeaan suuntaan.

*Että ei haukkais liian isoa palaa, että ei ottais aina täysiä niitä kursseja vaan olis sit apuna joku kuka sanois, niin kun että kannattaako sun ottaa tätä, et sä voisit tehdä tän ens vuonna tai jotain tällasta. (Urheilija2)*

*Sama mulla oli kans tota lajikohtasta opinto-ohjausta eli periaatteessa vähän... Tai en mä nyt tiää kuinka lajikohtaista sen tarvii olla, mut si ainakin että ymmärtää, että mitkä on kiireellisimmät ajat. Kun kuitenkin kaikilla on valmistavat ja uskoisin et tekin tiedätte kilpailukalenterin kuminkin hyvissä ajoin. (Urheilija1)*

Nämä opinto-ohjauksen suunnitelmallisuuteen liittyvät asiat olivat tulleet esiin jo ensimmäisen työpajan aikana, jolloin keskustelua herätti pitkän tähtäimen suunnitelmat, jotka ottavat huomioon esimerkiksi Olympialaisiin valmistuvan urheilijan.

Kurssivalintojen lisäksi ohjaajalta haluttiin tukea urheilijamyönteisen työharjoittelupaikan etsimisessä. Työharjoittelupaikkojen hankinta, etenkin sosiaali- ja terveysalan opiskeleville urheilijoille, oli osoittautunut hankalaksi. Harjoittelujaksot voivat kestää useamman kuukauden, ja työaikoihin opiskelijalla ei yleensä ole mahdollisuutta vaikuttaa. Tämä tuo haasteita joukkueen tai seuran harjoitukseen osallistumiseen ja pahimmassa tapauksessa viikon ulkomaanleiri voi osua päällekkäin työharjoittelujakson kanssa.

Urheilijoiden oman opinto-ohjaajan lisäksi ryhmäläiset keskustelivat tutor-toiminnasta. Heidän toiveenaan oli saada vertaisia opiskelevia urheilijoita omiksi urheilijoiden tutoreiksi, joilta voi kysyä vinkkejä ja saada vertaistukea.

Opinto-ohjauksen lisäksi yhteisöllisyys aiheen alle kertyi runsaasti ideoita siitä, miten sitä voisi lähteä viemään eteenpäin ja kehittää. Ehdotuksena oli muun muassa urheilijoille suunnattuja kursseja, jotka käsittelisivät esimerkiksi henkistä valmennusta, managerointia ja sponsorointia. Tämä toisi urheilijoita lähemmäs toisiaan ja samalla toisi lisää työkaluja oman urheilu-uran kehittämiseen. Yhden ajatuksen mukaan urheilijoilla voisi olla oma perehdytyspäivä opintojen alkuvaiheessa, jolloin tarvittavien käytännöntietojen lisäksi pääsisi tutustumaan muihin opiskelut aloittaneisiin urheilijoihin.

*Opintojansa aloittaville oma perehdytyspäivä. Tää on tosi hyvä, samalla tutustutaan muihin urheilijoihin. (Urheilija2)*

*Mulle tuli just mieleen siinä vois käydä noi käytännöt läpi mitä siin pitäis huomioida opinnoissa, ja sit just vaikka miten kertoo urheilijoille sen että opettajille on informoitu asiasta että ne tietää sen niinkun sen miten toiselta puolelt asia nähään. Ja tutustuis muihin urheilijoihin. (Urheilija3)*

Yhteisöllisyydessä huomioitiin myös eri alojen osaaminen ja ehdotettiin ajatusta näiden hyödyntämisestä esimerkiksi loukkaantuneen urheilijan kuntoutuksessa fysioterapiaopiskelija pystyisi olla avuksi, oppisi itse samalla konkretian kautta, mitä ei ehkä muuten saisi. Tietysti loukkaantunut urheilija hyötyy kuntoutuksesta, joka ei hänelle kustanna mitään. Tämä pätee etenkin yksilöurheilijoille pienissä seuroissa, joilla ei ole omia fysioterapeutteja tarjota urheilijoilleen.

*Erialojen opiskelijat voisivat hyödyntää toistensa osaamista esim loukkaantumisten jälkeisessä kuntoutuksessa, fyssariopiskelija voisi jeesata. (Urheilija3)*

Toisten auttamisen lisäksi urheilijat nähtiin ryhmänä, jotka voisivat järjestää yhteisiä harjoituksia, tai muita tapaamisia. Tässäkin ratkaisuehdotuksessa oli huomioitu hyödyntää jokaisen urheilijan yksilöllisyyttä ja eri lajien kirjoa. Tällaisista harjoituksista, jossa on usean eri lajin edustajia saa varmasti vinkkejä ja uusia näkökulmia omiin harjoituksiin. Samalla on mahdollisuus oppia tuntemaan paremmin toisia opiskelevia urheilijoita ja kasvattamaan urheilijoiden kesken yhteishenkeä.

*Et sitten kumminkin erilajeista niin samanlaisia harjoituksia*

*täysin eri toteutustapoja. Niin ja vie sitä eteenpäin, kun sulla on erilaisia ärsykyksiä koko ajan et ei oo sitä samaa junnaamista. (Urheilija1)*

Urheilijastatus-ajatus ei sinällään kirvoittanut osallistujia ideoimaan sen pohjalta mitään uutta, mutta se koettiin hyödyllisenä asiana. Statuksen avulla toivottiin saavan joustavuutta niin läsnäoloihin kuin kurssien deadlineihin, omia aikatauluja sekä mahdollisuutta käyttää koulun kuntosalia veloituksetta. Urheilijastatus auttaisi ongelmaan, jossa osa urheilijoista koki oman itsensä ja urheilun esilletuomisen jokaisen kurssin alussa turhauttavaksi ja epämiellyttäväksi.

*Mulla ainakin tuli monesti sellanen, että en mä en halua viedä itteeni ja nostaa ja sanoo että "minä pelaan nyt ammatikseni (urheilulaji)". Sekin on sellasta mikä ei sit oo miellyttävää tuoda esille koko ajan. (Urheilija1)*

*Toi (urheilijastatus) ois sillain ainakin hyvä, että sen, se on semmone mikä näkyy järjestelmässä mut sit sitä ei tarvii joka päivä sitten sitä asiaa niin kun muuten tuoda esiin. Kuulostaa mun mielestä ainakin ihan hyvältä. (Urheilija3)*

Keskustelua kuitenkin herätti urheilijastatuksen vaatimukset, jotka on jo aikaisemmin linjattu Päijät-Hämeen akatemian kanssa. Urheilijastatuksen LAMK:issa opiskeleva saa, jos on Päijät-Hämeen urheiluakatemiaan erikseen haettava kultajäsenen eli urheilee SM-tasolla. Ongelmaksi kuitenkin muodostuu esimerkiksi Lahden oma koripallojoukkue Lahti Basketball, joka yhtä tasoa alemmassa sarjassa, 1. divisioonassa. Määrittelyn mukaan, nämä urheilijat eivät ole oikeutettuja kultatason jäsenyyteen eivätkä siis myöskään LAMK:in urheilijastatukseen. Tämä seikka on hyvä ottaa huomioon suunnittelussa, ja lopullisen statuksen lanseeraamisessa, jossa LAMK:in pitää vetää jonkinlainen raja sille minkä tasoiset urheilijat ansaitsevat statuksen. Samalla haluttiin myös nostaa esiin se, ettei statuksen varjolla voi kuitenkaan saada kaikkea anteeksi ja luistaa kurssien velvoitteista. Vertailuksi otettiin Yhdysvaltain malli, jossa niin kuin aikaisemmin on tultu todettua, seurataan sekä urheilun että opiskelujen menestystä erittäin tarkasti.

*Ja toisaalta vaikka olis aivan huippu omassa lajissaan ja on ammattilainen niin sekään et ei voi sanoo, että mä oon*

*huippu, mä saan tehdä mitä mä lystään. Siitäkin jotenkin pitäis, et jos se koulu ei oikeesti maistu niin sit menettää sen statuksen tai jotain semmosta, ei oo yksinkertainen homma. Käyttää väärin hyväkseen. (Urheilija3)*

Korkeakoulun tarjoamat erilaiset harjoittelumahdollisuudet saivat arvatunkin urheilijat innostumaan. Koska pyysimme nimenomaan konkreettisia kehitysehdotuksia, tuli vastaukseksi paljon erityyppisten harjoitteluvälineiden ja -tilojen toivomuksia. Tässä vaiheessa oppimispolun kehittämisen kannalta en nostanut yksittäisiä pienen mittakaavan ehdotuksia enempää esille, mutta jatkokehityksen kannalta näiden asioiden tiedostaminen on tärkeää. Yksi konkreettinen ja mielenkiintoinen ajatus oli urheilijoiden hyödyntämien LAMK Sportsin tarjoamissa ryhmäliikuntatunneilla ohjaajina. Tähän harjoittelumahdollisuudet-kohtaan oli kirjattu myös idea, joka koski kaupungin uimahalleja urheilijastatuksella veloituksetta. Tämä on jo käytössä kaikille Päijät-Hämeen urheiluakatemiaan jäsenille, joten ehdotus herättää lähinnä kysymyksiä siitä, kuinka hyvin urheilijat tietävät heille mahdollisista palveluista. Tämän takia koen etenkin ajatuksen yhteisestä perehdytyspäivästä tai infotilaisuudesta tärkeänä kaikille opiskelujaan aloittaville urheilijoille.

Toisen ryhmän teemana oli ” Miten saada opinnot etenemään joustavasti ja miten opintoja ja urheilua saadaan yhdistettyä?”, mutta käytän siitä tässä vaiheessa lyhennettä joustavuus. Tämän teeman käsiteltävät aiheet olivat opintojen rytmitys suhteessa kilpailukauteen, portfolio, vapaasti valittavat/täydentävät opinnot hyödyntämään urheilu-uraa, seuraa tai lajiliittoa, pakollisten yhteisten aineiden toteutus sekä opintojen suorittamien kilpailumatoilla/leireillä. Joustavuus nousi suuresti esiin ensimmäisessä työpajassa osallistujien puheista, joten se haluttiin tuoda sellaisenaan mukaan myös toisen työpajan teemaksi. Vastoin odotuksia, lopulta tämän ryhmä tärkein teesi oli urheilijoiden tukipalveluiden kehittäminen. He näkivät, että joustavuus syntyy ensisijaisesti siitä, kun urheilevalle opiskelijalle annetaan tukea, ohjausta ja sitä kautta erilaisia mahdollisuuksia joustavuuteen.

*Mä lähtisin tästä koordinaattoriasiasta, et musta siitä läh-*

*tee kaikki alaspäin. Joku joka neuvois, koordinaattori ja tutor asia. Se linkittyy siitä sit alaspäin että koordinaattori pystyy sit näihin HOPS:eihin vaikuttaan (Urheilija4)*

*Mun mielestä selkeesti pitäis olla koordinaattori LAMK:in puolesta, kenen puoleen urheilija kääntyy ja käy juttelemassa, suunnitelman hyväkslausunta tai muuta. (Urheilija5)*

Tämä oli erittäin tärkeä asia oppimispolun suunnittelun kannalta, koska alun perin joustavuutta pidettiin yhtenä merkittävimmistä asioista. Joustavuutta ei tietenkään pidä unohtaa, mutta asiaa tulee tarkastella toiselta kantilta: Mitä teet joustavuudella, jos et tiedä edes sen olemassa oloa? Keskusteluissa esiin nousi myös sanat suunnitelmallisuus ja ennakointi, joita myös Tuki-ryhmässä käytiin läpi. Peräänkuulutettiin tarvetta henkilölle, joka voisi auttaa valitsemaan täydentäviä kursseja niin, että ne hyödyntävät myös urheilu-uraa tai ovat muuten mahdollista suorittaa joustavasti. Esimerkkinä ehdotettiin listaa, johon voisi kerätä kursseja, jota sopisivat urheilijoille niiden vaihtoehtoisten suoritustapojen ansiosta.

*On lista, että meillä nyt on esimerkiks tämmösiä ja tämmösiä kursseja olemassa et voitais nyt miettiä, jos vaikka tää somekurssi niin vois olla jotenkin tämmönen, et jos sä vaikka nyt vaikka talvella pidät siellä jotain blogia jossain totaa kisamatkalta niin vaikka lajiliiton jossain somekanavassa. (Urheilija5)*

Keskustelussa nousi teeman mukaan esille paljon asioita koordinaattorista, joka toimii apuna nimenomaan kurssi valinnoissa. Urheilu-uraa tukeviksi kursseiksi ehdotettiin muun muassa brändäystä, esiintymistaitoja, tekstit julkaisukuntoon ja kansainvälinen toiminta ja kulttuuri. Ehdotuksien lomassa saatiin kuitenkin myös kuulla elävä esimerkki yhdeltä urheilijoista, jolla oma tutoropettaja on toiminut ymmärtäväisesti apuna ja tukena opiskelujen ajan.

*Aina kun mä käyn jutteleen sen (tutoropettajan) kanssa niin mieli rauhoittuu, kun hän osaa ja ymmärtää sen urheilupuolen siinä. Se on tosi ja ihan tuurilla osu tälleen. Suuri syy minkä takia opinnot edistyny näinkin hyvin tässä urheilun kanssa. (Urheilija6)*

Kurssivalintojen lisäksi opintojen rytmittäminen kilpailukauteen ja suunnitelmallisuus nähtiin kokonaiskuormitusta helpottavana ratkaisuna.

*Lähinnä se päällimmäisenä et opintoja pystyis rytmittämään ja sopimaan siihen harjottelukauteen taikka kilpailukauteen. (Urheilija4)*

Toisaalta ryhmä myös pohti kuormittavuuden vähentämiseksi ratkaisua, jossa jo heti opintojen alkaessa tunnustettaisiin urheilu-ura ja sen tärkeys ja sen myötä mahdollisuus suorittaa opinnot hieman tavallista pidemmällä aikavälillä. Tässä ratkaisussa tulee tietysti vastaan muutkin asiat kuten opintotuen saaminen. Opintotuen tärkeys nousi esille myös pohdittaessa kaikkien alojen yhteisiä opintoja, joita toivottiin saataville myös kesäkuukausina. Opintotuet etenkin kesällä ovat tärkeitä urheilijoille, joilla ei yleisesti ottaen ole mahdollisuuksia käydä kesäisin töissä urheilun lisäksi.

*Kyllähän sitä (opintotukea) tulee mietittyä aika paljon. Et jossain vaiheessa, kun tuntuu et ei ehdi koulua käymään hirveesti, mut sit tulee ajatus, että pakkko käydä nyt jotain muuten menee tuet alta ja sitten on koko elämä sekasin. (Urheilija6)*

Opintojen suorittaminen kisamatkoilla ja leireillä herätti ajatuksia puolesta ja vastaan. Toisaalta urheilijat toivat esille etenkin kisamatkojen hektisyyden ja urheiluun keskittymisen, jolloin ole tarpeeksi aikaa paneutua opintoihin. Mutta toivoivat kuitenkin mahdollisuutta esimerkiksi verkko-opintojen kautta, viedä opintoja eteenpäin. Ensimmäisessä työpajassa keskustelua herätti opettajien kuumalinja, jonka avulla ulkomailla tai muilla leireillä oleva opiskelija voisi pyytää apua tehtävän tekemiseen. Samanlainen toive syntyi myös tässä ryhmässä. Opettajiin haluttaisiin voida olla yhteydessä sähköpostin lisäksi muun muassa Skype-puheluiden avulla.

*Mutta sit myös se mikä viimeksin tuli esiin, et jos on muualla ja teet itsenäistä opiskelua ja tulee ongelma niin mitenkä saa ratkasun siihen, että pystyykö ottaan yhteyttä sähköpostilla vai olisko mahdollista Skype puhelun pitääan opettajan kanssa? (Urheilija4)*

Ulkomaanleireistä keskustelu siirtyi myös kansainvälisiin opiskelijavaihtoihin, jotka nähtiin kannattavina. Esimerkiksi nousi talvilajin edustaja, joka haluaisi lähteä Keski-Eurooppaan vaihto-oppilaaksi. Hänellä olisi ehkä



tuona aikana muutenkin samalla suunnalla ollut leiritys sekä useat kisat. Näin hän säästäisi jo pelkästään matkustusajassa ja -kuluissa puolen vuoden vaihdon ajan. Ehdotettiin jonkinlaista vaihtopankkia, joka sisältäisi tiedot maasta, koulusta, urheilulajista sekä harjoitteluraportit. Tärkeänä nähtiin myös sellaisten kohteiden listaaminen, jotka eivät olleet hyviä paikkoja tai johon ei edes onnistunut vaihtoon lähtö.

Sportfolio jäi ehkä hieman tässä ryhmässä tällä kertaa pienemmälle huomiolle. Se nousi muutamia kertoja esiin, kun keskusteltiin oman henkilökohtaisen opintosuunnitelman laatimisesta ja suunnitelmallisuudesta. Toisaalta tämän työn kannalta sen vähäinen käsittely ei ollut niin merkittävää, koska en puutu sen sisällön kehittämiseen.

Kolmas ryhmä, joka koostui ei-urheilijoista, käsitteli teemaa ”Mitä yhteistyö AMK:n ja eri toimijoiden välillä voi olla?”. Käytetään siis tästä ryhmästä tarvittaessa nimitystä yhteistyö. Ryhmä oli kahta muuta ryhmää hiukan isompi, kuusi henkeä sisältäen keskustelun vetäjän projektiryhmästä. Osallistujat olivat erittäin aktiivisia osallistumaan keskusteluun sekä jakamaan kokemuksia seurojen ja urheilijoiden edustajien näkökulmasta. Aiheesta innostuttiin jopa niin suuresti, että välillä urheilijan oppimispolun kehittämisen kannalta, olisin nähnyt järkeväksi vetää hetkeksi pelin poikki. Osallistujilta tuli paljon hyviä urheilumaailmaan liittyviä argumentteja ja kehitysehdotuksia, mutta ne olivat pitkälti sellaisia, joihin LAMK:lla ainakaan vielä tässä vaiheessa ole mahdollisuuksia vaikuttaa.

