

Keinoja luokanopettajalle kuulovammaisten inklusion lisäämiseksi liikuntatunneilla

Maiju Selmani



Tekijä (t) Maiju Selmani	
Koulutusohjelma Liikunnan ja vapaa-ajan koulutusohjelma	
Opinnäytetyön otsikko Keinoja luokanopettajalle kuulovammaisten inklusion lisäämiseksi liikuntatunneilla	Sivu- ja liitesivumäärä 30 + 11
<p>Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli löytää keinoja luokanopettajalle kuulovammaisten inklusion lisäämiseksi liikuntatunneilla. Toimeksiantajana oli Pitäjänmäen peruskoulu, jossa produktio toteutettiin.</p> <p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli inklusiopiirakkaa hyödyntäen suunnitella yhdeksän liikuntatuntia kuulevien ryhmälle, jossa on mukana viisi kuulovammaista. Inklusiopiirakan viidestä toiminnasta käytettiin neljää liikuntatunneilla, jotka ovat avoin toiminta, soveltava toiminta, rinnakkainen toiminta ja käänteinen integraatio. Lisäksi liikuntatunneilla huomioitiin kuulovammaisille tärkeitä kehitettäviä osuuksia, kuten sosiaalinen yhteenkuuluvuus ja fyysismotorisia harjoitteita.</p> <p>Liikunnan kautta kuulovammaisen kokee onnistumisen tunteita, kehittää omaa fyysistä kuntoa sekä tuntee itsensä tasavertaiseksi ja hyväksytyksi. Liikuntaharrastuksessa kuulovammaisen saa myös luotua sosiaalisia suhteita ja näin ehkäisee omaa syrjäytymistä. Erilaisuuden huomioimiseen ja lasten moninaisuuteen tulisi keskittyä liikuntatunneilla, jotta tämä lisäisi tasa-arvoa. Parhaimmillaan inklusiossa lapsia opetettaisi ymmärtämään ja hyväksymään erilaisuutta ja tätä kautta lapsilla olisi ystävyyssuhteita erilaisuudesta huolimatta. Kun lapsi kokee kuuluvansa luokkaan ja saa arvostusta omana itsenään, niin inklusio on tapahtunut.</p> <p>Tulosten perusteella voidaan todeta, että kuulovammaiset ja kuulevat haluavat ja tykkäävät selkeästi eniten leikeistä, joissa tehdään yhdessä asioita. Viittomakieliset leikit olivat mieluisia kyselyn perusteella ja innostusta näihin oli selkeästi havaittavissa liikuntatunneilla.</p> <p>Inklusio on jatkuva prosessi, jonka tarkoitus on tehdä koulusta, luokasta ja opetuksesta inklusiota lisääväksi, jotta yhä useampi oppilas kokisi olevan osa ryhmä. Produktion tarkoitus oli saada inklusio käyntiin ryhmässä. Tammikuussa 2018 saatiin liikuntatuntien opetukseen mukaan luokanopettajan lisäksi kuulovammaisten erityisluokanopettaja.</p>	
Asiasanat Soveltava liikunta, kuulovamma, integraatio, inklusio, opetussuunnitelma, inklusiopiirakka, liikuntatunnit	

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Soveltava liikunta	3
2.1	Soveltava liikunta Suomessa.....	3
2.2	Soveltavan liikunnan ohjaaminen	4
3	Kuulovammaisten liikunta ja sen ohjaaminen.....	6
3.1	Kuulovamma	6
3.2	Kuulovammaisen kommunikaatiomenetelmät	6
3.3	Liikunnan merkitys kuulovammaisille	8
3.4	Kuulovammaisten ohjaaminen liikunnassa	8
3.4.1	Sosiaalinen yhteenkuuluvuus.....	9
3.4.2	Fyysismotoriset taidot.....	10
4	Integraatio ja Inkluisio	11
4.1	Integraatio	11
4.1.1	Asennoituminen.....	12
4.2	Inkluisio	12
4.2.1	Inkluisio liikuntatunneilla.....	13
5	Opetussuunnitelma	16
6	Työn tavoite ja vaiheet	18
6.1	Toimeksiantaja.....	18
6.2	Aikataulu	19
6.3	Kyselyn tulokset.....	21
7	Liikuntatunnit	22
7.1	Liikuntatunti 1.....	22
7.2	Liikuntatunti 2.....	23
7.3	Liikuntatunti 3.....	23
7.4	Liikuntatunti 4.....	24
7.5	Liikuntatunti 5.....	25
7.6	Liikuntatunti 6.....	25
7.7	Liikuntatunti 7.....	26
7.8	Liikuntatunti 8.....	27
7.9	Liikuntatunti 9.....	27
8	Pohdinta	29
9	Lähteet.....	31
10	Liitteet	36

1 Johdanto

Suomen peruskouluissa erilaisuus on tätä päivää, jossa joka viides lapsi tai nuori kaipaa erityisjärjestelyjä ja tukea liikunnassa (Helena 2013). Liikunnalla on yhtä lailla positiivisia vaikutuksia erityistä tukea tarvitseville lapsille ja nuorille kuin kaikille muillekin liikkujille. Liikunnalla voidaan mahdollistaa sosiaalista vuorovaikutusta ja sosiaalisten taitojen oppimista, sekä sen avulla voi kehittyä kykyä kuunnella ja noudattaa ohjeita, sekä valita kuhunkin tilanteeseen sopivia toimintatapoja. Liikunta myös parhaimmillaan kehittää ryhmätyötaitoja, itseohjautuvuutta ja kykyä toimia erilaisten ihmisten kanssa. (Kantomaa ym. 2010; Syväoja ym. 2012, 5).

WHO on määritellyt kuulovian viittaavan korvan heikentyneeseen tai kokonaan puuttuvaan toimintaan. Kuulovamma voidaan jakaa eri asteisiin: lievä, keskivaikea, vaikea, erittäin vaikea (Sorri 2000). Kuulovammaisuus on lähinnä kommunikaatiovamma, eikä se ole este liikunnan harrastamiselle. Se saattaa rajoittaa lapsen tai nuoren sosiaalista elämää muiden kanssa, mutta liikunnan avulla voidaan yrittää kehittää ja parantaa sitä. (Mälkiä & Rintala 2002, 64)

Koulussa integraatiolla tarkoitetaan, että erityistuen tarpeessa oleva oppilas sijoitetaan mahdollisimman paljon koulun yleisopetukseen muiden kanssa (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 17; Rintala, Huovinen & Niemelä 2012, 216). Integraation toteutuminen vaatii koululta avoimuutta ja halua kohdata erilaiset oppilaat. Koulun tulisi olla paikka jossa opetetaan erilaisuuden hyväksymistä ja osallisuuden lisäämistä. (Teräväinen 2011, 106.) Inklusio on paljon laajempi käsite kuin integraatio, jossa otetaan huomioon sosiaaliset suhteet ja ympäristö. Inklusiolla halutaan, että erityistukea tarvitsevan ei tarvitse sopeutua toimintaan ja ympäristöön, vaan nämä muokataan sellaiseksi, että jokainen voi olla tasavertainen toiminnassa ja ympäristössä. Tämä saavutetaan jos opettajat, henkilökunta, koulu ja sen ympäristö ovat myönteisiä toiminnallaan. (Saari 2005, 9; Emanuelsson 2001, 125-137.)

Kaikilla on sosiaaliset ja liikuntakasvatukselliset tarpeet, joten ihmisen arvo ei ole sidoksissa toimintakykyyn. Lisäksi kaikilla tulee olla oikeus kuulua yhteisöön, joten eriyttäminen lisää leimautumista erilaiseksi. (Alanko, Remahl & Saari 2004, 17.) Elliot, Doxey ja Stephenson (2012, 16) toteaa jokaisen lapsen olevan merkityksellinen ja vastuuta on kannettava jokaisesta lapsesta kouluissa.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on antaa keinoja luokanopettajalle kuinka lisätä kuulovammaisten inklusiota liikuntatunneilla. Uudistuneen opetussuunnitelman myötä

kuulovammaisia oppilaita on integroitu mm. liikuntatunneille, joten tässä työssä halutaan lisää kuulovammaisten inklusiota liikuntatunneilla. Tämä opinnäytetyö on produktiivinen, joka sisältää tuntisuunnitelmia opettajalle joissa kuulevat sekä kuulovammaiset voivat harrastaa yhdessä liikuntaa, niin että on huomioitu kuulovammaisten tarpeet. Liikuntatunnit on suunniteltu inklusiopiirakkaa hyödyntäen, sen viidestä toiminnasta käytettiin neljää, jotka ovat avoin toiminta, soveltava toiminta, rinnakkainen toiminta ja käänteinen integraatio. Tämän työn toimeksiantaja on Pitäjänmäen peruskoulu Helsingissä. Koulussa opiskelee noin 420 oppilasta ja tähän oppilasmäärään kuuluu myös kuulovammaiset opiskelijat. Koulu toimii osaamiskeskuksena kuulovammaisten koulun käyntiin liittyvissä kysymyksissä. (Pitäjänmäen peruskoulu 2018). Pitäjänmäen koulu tarjosi koululta tilat, sekä välineet produktin toteuttamiseen.

2 Soveltava liikunta

Soveltavaa liikuntaa tarjotaan heille, jotka eivät pysty osallistumaan normaaliin tarjolla olevaan liikuntaan vamman, toimintakyvyn heikentymisen, sairauden tai sosiaalisen tilanteen takia. Soveltavassa liikunnassa liikunta muutetaan harrastajalle sopivaksi huomioiden hänen vamma tai sairaus. Tämä vaatii liikunnanohjaajalta erityisosaamista ja tietoa ryhmää ohjattaessa. (VAU 2017; Korkiala 2015, 12.)

Rintala ym. (2012, 10-12) kertovat kuinka aikaisemmin soveltavaa liikuntaa nimitettiin erityisliikunnaksi, sekä aikaisemmin soveltavaan liikuntaan liittyvissä erilaisissa luokituksissa puhuttiin vammoista ja sosiaalisista haitoista, mutta nyt keskustellaan toimintakyvystä, osallistumisesta ja suorituksista. Nämä nimitykset eroavat niin, että soveltavassa liikunnassa painotus on liikunnassa, jota sovelletaan liikkujalle sopivaksi ja erityisliikunnassa painotetaan erityistä liikkujaa (VAU 2017).

Soveltavan liikunnan harrastajalla on samat motiivit liikkumiseen kuin muulla väestöllä, kuten esimerkiksi uusien taitojen oppiminen, oman kunnon kohottaminen, hyvinvoinnin lisääminen, liikunnan ilo, sekä ystävät harrastuksen parissa,. Erityisesti pitkäaikaissairailta vammaisilla lapsilla ja nuorilla kaveripiirin muodostuminen ja sosiaalinen kanssa käyminen ovat tärkeitä. (Rintala ym. 2012, 40.)

Liikunnalla pystytään ennaltaehkäisemään sairauksia ja toimintakyvyn rajoitteita, joten on tärkeää edistää soveltavan liikunnan parissa olevien ihmisten fyysistä aktiivisuutta sekä motivoida liikuntaan. Erityisryhmillä on havaittu aktiivisen elämäntavan parantavan elämänlaatua ja vähentävän avuntarvetta, sekä kuolleisuutta. (Rintala ym. 2012, 38.)

2.1 Soveltava liikunta Suomessa

Soveltavan liikunnan ryhmiin kuuluvat vammaiset, pitkäaikaissairaat ja ikäihmiset eli vanhuus- tai työkyvyttömyyseläkkeellä olevat henkilöt. Puoli miljoonaa suomalaista on vammaisiin kuuluvia, eli aisti-, kehitys- ja liikuntavammaisia. Pitkäaikaissairaita ovat mm. reumaa, astmaa, sydän ja verisuonitauteja sairastavat henkilöt, joita on yhteensä lähes miljoona henkilöä. Vanhuuseläkkeellä sekä työttömyyseläkkeellä on yhteensä noin 1 300 000 suomalaista. (Koivumäki 2014, 3.)

Suomessa on useita soveltavan liikunnan järjestöjä, kuten Suomen Vammaisurheilu ja liikunta, Hengitysliitto Heli, Mielenterveyden keskusliitto, Sydänliitto, Suomen kuurojen urheiluliitto, Suomen MS-liitto, Suomen reumaliitto, Epilepsialiitto ja Suomen CP-liitto.

Suomen Paralympiakomitea vastaa huippu-urheilusta. Liikuntaan liittyvää toimintaa järjestää myös Suomen mielenterveysseura, lihastautiliitto ja allergia- ja astmaliitto. Nämä järjestöt tekevät yhteistyötä ja sen toteuttaa Soveltava Liikunta ry, joka perustettiin vuonna 1993. Aikaisemmin nimi kulki Suomen erityisryhmien liikunta ry (SEY) nimellä, joka rekisteröityi vuonna 1996 ja nimi päivitettiin vuonna 2003 Soveltava Liikunta ry:ksi. (Koivumäki 2014, 12-13.) Suomessa pyörii reilut 3000 viikoittaista liikuntaryhmää, joissa osallistujia on noin 70 000. Päätoimisia erityisliikunnanohjaajia on Suomessa noin 100 ja tuntiohjaajia noin 300 ja eniten liikuntaryhmiä on ikäihmisille, liikuntavammaisille ja kehitysvammaisille. (Koivumäki 2014, 9.)

2.2 Soveltavan liikunnan ohjaaminen

Liikunnanohjaus ja -opetus ovat yhtä laadullisia soveltavaa liikuntaa ohjattaessa ja noudattavat samoja periaatteita, kuin muutkin liikuntaryhmät ja liikunnanohjaukset. Liikunnanohjauksessa ja opetuksessa tulee aina huomioida yksilö ja soveltaa opetus sen mukaisesti. Tärkeää on tutustua alussa ryhmän henkilöihin ja ottaa selvää heidän tarpeistaan. Tämä auttaa laadukkaasti suunnittelussa, jonka pohjalle voidaan suunnitella toiminnan tavoitteet, opetuksessa käytettävät välineet ja suorituspaikat, sekä arviointi- ja opetusmenetelmät. Puhutaan strukturoidusta liikunnanopetuksesta, kun soveltavaa liikunnanopetusta toteutetaan tavoitteellisesti, selkeästi ja suunnitelmallisesti. (Heikinaro-Johansson & Hirvensalo 2007, 104-105; Huovinen & Rintala 2007, 187-199; Koljonen & Rintala 2002, 202-204.)

Korkiala (2015, 51-52) painottaa turvallisuuden merkitystä soveltavan liikunnan ohjaamisessa, johon liittyvät ohjaajan ajantasaiset ensiaputaidot, yhteistietojen keräämiset etukäteistiedotteilla sekä kokeilemalla toimintaa etukäteen. Soveltavan liikunnan ohjaajalta vaaditaan kärsivällisyyttä ryhmiä ohjattaessa. Positiivisen palautteen antaminen ja kehuminen ovat tärkeitä, sekä pienestäkin onnistumisesta kannatta iloita heidän kanssaan. Oppilasta saattaa motivoida ohjaajan pienikin huomion osoitus, kuten peukun näyttäminen, tuuletukset ja kehu oppilaalle. Myös soveltavassa liikunnassa on hyvä olla rutiineja, jotka toistuvat joka tunti, kuten ryhmän yhteen kokoaminen aloitus ja lopetuspiirin muodossa. Monelle jonottaminen liikuntatunneilla tuottaa haasteita, joten liikuntatunteja suunniteltaessa tämä tulee huomioida. (Rouse 2009, 57, 59-60.)

Ohjaajan tulee suunnitella tunti pieniksi paloiksi, jotta oppilaan on helpompi keskittyä yhteen suoritukseen kerrallaan ja näin vältetään turhautumista. Tärkeää on myös ohjaajana näyttää suoritus, jotta he ymmärtävät kuinka se tehdään. (Rouse 2009, 60.) Ohjattaessa tulisi käyttää monipuolisesti erilaisia opetusmenetelmiä, mutta tähän vaikuttavat

ohjaajan valmiudet soveltavan liikunnan ohjaamiseen, oppilaan kehitystaso ja aikaisemmat kokemukset, sekä käytettävissä olevat välineet ja aika. Mikäli halutaan edistää ohjattavien luovuutta, ongelmanratkaisukykyä tai itsenäisyyttä, niin oppijakeskeiset opetusmenetelmät toimivat. Vastuunkantamista ja vuorovaikutustaitoja opettaessa yhteistoiminnallinen opetusmenetelmä soveltuu parhaiten. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 44-45.)

Huovinen & Heikinaro-Johansson (2006) toteaa, että soveltavaa liikuntaa ohjattaessa on tärkeää osata muokata ympäristöä, koska tämä useasti auttaa erilaisen oppijan liikuntataitojen kehittymisen ja oppimisen. Oppimista edistävä liikkumisympäristö rakentuu esteettömästä ja selkeästi järjestellystä tilasta, sekä välineiden käytöstä jotka sopivat oppijan taidoille ja kyvyille (Rintala ym. 2012, 147-149).

