



SAVONIA

■ MUU RAPORTTI - AMMATTIKORKEAKOULUTUTKINTO
SOSIAALI-, TERVEYS- JA LIIKUNTA-ALA

SAAVUTETTAVA JA YHDENVERTAINEN LIIKUNTATAPAHTUMA ERITYISPERHEILLE

Opas tapahtuman järjestäjälle

TEKIJÄT: Lauri Heinonen
Reeta Hänninen

SISÄLTÖ

| | | |
|-----|---|----|
| 1 | JOHDANTO | 6 |
| 2 | EKOKULTTUURINEN TEORIA | 8 |
| 3 | ERITYISLAPSI | 10 |
| 3.1 | Neuropsykiatriset diagnoosit | 10 |
| 3.2 | Eryityistä tukea tarvitseva lapsi perheessä | 11 |
| 3.3 | Vertaistuki | 12 |
| 4 | LIIKUNTA JA ERITYISLAPSET | 14 |
| 4.1 | Eryityisliikunta | 15 |
| 4.2 | Ryhmässä liikkuminen | 15 |
| 4.3 | Esteettömyys ja saavutettavuus | 16 |
| 4.4 | Sovellettavuus | 16 |
| 4.5 | Osallisuus | 17 |
| 4.6 | Kuvaohjaus | 17 |
| 5 | KEHITTÄMISTYÖN TAVOITE JA TARKOITUS | 19 |
| 5.1 | Toimeksiantajat | 19 |
| 5.2 | Tapahtuman suunnittelu | 19 |
| 5.3 | Tapahtuman toteutus | 21 |
| 5.4 | Tapahtuman arviointi | 24 |
| 6 | OPAS JA OPPAAN RAKENNE | 25 |
| 7 | POHDINTA | 27 |
| 7.1 | Opinnäytetyön luotettavuus ja eettisyys | 28 |
| 7.2 | Ammatillinen kasvu | 29 |
| | LÄHTEET | 30 |
| | LIITE 1: ESTEETÖN JA SAAVUTETTAVA LIIKUNTATAPAHTUMA -TARKISTUSLISTA (PARALYMPIA 2022). | 33 |
| | LIITE 2: TAPAHTUMAN MAINOS | 34 |
| | LIITE 3: PALAUTEKYSELYLOMAKE | 35 |
| | LIITE 4: PALAUTEKYSELY HYMYNAAMOILLA | 36 |
| | LIITE 5: KUVAOHJAUSKUVAT (PAPUNET 2021) | 37 |
| | LIITE 6: TAPAHTUMAPÄIVÄN RUNKO | 40 |

| | |
|--|----|
| LIITE 7: SAAVUTETTAVA JA YHDENVERTAINEN LIIKUNTATAPAHTUMA ERITYISPERHEILLE- OPAS TAPAHTUMAN JÄRJESTÄJÄLLE | 41 |
|--|----|

| | |
|---|-----------|
| Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala | |
| Tutkinto-ohjelma Sosionomin tutkinto-ohjelma | |
| Työn tekijät Lauri Heinonen ja Reeta Hänninen | |
| Työn nimi Saavutettava ja yhdenvertainen liikuntatapahtuma erityisperheille Opas tapahtuman järjestäjälle | |
| Päiväys | 20.4.2022 |
| Sivumäärä/Liitteet | 49/7 |
| Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) Liikuntaseura Ote Vauhti!-hanke | |
| <p>Tiivistelmä</p> <p>Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli järjestää yhdenvertainen ja saavutettava tapahtuma erityislapsille ja heidän perheilleen. Opinnäytetyön tuloksena syntyi opas, jonka tarkoituksena on helpottaa vastaavan tapahtuman järjestämistä. Toimeksiantajina toimi TATU ry:n Vauhti!-hanke yhteistyössä Liikuntaseura Otteen kanssa. Opinnäytetyön teoreettisena viitekehystenä on ekokulttuurinen teoria, joka tarkastelee lasta ja perhettä ympäristönsä nähdessä. Oppaan sisältö ja rakenne kehitettiin hankitun teorian tiedon, suunnittelutyön, toteutetun tapahtumapäivän ja saatujen palautteiden perusteella. Tässä kehittämistyössä meitä motivoi konkreettinen, käytettävissä oleva tuotos.</p> <p>Oppaassa "Saavutettava ja yhdenvertainen tapahtuma erityisperheille" saavutettavuudella ja yhdenvertaisuudella tarkoitetaan, että erityistä kasvatusta ja tukea vaativa lapsi/ nuori pystyy osallistumaan perheineen liikuntatapahtumaan, jossa on huomioitu hänen erityisiä tarpeitaan. Oppaan sisältö ja rakenne kehitettiin toteutetun toimintapäivän perusteella. Tavoitteena oli selkeä ja helposti toteutettava kokonaisuus, jossa tuotiin esille tärkeimmät huomioitavat asiat ohjaajalle. Opas helpottaa ohjaajan työskentelyä tapahtuman toteuttamisessa. Oppaan rakenteena on kolme osa-aluetta: mitä tulisi huomioida ennen tapahtumaa, tapahtuman aikana ja tapahtuman jälkeen. Opas on tulostettavissa.</p> | |
| Avainsanat: toimintapäivä, ekokulttuurinen teoria, erityislapsi, osallisuus, esteettömyys, saavutettavuus, sovellettavuus, opas | |

| | |
|---|--------------------------|
| Field of Study Social Services, Health and Sports | |
| Degree Programme Degree Programme in Social Services | |
| Authors Lauri Heinonen and Reeta Hänninen | |
| Title of Thesis Accessible and equal event for families with special needs A guide for the event organizer | |
| Date 20.4.2022 | Pages/Appendices 49/7 |
| Client Organisation/Partner Liikuntaseura Ote Vauhti!-hanke | |
| <p>Abstract</p> <p>The aim of this thesis was to organize an equal and accessible event for children with special needs and their families. As a result of the thesis, a guide was created, the purpose of which is to facilitate the organization of a similar event. The clients of the thesis were TATU ry Vauhti!-project in co-operation with the Sports Association Ote. The theoretical frame of reference for the thesis is an ecocultural theory that looks at the child and the family in relation to their environment. The content and the structure of the guide were developed on the basis of the acquired theoretical knowledge, the design work, the date of the event and the feedback received. In this development work, the authors were motivated by a tangible, available output.</p> <p>Accessibility and equality in the guide "Accessible and equal event for families with special needs" means that a child/young person with special needs and support is able to take part in a sports event with their families, and the event takes into account their special needs. The content and structure of the guide were developed on the basis of the action day implemented. The aim was a clear and easy-to-implement whole, in which the most important things to consider were presented to the instructor. The guide will make it easier for the instructor to work on the event. The structure of the guide is divided into three sections: what should be considered before, during and after the event. The guide is printable.</p> | |
| Keywords: Action day, ecocultural theory, children with special need, inclusion, accessibility, accessibility, applicability, guide | |

1 JOHDANTO

Fyysinen aktiivisuus lasten ja nuorten elämässä on tärkeää. Terveystyötyjen lisäksi liikunnan avulla voi purkaa ylimääräistä energiaa, parantaa itsetuntoa, kehittää sosiaalisia taitoja ja opetella toimimaan ryhmässä. Tämä koskee myös erityisen tuen tarpeessa olevia lapsia ja nuoria ja heitä tulisi rohkaista enemmän liikkumiseen. Usein lasten vanhemmat pelkäävät mahdollista loukkaantumista. Moni urheilulaji on sovellettavissa kaikille sopivaksi. Sopivia urheilulajeja erityistä tukea tarvitseville ovat esimerkiksi uinti, pyöräily, jalkapallo, koripallo, ratsastus ja voimistelu. Erityislasten vanhempien tulisi kannustaa lapsiaan liikkumaan turvallisesti lapsen tason mukaisesti, jolloin lapselle on mahdollista saada positiivisia kokemuksia ja mielihyvää liikunnasta. Valmentajilla ja ohjaajilla tulee olla ammattitaitoa työskennellä myös erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten kanssa, jotta positiivinen ja turvallinen liikuntakokemus toteutuu. (University of Rochester Medical Center 2021.)

Aikaisempaan työkokemukseemme on kuulunut työskentely erityislasten ja heidän perheidensä kanssa. Olemme huomanneet, miten vaikeaa perheiden on lähteä mukaan erilaisiin harrastustoimintoihin, mutta toisaalta on todettava, että erityislapsille ja heidän perheilleen ei ole tarjolla liikuntatapahtumia vertaisryhmässä kovinkaan usein. Toinen meistä opinnäytetyöntekijöistä työskentelee lasten liikunnanohjaajana, joten liikuntatapahtuman järjestäminen erityislapsille vaikutti sopivalta aiheelta opinnäytetyöhön.

Opinnäytetyömme on kehittämistyö. Järjestämme liikuntatapahtuman, joka antaa erityisen tuen tarpeessa oleville lapsille ja heidän perheilleen mahdollisuuden osallistua yhteiseen tekemiseen. Opinnäytetyön konkreettisena tuotoksena teemme tapahtumaoppaan järjestetyn tapahtuman perusteella. Keräämme päivään osallistujilta palautteen, jonka perusteella tapahtumapäivää on mahdollista kehittää. Tapahtumaoppaan tarkoitus on mahdollistaa ja helpottaa vastaavanlaisen tapahtuman järjestämistä minkä tahansa tapahtumajärjestäjän toimesta. Tapahtumaopas on kaikille halukkaille saatavissa sähköisesti ja se on myös tulostettavissa. Mielestämme ekokulttuurinen teoria on paras viitekehys tähän työhön. Oppaaseen keräsimme tietoa järjestämämme tapahtuman kautta.

Liikuntapäivään osallistujien diagnooseja meillä ei ole tiedossa eikä niitä vaadita. Tässä opinnäytetyössä tarkastelemme neuropsykiatrisia diagnooseja, koska olemme kohdanneet työssämme vastaavia. Vauhti!-hankkeessa toimii myös inklusiivisia ryhmiä. Toimintapäivään sisältyy Liikuntaseura Otteen monipuolisten harrastusmahdollisuuksien esittely ja kokeilu. Tarkoituksena on antaa mahdollisuus löytää mielekkäitä tapoja liikkumiseen ja vahvistaa näin myös lapsen ja vanhemman välistä suhdetta. Tapahtumassa erityislasten vanhemmilla on mahdollista saada vertaistukea toisiltaan.

Liikuntaseura Otteen tiloissa on mahdollisuus liikkua esimerkiksi kävelysauvojen ja pyörätuolien kanssa. Tarjolla on monenlaisia välineitä ja tilavat salit, joiden käyttöä voidaan soveltaa osallistujien toimintakyvyn mukaan. Toiminnan sisällössä huomioidaan myös mahdolliset muutokset/varasuunnitelmat, mikäli alkuperäinen suunniteltu toiminta ei saa osallistujia innostumaan. Toimintapäivän kulku tukevat kuva-avusteet, jotka helpottavat kommunikointia ja ymmärrystä. Ohjaajia on riittävä määrä, joilla varmistamme turvallisen liikkumisympäristön ja -kokemuksen kaikille osallistujille.