Yhteistyö-ryhmän kanssa käytiin muita ryhmiä hiukan pidempi aiheeseen virittäytyminen läpi, jossa sana oli vapaa koskien heidän taustaansa ja ajatuksia urheilijan oppimispolusta. Tämän tarkoitus oli saada osallistujat kertomaan omia näkemyksiään urheilijoille suunnatun oppimispolun kehittämisestä, joka kuitenkin jollain tapaa oli monelle vieras aihe, koska kukaan ryhmäläisistä ei ollut ensimmäisessä työapajassa mukana. Vaikka osallistujat eivät itse olleet työapajassa mukana urheilijastatuksella, heillä oli tosi vankka tuki urheilijoita kohtaan ja halu edistää urheilun asemaa Suomessa. Annetut valmiit aiheet teeman ympäriltä käytiin läpi, jonka lisäksi mahdollisuus oli lisätä uusia keskusteluista nousseita aiheita käsittelyyn.

Tämä johtikin siihen, että valmiit aiheet eivät osallistujien mielestä olleet siinä tilanteessa tarpeeksi houkuttelevia tarttumaan toimeen tai tärkeitä heidän näkemyksien pohjalta ja jäivät uusien esille nousseiden aiheiden varjoon. Jo sinällään konkreettiset ehdotukset kuten opinnäytetyöt, projektit, tapahtumat ja työharjoittelut seurojen ja lajiliittojen kanssa jäivät jalkoihin aiheiden kanssa, jotka käsittelivät seurojen varainhankintaa, harjoittelu- ja valmennusmahdollisuuksien tarjoamista, urheilijan itsensä markkinointia, urheilijaksi opiskelemista ja yhdessä puitteet kuntoon -ajatusta. Tästä syystä halutusta konkretian tasosta kehitysehdotuksissa jäätiin, mutta saatiin kuitenkin paljon uutta näkökulmaa urheilukentältä.

Lopulta ryhmä nosti kaksi heidän mielestään tärkeintä aihetta, joita lähtivät tarkemmin kehittämään ja viemään eteenpäin. Ensimmäinen liittyi harjoittelu- ja valmennusmahdollisuuksien tarjoamiseen, missä haluttiin tuoda urheilijat ja valmentajat yhteen. Toisena aiheena haluttiin kasata kaupunki, koulut, seurat, urheiluopistot sekä lajiliitot ja liikuntajärjestöt yhteen ja luoda yhdessä hyvää. Näistä kahdesta teemasta ryhmä kokosi ”Yhdessä puitteet kuntoon” nimeä kantavan aiheen. Tällä ratkaisulla haluttiin korostaa yhdessä tekemisen vahvuutta, yhdessä on mahdollisuus vaikuttaa suuremmin kuin pelkästään yksittäisen seuran tai koulun. Peräänkuulutettiin Lahden halua profiloitumista urheilukaupungiksi sekä sitä vaativia toimenpiteitä kuten harjoitusmahdollisuuksien parantaminen.

*Ei urheilijat viihdy, jos ne ei pääse harjotteleen. (Osallistuja 1)*

Päällimmäiseksi itselle jäi mieleen nimenomaan opiskelujen tärkeys urheilu-uran jatkumisen kannalta. Yksi esimerkki urheilun ja koulun yhdistämisestä jäi mieleen, kun eräs osallistuja kertoi tuntemastaan nuoresta urheilijasta, joka jo varhaisessa vaiheessa oli päättänyt jäädä asumaan vanhempiensa luokse siihen asti, kun korkeakouluopinnot alkavat. Vaikka tämä ratkaisu tarkoitti pitkiä matkoja kodin, koulun ja urheilun välillä, mikä taas oli pois nuoren vapaa-ajasta. Tällä ratkaisulla hän kykenisi säästämään rahaa jatkokoulutusta ajatellen, koska tiesi joutuvansa muuttamaan kaupunkiin, jossa olisi mahdollista opiskella yliopistossa. Yliopistokoulutukset ja sen tuoma vapaus koetaan pääsääntöisesti helpommaksi yhdistää

urheilun kanssa kuin ammattikorkeakouluopinnot. Luontevampi ratkaisu nuorelle olisi tietysti ollut muuttaa tämänhetkisestä pienestä kotipaikkakunnastaan viereiseen kaupunkiin, jossa jo kävi koulua ja harjoitteli, mutta siellä ei olisi ollut mahdollista jatko kouluttautua. LAMK:in urheilijoille tarjoama oppimispolku nähtiin nimenomaan ratkaisuna tälle ongelmalle, jossa urheilijan ei tarvitsisi korkea-asteen opintojen perässä riskeerata urheilu-uraansa aloittamalla se vieraalla paikkakunnalla vieraassa seurassa vieraan valmentajan alaisuudessa. Nuori voisi valita koulun, joka tarjoaa urheilijalle mahdollisuuden opiskeluun korkeakoulussa samalla paikkakunnalla, jossa tähänkin asti on opiskellut ja harjoitellut.

*Se harjottelu eellä sen pitäis kuitenkin mennä. (Osallistuja2)*

Opintojen tärkeys korostuu etenkin yksilöurheilijoilla, joille ei yleisesti ottaen makseta palkkaa urheilusta, vaan heidän on hankittava tulonsa muualta.

Urheilijoita yhdistäviä ehdotuksia oli esimerkiksi ”tukirinki”, jonka avulla voidaan sopia yhteisistä harjoituksista seura- ja lajirajat rikkoen. Haluttiin avata eri liikuntapaikkoja kaikille urheilijoille yhteiseen käyttöön, mikä auttaa urheilijoita verkottumaan keskenään sekä mahdollistaa eri lajien osamisen jakamisen. Tärkeänä linkkinä seurojen, urheilijoiden ja koulun välillä nähtiin urheiluakatemia, ja peräänkuulutettiin sen kanssa tiivistä yhteistyötä.

Laajempina aiheina keskusteltiin muun muassa huippu-urheilu asenteesta, urheilijan polusta, eri lajeihin erikoistuneista kaupungeista sekä suomalaisesta urheilukulttuurista. Pidettiin tärkeänä, että nuoren polku urheilijaksi on selvillä ja suunniteltu etukäteen, jotta hänellä on mahdollisuus edetä huippu-urheilijaksi asti. Nähtiin myös tärkeänä, että koulun halu tarjota opiskelun ja urheilun yhdistämistä Ensimmäisjärjestyksessä tämän tyyppisen mallin nähtiin vievän eteenpäin huipulle matkalla olevia urheilijoita.

*Suomalainen urheilukulttuuri on sitä, että huippu-urheilija on palveluammattissa, ja sen pitää hyvältä sydämestä pal-*

*vella Suomen kansaa ja tehdä hyviä suorituksia. (Osallistuja1)*

Niin kuin aikaisemmin mainitsin LCS-työkorteista, niissä nimenomaan painotettiin kaikkien ideoiden tuomista esiin. Mielestäni se toimi jokaisessa ryhmässä, mutta etenkin tässä kolmannessa yhteistyö-ryhmässä. Yksi varteenotettava ajatus koski vieläkin tiiviimmin urheilun ja opiskelun yhdistämistä, ajatusta urheilijaksi opiskelemisesta. Tässä vaiheessa kohtuu tiukalla aikataululla, rajallisella budjetilla ja taustatyöllä ei tähän ideaan pystytty vielä tässä vaiheessa tarttumaan. Mutta se antaa mahdollisuuden jatkokehittää urheilijan oppimispolkua jatkossa, jos huomataan sille olevan käyttöä.

*Pitäis olla urheilijoiden sellanen lähihoitajakoulutus, tämän önen yleispätevä koulutus, missä opiskellaan urheilijaksi. Miettinyt miten pystyy toteuttamaan. Haetaan opiskelemaan urheilijaksi ja uran jälkeen mahdollisuus erikoistua. (Osallistuja3)*

Kokonaisuutta katsoen, toinen työpaja vei taas askeleen eteenpäin projektia luoda urheilijoille mahdollisuuksia opiskella urheilu-uran aikana ja sen jälkeistä aikaa ajatellen. Saimme paljon vahvistusta jo olemassa olevien ajatuksien toteuttamiseen, mutta myös uusia näkökulmia ja pohtimisen aiheita. Aineiston käsittelyn jälkeen tehtäväksi muodostui rakentaa malli, joka palvelisi niin urheilijaa kuin toimeksiantajaa LAMK:ia.

#### 4.3 Katsaus tietoperustaan

Tässä vaiheessa on hyvä vielä tehdä katsaus tietoperustaa. Haluan varmistaa, että on toimittu niin kuin olen suunnitellut – käyttäjälähtöisesti. Toisaalta halutaan myös selvittää, vastaako työpajoissa esiinnousseet aiheet ja mahdolliset ongelmat tietoperustassa esitettyjä haasteita, vai onko kenties löydetty jotain sieltä puuttuvaa.

Hyysalon mukaan käyttäjälähtöisessä palveluiden suunnittelussa käyttäjätutkimus tulisi tehdä heti alkuvaiheessa ja käyttää saatua tietoa perustana koko suunnittelulle. (Hyysalo 2009, 14.) Tämä toteutuu tässä työssä, koska suunnitteluprosessin ensimmäisiä askeleita oli järjestää työpaja

käyttäjätiedon keräämiseksi. Tästä ja toisesta työpajasta saatu data on toiminut lähtökohtana urheilijan oppimispolun suunnittelussa ja mallintamisessa. Työpajatyöskentely noin yleisesti ottaen on myös palvelumuotoilussa yleisesti käytetty, koska sen avulla päästään käsiksi todellisiin käyttäjiin ja heidän tarpeisiin ja ideoihin (Mattelmäki & Vaajakallio 2011, 80-81). Palvelumuotoilulle tyypillisiä visuaalisia työkaluja hyödynnettiin myös kuvaamaan niin käyttäjiä kuin itse työpajojen rakennetta (Miettinen 2011).

Työpajoihin osallistuneet urheilijat voidaan Stambulovan mukaan jakaa urheilu-uran vaiheiden mukaan eri ryhmiin. Muutaman urheilijan voidaan katsoen olevan vasta kolmannen siirtymän jälkeisessä ajassa, jolloin urheilija siirtyy aikuisten tasolle urheilemaan. Moni urheilijoista oli kuitenkin jo neljännen vaiheen urheilijoita, ammattilaisia tai ohittanut uransa kulminatiopisteen ja lopettanut urheilu-uransa. Niin kuin kuitenkin on todettu, nämä siirtymät eivät ole mustavalkoisia totuuksia urheilijan elämästä. (Wylleman ym. 2004.) Eri harmaan sävyt nousivat muun muassa esiin urheilijoiden kertoessa paikkakunnan ja samalla koulun vaihdosta ja sen tuomista haasteista tai loukkaantumisista. Monelle urheilijalle pienet tauot urheilusta loukkaantumisen takia oli ollut pelastus opintojen kannalta. Silloin urheilija ei pystynyt luonnollisesti harjoittelemaan ja aikaa jäi opiskeluun, mahdollisten rästi tehtävien tai työharjoittelun suorittamiseen. Keskustelua työpajoissa herätti myös ”ammattilaisuus” termin merkitys urheilussa, joka ei myöskään ole niin yksiselitteinen johon Kaski ottaa kantaa teoksessaan Valmentautumisen psykologia kilpa- ja huippu-urheilussa esimerkkinään Suomen muodostelmaluistelijat (Kaski 2006).

Tietoperustassa esitelty KIHU:n tutkimus urheilijoiden käyttämästä ajasta urheiluun, noin 20 tuntia viikossa, pätee myös karkeasti arvioiden haastattelemiemme urheilijoiden kohdalla. Tämän arvion mukaan nuori käyttäisi päivässä noin kolme (3) tuntia urheiluun, jos mukaan lasketaan viikossa yksi lepopäivä, joka oli ominaista useissa lajeissa työpajan mukaan. (Kylänpää 2011.) Toisaalta erään talviurheilulajin edustaja kertoi ensimmäisessä työpajassa, että parhaimmillaan yksi harjoitus voi viedä pelkästään tuon kolme (3) tuntia, ja päivässä tulisi tehdä myös toiset treenit tämän lisäksi. ”Kuinka hitaita urheilijat ovat” tutkimuksen mukaan urheilijat pysyvät

kaikesta huolimatta korkeakouluopiskelijien tahdissa mukana (Lämsä ym. 2014). Useat urheilijat kertoivat työpajoissa tämän onnistuneen myös heiltä, mutta vaatien paljon aikataulutusta, suunnittelua ja ripauksen stressiä. Muutamat kertoivat joutuneensa karsimaan kiinnostavia kursseja tai opintokokonaisuuksia pois, tietäen ettei olisi mahdollisuus näitä suorittaa ajanpuutteen tai läsnäolovaatimusten tai molempien takia. Tämähän ei kuitenkaan lähtökohtaisesti ole tarkoitus, joutua karsimaan opintojen kiinnostavia osioita, vaan nimenomaan luoda oma yksilöllinen polku ammattilaiseksi itseään kiinnostavalla alalla.

Toisaalta voidaan myös miettiä, ovatko opiskelevat urheilijat pystyneet urheilun lisäksi panostamaan vaaditulla tavalla myös opiskeluun. KIHU:n selvityksen mukaan urheilijoista kolmasosa käytti aikaa opiskeluun vain alle kymmenen (10) tuntia ja neljäsosa yli 20 tuntia viikossa. Guodottin (2013) arvion mukaan menestyäkseen sekä urheilussa että opiskelussa, opiskeluun kuluva aika viikossa tulisi olla 30 tuntia ja urheiluun menevä aika 20-30 tuntia viikossa. Työpajojen perusteella voidaan katsoa urheilijoiden olevan tunnollisia opiskelijoita, joilla todella on halu saada ammattiin johtava tutkinto valitsemaltaan alalta. Siitä huolimatta työpajassa kävi useaan otteeseen ilmi, että urheilijoilla urheilu menee aina edelle tärkeysjärjestyksessä ja urheiluun tarvittava aika on jostain muusta pois, tässä tapauksessa opiskelusta. Näiden lukujen valossa voidaan hyvin todeta, että urheilijoille ei riitä aika täysipainoiseen panostukseen urheilun lisäksi opiskelussa, mikä näkyi myös ajatuksina joustavuudesta opiskeluissa. Peräänkuulutettiin myös opintojen suunnitelmallista pitkittämistä, jonka avulla opiskelijain tahti hieman kevenisi, mutta samalla voisi kuvitella siihen panostamisen kasvavan.

Yhteenvetona tässä kappaleessa esiteltyjen aineistojen perusteella esiin nousi neljä merkittävää teemaa, joihin tulisi kiinnittää huomiota. Ensimmäinen asia liittyy urheilijan kaipaamaan tukeen urheilu-uran ja opiskelijain yhdistämisessä. Joustavuuden avulla mahdollistetaan opintojen sujuva eteneminen, peilaten tilannetta myös urheilun puolelle. Työpajoihin osallistuneet kaipasivat tukea myös vertaisiltaan, kanssa opiskelijoilta, joten kolmantena esiin nostettuna teemana on yhteisöllisyys. Neljäs merkittävä

osa-alue on yhteistyö niin seurojen, lajiliittojen kuin muiden sidosryhmien välillä, mistä saatiin jo hyvää ensimakua toiseen työpajaan osallistuneista toimijoista, jotka pitivät urheilijan oppimispolkua hyvänä ideana ja oivat valmiita olemaan mukana kehittämässä sitä.

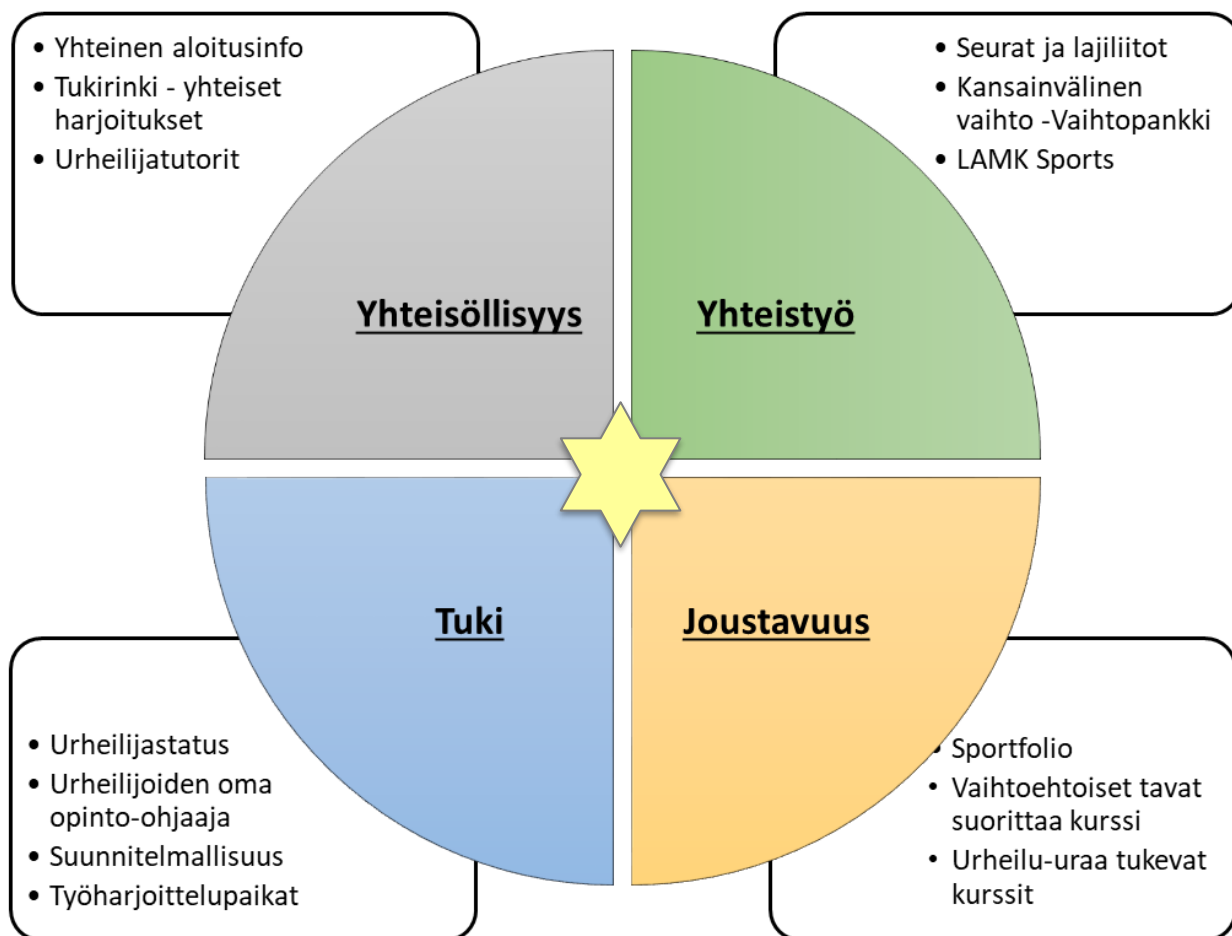
## 5 URHEILIJAN OPPIMISPOLKU

Tässä luvussa esittelen luomani urheilijan oppimispolun mallin. Lopulliseen muotoonsa urheilijan oppimispolku muotoutui viimeisen kierroksen jälkeen, jolloin pyysin mielipiteitä kolmesta erilaisesta prototyypistä. Näistä kolmesta mallista yksi sai eniten kannatusta, ja sen kuvattiin olevan kaikista kattavin ja monipuolinen. Sen nähtiin olevan hyvä apuväline niin opiskelevalle urheilijalle kuin myös LAMK:in sisäiseen käyttöön hahmottamaan kokonaisuutta. Urheilijan oppimispolun mallin lisäksi tein lyhyen, mutta kattavan oppaan urheilijalle, joka on tullut valituksi LAMK:iin opiskelemaan. Se antaa urheilijalle valmiudet ymmärtää hänelle tarjolla olevista mahdollisuuksista ja toimii eräänlaisena tukena alkutaipaleella.