3 Kuulovammaisten liikunta ja sen ohjaaminen

Kuulovammasta voidaan puhua enemmän kommunikaatiovammasta, koska kuulovamman aiheuttamat haasteet liikunnassa ovat pääsääntöisesti kielellisiä ja sosiaalisia, eikä liikuntaan painottuvia (Rine ym. 2000, 147-148). Kuulevassa ympäristössä kuulovammainen saattaa jäädä sivuun ja tämän takia liikunta on erittäin tärkeää kuulovammaiselle, koska se voi parantaa elämänlaatua ja monipuolistaa sitä. Kuulovamma on sosiaalisesti rajoittava vamma, joten kuulovammaisten liikuntakasvatuksen tärkein tavoite on kehittää ja tukea sosiaalisia taitoja. Erityisesti lasten liikunnassa tulisi huomioida leikkejä, harjoituksia ja pelejä, jotka tukevat ja kehittävät sosiaalisia taitoja. (Rintala ym. 2012, 148-149.)

3.1 Kuulovamma

Kuulovammainen on henkilö, jolle kuuroudesta tai heikentyneestä kuulosta on haittaa jokapäiväisessä sosiaalisessa kanssakäymisessä. Kuulovamma vaurio on joko sisä-, väli- tai ulkokorvan alueella. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 100.) Kommunikoinnin ja kielenkehityksen kannalta on merkityksellistä, onko henkilö huonokuuloinen, kuuro vai kuuroutunut. Huonokuuloinen kuulee puhetta, kykenee kommunikoimaan kulokojeen avulla ja huuliluralukua tukena käyttäen. Huonokuuloisia on suurin osa yleisopetuksen kuulovammaisista oppilaista. Kuuro on syntymästä tai varhaislapsuudesta asti kuulonsa menettänyt, jolle kuulokojeesta ei ole apua. Kuuro kommunikoi pitkälti viittomakielen avulla. Kuuroutunut on oppinut puhumaan ja tämän jälkeen on menettänyt kuulonsa, nämä henkilöt kommunikoiivat tukimenetelmien kautta kuten viitotun puheen avulla. (Rintala ym. 2012, 145.)

Jahnukainen (2001, 271) muistuttaa, että kuulovamma ei vaikuta lapsen kehitykseen muuten kuin puheen osalta ja kielen kehitys riippuu kuulovamman asteesta, onko kuurous synnynnäistä tai miten vanhemmat kuulevat. Huonokuuloisten ja kuurojen oppivelvollisuus on 11-vuotta, joten he aloittavat koulun kuusivuotiaina. Esiaste käydään joko päiväkodissa tai koulussa erityisopetuksessa, koska haasteita ilmenee kommunikointi- ja kielenoppimisessa. Mikäli lapsella ei ole suuria kielellisiä vaikeuksia tai muita oppimisen esteitä voi hän opiskella myös normaalissa luokassa tukitoimien avustuksella. (Takala 2001.)

3.2 Kuulovammaisen kommunikaatiomenetelmät

Tärkein ja yleisin apuväline kuulovammaiselle on kuulokoje, jonka tarkoitus on hyödyntää jäljellä olevaa kuuloa. Arkielämässä kuulokojeesta on paljon apua, kun se auttaa

selviytymistä arjen askareissa ja henkilökohtaisten asioiden hoitamisessa. Kuulokoje on tuonut myös helpotusta, että ei tarvitse käyttää kaikkea energiaa kuulemiseen esimerkiksi työpalaverissa tai keskustelutilanteissa. Kuulokojemalleja on useampia, mutta yleisin niistä on korvantauskoje, joka asetetaan korvalehden taakse ja itse korvakappale korvakäytävään. (Kuuloliitto 2018.)

Mikäli vahvin akustinen kuulokoje ei riitä kuulemiseen, niin silloin on sisäkorvaistute eli implantti kuuloapuvälineenä. Implantti laitetaan henkilölle leikkauksella ihon alle kalloluun ja sisäkorvan simpukkaan. Toiminnallinen hyvä kuulo saavutetaan yleensä sisäkorvaistutteella ja henkilöt kokevat kuulonsa paranevan merkittävästi. Kommunikoinnin tukena on huulilталuku, viitottu puhe ja viittomakieli. (Kuuloliitto 2018.)

Kuulovammaiset käyttävät kuulon apuna huulilталukua, jonka avulla he täydentävät kuulemistaan ja erottavat ääniteitä toisistaan. Kuulovammaiset pyrkivät käyttämään tilanteissa myös visuaalista päättelykykyä kommunikointitilanteissa. Kuulovammaiselle näköhavainnot ovat tärkeitä, jolla he korvaavat kuulonsa vajautta. (Ahti 2000, 150-151). Huulilталuku tulee mahdollistaa kuulovammaiselle oppilaalle, joten opettaessa ja puhuessa luokalle tulisi olla oppilaiden tasolla tai kauempana huulien näkyvyyden takaamiseksi (Snellman & Lindberg 2007, 22-23).

Viitottua puhetta apuvälineenä kommunikoinnissa käyttävät kuuroutuneet ja huonokuuloiset. Viitotussa puheessa selvennetään samanaikaisesti puhuttua puhetta viittomien ja sormiaakkosten avulla. (Koivu 2000, 43-44; Välimaa & Rimmanen 2000, 312-313, 316.) Puhekielen ymmärtämiseksi käytetään yksittäisiä viittomia lauseissa, mutta tämä ei ole sama kuin viittomakieli. Viittomakieli on oma kielensä, jossa on omat ilmaisut, sanat, kielioppi ja sanajärjestys. Viittomakielessä on tärkeää käyttää käsiliikkeiden lisäksi kasvojen ja vartalon liikkeitä. Viittomankieli ei ole kansainvälistä, mutta silti heidän on helpompi kommunikoida kielimuurin yli, kuin kuulevien. (Snellman & Lindberg 2007, 60.)

Lisäksi opetuksessa on mahdollista myös käyttää FM-laitetta, joka vastaanottaa oppilaalle opettajan puhetta. FM on sama asia kuin radiotajuus. FM-laitetta voidaan säätää myös niin että kuulovammaisen kuulee opettajan ja luokassa ympäröivät äänet. Lyhyillä etäisyyksillä FM-laite toimii hyvin, vaikka välissä olisi esteitä esimerkiksi kirjahylly tai vastaava. Tämä laite on yleisin apuväline kuulovammaiselle, koska sen äänenlaatu on hyvä ja sen käyttö ei ole sidottu vain yhteen paikkaan. FM-järjestelmä kulkee usein oppilaan mukana vaihtaessaan paikkaa esimerkiksi tunnilta toiselle tunnille. Tulevaisuudessa mahdollisesti sisään rakennetaan kuulokojeisiin ja sisäkorvaistutteisiin FM-vastaanotinjärjestelmä valmiiksi. (Snellman & Lindberg 2007, 15.)

3.3 Liikunnan merkitys kuulovammaisille

Mälkiä ja Rintala (2002, 64) painottavat että kuulovammaisuus on lähinnä kommunikaatiovamma, eikä se ole este liikunnan harrastamiselle. Liikunnassa on tärkeää, että kuulovammaiset saavat liikkua kuulevien kanssa, koska liikuntakyky on lähes samalla tasolla kuin kuulevilla (Van Coppenolle 2006, 56). Kuulovammaisen lapsen ja nuoren elämän laadun parantamisessa ja monipuolistamisessa liikunnalla on todella iso merkitys. Liikunnan kautta kuulovammaisen kokee onnistumisen tunteita, kehittää omaa fyysistä kuntoa sekä tuntee itsensä tasavertaiseksi ja hyväksytyksi. Liikuntaharrastuksessa kuulovammaisen saa myös luotua sosiaalisia suhteita ja näin ehkäisee omaa syrjäytymistä. (Nissinen 1993, 119.)

Alaranta, Kannisto ja Rissanen (2005, 527) toteavat liikunnalla olevan monia erilaisia myönteisiä vaikutuksia erityisryhmän henkilöille, jotka ovat fyysiset, emotionaaliset, tiedolliset ja sosiaaliset vaikutukset. Liikunnan avulla pystytään kohentamaan itsetuntoa onnistumisten ja kehityksen kautta, saadaan uusia ystäviä ja luodaan uusia sosiaalisia suhteita. Liikunta toimii henkisen ja fyysisen hyvinvoinnin kohottajana ja toimintakyvyn edistäjänä erityisryhmän henkilölle. Liikunta on mieluinen tapa viettää vapaa-aikaa. (Mälkiä & Rintala 2000, 151.)

3.4 Kuulovammaisten ohjaaminen liikunnassa

Liikunnanohjaamisessa on tärkeää ohjaajan asettua näkyvälle paikalle, josta kuulovammaisen voi seurata hänen ohjeitaan tarkasti. Ulkona ohjatessa myös auringonvalolla on merkitys, sillä valo ei saa tulla ohjaajan selän takaa, koska silloin oppilaat eivät näe ohjaajaa selkeästi. (Huovinen 2003, 36.) Liikuntatunneilla on ääntä, mutta ylimääräinen taustamelu tulee minimoida ja ohjaajan tulee puhua aina kuulovammaiselle suoraan. Keskustellessa tulee välttää sanojen korostamista tai yliartikulointia, koska tämä ei ole tarpeen, mutta rauhallinen ja selkeä puhe on suotavaa. Mikäli liikuntatunneilla on tulkki mukana puhe kohdistetaan aina suoraan kuulovammaiselle eikä tulkille. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 100-101; Taipale-Oiva 2002, 64-67; Alaranta, Kannisto & Rissanen 2005, 532-533; Laasonen 2005, 132.)

Liikuntatunnilla ohjaajan näytöt ovat erityisen tärkeässä roolissa kuulovammaiselle. Nämä tulisi näyttää selkeästi ja rauhallisesti. Liikunnanohjaajan tulee antaa ohjeet aina ennen toiminnan alkamista, eikä sen aikana huudella lisäohjeita, koska näiden huomaaminen ja sisäistäminen saattavat olla vaikeaa. Mikäli ohjeita täytyy antaa toiminnan aikana,

ohjaajan tulee hakeutua ohjattavan vierelle ja kosketta huomion saamiseksi oppilasta olkapäästä. (Mälkiä & Rintala 2002, 66-67.)

Mikäli liikunnanohjaajalla on vakituinen liikuntaryhmä, jossa on mukana kuulovammaisen tai kuulovammaisia, hänen olisi hyvä opetella muutamat tukiviittomat. Viittomakielen osaaminen ei ole pakollista, mutta mikäli sitä osaa, sitä on hyvä käyttää ohjatessa puheen tukena. Joukkuepeleissä on tärkeää erottaa selkeästi pelaajat toisistaan ja pelialue tulee olla selkeästi merkeillä rajattu, jotta kuulovammaisen näkee alueen ja joukkuekaverit. Näköaistia tulee käyttää monipuolisesti hyödyksi ohjaustilanteissa, niin että ei unohda kumminkaan muita aisteja. (Van Coppenolle 2006, 56.)

Liikunnanohjaajana on tärkeää luoda turvallinen ilmapiiri ryhmään, jotta kuulovammaisen oppilas kokee turvalliseksi ilmaista itseään, mikäli joku asia on epäselvää hänelle tunnilla. Ohjaajan oma aktiivisuus tiedonkeruuseen ja ymmärrykseen kuulovammasta tuo omaan työhön itsevarmuutta ja mielenkiintoa. Kuulovammaista ohjatessa tarvitaan luovuutta ja joustavuutta, josta hyötyvät muutkin oppilaat. Kaikkiin oppilaisiin pätee sama eli kehu oppilasta, jotta itsevarmuus tekemiseen nousee. (Snellman & Lindberg 2007, 20-21.) Rintala ym. (2012, 147-149) toteavat mitä paremmin liikunnanohjaaja pystyy kommunikoimaan liikuntaryhmänsä kanssa ja mitä enemmän ilmaisukeinoja ja tietämystä kuulovammaisella itsellään on, niin sitä vähemmän on ongelmia liikuntatilanteissa.

3.4.1 Sosiaalinen yhteenkuuluvuus

Deci ja Ryan (1991, 2000) mukaan itsemääräämisteoriassa sosiaalisella yhteenkuuluvuudella tarkoitetaan yksilön pyrkimystä etsiä toisen henkilön kanssa yhteenkuuluvuuden, läheisyyden, turvallisuuden ja kiintymyksen tunnetta, saada positiivisia tunteita ryhmässä toimimisesta ja tuntee hyväksyntää. Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden on tutkittu olevan yhteyksissä sisäiseen liikuntamotivaatioon (Ntoumanis 2001, 236-237; Standage, Duda & Ntoumanis 2005, 16-17) ja urheiluun osallistumiseen (Spink & Carron 1992).

Sosiaalinen kanssakäyminen asettaa kuulovammaiselle rajoitteita luoda keskustelua muiden liikuntaryhmäläisten kanssa. Useimmat haasteet liikunnassa tulevat sosiaalisesta ja kielellisestä kanssakäymisestä. Lapsi voi syrjäytyä liikunnasta ja liikuntaryhmistä, jos kokee viestintäkeinojen puutteen ja ympäristöhaasteet vaikeiksi. Lisäksi vanhemmat voivat myös estää liikuntaryhmiin osallistumisen, koska ajattelevat suojelevan lasta tällä tavoin. Kuulovammaisen itsetunnon kehityksen kannalta on erittäin tärkeää mahdollistaa liikunta ja liikuntaryhmät hänelle. Sosiaaliset kontaktit kuulevien ikätovereiden kanssa ovat

kuulovammaiselle tärkeitä ja nämä tulee huomioida. Sosiaalisen elämän kehittäminen ja vahvistaminen liikunnan avulla ovat liikuntakasvatuksen näkökulmasta hyvin tärkeitä. Näitä taitoja tulisi vahvistaa liikuntaryhmässä erilaisten yhteistoiminnallisten leikkien ja pelien avulla. (Mälkiä & Rintala 2002, 64-65.)

3.4.2 Fyysismotoriset taidot

Kuulovammaisten liikunnassa tulee kehittää sosiaalisen yhteenkuuluvuuden tunteen lisäksi fyysismotorisia harjoitteita, kuten tasapaino-, rytmii-, reaktio- ja liikenopeusharjoituksia (Mälkiä & Rintala 2002, 66). Fyysismotorisia tavoitteita voivat olla kuntoon, toimintakykyyn tai liikuntataitoihin liittyviä tavoitteita, kuten esimerkiksi puomilla tasapainoilemisen oppiminen (Rintala ym. 2012, 149).

Fyysismotorisista harjoituksista heikkoa tasapainoa tulee harjoitella etenkin dynaamisten tasapainoharjoitusten avulla. Kehittämällä lihas ja silmäaistin herkkyyttä pystytään sisäkorvan vajavaista toimintakykyä kompensoimaan. Tarvittava reaktio- ja liikenopeus kehittyvät pelitilanteissa, joissa harjoitellaan näkökentän ulkopuolelta tulevien henkilöiden tai pallojen reagointiin. Liikunnanohjaajan on hyvä muistaa suunnitellessa tuntia, että samanlaisia tasapaino-, reaktio- ja liikenopeusharjoituksia voi tehdä kuulevat ja kuulovammaiset, sillä heillä on edellytykset päästä saman tasoihin liikuntasuorituksiin muiden lasten kanssa. (Rintala ym. 2012, 149.)

4 Integraatio ja Inklusio

Jahnukainen (2001, 43) toteaa, että integraatio ja inklusio ovat toistensa synonyymeja. Integraatio on yhdentämistä eli sulautumista yhteen, joka tarkoittaa vammaisen henkilön kohdalla tasa-arvoisuutta ja osallistumisoikeutta, niin että yksilölliset tarpeet huomioidaan (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 16). Inklusio on laajempi käsite integraatiosta, joka sisältää kaikki integraation muodot. Inklusiossa kaikilla tulisi olla oikeus osallistua vapaasti kaikkiin yhteisön tarjolla oleviin toimintoihin. (Teräväinen 2011, 97.) Inklusiossa ympäristö ja toiminta muokataan niin, että jokainen voi toimia tasavertaisesti (Saari 2005, 9).

4.1 Integraatio

Integraatio pystytään jakamaan osiin, kuten sosiaaliseen, toiminnalliseen, fyysiseen ja yhteiskunnalliseen integraatioon. Yhdessäoloa kuvastaa fyysinen integraatio ja toiminnallinen integraatio siitä toteutunutta yhteistyötä ja itse toimintaa. Yhteiskunnallisella integraatiolla pyritään sijoittamaan henkilö yhteiskuntaan täysiarvoisena jäsenenä, näin pyritään tasa-arvoisuuteen ja yhtäläisiin vaikutusmahdollisuuksiin työssä ja vapaa-ajalla. Tämä on integraation päämäärä. (Rintala, Huovinen & Niemelä 2012, 216; Teräväinen 2011, 89; Jahnukainen 2001, 38-39.)