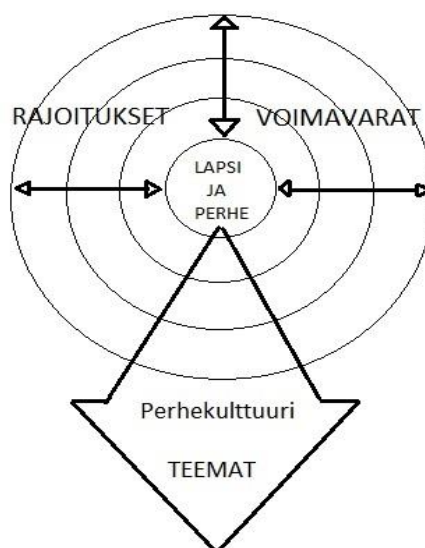
Tapahtuman kesto on suunniteltu niin, että mahdollisimman moni jaksaa osallistua toimintoihin ja mielenkiinto säilyy yllä. Ajankäytössä on otettu huomioon myös lyhyt ruokailuhetki paikan päällä. Näiden asioiden lisäksi tapahtumaa järjestäessä huomioimme turvallisuusasiat ja pidämme huolen hygieniasta ja mahdollisista koronaohjeistuksista ja -rajoituksista.

Tämän opinnäytetyön tavoitteena on järjestää yhdenvertainen ja saavutettava tapahtuma erityislapsille ja heidän perheilleen. Opinnäytetyössä tehdään opas, jonka tarkoituksena on helpottaa vastaavan tapahtuman järjestämistä. Työssämme etsimme vastauksia kysymyksiin: Mitä täytyy ottaa huomioon järjestäessä liikuntatapahtumaa erityislapsille ja heidän perheilleen? Miten tapahtuman sisältöä voi kehittää osallistujien palautteen mukaan?

2 EKO-KULTTUURINEN TEORIA

Yleisemmin koti on pienen lapsen kannalta keskeinen kasvu-ympäristö. Kasvun ja kehittymisen myötä merkittäviksi ympäristöiksi tulevat päiväkotit, koulu ja lapsen muut toimintaympäristöt esimerkiksi harrasteryhmät. Ekologisen ajattelun pohjalta vanhempien ja ammatti-ihmisten yhteiseksi huolenaiheeksi muodostuu näiden ympäristöjen laatu. (Määttä 1999, 77.)

Ekokulttuurinen teoria, jonka tunnetuin edustaja kasvatuksen alueella on Urie Bronfenbrenner, olettaa (Kuvio 1), että kunkin perheen päivittäisiin rutiineihin välittyvät ekologiset vaikutukset. Lapsen kehityksen kannalta on tärkeää päivittäinen toiminta erilaisissa toimintaympäristöissä. Arjen tarjoamat toiminta- ja vuorovaikutustilanteet muodostavat lapsen keskeisen kasvualustan. Päivittäisillä rutiineilla lapsi oppii ja kehittyy jäljittelemällä sekä mallintamalla. Rutiinien kautta lapsi osallistuu yhteiseen toimintaan, tekee tehtäviä ja osallistuu monin tavoin sosiaalista oppimista edistäviin vuorovaikutustilanteisiin. (Määttä 1999 79- 80.)



PÄIVITTÄISET RUTIINIT (lapsen kasvu-ympäristö).

- Keitä on läsnä?
- Mitkä ovat heidän arvonsa ja päämääränsä?
- Mitä he tekevät?
- Miksi? - toimintaan kohdistuvat tunteet ja motiivit.
- Mitkä normit, säännökset ja tottumukset ohjaavat vuorovaikutusta?

KUVIO 1. Ekokulttuurinen malli (Mukaihen Määttä 1999, 80).

Ekokulttuurisen teorian mukaan vanhemmat ovat aktiivisia vaikuttaessaan ja mukautuessaan ympäristön vaatimuksiin silloin kun lapsen kehityksessä on jotain poikkeavaa. Kotiarki muokkautuu ja

muuttuu lapsen vaatimien tarpeiden mukaisesti. Vanhemmissa itsessään on paljon voimavaroja uuden tilanteen hallintaan oman perhekulttuurin kannatella ja ohjatta muutosta. Ammattihenkilöiden on tärkeä tiedostaa ja ymmärtää kulloisenkin perheen perhekulttuuria koska se auttaa ymmärtämään sitä, miksi vanhemmat ajattelevat, tuntevat ja toimivat tietyllä tavalla. Ammattilaisten on sujuvan yhteistyön kannalta tärkeä hyväksyä kulloisenkin perheen perhekulttuuri. (Määttä 1999 81-82.)

Näistä ympäristön piirteistä (Taulukko 1) muodostuu perheen ekokulttuurinen ympäristö, johon vaikuttavat yhteiskunnan asettamat rajoitteet ja perheelle tarjotut voimavarat sekä perheen arvot, uskomukset ja vahvuudet. (Määttä 1999, 82.)

TAULUKKO 1. Ekokulttuurisen ympäristön piirteet (Mukaiilla Määttä 1999, 82.)

| <i><u>EKOKULTTUURISEN YMPÄRISTÖN PIIRTEET</u></i> |
|--|
| 1. Perheen toimeentulo ja taloudellinen perusta |
| 2. Kasvatuksen, opetuksen ja terveydenhuollon palvelut |
| 3. Kodin ja lähiympäristön sopivuus ja turvallisuus |
| 4. Kotityöt ja perheen työnjako |
| 5. Lastenhoidon järjestäminen |
| 6. Lapsen leikkimahdollisuudet ja kaverit |
| 7. Aviolliset roolisuhteet |
| 8. Sosiaalinen tuki |
| 9. Isän rooli |
| 10. Vanhempien tiedonlähteet ja tavoitteet |

Ekokulttuurisen teorian tärkeimpiä tavoitteita ovat perheen arjen tukeminen, vanhempien kannustaminen liittyen lapsen kasvatukseen, kuntoutukseen ja oppimisen tukemiseen (Määttä, Rantala 2010, 54). Opinnäytetyössä tuomme esille millä tavalla erityislasten vanhempia voisi tukea. Erityislasten liikuntatapahtuma on yksi keino tukea ja kannustaa vanhempia osallistumaan yhteiseen tapahtumaan erityislastensa kanssa. Tapahtumaan osallistuminen on yhteiskunnallista toimintaa. Siinä vanhemmat huolehtivat tavallaan lapsensa kuntoutumisesta - tässä tapahtumassa motoristenharjoitteiden ja sosiaalisen kanssakäymisen keinoin. Tässä tapahtumassa mielekkäällä toiminnalla tapahtuu kuntoutumista. Me tapahtuman järjestäjinä kannustamme vanhempia ja mahdollistamme osallistumisen omassa viiteryhmässä turvallisesti ja matalalla kynnyksellä.

3 ERITYISLAPSI

Erityislapsi terminä on uudehko ja sillä viitataan lapsen vammaisuuteen, oppimisvaikeuksiin, kehityshäiriöihin tai siihen, että lapsella oleva sairaus vaatii runsasta huolehtimista. Erityislapsiin kuuluvat myös he, joilla on neuropsykiatrisia ja/ tai psyykkisiä oireita. (Anttila 2020, 15.) Lapsen vammaisuus, kehityshäiriö tai sairaus voidaan todeta useassa eri vaiheessa. Tämän takia vanhemmille voidaan antaa ensitieto asiasta lapsen eri kehitysvaiheissa. Lapsi voi siis syntyä perheeseen vammaisena tai vamma voi ilmetä vasta syntymän jälkeen. Lapsi voi myös vammautua onnettomuuden seurauksena tai sairastua vakavasti. Sairauden diagnoosia edeltää usein vaihe, jolloin lapsen vanhemmat ovat havainneet poikkeavuuksia lapsen kehityksessä ja hakeutuneet tutkimuksiin. Lapsuus- ja nuoruusiän psyykinen ja neuropsykiatrisen oireilu vaikuttaa vahvasti lapsen kehitykseen. Lievät oppimishäiriöt ja keskittymisvaikeudet muodostavat oman kokonaisuutensa, jossa normaalin ja erityisen oireilun raja voi olla häilyvä. (Anttila 2020, 25–26.)

Erityistä tukea tarvitsevilla henkilöllä on erityisiä vaikeuksia saada ja hakea hänen tarvitsemiaan sosiaali- ja terveyspalveluja. Vaikeudet voivat johtua kognitiivisista tai psyykkisistä vammoista, päihteiden käytöstä, usean tuen tarpeesta tai muusta vastaavasta syystä. Erityisen tuen tarve ei liity henkilön korkeaan ikään niin kuin iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista annetussa laissa säädetään. (Laki sosiaalihuollosta 30.12.2014/1301, § 3).

Tilastokeskuksen (2021) koulutustilastojen mukaan syksyllä 2020 peruskoulun oppilaista 21,3 prosenttia sai tehostettua tai erityistä tukea. Tehostettua tukea sai 12,2 prosenttia ja erityistä tukea 9,0 prosenttia oppilaista. Tuen tarve on kasvanut edellisvuoteen verrattuna; tehostetun tuen tarve oli 0,7 prosenttiyksikköä suurempi ja erityisen tuen tarve oli 0,5 prosenttiyksikköä suurempi.

3.1 Neuropsykiatriset diagnoosit

Erityislapsilla neuropsykiatrisin diagnooseihin kuuluvat mm. ADHD, autismin kirjo. ADHD eli aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö eli attention-deficit hyperactivity disorder, ADHD. (Duodecim 2019.), jonka ydinoireita ovat impulsiivisuus, aktiivisuuden – ja tarkkaavuuden säätelyn vaikeus. ADHD henkilöllä impulsiivisuus näkyy niin, että hän keskeyttää toiset, puhuu liian paljon eikä jaksaa odottaa vuoroaan, sekä vastaa kesken kysymyksen. Aktiivisuuden säätelyn vaikeus näkyy levottomuutena, liiallisena äänekkytenä, paikallaan ollessa käsien ja jalkojen liikkuteluina, sekä juoksenteluna ja kiipeilynä. Tarkkaavuuden säätelyn vaikeus näkyy tekemisten jättämisen kesken, ohjeiden noudattaminen ei onnistu, eikä henkilö kuule, kun häntä puhutellaan. Henkilöllä tulee yleensä usein huolimattomuusvirheitä, tekemisen suunnittelu ei onnistu, keskittyminen on vaikeaa ja tavarat ovat hukassa. Ominaista on häiriöherkkyys ja hajamielisyys. (Oksanen ja Sollasvaara 2020, 9.)