Urheilijan oppimispolku muodostuu neljästä lohkokosta, jotka jokainen edustaa omaa teemaa. Teemat ovat työpajojen aikana eniten esille nousseita asioita, jotka nähtiin edistävän urheilijan opiskelua LAMK:issa. Teemat ovat tuki, joustavuus, yhteisöllisyys ja yhteistyö. Alla olevassa kuviossa (ks. Kuvio 2) näkyy, kuinka malli on rakennettu: keskellä tähti kuvaa opiskelevaa urheilijaa ja neljä teemaa on aseteltu sivuille. Tuki ja joustavuus sijaitsevat alhaalla kuvastamaan niiden tärkeyttä peruspilareina. Kun nämä kaksi opiskeluun liittyvää asiaa on onnistuttu luomaan opiskelevan urheilijan opintojen etenemisen takaamiseksi, voidaan yhteisöllisyyden ja yhteistyön avulla lisätä viihtyvyyttä, onnistumista ja opiskelun tukemista urheilurallalla. Urheilija on tässä mallissa, niin kuin koko tämän prosessin ajan, kaiken keskipisteenä. Näin muistamme koko ajan peilata tämän kautta toimenpiteitä, muutoksia ja lisäyksiä. Kaikki teemat ovat olleet jossain vaiheessa projektia oma teemansa tai osa jotakin teemaa. Rakentaessa mallia, huomattiin, että kaikki neljä ovat tärkeitä osa-alueita kokonaisuudessa,



eikä niitä haluttu sen enempää yhdistellä kuin karsia. Seuraavissa luvuissa kerron tarkemmin, mitä jokainen neljä lohkoa sisältävät.



KUVIO 2. Oppimispolun malli

### 5.1 Tuki

Tuki sisältää neljä pääkohtaa, jotka koulun tulisi huomioida: urheilijalle merkiksi urheilijastatus, opinto-ohjaajan urheilijoille, henkilökohtaisen-opintosuunnitelman suunnitelmallinen laatiminen urheilu huomioiden sekä työharjoittelupaikkojen hankkimisessa tukeminen ja niiden korvamerkitseminen urheilijoille. Jotta näiden asioiden toteutuminen voidaan taata, on hyvä pohtia erillisen urheilijakoordinaattorin virkaa, joka pitäisi viime kädessä huolen urheilijoiden asioiden hoitamisesta.

- Urheilijoiden oma opinto-ohjaaja
- Suunnitelmallisuus
- Työharjoittelupaikat
- Urheilijastatus

Tuen tarve oltiin jo tiedostettu ensimmäisen työpajan jälkeen, mutta vasta toisessa työpajassa sen tärkeys nousi esiin, kun jokainen ryhmä esitteli aikaansaannoksensa työpajatyöskentelyn lopuksi. Ryhmä ”Miten saada opinnot etenemään joustavasti ja miten opintoja ja urheilua saadaan yhdistettyä?” toi esiin mielipiteen siitä, että tuki tulisi olla kaiken lähtökohtana. Kun on joku, joka osaa neuvoa ja ohjata huomioiden urheilun vaatimukset, on paljon helpompi keskittyä itse opiskeluun. Yleisesti esille nousi tarve urheilijoille omasta ohjaajasta, jolla on ymmärrystä urheilusta ja sen tuomista vaatimuksista. Urheilijoiden opinto-ohjausta tulisi koulun järjestää jokaiselle opintoalalle sen vaatiessa. Näin voidaan varmistaa, että ohjaava opettaja on tietoinen opintoalan ominaispiirteistä ja osaa näin ollen ohjata opiskelijaa valitsemaan esimerkiksi hänen kannaltaan oikeat kurssit. Samalla ohjaavan opettajan on tiedostettava ja ymmärrettävä urheilun vaatimukset ja kyettävä kannustamaan

Opintojen ohjaukseen liittyy erityisesti henkilökohtaisen opintosuunnitelman laatiminen huomioiden myös urheilu ja sen vaatimukset. Tämä aihe nousi esiin jo ensimmäisessä työpajassa useassa ryhmässä sekä toisessa työpajassa ehdotuksena, jossa päällekkäin asettelulla voidaan tarkastella jokaista osa-aluetta yhdessä. Tämän innoittamana loin esimerkin käyttäen yhtä käyttäjäprofiilia Jani Jalkapalloa, (ks. Kuvio 3) ja loin hänelle karkean



KUVIO 3. Esimerkki opiskelevan urheilijan suunnitelmasta huomioiden opiskelu ja urheilu

suunnitelman ensimmäisestä opiskeluvuodesta. Esimerkissä on huomioitu

koulun punaisella ja lajin vaatimukset vihreällä sekä sinisellä tapaamiset tutor-opettajansa kanssa. Tämän kuvauksen laatimisessa on käytetty hyödyksi service blueprint mallia, jossa aikajanalla otetaan huomioon palvelun kehittämisessä useampi osa-alue.

Suunnitelmallisuus tulisi näkyä heti opiskelujen alussa oman alan opinto-ohjaajan, joka vastaa urheilijoista, tapaamisella. Hänen kanssaan käydään läpi, oman lajin vaatimukset ja ominaispiirteet ja niiden pohjalta luodaan suunnitelma. Suunnitelma voi olla yhden jakson mittainen, jossa on huomioitu viikkorytmi opiskelun ja lajin osalta, useamman lukukauden mittainen, jossa on huomioitu esimerkiksi olympialaisiin valmistautuminen tai jotain siltä väliltä. Hyvällä suunnitelmallisuudella voidaan välttyä urheilijoiden ylikuormittumiselta sekä pidetään opiskelu mielekkäänä. Suunnitelmallisuuden ansiosta opintojen etenemistä voidaan seurata opiskelevilla urheilijoilla tarkemmin ja välttyään tilanteelta, jossa opintoajat venyvät kohtuuttoman pitkiksi tai opinnot keskeytyvät kokonaan.

Jos koulu hankkisi jokaiselle alalle työharjoittelupaikkoja, jotka ovat varattuina urheilijoita varten, opiskelijoiden ei tarvitsisi käyttää niin suurta määrää vaivaa eikä aikaa näiden metsästämiseen. Työharjoittelupaikkojen tulisi olla urheilijaystävällisiä, ymmärtää heidän treeniaikataulut sekä antaa mahdollisuus tehdä lyhyempiä päiviä pidemmän jakson ajan. Etenkin tämä vaihe kaipaa koululta resursseja, jossa erityisen tärkeänä näen erillisen koordinaattorin viran.

Urheilijastatukseen ovat oikeutettuja kaikki opiskelijat, jotka ovat hakeneet Päijät-Hämeen Urheiluakatemiaa kautta kulta-tason jäsenyyttä. Näin voidaan valvoa, tilastoida ja tuoda yhteen kaikki LAMK:issa opiskelevat urheilijat. Urheilijastatus näkyisi opiskelijanumerossa kaikki LAMK:in järjestelmissä esimerkiksi isolla U-kirjaimella numerosarjan alussa. Näin myös jokaisen opettaja tietää jo mahdollisesti etukäteen kurssilla mukana olevista opiskelevista urheilijoista. Tämä helpottaa käytännöntasolla urheilijoiden opintoja, kun jokaiselle opettajalle ei tarvitse selittää kurssin alkajaisiksi omaa urheilijataustaa ja sen aiheuttamia poissaoloja tai mahdollisuutta

suorittaa kurssi vaihtoehtoisella tavalla. Jotta urheilijastatuksesta on opiskelevalle urheilijalle hyötyä, tulisi se käydä jokaisen koulun opettajan kanssa läpi, jotta se tietävät miten asiaan tulisi suhtautua ja kuinka toimia.

## 5.2 Joustavuus

Joustavuus ja sen puute nousivat merkittäväksi asiaksi jo heti ensimmäisessä työpajassa. Urheilijalle tulee paljon välttämättömiä poissa-oloja harjoitusten, kisamatkojen ja leirien takia. Urheilijat toivoivat erilaisia tapoja suorittaa kursseja ja etenkin ryhmätöistä oli paljon puhetta molemmissa työpajoissa. Joustavuus teema sisältää kolme kohtaa:

- Vaihtoehtoiset tavat suorittaa kursseja
- Sportfolio
- Urheilu-uraa tukevat kurssit

Ryhmätyöt ovat urheilijoille vaikeita, koska usein ryhmien tapaamiset ovat koulupäivän jälkeen, jolloin urheilijan on jo valmistauduttava harjoitukseensa. Urheilijat kokivat muiden ryhmäläisten kannalta tilanteen epärealistiseksi, ja joskus jopa itse luvannut hoitaa työn loppuun poissaoloista johtuen. Työpajoissa huudettiin paljon kurssien erilaisten vaihtoehtoisten suoritusapojen perään. Ryhmätyöt voisi suorittaa muiden opiskelevien urheilijoiden kanssa, jotka ymmärtävät tilanteen, ja ovat itse samassa asemassa. Toisaalta kaikki palvelut videopuheluista ja yhteisistä verkkoalustoista antaisivat urheilijoille paremman mahdollisuuden osallistua ryhmätöihin etänä.

Etä- ja verkko-opintojen hyödyntäminen myös muissa kursseissa tarjoaa urheilijoille paremman tilaisuuden suorittaa itseään kiinnostavia kursseja ilman läsnäolovelvoitteita. Kahden työpajan osallistujien perusteella voi todeta monen urheilijan hakeutuvan opiskelemaan sosiaali- ja terveysalalta fysioterapeutiksi. Heillä on paljon läsnäoloa vaativia kursseja, koska opinnot koostuvat teorian lisäksi paljon myös käytännön opeista. Osa työpajaan osallistuneista ilmaisia turhautumisen merkkejä läsnäoloa vaativista kursseista, jotka ammatikseen tai ammattimaisesti urheilevalle opiskelijalle

on päivänselviä asioita. Nämä opiskelijat toivoivatkin mahdollisuutta näyttää osaamisensa jostain kurssin osa-alueesta näyttökokeella tai pitämällä itse tunnin aiheesta. Keskustelua herätti myös pidemmät kisamatkat ja harjoitusleirit, jotka usein suuntautuvat ulkomaille ja näin ollen aiheuttavat poissaoloja. Tämä kuitenkin haluttiin nähdä myös mahdollisuutena suorittaa esimerkiksi raportoiden kansainvälisen kurssin tiimoilta tarkasteltavaa aihetta. Vaihtoehtoisia tapoja suorittaa opintokokonaisuuksia, kursseja ja kurssin osa-alueita on paljon. Tässä onkin hyvä muistaa pitää jonkinlaiset rajat ja valvoa, että opintosuoritukset ja osaamiset ovat linjassa muiden opiskelijoiden kanssa.

Lahden ammattikorkeakoulun opiskelijoilla on ollut jo aikaisemminkin mahdollisuus suorittaa Päijät-Hämeen Urheiluakatemia tarjoama Sportfolio, 15 opintopisteen kokonaisuus, joka sisältää kolme urheilu-uraa tukevaa osaa. Sen hyödyntäminen on ollut satunnaista, johtuen osittain siitä, ettei tästä mahdollisuudesta ole ollut tarpeeksi selkeästi tietoa tai sitä ei ole koettu tarpeelliseksi. Osa työpajaan osallistuneista kertoi suorittaneensa kaikki kolme osaa Sportfoliosta tai vain jotkut niistä. Oppimispolun kehittämisen yksi osa oli myös yhteistyössä Päijät-Hämeen urheiluakatemia kanssa Sportfolion uudistaminen. Nyt siinä on annettu aikaisempaa enemmän tunnustusta urheilijoiden työlle eli harjoittelulle.

Etenkin ensimmäisessä työpajassa oli paljon keskustelua siitä, mitä kaikkea muuta koulu voisi tarjota urheilulle opiskelijoille, mikä nimenomaan tukisi urheilu-uraa. Jo tälläkin hetkellä tarjolla olevia kursseja muun muassa sosiaalisesta mediasta ja esiintymistaidoista pystyy soveltamaan urheilu-uran kannalta hyödyntäviksi, kun opiskeleva urheilija ottaa jo kurssin alussa näkökulmakseen oman urheilu-uransa. Jatkossa, jos urheilijoiden määrä LAMK:issa kasvaa, jo mahdollista tarjota urheilijoille omia kurssi-suorituksia, joissa voidaan käsitellä sosiaalista mediaa työkaluna, markkinointia, brändin rakentamista, sponsorointia, henkistä valmennusta, ravintoa sekä tavoitteellisuutta. Näihin erityisesti kannattaa hyödyntää jo valmistuneita opiskelevia urheilijoita, alumneja.

### 5.3 Yhteisöllisyys

Yhteisöllisyys teema sisältää pitkälti samat kolme kohtaa, jotka jo ensimmäisen työpajan jälkeen havaittiin, vaikka se ei ollutkaan omana teemana toisessa työpajassa, vaan yhdistettynä Tuki-teemaan. Se kuitenkin pitää sisällään tärkeitä elementtejä, joilla tuoda urheilevat opiskelijat yhteen, luoda ja vahvistaa me-henkeä ja rakentaa mielikuva urheilijaystävällisestä ammattikorkeakoulusta.

- Yhteinen aloitusinfo
- Tukirinki – yhteiset harjoitukset
- Urheilijatutorit

Ensimmäiset ajatukset yhteisöllisyydestä ja sen tarpeesta heräsi jo ensimmäisessä työpajassa, kun usea osallistuja kertoi hieman ulkopuolisesta olostaan koulun ja ryhmänsä sisällä. Urheilija ei pysty samalla tavalla koulun ulkopuolella osallistumaan aktiviteetteihin kuten ryhmittöihin, opiskelijatapahtumiin ja muihin tapaamisiin, koska harjoitukset aikatauluttavat pitkälti päivää.

Yhteisöllisyyden rakentaminen alkaisi toisessa työpajassa esiin nousseella idealla: kaikille aloittaville urheilijoille yhteisellä perehdytyspäivällä, jossa on mahdollisuus tutustua ja verkostoitua muihin opiskeleviin urheilijoihin. sekä saada käytännön tasolla ymmärrystä ja tietoa siitä, millaista on opiskella urheilijana LAMK:issa.

Tämän aiheen alle nousi ajatuksia myös yhteisistä tapaamisista, harjoituksesta lajiin katsomatta. Tämä toisi urheilijoille uusia näkökulmia harjoitteluun, vaihtelua sekä loisi pohjaa yhteisöllisyydelle opiskelevien urheilijoiden välille. Nimi Tukirinki nousi esiin toisessa työpajassa kolmannessa, ei-urheilijoita sisältäneessä ryhmässä, ja se nähtiin hyvänä kuvaavana nimenä ryhmälle joka sisältää urheilijoita ja tarkoituksena yhteisöllisyyden nimissä antaa ja vastaanottaa tukea. Näin he eivät enää koe olevansa ulkopuolisia, vaan kuuluvansa ainakin yhteen ryhmään, urheilijoihin, jossa on samanhenkisiä ihmisiä.

Tukirinki konkretian tasolla voisi olla sosiaaliseen mediaan kuten Facebookiin luotu yhteinen ryhmä (ks. Kuva1), jonne yhteisten harjoitusten lisäksi on mahdollista jakaa omia kokemuksia, ohjeita, yhteisiä tapahtumia, pyytää tai tarjota apua. Tukirinki antaa erinomaisen mahdollisuuden esimerkiksi fysioterapiaopiskelijalle, joka voi tarjota palveluitaan toiselle urheilijalle tai yksi urheilija haluaa perustaa omat nettisivunsa, ja voi kysyä onko ryhmässä tämän alan osaajia. Tavoitteena on myös saada opiskelevista urheilijoista tutoroppilaita, jotka ylläpitävät Tukirinki-toimintaa, yhdistävät urheilijoita ja auttavat tarvittaessa nuorempia oppilaita. Tutorit ovat myös urheilijoita, joten heiltä saisi vertaistukea ja toimiva niin sanotusti matalan kynnyksen henkilöinä mieltä askarruttavissa asioissa.