Tasa-arvoisuuteen pyritään toiminnallisessa integraatiossa, kuten tarjotaan yhteisiä palveluita ja järjestetään esimerkiksi leirejä yhdessä vammaisten kanssa. Fyysisen integraation tarkoitus on pitää etäisyydet pienenä ja tarjota esimerkiksi koulussa yleisopetuksen luokkaa vammaiselle lapselle. Sosiaalisella integraatiolla halutaan vähentää sosiaalista etäisyyttä sijoituskohteen ja integroitavan välillä. Tällä haetaan positiivisten ja onnistuneiden sosiaalisten kontaktien määrän kasvua ja kunnioitusta puolin ja toisin. Lisäksi se heijastuu suvaitsevaisuutena ja luo ystävyyssuhteita kaikkien ihmisten välille. Sosiaaliseen integraatioon tulisi kiinnittää huomiota, koska muuten se jää useasti toteutumatta. (Rintala ym. 2012, 216; Teräväinen 2011, 89.)

Integraation lähtökohta on yhteiskunnallinen tasa-arvo. Tämä voidaan määritellä laillisuuden näkökulmasta, jolloin se tarkoittaa erityisryhmään kuuluvan lapsen oppimisoikeutta ja tasa-arvon myöntämistä. Integraatiossa kasvatuksen näkökulmasta mahdollistetaan kaikille vuorovaikutus oma ikäisten kanssa. Tavoitteena on lisätä monipuolisesti erityisryhmien liikunnan ja muun liikuntakulttuurin yhteistyötä. Näin voidaan liikkua ja harrastaa samoissa organisaatioissa ja tätä on integraatio erityisryhmien liikunnassa. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 16-17.)

Koulussa integraatiolla tarkoitetaan, että erityistuen tarpeessa oleva oppilas sijoitetaan mahdollisimman paljon koulun yleisopetukseen muiden kanssa (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 17; Rintala ym. 2012, 216). Tämä edellyttää opettajalta opetuksen soveltamista, mutta ei koko ajan, koska täysiaikainen integrointi ei ole aina mahdollista (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 17-18.) Integraation toteutuminen onnistuneesti vaatii koululta avoimuutta ja halua kohdata erilaiset oppilaat. Erilaisuuden hyväksyminen ja osallisuuden lisääminen tulisi olla koulussa paikka missä sitä opetetaan. Epäonnistumisen ja syrjäytymisen tunteita tulisi välttää, joten koulussa täytyisi olla mahdollista toteuttaa joustavaa ryhmittelyä oppilaiden kohdalla. (Teräväinen 2011, 106.) Hayes & Stidder (2013, 53) toteavat että isoin rajoittava tekijä integraatiolle on opettajan joustavuuden tai välittämisen puute soveltaviin harjoituksiin, sekä haluttomuutta muokata opetusta.

4.1.1 Asennoituminen

Koulun on tärkeää tarjota oppilaille paikka, jossa opitaan ihmisten keskinäistä ymmärrystä, arvostetaan erilaisuutta ja moninaisuutta. Erilaisuuden huomioimiseen ja lasten moninaisuuteen tulisi keskittyä liikuntatunneilla, jotta tämä lisäisi tasa-arvoa. Erityistuen oppilaat eivät koe tarvitsevansa aina tasapuolista kohtelua, mutta jokaisen yksilön tarpeet tulisi huomioida. (Hayes & Stidder 2013, 53.)

Integrointiin vaikuttaa, kuinka kuulevat oppilaat suhtautuvat erityisoppilaaseen tai erityisryhmään. Tähän suhtautumiseen opettajan asenteella on suuri vaikutus. Mikäli opettajalla on myönteinen suhtautuminen, niin muut lapset tukevat opettajan näkemystä. Avoimuus vammaisuudesta auttaa ymmärtämään muita oppilaita ja yhdessä vietetty aika lisää ymmärrystä. Opettaja pystyy omalla asenteella luomaan turvallisen ympäristön keskustelulle ja kysymyksille. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 55, 57-59.)

Erityistukea tarvitsevien lasten vanhemmat suhtautuvat integraatioon myönteisemmin, koska suurin osa heistä haluaa mahdollistaa omalle lapselleen normaalin ympäristön ja mahdollisuudet tutustua kuuleviin lapsiin. Osaa vanhemmista yleispuolen luokat kauhistuttavat, koska ajattelevat että heidän lapsi ei tule tarpeeksi huomatuksi näissä luokissa ja näin kokevat, että integrointi ei ole paras tapa. (Teräväinen 2011, 104.)

4.2 Inklusio

Inklusio on paljon laajempi käsite kuin integraatio, jossa otetaan huomioon sosiaaliset suhteet ja ympäristö. Tarkoitus on, että erityistukea tarvitsevan ei tarvitse sopeutua

toimintaan ja ympäristöön, vaan nämä muokataan sellaiseksi, että jokainen voi olla tasavertainen toiminnassa ja ympäristössä. Tämä luodaan niin, että opettajat, henkilökunta, koulu ja sen ympäristö ovat myönteisiä toiminnallaan. Inklusio on parhaimmillaan moniarvoisuutta, tasa-arvoisuutta ja suvaitsevuuksi. (Saari 2005, 9; Emanuelsson 2001, 125-137.) Murto (1999, 6) kertoo että integraatiossa erityistuen tarpeessa oleva lapsi laitetaan yleisopetukseen, kun inklusiiossa ajatellaan kaikkien olevan jo yhdessä, sekä haasteiden ilmentyessä ympäristöä ja toimintatapoja tulee muuttaa.

Parhaimmillaan Teräväisen (2011, 97) mukaan inklusiiossa lapsia opetettaisiin ymmärtämään ja hyväksymään erilaisuutta ja tätä kautta lapsilla olisi ystävyyssuhteita erilaisuudesta huolimatta. Kun lapsi kokee kuuluvansa luokkaan ja saa arvostusta omana itsenään, inklusio on tapahtunut. Tämän lisäksi lapsi saa opiskeluunsa käyttöön henkilökohtaiset resurssit, jotta hän pystyy osallistumaan ja vaikuttamaan tasavertaisesti muiden lasten tavoin. (Elliot ym. 2012, 18.)

4.2.1 Inklusio liikuntatunneilla

Liikunta opettaa helpolla ja luontevalla tavalla lapselle yhdessä toimimisen merkityksen. Tämän takia on tärkeää mahdollistaa erityistukea tarvitsevalle lapselle liikuntaryhmä muiden lasten kanssa. Tätä kautta opitaan lapsuudesta alkaen suvaitsevaisiksi ja ymmärrys erilaisuutta kohtaan kasvaa. Inklusio näkemyksellä ohjattu liikunta opettaa lapsia toimimaan yhdessä erilaisuudesta huolimatta, eli inklusiivinen liikuntatunti on hyväksyvä ja suunnittelussa huomioidaan jokainen luokan oppilas. (Davis 2002, 9; Elliot ym. 2012, 62)

Liikunnassa on tärkeää muistaa, että jokainen on yksilö ja tilanteet ovat yksilöllisiä. Toiminnan ei tarvitse aina mennä järjestelmällisesti, koska inklusio on laaja käsite ja toimintatapoja on monenlaisia. Tällä tarkoitetaan, että tekeminen voi olla kaikille avointa ja välillä erillistä, koska inklusiiossa ei ole vain yhtä tietä. Inklusiopiirakassa (Kuvio 1) käytetään mallia kaikille avointa tai erillistä toimintaa, joka on jaettu viiteen osaan. Nämä ovat, avoin toiminta, soveltava toiminta, rinnakkainen toiminta, käännteinen integraatio ja erillinen toiminta. (Alanko, Remahl & Saari 2004, 6.)



Kuvio 1. Inklusiopiirakka, Alanko ym. (2004)

Avoiminta tarkoittaa, että harjoitukset suunnitellaan jokaiselle osallistujalle sopivaksi. Välineiden ja ympäristön ovat sovellettava kaikille, jolloin voidaan leikkiä tai pelata yhdessä. Toiminnalla haetaan sitä, että kaikki kokevat kuuluvansa ryhmään ja jokainen pystyy toimimaan omalla tasolla avoimessa toiminnassa. Alku- ja loppuleikkeihin sopivat hyvin avoimen toiminnan harjoitukset. (Alanko ym. 2004, 7-8.)

Soveltavassa toiminnassa sovelletaan tilanteita, kuten esimerkiksi sääntöjä, välineitä ja ympäristöä, mikäli leikki tai peli ei toimi alkuperäisenä versiona kaikille (Van Coppenolle 2006, 25; Chatoupis & Emmanuel 2003; Kalyvas & Reid 2003). Soveltavan toiminnan tavoitteena on pystyä toimimaan yhdessä, niin että se tukee jokaista oppijaa. Tärkeää on, että tekeminen on haasteellista jokaiselle, jolloin sitä voidaan soveltaa koko ryhmälle, pienryhmille tai yksilöille. Liikuntatunnin tietyt tavoitteet voidaan saavuttaa esimerkiksi apukeinoja käyttäen. (Alanko ym. 2004, 10-11.)

Rinnakkaisessa toiminnassa jokainen osallistuja saa tehdä toimintansa omalla tasollaan, mutta tema pysyy samana kaikilla koko tunnin ajan. Esimerkkejä rinnakkaisesta toiminnasta ovat erilaiset temppu- ja toimintaradat, jossa jokainen saa valita itselleen sopivan vaihtoehdon. Liikuntatunnin peleissä pystytään myös toteuttamaan rinnakkaista toimintaa. (Alanko ym. 2004, 12-13.)

Käänteisessä integraatiossa vammattomat pääsevät kokeilemaan ja pelaamaan yhdessä vammaisurheilun pelejä ja välineitä. Liikunnallisesti tämä on kehittävä ja myös hyvää asennekasvatusta, sekä kokemuksellisesti rikastuttavaa. Pelatessaan vammattomien

kanssa, vammaisen voi kokea onnistumisen tunteita. Hyviä lajeja kokeiluun ovat esimerkiksi istumalentopallo, maalipallo, pyörätuolikoripallo, sokkopingis, kelkkajääkiekko. (Alanko ym. 2004, 14-15.)

Erillinen toiminta tarkoittaa, kun jaetaan toimintaa erillisiin ryhmiin. Erillisessä toiminnassa liikutaan saman seuran tai järjestön alla, mutta vammaiset ja vammattomat harjoittelevat omissa ryhmissään. Mikäli henkilö ei pysty toimimaan suuressa yleisessä ryhmässä, niin on erillinen toiminta hyvä vaihtoehto. Erillinen toiminta voi myöhemmin myös mahdollistaa osallistumisen yleiseen ryhmään, kun on saanut ensiksi omalla tasollaan harjoitusta.

(Alanko ym. 2004, 16-17.) Urheiluseuroissa toteutetaan erillistä toimintaa, joissa vammaisille on omat joukkueet tai ryhmät missä liikkua ja kilpailla (Van Coppenolle 2006, 25).

5 Opetussuunnitelma

Koulun ja kunnan tasolla oppilaat osallistuvat opetussuunnitelman laadintaan, sekä oppilaiden vanhemmat ovat mukana opetussuunnitelmatyössä. Sosiaalivirasto ja terveystyöryhmä ovat yhteistyössä oppilashuoltoa sekä kodin ja koulun opetussuunnitelmaan koskevista asioista. Varhaiskasvatustyöryhmä antaa ohjeet esiopetuksen ja alkuopetuksen jatkuvuudesta. Opetussuunnitelman valmistelussa on kuunneltu oppilaita, huoltajia ja kaupunkilaisia. Jokaisella oppilaalla on oikeus saada opetussuunnitelman mukaista opetusta koulussa. (Opetussuunnitelma 2018.)

Helsingin kaupungin peruskouluissa noudatetaan YK:n lapsen oikeuksien sopimusta, jossa lasten kanssa työskentelevät ovat velvollisia noudattamaan esimerkiksi yhdenvertaisuuden periaatetta, osallisuuden periaatetta eli lapsen oikeutta ilmaista näkemyksiään ja tulla kuulluksi, lapsen edun ensisijaisuus, lapsen oikeus suojeluun, kehittymiseen ja huolenpitoon. Helsingin kouluissa oppiminen on tavoitteellista. Oppiminen nähdään kokonaisvaltaisen, yhteisöllisenä ja vuorovaikutuksellisenä prosessina. Oppimista tapahtuu koko ajan kaikkialla ja kaikki tilat ja ympäristö ovat oppimisen tiloja. (Opetussuunnitelma 2018.)

Parhaimmillaan oppimisprosessi on leikkisä, kokeileva, innostava ja uteliaisuutta herättävä. Tärkeää on kannustaa oppilasta esittämään omia ideoita, kyseenalaistamaan, kysymään ja argumentoimaan. Uusien ideoiden syntyminen ja innovatiivinen oppiminen ovat yhdessä tekeminen, ideoiden rohkea kehittäminen ja sen jakaminen. Pitäjänmäen peruskoulussa kohdataan jokainen oppilas juuri sellaisena kuin on ja nähdään jokainen ainutlaatuisena yksilönä. Lisäksi jokaisen osallisuutta tuetaan ja inklusiivinen lähestymistapa antaa osallisuuden kokemuksen jokaiselle oppilaalle hänen omiin lähtökohtiinsa. Koulussa on avoin, turvallinen ja kannustava ilmapiiri, jossa kaikki oppivat ja kehittyvät. Yhdessä oppiminen kehittää oppilaiden kriittistä ajattelua, luovaa ajattelua, ongelmanratkaisutaitoja sekä tätä kautta heille tulee kyky ymmärtää erilaisia näkökulmia. (Opetussuunnitelma 2018.)

Helsingin koulut edistävät tekemisellään tasa-arvoa, yhdenvertaisuutta ja oikeudenmukaisuutta. Inklusion periaatetta noudatetaan opetus- ja kasvatustyössä, niin että koulun toiminta on esteetöntä ja se tarjoaa kaikille oppilaille hyvän oppimisen. Pitäjänmäen peruskoulussa halutaan oppia uusia ja tarpeellisia tietoja ja taitoja, koska se on edellytys tulevaisuudessa pärjäämiselle. Lisäksi erilaisuuden hyväksyminen, kansainvälisyys, kulttuurien moninaisuus ja viittomakielisen kulttuurin ja perinteen

vaaliminen ovat tärkeitä asioita Pitäjänmäen peruskoulussa. Koulu tukee ja kehittää kaikilla ikätasoilla monikielisyttä ja kielitietoisuutta. Erityistä huomiota saavat S2-opetus, viittomakieli, tukiviittomien käyttö ja viittomakielisten oppilaiden erityistarpeet. Pitäjänmäen peruskoulussa integraation edistämiseksi kehitetään koulunkäyntiavustajan roolia opetuksen tukemiseksi, jotta saadaan erityisesti viittomakielisiä oppilaita kuulevien ryhmiin. (Opetussuunnitelma 2018.)

Osallistava opetus ja inklusio ovat nykyisin osa kansallista koulutusagendaa. Tasa-arvoisen ja oikeudenmukaisen yhteiskunnan kehittämiseksi ja vaurauden tukemiseksi on inklusiolla kouluissa tärkeä merkitys. Vastuuta täytyy kantaa jokaisesta lapsesta, joten kaikilla lapsilla on merkitystä. (Elliot ym. 2012, 14-16)

6 Työn tavoite ja vaiheet

Tämän työn tavoitteena on antaa opettajalle keinoja lisätä kuulovammaisten inklusiota liikuntatunneilla. Talven aikana oppilaille on suunnitellaan liikuntatunteja inklusiopiirakkaa hyödyntäen. Pitäjänmäen koulussa liikuntatunneilla on sekä kuulevia että kuulovammaisia oppilaita. Näiden liikuntatuntien tarkoitus on auttaa kuulovammaisia tunteen enemmän sosiaalista yhteenkuuluvuutta. Liikuntatuntien sisällöstä on tarkoitus löytää ja antaa työkaluja luokanopettajalle, jotta liikuntatunneista voisi muokata monipuolisia, sekä ottamaan huomioon ryhmän jokaisen oppilaan. Näillä työkaluilla luokanopettaja pystyy toteuttamaan sellaisia leikkejä ja pelejä, jotka parhaiten sopivat kyseisen kaltaiselle ryhmälle.

6.1 Toimeksiantaja

Tässä työssä toimeksiantajana on Helsingin kaupungin Pitäjänmäen peruskoulu. Pitäjänmäen peruskoulu panostaa opetuksessa ja oppimisessa yhdessä tekemiseen ja positiivisen ilmapiirin luomiseen. Siellä voi opiskella seitsemänneltä luokalta alkaen tanssi, liike ja ilmaisupainotetussa opetuksessa. Perusopetuksen luokka-asteen 1-9 ja alueellisten erityisluokkien lisäksi Pitäjänmäen peruskoulussa on keskitetty Helsingin kaupungin 11 vuotisen oppivelvollisuuden kuulovammaisten luokat. Koulussa on suomenkielen lisäksi opetuskielenä viittomakieli sitä tarvitseville oppilaille. Pitäjänmäen koululle on annettu tehtäväksi toimia kuulovammaisten opetuksen tukena Helsingin kaupungin kouluille ja sieltä saa konsultaatioapua kuulovammaisten opetukseen liittyvissä pedagogisissa asioissa. Pitäjänmäen peruskoulussa on yhteensä noin 420 oppilasta. (Pitäjänmäen peruskoulu 2018.)