ADHD-diagnoosin kriteerit ovat keskittymisen, aktiivisuuden säätelyn ja impulssikontrollin ongelmat. Näiden ongelmien tulee olla pitkäkestoisia ja esiintyä useissa tilanteissa. Ne eivät johdu tai selity muilla häiriötekijöillä. (Duodecim 2019.) Yleensä ADHD oireet alkavat lapsuudessa ennen kouluikää. Oireet ilmenevät eritavoin, eri ikä- ja kehitysvaiheissa. Ympäristötekijöillä voi olla vaikutusta oireiden

ilmenemiseen. Diagnoosiin vaaditaan lapsilla kuusi tai useampia tarkkaavuuden säätelyn oiretta ja/tai useampia yliaktiivisuus- impulsiivisuus oiretta. (Oksanen ja Sollasvaara 2020, 8.)

Kun ADHD lapsi tai nuori opettelee perustaitoja, on tärkeää, että ympäristö muokataan hänen erityispiirteitään tukevaksi. ADHD oireet voivat olla lievempiä, jos ympäristö on sopivan rauhallinen ja siinä on sopivasti vireystilaa ylläpitäviä ärsykejä. On hyvä, että työskentely tapahtuu pienissä ryhmissä tai kahden kesken. Toiminnan sisältö tulisi pilkkoa pienempiin osiin ja suunnata se suoraan henkilölle ja varmistaa, että huomio on kohdistunut ohjeeseen. Varmistetaan, että vireystila on hyvä ja että vireystilaa on mahdollista säädellä esimerkiksi, liikkumalla ja siirtymällä tilanteesta pois luovasti. Tekemisen on oltava kiinnostavaa ja siitä saa kannustavaa palautetta. (Berggren ja Hämäläinen 2018, 51.)

Autismikirjon häiriöissä eli Autism Spectrum Disorder, ASD, Pervasive Developmental Disorder, PDD, esiintyy poikkeavuutta sosiaalisen vuorovaikutuksen ja kommunikaation alueella sekä rajoittuneita toistavia, kaavamaisia käytöstapoja, kiinnostuksen toimintoja ja kohteita. (Duodecim 2019.) Lisäksi viime vuosina kyseiseen diagnoosikriteeriin on alettu liittää henkilön poikkeava tapa kokea monet aistiärsykkeet. Diagnooseista autismi, Aspergerin oireyhtymä ja laaja-alainen kehityshäiriö ovat tulevaisuudessa viralliselta termiltään autismikirjon häiriö. Kirjo sanaa käytetään, koska kyseessä on väljästi määritelty joukko, johon kuuluu neurologisesti, kognitiivisesti ja geneettisesti toisistaan eroavia alaryhmiä. Autistiset piirteet koetaan usein myös persoonallisuutta värittäväksi tekijäksi. Erityisten haasteiden ohella henkilöllä voi olla erityisiä vahvuuksia. Heillä on tavallista useammin epilepsiaa tai lieviä epileptisiä oireita, adhd-oireita, tic-oireita tai laaja-alaisia oppimisvaikeuksia. (Oksanen ja Sollasvaara 2020, 10.)

Autistisen henkilön tilannekohtaisia stressitekijöitä voivat olla ennakoimaton tilanne ja äkillinen melu, sekä haasteet kommunikaatiossa. Juhlat ja tapahtumat, yksittäiset muutokset ympäristössä, arjessa tai lähityöntekijöissä voivat aiheuttaa ylimääräistä kuormitusta. (Oksanen ja Sollasvaara 2020, 85.)

3.2 Erityistä tukea tarvitseva lapsi perheessä

Lapsen syntymä muuttaa perheen arkea monin tavoin. Vanhempien ajankäyttö, taloudellinen tilanne ja ihmissuhteet voivat muuttua suuresti. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 80.) Sairas tai vammaisen lapsi vie paljon vanhempien voimavaroja. Vanhempien reaktiot ja asenteet lapsen vammaisuutta tai sairautta kohtaan vaikuttavat perheen mahdollisiin muihin lapsiin. Vanhempien oma hyvinvointi ja jaksaminen ovat tärkeässä roolissa. (Harvinaiskeskus Norio, Kehitysvammaisten Tukiliitto ry, Rinne-koti-Säätiö, Sylva ry ja TATU ry s.a.)

Erityisperheille on tarjolla paljon tukea ja erilaisia palveluita. Lapsiperheet ovat oikeutettuja saamaan kotipalvelua, mikäli se on lapsen hyvinvoinnin turvaamisen kannalta välttämätöntä. Kotipalvelu auttaa asumisessa, hoidossa ja huolenpidossa, toimintakyvyn ylläpitämisessä ja muissa arkisissa toiminnoissa. Henkilökohtaista apua voi saada esimerkiksi tukihenkilön tai -perheen, apuvälineiden ja

hoitotarvikkeiden kautta. Erityisperheille on saatavilla taloudellista tukea. Erityislapset ovat oikeutettuja riittävään tukeen päiväkodissa ja koulussa. (Erityisperheet 2022).

Nykyään Suomessa erityistä tukea tarvitsevien lasten kirjo on suuri. Tuen tarve tai vamma ei välttämättä aina näy ulospäin ja tämä voi kuormittaa perheen arkea. Lisäksi tiedon puute ja diagnosoinnin haasteet voivat aiheuttaa lisäkuormitusta. Esimerkiksi moni lapsi jää ilman diagnoosia, koska neuropsykiatristen oireiden tai häiriöiden tunnistaminen on usein hankalaa. Tämän takia lapsi jää ilman tukea tai palveluita. Diagnoosi voi myös olla puutteellinen, sillä lapsella voi olla monenlaista tuen tarvetta. (Ensi- ja turvakotien liitto 2018, 5.)

Vammaisuus todetaan eri vaiheissa eri menetelmin. Syntymisen jälkeen, jopa raskausaikana voidaan havaita epämuodostumat. Kehityksen viivästymät todetaan eri-ikävaiheisiin liittyen esimerkiksi imeväis- ja leikki-ikässä. Lievemmät poikkeavuudet ja oppimisvaikeudet voidaan todeta viimeistään ensimmäisinä kouluvuosina. Erityisen tuen tarve voidaan todeta siis neuvolassa, synnytysosastolla, lääkärin vastaanotolla, perheneuvolassa, lasten- ja nuorten psykiatrisessa yksikössä tai lapsia hoitavissa erityisklinikoissa. Perhe tarvitsee tietoa sekä vammasta, sen hoidosta, kuntoutuksesta ja sosiaalipalveluista. Ensitiedon antaminen on prosessi, joka tukee sekä sairaalassa, että kotona selviytymistä. (Malm, Matero, Repo ja Talvela 2006, 34–35.) Ensitiedolla tarkoitetaan lääketieteellisen tiedon lisäksi tietoa kuntoutuksista, sosiaali- ja terveydenhuollon ja eri järjestöjen palveluista (Erityisperheet 2021).

3.3 Vertaistuki

Vertaistuki on omien kokemusten jakamista toisen samoja asioita kokeneen kanssa. Se on ihmisen kokemuksiin ja tietoon pohjautuvaa tukea. Vertaistuessa tärkeimpiä asioita ovat kertominen ja kuunteleminen. Vertaistukea on monenlaista ja sitä on tarjolla niin kasvokkain kuin puhelimen tai verkon välityksellä. Se voi tapahtua henkilökohtaisesti tai ryhmissä ja ryhmät voivat olla avoimia tai suljettuja. Ryhmät voivat toimia vertaisryhmänä tai ohjaajan vetäminä. Vertaistuen monipuolisuuden ansiosta jokaisella on mahdollisuus löytää itselleen sopivin tukimuoto. (Terveyskylä 2020.)

Erityislasten vanhemmille vertaistuki on usein hyvin tärkeää. Sen avulla vanhemmat voivat jakaa omia ajatuksiaan ja tunteitaan ja kuulla toisten perheiden ajatuksia. Vertaistuen avulla vanhemmat voivat jakaa tietoa ja ideoita ja se luo myös yhteisöllisyyttä ja voi lievittää yksinäisyyden tunnetta. Monet järjestöt tarjoavat vertaistukiryhmiä erityislasten vanhemmille. Internetin välityksellä vertaistukea on tarjolla myös esimerkiksi erilaisten keskusteluryhmien kautta, joka helpottaa myös pienillä paikkakunnilla asuvia erityisperheitä. Verkon välityksellä tapahtuva vertaistuki on ollut merkittävässä asemassa vallitsevan koronatilanteen vuoksi. Monet perheet ovat joutuneet elämään eristyneinä muusta maailmasta, varsinkin jos perheessä on riskiryhmään kuuluvia. Vertaistukea voi saada myös esimerkiksi lasten harrastustoiminnan kautta. (Anttila 2020, 78–82.) Erityislasten vanhemmille vertaistukea järjestäviä järjestöjä on monia, kuten Jaatinen ry, joka järjestää esimerkiksi musiikkikerhoja, leikki-iltoja ja kahvitteluhetkiä. Lisäksi Jaatinen ry järjestää monenlaisia tapahtumia ja juhlia

(Jaatinen s.a.). Muita vertaistukea tarjoavia järjestöjä ovat mm. Leijonaemot ja Erityislasten omaiset ELO. Lisäksi useilla yhdistyksillä on tarjolla vertaistukea juuri tiettyihin diagnooseihin. (Erityisperheet 2021.) Vammaispalvelulain mukaan kunnan tulee järjestää esimerkiksi kohtuulliset kuljetuspalvelut tai henkilökohtaista apua vaikeavammaiselle henkilölle, mikäli hän vammansa tai sairautensa puolesta tarvitsee palvelua suoriutuakseen tavanomaisista elämän toiminnoista (Laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista 1987, §8).

4 LIIKUNTA JA ERITYISLAPSET

Varhaislapsuudessa liikunta toteutuu spontaaneina liikkeinä ja liikkumisena, lapsen työnä. Lapsen liikkuminen on erittäin tärkeää aivojen hermoverkkojen yleiselle kehittymiselle. Liikkumisen tuloksena lapsi oppii hallitsemaan kehoaan, liikkeitä ja liikkumista lihasten, hermoston ja aistien yhteistointana. Lapsen liikunta tukee liikuntataitojen oppimista ja sosiaalista vuorovaikutusta liikuntaryhmässä ryhmän pelisääntöjen oppimisena, jonka kautta minäkuva kehittyy. (Vuori, Taimela ja Kujala 2010, 145.)

Liikunta antaa eri-ikäisille lapsille ja nuorille mahdollisuuden monenlaisiin myönteisiin tunnetiloihin, elämyksiin ja kokemuksiin. Lasten ja nuorten liikunnan suunnittelu ja ohjaus on erittäin tärkeää suunnitella huolellisesti, etteivät he kokisi liikkumiseen liittyen kielteisiä kokemuksia ja tunteita. Myönteiset kokemukset ovat edellytykset liikunnan jatkumiselle. (Vuori, Taimela ja Kujala 2010, 145.) Jokaisella lapsella ja nuorella on oikeus tasa-arvoiseen harrastamiseen vammastaan tai toimintakyvystään riippumatta. Omasta kotikunnasta voi hakea vammaispalvelulain perusteella niitä erityispalveluita, joita harrastamiseen tarvitaan. (Alanko, Remahl ja Saari 2004, 4.)