KUVA 1. Esimerkki opiskelevien urheilijoiden yhteisestä Facebook-ryhmästä - *Tukiringistä*

Keskusteltaessa opiskelijaurheilukilpailuista, heräsi idea LAMK:in omista verkkareista. Tämä tai joku muu urheilijoita yhdistävä vaate tai asuste koulun tarjoamana tai pientä korvausta vastaan voisi olla varteenotettava ajatus lisäämään yhteisöllisyyden tunnetta urheilijoiden kesken.

#### 5.4 Yhteistyö

Yhteistyö antaa opiskelevalle urheilijalle mahdollisuuden tehdä vielä enemmän ja vielä paremmin sekä huomioi urheilun vaatimukset. Yhteistyö vaatii organisaatiolta, LAMK:ilta, paljon panostusta ja jonkinlaisia ennakkovalmisteluja, koska mukana on paljon ulkopuolisia tahoja. Yhteistyön kolmen suora on: seurat ja lajiliitot, kansainvälinen vaihto mahdollisuus ja LAMK Sportsin tarjoamat hyödyt.

- Seurat ja lajiliitot
- Vaihtopankki
- LAMK Sports

Koska omassa tutussa ympäristössä työskenteleminen on usein paljon vähemmän kuluttavampaa, haluttiin lajiliitot ja etenkin seurat mukaan hankkeeseen. Ensimmäinen askel tästä oli jo nähtävissä kutsumalla toiseen työpajaan kaikki Lahden alueen suurimmat seurat, joista potentiaalisia opiskelijoita LAMK:iin voisi tulla. Tarkoitus heidän kanssa on luoda opiskeleville urheilijoille mahdollisuuksia suorittaa esimerkiksi osa työharjoittelustaan seuralle. Tämä voi tarkoittaa fysioterapeuttiopiskelijoille työskentelyä yhdessä seuran fysiikkavalmentajan kanssa tai liiketalouden opiskelijalle mahdollisuutta päästä lajiliittoon vastaamaan yhdessä henkilöstön kanssa toimiston arjen pyörittämisestä. Myös erilaiset projektit tai opinnäytetyöt on hyvä muistaa, koska ne kehittävät niin organisaatiota uusien ideoiden ja ajatusten ansiosta sekä antavat opiskelijalle uusia näkökulmia omaan alaansa. Monet seurat ja yhdistykset ovat henkilöstömäärältään kohtuullisen pieniä organisaatioita, ja palkallisia täysipäiväisiä ihmisiä ei välttämättä ole kuin yksi. Tämä antaa toisaalta mahdollisuuden urheilijalle päästä tekemään oikeita töitä, eikä vain seurata sivusta ja keittää kahvia. Kääntöpuolena organisaation näkökulmasta on huomioitava sen resurssit kouluttaa, opastaa ja ohjata opiskelijaa työssään. Tämän takia on tarkkaan suunniteltava ja sovittava työharjoitteluiden, projektien ja opinnäytetöiden toiveet, tavoitteet ja mahdolliset tulokset, jotta saadaan molempien puoleisen hyödyn.

Molemmissa työpajoissa kävi ilmi urheilijoiden halukkuus lähteä vaihtoon ulkomaille. Moni oli kuitenkin jäänyt asian kanssa vain ajatustasaolla, koska koki sen liian vaikeana järjestelynä, koska on otettava huomioon harjoitusolosuhteet vaihtokohteessa. Näiden keskustelujen lopputuloksen haluttiin luoda LAMK:in oma vaihtopankki, jonne kerätään kaikki tieto urheilijoiden vaihtoon lähdöstä, kohteista ja raporteista. Tämän avulla urheilijat voivat tarkastella onko kukaan oman lajin edustaja ollut aiemmin vaih-



dossa ja missä. Toisaalta myös varmistaa onko hänen mielestään mielenkiintoiseen maahan yritetty lähteä vaihtoon ja millä tuloksilla. Eli onnistumisien lisäksi myös kaikki tiedot toteutumattomista lähdöistä syiden kera on tärkeää tietoa. Vaihtopankin kokoamiseen tietysti menee vuosia, ennen kuin siellä on materiaaleja, koska opiskelijoita ei ole tähän asti eritelty Urheilijastatuksella. Myös seurat ovat tässä tärkeässä roolissa, siinä missä LAMK avustaa vaihtokoulun löytymisessä niin seuralla voi olla tärkeitä kontakteja kohdemaan seuroihin ja valmentajiin. Pitkäjänteisellä ja systemaattisella työllä vaihtopankista saadaan kattava listaus, josta on monelle vaihtoon aikovalle urheilijalle hyötyä. Koska vaihtoon lähtö urheilun kannalta voi olla rikastuttavaa ja ihmisenä kasvattavaa sekä se voi antaa uusia näkökulmia harjoitteluun ja siten parantaa urheilu suoritusta ja lisätä nautintoa urheiluun.

LAMK Sports tarjoaa Lahden ammattikorkeakoulussa liikuntapalveluja kuntosalista ryhmäliikuntatunteihin ja sen jäsenyys on saatavilla edulliseen opiskelijahintaan. Vuoden liikuttaja 2016 -palkinnolla huomioitu LAMK Sports on tietysti vahvana tekijänä urheilijan oppimispolun kehityksessä alusta alkaen. Tavoitteena on esimerkiksi tarjota urheilijastatuksen opiskelijoille ilmainen jäsenyys, joka mahdollistaa esimerkiksi kuntosaliharjoittelun koulun tiloissa. Tämä on tärkeää etenkin pienien lajien yksilöurheilijoille, joille ei seura tarjoa mahdollisuutta kuntosaliharjoitteluun.

Jotta kokonaisuus hahmottuisi paremmin siitä, minkälainen opiskelevan urheilijan matka urheilijan oppimispolussa voi olla, hyödynsin jälleen palvelupolkua ja tein kaksi palvelupolkua urheilijan oppimispolusta. Tässä on otettava huomioon Vainionkin (2017) esiin nostama seikka siitä, kuinka palvelupolku pahimmillaan yksinkertaistaa palvelua, eikä vastaa todellista asiakkaan kulkemaa reittiä palvelussa. Tämän ensimmäisen palvelupolun (ks. Liite 13) tein alun perin itselleni, selkeyttämään ajatusta siitä, mitä kaikkea urheilijan opiskelujen aikana voi tapahtua. Ajallisesti se sisältää noin kahden vuoden aikaiset vaiheet aina opiskelupaikan hakemisesta toisen opiskeluvuoden syksyyn. Urheilijana siinä on ajateltu olevan kesälajin edustaja, joten käytin Yasmin Yleisurheilu -käyttäjäprofiilin sisältämiä erityispiirteitä. Toisen palvelupolun (ks. Liite 14) tein enemmän visuaalinen

ilme edellä, joka on enempi posterityyppinen kuva markkinointia ajatellen. Siinä löytyy symboliikkaa polusta ja jalanjäljistä – jokaisen yksilöllisestä matkasta opinnoissa. Tienviitta polun alussa merkitsee urheilijoiden valintoja, jossa lopulta urheilu on aina ensimmäisenä ja se saattaa näin ollen jättää opinnot sivummalle. Polun varteen on aseteltu erivärisiä symboleita, jotka kuvaavat neljän teeman, tuen, joustavuuden, yhteisöllisyyden ja yhteistyön kohtia. Värit ovat samat, kuin aiemmin esitellyssä mallissa: sininen on tuen väri, joustavuuden värinä on oranssi, yhteisöllisyyden harmaa ja yhteistyön vihreä.

### 5.5 Opas opiskeleville urheilijoille

Edellä esitellyn mallin lisäksi, halusin jatkokehittää ideaa vielä konkreettisemmalle tasolle. Varsinkin oppimispolun alkuvaiheessa on tärkeää luoda selkeät raamit uusille opiskelijoille siitä, mitä urheilijan oppimispolku heille käytännössä tarkoittaa. Tästä ajatuksesta syntyi lyhyt opas (ks. Liite 15) aloittaville opiskeleville urheilijoille, johon on koottu kaikki tärkeä tieto siitä, mitä on olla opiskelevana urheilijana LAMK:issa. Koska aiemmin esitelty malli on enemmän koulun näkökulmasta luotu kuvaus siitä, mitä urheilijan oppimispolku on, halusin tuoda myös konkreettisemmin esille urheilijan kannalta katsottuna. Oppaaseen on koottu opiskelevalle urheilijalle tärkeimmät asiat opinnoista urheilijana kuten urheilijastatuksen merkitys ja tietoa Tukiringistä. Oppaan toiselle sivulle on koottu neljän teeman, tuen, joustavuuden, yhteisöllisyyden ja yhteistyön näkökulmasta urheilijalle merkittävimmät kohdat. Näin jo heti opintojen alussa, opiskeleva urheilija tietää mitä kaikkea urheilijan oppimispolku pitää sisällään. Myös kaikki tärkeimmät yhteystiedot, jokaisen alan oma urheilijoista vastaava opettajan sekä urheilukoordinaattorin, on lisätty oppaan loppuun. Tärkeää on siis pohtia tämän genren tuntevan henkilön palkkaamista urheilukoordinaattoriksi, joka pystyy täysipäiväisesti mahdollistamaan oppimispolun markkinoinnin, urheilijaystävällisten työharjoittelupaikkojen hankkimisen, yhteistyökumppanit sekä muut päivittäiset toimet.

## 6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Opinnäytetyöni tavoitteena oli selvittää, kuinka käyttäjälähtöisiä menetelmiä voi hyödyntää suunnittelussa ja palvelun mallintamisessa. Tarkoituksena oli selvittää kuinka LAMK voi tukea huippu-urheilun ja opiskelun hyödyntämistä. Käyttäjälähtöisessä suunnittelussa käytin hyväksi jo koulussa tutuksi tulleita palvelumuotoilun menetelmiä ja hyödynsin Lean Service Creation -työkortteja. Näiden menetelmien avulla selvitettiin huippu-urheilun ja opiskelun yhdistämisen haasteet ja mahdollisuudet. Tuloksen lisäksi tavoitteenani oli tulosten perusteella luoda konkreettinen malliehdotus, jonka avulla urheilu ja opiskelu olisi mahdollista yhdistää.

Käyttäjälähtöiset menetelmät toimivat hyvin uuden palvelun suunnittelussa ja mallintamisessa. Palvelumuotoilulle tyypillinen systemaattinen mutta luova tapa toimia, johdatti prosessia eteenpäin sujuvasti. Erilaiset työkalut antoivat mahdollisuuden luoda konkreettisia kuvauksia ja profiileita koko projektin ajan, joilla pystyi helposti havainnollistamaan sen hetkisiä ideoita. Valitsemani LSC-työkortit toimivat etenkin alkuvaiheessa hyvinä ohjenuorina työlle, sekä toi mukaan ketterän kehittämisen toimintaperiaatteita. Toisin, vastoin alkuperäistä suunnitelmaa, moni korteista jäi lopulta pois työstäni, koska ne eivät sopineet mielestäni ei-kaupallisen palvelun kehittämiseen tai hyödynsin kortin ideaa projektiin sopivammalla tavalla.

Toinen ohjaava kysymys koski urheilun ja opiskelujen yhdistämistä ja kuinka koulu, tässä tapauksessa LAMK voisi tukea tätä. Työpajoista saadun käyttäjätiedon lisäksi perehdyin teemaan erilaisten tutkimusten kautta, joita tietoperustassa on esitelty. Näiden pohjalta havaitsin neljä merkittävää teemaa, joilla koulu pystyy tukemaan opiskelevaa urheilijaa: tuki, joustavuus, yhteisöllisyys ja yhteistyö. Vaikka nämä kaikki teemat ja niiden sisältämät yhteensä 13 toimenpidettä ovat erilaisia tukipalveluita urheilijalle, nousi tuki vielä omaksi teemakseen. Näitä toimenpiteitä koulun pitäisi pystyä tarjoamaan urheilijalle, jotta voidaan puhua työkaluista, jotka auttavat menestymään niin opiskeluissa kuin urheilussa. Tämän tyypinen urheilijoille tarkoitettu mahdollisuus opiskella urheilu-uran aikana menestyksellä hyödyttää urheilijan ja koulun lisäksi seuraa, kaupunkia ja yhteisöä.

Koska niin kuin alussa viittasin Huippu-urheilun muutostyöryhmän (2011, 3) kuvaukseen urheilusta – se on happea, jota kansa hengittää.

## 6.1 Prosessin arviointi

Hyppäsin tähän urheilijan oppimispolun suunnitteluprosessiin mukaan keväällä 2017, silloin kun prosessi itsessään oli jo käynnissä. Joten oma osuuteni alkoi ensimmäisen työpajan myötä. Myös toisen työpajan ajankohta oli ennalta määritelty sijoittuen syksyyn 2017. Toisen työpajan myötä sain myös enemmän vastuuta, kun pelkän aineiston analysoinnin lisäksi suunnittelin työpajan rakenteen ja työpajaryhmien tehtävät. Oma osuuteni päättyy tähän opinnäytetyöhön sen ja sen tuotoksiin, mutta projekti sinällään jatkuu pohjautuen pitkälti kehitysehdotuksiini.

Projekti oli kokonaisuudessaan erittäin selkeä, se eteni johdonmukaisesti ja koko matkan ajan pidettiin käyttäjä keskiössä ottamalla se mukaan suunnitteluun ja kehittämiseen. Mielestäni siis käyttäjälähtöisyys onnistui tässä työssä hyvin. Alun perin kahden työpajan tuottama aineisto nähtiin riittävänä, mutta vielä loppusuoralla haluttiin kuulla käyttäjiä uudestaan varmistaaksemme toteutuksen onnistumisen. Niin kuin aikaisemmin mainitsin, se toteutettiin sähköpostikyselynä kaikille mukana olleille urheilijoille. Valitettavasti saimme vain yhden vastauksen tätä kautta, ja se jäi myös opinnäytetyön kannalta melko pienelle huomiolle. Toisaalta kuitenkin voidaan päätellä, että kyselyn vastaanottajat eivät nähneet suurta tarvetta mielipiteilleen, joten kyselyssä esitetyt mallit kelpasivat heille sellaisinaan. Koska kaikki ideat, ajatukset ja kehittämissuositukset ovat tulleet käyttäjiltä, urheilijoilta, katson tämän työn kokonaisluotettavuuden siltä kannalta onnistuneeksi. Työpajoista myös selvisi jo itsessään se seikka, että tällaiselle urheilijan oppimispolulle on tarvetta. Toisaalta käyttäjän lisäksi on myös otettava huomioon organisaation, LAMK:in näkökulma ja resurssit, joita työssä käsitellään melko vähän. Viimeisessä yhteisessä tapaamisessa toimeksiantajan edustajan, projektin vetäjän kanssa tulimme yhteisymmärrykseen siinä, että nostamani asiat ovat oleellisia oppimispolun kehittämisen kannalta.

Työssä esittelemäni käyttäjäprofiilit olivat iso osa työtä, ja niiden kautta oli hyvä peilata suunniteltavia asioita. Käyttäjäprofiilien luomisessa oli haasteena tuoda ilmi kaikki tärkeimmäksi koetut haasteet ja ongelmat, mutta samalla luoda profiileista mahdollisimman erilaiset. Tästä johtuen viilasin profiileita koko prosessin ajan, vastaamaan työpajoissa esille tulleita asioita. En kuitenkaan näe tämän vaikuttavan profiilien uskottavuuteen, koska jälleen kerran profiilit on luotu käyttäjien omien kokemusten pohjalta työpajojen aineistosta. Käytin myös erityisesti projektin alkuvaiheessa hyödykseni esittelemääni LSC-menetelmän työkortteja. Loppua kohden työkortit meinasivat kuitenkin jäädä taka-alalle ja niiden hyödyntäminen jäi vähemmälle. Loppujen lopuksi käytin yhteensä 19 kortista kokonaan vain kuusi (6) ja muutamia mukaillen. Yksi syy tähän on aiemmin mainitsemani projektin luonne, joka ei täysin istunut enemmän kaupallisen palvelun suunnitteluun ajateltuun malliin. Kuitenkin myös aika oli rajoittavana tekijänä, enkä ehtinyt hyödyntää konseptin mallintamiseen tarkoitettuja kortteja. Näen työkorttien käyttämisen kuitenkin hyödylliseksi ja etenemistä ohjaavaksi tavaksi työskennellä.

## 6.2 Oman oppimisen arviointi

Tämä aihe valikoitui itselleni eräällä opinnäytetöitä käsittelevällä oppitunnilla, jossa kehittämishanke oli esillä. Oma urheilu-urani koostuu lähinnä alakoulun tanssiharjoituksista ja perjantai-iltapäivän salibandyharjoituksista ja sen jälkeen penkkiurheilun haasteellisesta maailmasta. Kiinnostus urheilua kohtaan on lähtenyt pikkuveljen jääkiekkoharjoituksia seurattaessa ja kasvanut pikkuhiljaa myös muihinkin lajeihin. Lukion kävin koulussa, jossa oli normaalin linjan lisäksi urheilulinja. Joten sitäkin kautta on jonkinlaista hajua ollut koulun ja urheilun yhdistämisestä sivusta seuranneena. Urheilu on ollut nyt myös ammattikorkeakoulussa lähellä opintoja, kun suoritin työyhteisöjakson ja osan työharjoittelusta jääkiekkjoukkue Lahden Pelicansin riveissä. Oli siis luonteva jatkaa urheiluun liittyvällä aiheella myös opinnäytetyön puitteissa. Vaikka aluksi puhkuin intoa, ideoita ja uusia ajatuksia aiheesta, tuli seinä aika nopeasti vastaan. ”Enhän mä tiedä yhtään mil-

laista on olla urheilija”, kaikui jossain tuolla korvieni välissä. Lopulta kuitenkin huomasin, että käyttäjälähtöisten menetelmien avulla, pystyin ymmärtämään ja tietyllä tapaa samaistumaan urheilijoiden arkeen.