Tämä työ toteutetaan Pitäjänmäen peruskoulun 3B luokan ja kuulovammaisten luokan E-3E yhteistyössä. Työn suunnitteluun osallistuu 3B:n luokanopettaja, joka on opettanut syksyn ajan liikuntatunteja kyseiselle ryhmälle ja tulee opettamaan keväälläkin. Mukana työn suunnittelussa on myös E-3E erityisluokanopettaja, joka antaa näkökulmia kuulovammaisten opetukseen. Liikuntaryhmässä ovat kaikki 19 oppilasta 3B luokalta ja E-3E kuulovammaisten luokalta integroituna liikuntatunnille on viisi kuulovammaista oppilasta. E-3E kuulovammaisten luokalla on yhteensä seitsemän oppilasta ja kaksi heistä eivät ole tässä liikuntaryhmässä, koska ovat esikouluikäisiä.

6.2 Aikataulu

Tässä kappaleessa käydään läpi opinnäytetyön aikataulu. Tämä produkti on alkanut syyskuussa 2017 ja sen on tarkoitus valmistua maaliskuussa 2018. Produktin vaiheet esitellään seuraavassa taulukossa:

Produktin suunnittelu	Syyskuu 2017
Tapaaminen koulun erityisluokanopettajan kanssa	Lokakuu 2017
Yhteydenotto sähköisesti luokanopettajaan	Lokakuu 2017
Tapaaminen koulun rehtorin kanssa ja yhteistyön sopiminen	Lokakuu 2017
Lähdemateriaaliin tutustuminen	Loka-Marraskuu 2017
Teorian työstäminen	Loka-Marraskuu 2017
Liikuntatuntien suunnittelu	Loka-Marraskuu 2017
Tapaaminen luokanopettajan kanssa	Marraskuu 2017
Liikuntatunnit 1-5	Marras-Joulukuu 2017
Oppilaiden palautekysely tunneista 1-5	Joulukuu 2017
Tapaaminen molempien opettajien kanssa	Joulukuu 2017
Liikuntatuntien suunnittelu	Joulu-Tammikuu 2018
Tapaaminen molempien opettajien kanssa	Tammikuu 2018
Liikuntatunnit 6-9	Tammikuu 2018
Oppilaiden palautekysely tunneista 6-9	Tammikuu 2018
Tulosten analysointi ja pohdinta	Helmikuu 2018
Yhteenveto opettajien kanssa ja päätös produktin jatkumisesta	Helmikuu 2018
Työn viimeistelyvaihe	Helmi-Maaliskuu 2018
Työn palautus	Maaliskuu 2018

Taulukko 1. Produktin vaiheet.

Tämän työn aihe syntyi viime kesänä, mutta varsinainen suunnittelu käynnistyi syyskuussa aluksi Vierumäellä yhdessä opettajan kanssa. Ideaa on suunniteltu kovasti ja sitä kuinka sen voisi toteuttaa käytännössä.

Lokakuussa oli ensimmäiset keskustelut opinnäytetyön aiheesta yhdessä E-3E erityisluokanopettajan kanssa. Tapaamisessa keskusteltiin aluksi miten liikuntatunneilla integraatio on onnistunut kuulevien ja kuulovammaisten kesken. Tämän jälkeen erityisluokanopettaja ehdotti produktin tekemistä tälle kyseiselle ryhmälle. Erityisluokanopettaja alusti tapaamisessa käydyn keskustelun 3B – luokanopettajalle,

jonka jälkeen keskusteltiin aiheesta lisää sähköpostien välityksellä. Tietoa vaihdettiin luokanopettajan toivomuksista liikuntatuntien avuksi, sillä luokanopettajalla ei ole täydellistä osaamista liikunnan opettamisesta. Lisäksi esitin opinnäytetyön aiheen ja suunnitelman koulun rehtorille ja sovittiin produktin aloittamisesta 3B ja E-3E luokille. Tästä käynnistyi loka-marraskuun vaihteessa kuukauden mittainen itsenäinen työskentelyjakso, jossa keskityttiin lähdemateriaalin ja teorian keräämiseen, sekä liikuntatuntien suunnitteluun.

Marraskuussa keskusteltiin 3B luokanopettajan kanssa. Tässä käytiin läpi mitä oltiin saatu aikaiseksi kuukauden aikana ja miten oltiin suunniteltu raamit liikuntatunneille teorian pohjalta. Lisäksi tilaa jätettiin myös mahdollisille muutoksille liikuntatunneilla. Tapaamisessa tuli esille mitä leikkejä ja pelejä oltiin aikaisemmin oppilaiden kanssa pelailtu ja leikitty. Kävimme myös tarkemmin läpi, mitä mahdollisia haasteita luokanopettaja saattaa kokea liikuntatuntien opettamisessa, jonka pohjalta pystyttiin soveltamaan liikuntatunteja paremmin hänelle sopiviksi.

Marras- ja joulukuun aikana toteutettiin yhteensä viisi liikuntatuntia. Jokaisen tunnin lopuksi ryhmältä kerättiin suullinen palaute. Näissä selvisi mistä leikeistä ja peleistä oppilaat olivat eniten pitäneet. Lisäksi jokaisen tunnin jälkeen kirjattiin havaintoja ylös ja mielenpainuvia asioita.

Joulukuussa viimeisen liikuntatunnin jälkeen oppilailta kerättiin palautekysely heidän luokissaan. Palautteen antaminen tapahtui niin, että jokainen oppilas täytti kyselylapun itseksensä. Aluksi käytiin läpi paperissa olevat leikit ja pelit, joita liikuntatunneilla oli leikitty tai pelattu, näin ne palautuivat oppilaiden mieleen. Kyselyssä toivottiin oppilaiden rastittavan leikit, jotka olivat mieluisia. Kavereiden kanssa ei saanut keskustella ja mikäli heräsi kysyttävää, niin viittaamalla sai apua opettajalta. Joulukuun tapaamisessa keskusteltiin menneistä liikuntatunneista erityisluokanopettajan sekä luokanopettajan kanssa. Saatujen kyselyiden tuloksia käytiin läpi ja niihin liittyviä pohdintoja. Opettajilta kerättiin välipalautetta. Keskusteltiin mahdollisista toivomuksista ensi vuoden liikuntatunneille ja sovittiin ohjauksen siirtyvän luokanopettajan vastuulle.

Tammikuussa tavattiin molempien opettajien kanssa ja kerrattiin vielä joulukuun asioita läpi. Muutosta tapahtui edelliseen vuoteen verrattuna niin, että molemmat opettajat ohjasivat yhdessä kevään liikuntatunteja. Tällä tavoin luokanopettaja sai lisää kokemusta liikuntatuntien ohjaamisesta. Oppilaiden palautteet kerättiin viimeisistä tunneista ja kysely toteutettiin samalla tavalla kuin aikaisempikin kysely.

6.3 Kyselyn tulokset

Produktin ollessa puolessa välissä oppilaille teetettiin kysely jo käydyistä liikuntatunnin aktiviteeteista, sekä kysely tehtiin myös produktin tuntien loputtua. Kysely toteutettiin luokkahuoneessa, jossa jokaisella oli oma paikka. Liikuntatuntien aktiviteetit käytiin taululla yksitellen läpi ja tunnilla käydyt aktiviteetit kerrattiin. Näin saatiin asiat palautettua oppilaiden muistiin. Lisäksi ohjeistuksena oli, että ystävän vastauksia ei tarvitse katsoa ja kysymysten herätessä viittaamalla saa apua opettajalta. Kysely tehtiin rasti ruutuun menetelmällä. Siinä kysyttiin, mistä leikeistä oppilas oli tunneilla pitänyt.

Suurimman suosion sai viittomakielinen evoluutioleikki, sillä 81% lapsista piti juuri tästä leikkistä. Tässä leikissä kuulevat oppilaat saivat opetella viittomia, sekä ymmärtämään paremmin kuulovammaisia käänteisen integraation kautta. Toiseksi suosituin leikki oppilaiden keskuudessa oli polttopallo jumppapallolla, sillä noin kolme neljästä oppilaasta tykkäsi siitä. Kolmannen sijan jakoi useampi leikki, kuten viittomien kautta leikityt hedelmäsalaatti, maa-meri-laivaleikki ja pelit, joissa oli yhteinen päämäärä. Vähiten ääniä sai erilaiset viestit, joista tykkäsi vain 38% oppilaista. Tulosten perusteella voidaan todeta, että kuulovammaiset ja kuulevat haluavat ja tykkäävät selkeästi eniten leikeistä, joissa tehdään yhdessä asioita. Viittomakieliset leikit olivat mieluisia kyselyn perusteella myös kuulevien mielestä ja innostusta näihin oli selkeästi havaittavissa liikuntatunneilla. Tulokset yllättivät myös siitä näkökulmasta, kun ennen produktin alkamista oli ryhmä leikkinyt jokainen liikuntatunti vähintään yhden kerran mustekalaleikkiä ja tästä leikistä alle puolet luokan oppilaista piti sitä mieluisena.

7 Liikuntatunnit

Liikunta opettaa yhdessä toimisen merkityksen luontevalla ja helpolla tavalla lapselle ja tämän takia on tärkeää mahdollistaa erityislapselle liikuntaryhmä muiden lasten kanssa. Tätä kautta opitaan lapsuudesta alkaen suvaitsevaisiksi ja ymmärrys erilaisuutta kasvaa. Inklusio näkemyksellä ohjattu liikunta opettaa lapsia toimimaan yhdessä erilaisuudesta huolimatta. (Davis 2002, 9.) Tämän opinnäytetyön liikuntatunneilla käytettiin inkluusiopiirakkaa, joka on jaettu viiteen osaan, avoin toiminta, soveltava toiminta, rinnakkainen toiminta, käänteinen integraatio ja erillinen toiminta. Lisäksi Mälkiä & Rintala (2002, 66) painotti kuinka kuulovammaisia ohjattaessa liikunnassa tulisi kehittää sosiaalista yhteenkuuluvuuden tunnetta, sekä fyysismotorisia harjoitteita, kuten tasapaino-, rytmi-, reaktio- ja liikenopeusharjoituksia, joten nämä huomioitiin myös liikuntatunneilla. Useimmat tutkimukset tukevat edellä mainittuja fyysismotoristen harjoitusten kehityksen kohteita kuulovammaisilla (Savelsbergh, Netelenbos & Whiting 1991; Siegel, Marchetti & Tecklin 1991).

Kuulovamma saattaa estää huonokuuloista kuulemasta liikuntatunneilla pillin vihellystä, joten tämän takia on kehitetty muita keinoja huomion hakemiseksi, kuten pallopeleissä erotuomari heiluttaa lippua (Rintala ym. 2012, 299). Tässä opinnäytetyössä jokaisella liikuntatunnilla heilutettiin liiviä huomion saamiseksi. Leikkien ja pelien alkaessa ja loppuessa, sekä liiviä heilutettiin myös mikäli opettajalla oli asiaa.

7.1 Liikuntatunti 1.

Kaikki voivat osallistua ryhmän toimintaan, kun leikki on kaikille sopivaa ja kaikki otetaan mukaan, jolloin inklusio toteutuu (Rintala ym. 2012, 6). Ensimmäisellä liikuntatunnilla (Liitteet; tuntisuunnitelma 1.) tavoitteena on saada leikkivarjon avulla liikuntaryhmä toimimaan yhdessä ja parantamaan yhteistyökykyä erilaisten varjoleikkien kautta. Harjoitukset on suunniteltu niin, että koko 45 minuutin liikuntatunnin aikana liikuntaryhmän oppilaat saavat toimia saman välineen äärellä. Alanko ym. (2004, 7-8) kutsuvat tätä inkluusiopiirakan avoimeksi toiminnaksi, jossa harjoitteet on suunniteltu liikuntaryhmän jokaiselle osallistujalle sopivaksi, sekä välineet ja ympäristö on soveltuva kaikilla jotta pystytään leikkimään yhdessä. Toiminnan tarkoitus on että jokainen kokee kuuluvansa liikuntaryhmään.

Autio (2012, 119-110) toteaa että leikkivarjo ei ole väline jota käytetään yksin, vaan leikkivarjon käyttöön tarvitaan koko ryhmän yhteistyötä, sekä se kehittää sosiaalisia ja fyysisiä taitoja. Liikuntaryhmän kiinteys ja yhteistyö nousevat esille useissa harjoituksissa, jolloin kiinteys lisää ryhmän yhteistyötä ja yhteistyö lisää ryhmän kiinteyttä. Nämä

tuottavat menestymistä ja onnistumista koko liikuntaryhmälle. (Kataja, Jaakkola & Liukkonen 2011, 80.) Leikkivarjolla pystytään luomaan monipuolisesti erilaisia harjoituksia ja leikkejä, sekä se on välineenä erilainen, jännittävä, koukuttava ja hauska. Leikkivarjolla kehitetään kommunikointi- ja vuorovaikutustaitoja, sekä saadaan kohennettua yhteistyötä.

7.2 Liikuntatunti 2.

Ntoumanis (2001, 236-237) ja Standage ym. (2005, 16-17) painottavat kuinka sisäinen liikuntamotivaatio on tutkitusti yhteydessä sosiaaliseen yhteenkuuluvuuden tunteeseen. Kuulovammaisia ohjattaessa tulisi kehittää sosiaalista yhteenkuuluvuutta, joten toinen liikuntatunti (Liitteet; tuntisuunnitelma 2.) pohjautuu myös inkluusiopiirakan avoimeen toimintaan, jotta saadaan lisättyä ryhmäytymistä. Lisäksi tunnille on otettu yksi leikki, jossa päästään tutustumaan myös inkluusiopiirakan käänteiseen integraatioon evoluutioleikin kautta. Tässä leikissä oppilaat saavat opetella kolme eläin viittomaa. Tavoitteena on saada ryhmä toimimaan yhdessä, olemaan vuorovaikutuksessa ja hakemaan kontaktia lähes jokaiseen oppilaaseen. Tällä haetaan sitä, että kaikki kokevat kuuluvansa ryhmään ja jokainen pystyy toimimaan omalla tasolla avoimessa toiminnassa (Alanko ym. 2004, 7-8).

Yhteistyötä vaativat leikit auttavat liikuntaryhmän oppilaita ottamaan huomioon toisensa paremmin. Näiden leikkien avulla syntyy koko ryhmän ja erityislapsen välille toivottua vuorovaikutusta. Liikuntatunneilla olisi hyvä suosia leikkejä, jotka ovat yhteistoiminnallisia. (Rintala ym. 2012, 272.) Liikuntatunnilla otetut leikit, kuten solmu ja rengasleikki lisäävät yhteistyötä ja vuorovaikutustaitoja, koska niissä toimitaan yhdessä yhteisen päämäärän saavuttamiseksi. Evoluutioleikki kehittää vuorovaikutustaitoja, jossa otetaan kontaktia samaan eläimeen, jolloin ei voi ottaa vain kaveriin kontaktia, vaan kontaktia otetaan lähes jokaiseen liikuntaryhmän oppilaaseen. Mälkiä & Rintala (2002, 64-65) painottavat, että sosiaaliset kontaktit kuulevien ikätovereiden kanssa ovat kuulovammaiselle tärkeitä ja nämä tulee huomioida. Sosiaalisen elämän kehittäminen ja vahvistaminen liikunnan avulla ovat liikuntakasvatuksen näkökulmasta hyvin tärkeitä. Näitä taitoja tulisi vahvistaa liikuntaryhmässä erilaisten yhteistoiminnallisten leikkien ja pelien avulla. (Mälkiä & Rintala 2002, 64-65.)

7.3 Liikuntatunti 3.

Soveltavan toiminnan tavoitteena on pystyä toimimaan yhdessä, niin että se tukee jokaista oppijaa. Tärkeää on, että tekeminen on haasteellista jokaiselle, joten soveltaa voi koko ryhmälle, pienryhmille tai yksilöille. (Alanko ym. 2004, 7.) Tällä liikuntatunnilla (Liitteet; tuntisuunnitelma 3.) tekeminen oli salibandyn parissa, joka kehittää reaktio- ja

liikenopeutta, sekä salibandya olivat oppilaat toivoneet. Rintala ym. (2012, 295) painottavat kuinka pallopelien pelaaminen vaatii soveltamista yksilölle ja koko ryhmälle, sekä tahtoa suunnitella ratkaisut peliin. Lisäksi pallopelien harjoittelussa ja pelaamisessa olisi oleellista saada elämyksiä ja iloa. Elliot ym. (2012, 88) painottaa parityöskentelyn ja pelien pelaamisen ohjaavan oppilaita auttamaan toinen toisiaan. Lisäksi keskinäisten auttamisen tavoitteena on parantaa oppilaiden emotionaalisia ja sosiaalisia oppimis- ja yhteistyötaitoja, joka johtaa myönteiseen vuorovaikutukseen.