Liikunta ja urheilu parantavat nykyistä terveyttä, joten liikunta lapsille ja nuorille on terveyttä edistävää. Liikunta vaikuttaa esimerkiksi kehon sisäisen rasvan määrään, veren kolesteroliin, verenpaineeseen ja epädulliseen sokeriainevaihduntaan. Liikunnan terveyttä lisääviä vaikutuksia on tutkimuksella vaikea osoittaa. Lapset ja nuoret ovat yleensä terveitä ja varsinkin elintavoista johtuvat sairaudet ovat heillä harvinaisia. Onnistuneet kokemukset liikunnasta ja urheilusta voivat tarjota lapselle ja nuorelle erinomaisen mahdollisuuden vaikuttaa myönteisesti terveyden eri osa-alueisiin. Liikunnan myötä lapsen ja nuoren on mahdollista omaksua terveellinen ja kehittävä elämäntapa. (Vuori, Taimela, Kujala 2010, 146–147.)

Jokaisella on oikeus olla osa yhteisöä ja mahdollisuus osallistua yhteiseen toimintaan itselleen soveltuvalla tavalla ja tarkoituksen mukaisella tuella. (Alanko, Remahl ja Saari 2004, 6.) Integraatiolla tarkoitetaan erityistukea tarvitsevan lapsen sijoittamista yleiseen ryhmään. Liikuntaryhmässä vertaisryhmästä voi siirtyä integroituun ryhmään taitojen lisääntyttyä, kuitenkin maassamme toteutettava erityisliikunta on enimmäkseen vertaisryhmissä tapahtuvaa toimintaa. Inklusiolla tarkoitetaan erityistä tukea tarvitsevaa lasta, joka on osa yhteisöä. Tässä ajattelussa huomioidaan yksilön tarvitsemat tukipalvelut ja järjestely, joilla jokainen jäsen pystyy toimimaan omalla tasollaan osana yhteisöä. Harrastustoiminnassa inklusio voi sisältää ajatuksen lähiurheiluseurasta tai iltapäiväkerhosta. Jokaiselle ei ole tarjolla omaa vertaisryhmää harrastamiseen, vaikka itse toiminta soveltuisikin hänelle. (Alanko, Remahl ja Saari 2004, 16–17.)

Yhteisessä toiminnassa on mahdollisuus käyttää erilaisia toimintatapoja. Avoimeen toimintaan kuuluvat harjoitteet, jotka soveltuvat kaikille, koska välineet ja ympäristö ovat kaikille samat. Avoimet harjoitteet voivat olla esimerkiksi liikuntatuokion alku- ja loppuleikki. Soveltavassa toiminnassa sovelletaan sääntöjä, välineitä tai aluetta, jokaisen liikkujan tarpeisiin sopivaksi. Tällöin toiminnan tavoitteet ovat yhteiset, mutta keinot yksilölliset. Rinnakkaisessa toiminnassa kaikki tekevät samaa tehtävää

samassa tilassa, mutta jokainen harjoittelee omalla tasollaan. (Alanko, Remahl ja Saari 2004, 6–7.) Esimerkkinä rinnakkaisesta toiminnasta tapahtumapäivässä oli temppurata, joka oli rakennettu niin, että siinä oli useita erilaisia vaihtoehtoja radan suorittamiseen.

4.1 Erityisliikunta

Erityisliikunnalla tarkoitetaan sellaisten henkilöiden ryhmää, joilla on vamman, sairauden tai muun toimintakyvyn heikentymisen tai sosiaalisen tilanteen vaikeuden vuoksi vaikea osallistua kaikille yleisesti tarjolla olevaan liikuntaan. Henkilöiden, joiden liikunta vaatii soveltamista ja erityistä osaamista, on mahdollista harrastaa yleisen liikunnan sijasta erityisliikuntaa. (Rintala ja Mälkiä 2002, 6.)

Murphyn ja Carbonen (2008, 1057–1060) mukaan erityisen tuen tarpeessa olevilla lapsilla on suuremmat riskit esimerkiksi ylipainoon ja heikompaan lihaskuntoon kuin tukea tarvitsemattomilla lapsilla. Säännöllisen liikunnan ja fyysisen aktiivisuuden on todettu helpottavan tai hidastavan kroonisen taudin etenemistä. Se myös edistää psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia sekä yleistä toimintakykyä. Tuen tarpeesta riippuen lapsilla voi olla haasteita mm. liikkumisen, motoriikan, ymmärtämisen ja kommunikoinnin suhteen. Jokaisen lapsen tarpeet tulee huomioida yksilöllisesti, jotta positiivinen liikuntakokemus toteutuu.

Erityisryhmä liikunnassa viittaa lääketieteellisiin perusteisiin, kun taas soveltava tai erityisliikunta viittaavat liikuntaan. Liikuntaan käytettävät sovellukset voivat olla teknisiä (esimerkiksi apuvälineet), rakenteellisia (esimerkiksi pelien ja leikkien sääntöjen muutoksia) ja kasvatuksellisia (harjoitustavat ja valmennusmenetelmät). Ennen kuin erityisliikuntaa ryhdytään järjestämään ja soveltamaan on tiedettävä vammat ja sairaudet riittävän hyvin. Näin voidaan taata turvallisuus ja liikunnasta saadaan paras mahdollinen hyöty. Erityisliikunnan tehtävänä on löytää mahdollisuus liikunnan toteuttamiseen. (Rintala ja Mälkiä 2002, 7–8.)

4.2 Ryhmässä liikkuminen

Ryhmässä tai joukkueissa liikkuminen mahdollistaa erilaisten sosiaalisten roolien syntymisen, joihin erityisen tuen tarpeessa olevien lasten ja nuorten voi normaalisti olla vaikea päästä. Urheilijan roolin omaksuminen parantaa oman osaamisen käsitystä ja voi kasvattaa lapsen tai nuoren sosiaalista imagoa muiden joukossa. Joukkueoverin rooli luo yhteenkuuluvuuden tunnetta ja parantaa yhteistyötaitoja. Lisäksi liikuntaharrastuksen kautta lapset ja nuoret voivat solmia ystävyysuhteita muihin ihmisiin, joihin heillä ei välttämättä muuten olisi mahdollista tutustua. (Aytur ym. 2018, 106–110.)

Lapsia on helppo opettaa toimimaan yhdessä liikunnallisten leikkien ja pelien avulla. Kun lapset kohtaavat erilaisia ihmisiä jo pienestä pitäen, kasvaa heistä ymmärtäväisiä ja suvaitsevaisia aikuisia. Erityisliikunnassa vamma ei ole lapsen tärkein ominaisuus vaan vammainen lapsi on ensisijaisesti lapsi. Ryhmänohjaajan on otettava huomioon erityistä tukea tarvitseva lapsi hänen ominaisuuksiensa ja tarpeidensa mukaan. (Alanko, Remahl ja Saari 2004, 2.)

4.3 Esteettömyys ja saavutettavuus

Esteettömyydellä tarkoitetaan fyysistä ympäristöä, kuten rakennukset, ulkoalueet ja liikennevälineet. Se takaa jokaiselle yhdenvertaisen mahdollisuuden osallistua ja vaikuttaa yhteiskunnassa. Esteettömyydessä on kyseessä ihmisten moninaisesta huomioimisesta. Esteettömät ratkaisut sopivat kaikille ihmisille. (Invalidiliitto s.a.) Esteettömyys kunnioittaa ihmisoikeuksia, itsemääräämisoikeutta ja oma-toimisuutta. Esteettömät liikuntapaikat edistävät jokaisen kävijän oma-toimisuutta ja antavat kaikille mahdollisuuden huolehtia omasta hyvinvoinnista ja terveydestä. (Rintala, Huovinen ja Niemelä 2012, 70–71.)

Esteettömyyden liikuntapaikkaan on helppo tulla, koska tilat ovat kynnyksettömät, luiskat portaissa ovat tarpeeksi loivat, paikalla on käyttökuntoinen hissi ja siellä on riittävän tilava WC ja peseytymistilat. Tilat ovat puhtaat ja pölyttömät, siistit ja ilmastointi toimii – toisin sanoen hengitysilma on puhdas esimerkiksi astmaatikoita huomioiden. Selkeistä värikontrasteista rakennetuista tiloista hyötyvät liikkujat, joilla on hahmotus häiriöitä, huono näkö tai ymmärtämisen vaikeutta, selkeät opasteet selkokielellä kuva- tai värisymbolein helpottavat ymmärtämistä. (Alanko, Remahl ja Saari 2004, 4.)

Saavutettavuudella tarkoitetaan usein muuta kuin fyysistä ympäristöä. Esimerkiksi viestintä, verkkosivut ja palvelut pitää toteuttaa niin, että ne soveltuvat kaikille. Saavutettavuutta on myös yksilön moninaisuuden huomioon ottava ilmapiiri ja asenteet. (Invalidiliitto s.a.)

Hyvä saavutettavuus palvelussa tarkoittaa sitä, että palveluun voi osallistua mahdollisimman esteettömästi. Palvelu on helposti kaikkien saatavissa ja se antaa henkilölle mahdollisuuden osallistua riippumatta henkilön yksilöllisistä ominaisuuksista. Palveluiden saavutettavuutta voidaan parantaa esimerkiksi käyttämällä selkokieltä, visuaalisia viestejä tai tulkkauspalveluita. (Rintala, Huovinen ja Niemelä 2012, 72.)

4.4 Sovellettavuus

Sovellettavuudella tarkoitetaan jokaisen oikeutta olla osana yhteisöä ja mahdollisuutta osallistua yhteiseen toimintaan itselleen soveltuvalla tavalla ja tarkoituksen mukaisella tuella. Soveltavassa toiminnassa sovelletaan sääntöjä, välineitä tai aluetta jokaisen liikkujan tarpeisiin sopivaksi. Tällöin toiminnan tavoitteet ovat yhteiset, mutta keinot yksilölliset. Esimerkiksi pallopeleissä heikkonäköisen lapsen osallistumisen helpottamiseksi voidaan käyttää kirkkaan väristä, helisevää palloa. (Alanko, Remahl ja Saari 2004, 4–6.)

Soveltavassa liikunnassa on käytössä monia erilaisia toiminta- tai liikuntavälineitä, jotka mahdollistavat henkilön tasavertaisen osallistumisen liikuntaharrastukseen. On olemassa eri lajeihin kehiteltyjä erityisvälineitä, joita voi lainata tai vuokrata mikäli niitä ei halua ostaa. Usein välineet ovat kalliita, joten ostaminen on tarpeellista, jos välineen tarve on säännöllistä tai vaatii yksilöllisiä mittoja toimintaan. Välineitä soveltavaan liikuntaan voi myös keksiä ja suunnitella itse esimerkiksi kotoa tai

toimintapaikalta löytyvistä tavaroista, jolloin soveltavaa toimintaa voi suunnitella edullisesti. Internetistä löytyy apua ja ideoita välineiden tekemiseen. (Rintala, Huovinen ja Niemelä 2012, 79–80.)