Vaikka olin luonut itselleni opinnäytetyön etenemistä kuvaavan palvelupolun ja pyrkinyt sen avulla hahmottamaan aikataulun, työn valmistumisen ajankohta siirtyi kertaalleen. Projektin käynnistyttyä omalta osaltani keväällä 2017 oli minun tarkoitus jatkaa sen työstämistä kesällä töiden ohella. Elämä ei kuitenkaan aina mene niin kuin on suunnitellut ja palasin oppimispolun pariin vasta syksyllä tyhjän kalenterin kanssa. Syksyllä opin pikkuhiljaa itselleni parhaimman tavan kirjoittaa, muutama tunti päivässä koulun kirjastossa kuulokkeet korvilla. Tämän tajuttuani oli helppo asettaa seuraava tavoiteaika, johon mennessä työ on oltava valmis.

Palvelumuotoilun erilaiset ominaispiirteet ja tapa toimia olivat minulle jo muista projekteista tuttuja, mutta silti koin pääseväni aikaisempaa paremmin kiinni aiheeseen. Etenkin LSC-työkortit toivat uutta näkemystä ketterään palvelunkehittämiseen, vaikka näin jälkikäteen ajateltuna niitä olisi voinut hyödyntää vielä järjestelmällisemmin. Käyttäjälähtöisen suunnittelun ominaispiirteeseen pääsin oikeastaan kunnolla käsiksi, kun laadin suunnitelmaa toiseen työpajaan. Koska aikaisemmin olin ollut muutamassa työpajassa osallistujana, pystyin sitä kautta ammentamaan erilaisia menetelmiä ja tapoja toimia. Mielestäni toinen työpaja onnistui rakenteellisesti suunnitellulla tavalla, mutta jäi hieman alun perin kaavaillusta konkretian tasosta. Olen kuitenkin kaikin puolin tyytyväinen lopputuotokseen, urheilijan oppimispolun malliin sekä sitä käsittelevään oppaaseen. Ne vastaavat sitä konkretiaa, jota tällä työllä lähdin tavoittelemaan, ja uskon niiden olevan tärkeät suuntaviivat jatkokehityksen kannalta.

### 6.3 Seuraavat askeleet oppimispolulla

Tämän oppimispolkuun johtaneen projektin kannalta seuraava vaihe on konkreettinen toteutus. Joitain asioita on toimeksiantajan, LAMK:in sisällä mennyt jo eteenpäin, mutta paljon on vielä matkaa todellisen oppimispolun

luomiseen. Rajalliset resurssit huomioon ottaen näen kuitenkin ensisijaisen tärkeänä, että askeleita polkua kohti on jo otettu, ja niitä otetaan askel askeleelta lisää. Jatkokehittämisen kannalta on tärkeää huomioida organisaation sisäinen kouluttaminen, jotta jokainen henkilökunnan jäsen on niin sanotusti kartalla tästä polusta. Myös ensimmäisiltä virallisilta opiskelevilta urheilijoilta aktiivinen palautteen kysely nyt ja jatkossa toimintojen sujuvuudesta, hyödyllisyydestä ja laadusta on tarpeellista. Myös mittarit, kuinka monta opiskelevaa urheilijaa opiskelee LAMK:issa ja mihin tahtiin he valmistuvat ovat varmasti mielenkiintoista dataa jatkon kannalta.

Jatkotutkimuksen yhdeksi näkökulmaksi oli mielenkiintoista ottaa mukaan yliopistonäkökulma LAMK:in liityttyä LUT-konserniin ja tarkastella, kuinka yliopiston ominaispiirteet antavat opiskelevalle urheilijalle mahdollisuuksia yhdistää urheilu-ura ja opinnot.

## LÄHTEET

Adecco. 2017a. Athlete Career Programme. Huippu-urheilijoiden uraohjelma [Viitattu 18.12.2017]. Saatavissa: <https://www.adecco.fi/fi-fi/adecco-yrityksena/yhteiskuntavastuu/athlete-career-programme/>

Adecco. 2017b. Pekalle töitä [Viitattu 18.12.2017]. Saatavissa: <https://www.adecco.fi/fi-fi/pekalletoita/>

Airaksinen, I. 2017. Vasara ohjaa etsimään nauvoja – tavoitteiden tulee ohjata palvelumuotoilua [Viitattu 16.1.2018]. Palmu. Saatavissa: <http://palvelumuotoilu.fi/fi/vasara-ohjaa-etsimaan-nauloja-tavoitteiden-tulee-ohjata-palvelumuotoilua/>

Ammattinetti. Ammattuurheilija [Viitattu 13.12.2017]. TE-palvelut. Saatavissa: [http://www.ammattinetti.fi/ammattit/detail/308\\_ammatti](http://www.ammattinetti.fi/ammattit/detail/308_ammatti)

Aquilina, D. 2013. A Study of the Relationship Between Elite Athletes' Educational Development and Sporting Performance. The International Journal of the History of Sport.

Côté, J. 1999. The Influence of the Family in the Development of Talent in Sport. The Sport Psychologist. Human Kinetics Publishers, Inc.

Côte, J., Baker, J. & Abernethy, B. 2007. Practice and play in the development of sport expertise.

Dervoijeda, K. Verzijl, D. Nagtegaal, F. Lengton, M. Rouwmaat, E. Monfardini, E. & Frideres, L. 2014. Design for Innovation. Service design as a means to advance business models. Case study 13. European Union.

Futurice. Lean service creation crash course [Viitattu 4.1.2018]. Saatavissa: <https://fi-cdn.scdn1.secure.raxcdn.com/files/2660/lsc-crash-course.pdf>



Guidotti, F. Minganti, C. Cortis, C. Francesca Piacentini, M. Tessitore, A. & Capranica, L. 2013. Validation of the Italian version of the Student Athletes' Motivation toward Sport and Academics Questionnaire. Sport Sciences for Health.

Heikkinen, H. 2013. Käyttäjäprofiilit ja persoonat [Viitattu 14.12.2017]. Innokylä. Saatavissa: <https://www.innokyla.fi/web/malli111484>

Hirsjärvi, S. Hurme, H. 1991. Teemahaastattelu. Helsinki: Yliopistopaino.

Hirsjärvi, S. Hurme, H. 2001. Tutkimushaastattelu: teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino

Huippu-urheilun muutostyöryhmä 2011. Uudistuva huippu-urheilu Suomessa 2010–luvulla. 2011. Muutosryhmän väliraportti suomalaisen huippu-urheilun uudistamiseksi.

Hyysalo, S. 2006. Käyttäjätieto ja käyttäjätutkimuksen menetelmät. Helsinki: Edita Prima.

Hyysalo, S. 2009. Käyttäjä tuotekehityksessä. Tieto, tutkimus ja menetelmät. Helsinki: Taideteollisen korkeakoulun julkaisu.

Häyrinen, R. 2016. Nuoret kiekkoilijat lähtevät kielen, kapean kaukalon ja opintojen perässä Pohjois-Amerikkaan [Viitattu 18.12.2017]. Keski-suomalainen. Saatavissa: <https://www.ksml.fi/urheilu/kiekko/Nuoret-kiekkoilijat-l%C3%A4htev%C3%A4t-kielen-kapean-kaukalon-ja-opintojen-per%C3%A4ss%C3%A4-Pohjois-Amerikkaan/896370>

Jyväskylän Yliopisto. 2017. Käyttäjälähtöisen suunnittelun periaatteet [Viitattu 14.12.2017]. Saatavissa: <http://smarteducation.jyu.fi/projektit/systech/Periaatteet/suunnittelun-periaatteet/kayttajalahtoisien-suunnittelun-periaatteet>

Kaski, S. 2006. Valmentautumisen psykologia kilpa- ja huippu-urheilussa. Helsinki: Edita Prima Oy.

Kissinger, D. Miller, M. 2009. The contemporary collage student athlete as a subpopulation. College Student-athletes: Challenges, Opportunities, and Policy Implications. Charlotte, NC: Information Age Publishing.

Kissinger, D. & Watson, J. 2009. Promoting student-athlete mental health. College Student-athletes: Challenges, Opportunities, and Policy Implications. Charlotte, NC: Information Age Publishing.

Koulukino. Urheilu ammattina [Viitattu 13.12.2017]. Saatavissa:

<http://www.koulukino.fi/?id=2437>

Kylänpää, K. 2011. Urheilijan talous. Selvitys Olympiakomitean nuorten huippu-urheiluohjelmassa vuosina 2005 – 2009 mukana olleiden urheilijoiden budjetin rakentumisesta. Lahden ammattikorkeakoulu. Liikunnan- ja vapaa-ajan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.

Laakso, A. Lehtinen, R. 2014. Tulevaisuutta tekemään – työpajatyöskentelyn metodiopas. Hämeenlinna: Hämeen ammattikorkeakoulu.

LAMK. 2018. 2018a Lahden ammattikorkeakoulu. Yleisesite Saatavissa:

[http://www.lamk.fi/SiteCollectionDocuments/lamk\\_yleisesite.pdf](http://www.lamk.fi/SiteCollectionDocuments/lamk_yleisesite.pdf)

LAMK. 2018. 2018b LAMK Sports [Viitattu 15.1.2018]. Lahden ammattikorkeakoulu. Saatavissa:

<http://www.lamk.fi/opiskelijalle/liikunta/Sivut/default.aspx>

LAMK. 2018. 2018c LUT:n nimi tulevaisuudessa LUT-yliopisto [Viitattu 17.1.2018]. Lahden ammattikorkeakoulu. Saatavissa:

<http://www.lamk.fi/ajankohtaista/Sivut/LUTn-nimi-tulevaisuudessa-LUT-yliopisto.aspx>

Lempinen, M. 2017. Entinen suomalainen NHL-tähti saa työeläkettä vain 82 euroa kuussa – yksi asia pelastaa hänen toimeentulonsa [Viitattu 8.12.2017]. Ilta-Sanomat. Saatavissa:

<https://www.is.fi/nhl/art-2000005477414.html>

Liikuntalaki 390/2015, 1 luku Yleiset säännökset. 2015. Finlex. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150390>

Lämsä, J. Korhonen, A. Nenonen, J. Manninen, T. Puhakka, A. Kainulainen, J. & Hokkanen, T. 2014. Kuinka hitaita urheilijat ovat? Selvitys urheilijoiden korkea-asteen opintojen etenemisestä. KIHUn julkaisusarja, nro 47. Jyväskylä.

Maunula, M. 2010. Amerikkalainen v. suomalainen koululaitos [Viitattu 21.11.2017]. Suomen kuvalehti. Saatavissa: <https://suomenkuvalehti.fi/americana/amerikkalainen-v-suomalainen-koululaitos/>

Medals per capita [Viitattu 2.1.2018]. Olympic glory in proportion. Saatavissa: <http://www.medalspercapita.com/#medals:all-time>

Miettinen, S. 2011. Palvelumuotoilu: uusia menetelmiä käyttäjätiedon hankintaan ja hyödyntämiseen. Helsinki: Teknologainfo Teknova.

Miettinen, S. & Koivisto, M. 2009. Designing services with innovative methods. Kuopio: Kuopio Academy of Design 2009

Mäkinen, J. 2017. Väestökysely urheilun vaikutuksista ja seuraamisesta. Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus KIHU. KIHUn julkaisusarja, nro 57. Jyväskylä.

NCAA. What is the NCAA? [Viitattu 21.11.2017]. Saatavissa: <http://www.ncaa.org/about/resources/media-center/ncaa-101/what-ncaa>

Oinonen, S. 2013. Palvelumuotoilu ja asiakkaiden osallistaminen palvelukehitykseen [Viitattu 8.1.2018]. Saatavissa: <http://docplayer.fi/1366916-Palvelumuotoilu-ja-asiakkaiden-osallistaminen-palvelukehitykseen.html>

Opetusministeriö 2004. Huippu-urheilutyöryhmän muistio. Opetusministeriön työryhmämuistioita ja selvityksiä 2004:22. Saatavissa: <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/80427/tr22.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Opiskeleulkomaila.fi. Opiskele Yhdysvalloissa. [Viitattu: 21.11.2017]. Saatavissa: [https://www.opiskeleulkomaila.fi/Maaopas\\_Yhdysvalat\\_d7741.html](https://www.opiskeleulkomaila.fi/Maaopas_Yhdysvalat_d7741.html)

Pekkala, A. 2011. Mestaruus pääomana. Huippu-urheilun tuottama pääoma yrittäjäksi ryhtymisen kannalta. Jyväskylän Yliopisto.

Ruusuvuori, J. Tiitula, L. 2005. Haastattelu – Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino.

Sarvas, R. Nevanlinna, H. & Pesonen, J. 2017. Lean service creation. Handbook versio 1.8. Futurice.

Stickdorn, M. & Schneider, J. 2011. This is service design thinking.

Tikkanen, J. Opiskelevan kilpaurheilijan elämäntietä. Pro-gradu – tutkielma. Kuopion yliopisto. Sosiaalipolitiikan ja sosiaalipsykologian laitos Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta.

Toivonen, S. 2014. Suomalaisveskari: USA:ssa on parempi mahdollisuus yhdistää jääkiekkoura ja opiskelu [Viitattu: 18.12.2017]. Yle Uutiset. Saatavissa: <https://yle.fi/uutiset/3-7399013>

Tull, A. 2009. Involvement in learning and athletic participation. College Student-athletes: Challenges, Opportunities, and Policy Implications. Charlotte, NC: Information Age Publishing.

Turpeinen, H. 2012. Kohti huippu-urheilijan uraa. Pro gradu – tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteiden laitos.

Tuulaniemi, S. 2013. Palvelumuotoilu. Talentum Helsinki.

Vainio, H. 2017. Asiakaspolut ovat palvelumuotoilun populismia [Viitattu 14.12.2017]. Palmu. Saatavissa: <http://palvelumuotoilu.fi/fi/asiakaspolut-ovat-palvelumuotoilun-populismia/>

Valtonen, A. 2005. Ryhmäkeskustelut – Millainen metodi? Teoksessa: Ruusuvuori, J. Tiitula, L (toim.) Haastattelu – Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino.

Vuorela, A. 2017. Koripallohuuma tarttui nuoriin – Lauri Markkasen nimeä kantavat koriskoulut täpötäynnä. Yle Uutiset [viitattu 8.11.2017]. Saatavissa: <https://yle.fi/uutiset/3-9839716>

Wylleman, P., Alfermann, D. & Lavalley D. 2004. Career transitions in sport: European perspectives, Psychology of Sport and Exercise

# LIITTEET

## Liite 1: LSC-työkortti: Liiketoiminnan tavoitteet ja rajoitteet

### LIIKETOIMINNAN TAVOITTEET JA RAJOITTEET

---

<p><b>Tavoitteemme?</b> Kehittää LAMKiin urheilijaväylä opiskelijoille, jotka kilpailevat lajissaan ammattimaisesti. Tukee urheilijauran sekä opintojen yhdistämistä joustavammin.</p>	<p><b>Mistä tiedämme olemmeko onnistuneet?</b> Rautalankamallien esille tuonti ja niistä palautteen kerääminen. Hakijamäärä (urheilijoita), toteutuksien jälkeinen kysely/palautte</p>
<p><b>Mitä ongelmaa olemme ratkaisemassa?</b> Miten luoda (ammattikseen) urheilijalle mahdollisuus opiskella joustavasti ja samalla urheilu-uraa tukien Lamkissa? Miten toteutamme tämän käyttökäytännöllisesti?</p>	
<p><b>Mitä asioita meidän täytyy ottaa huomioon?</b> (Brändistrategia,..)</p> <p>Kilpailijat, onko muilla käytössä jo jotain tiettyä toimintamallia urheilijoiden opiskelun tueksi? Mikä on LAMK nykytilanne, millaiset resurssit käytettävissä (markkinointi, opettajat, yhteistyökumppanit)? Onko kohderyhmänä joidenkin tiettyjen lajien edustajat ja mikä on vaatimustaso urheilija statukseen?</p>	<p><b>Mikä rajoittaa meitä?</b> (Budjetti, aikataulu, organisaatio, lainsäädäntö, nykyinen liiketoiminta,..)</p> <p>Rajallinen budjetti, aikataulu (yhteishaku), opiskelijat eri aloilla ja eri lajit, lainsäädäntö (opetussuunnitelmat)</p>