Tunti käynnistyy itsenäisillä harjoituksilla, jossa pääsee omalla tasollaan kosketukseen mailaan ja palloon. Tämän jälkeen otetaan yhteisesti pallonryöstö - leikkiä, sekä pariharjoituksia. Rintala ym. (2012, 330) kannustavat ottamaan palloiluharjoituksissa pallon kuljettamista, syöttelemistä ja pari hyökkäyksiä, jotta tulee mahdollisimman paljon tunnin aikana jokaiselle oppilaalle harjoitusta mailan käytöstä. Rintala ym. (2012, 295) toteaa, että jokainen pystyy osallistumaan omalla tasollaan ja yksilöllisillä ominaisuuksillaan yhteiseen harjoitukseen. Lisäksi inklusiota on helppoa toteuttaa palloilulajien harjoitusvaiheissa.

Pienpelit toimivat yleensä paremmin, kuin yhden ison kentän peli, koska pienpeleissä pääsee paremmin kosketukseen peliin (Rintala ym. 2012, 295). Lopuksi pelataan ja liikuntasali jaetaan kahteen pienpeliin, jossa pelataan kolme vastaan kolme pelejä, sekä molemmilla joukkueilla on maalivahdit. Toinen kentistä on sovellettua salibandya, jossa pelataan kävelysählyä. Tämä mahdollistaa hitaammille ja lajiin vasta tutustuneille oppilaille onnistumisen tunteita, koska tempo on rauhallisempaa. Soveltavassa toiminnassa muokataan jokaisen oppilaan erityistarpeiden mukaisesti ympäristöä, välineitä tai sääntöjä (Van Coppenolle 2006, 25). Normaaliin ja kävelysählyyn tutustuvat kaikki oppilaat. Rintala ym. (2012, 329) kertoo kävelysählyn olevan täysin identtistä, mutta ainoastaan kävely on sallittu pelissä.

7.4 Liikuntatunti 4.

Soveltavan toiminnan tavoitteena on pystyä toimimaan yhdessä, niin että se tukee jokaista oppijaa (Alanko ym. 2004, 10-11). Liikuntatunti (Liitteet; tuntisuunnitelma 4.) aloitetaan joukkuepelillä, jossa on kaksi joukkuetta. Joukkueet yrittävät heittää isoa jumppapalloa useilla pienillä palloilla, jotta jumppapallo siirtyisi toisen joukkueen puolelle. Tässä pelissä saa itse pelaajana valita pelitaktiikan, joko pallon kerääjänä tai heittäjänä.

Alkupelin jälkeen oli pienryhmissä viestileikkejä. Liikuntatunnilla sovellettiin viestileikkejä erilaisten välineiden, liikkumistapojen, pienryhmä- ja parityöskentelyn kautta. Rintala ym.

(2012, 275) painottavat, kuinka on tärkeää soveltaa erilaiset viestileikit ryhmän taitojen mukaisesti, sekä viestileikeissä olisi suotavaa kokeilla erilaisia liikkumistapoja.

Lisäksi lopuksi oli kaaospalloa, jossa otettiin alkuun kävelyvauhdilla peli ja tämän jälkeen sai itse valita vauhdin. Kävely vauhdissa jokaisella oli mahdollisuus ehtiä hakemaan vapaana oleva pallo, eikä vain nopeimmilla. Rintala ym. (2012, 275) toteavat, että muuttamalla pelitempoa saadaan tasavertaisuutta, koska pelin tarkoitus olisi olla aktiivista kaikille.

7.5 Liikuntatunti 5.

Rinnakkaisessa toiminnassa jokainen osallistuja saa tehdä toimintaa omalla tasolla, mutta teema pysyy samana kaikilla koko tunnin ajan (Alanko ym. 2004, 12-13). Tällä liikuntatunnilla (Liite; tuntisuunnitelma 5.) haluttiin toteuttaa inkluusiopiirakan rinnakkaista toimintaa tasapaino teeman kautta. Rintala ym. (2012, 275) painottaa, että fyysimotorisista harjoitteista etenkin tasapainoa tulisi harjoittaa kuulovammaisilla, koska kehittämällä lihas ja silmäaistin herkkyyttä pystytään sisäkorvan vajavaista toimintakykyä kompensoida.

Rintalan ym. (2012, 475) kertoo kuinka on tärkeää soveltaa hippaleikkejä liikuntaryhmän kykyihin käyväksi, sekä lisätä hauskuutta hippaleikkeihin erilaisilla pelastamistavoilla esimerkiksi teeman mukaan. Tällä liikuntatunnilla otettiin alkuun tasapainohippa, jossa jokainen sai jäätään itse päättää omalla tasollaan tasapainoliikkeen, missä odottaa pelastajaa. Alanko ym. (2004, 12-13) kertovat, että rinnakkaisen toiminnan toteutumisessa hyviä esimerkkejä ovat erilaiset temppu- ja toimintaradat, jossa jokainen saa valita itselleen sopivan vaihtoehdon. Rintala ym. (2012, 272) suosittelee käyttävän leikkejä tai harjoituksia, joissa oppilas pääsee itse olemaan luova ja keksimään omia ratkaisuja. Tasapainohipan jälkeen oli vuorossa temppurata parkour tyyliin, jossa oli tasapainoon liittyviä tehtäviä eri variaatioilla, jotta jokainen kokee omalla tasollaan haasteita. Rintala ym. (2012, 475) toteaa parkourin olevan itsensä kehittämistä, eikä siinä kilpailla keskenään. Parkour sopii ryhmälle jossa on erityislapsia, koska lajissa ei ole mitään sääntöjä, joten lajia saa soveltaa ryhmälle sopivaksi. Lajille ominaista on liikkua tasapainoillen, hyppiä, sekä pudottautua ja roikkua. Parkour tarjoaa mahdollisuuden lapsen luovuudelle ja mielikuvitukselle. (Rintala ym. 2012, 475.)

7.6 Liikuntatunti 6.

Tämä liikuntatunti (Liite; tuntisuunnitelma 6.) tapahtui ulkona luistellen, jossa edelleen keskityttiin tasapainoon, sekä inkluusiopiirakan rinnakkaistoimintaan. Alanko ym. (2012,

12-13) painottavat rinnakkaistoiminnan tunnilla teeman pysyvän samana kaikilla oppilailla koko liikuntatunnin ajan.

Luistelutunnilla kaikki voivat liikkua yhdessä ja luistelu on lajina sellainen, joka voi lisätä inklusiota. Perusluistelutaitojen opetteleminen on tärkeää ja tähän tulisi keskittyä, kuten eteen- ja taaksepäin luistelu, jarruttaminen, kääntymien ja turvallinen kaatuminen. Edellä mainittuja voidaan opettaa ryhmäleikkien avulla tai erilaisten paritehtävien kautta, sekä kaikki tehtävät tai leikit tulee muokata yksilön taitojen, tarpeiden ja toimintakyvyn mukaan. (Rintala ym. 2012, 369-370.) Alkuun jäälle tehtiin tehtäviä yksin luistellen, jonka jälkeen oli paritehtäviä. Luistelu itsessään on jo loistavaa tasapainon harjoittamista, mutta tunnilla oli edellisen tunnin perusteelta rinnakkaistoiminnan kannalta hyväksi havaittu ratamenetelmä. Tunnilla oli jäälle laitettu toimintarata, jota jokainen pääsi testaamaan omalla luistelutasollaan. Lopuksi oli vielä mustekalaleikkiä, jossa koko luokka leikki yhdessä. Heikinaro-Johansson, Huovinen & Kytökorpi (2003, 333) painottavat, että luistelu on loistava tapa kehittää etenkin tasapainokykyä, mutta myös nopeutta, koordinaatiota, kestävyyttä, rytmisten liikkeiden ja oman kehon hallintaa.

7.7 Liikuntatunti 7.

Käänteinen integraatio on sitä, että vammattomat pääsevät kokeilemaan vammaisurheilun lajeja, pelejä ja välineitä, niin että pelataan yhdessä (Alanko ym. 2004, 14-15). Tässä opinnäytetyössä kohderyhmänä ovat kuulevat oppilaat ja kuulovammaiset oppilaat, jotka kykenevät lähes samoihin liikuntasuorituksiin. Näin ollen käänteistä integraatiota sovellettiin tällä liikuntatunnilla (Liitteet; tuntisuunnitelma 7.) viittomien kautta. Alanko ym. (2004, 14-15) muistuttaa että käänteinen integraatio on loistavaa harjoitusta kuuleville oppilaille asennekasvussa, sekä liikunnallisesti tämä on kehittävä ja rikastuttaa kokemuksellisesti.

Liikuntatunti aloitettiin hedelmäsalaatti - leikillä, jossa yhdessä opeteltiin ennen leikin alkamista viittomaan banaani, omena, luumu ja hedelmäsalaatti. Opittua nämä leikittiin hedelmäsalaattia hiljaa viittomilla. Tämän jälkeen tehtiin samalla tyylillä maa-meri-laiva leikki, jossa oppilaat vuorollaan viittoivat ryhmälle. Liikuntatunnilla harjoiteltiin viittomien lisäksi huomaamattaan reaktio- ja liikenopeutta, joita olisi hyvä harjoittaa kuulovammaisten liikuntatunneilla. Lopuksi oli vielä toiselta liikuntatunnilta tuttu evoluutioleikki, jossa päästiin käyttämään tuttuja eläin viittomia. Alanko ym. (2004, 14-15) toteaa, kuinka pelatessaan vammattomien kanssa vammaisurheilua vammaisen voi kokea onnistumisen tunteita. Tämä pätee varmasti myös yllä mainituissa viittomakielellä otetuissa leikeissä, jossa kuulovammaisen pääsee loistamaan omalla osaamisellaan.

7.8 Liikuntatunti 8.

Teräväisen (2011, 89) mukaan parhaimmillaan inklusiivissa lapsia opetettaisiin hyväksymään ja ymmärtämään erilaisuutta ja tätä kautta lapsilla olisi ystävyys-suhteita erilaisuudesta huolimatta. Käänteisessä integraatiossa voi lisääntyä ymmärrys, kun kuulevat oppilaat pääsevät kokeilemaan leikkejä ja pelejä viittoen.

Van Coppenolle (2006, 56) painottaa, kuinka liikunnassa on tärkeää, että kuulovammaiset saavat liikkua kuulevien kanssa, koska liikuntakyky on lähes samalla tasolla kuin kuulevilla. Tällä liikuntatunnilla (Liitteet; tuntisuunnitelma 8.) otettiin käänteisen integraation lisäksi leikkejä ja pelejä, jossa harjoitettiin reaktio- ja liikenopeutta. Mälkiä ja Rintala (2002, 64) painottavat että kuulovammaisuus on lähinnä kommunikaatiovamma, eikä ole este liikunnan harrastamiselle. Näin ollen liikuntatunnilla painotettiin käänteisen integraation lisäksi myös muuhun tekemiseen.

Alkuun pelattiin hippaleikkiä, jossa opeteltiin kolme uutta eläinviittomaa ja tämän jälkeen näitä käytettiin hippaleikissä. Aina kun hippa sai kiinni, niin hän viittoi kaverille eläimen, jota kiinnitetun tulee näytellä ja odottaa siinä eläinroolissa pelastajaa. Rintala ym. (2012, 271) kertoo, kuinka erilaisten leikkien kautta pystytään luontevasti opettaa lapsia ymmärtämään erilaisuutta ja toimimaan yhdessä.

Tarvittava reaktio- ja liikenopeus kehittyvät pelitilanteissa, joissa harjoitellaan näkökentän ulkopuolelta tulevien henkilöiden tai pallojen reagointiin (Rintala ym. 2012, 298-299). Pelasimme polttopalloa isolla jumppapallolla, joka toi tavalliseen polttopalloon verrattuna mielenkiintoa ja hauskuutta enemmän. Tämän lisäksi olimme häntähippaa, jossa täytyy reagoida nopeasti toisiin oppilaisiin ja liikkua nopeasti, jotta häntääsi ei viedä. Lopuksi otimme vielä joukkuepelin, jossa käytettiin väri viittomia.

7.9 Liikuntatunti 9.

Liikunnan kautta kuulovammaisen kokee onnistumisen tunteita, kehittää omaa fyysistä kuntoa sekä tuntee itsensä tasavertaiseksi ja hyväksytyksi (Nissinen 1993, 119.) Viimeinen liikuntatunti (Liitteet; tuntisuunnitelma 9.) koostui ryhmän toiveleikeistä ja peleistä. Rintala ym. (2012, 272) sanovat, että anna oppilaiden ehdottaa yhdessä liikuntatuntien leikkejä ja pelejä, koska tämä lisää vuorovaikutusta ryhmän ja erityislapsen välille.

Tällä tunnilla lasten toiveita oltiin kuunneltu ja alkuun pelattiin jumppapallolla polttopalloa, jonka jälkeen vuorostaan alettiin evoluutioleikkiä viittomakielellä. Ennen tunnin päättymistä pelattiin vielä joukkuepeliä, jossa heitettiin pienillä palloilla jumppapalloa. Lopuksi lapset saivat pelata vielä hedelmäsalaattia viittomilla.

8 Pohdinta

Tämän opinnäytetyön tarkoitus oli saada luokanopettajalle keinoja kuulovammaisten inklusion lisäämiseksi liikuntatunneilla, joten laadittiin ja toteutettiin yhdeksän liikuntatuntia tälle ryhmälle. Liikuntatuntien sisällöstä on tarkoitus löytää ja antaa työkaluja luokanopettajalle, jotta liikuntatunneista voisi muokata monipuolisempia kaikki ryhmän oppilaat huomioon ottaen. Näillä työkaluilla hän pystyy toteuttamaan sellaisia leikkejä ja pelejä, jotka parhaiten sopivat kyseisen kaltaiselle ryhmälle. Lisäksi liikuntatunneissa on huomioitu kuulovammaisten osalta tärkeät tekijät liikunnassa, kuten lisätä sosiaalista yhteenkuuluvuutta ja keskittyä tekemisessä fyysismotorisiin harjoituksiin.

Alanko ym. (2004, 16-17) mainitsee inklusiopiirakassa erillisen toiminnan, jossa liikutaan saman seuran tai järjestön alla, mutta vammaiset ja vammattomat harjoittelevat omissa ryhmissään. Lisäksi he kirjoittivat, että mikäli henkilö ei pysty toimimaan suuressa yleisessä ryhmässä niin on erillinen toiminta hyvä vaihtoehto. Tätä kohtaa ei työssä toteutettu, sillä tässä haluttiin korostaa liikuntatunnilla yhdessä tekemisen vaihtoehtoja ja lisätä inklusiota. Välitunneilla on havaittavissa kuinka kuulovammaiset liikkuvat keskenään jolloin erillinen toiminta jo korostuu.

Opinnäytetyön produktissa eli liikuntatunneissa tuotiin kuulovammaisten näkökulmasta ohjauksen kannalta tärkeitä huomioita, niin että oltiin huomioitu antaa jokaiselle ryhmän oppilaalle tason mukaista liikunnanohjausta. Oppilailta kysyttiin produktin ensimmäisellä tunnilla mitä he toivoivat liikuntatuntien sisällön olevan ja he toivoivat harrastavansa mm. erilaisia pelejä, leikkejä, parkouria, sekä salibandyä. Tämä tehtiin siksi että oppilaat kokivat tullessaan kuulluiksi ja he kokisivat olleensa osallisia liikuntatuntien suunnittelussa. Tämän työn yhdeksän tuntisuunnitelmaa pohjautuu oppilaiden toiveisiin, mutta ne räätälöitiin kuulovammaisille sopiviksi, sekä inklusiota lisääviksi. Jokaisen liikuntatunnin jälkeen oppilaat ja luokanopettaja antoivat suullisen palautteen liikuntatunnista. Ensimmäisen palautesession jälkeen havaittiin, että palaute ei välttämättä ollut todenmukainen, sillä oppilaat muistivat ainoastaan viimeisen leikin liikuntatunnilta. Asia korjattiin seuraavassa palautesessiossa niin, että liikuntatunnin sisältö kerrattiin ennen palautteiden antamista. Tämän myötä palaute oli todenmukaisempaa, sillä oppilaat muistivat tunnin sisällön paremmin.

Tämä opinnäytetyö on ajankohtainen, koska opetussuunnitelma on muuttunut integraatiota ja inklusiota tukevaksi. Integraatiota on tapahtunut jo aikaisemmin, kun kuulovammaiset ovat siirtyneet kuulevien liikuntatunneille. Luokanopettajan mukaan tämä

työ on ajankohtainen, sillä hän kertoi olevansa harjoitteluvaiheessa kuulovammaisten opettamisessa, sekä heidän inklusion lisäämisessä liikunnanohjaamisessa. Kuulovammaiset tulevat olemaan tulevaisuudessakin kuulevien liikuntatunneilla, joten on syytä lisätä inklusiota. Murto (1999, 6) kertoo että integraatiossa erityistuen tarpeessa oleva lapsi laitetaan yleisopetukseen, kun inklusiossa ajatellaan kaikkien olevan jo yhdessä, sekä haasteiden ilmentyessä ympäristöä ja toimintatapoja tulee muuttaa.