4.5 Osallisuus

Osallisuuden tavoitteena on vähentää syrjäytymistä ja syrjintää, eriarvoisuutta ja köyhyyttä. Yksilön kokemus osallisuudesta on vahvasti yhteydessä hyvinvointiin sitä lisäten, samoin turvallisuutta, uskoa tulevaisuuteen ja omiin mahdollisuuksiin. Osallisuus yhteisestä hyvästä mahdollistaa yhdessä tekemisen niin, että pääsee nauttimaan yhteisestä hyvästä. Osallistumisessa on mahdollisuus kuulua itselle tärkeisiin ryhmiin ja vaikuttaa itselleen tärkeisiin asioihin. Osallisuudesta yhteiseen hyvään seuraa arvostusta, kiitosta ja yhteyksiä muihin ihmisiin. (THL 2022.)

Osallisuuden periaatteisiin kuuluu, että ihminen voi osallistua toimintaa omaehtoisesti. Osallistujan kanssa etsitään yksilöllisiä ratkaisuja ja hänet kohdataan kunnioittain ja luokittelematta. Koska toimintaa kehitetään yhdessä, se vahvistaa osallistujan vaikuttamis- mahdollisuuksia myös toiminnan ulkopuolelle. Yksilö pääsee osaksi itselleen tärkeää yhteisöä ja nauttimaan yhteisestä hyvästä, mahdollisuuden osallistua sen tuottamiseen ja jakamiseen tasavertaisena muiden kanssa. (THL 2022.)

Osallisuuden kokemus suuntaa ja vahvistaa yksilön toimijuutta niin, että hän motivoituu ja rohkaistuu tarttumaan mahdollisuuksiin. Kun osallistuminen mahdollistetaan, yksilö kokee olevansa merkityksellinen osa kokonaisuutta. Hän vaikuttaa elämänsä kulkuun ja yhteisiin asioihin, sekä tulee kuuluksi itsensä. (THL 2022.)

4.6 Kuvaohjaus

Kuvakommunikointi on graafinen kommunikointikeino (Huuhtanen 2001, 15). Kuvien avulla voidaan ilmaista asioita henkilölle, jolla on puhevamman tai vaikeuksia puheen ymmärtämisessä. Kuvia voidaan kuitenkin käyttää kommunikoinnin välineenä, vaikka näitä vaikeuksia ei olisikaan. Kuvaohjaus helpottaa tilanteiden ja toimintojen jäsentämistä, tukee toiminnanohjausta. Kommunikointi kuvien avulla on hitaampaa kuin puhekommunikointi, joten se vaatii enemmän keskittymistä ja kärsivällisyyttä. On tärkeää muistaa, että kuvilla voi olla eri merkityksiä henkilöstä riippuen, esimerkiksi toiselle kuva on ilmaisun keino, toiselle kuva on apuväline puheen ymmärtämiseen. (Huuhtanen 2001, 48–49.) Kuvien avulla kommunikoidessa edellytyksenä on, että henkilö tunnistaa kuvan ja ymmärtää mitä kuvalla ilmaistaan. Kuvia valittaessa täytyy huomioida esimerkiksi kuvien koko ja niiden värimaailma. (Papunet 2021.)

Kuvakommunikoinnissa ei ole aina kyse erityisestä kommunikointimenetelmästä. Kuvia käytetään tukena viestien, tilojen ja esineiden ilmaisemiseen. Erilaisia kuvia kommunikointiin on saatavilla internetistä ja niitä voi tehdä myös itse esimerkiksi valokuvista tai itse piirtämällä. Eri kuvat sopivat erilaisille henkilöille. Suomessa yksi yleisimmistä kuvakommunikaatiomateriaaleista ovat piktogrammit eli PIC-kuvat. Ne ovat mustavalkoisia, selkeitä ja monipuolisia, jonka takia niitä voidaan käyttää hyvin monille henkilöille lapsesta aikuisen. (Huuhtanen 2001, 58–60.) Papunet tarjoaa erilaisia

materiaaleja kommunikoinnin tukemiseen, ja sen kuvapankista löytyy tuhansittain kuvia. Kuvat ovat käytettävissä vapaasti epäkaupallisiin tarkoituksiin. Osa kuvista on ulkomaisista avoimista kuvapankista ja osa kuvista on teetetty erilaisissa hankkeissa ja projekteissa. (Papunet 2021.) Toimintapäivässämme käytetyt kuvat olivat Papunetin kuvapankista ladattuja.

5 KEHITTÄMISTYÖN TAVOITE JA TARKOITUS

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli järjestää yhdenvertainen ja saavutettava tapahtuma erityislapsille ja heidän perheilleen ja edistää näin osallisuutta. Työn tarkoituksena oli luoda tapahtuman pohjalta selkeä ja helppokäyttöinen opas, jonka avulla vastaavan tapahtuman järjestäminen on helposti toteutettavissa. Tarve oppaalle kävi ilmi toimeksiantajalta. Järjestimme tapahtumapäivän erityislapsille ja heidän läheisilleen yhteistyössä toimeksiantajamme Vauhti!-hankkeen sekä Liikuntaseura Otteen kanssa. Halloween-teemainen tapahtuma pidettiin liikuntaseuran tiloissa. Tapahtumaa mainostettiin sosiaalisessa mediassa ja mukaan ilmoittautui kahdeksan lasta läheisineen. Osallistuneet lapset olivat iältään 4–14-vuotiaita. Osalla ilmoittautuneista oli jo entuudestaan kontakti Vauhti!-hankkeen aikaisempiin toimintoihin ja tapahtumiin, kun taas osalla ei ollut aikaisempaa kokemusta vastaavista tapahtumista.

5.1 Toimeksiantajat

Toimeksiantajamme TATU ry on tapaturman ja potilasvahingon kautta vammautuneiden ja sairastuneiden lasten ja nuorten sekä heidän läheistensä valtakunnallinen tukiyhdistys. TATU tukee osallisuutta ja sen arvoihin kuuluvat mm. tasavertaisuus, monipuolisuus, luottamus ja asiantuntijuus. TATU järjestää vertais- ja kurssitoiminnan lisäksi hanketoimintaa. (TATU ry 2021.) Vauhti!-hanke järjestää erilaisia harrastusryhmiä ja vapaa-ajan toimintaa erityistä tukea tarvitseville lapsille ja nuorille ja heidän läheisilleen. Tavoitteena on edistää yhdenvertaisuutta, osallisuutta ja vahvistaa perheiden voimavaroja sekä lisätä tietoisuutta osallistumisen mahdollisuuksista erityistä tukea tarvitsevien kohtaamisessa. Ryhmien avulla myös sosiaaliset verkostot vahvistuvat ja perheillä on mahdollisuus vertaistukeen. Toimintaa järjestetään Iisalmessa, Kuopiossa, Varkaudessa ja Siilinjärvellä. Vauhti!-hankkeen toiminta on monipuolista, esimerkiksi retkeilyä, askartelua sekä erilaisten liikuntalajien kokeilua. Toiminta suunnitellaan yhdessä osallistujien kanssa. Toimintaa järjestetään mm. nuorisotiloilla, kouluilla ja Perheentaloilla. Ryhmissä toimii useita ohjaajia, jonka ansiosta harrastaminen on kaikille osallistujalle mahdollista. (TATU ry, s. a.)

Liikuntaseura Ote on perustettu Iisalmessa vuonna 2016. Seura tarjoaa monipuolista liikuntaa lapsille ja nuorille heidän yksilölliset tarpeensa huomioiden. Tuntitarjonnassa on tanssia, parkouria, telinevoimistelua ja akrobatiaa. Nuorimpien lasten tunneilla harjoitellaan lajien perusliikkeitä ja -liikuntaitoja sekä ryhmätyötaitoja. Vanhempien lasten ryhmissä edetään taitotasojen mukaan vaativimpiin liikkeisiin. Monipuolinen liikkuminen edistää motoriiikkaa, liikkuvuutta ja koordinaatiokykyä. Kaikissa ryhmissä toimii pääohjaajien lisäksi apuohjaajia. (Liikuntaseura Ote 2021.)

5.2 Tapahtuman suunnittelu

Opinnäytetyöprosessi alkoi syksyllä 2020 yhteisellä palaverilla TATU ry:n Vauhti!-hankkeen ja Liikuntaseura Otteen työntekijöiden kanssa. Erityislasterien tapahtumapäivän lisäksi tarve tapahtumaoppaan tekemiselle kävi ilmi. Kohderyhmä ei ollut mukana suunnittelussa. Tapahtuman kohderyhmää, aikataulua, sisältöä ja markkinointia suunniteltiin yhteistyökumppanien kanssa useassa palaverissa.

Suunnittelussa oli tärkeää huomioida osallistujien ikä ja tuen tarve sekä tarvittava ohjaajien määrä. Suunnitteluvaiheessa huomioimme myös liikuntarajoitteiset henkilöt. Tapahtumapäivään ei kuitenkaan ilmoittautunut yhtään liikuntarajoitteista. Päivän sisältö suunniteltiin toisen opinnäytetyön tekijän työkokemuksen perusteella. Hän työskentelee lasten liikunnanohjaajana Liikuntaseura Otteella, joten tapahtumapaikka välineineen oli tuttu.

Suunnitteluvaiheessa huomioimme korona-ajan seuraamalla rajoituksia ja ohjeistuksia. Liikuntaseura Otteen tiloissa oli saatavilla kasvomaskeja, käsidesiä ja siellä pystyi pitämään turvavälit. Kartoitimme tilojen esteettömyyden ja saavutettavuuden Invalidiliiton Esteetön ja saavutettava liikuntatapahtuma-tarkistuslistan avulla (LIITE 1). Ennen tapahtuman järjestämistä laadittiin hankkeistamissopimukset. Kun tapahtuman sisältö oli varmistunut, aloitimme oppaan suunnittelun. Tavoitteena oli tehdä lyhyt, selkeä, innostava ja helposti saatavilla oleva opas. Opas on saatavilla sähköisesti ja se on myös tu-
lostettavissa.

Tapahtumapäivästä laadittiin mainos, joka julkaistiin sosiaalisessa mediassa (LIITE 2). Toimeksiantajan sometileiltä mainos saatiin näkyviin suoraan kohderyhmälle, eli erityislapsille ja heidän perheilleen. Mainoksesta kävi ilmi tapahtuman ajankohta ja paikka, ohjelma ja kohderyhmä. Halloween-
teema näkyi mainoksen ulkoasussa, koska tapahtuma järjestettiin loppusyksystä. Halloween on lapsille tuttu teema, joten sitä oli helppo hyödyntää. Ilmoittautuminen tapahtui puhelimitse, QR-koodin tai sähköpostin kautta. QR-koodin takaa aukesi toimeksiantajan tekemä esitietolomake. Ilmoittautumisen yhteydessä saimme tietoon perhekohtaisesti osallistujamäärät, lasten iät, ruoka-aineallergiat ja tuen tarpeet. Tutustuimme erilaisiin palautelomakkeisiin, mutta suunnittelimme tapahtumassa käytettävän oman lomakkeen, joka oli tarkoitettu vanhemmille (LIITE 3). Lasten ja nuorten palaute pyydettiin värillisin hymynaamoin (KUVA 1).