## Liite 2: LSC-työkortti: Perehtyminen

### PEREHTYMINEN

<p><b>Paras arvauksenne asiakkaan ongelmasta:</b> Resurssit (aika, jaksaminen) eivät riitä urheilijan työhön sekä opiskeluun. Ei haluta häiritä omaa urheilu-uraa opiskelulla.</p>	<p><b>Kilpailijat asiakkaan näkökulmasta:</b> Koulun kilpailija on urheilu, joka tulee urheilijoille aina ensimmäisenä. Myös muut korkeakoulut ja etenkin yliopistot, jossa opiskelu on joustavampaa.</p>
<p><b>Kilpailijat toimialallamme:</b> Turun amk tekee yhteistyötä Turun urheiluakatemia kanssa, mahdollisuus saada 30op osallistamalla akatemian tarjoamiin harjoituksiin. Mahdollisuus suorittaa liiketalouden tutkinto monimuotototeutuksena, jossa voi erikoistua urheilujohtamiseen. Savonia tarjoaa opiskelijoilleen mahdollista yhdistää huippu-urheilu ja opiskelu yhdessä Kuopion Urheiluakatemia kanssa esim. hyväksi lukea huippu-urheilua valinnaisiin opintoihin. Jämsällä Urheiluliiketoiminnan linja "perus opiskelijoille" ja urheilijoille. Joustava mahdollisuus yhdistää huippu-urheilu ja opiskelu. Kansainvälinen linja, jossa mahdollista lähteä vaihtoon University of Floridan Sport Management -yksikköön. Opiskelu suoritetaan tiivistä urheiluseuran, -organisaation tai urheilijan näkökulmasta. "Sponsorointia, brändäystä ja tapahtumatuotantoa"</p>	<p><b>Kuumimmat start-utit:</b></p>
<p><b>Miten nykyinen liiketoiminta voi häiriintyä?</b> Muut opiskelijat kokevat joutuvansa tekemään enemmän kurssin/tutkintonsa eteen, eriarvoisuus, läsnäolopakko. Pystyttävä osoittamaan että urheilijat opiskelijat tekevät saman työn vaikka eivät aina läsnä ja opettajien muistettava kohdella tasavertaisesti. Pysyvätkö urheilijat opintoaikatauluissa mukana ja valmistuvat määräaikaan mennessä? Miten ennaltaehkäistä urheilijoiden putoaminen kelkasta?</p>	<p><b>Kuumimmat nimet:</b> Haaga Helian avoimen kautta opiskelu Huippu Urheilijasta Yrittäjäksi -ohjelmassa. Aluksi 60op jonka jälkeen voi hakea sopivaan yritystoimintaa tukevaan tutkintokoulutukseen. Yhteistyö myös pääkaupunkiseudun urheiluakatemia Urhean kanssa, heillä mm oma opinto-ohjaaja. Myös Laurea Urhean yhteistyökumppani, omat vastuhenkilöt, joilla voidaan tukea urheilijan opiskelijan opintoja mm. Yksilöllinen aikataulu, vaihtoehtoiset tavat suorittaa opintona, vaihto mahdollisuudet.</p>
<p><b>Inspiroivia tuotteita ja palveluita</b> Urheilulukiot ovat jo pitkään tarjonneet urheilijoille opiskelijoille omaa linjaa, jonka kautta joustavasti valmistua ylioppilaaksi. Yleisimpiä piirteitä: koulun /urheiluakatemia tai seuran vetämät aamutreenit, joista lasketaan suorituksia esim. 12-18 kurssia omaa lajiaan. Mahdollisuus korvata pakollisia kursseja tietyn perustein näillä harjoituksilla. Koulua on myös mahdollista venyttää vuodella pidempään, jotta aikaa jää opiskelulle sekä urheilulle. Urheilulinjalle on tietyt vaatimukset urheilun suhteen.</p>	<p><b>Yleinen keskustelu aiheeseen liittyen:</b> Onko näyttöä siitä, tutkivatko urheilijat koulujen tarjontaa ja valitsevat mieluummin koulun joka tarjoaa opiskelua urheilijaystävällisemmin? Huippu-urheilun tila Suomessa?</p>



## Liite 3: LSC-työkortti: Data

### DATA – Tunne numerot ja faktat.

#### Mitä tietoa tarvitsemme?

Kohderyhmästä eli urheilijoista, heidän lajinsa, ja sen rytmit ja huomioitavat asiat kuten pelit, leirit ja muut tapahtumat. Tietoa hankittu haastattamalla entisiä (ja nykyisiä) LAMK (tai muu korkeakoulu) opiskelijoita jotka urheilivat opintojensa ohella ammattimaisesti. Heidän kokemat onnistumiset sekä haasteet. Käyttäjälähtöisessä suunnittelussa otimme myös huomioon heidän esille tuomiaan ehdotuksia/ajatuksia mitkä toisivat urheilulle opiskelijalle hyötyä.

Tietojen keruu kahdessa eri työpajassa, jossa ensimmäisessä selvitettiin haasteet/onnistumiset ja keskusteltiin ihanne tilanteesta yhdistää urheilu ja opiskelu. Osallistuneiden kertomista luotiin neljä käyttäjäprofiilia.

Toisessa työpajassa keskityttiin ensimmäisessä pajassa tulleisiin kehitysehdotuksiin ja jatkajalostettiin niitä, sekä saatiin vahvistus siitä että ollaan oikeilla jäljillä.

#### Lista relevanteista tiedonlähteistä:

Jo valmistuneet urheilijat LAMKista, sekä muista ammattikorkeakouluista.  
Tällä hetkellä LAMKissa opikelevat urheilijat.  
Myös lajiitoilta/urheilupäälliköiltä/valmentajilta mahdollista saada tärkeää tietoa.  
Aikaisemmat tutkimukset urheilun ja koulun yhdistämisen vaikeuksista/onnistumisista.

#### Keskeiset löydöksemme datasta liittyen käyttäjiin:

Onnistumisissa mainittiin usein joustavat ja ymmärtäväiset opettajat, tästä on hyvä lähteä liikkeelle. Tarvittiin silti enemmän joustavuutta opinnoissa, jotta helpompi keskittyä urheilemaan, harjoitteluun, peleihin, leireihin. Koulupäivien rakenne herätti keskustelua, sillä pitkät päivät rasittavat kroppaa ja aamuisin yleensä tarve päästä seuran/joukkueen yhteisiin harjoituksiin. Tarvetta koettiin tarkemmalle ohjaukselle opintojen suhteen, varhaisen vaiheen suunnittelu ja koulun rytmittäminen lajin ominaispiirteiden mukaan.

Etenkin projektit ja työharjoittelut koettiin haastaviksi, koska aika kortilla.

Tärkeänä pidettiin myös vaihtoon lähtemisen mahdollisuutta.

Käyttäjiä on laaja kirjo, joilla kaikilla hieman erilaiset vaatimukset riippuen lajista sekä opinnoista, yksilöllisyys. Keskeisten löydösten pohjalta on luotu neljä käyttäjää huomioiden yksilö ja joukkuelajit sekä eri opintoalat.

Toisen työpajan teemoista (tuki, joustavuus ja yhteistyö) nousi paljon jo käsiteltyjä aiheita, joka vahvisti käsitystämme siitä, että olemme oikeilla jäljillä.

"Tärkeimmäksi" teemaksi nousi tuki, joka koettiin ensisijaisen tärkeänä opiskelun ja urheilun yhdistämisen suhteen Vasta sen jälkeen tulisi pohita, mitä muuta LAMKilla on mahdollista tarjota opiskeleville urheilijoille.

Yhteisöllisyys, yhdessä tekeminen koettiin tärkeänä asiana, mistä saa vertaistukea, kannustusta ja uusia näkökulmia. Yhteistyö LAMK:in ulkopuolisten tahojen kanssa huippu-urheilun kehittämiseksi nousi isoksi teemaksi, johon vielä tässä vaiheessa ei ole resursseja tai tavoitteita.

#### Keskeiset mahdollisuudet liittyen käyttäjiin:

Koska mahdolliset käyttäjät ovat olleet vahvasti mukana antamassa kokemuksen tuomia ehdotuksia ja mielipiteitä pitäisi lopputuleman vastata hyvin käyttäjien tarpeita. Mahdollisuutena on myös luoda yhdessä käyttäjien eli opiskelevien urheilijoiden kanssa yhteisöllinen urheilija ryhmä, jotka tukevat toisiaan ja jakavat osaamistaan sekä urheilun että opiskelun saralla.

Huomattiin, että urheilijat ovat erittäin motivoituneita ja tavoitteellisia, ja ovat oikeasti kiinnostuneita opiskelemaan itselleen ammatin urheilu-uran jälkeistä aikaa ajatellen. Heitä ei siis tarvitsisi tämän otannan perusteella olla puskemassa eteenpiän, vaan lähinnä ohjaamassa ja auttamassa, jotta selviävät kokonaiskuorimuksesta.

#### Keskeiset löydöksemme datasta liittyen meidän ja muiden liiketoimintaan:

Moni urheilija on lukiotaustainen ja monella vielä urheilulukio, jossa on jo opeteltu urheilijan arkea (aamuharjoitukset yms.). Urheilulukioilla on ratkaisumalli kurssisuoritusten ja aamuharjoitusten suhteen, nämä helpottavat urheilijan tietä ylioppilaaksi. Mahdollisuus on myös pidentää kolmesta vuodesta aina neljään vuoteen opiskeluaikaa.

Lukiosta tulisi saada selkeä jatkumo korkeammalle asteelle, kotikaupungissa, jotta urheilu ei häiriintyisi suurista muutoksista kuten paikkakunnan vaihto ja uuden tukiverkoston haaliminen.

Urheiluakatemiät tärkeä palanen jatkumon varmistamiseksi.

#### Keskeiset mahdollisuudet liittyen liiketoimintamme/kilpailijoihin:

LAMKilla on hyvät mahdollisuudet nostaa mainettaan urheilijaystävälliseksi kouluksi, koska Lahti tunnetaan jo valmiiksi urheilukaupunkina. Sijainnillaan Lahti on ideaalilla paikalla, lähellä pääkaupunkiseutua ja ympäryskunnista mahdollisuus haalia urheilijoita opiskelijoiksi. Urheilulukio, Salpauksen urheilun erityisistä ammattikoulussa ja urheilukeskukset Vierumäki ja Pajulahti antavat hyvän pohjan ponnistaa myös korkeakoulutasolle urheilijana. Myös LUT konsersin yliopiston tuomat uudet mahdollisuudet on hyvä valttikortti ja se näkökulma tulisi myös ottaa huomioon vuoden 2018 puolella.





## Liite 4: LSC-työkortti: Segmentointi

### SEGMENTOINTI – Valitse ketä pyrit palvelemaan.

#### Yhteistä kaikille käyttäjäryhmille:

Urheilijoita, haluavat koulutuksen urheilu-uran jälkeiselle ajalle tai tukemaan omaa urheilija-uraansa ja haluavat yhdistää nämä kaksi (opiskelu ja urheilu) asiaa vaivattomasti.

Harjoittelevat kerrasta kahteen päivässä ja viikossa on tapahtumia 5-10 kertaa. Harjoittelun lisäksi, otteluita, kisoja ja leirejä, jotka vaativat aikaa.

Motivoituneita, päämäärätietoisia, oma-aloitteisia, halu voittaa.

Vaikka käyttäjät on profiloitu tietyn lajin ja alan alle, niitä on hyvä katsoa myös yleisesti esimerkiksi mäkihyppäjän voi rinnastaa koskemaan muitakin talvilajeja kuten hiihtoa ja judon muita kampsailulajeja. Kaikki kuuluvat pääkäyttäjryhmään, koska urheilevat urheiluakatemia määrittämällä vaaditulla tasolla.

NELJÄS KÄYTTÄJÄRYHMÄ: Yasmin Yleisurheilu

Liikunnallinen Yasmin valitsi lukioikäisenä lajikseen yleisurheilun ja juoksun. Urheilulukioista valmistumisen jälkeen Yasmin haki opiskelemaan matkailualaa LAMKiin. Juoksu vie viikotason paljon aikaa Yasmin elämästä: noin kuudet lajiharjoitukset viikossa ja sen lisäksi oheisharjoitukset ja kehonhuolto.

Erilaisia leirejä kotimaassa sekä ulkomailla kertyy muutamia vuoteen.

Matkailuliiketoiminnan opinnot ovat melko käytännönläheisiä sisältäen erilaisia harjoittelujaksoja ja projekteja. Se on tuottanut aika-ajoin päänaivaa, mutta ensimmäisen vuoden perusteella se ei ole mahdollon yhdistelmä urheilun kanssa, sillä Yasmin pysyi muiden tahdissa mukana. Häntä kuitenkin hieman harmittavat projektimaiset ryhmätyöt, koska kokee, ettei ollut hirveän haluttu ryhmän jäsen ollessaan välillä enemmän poissa kuin paikalla

#### Käyttäjryhmän nimi: Jani Jalkapallo

Lisää kuva tähän



#### Kuvaus:

Jani pelaa jalkapalloa Suomen korkeimmalla liigatasolla Veikkausliigassa FC Lahdesa. Jania on aina kiinnostanut jalkapallon lisäksi liiketalous, jonka takia hän opiskelee LAMKissa tradenomiksi. Jalkapallo vie suuren osan Janin päivästä, varsinkin keväällä, jolloin valmistaudutaan kesän otteluihin ja harjoitellaan kaksi kertaa päivässä. Tänä aikana Janilla saattaa olla kahdeksasta kymmeneen tapahtua viikossa jalkapallon ympärillä. Talvella marras-joulukuussa kauden päätyttyä Janilla on paremmin aikaa keskittyä kouluun. Myös kesällä, kauden aikana, Janilla olisi mahdollista suorittaa muutama kurssi.

#### Ratkaisemisen arvoinen ongelma (oletus):

Janin on osallistuttava joukkueen mukana lajiharjoituksiin aamupäivästä sekä iltaapäivällä, joten päivään jää lopulta vain muutama tunti tehokasta aikaa koulunpenkillä istumiseen.

Pääkäyttäjryhmä?

Miksi/miksi ei?

#### Käyttäjryhmän nimi: Mika Mäkihyppy

Lisää kuva tähän



#### Kuvaus:

Mika harrastaa ammattimaisesti mäkihyppyä, mutta tämän lisäksi Mattia kiinnostaa fysioterapian koulutus. Mika onkin vakavissaan miettinyt muuttoa Lahteen, jossa voisi harjoitella tosissaan lajiaan sekä samalla opiskella LAMKissa fysioterapian tutkinnon. Mikalla on harjoitukset kaksi kertaa päivässä, aamuisin lajiharjoitukset joukkueen mukana ja iltaapäivästä ohjeisharjoitus. Kausi mäkihyppystä alkaa marraskuussa, ja sitä ennen on mm. ensilumen leiri. Kisat ovat viikonloppuisin ja niiden määrä riippuu omasta kunnosta/päjämisestä.

#### Ratkaisemisen arvoinen ongelma (oletus):

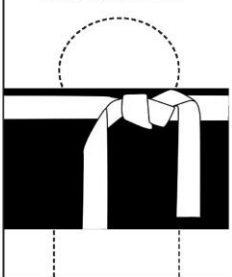
Vaikka mäkihyppy on yksilölaji, harjoitellaan pääsääntöisesti joukkueen kanssa. Aamuisin klo8-10 sekä toiset harjoitukset iltaapäivästä. Myös pidemmän leirit ja kisamatkat aiheuttavat poissaoloja. Tasosta riippuen kisoja kauden aikana min. 5, parhaimmillaan joka vkpl, joskus 1-2vk varoitusaajalla.

Pääkäyttäjryhmä?

Miksi/miksi ei?

#### Käyttäjryhmän nimi: Julia Judo

Lisää kuva tähän



#### Kuvaus:

Julia opiskeli LAMKissa insinööriksi tieto- ja viestintätekniikan alalle. Opiskelujen ohella hän tähtäsi olympialaisiin lajinaan judo. Tämä vaati kaksi vuotta intensiivistä harjoittelua sekä kisamatkoja ympäri vuoden. Ulkomaan kisoja ja leirejä kertyi parhaimmillaan vuodessa noin 100 päivän verran. Julia harjoitteli lajiaan usein aamuisin sekä iltaapäivästä seuransa muiden lajin edustajien kanssa. Julia koko olevansa ulkopuolinen koulussa, koska oli ainoa urheilija, eivätkä kaikki opettajat katsooneet poissaoloja aina hyvällä. Samalla hän koki jäävänsä ulkopuoliseksi luokkansa sisällä poissaolojen takia.

#### Ratkaisemisen arvoinen ongelma (oletus):

Julia tarvitsi aina vähintään parin lajiharjoituksen, joten ne oli ajoitettava seuran aikataulujen mukaan, yleensä aamuisin sekä iltaapäivästä. Olympialaisiin tähtäävän Julian oli oltava joskus pidempiäkin aikoja ulkomaanleireillä. Alku syksystä ja keväällä tärkeät kilpailut.

Pääkäyttäjryhmä?

Miksi/miksi ei?

L A M K

## Mika Mäkihyppy



Mika harrastaa ammattimaisesti mäkihyppyä, ja hänen tavoitteena on nousta suomalaisten kärki viisikkoon. Hänen kotikaupungissaan on kuitenkin vähän lajin harrastajia sekä osaavia valmentajia. Urheilullisen taustansa takia Mikaa kiinnostaa fysioterapian koulutus. Tämän takia Mika onkin miettinyt muuttoa toiselta paikkakunnalta Lahteen, jossa voisi harjoittaa lajiaan sekä samalla opiskella LAMK:issa fysioterapian tutkinnon.

Vaikka mäkihyppy on yksilölaji, tehdään lajiharjoitukset aina joukkueen kanssa. Mikan päivät koostuisivat koulun lisäksi aamun lajiharjoituksista joukkueen kanssa sekä iltapäivän oheistreeneistä. Harjoittelukausi painottuu kesään ja varsinainen kisakausi alkaa marraskuussa, mutta sitä ennen on muun muassa ensilumen leiri pohjoisessa. Kisat ajoittuvat viikonlopuille, mutta niihin tarvittava aika esimerkiksi matkustamiseen on tapauskohtaista. Kisojen määrä vaihtelee tason mukaan viidestä kisasta aina joka viikonloppuun, ja joskus kutsu kisoihin saattaa tulla vain parin viikon varoitusajalla.

Mika kokisi hyötyvänsä muutosta Lahteen, mutta toisaalta häntä epäilyttää riittääkö hänellä aika molempiin opiskeluun ja mäkihyppyyn. Harjoituksia kuitenkin tulee päivässä olemaan kahdet ja kisamatkat ja leiritkin aiheuttavat poissaoloja. Pitkät istumiset koulussa eivät ole hyväksi urheilija kropalle ja mahdolliset ryhmätehtävät voivat tuoda päänvaivaa. Fysioterapia alana on kuitenkin se mitä Mika haluaisi mäkihyppyuran jälkeen tehdä, mutta ei halua sen vielä vievän aikaa urheilulta.

*Mika Mäkihyppy*

L A M K

## Yasmin Yleisurheilu



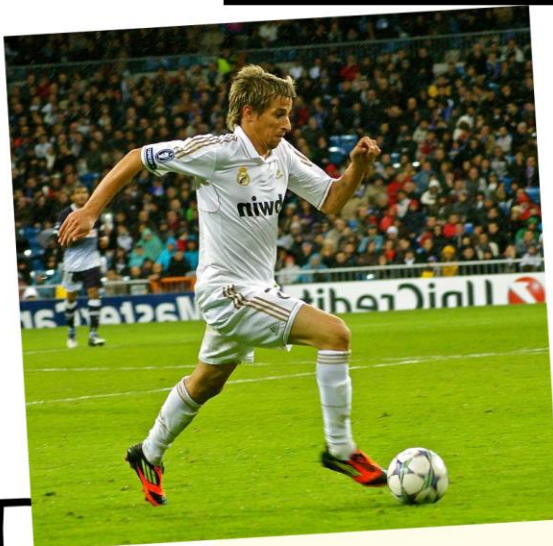
Yasmin on aina ollut liikunnallinen nuori, ja lopulta yläasteella monista harrastuksista yleisurheilusta ja juoksusta tuli hänen pääajajinsa. Urheilulukion jälkeen hän haki LAMK:iin opiskelemaan matkailualaa. Urheilun ansiosta Yasmin on päässyt matkustamaan monissa eri maissa ja kulttuureissa, ja onkin aina ollut kiinnostunut luomaan siitä itselleen uran urheilun päätyttyä.