Yksi hienoimpia hetkiä tämän työn aikana tapahtui kesken Rengasleikin, jota leikittiin toisella liikuntatunnilla. Viimeisessä kohdassa kun koko ryhmä tuli mahtua viimeisen renkaan sisään, niin kuuleva kysyi kuulovammaista hyppäämään hänen reppuselkäänsä, jotta heidän ryhmä mahtuisi vieläkin pienempään tilaan. Näin lyhyellä aikavälillä tapahtui merkki inklusiosta. Elliot ym. (2012, 18) toteaa, kun lapsi kokee kuuluvansa luokkaan ja saa arvostusta omana itsenään, niin on inklusio tapahtunut.

Tämän työn tarkoitus on antaa luokanopettajalle keinoja kuinka lisätä liikuntatunneilla inklusiota, sekä aloittaa sen lisäämisen prosessi Pitäjänmäen koululla. Inklusio on jatkuva prosessi, jonka tarkoitus on tehdä koulusta, luokasta ja opetuksesta inklusiota lisääväksi, jotta yhä useampi oppilas kokisi olevan osa ryhmää. (Elliot ym. 2012, 17). Keväällä 2018 liikuntatunteja Pitäjänmäessä ohjasi luokanopettajan kanssa yhdessä myös erityisluokanopettaja. Tämä tuo liikuntatunteihin myös kuulovammaisten opettajan näkökulmaa itse liikuntatuntien aikana.

Tämän työn kirjallisessa osuudessa perehdytään laajemmin ja syvemmin miten teoria tukee tässä työssä esiteltyjä tuntisuunnitelmia. Tarkoituksena on että teoriaosuus toimisi luokanopettajan tukena jo toteutuneiden, sekä tulevaisuuden liikuntatuntien kehittämisessä kuulovammaisten inklusion lisäämiseksi. Tämä työ toimii hyvänä lähtönä aiheelle, mutta yhtenä jatkotutkimuksen aiheena voisi olla, että kuinka ylläpitää liikuntatunnit ympärivuotisesti inklusiota tukevana. Yksi mahdollisuus voisi olla rakentaa vuosikello, joka pohjautuu neljään ajanjaksoon. Näihin suunniteltaisiin esimerkiksi palloiluosuus, jonka ympärille rakennetaan inklusiota lisäävät harjoitukset ja leikit. Yhtenä esimerkkinä tästä voisi toimia (Liitteet; tuntisuunnitelma 3) liikuntatunti, jonka voi toteuttaa koripallon, jalkapallon tai jonkun muun lajin ympärille. Luokanopettaja ja erityisluokan opettaja yhdessä suunnittelisi liikuntatunnin sisällön, koska näin molemmat kuulevat ja kuulovammaiset otettaisiin huomioon. Toinen mahdollinen jatkotutkimus voisi olla rakentaa inklusiota lisäävä leikkipankki kuulovammaisten liikuntaopetukseen, joka sisältäisi enemmän erilaisia leikkejä sisä- ja ulkotiloihin.

9 Lähteet

- Ahti, H. 2000. Perheen ohjaus lapsen kuulovammadiagnoosin varmistuessa. *Eila Lonka, Anna-Maija Korpijaakko-Huuhka (Toim.). Kuulon ja kielen kuntoutus. Helsinki: Palmenia-kustannus.*
- Alanko, R., Remahl, V. & Saari, A. 2004. Ota minut mukaan. Espoo: Frenckellin Kirjapaino Oy.
- Alaranta, H., Kannisto, M., & Rissanen, P. 2005. Vammaisuus ja liikunta. *Teoksessa Vuori, I., Taimela, S., Kujala, U.(toim.) Liikuntalääketiede, 3.*
- Autio, T. 2012. Liiku ja leiki. Motorisia perusharjoitteita lapsille. VK-kustannus: Vaajakoski.
- Chatoupis, C., & Emmanuel, C. 2003. Teaching physical education with the inclusion style: The case of a Greek elementary school. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 74(8), 33-38.*
- Davis, R. 2002. Inclusion trough sports. United States of America: Human Kinetics.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. 1991. A motivational approach to self: Integration in personality. *Teoksessa R. Dienstbier (toim.) Perspectives on motivation: Nebraska Symposium on Motivation. Lincoln, NE: University of Nebraska, 237-288.*
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. 2000. The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry 11.*
- Elliot, N., Doxey, E., & Stephenson, V. (2012). Inklusio. *Soler palvelut Oy. Kouvola.*
- Emanuelsson, I. 2001. Integraatio ja segregatio. *Teoksessa Murto, P., Naukkarinen, A. & Saloviita, T. (toim.). Inklusion haaste koululle, s.125-137. Gummerus Kirjapaino Oy. Jyväskylä.*
- Hayes S. & Stidder G. 2013. Equity and Inclusion in Physical Education and Sport. Toinen painos. MPG Books Group. Iso-Britannia.
- Heikinaro-Johansson, P., Huovinen, T., & Kytökorpi, L. 2003. Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. *Helsinki: WSOY.*
- Heikinaro-Johansson, P., & Hirvensalo, M. 2007. Liikunnanopetuksen suunnittelu. *Pilvikki Heikinaro-Johansson & Terhi Huovinen (toim.) Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Helsinki: WSOY, 94-113.*
- Heikinaro-Johansson P. & Kolkka T. 1998. Koululiikuntaa kaikille. Gummerus Kirjapaino Oy. Jyväskylä.
- Helena, P. 2013. Terveyskeskuksen lastenneurologiaa.
- Huovinen, T., & Heikinaro-Johansson, P. 2006. Liikunnanopetuksen yksilöllistäminen esiopetuksen heterogeenisessä ryhmässä. *Liikunta & Tiede, 43(6), 33-39.*
- Huovinen, T., & Rintala, P. (2007). Liikunnanopetuksen yksilöllinen toteuttaminen. *Heikinaro-Johansson, P., Huovinen, T. Näkökulmia Liikuntapedagogiikkaan. Porvoo: WSOY.*

- Jahnukainen, M. 2001. Lasten erityishuolto ja – opetus Suomessa. Juva. WS Bookwell Oy.
- Kalyvas, V., & Reid, G. (2003). Sport adaptation, participation, and enjoyment of students with and without physical disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 20(2), 182-199.
- Kantomaa, M., Tammelin, T., Demakakos, P., Ebeling, H. & Taanila, A. 2010. Physical activity, emotional and behavioural problems, maternal education and self-reported educational performance of adolescents. *Health Education Research* 25 (2), 368–379.
- Kataja, J., Jaakkola, T., & Liukkonen, J. (2011). Ryhmä liikkeelle. *Toiminnallisia harjoituksia ryhmän kehittämiseksi. Jyväskylä: PS-kustannus.*
- Koivu, H. 2000. Kaikenkuuloisille. *Kuulovammaisten huomioon ottaminen tilojen ja toimintojen suunnittelussa. Kuulonhuoltoliitto.*
- Koljonen, M., & Rintala, P. 2002. Soveltavan liikunnanohjauksen ja–opetuksen perusteet. *Teoksessa Mälkiä, Esko–Rintala, Pauli: Uusi Erityisliikunta. Liikunnan sovellukset erityisryhmille. Helsinki: Liikuntatieteellinen Seura ry.*
- Koivumäki, K. 2014. Erityisliikunnan perustiedosto 2014. Opetus- ja kulttuuriministeriö. Luettavissa: http://www.lts.fi/sites/default/files/page_attachment/erli-per2014_okm_pohjalla.pdf Luettu: 04.01.2018.
- Korkiala, T. 2015. Liikunnalla lisää osallisuutta. Unigrafia Oy. Helsinki.
- Kuuloliitto ry. 2018. Kuulo ja kuulovammat. Luettavissa: <https://www.kuuloliitto.fi/kuulo/kuulo-ja-kuulovammat/> Luettu: 03.01.2018.
- Laasonen, K. 2005. Lasten motoristen taitojen arviointi. *Teoksessa P. Rintala, T. Ahonen, M. Cantell & A. Nissinen (toim.) Liiku ja opi. Liikunnasta apua oppimisvaikeuksiin. Keuruu: PS-kustannus, 197-216.*
- Murto, P. 1999. Yhteinen koulu kaikille - Onko inklusio tarua vai totta? Jyväskylän yliopistopaino. Jyväskylä.
- Mälkiä, E. & Rintala, P. 2002. Uusi erityisliikunta. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Nissinen, S. 1993. Kuulovammaisuus. *Teoksessa Mälkiä, E.(toim.) Erityisliikunta, 116-126.*
- Ntoumanis, N. 2001. Empirical links between achievement goal theory and self-determination theory in sport. *Journal of Sport Sciences* 19.
- Opetussuunnitelma Helsinki. 2018. Pitäjänmäen peruskoulu. Luettavissa: <http://ops.edu.hel.fi/pitajanmaen-peruskoulu/> Luettu: 26.01.2018.
- Pitäjänmäen peruskoulu. 2018. Luettavissa: <https://www.hel.fi/peruskoulut/fi/koulut/pitajanmaen-peruskoulu/meidan-koulu/> Luettu: 03.01.2018.
- Rine, R. M., Cornwall, G., Gan, K., LoCascio, C., O'Hare, T., Robinson, E., & Rice, M. (2000). Evidence of progressive delay of motor development in children with sensorineural hearing loss and concurrent vestibular dysfunction. *Perceptual and motor skills, 90(3_suppl), 1101-1112.*

- Rintala, P., Huovinen, T., & Niemelä, S. 2012. *Soveltava liikunta*. Liikuntatieteellinen Seura.
- Rouse, P. 2009. Inclusion in Physical Education. Human kinetics. Yhdysvallat.
- Saari, A. (toim.) 2005. Yhdessä ja erikseen -tarinoita lasten urheilusta. Espoo: Frenckellin kirjapaino.
- Savelsbergh, G. J. P., Netelenbos, J. B., & Whiting, H. T. A. (1991). Auditory perception and the control of spatially coordinated action of deaf and hearing children. *Journal of child psychology and psychiatry*, 32(3), 489-500.
- Siegel, J. C., Marchetti, M., & Tecklin, J. S. (1991). Age-related balance changes in hearing-impaired children. *Physical therapy*, 71(3), 183-189.
- Snellman, S., & Lindberg, T. 2007. *Apua-kuulovammainen oppilas luokassani!*. Studio Lindberg oy.
- Sorri, M. 2000. Kuulovikojen tyypit, etiologia ja esiintyvyys. Teoksessa E. Lonka, A-M. Korpijaakko-Huuhka (toim.) *Kuulon ja kielen kuntoutus. Vuorovaikutuksessa kommunikointiin*. Tampere: Palmenia-kustaannus, 77-88.
- Spink, K. S., & Carron, A. V. (1992). Group cohesion and adherence in exercise classes. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 14(1).
- Standage, M. Duda, J.L. & Ntoumanis, N. 2005. A test of self-determination theory in school physical education. *British Journal of Educational Psychology* 75.
- Suomen Vammaisurheilu ja- liikunta VAU ry. 2017. Vammaisurheilu. Luettavissa: <https://www.vammaisurheilu.fi/> Luettu: 11.12.2017.
- Syväoja H., Kantomaa M., Laine K., Jaakola T., Pyhältö K., Tammelin T. 2012. Opetushallitus. Liikunta ja oppiminen, tilannekatsaus lokakuu 2012. Edita Prima Oy/Timo Paivarinta/PSWFolders Oy.
- Taipale-Oiva, S. 2002. Kuulovammaisuus. *Toksessa: E. Mälkiä & P. Rintala*.
- Takala, M. 2001. Lasten erityishuolto ja -opetus Suomessa, 2001, toim. Markku Jahnavainen. Luettavissa: <http://www.peda.net/veraja/vep/tietoveraja/opetus/perusteita/tukimuodot/opetuseri tyisopetuksenryhmassa/kuulovammaisten>. Luettu: 03.01.2018.
- Teräväinen, V. 2011. Asperger-erityisoppilaan sosiaalinen integraatio.
- Van Coppenolle, H. 2006. Count me in - a guide to inclusive physical activity, sport and leisure for children with a disability. Belgium: Acco.
- Välimaa, T., & Rimmanen, S. 2000. Kuuroutuneen aikuisen kuntoutusratkaisut. Teoksessa Lonka, Eila & Korpijaakko-Huuhka, Anna-Maija (toim.) *Kuulon ja kielen kuntoutus. Vuorovaikutuksesta kommunikointiin. Helsingin yliopiston Tutkimus- ja koulutuskeskus Palmenia. Helsinki: Palmenia-kustannus*.
- Kuva lähteet:
- Liitteet; Tuntisuunnitelma 1. Kuva sokka-sokka 2018. Luettavissa: <https://sokka-sokka.com/paraballoon-song/>. Luettu:12.02.2018.

Liitteet; Tuntisuunnitelma 1. Kuva 45mix 2018. Luettavissa: <https://45mix.net/situedeparabaru-n/>. Luettu: 12.02.2018.

Liitteet; Tuntisuunnitelma 1. Kuva. Soutatoissyo 2018. Luettavissa: <http://soutatoissyo.blog14.fc2.com/blog-entry-218.html>. Luettu: 12.02.2018.

Liitteet; Tuntisuunnitelma 2. Kuva the human knot. Luettavissa: <http://www.mycoolteam.com/the-human-knot/>. Luettu: 12.02.2018.

Liitteet; Tuntisuunnitelma 2. Kuva Papunet 2018a. Luettavissa: <http://papunet.net/materiaalia/kuvapankki>. Luettu: 12.02.2018.

Liitteet; Tuntisuunnitelma 2. Kuva Papunet 2018b. Luettavissa: <http://papunet.net/materiaalia/kuvapankki>. Luettu: 12.02.2018.

Liitteet; Tuntisuunnitelma 3. Kuva Papunet 2018c. Luettavissa: <http://papunet.net/materiaalia/kuvapankki>. Luettu: 12.02.2018.

Liitteet; Tuntisuunnitelma 3. Kuva Sodankyla4h 2018. Luettavissa: <https://sodankyla.4h.fi/?x103997=185574>. Luettu: 12.02.2018.

Liitteet; Tuntisuunnitelma 3. Kuva Papunet 2018d. Luettavissa: <http://papunet.net/materiaalia/kuvapankki>. Luettu: 12.02.2018.

Liitteet; Tuntisuunnitelma 3. Kuva Nibacos 2018e. Luettavissa: <http://www.nibacos.fi/joukkueet/260/uutiset/2838/uudet-b-junioreiden-sivut-kaytossa>. Luettu: 12.02.2018

Liitteet; Tuntisuunnitelma 4. Kuva. Docplayer 2018. Luettavissa: <http://docplayer.fi/3847-Pallopeleja-ja-pelisovelluksia.html>. Luettu: 12.02.2018.

Liitteet; Tuntisuunnitelma 4. Kuva Papunet 2018f. Luettavissa: <http://papunet.net/materiaalia/kuvapankki>. Luettu: 12.02.2018.

Liitteet; Tuntisuunnitelma 4. Kuva clipart-library 2018. Luettavissa: <http://clipart-library.com/play-dodgeball-cliparts.html>. Luettu: 12.02.2018.

Liitteet; Tuntisuunnitelma 5. Kuva fotosearch. Luettavissa: <https://www.fotosearch.fr/CSP994/k16282868/>. Luettu: 12.02.2018.

Liitteet; Tuntisuunnitelma 5. Kuva storyblocks. Luettavissa: <https://www.storyblocks.com/stock-image/girl-stretching-her-body-for-yoga-hfg9df2s2xj0xp8p63>. Luettu: 12.02.2018.

Liitteet; Tuntisuunnitelma 6. Kuva Papunet 2018g. Luettavissa: <http://papunet.net/materiaalia/kuvapankki>. Luettu: 12.02.2018.

Liitteet; Tuntisuunnitelma 7. Kuva Papunet 2018h. Luettavissa: <http://papunet.net/materiaalia/kuvapankki>. Luettu: 12.02.2018.

Liitteet; Tuntisuunnitelma 7. Kuva Papunet 2018i. Luettavissa: <http://papunet.net/materiaalia/kuvapankki>. Luettu: 12.02.2018.

Liitteet; Tuntisuunnitelma 7. Kuva Papunet 2018j. Luettavissa: <http://papunet.net/materiaalia/kuvapankki>. Luettu: 12.02.2018.

Liitteet; Tuntisuunnitelma 8. Kuva Papunet 2018k. Luettavissa: <http://papunet.net/materiaalia/kuvapankki>. Luettu. 12.02.2018.