KUVA 1. Lasten ja nuorten palaute hymynaamoin (Heinonen 2021)

5.3 Tapahtuman toteutus

Toimintapäivässä huomioimme toteutumisympäristön esteettömyyden ja saavutettavuuden, joista teimme erillisen kartoituksen Invalidiliiton esteetön ja saavutettava liikuntatapahtuma -tarkistuslistan avulla (LIITE 1). (Paraolympia 2022.) Toiminta suunniteltiin niin, että kaikilla oli mahdollisuus osallistua eri toimintoihin mahdollisista liikuntarajoitteista huolimatta, että osallisuuden periaate toteutuu. Tämä on yksi Vauhti!-hankkeen tavoitteista. Toiminnalliseksi osallistujaksi tullakseen voi lapsi tarvita puhetta tukevia tai korvaavia kommunikaatiomenetelmiä (Von Tetzner, Martisnsen 1999, 20). Eri-tyislapselle mahdollistettiin tapahtumassa kommunikointi ja toimintaympäristö strukturoiduin kuvin. Näin huolehdimme osallistujien osallisuudesta ja tarpeen mukaan toimintoja oli mahdollista soveltaa yksilöllisesti. Tapahtumapäivää järjestäessä lasten perheiden lisäksi Vauhti!-hankkeen ohjaajat olivat mukana, jolloin turvaamme yksilöllisen huomioimisen.

Tapahtumapäivä järjestettiin lauantaina 30.10.2021. Ennen tapahtumaa tulostimme palautelomakkeet. Kuvaohjeet kommunikoinnin tueksi tulostimme Papunetin kuvapankista. Hankimme teemaan sopivat koristeet ja välipalatarpeet edeltävänä päivänä. Välipalalla oli tarjolla erilaisia hedelmiä, välipalakeksejä sekä mehua. Aikuisille tarjolla oli myös kahvia ja teetä. Edeltävänä iltana kävimme Liikuntaseura Otteella rakentamassa tempuradan ja kävimme vielä kertaalleen läpi radan suoritusvaihtoehtoja, sillä tapahtumapäivänä Otteella järjestettiin syntymäpäiväjuhlat ennen meidän tapahtumaamme, jonka takia meillä oli rajallinen aika laittaa paikat valmiiksi.

Rata ja muu toiminta suunniteltiin niin, että kaikki pystyivät osallistumaan tekemiseen yhdessä. Radalla oli useampi kulkureitti, jolloin osallistujat pystyivät ohjautumaan niihin omien taitojensa mukaisesti. Koristelimme tilat Halloween-teeman mukaisesti. Ennen osallistujien tuloa paikalle kävimme läpi tapahtumarungon (LIITE 6) mukaan ja jaoimme tehtävät ohjaajien kesken. Osallistujat saapuivat ennakoilmoittautumisen mukaisesti ja päivä toteutui suunnitellusti. Tapahtumapäivän suunnitelman, toteutuksen ja kerätyn palautteen pohjalta saimme sisältöä oppaaseen.



KUVA 2. Tapahtuman sisältö kuvastrukturina (Heinonen 2021)

Tapahtumapäivän alkaessa kävimme koko ryhmän kanssa läpi päivän toimintasuunnitelman. Sanallisen kerronnan lisäksi käytimme apuna kuvaohjausta. Kuvaohjaus eli kommunikointi kuvien avulla tarkoittaa erilaisten kuvien käyttöä puheen ja sanattoman viestinnän tukena. (Papunet 2021). Tapahtumapäivässä käytimme kuvaohjauksessa yksittäisiä kuvia avainsanoina, jotka kuvasivat luvassa olevaa toimintaa (KUVA 2). Jokainen osallistunut lapsi oli tottunut kuvilla kommunikointiin päiväkodissa tai koulussa, joten yksinkertaisesti kuvattu päiväohjelma oli kaikille selkeä. Tapahtuman aikana huomioimme vanhempien keskinäistä vuorovaikutusta silmämääräisesti.

Yhteisessä aloituksessa kävimme läpi aikataulun kuvastrukturin tuella. Aluksi ohjelmassa oli lämmitteyleikit tanssisalissa. Ensimmäisenä tehtävänä oli lajittelutehtävä pienillä liikuntavälineillä. Tehtävään kuului kerätä palloja, erivärisiä renkaita ja hernepusseja niille osoitettuihin paikkoihin (KUVA 3). Pallot kerättiin isoon putkeen, renkaat saman väristen nuolien päälle ja hernepusit

laatikkoon. Lajittelutehtävän avulla lapset saivat vahvistusta hahmotuskykyyn näköaistin kautta. Tanssisali oli esteetön tila, jossa oli mahdollista liikkua myös esimerkiksi pyörätuolin kanssa. Tehtävään pystyi osallistumaan itsenäisesti tai läheisen/ohjaajan avulla.



KUVA 3. Lajittelutehtävä pienillä liikuntavälineillä (Heinonen 2021)

Toisena tehtävänä oli kuljettaa hernepussia liikkuen eri tavoin. Näitä tapoja olivat esimerkiksi liikkuminen konttaamalla tai ryömimällä hernepussi selän päällä. Taustalla soi musiikki ja musiikin pysähtyessä hernepussi piilotettiin eri kehonosien alle. Tässä tehtävässä vahvistettiin lapsen motorisia taitoja ja kehotietoisuutta kuulo- ja tuntoaistin kautta. Tehtävä vaatii lapselta tarkkaavaisuutta ja keskittymistä, sillä hänen täytyy muuttaa toimintaansa musiikin tauotessa: liike – piilotus. Lämmittelyjen avulla saatiin myös purettua energiaa ja jännitystä.

Lämmittelyjen jälkeen siirryttiin parkoursaliin. Osallistuneilla lapsilla ei ollut liikuntarajoitteita, joten parkoursaliin suunniteltuja sovellutuksia ei tarvittu. Airtrack-ilmavolttiradalla tehtiin erilaisia hyppyharjoituksia, jotka vahvistavat monipuolisesti motorisia taitoja. Hyppyharjoitusten jälkeen siirryttiin tempuradalle, jossa toimintoina olivat tasapainoilu, roikkuminen, kiipeäminen, kuperkeikka, konttaaminen ja esteiden ylitys. Liikuntarajoitteisille oli suunniteltu oma pujottelurata, joka kulki ilmavolttiradan ja tempuradan lomassa. Toimintoina oli mahdollista suorittaa esimerkiksi tasapainoilua penkkien ja palikoiden päällä, erilaisten esteiden ylitystä tai alitusta, ryömimistä ja kierimistä. Koska tapahtumaan ei osallistunut ainuttakaan liikuntarajoitteista lasta, emme päässeet näkemään

sovelletun temppuradan toimivuutta käytännössä. Temppuradan yhteydessä lasten tehtävänä oli etsiä saliin piilotettuja hämähäkkejä, jotka kiinnitettiin sinitarralla yhteiseen isoon hämähäkinseittiin. Temppuradan päätteeksi leikimme vielä hahmotuskykyä vahvistavia leikkejä, jonka jälkeen siirryttiin leikkivarjon alle rauhoittumaan ja rentoutumaan.

Toimintaosion jälkeen vuorossa oli välipala. Yhteisen ruokailuhetken tavoitteena oli sosiaalisten taitojen vahvistaminen. Välipalan jälkeen kerättiin palaute niin lapsilta, läheisiltä kuin ohjaajilta. Aikuisille käytössä oli palautelomakkeet ja lapset saivat antaa palautteen viemällä hernepussin sopivan hymynaaman kohdalle. Päivä päättyi yhteiseen lopetukseen.

5.4 Tapahtuman arviointi

Tapahtumassa keräsimme palautteen tapahtumaan osallistuneilta vanhemmilta ja ohjaajilta (LIITE 3). Palautteeseen vastasi neljä vanhempaa ja yksi ohjaaja. Palaute suoritettiin anonyymisti. Lapsille ja nuorille oli käytössä palaute hymynaama/väristruktuurilla. Valittavissa oli kolme kuvaa – iloinen, neutraali ja surullinen. Lapset valitsivat näistä vaihtoehtoista sopivan ja merkitsivät sen hernepussilla. Huoltajille oli lisäksi kirjallinen palautelomake.

Ohjaajan antaman palautteen mukaan tapahtuman sisältö oli hyvä. Liikunnallinen osio oli suunniteltu hyvin, monipuolisesti ja inspiroivasti. Tapahtumasta oli selvästi hyötyä, koska se yhdisti perheitä liikumaan. Lapset saivat monipuolisen liikuntahetken ja Liikuntaseura Otteen tilat näkyvyyttä. Ohjaajan toiveena oli, että tällainen tapahtuma toistuisi säännöllisesti.

Vanhempien palautekyselyssä tuli esille, että paikka ja välineet olivat erinomaiset. Kuvaopasteet selkeyttivät ohjeita eri aktiviteetteihin, jotka olivat lapsille hauskoja ja mieluisia. Ilmapiiri oli hyvä, miellyttävä, turvallinen ja jokainen sai kokea olevansa oma itsensä. Ohjaajat ottivat hyvin myös ujoimmat lapset huomioon ja Halloween-teema oli hauska. Vanhemmat kokivat, että tapahtumasta oli hyötyä, esimerkiksi yksi lapsi uskalsi kokeilla toimintoja, vaikka hänellä oli motorisia haasteita. Vanhemmat kokivat positiivisena asiana sen, että vilkkaammille lapsille oli järjestetty oma tapahtuma, jossa ei ollut liikaa ihmisiä. Erityisen hyvää oli, että välipalalla oli huomioitu erityisruokavaliot. Sekä lasten että vanhempien mielestä tällainen tapahtuma voisi toistua säännöllisesti. Tapahtuma oli mukava ja hyödyllinen ja säännöllisissä tapahtumissa tapaisi myös muita perheitä. Vanhempien mielestä tapahtuma onnistui erinomaisesti ja vastasi heidän odotuksiaan. Lapset ja nuoret saivat antaa palautteen viemällä hernepussin sopivan hymynaaman kohdalle. Kaikki hernepussit oli laitettu vihreän hymynaaman kohdalle, jonka mukaan lapset ja nuoret tykkäsivät tapahtumasta.