Urheilu vie viikkotasolla paljon aikaa Yasminin elämästä: noin kuudet lajiharjoitukset viikossa ja sen lisäksi oheisharjoitukset ja kehonhuolto. Harjoituskausi kestää aina lokakuusta kilpailukauden alkuun toukokuuhun. Ennen kisakautta, käydään yleensä yhdestä kahteen kertaa ulkomaanleirillä, jotka kestävät noin viikon. Kotimaanleirejä on harjoituskauden aikana noin neljä kertaa, ja ne kestävät yleensä pitkän viikonlopun torstaista sunnuntaihin. Yasmin on huomannut toisinaan opettajien hieman negatiivisen suhtautumisen hänen poissaoloihin, ja joutunut joskus jättämään harjoitukset väliin tiukan läsnäolopakon takia. Matkailualalle tyypillinen vaihtoon lähtö ulkomaille arvetulla Yasminia. "Onko se edes urheilijalle mahdollista?"

Matkailuliiketoiminnan opinnot ovat melko käytännönläheisiä sisältäen erilaisia harjoittelujaksoja ja projekteja. Se on tuottanut aika-ajoin päänvaivaa, mutta ensimmäisen vuoden perusteella se ei ole mahdoton yhdistelmä urheilun kanssa, sillä Yasmin pysyi muiden tahdissa mukana. Häntä kuitenkin hieman harmittavat projektimaiset ryhmätyöt, koska kokee, ettei ollut hirveän haluttu ryhmän jäsen ollessaan välillä enemmän poissa kuin paikalla.

Yasmin Yleisurheilu

## Jani Jalkapallo



Jani on reilu parikymppinen paljasjalkainen lahtelainen, joka pelaa amatikseen jalkapalloa Suomen korkeimmalla liigatasolla Veikkausliigassa FC Lahden riveissä. Jani on pohtinut, että jalkapalloilijan uran jälkeen, hän haluaisi toimia myynnin ja markkinoinnin parissa, minkä takia hän opiskelee tradenomiksi Lahden ammattikorkeakoulussa.

Jalkapallo vie suuren osan Janin päivästä, varsinkin keväällä, jolloin valmistaudutaan kesän kautta varten harjoittelemalla kaksi kertaa päivässä. Tuona aikana Janille kertyykin kahdeksasta kymmeneen tapahtumaa viikossa jalkapallon ympärille.

Toisaalta vastapainoksi talvella marras-joulukuussa kauden päätyttyä Janilla on hyvin aikaa keskittyä kouluun. Sinä aikana Jani onkin suorittanut muun muassa osan harjoittelustaan. Jani on hyödyntänyt myös kesäkuukaudet, ja on silloin suorittanut muutaman kurssin pelikauden aikana.

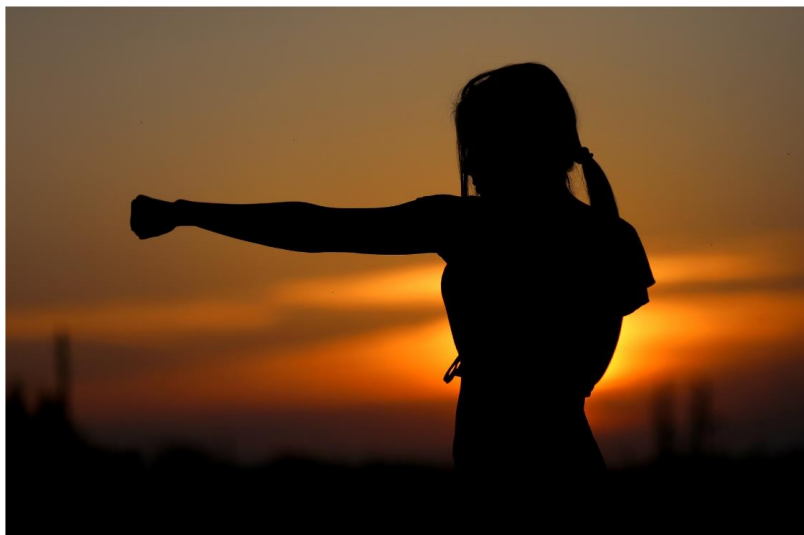
Janilla ei ole päätävävaltaa harjoitusten suhteen, koska jalkapallossa harjoitellaan aina joukkueena. Sen takia Janin päivään jää vain muutama tehokas tunti päivässä koululle, kun aamupäivät ja iltapäivät kuluvat palloa potkien.

Urheilijana Jani ei pysty useinkaan osallistumaan muiden luokkalaisten kanssa opiskelijatapahtumiin, ja tuntee sen takia olevansa hieman ulkopuolinen. ”Jätkä ei oo ikinä paikalla tekeekse mitään?”, on kuulut luokkalaisten suusta, kun Janin on usein vaikea osallistua kouluajan ulkopuolella tehtäviin ryhmiin.

*Jani Jalkapallo*

L A M K

## Julia Judo



Julia opiskeli LAMK:issa insinööriksi tieto- ja viestintätekniikan alalta. Koulun ja sieltä valmistautumisen ohella Julian tavoitteena oli olympialaiset lajinaan judo. Judo on kuulunut Julian elämään jo vuosia tarkoittaen maksimissaan kaksia harjoituksia päivässä. Julian menestys judossa kasvoi samaan aikaan kun koulu painoi päälle.

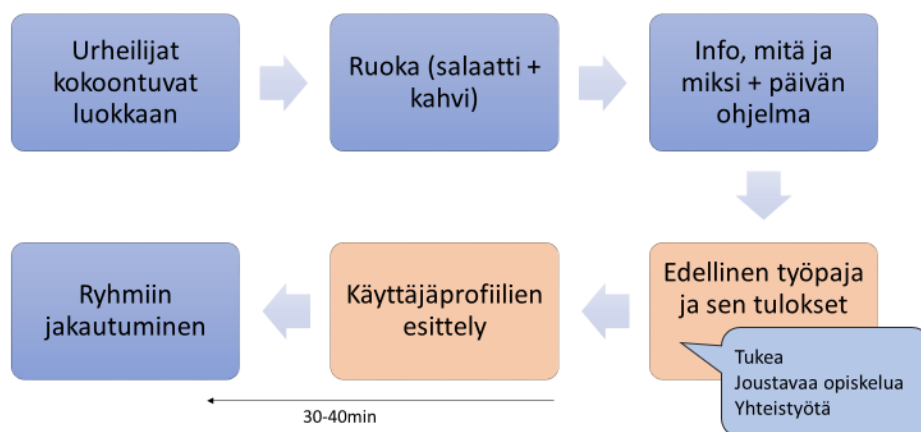
Koska tavoite oli asetettu Olympialaisiin, oli Julian koulun ohella harjoiteltava ja kisattava kaksi vuotta kerätäkseen pisteitä, joilla ansaita paikka olympiajoukkueesta. Julia harjoitteli usein aamuisin sekä iltapäivisin seuransan muiden lajin edustajien kanssa ja yritti välillä käydä myös koulussa pyörähtämässä. Harmaita hiuksia kertyi pidemmistä ulkomaanleireistä, joita kaikki opettajat eivät katsoneet hyvällä. Toisaalta opettajilta löytyi myös ymmärrystä, kun leiritys Aasiaan sattui samalle ajanjaksolle kuin opinnäytetyön esitys, jonka hän lopulta piti videopuhelun avulla etänä.

Julia koki, että tekniikan alalla ei ollut montaa urheilijaa opiskellut aiemmin ennen häntä, joten opettajat eivät aina tieneet miten suhtautua hänen poissaoloihin. Samalla hän koki paikoin jäävänsä ulkopuoliseksi ryhmänsä sisällä. Julialla ei kuitenkaan ollut oikein mahdollisuutta vaikuttaa esimerkiksi harjoitusaikoihinsa, vaikka judo on yksilölaji, tarvitaan harjoituksiin vähintään pari sekä sopivat tilat.

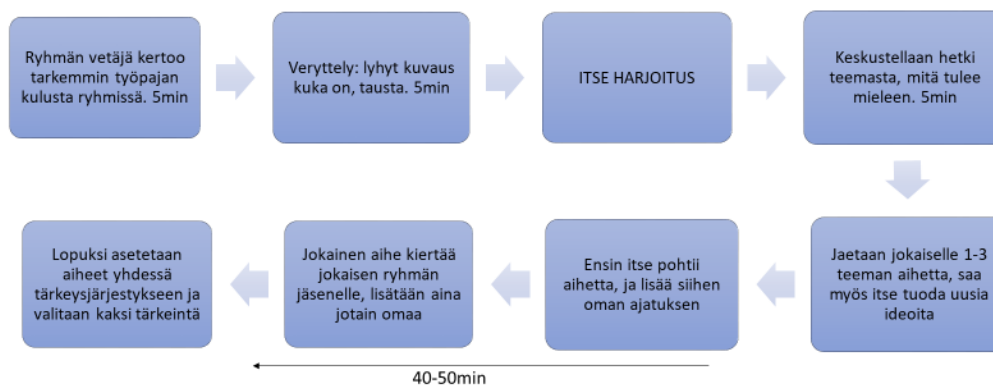
*Julia Judo*

## Liite 9: Toisen työpajan rakenne kuvattuna palvelupolkuna

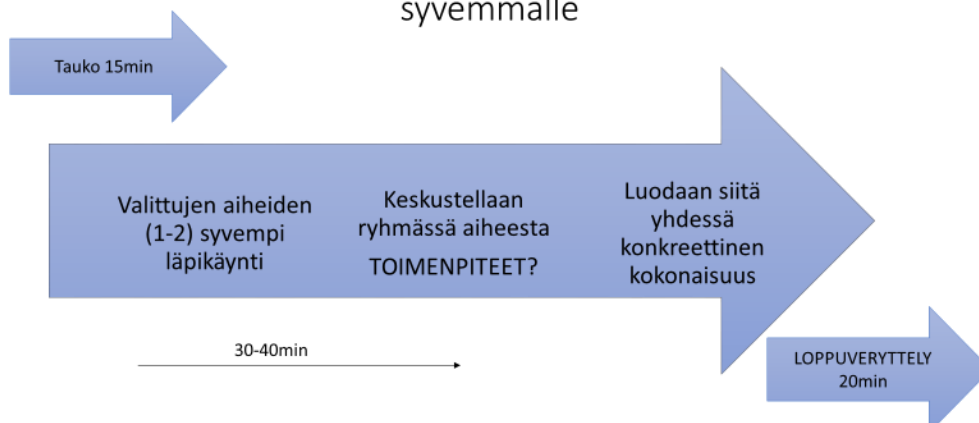
### Alkulämpö



### Treeni #1 – Syvennetään ratkaisuideoita



### Treeni #2 Sukelletaan tärkeiden aiheiden kanssa syvemmälle



# Liite 10: LSC-työkortti: Ideointi

## IDEOINTI

### Ideat, jotka täyttävät käyttäjän tarpeen/ongelman

Perustana tuki: opinto-ohjaus ja tutorointi, suunnitelmallisuus (laji+kaus), työharjoittelupaikat, koulun ja urheilun huomioiminen ja yhdistäminen kurssivalikoimassa  
Yhdessä kehitetty Urheilijastatus, tukirinki, yhteiset harjoitukset ja tapaamiset  
Yhteistyöstä voimaa: seurat ja lajiliitot, vaikuttaminen, vaihto mahdollisuus, Lamk sport  
SPORTFOLIO yhdistää koko opiskelujen ajan urheilun mukaan.  
Tuki, joustavuus, yhteisöllisyys ja yhteistyö



Suunnitelmallisuus (kuormituksen säätely), tuki (opinto-ohjaaja, tutor) alusta alkaen, mahdollisuus suorittaa jotain opintoja vaihtoehtoisilla tavoilla joustavasti (=itsenäinen työskentely verkossa, tenttien, näyttöjen avulla, urheilijoiden kesken ryhmätöitä, projekteja hyödyntämään urheilu-uraa), Sportfoliosta tukea oman urheilija-minän kehittämiseen ja tunnustusta urheilusta pisteinä. Urheilijastatuksella tieto kulkee vaivattomasti kurssien opettajille, eikä tarvitse selitellä mahdollisia poissa oloja ja helpompi sopia vaihtoehtoisesta suoritustavasta. Urheilijastatuksen avulla urheilijat voidaan yhdistää toisiinsa; vertaistukea, yhteisöllisyyttä, vinkkejä, yhteinen ryhmä sosiaalisessa mediassa, yhteiset harjoitukset ja aloitusinfo. LAMK Sportsin tilat käytettävissä. Yhteistyötä seurojen ja lajiliittojen kanssa mahdollistavat harjoittelupaikkoja, projekteja ja opinnäytetöiden toimeksiantoja. Urheilijamyönteisiä työharjoittelupaikkoja korvamerkittyinä urheilijoille. Vaihto mahdollisuus sekä vaihtopankki, johon koottuna urheilijaystävälliset koulut lajikohtaisesti.

**NEGATIIVISET TUNTEET/NÄKÖKULMAT:** Onko mahdollista, riittääkö aika ja jaksaminen, ymmärtääkö opettajat, ulkopuolisuus, onko järkeä

Opintojen oikeatahtisen etenemisen ansiosta ei vaaraa jäädä ilman opintotukia, tähän auttaa suunnitelmallisuus.  
Oman alan opinnot koetaan kiinnostaviksi ja suunnitelmallisuuden ja riittävän tuen avulla, ei tarvitse karsia kiinnostavia kursseja pois.  
Urheilijalla mahdollisuus näyttöjen avulla suorittaa joitain kurssin aiheita esimerkiksi urheileva fysioterapia opiskelija pitää ryhmälleen tunnin tietystä aiheesta tai muuten todistaa osaamisensa (venyttely esimerkki). Urheiluakatemia tukipalvelut kaikille tiedoksi, etenkin mahdollisuus 15op. Sportfolion avulla. Kurssimateriaalin olemassa olo yhteisellä verkkoalustalla (Reppi) tukevat mahdollisuutta suorittaa koko kurssi tai osa siitä vaihtoehtoisella tavalla.  
LAMK koettiin jo melko joustavaksi kouluksi urheilun osalta, joten se on hyvä lähtökohta, eikä sen eteen henkilöstön osalta tarvitsisi nähdä suurta vaivaa tämän perusteella.

## Liite 11: LSC-työkortti: Konsepti ja arvolupaus

### KONSEPTI JA ARVOLUPAUS

#### Konseptin nimi?

Urheilijan oppimispolku - Opiskeleville urheilijoille Lahden ammattikorkeakoulussa

#### Miten se toimii?

Urheilijan oppimispolku on urheiluakatemia määrittämän kultatason (poikkeukset?) urheilijalle tarkoitettu mahdollisuus suorittaa amk tasoinen koulutus, huomioiden hänen urheilijataustansa. Urheilija hakee normaaliin tapaan yhteishaussa itseään kiinnostavalle alalle. Tuhtuaan valitukseksi koulun, hänen on urheiluakatemia (PHUra) kautta anottava itselleen kultatason jäsenyyttä, joka oikeuttaa hänet LAMK:in urheilijastatukseen. Urheilijastatus on kaikilla urheilijoilla yhteinen merkintä opiskelijanumeron alussa U-kirjaimella. Näin opettajat näkevät nämä opiskelevat urheilijat jo kurssien ilmoittautumis- listasta. Tämä helpottaa opettajien suhtautumista opiskeleviin urheilijoihin, ja asioista kuten poissaoloista tai vaihtoehtoisista suoritusavoista on helpompi keskustella. Urheilijastatukseen ansiosta myös opiskelevat urheilijat voivat tehdä yhteistyötä kursseilla ja yhteisöllisyyttä korostaa erilaisilla yhteisillä tapaamisilla (Tukirinki) ja ryhmillä (somesa). Kaikille opiskeleville urheilijoille on aina yhteinen aloitusinfo (syksy/kevät), jossa käydään kaikki käytännön asiat läpi ja samalla tutustutaan toisiin. Aloitusinfon lisäksi on tärkeää, että heti kun koulu on alkanut, jokaisen alan oma urheilusta vastaava opettaja pitää urheilijan kanssa ensimmäisen ohjauksen, jossa keskustellaan opintojen (ja urheilun) tavoitteista ja suunnitelmista. Luodaan suuntaviivat sille, miten yksilöllisesti yhdistää tämä ala ja laji toisiinsa. Käydään läpi myös Sportfolio sekä muista kursseista, joista voisi olla hyötyä niin opiskelussa kuin urheilun saralla. Sportfolion tarkoitus on nostaa arvoonsa urheilijan tekemä työ (harjoitukset, kisat yms.). Siinä opiskeleva urheilija pääsee pohtimaan erilaisista näkökulmista itseään urheilijana ja kehittymään ammattimaiseen suuntaan. Sisältää kolme viiden (5op.) pisteen suoritusta. Myös LAMK Sport ja sen palvelut ja etuudet kuten pääsy ilmaiseksi koulun omalle kuntosalille opiskelijan tietoon. Opiskelujen edetessä pidemmälle tulee ajankohtaiseksi myös työharjoittelun, vaihtoon lähtö sekä muut mahdolliset projektit, joista opiskeleva urheilija voi hyötyä. Kansainvälisen vaihdon suunnittelun avuksi on tarkoitettu luoda Vaihtopankki, josta urheilija löytää kaikki aikaisempien vuosien urheilijoiden vaihtoraportit, kohde tiedot sekä epäonnistuneet yritykset. Seurat ovat tässä tärkeässä asemassa, tukien urheilijansa esimerkiksi auttamalla etsimään paikallisen seuran, jonka mukana vaihdon ajan voi harjoitella. Seurojen ja lajiliittojen kanssa tehdään myös tiivistä yhteistyötä, jonka tarkoituksena on hankkia urheilijoille työharjoittelupaikkoja, projekteja ja oppimätetyöaiheita urheilijoille tutusta ympäristöstä, oman lajinsa piireistä.