Liitteet; Tuntisuunnitelma 8. Kuva hoiclue 2018. Luettavissa: <https://hoiclue.jp/38393.html> Luettu. 12.02.2018.

Liitteet; Tuntisuunnitelma 8. Kuva Papunet 2018l. Luettavissa: <http://papunet.net/materiaalia/kuvapankki>. Luettu. 12.02.2018.

Liitteet; Tuntisuunnitelma 9. Kuva Papunet 2018m. Luettavissa: <http://papunet.net/materiaalia/kuvapankki>. Luettu. 12.02.2018.

Liitteet; Tuntisuunnitelma 9. Kuva. Docplayer 2018. Luettavissa: <http://docplayer.fi/3847-Pallopeleja-ja-pelisovelluksia.html>. Luettu: 12.02.2018.

Liitteet; Tuntisuunnitelma 9. Kuva Papunet 2018n. Luettavissa: <http://papunet.net/materiaalia/kuvapankki>. Luettu. 12.02.2018.

10 Liitteet

Tuntisuunnitelma 1.

Tunnin päätavoite: Yhdessä toimiminen

1. Perusharjoitteita leikkivarjolla:

Tehdään erilaisia harjoitteita leikkivarjolla. Nostetaan varjo yhdessä ylös suureksi igluksi ja lasketaan alas. Liike on suuri ja hidas. Ravistellaan varjoa (myrskyvä meri) ja meri rauhoittuu ja toistetaan. Liike on pieni ja nopea. Liikutaan eritavoin varjon kanssa kävellen, hyppiä, varpaillaan, ympyrää ym.

Ydinkohdat: Vahvistetaan kuulovammaisten sosiaalisia kontakteja yhteistoiminnallisen leikin kautta. Lisätään yhteenkuuluvuudentunnetta. Kehittää ryhmätyötaitoja ja vuorovaikutustaitoja.

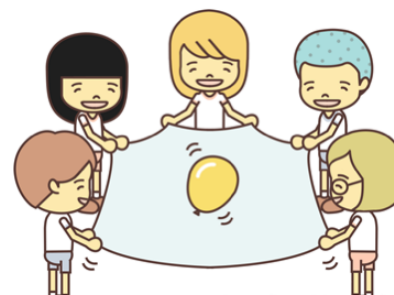


Kuva. Sokka-sokka (2018)

2. Pomppivat pallot:

Opettaja laittaa varjon keskelle pallon ja oppilaat yrittävät pitää palloa varjon sisällä, kun heiluttelevat, pomputtelevat, nostelevat varjoa. Palloja lisätään tuomaan ryhmälle haastetta. Oppilaat saavat ehdottaa myös omia pomputtelutapoja tai pallojen määrää.

Ydinkohdat: Vahvistetaan kuulovammaisten sosiaalisia kontakteja yhteistoiminnallisen leikin kautta. Lisätään tasa-arvoisuutta. Kehittää vuorovaikutustaitoja ja ryhmätyötaitoja.



Kuva. 45mix (2018)

3. Karuselli:

Yksi oppilas menee keskelle varjoa istumaan ja muut kiertävät ympyrää pitäen varjon reunoista kiinni. Näin karuselli pyörii ja jokainen saa vuorotellen kokeilla.

Ydinkohdat: Kuulovammaisella on oikeus osallistua tasavertaisesti leikkiin. Vahvistetaan ryhmään kuuluvuuden tunnetta. Kehittää vuorovaikutustaitoja ja ryhmätyötaitoja.

4. Leikkivarjon alla:

Oppilaat menevät varjon alle makaamaan tai istumaan ja opettajat/avustajat tekevät varjolla erilaisia kuvioita. Katso kohta yksi ja lopuksi laskevat varjon oppilaiden päälle.

Ydinkohdat: Vahvistaa sosiaalista yhteenkuuluvuuden tunnetta. Kehittää tiivistä ilmapiiriä.



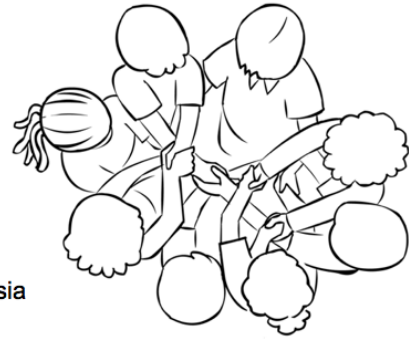
Kuva. Soutatoissyo (2018)

Tuntisuunnitelma 2.

Tunnin päätavoite: Ryhmytyminen

1. **Solmu:** Muodostetaan piiri ja otetaan toisiaan kädestä kiinni. Yhdessä mietitään, kuka menee yli/ali, koska tarkoitus on mennä solmuun. Käsistä ei saa päästää irti. Opettaja tulee avaamaan solmun ja oppilaat antavat ohjeita.

Ydinkohdat: Vahvistetaan kuulovammaisten sosiaalisia kontakteja yhteistoiminnallisen leikin kautta. Kehittää ryhmäytötaitoja ja vuorovaikutustaitoja.



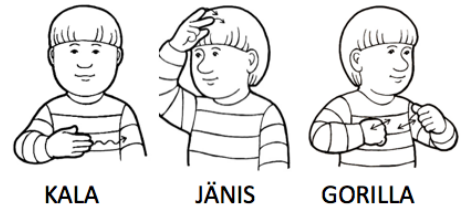
Kuva. The Human Knot (2018)

2. **Rengasleikki:** Opettaja on laittanut ympäriinsä liikuntasalia erikokoisia renkaita ja isoin rengas muodostuu hyppynaruista. Oppilaat juoksevat ympäri salia, kun opettaja heiluttaa liiviä täytyy juosta renkaan sisään turvaan. Renkaat vähenevät pikkuhiljaa ja lopuksi on vain yksi rengas, jonon koko ryhmän tulee mahtua.

Ydinkohdat: Lisätään kuulovammaisen sosiaalisen yhteenkuuluvuuden tunnetta, sekä kontaktin luomista kuulevien oppilaiden kanssa. Kehittää vuorovaikutustaitoja ja ryhmäytötaitoja.

3. **Evoluutioleikki:** Neljä vaihetta, kala, jänis, gorilla ja ihminen. Kaikki aloittavat kalana ja etsivät toisen kalan, jonka jälkeen ottavat kivi-sakset-paperi ja voittaja etenee seuraavaan vaiheeseen. Kun pääsee ihmiseksi, saa seurata peliä sivusta.

Ydinkohdat: Vahvistetaan viittomien kautta kuulovammaisen ja kuulevan oppilaan välistä kontaktia. Sosiaalisten taitojen tukeminen. Kehittää vuorovaikutustaitoja.



KALA

JÄNIS

GORILLA

Kuva. Papunet (2018a)

4. **Seuraa johtajaa:** Vuorotellen jonossa oppilaat liikkuvat ympäri salia ja jonon ensimmäinen tekee liikkeen ja muut toistavat. Tämän jälkeen jonon ensimmäinen siirtyy jonon viimeiseksi. Toistetaan kunnes kaikki ovat päässeet tekemään liikkeen.

Ydinkohdat: Leikissä lisätään yhdessä toimimista oppilaiden määräämien liikkeiden avulla. Tässä liikutaan erilaisuudesta huolimatta jokaisen tavalla. Kehittää ryhmäytötaitoja.



Kuva. Papunet (2018b)

Tuntisuunnitelma 3.

Tunnin päätavoite: Reaktio- ja liikenopeuden kehittäminen

- Pallonkosketus harjoitukset:** Jokaiselle annetaan maila ja pallo. Kierretään salissa ympäriinsä, niin että pallo pysyy oman mailan lavassa koko ajan. Kokeillaan opettajan ohjeistuksella tehtäviä, eteen- ja taaksepäin kuljetus, ympyröitä, kasia jalkojen välistä, pujottelua, pomputtelua lavalla, sekä liikutaan välillä juosten ja kävellen ym.

Ydinkohdat: Harjoitus tukee kuulovammaista omalla tasollaan ja lisää tasavertaisuuden tunnetta. Ohjatessa uutta tehtävää, muista asettua näkyvälle paikalle, jotta kuulovammaisen pystyy seuraamaan ohjeita. Muista ennen toimintaa tehdä näyttö selkeästi ja rauhallisesti. Kehittää fyysimotorisia taitoja.



Kuva. Papunet (2018c)

- Pallonryöstö:** Ryhmästä puolella on pallot ja puolella ei ole. Ne kenellä ei ole palloa yrittää saada itselleen ryöstettyä pallon, kun siinä onnistuu, niin tämän yrittää itse suojata palloa. Aina kun on pallo itsellään, niin täytyy yrittää olla menettämättä sitä. Alkuun voi ottaa kävellen liikkumissäännöt ja tämän jälkeen muuttaa, että juoksu on myös sallittu.

Ydinkohdat: Lisää kontaktia kuulovammaisen ja kuulevan oppilaan välille. Muista ennen toimintaa tehdä näyttö selkeästi ja rauhallisesti. Kehittää reaktio- ja liikenopeutta.



Kuva. Sodankyla4h (2018)

- Parisyöttely:** Syötellään parin kanssa poikittain liikuntasalissa. Syöttelyssä opettaja voi tulla antamaan parin tason mukaista haastetta syöttelyyn, pienellä- ja isolla välillä syöttelyä, rauhallisia- ja nopeita syöttöjä, pallon kanssa ympyrä ennen syöttöä, kasi jalkojen välissä ennen syöttöä ym.

Ydinkohdat: Lisätään kontaktia parityöskentelyn kautta, sekä tasavertaisuudentunnetta, kun kaikki tekevät samaa tehtävää omalla tasolla. Muista ennen toimintaa tehdä näyttö selkeästi ja rauhallisesti. Kehittää fyysimotorisia taitoja ja vuorovaikutustaitoja.

- Parihyökkäys:** Kaikki oppilaat ovat salin toisessa päässä kahdessa jonossa, jossa oma pari on vierellä toisessa jonossa. Opettaja antaa luvan kun pari lähtee liikkeelle syötellen ja hyökkäävät toiseen päähän tekemään maalin. Opettaja lähettää tasasin väliajoin pareja, näin vältetään jonottaminen. Parin palaavat reunaan pitkin uuteen hyökkäykseen jonoon.

Ydinkohdat: Lisätään kontaktia parityöskentelyn kautta, sekä tasavertaisuudentunnetta, kun kaikki tekevät samaa tehtävää omalla vauhdilla. Muista ennen toimintaa tehdä näyttö selkeästi ja rauhallisesti. Kehittää reaktio- ja liikenopeutta ja vuorovaikutustaitoja.

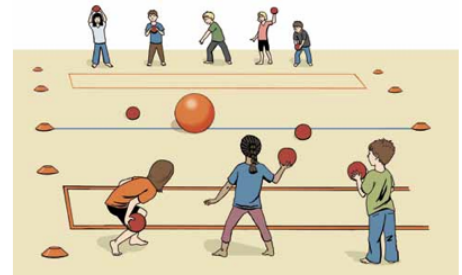


Kuva. Papunet (2018d)

Tuntisuunnitelma 4.

Tunnin päätavoite: Reaktio- ja liikenopeuden kehittäminen yhdessä

- Joukkuepeli:** Jaetaan kaksi joukkuetta ja molemmille joukkueille yhtä paljon pieniä palloja. Molemmat joukkueet asettuvat liikuntasalin eri päihin, jossa on molemmilla viiva, jonka takaa saa ainoastaan heittää. Pienillä palloilla heitetään isoa jumppapalloa, joka yritetään saada vastustajan puolelle. Mikäli pieniä palloja jää pelikentälle, niin saa hakea palloja, mutta pitää palata heittämään viivan taakse. Voidaan pelata viiteen voittoon asti tai jättää voitot laskematta.



Kuva. Docplayer (2018)

Ydinkohdat: Vahvistetaan kuulovammaisten sosiaalisia kontakteja yhteistoiminnallisen leikin kautta, sekä lisätään yhteenkuuluvuudentunnetta. Kuulovammaisen pystyy toimimaan olla tasolla. Kehittää reaktio- ja liikenopeutta, ryhmätöitä ja vuorovaikutustaitoja.

- Viestileikit:** Ryhmä jaetaan 4-5 henkilön pienryhmiin. Alkuun otetaan viestileikki, jossa asetetaan oman ryhmän kanssa jonoon haara-asentoon ja jonon ensimmäisellä on pallo. Tarkoitus on jonon ensimmäisen vierittää pallo jonon viimeiselle koko porukan jalkojen välistä. Viimeinen ottaa pallon ja juoksee jonon ensimmäiseksi ja toistaa saman, kun kaikki ovat päässeet vierittämään loppuu viesti suoraan jonoon.

Muita viestileikkejä, jossa liikkumistapa vaihtuu esim. juosten, rapukävely, karhukävely, varpaisilleen. Tässä kierretään yksi kerrallaan annetulla liikkumistavalla tötsä, jonka jälkeen ylävitosesta lähtee jonosta seuraava. Lopuksi vielä pienryhmä suorittaa pareittain viestejä, mikäli parit eivät mene tasan, niin saa joku suorittaa toisen kerran.

Pariviesti jossa väline ja liikkumistapa vaihtuu esim. pallo mahojen välissä, renkaan sisällä pari, selkien välissä iso pallo. Näissä myös kierretään pari kerrallaan annetulla liikkumistavalla tötsä, jonka jälkeen ylävitosesta lähtee jonosta seuraava pari.



Kuva. Papunet (2018f)

Ydinkohdat: Lisää kontaktia kuulovammaisen ja kuulevan oppilaan välille, sekä yhteenkuuluvuuden tunnetta. Muista ohjeistaa ja näyttää selkeästi mitä tehdään ja mikäli tarvitsee kesken ohjeistaa mene kuulovammaisen viereen. Kehittää vuorovaikutustaitoja, ryhmä- ja parityötaitoja, reaktio- ja liikenopeutta, sekä muita fyysismotorisia taitoja.

- Kaospallo:** Pelissä on mukana 2-3 palloa ja kaikki pelaa kaikkia vastaan. Tarkoituksena on saada poltettua ryhmäläisiä, kun palaa joutuu sivuun siihen asti kunnes sinut polttanut palaa. Näin pääsee takaisin peliin, jonka jälkeen on taas tarkoitus polttaa muita ja yrittää väistellä sinuun kohdistuvia heittoja. Mikäli saa kopin ilmasta, palaa pallon heittänyt.



Kuva. Cipart-library (2018)

Ydinkohdat: Vahvistaa tasaavertaisuutta ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Kehittää reaktio- ja liikenopeutta.

Tuntisuunnitelma 5.

Tunnin päätavoite: Tasapainon kehittäminen

- 1. Tasapainohippa:** Muutama hippa, jotka ottavat muita oppilaita kiinni. Saatuaan toisen kiinni, jää tämä johonkin omavalintaiseen tasapainoasentoon esim. yhdellä jalalla, varpaillaan. Pelastaa pystyy menemällä jääneen kaverin eteen ja toistamalla hänen liikkeen. Hippoja tulee vaihtaa.

Ydinkohdat: Kuulovammaisen saa omalla tasollaan valita liikkeen. Lisätään kontaktia kuulovammaisen ja kuulevan välille leikin kautta. Kehittää tasapainoa ja yhdessä toimimista.



Kuva. Fotosearch (2018)

2. Tempurata-parkour:

- **Puomikävely:** Vaihtoehtoja on kolme, opettaja auttaa kädestä pitäen, oppilas kävelee yksin tai oppilas kävelee takaperin. Lisäksi voi oppilas kehittää tähän oman kävelyn, mikäli tasapainoilu sujuu.

Ydinkohdat: Harjoitetaan tasapainoa, jota tulee etenkin kuulovammaisen kohdalla lisätä. Saa valita itselleen sopivan vaihtoehdon eli toimia omalla tasolla. Kehittää tasapainoa, silmä- ja jalkakoordinaatiota.

- **Rengashyppely:** Hypitään renkaita, jotka on asetettu lattialle peräkkäin 6kpl. Vaihtoehtoja on kolme, oppilas hyppii tasajalkaa, oppilas hyppii yhdellä jalalla, oppilas hyppii joka toiseen yhdellä jalalla. Lisäksi voi oppilas kehittää tähän oman hyppelyn.

Ydinkohdat: Harjoitetaan tasapainoa, jota tulee etenkin kuulovammaisen kohdalla lisätä. Saa valita itselleen sopivan vaihtoehdon eli toimia omalla tasolla. Kehittää tasapainoa ja yleistä lihashallintaa.

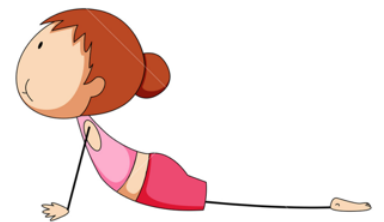
- **Puolapuut:** Vaihtoehtoja on kolme, ei kiipeä ylös asti puolapuissa, eikä vaihda puolapuuta ylhäällä, vaan kiipeää yhden kerrallaan ylös alas ja vaihto, kiipeää puolapuuta ylös ja vaihtaa seuraavaan puolapuuhun ja tulee sitä pitkin alas tai kiivetessä koskee joka toiseen puolapuuhun ja vaihtaa ylhäällä seuraavaan ja sama juttu alas tullessa. Lisäksi voi oppilas kehittää tähän oman haastavamman kiipeämistyylin.