6 OPAS JA OPPAAN RAKENNE

Opinnäytetyön tuotoksena syntyi opas nimeltään "Saavutettava ja yhdenvertainen tapahtuma erityislapsille ja heidän perheilleen." Oppaan sisältö ja rakenne muodostui toteutetun toimintapäivän perusteella ja myös tapahtumapäivän suunnittelun aikana suunnittelimme oppaan sisältöä. Tavoite oli saada selkeä ja helposti toteutettava kokonaisuus, jossa tuodaan esille tärkeimmät seikat ohjaajalle. Oppaan tavoitteena on ohjaajan kannalta helpottaa tapahtuman toteuttamista. Oppaaseen kirjattiin tapahtuman järjestämisen kannalta tärkeimmät asiat. Oppaan ulkoasun toteutimme Canva -ohjelmalla. Ulkoasultaan opas on selkeä, innostava ja etenee tapahtuman etenemisjärjestyksessä.

Oppaan rakenteena on kolme osa-aluetta: mitä tulisi huomioida ennen tapahtumaa, tapahtuman aikana, ja tapahtuman jälkeen. Ennen tapahtumaa on hyvä kartoittaa tilojen ja välineiden soveltuvuus. Tilojen ja välineiden tulee olla sovellettavissa jokaisen osallistujan tarpeisiin sopivaksi. Esteettömät tilat edistävät omatoimisuutta ja antavat kaikille mahdollisuuden huolehtia omasta hyvinvoinnistaan. On hyvä selvittää mahdollinen yhteistyökumppani/-kumppanit. Tärkeää on kartoittaa ohjaajien määrä osallistujien määrän mukaan, koska riittävä määrä ohjaajia takaa osallistujille turvallisen toimintahetken.

Tapahtuman mainonta ja markkinointi on hyvä suunnitella tarkkaan huomioiden ilmoittautumisen helppous. Tehokas mainonta suoraan kohderyhmälle onnistuu esimerkiksi sosiaalisen median kautta. Mainoksen tulee olla selkeä ja kiinnostava. Tapahtumaan ilmoittautumisessa on hyvä huomioida osallistujien ikä, tuen tarve ja allergiat. Tietojen avulla voidaan suunnitella ja soveltaa tapahtuman toimintaa huomioiden yksilöllisiä tarpeita ja mahdollistaa osallistumisen kokemus. Ennen tapahtumaa on mietittävä tapahtuman sisältö ja kesto huomioiden kuvaohjaus, alkulämmittely, leikit ja muu toiminta. Sisällön tulee olla selkeä ja toimintojen kestot tarpeeksi lyhyitä, jotta osallistujien jaksaminen ja mielenkiinto säilyy. Palautteen keräämiseen tarvittavat ja helposti täytettävät lomakkeet kannattaa suunnitella ja tehdä valmiiksi jo hyvissä ajoin. Lasten palautteen keräämiseksi on hyvä miettiä erilaisia konkreettisia keinoja. Tilojen valmisteluun tulee varata riittävästi aikaa. Ajan käytössä tulee ottaa huomioon myös mahdollisen välipalatarjoilun esillepano, koristelut ja siivoukset.

Oppaassa tuodaan esille, että tapahtuman aikana tulee kiinnittää huomiota rauhalliseen ja innostavaan yleistunnelmaan. Ohjaajan kannustava ja positiivinen asenne vahvistaa tunnelmaa. Tapahtuman sisältö voi olla kuvastruktuurina esillä seinällä ja esimerkiksi ohjaajilla kuvakaulanauhoina. Sisältö ja aikataulu on hyvä käydä läpi heti tapahtuman alussa. Kuvia käytetään tukena viestien, tilojen ja esineiden ilmaisemiseen. Kuvaohjaus helpottaa tilanteiden ja toimintojen jäsentämistä. Kontakti osallistujaan on oltava suora ja selkeä sekä katsekontaktina että lyhyinä, selkeinä sanaohjeina.

Tapahtumalla on hyvä olla selkeä aloitus ja lopetus. Toiminnan lopetus ja tunnelman rauhoittaminen esimerkiksi yhteisellä loppurentoutuksella auttaa laskemaan ryhmän vireystilaa. Hyviä keinoja loppurentoutukseen on esimerkiksi rauhallinen musiikki, makaaminen lattialla tai patjalla rauhallisesti hengitellen. Apuvälineitä voi käyttää, mikäli niitä on saatavilla, esim. leikkivarjo ja erilaiset kankaat.

Tapahtuman päätteeksi kerätään palaute. Loppuun on myös kätevää yhdistää mahdollinen välipalatarjoilu.

Tapahtuman jälkeen analysoidaan palautteet, koska kerätyn palautteen avulla voi kehittää tapahtumapäivän sisältöä ja tarkastella erilaisia toimintamalleja. Tapahtuman palaute käydään läpi ohjaajien kanssa, jolloin ohjaajat kertovat oman kokemuksensa ohjaajana olemisesta. Palautteista tehdään kirjallinen yhteenveto, joka toimitetaan mahdolliselle yhteystyökumppanille ja käydään sanallisesti hänen kanssaan tarvittaessa läpi. Tapahtuman jälkeen tilat huolehditaan alkuperäiseen kuntoon. Tarvittaessa käytetyt välineet desinfioidaan/pestään.

7 POHDINTA

Ekokulttuurisen teorian tärkeimpiä tavoitteita ovat perheen arjen tukeminen ja vanhempien kannustaminen liittyen lapsen kasvatukseen, kuntoutukseen ja oppimiseen. Tapahtumapäivä on yksi keino tukea perhettä. Yhteinen toiminta kannustaa lapsia ja perheitä liikkumaan ja vahvistaa perheen sisäistä vuorovaikutusta. Vastaavien tapahtumien avulla erityisperheillä on mahdollisuus vertaistukeen ja sosiaaliseen verkostoitumiseen. Opinnäytetyön tuloksena syntyi opas toiminnallisen tapahtumapäivän järjestämistä varten. Erityislapsille ja heidän perheilleen suunnattuna oppaassa korostuu esteettömyyden, sovellettavuuden, osallisuuden ja yksilöllisten tarpeiden huomiointi. Valmistunut opas on hyödyksi monelle taholle: toimeksiantajat voivat käyttää opasta työkaluna omassa toiminnassaan ja se on saatavilla myös muille tapahtuman järjestäjille. Oppaan helppo saatavuus edistää erityisperheiden osallisuutta. Järjestetyn tapahtuman perusteella vastaaville toimintapäiville on kysyntää.

Tapahtumaa suunniteltaessa yhteistyö hankkeen yhdyshenkilön kanssa oli vaivatonta ja saimme sovittua käytännön järjestelyt helposti. Suunnittelupalavereista pidimme päiväkirjaa, jota täydennettiin ajatustyön aikana esim. mindmapin avulla. Haasteita suunnitteluun toivat liikuntaseuran tiloissa järjestettävät omat tapahtumat ja opinnäytetyösuunnitelman hidas valmistuminen, joiden takia lopullinen päivämäärä siirtyi pariin kertaan. Tapahtuma ajoittui lokakuun loppuun, jolloin teemaksi tuli Halloween.

Tapahtumassa huomio kiinnittyi lasten ja nuorten hyvään käyttäytymiseen. He kuuntelivat ohjeistukset rauhallisesti ja toimivat sen mukaisesti. Myös leikkien aikana lapset noudattivat annettuja sääntöjä. Pohdimme, johtuiko hyvä käyttäytyminen selkeästä sanallisesta ohjeistuksesta ja kuvilla strukturoidusta ympäristöstä. Tapahtuman kesto osoittautui sopivaksi. Lapset jaksoivat olla tapahtuman ajan aktiivisia ja eikä väsymystä ilmennyt kuin vasta lopussa. Loppuun suunniteltu välipalan syönti oli siten oikein ajoitettu ja tarpeellinen jaksamisen näkökulmasta. Samalla vanhemmat saivat antaa palautteet tapahtumasta rauhassa, kun lapset söivät eväitä.

Tapahtumassa osoittautui konkreettisesti tärkeäksi se, että huomiomme erityislasten erityispiirteitä heidän stressitekijöihinsä. Ympäristössä huomioimme visuaalisen vähävirikkeisyyden, selkeän kuvaohjauksen ja sitä kautta toiminnan ennakkoinnin tässä tapahtumassa. Tilat olivat akustiikaltaan hyvät, joten melua ei tullut liikaa. Tähän vaikutti myös ohjattu liikkuminen tapahtumapisteeltä toiselle. Vanhemmat pystyivät ennakoimaan tapahtumaan tulon, koska olivat yhteydessä meihin etukäteen. Ilmoittautumisen ohella vanhemmat saivat tietoa tapahtuman sisällöstä, jonka perusteella he pystyivät päättämään osallistumisensa. Esimerkiksi eräs perhe varmisti, onko tapahtumassa tietynlaista maskottia, jonka tiesivät pelottavan lasta ja näin estävän tapahtumaan osallistumisen. Tällainen ennakointi vahvistaa osallisuutta ja osallistumista. Osallistujien motivaatio oli vahva ja he kokivat tilanteen miellyttäväksi, joten stressikäyttäytymistä tapahtumassa ei ollut.

Huomasimme, että kun osallistujille annetaan ohjeistusta tapahtuman sisältöön, on ohjaajan oltava fyysisesti tarpeeksi lähellä osallistujia, jotta kommunikaatio olisi suora, häiriötön ja välitön. Vanhempien osallistumisen motivointi mukaan leikkimään ja osallistumaan toimintaan on tärkeää, koska

aikuisen aktiivisella osallistumisella on positiivinen vaikutus lapsen osallistumiseen. Tapahtuma mahdollistaa myös erilaisten teemojen käyttämisen vuosikalenterikierron mukaan, esimerkiksi pääsiäinen, jouluku, ystävänpäivä jne.

Lasten ja nuorten vanhemmat olivat tapahtumassa rentoutuneita ja keskustelivat keskenään aktiivisesti. Vanhemmat kannustivat myös toistensa lapsia omiensa lisäksi, kun olivat mukana toiminnassa. Kun tapahtumassa söimme lopussa eväitä, muutamat vanhemmista totesivat, että tällaiset tapahtumat olisivat jatkossakin tarpeen, nimenomaan vertaistuen näkökulmasta. Tapahtumassa vanhemmat jakoivat keskenään arjen kokemuksiaan erityislapsen perheen arjesta. Tapahtuman lopetusvaiheessa on hyvä keskustella lasten kanssa siitä, mitä he haluaisivat tehdä teemapäivässä ensikerralla. Tämä suuntaa ajatuksia ja toivetta siihen, että kiva tapahtumapäivä toistuu. Ja he voivat itse vaikuttaa toimintapäivän sisältöön.

Huomasimme, että erityislapsi-määritelmään ei ole yksiselitteistä ja kattavaa selitystä. Ammattilaisetkaan eivät välttämättä tiedä mitä sanalla tarkoitetaan missäkin tilanteessa. Vaikka määritelmä annettu, erityislapsi-käsite on todella laaja. Tästä keskustelimme myös muiden tapahtuman suunnittelun osallistuvien kanssa.