#### Arvo loppukäyttäjälle?

Matka kohti menestystä niin urheilussa kuin opiskelussa.

Urheilun lisäksi mahdollisuus opiskella, mikä tuo vastapainoa elämään. Urheilu-uran jälkeinen aika - ei putoamista tyhjään päälle, varsinkin jos loukkaantuminen katkaisee urheilu-uran. Koulusta eväitä myös urheilija-minän kehittämiseksi (brändi, some, sponsorit yms) ja mahdollisuus luoda niin ammatillisia kuin urheilu verkostoja, joista hyötyy tulevaisuudessa.

#### Miten se eroaa muista ratkaisuista samaan ongelmaan?

Yksilöllistä ohjausta ja urheilun arvostusta.

Monissa muissa korkeakouluissa urheilijoille on luotu vain yksi tietty polku esim. liiketalouden ohjelma. LAMKissa halutaan tarjota sama mahdollisuus kaikille huippu-urheilijoille lajista tai opintoalasta riippuen ja yksilöllisesti. Sportfolion avulla halutaan nostaa urheilijan tekemä työ esille ja samalla tukea urheilijan uraa.

#### Arvo liiketoiminnallemme?

LAMK - Urheilun voimalla eteenpäin.

Brändin kasvatus - LAMK on urheilijaväläinen koulu  
Väylän ansiosta valmistuminen on varmempaa eikä veny mahdollittomuksiin

#### Kirjallinen arvolupaus:

##### Otsikko:

LAMK Urheilijan Oppimispolku antaa opiskelevalle urheilijalle työkalut menestyä niin opiskelijana kuin urheilijana.

##### Kuvaus:

Työkaluina urheilijan oppimispolussa toimii tuki, joustavuus, yhteisöllisyys ja yhteistyö, joiden avulla voidaan jokaiselle opiskelevalle urheilijalle luoda oma yksilöllinen polku kuljettavaksi. Tavoitteena on saada menestystä opiskelujen saralla tuen ja joustavuuden avulla sekä uusia näkökulmia yhteisöllisyyden ja yhteistyön voimilla niin opiskelussa kuin urheilussa. LAMK haluaa pitää yllä urheilijoiden viihtyvyyttä ja opiskelujen mielekkyyttä urheilu-uran ohella, jotta urheilijalla on valoisa tulevaisuus myös urheilu-uran jälkeen.

##### Pääkohdat:

Tuki - Urheilijastatus, urheilijoiden oma opinto-ohjaaja, suunnitelmallisuus ja työharjoittelupaikat  
Joustavuus - Sportfolio, vaihtoehtoiset tavat suorittaa kurssi ja urheilu-uraa tukevat kurssit  
Yhteisöllisyys -yhteinen aloitusinfo, Tukirinki ja urheilijatutorit  
Yhteistyö - seurat ja lajiliitot, Vaihtopankki, LAMK Sports



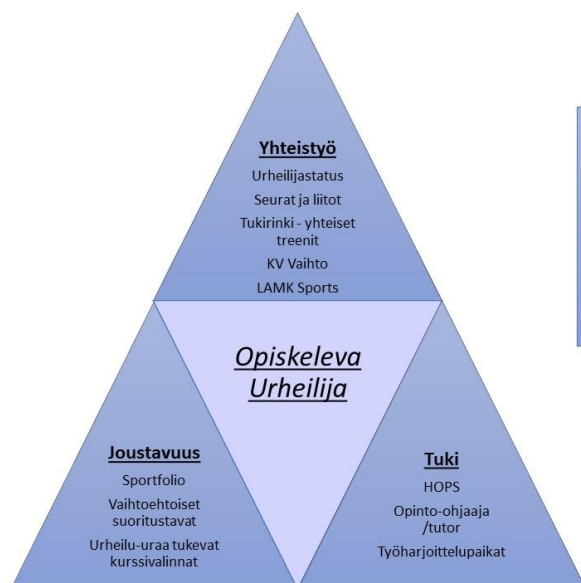


## Liite 12: Rautalankamallit



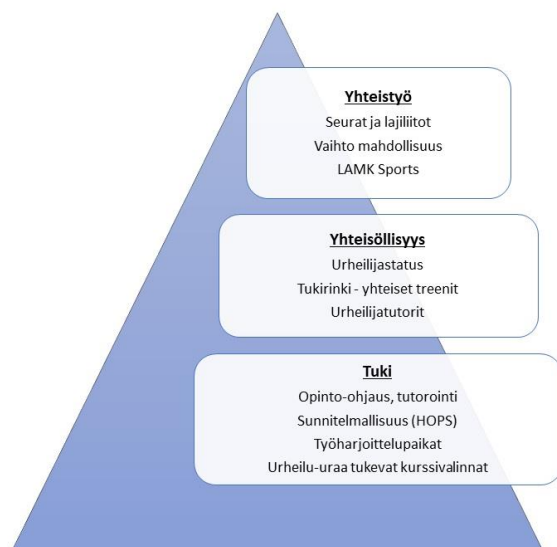
**NELIKENTTÄ**

Tässä neljän lohko mallissa opiskeleva urheilija on kaiken keskellä. Hänen ympärilleen on rakennettu neljä voimaa, joiden avulla on mahdollista menestyä niin koulussa kuin saada tukea urheilu-uralle. Tuki ja joustavuus on sijoitettu pohjalle kuvastamaan niiden kahden tärkeyttä opiskelujen etenemisen kannalta. Kun nämä kaksi asiaa on kunnossa, voidaan yhteistyön ja yhteisöllisyyden voimin saada uusia näkökulmia, vertaistukea, mahdollisuuksia ja kokemuksia.



**TIMANTTI**

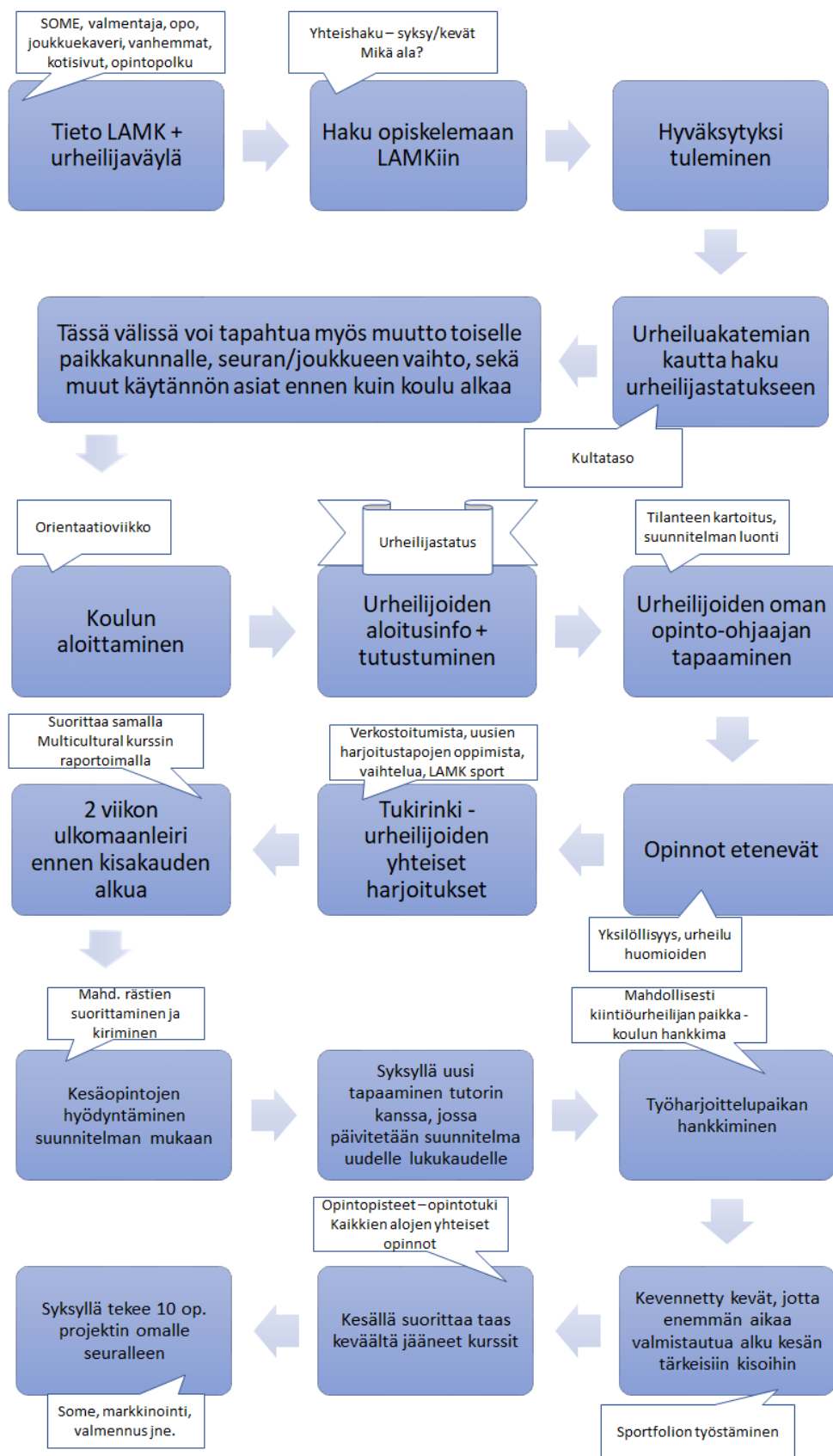
Tässä mallissa keskiössä on myös opiskeleva urheilija. Sen ympärille on koottu kolmen eri teeman mukaiset perustarpeet, joita opiskelujen sujuvaan etenemiseen tarvitaan. Tärkeä pilari tässä mallissa on tuki, jonka avulla saadaan kaikki eväät kohti joustavia mahdollisuuksia. Kärkenä on yhteistyö, josta saa voimaa, uusia ajatusmalleja, yhteisöllisyyttä sekä tukea urheilun saralle.



**KOLMIO**

Tämän mallin pohjana on tuki, jonka perustalle kaikki on rakennettu. Kun tämän palkin kohdat ovat kunnossa, voidaan yhteisöllisyydestä saada lisää voimaa ja näkökulmia niin opiskeluun kuin urheiluun. Kirsikkana kakun päällä on yhteistyö eri toimijoiden kanssa, josta on lisähyötyä urheilun kannalta, mutta myös opiskelun saralla. Koko matkan opiskelevaa urheilijaa vie eteenpäin myös Sportfolio, joka on 15 opintopisteen arvoinen kokonaisuus sisältäen pohtimista urheilu-uran näkökulmasta.

## Liite 13: Palvelupolku Urheilijan oppimispolusta



Liite 14: Toinen palvelupolku Urheilijan oppimispolusta



L A M K

# Urheilijan Oppimispolku

Tässä oppaassa on kaikki pääkohdat, jotka sinun tarvitsee näin aluksi tietää nyt, kun opiskelet LAMK:issa urheilu-urasi ohella. Kaikki tämän oppaan tiedot löytyvät myös urheilijoille yhteiseltä Reppu-alustalta.

Kun saat tämän oppaan käteen, istut luultavasti kuuntelemassa kaikille urheilijoille suunnatussa infotilaisuudessa tärkeitä asioita. Koska kaikki uusi tieto ei voi millään jäädä mieleesi, toivomme tästä olevan sinulle apua, kun suunnistat läpi opiskelujen ja urheilun. Infotilaisuuden lisäksi, olet toivottavasti saanut jo tietosi oman alasi urheilijoista vastaavan opettajan, ja ollut yhteydessä häneen.

Jotta opettajat ja muu koulun henkilöstö tietävät opiskelevasi urheilu-urasi ohella, olemme lisänneet opiskelijanumerosi alkuun U-kirjaimen. Tämä helpottaa asioimistasi opintotoimistossa, uuden kurssin alkaessa tai mahdollisten poissa-olojen selvityksessä. Kanna statustasi ylpeydellä, mutta harkiten. Se ei ole oikotie opintojen suorituksessa, vaan tunnustus urheilusta ja apuväline urheilun ja koulun yhdistämisen helpottamiseksi.

Ensimmäisen infotilaisuuden lisäksi pääset tapaamaan muita opiskelevia urheilijoita teidän yhteisen Tukiringin avulla. Se löytyy Facebookista nimellä *LAMK – Urheilijoiden Tukirinki*, ja sinne hyväksytään vain kaikki urheilijastatuksen omaavat opiskelijat. Siellä voit verkoistoitua kohtalontovereidesi kanssa, pyytää tai tarjota apua ja osallistua yhteisiin harjoituksiin kaivatessasi harjoitteluseuraa.

Sinua avustamassa on koulun henkilökunnan lisäksi tutor-opiskelijat. Oman alasi tutoreiden lisäksi teitä urheilijoita on myös tutor-opiskelijoina, ja he ovat aina valmiina auttamaan sinua pienissäkin asioissa. Heiltä löyty jo kokemusta, ripaus tietoa, halua auttaa ja etenkin ymmärrystä urheilun ja opiskelun yhdistämisestä. Tutorit löydät koulun käytäviltä ja teidän omista yhteisistä kanavista.

LAMK:issa halutaan korostaa jokaisen yksilöllistä polkua opinnoissa, koskien myös urheilijoita. Tämän takia kaikissa kysymyksissä ja ongelmassa kannattaa aina kääntyä osaavan henkilökunnan puoleen, jotka auttavat sinua ratkomaan tilanteesi. Vaikka kukaan ei olisi aikaisemmin tehnyt jotain, se ei tarkoita etteikö sinulla olisi mahdollista tehdä niin.

Urheilijan oppimispolku koostuu neljästä osa-alueesta, joista jokainen opiskeleva urheilija pääsee rakentamaan oman yksilöllisen polkunsa kulkea. Nämä neljä osa-aluetta ovat:

### TUKI, JOUSTAVUUS, YHTEISÖLLISYYS JA YHTEISTYÖ.

**TUKI:** on jokaisen yksilöllistä huomioimista ja auttamista opiskelun varrella. Tuen saamista helpottaa sinulle myönnetty urheilijastatus opiskelijanumerossasi. Sen lisäksi voit urheilijoiden oman opinto-ohjaajan kanssa käydä läpi henkilökohtaista suunnitelmaasi niin opintojen kuin urheilun suhteen ja rakentaa niistä juuri sellainen polku kuin sinulle on parasta. Opinto-ohjaaja voi auttaa sinua myös valitsemaan oikeat kurssit ja pohtia kanssasi vaihtoehtoisia suoritustapoja. Voit myös saada tukea työharjoittelupaikan etsimisessä, jos koet sen olevan haaste.

**JOUSTAVUUS:** tuo sinulle uusia näkökulmia opintoihisi. Koska tiedämme, että urheilu-uran lisäksi täysipäiväinen opiskelu on paikoin rankkaa, haluamme tarjota sinulle joustavuutta opintoihisi. Tämä voi tarkoittaa jonkin kurssin vaihtoehtoista suoritustapaa tai kurssivalintoja, jotka tukevat sinun kehitystä urheilijana. Erityisesti PHUran kanssa yhteistyössä toteutettu Sportfolio antaa sinulle mahdollisuuden hankkia opintopisteitä urheilu-ura silmällä pitäen. Kysy tästä vaihtoehdosta tarkemmin opinto-ohjaajaltasi.

**YHTEISÖLLISYYS:** kokoaa urheilijat samalle polulle. Urheilijoiden Tukiringissä on samassa tilanteessa olevia opiskelijoita, joilta saa tukea ja uusia näkökulmia harjoitteluusi yhteisten treenien myötä. Yhteisen aloitusinfon ansiosta on koulussasi varmasti jo muutama tuttu kasvo oman ryhmäsi lisäksi. Urheilija-tutorit toimivat myös verkottajana uusien ja vanhojen urheilevien opiskelijoiden välillä sekä auttavat sinua tarvittaessa.

**YHTEISTYÖ:** tarjoaa uusia mahdollisuuksia. Mikäs se parempaa kun tehdä tutulle rakkaalle seuralleen töitä yhteisen projektin, työharjoittelun ja opinnäytetyön merkeissä. Tämän lisäksi yhteistyö auttaa sinua toteuttamaan haaveesi kansainvälisestä vaihdosta yhdessä koulun ja mahdollisen seurasi kanssa. LAMK Sports liikuttaa sinua omalla kuntosalillaan ja ryhmäliikuntatunneilla täysin veloitusetta, joten kannattaa myös tämä etu hyödyntää.

Tämä kaikki ja tarkemmat tiedot löydät urheilijoiden omalta Reppu-sivustolta ".....". Kaikki kysymykset, mieltä askarruttavat asiat tai uudet ideat voit kohdistaa joko oman alasi urheilijoista vastaavalle opinto-ohjaajalle tai urheilukoordinaattorille. Yhteystiedot löydät tämän sivun alalaidasta. Myös tutorit ovat aina valmiita auttamaan juuri sinua.

Innokasta opiskelua ja menestystä urheilun saralle!

Liiketalouden ja matkailu alan opinto-ohjaaja: ..Nimi....sähköpostiosoite....

Sosiaali- ja terveystieteiden opinto-ohjaaja: ..Nimi....sähköpostiosoite....

Tekniikan alan opinto-ohjaaja: ..Nimi....sähköpostiosoite....

Muotoiluinstituutin opinto-ohjaaja: ..Nimi....sähköpostiosoite....

Urheilukoordinaattori: ..Nimi....sähköpostiosoite....