Ydinkohdat: Harjoitetaan tasapainoa, jota tulee etenkin kuulovammaisen kohdalla lisätä. Saa valita itselleen sopivan vaihtoehdon eli toimia omalla tasolla. Kehittää lapsen tasapainoa ja motoriikkaa.

- **Esteet:** Useita esiteitä luotu patjoista, pehmustetuista paloista, telinevoimistelu tavaroista. Vapaa tyyli liikkua. (yli, ali, kuperkeikka, ryömimällä, hyppien, varpaisilleen) Lopuksi saa roikkua köydestä patjalta patjalle.

Ydinkohdat: Kuulovammaisen saa luoda omalla tasollaan itselleen liikkumistavat ja esteet. Kehittää lapsen luovuutta ja mielikuvitusta, sekä liikkumiseen tarvittavia perusominaisuuksia mm. tasapainoa, voimaa ja ketteryyttä.

- 3. Eläinvenyttelyt:** Piirissä venytellään eri eläintyyliillä, jotka toistetaan kolme kertaa liike. Kissa: venyttää selkää, konttausasento, pyöristää selkää ylös hitaasti ja alas hitaasti notkolle. Hylje: venyttää vatsalihakset, rauhallinen rangan taaksetaivutus ja lantio lattiassa. Flamingo: venyttää reisiä, seisotaan yhdellä jalalla ja otetaan kädellä nilkasta toisesta jalasta kiinni ja vedetään peppuun päin (tukea voi ottaa puolapuista). Molemmat jalat. Lisäksi jos oppilailla tulee eläinvenytys ehdotuksia voi venytellä myös ne.



Kuva. Storyblocks (2018)

Ydinkohdat: Lisää kuulovammaisen yhteenkuuluvuuden tunnetta. Kehittää liikkuvuutta ja ryhmähenkeä.

Tuntisuunnitelma 6.

Tunnin päätavoite: Tasapainon kehittäminen



Kuva. Papunet (2018g)

- 1. Yksilö- ja pariharjoitukset:** Kokeillaan luistimilla eteen- ja taaksepäin luistelua, jarruttamista, kääntymistä, ympyrää, makkaroita, liukua ja harjoitellaan turvallinen kaatuminen jäällä. Pariharjoitukset ovat toisen työntämistä ja vetämistä. Kaikissa harjoituksissa tulee huomioida yksilön tarpeet.

Ydinkohdat: Kuulovammaisen saa tehdä toimintaa omaan tahtiin, sekä omalla tasollaan harjoituksia. Ohjatessa uutta tehtävää, muista asettua näkyvälle paikalle, jotta kuulovammaisen pystyy seuraamaan ohjeita. Muista ennen toimintaa tehdä näyttö selkeästi ja rauhallisesti. Kehittää tasapainoa ja lihaskuntoa.

2. Luistelurata:

- **Pujottelu:** Opettaja on laittanut tötsistä kolme erilaista pujottelurataa jäälle. Radat ovat loivasta tiheään tötsä riviin, sekä kääntymisastetta on säädetty tötsien avulla.

Ydinkohdat: Kuulovammaisen saa tehdä toimintaa omaan tahtiin, sekä omalla tasollaan harjoituksia. Ohjatessa uutta tehtävää, muista asettua näkyvälle paikalle, jotta kuulovammaisen pystyy seuraamaan ohjeita. Muista ennen toimintaa tehdä näyttö selkeästi ja rauhallisesti. Kehittää tasapainoa ja lihaskuntoa.

- **Liuku:** Kolme vaihtoehtoa liukua. Alkuun ottaa pienen vahdin ja päättää liukuuko, suorilla jaloilla, kyykyssä vai syvä kyykyssä.

Ydinkohdat: Kuulovammaisen saa tehdä toimintaa omaan tahtiin, sekä omalla tasollaan harjoituksia. Ohjatessa uutta tehtävää, muista asettua näkyvälle paikalle, jotta kuulovammaisen pystyy seuraamaan ohjeita. Muista ennen toimintaa tehdä näyttö selkeästi ja rauhallisesti.

- **Vapaa valinta:** Oppilas saa itse päättää mitä tekee tässä osuudessa. Välineinä oppilas saa halutessaan käyttää tötsiä. Tässä voi ottaa ensimmäisessä harjoituksessa opittuja juttuja ja yhdistellä niistä oma kokonaisuus. Opettaja voi auttaa mikäli oppilas ei itse keksi mitään.

Ydinkohdat: Kuulovammaisen saa luoda omalla tasollaan itselleen liikkumistavat ja esteet. Kehittää lapsen luovuutta ja mielikuvitusta, sekä liikkumiseen tarvittavia perusominaisuuksia mm. tasapainoa, voimaa ja ketteryyttä.

- 3. Mustekala-leikki:** Yksi jääjä leikissä, joka huutaa kuka pelkää mustekalaa ja tämän jälkeen oppilaat yrittävät luistella toiseen päähän. Mikäli jää kiinni tulee hänestä mustekala, siihen kohtaan missä otettiin kiinni. Jääjä on ainut joka saa ottaa kiinni vapaasti, muut mustekalat ottavat paikaltaan käsillä kiinni. Leikki loppuu kun kaikki ovat mustekaloja.

Ydinkohdat: Lisätään sosiaalista yhteen kuuluvuutta. Kehittää ryhmätöitä, tasapainoa ja reaktio- ja liikenoiteutta.

Tuntisuunnitelma 7.

Tunnin päätavoite: Käänteisen integraation kokeminen yhdessä

- Hedelmäsalaatti viittoen:** Ryhmä menee isoon ympyrään, jossa kaikki näkevät toisensa. Ryhmä jaetaan banaaneihin, luumuihin ja omeniin. Yksi seisoo ympyrän alhaalla eli kello kuudessa ja viittoo sieltä jonkun hedelmistä tai hedelmäsalaatin. Hedelmät vaihtaa paikkaa ja tämä joka viittoo yrittää päästä johonkin paikalle. Tulee hänestä silloin se hedelmä. Viitottua hedelmäsalaatti kaikki vaihtaa paikkaa.



BANAANI LUUMU OMENA HEDELMÄSALAATTI HEDELMÄSALAATTI

Kuva. Papunet (2018h)

Ydinkohdat: Vahvistetaan kuulovammaisten sosiaalisia kontakteja yhteistoiminnallisen leikin kautta. Anna kuulovammaisen opettaa viittomat ryhmälle. Muista iso ympyrä, jotta kaikki näkevät kello kuudessa olevan viittojan. Kehittää vuorovaikutustaitoja, sekä reaktio- ja liikenopeutta.

- Maa-Meri-Laiva viittoen:** Liikuntasali jaetaan kolmeen osaan toisessa päässä salia on maa, keskellä meri ja toisessa päässä salia laiva. Yksi oppilaista viittoo näistä jonkun ja tarkoitus on juosta sinne mikä viitottiin. Mikäli saapuu viimeisenä pääsee viittomaan ja viittoja peliin. Näin vuorotellaan viittojaa.



MAA

MERI

LAIVA

Kuva. Papunet (2018i)

Ydinkohdat: Lisätään yhteenkuuluvuuden tunnetta. Anna kuulovammaisen opettaa viittomat ryhmälle. Muista viittojan tulee olla näkyvällä paikalla esim. liikuntasalin keskikohdassa ja reunassa, vaikka penkin päällä. Kehittää reaktio- ja liikenopeutta.

- Evoluutioleikki viittoen:** Neljä vaihetta, kala, jänis, gorilla ja ihminen. Kaikki aloittavat kalana ja etsivät toisen kalan, jonka jälkeen ottavat kivi-sakset-paperi ja voittaja etenee seuraavaan vaiheeseen. Kun pääsee ihmiseksi, saa seurata peliä sivusta.

Ydinkohdat: Vahvistetaan viittomien kautta kuulovammaisen ja kuulevan oppilaan välistä kontaktia. Sosiaalisten taitojen tukeminen. Kehittää vuorovaikutustaitoja.



KALA

JÄNIS

GORILLA

Kuva. Papunet (2018j)

Tuntisuunnitelma 8.

Tunnin päätavoite: Käänteisen integraation ja reaktio- ja liikenopeuden harjoittaminen

- Hippaleikki viittoen:** Valitaan muutama hippa, jotka ottavat muita kiinni. Saatuaan kaverin kiinni, niin viitto hän kiinni otetulle lintu, kissa tai kenguru, jonka jälkeen kiinni otetun tulee esittää tätä eläintä. Pelastaa pystyy menemällä kaverin eteen ja matkia hänen liikettä.



LINTU

KISSA

KENGURU

Kuva. Papunet (2018k)

Ydinkohdat: Vahvistetaan viittomien kautta kuulovammaisen ja kuulevan oppilaan välistä kontaktia. Anna kuulovammaisen opettaa viittomat ryhmälle. Sosiaalisten taitojen tukeminen. Kehittää mielikuvitusta ja reaktio- ja liikenopeutta.

- Jumppapallolla polttopalloa:** Yksi aloittaa polttaa muita pelaajia osumalla pelaajiin heittämälläään pallolla. Muut pelaajat asettuvat maahan piirretyyn ympyrän sisäpuolelle ja yrittävät väistellä palloa. Kun pallo osuu ympyrän sisällä olevaan pelaajaan, hän siirtyy ympyrän ulkopuolelle ja hänestä tulee yksi heittäjistä. Päästä ei pala. Peliä jatketaan, kunnes ympyrän sisällä ei ole enää pelaajia.

Ydinkohdat: Lisää yhteenkuuluvuuden tunnetta leikin kautta. Muista käydä säännöt läpi ennen leikin aloittamista selkeällä äänellä ja asetu näkyvälle paikalle. Kehittää ryhmäytötaitoja, tarkkuusheittoa ja reaktio- ja liikenopeutta.

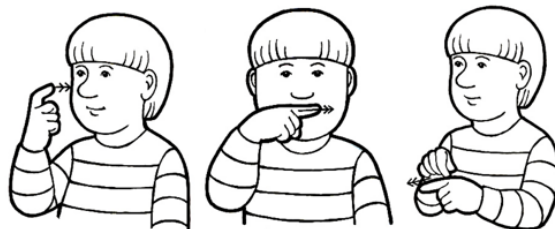
- Häntähippa:** Kaikille jaetaan hännät, jotka he laittavat selän taakse housuihin kiinni. Kaikki ovat hippoja eli yrittävät ryöstää toisten häntiä itselleen. Kun pelaaja saa hännän, laittaa hän sen oman hännän lisäksi selän taakse housuihin kiinni. Tarkoitus on kerätä mahdollisimman monta häntää muilta pelaajilta itselleen.



Kuva. Hoiclue (2018)

Ydinkohdat: Lisää kuulevan ja kuulovammaisen kontaktia ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Kehittää reaktio- ja liikenopeutta.

- Joukkuepeli viittoen:** Jaetaan ryhmä neljään joukkueeseen. Opetellaan kolme väriä viittoen sininen, punainen ja keltainen. Ryhmillä on kotipesät jokaisessa liikuntasalin kulmassa, josta saa vain yksi pelaaja kerrallaan hakea keskeltä esineen. Opettaja viitto näistä kolmesta väristä aina vuorotellen jonkun, jonka jälkeen jonon ensimmäiset saa hakea sen värisen esineen (pallo, liivi, naru, alusta ym.). Jonosta seuraava lähtee kun seuraava väri on kerrottu. Esineitä on rajoitetusti. Peli loppuu kunnes kaikki esineet ovat haettu keskeltä omiin pesiin ja lopuksi voi laskea montako sinistä, punaista ja keltaista esinettä joukkue sai kerättyä.



SININEN

PUNAINEN

KELTAINEN

Kuva. Papunet (2018l)

Ydinkohdat: Vahvistetaan viittomien kautta reaktio- ja liikenopeutta. Anna kuulovammaisen opettaa viittomat ryhmälle. Muista seisoa näkyvällä paikalla. Kehittää ryhmäytötaitoja ja reaktio- ja liikenopeutta.

Tuntisuunnitelma 9.

Tunnin päätavoite: Oppilaiden toiveet

1. **Jumppapallolla polttopalloa:** Yksi aloittaa polttaa muita pelaajia osumalla pelaajiin heittämällä pallolla. Muut pelaajat asettuvat maahan piirretyn ympyrän sisäpuolelle ja yrittävät väistellä palloa. Kun pallo osuu ympyrän sisällä olevaan pelaajaan, hän siirtyy ympyrän ulkopuolelle ja hänestä tulee yksi heittäjästä. Päästä ei pala. Peliä jatketaan, kunnes ympyrän sisällä ei ole enää pelaajia.

Ydinkohdat: Lisätään yhteenkuuluvuuden tunnetta leikin kautta. Muista käydä säännöt läpi ennen leikin aloittamista selkeällä äänellä ja asetu näkyvälle paikalle. Kehittää ryhmätöytäitoja, tarkkuusheittoa ja reaktio- ja liikenopeutta.

2. **Evoluutioleikki viittoen:** Neljä vaihetta, kala, jänis, gorilla ja ihminen. Kaikki aloittavat kalana ja etsivät toisen kalan, jonka jälkeen ottavat kivi-sakset-paperi ja voittaja etenee seuraavaan vaiheeseen. Kun pääsee ihmiseksi, saa seurata peliä sivusta.

Ydinkohdat: Vahvistetaan viittomien kautta kuulovammaisen ja kuulevan oppilaan välistä kontaktia. Sosiaalisten taitojen tukeminen. Kehittää vuorovaikutustaitoja.



KALA JÄNIS GORILLA
Kuva. Papunet (2018m)

3. **Joukkuepeli:** Jaetaan kaksi joukkuetta ja molemmille joukkueille yhtä paljon pieniä palloja. Molemmat joukkueet asettuvat liikuntasalin eri päihin, jossa on molemmilla viiva, jonka takaa saa ainoastaan heittää. Pienillä palloilla heitetään isoa jumppapalloa, joka yritetään saada vastustajan puolelle. Mikäli pieniä palloja jää pelikentälle, niin saa hakea palloja, mutta pitää palata heittämään viivan taakse. Voidaan pelata viiteen voittoon asti tai jättää voitot laskematta.



Kuva. Docplayer (2018)

Ydinkohdat: Vahvistetaan kuulovammaisten sosiaalisia kontakteja yhteistoiminnallisen leikin kautta, sekä lisätään yhteenkuuluvuudentunnetta. Kuulovammaisen pystyy toimimaan olla tasolla. Kehittää reaktio- ja liikenopeutta, ryhmätöytäitoja ja vuorovaikutustaitoja.

4. **Hedelmäsalaatti viittoen:** Ryhmä menee isoon ympyrään, jossa kaikki näkevät toisensa. Ryhmä jaetaan banaaneihin, luumuihin ja omeniin. Yksi seisoo ympyrän alhaalla eli kello kuudessa ja viittoo sieltä jonkun hedelmistä tai hedelmäsalaatin. Hedelmät vaihtaa paikkaa ja tämä joka viittoo yrittää päästä johonkin paikalle. Tulee hänestä silloin se hedelmä. Viitottua hedelmäsalaatti kaikki vaihtaa paikkaa.



BANAANI LUUMU OMENA HEDELMÄSALAATTI
Kuva. Papunet (2018n)

Ydinkohdat: Vahvistetaan kuulovammaisten sosiaalisia kontakteja yhteistoiminnallisen leikin kautta. Anna kuulovammaisen opettaa viittomat ryhmälle. Muista iso ympyrä, jotta kaikki näkevät kello kuudessa olevan viittojan. Kehittää vuorovaikutustaitoja, sekä reaktio- ja liikenopeutta.

LIITE 10.

RASTI LEIKIT JOISTA TYKKÄÄT (X) :

SOLMU		SEURAA JOHTAJAA	
LEIKKIVARJO		ELÄINVENYTTELY	
JOUKKUEPELI (heitetään pienillä palloilla jumppapalloa)		TASAPAINOHIPPA	
RENGASLEIKKI		KAOSPALLO	
SALIBANDY		JOUKKUE VIESTIT	
PARKOUR		EVOLUUTIOLEIKKI	

LIITE 11.

RASTI LEIKIT JOISTA TYKKÄÄT (X) :

LUISTELU		MUSTEKALA	
HEDELMÄSALAATTI VIITTOEN		MAA-MERI-LAIVA VIITTOEN	
JOUKKUEPELI (heitetään pienillä palloilla jumppapalloa)		EVOLUUTIOLEIKKI VIITTOEN	
HIPPALEIKKI VIITTOEN		JUMPPAPALLO POLTTOPALLO	
HÄNTÄHIPPA		JOUKKUEPELI VIITTOEN	