Mietimme, että jos tapahtumaa olisi pidetty useamman kerran ja tämän jälkeen haastatelleet osallistujia, olisimmeko saaneet kattavamman palautteen tapahtuman sisällöstä ja perheiden tarpeista, olisimmeko saaneet tapahtumiin enemmän osallistujia? Jos tapahtuma olisi toteutunut useamman kerran, olisimme voineet haastatella vanhempia yksilöllisesti ja näin saada lisätietoa tapahtuman tarpeellisuudesta. Tämä olisi myös mahdollistanut syvemmän paneutumisen vertaistuen tarpeeseen. Vauhti!-hankkeen mukaan tällaisia tapahtumia olisi hyvä saada järjestettyä enemmän. Siksi oppaamme tuleekin tarpeeseen. Toivomme, että oppaamme madaltaisi kynnystä toteuttaa tällaisia tapahtumapäiviä. Tulevaisuudessa opasta voi kehittää järjestettyjen tapahtumien pohjalta esimerkiksi luontotapahtumaksi ja leiritoiminnaksi.

7.1 Opinnäytetyön luotettavuus ja eettisyys

Tutkijoina meidän tulee kunnioittaa osallistujien ihmisarvoa ja itsemääräämisoikeutta. Tapahtumapäivä järjestettiin niin, että kenellekään ei aiheutunut merkittäviä riskejä, vahinkoja tai haittoja. Tapahtumapäivän toimintoihin osallistuminen oli vapaaehtoista ja niistä saattoi halutessaan kieltäytyä. Osallistuja pystyi myös keskeyttämään osallistumisensa niin halutessaan. Emme keränneet henkilö- tai muita tunnistetietoja kenestäkään osallistujasta, joten pelkkä informointi huoltajille oli riittävä toimenpide. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 7–10).

Työtä tehdessämme meidän tuli toimia hyvän tieteellisen käytännön (HTK) mukaisesti. Pidimme huolen siitä, että viitteet ja lähdemerkinnät olivat asianmukaisesti merkitty. Näin kunnioitimme muiden tutkijoiden tekemää työtä. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta s.a.). Pidimme huolen siitä, että oma tekstimme erottui viitatusta aineistosta. Plagiointi eli luvaton lainaaminen johtaa työn hylkäämiseen. Työmme tarkistetaan erillisellä ohjelmalla, joka tarkistaa lähdeaineiston käytön. Plagiointi on

kielletty tekijänoikeuslaissa. Opinnäytetyö on julkinen asiakirja, joten siihen ei sisällytetä mitään salassa pidettävää aineistoa. (Arene 2019, 23–24).

Tapahtuman järjestämistarve toimintapäivälle tuli esille toimeksiantajalta, koska erityisperheille ei ole paikallisesti vertaistapahtumia riittävästi. Tämän tapahtuman suunnitellussa kohderyhmää ei otettu mukaan. Tapahtumasta hyötyivät osallistuja perheet, toimeksiantajat ja ohjaajat. Opas on valmis työkalu, joka on helposti saatavilla. Tapahtumapäivä antoi meille kokemuksen ko. päivän järjestämisestä myös ammatillisen kehittymisen näkökulmasta. Pääsimme kehittämistavoitteeseen.

7.2 Ammatillinen kasvu

Peilaamme ammatillista kasvuamme sosionomin ammatillisiin kompetensseihin (Suomen ammattikorkeakoulujen sosiaalialan koulutuksen verkosto 2022). Tässä työssä edistämme lapsen ja nuoren tasa- arvoa mahdollistamalla osallistumisen liikuntatapahtumaan. Samalla tuemme yksilön kasvua ja kehitystä, perheen arkea ja perheen jäsenten vuorovaikutusta. Sosionomeina tiedostamme yhteiskunnalliselta asemaltaan haavoittuvassa asemassa olevat yksilöt ja ryhmät ja osaamme tukea heitä osallistumaan tapahtumaan. Asiakastyön osaaminen tulee esiin erityisperheiden kohtaamisessa, tarpeiden huomioimisessa ja ohjaamisessa. Tapahtuma järjestettiin erityislapsille ja heidän perheilleen. Tapahtuman pohjalta luotu opas toimii työkaluna muille toimijoille, mikä on ammatillisen kokemuksen ja tiedon siirtämistä.

Opinnäytetyöprosessin aikana olemme kehittäneet yhteistyötaitojamme monialaisessa tiimissä toimeksiantajien kanssa. Prosessin aikana olemme arvioineet oman työmme laatua ja tuloksia niin tapahtuman kuin oppaan kautta. Opimme kehittämistyön suunnittelusta, toteutuksesta ja arvioinnista. Koemme, että ammatillinen kriittinen reflektointimme on kehittynyt. Prosessin aikana mietimme kehitettäviä kohteita ja toimintatapoja suhteessa toimeksiantajaan ja opettajilta saatuun palautteeseen. Tapahtuman toteutumisen jälkeen tarkastelimme sen sisältöä kriittisesti miettien mahdollisia erilaisia toteuttamistapoja. Esimerkiksi ohjaajina olisimme voineet istua ohjattavien kanssa samalla tasolla, kun annoimme ohjeistuksia. Tapahtumassa seisoimme kuvaohjeistuksen vieressä. Jatkossa kohderyhmän voi ottaa mukaan tapahtumapäivän suunnitteluun. Prosessin jälkeen huomasimme, että ammatillinen kasvu jatkuu.

LÄHTEET

- ALANKO, Rea, REMAHL, Virpi, SAARI, Aija 2004. Eryitystukea tarvitseva lapsi leikissä ja liikunnassa: Ota minut mukaan. Espoo: Frenckellin Kirjapaino Oy.
- ANTTILA, Ulla 2020. Eryityslapsen vanhempana: Voimavaroja hyvään elämään. Helsinki: Kirjapaja Oy.
- ARENE 2019. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2021-06-07.] Saatavissa: <http://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20OPINN%c3%84YTET%c3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?t=1578480382>
- AYTUR, Semra, JEAN CRAIG, Patricia, FRYE, Matt, BONICA, Mark, RAINER, Sara, HAPKE, Laura ja MCGILVRAY, Matt 2018. Exploring the meaning of competitive sport participation among youth athletes with disabilities. [digilehti] Therapeutic Recreation Journal Vol. LII, no.2, 95–125. [Viitattu 2021-08-04.] Saatavissa: https://bctra.org/wp-content/uploads/tr_journals/8774-30660-1-PB.pdf
- BERGGREN, Katariina, HÄMÄLÄINEN, Jari 2018. ADHD- käsikirja. 1.painos. Jyväskylä: PS- Kustannus.
- DUODECIM 2019. ADHD (aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö). [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2021-01-25.] Saatavissa: <https://www.kaypahoito.fi/hoi50061>
- DUODECIM 2019. Autismikirjon häiriöt ja niiden samanaikaisuus ADHD:n kanssa. [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2021-01-25.] Saatavissa: <https://www.kaypahoito.fi/nix00918>
- ENSI- JA TURVAKOTIEN LIITTO 2018. Parisuhde, vanhemmuus ja ero erityistä tukea tarvitsevan lapsen perheissä - raportti erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhemmille suunnatusta kyselystä. [verkkodokumentti] [Viitattu 2021-12-18.] Saatavissa: <https://ensijaturvakotienliitto.fi/wp-content/uploads/2018/10/Parisuhde-vanhemmus-ja-ero-raportti-2018-P%C3%A4hkin%C3%A4ns%C3%A4rkij%C3%A4t.pdf?x37276>
- ERITYISPERHEET 2021. Tietoa sivuista. [verkkojulkaisu] Ensietoa erityislasten vanhemmille. [Viitattu 2021-12-14.] Saatavissa: <https://www.erityisperheet.fi/tietoa-sivustosta/>
- ERITYISPERHEET 2022. Eryityslapsiperheiden tuet ja palvelut kootusti. [verkkojulkaisu.] Ensietoa erityislasten vanhemmille. [Viitattu: 2022-08-04.] Saatavissa: <https://www.erityisperheet.fi/kaikki-palvelut-kootusti/>
- HARVINAISKESKUS NORIO, KEHITYSVAMMAISTEN TUKILIITTO RY, RINNEKOTI-SÄÄTIÖ, SYLVA RY JA TATU RY s.a. Eryityisperheen vanhemmuus. [verkkojulkaisu] Eryityinen sisarus.[Viitattu 2021-12-14.] Saatavissa: <https://www.erityinensisuus.fi/laheisille/erityisperheen-vanhemmuus.html>
- HUUHTANEN, Kristina 2001. Puhetta tukevat ja korvaavat kommunikointimenetelmät Suomessa ja vuosituhanen taitteessa. Kehitysvammaliitto. Helsinki: Hakapaino.
- INVALIDILIITTO RY. Esteettömyys [verkkojulkaisu]. Invaliidi.fi. [Viitattu 2021-08-06.] Saatavissa: <https://www.invalidiliitto.fi/esteettomyys>
- INVALIDILIITTO RY. Saavutettavuus [verkkojulkaisu]. Invaliidi.fi. [Viitattu 2021-08-06.] Saatavissa: <https://www.invalidiliitto.fi/esteettomyys/saavutettavuus>
- JAATINEN s.a. Tapahtumat & kerhot. [verkkodokumentti.] Vammaisperheydistys Jaatinen ry. [Viitattu 2022-04-08.] Saatavissa: <https://www.jaatinen.info/tapahtumat-kerhot/>
- LAKI SOSIAALIHUOLLOSTA. L 30.12.2014/1301. Finlex. Lainsäädäntö. [Viitattu 2021-01-23.] Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajan-tasa/2014/20141301?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=Sosiaalihuoltolaki#L1P3>
- LIIKUNTASEURA OTE 2021. Tuntikuvaukset. [verkkojulkaisu.] Liikuntaseura Ote ry. [Viitattu 2021-11-30.] Saatavissa: <https://www.liikuntaseuraote.com/tuntikuvaukset>

- MALM, Marita, MATERO, Marja, REPO, Marjo, TALVELA, Eeva-Liisa 2006. Vammaistyön perusteet: Esteistä mahdollisuuksiin. 1–2. painos. Porvoo: WSOY.
- MURPHY, Nancy A., CARBONE, Paul S. 2008. Promoting the participation of children with disabilities in sports, recreation and physical activities. *Pediatrics* [digilehti] 5/2008, 1057–1060. [Viitattu 2021-08-20.] Saatavissa: <https://pediatrics.aappublications.org/content/pediatrics/121/5/1057.full.pdf>
- MÄÄTTÄ, Paula 1999. Perhe asiantuntijana Erityiskasvatuksen ja kuntoutuksen käytännöt. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino oy.
- MÄÄTTÄ, Paula, RANTALA, Anja 2010. Tavallinen erityinen lapsi – Yhdessä tekemisen toimintamalleja. Juva: WS Bookwell Oy.
- OKSANEN, Jonna, SOLLASVAARA Reetta 2020. Esteille hyvästit! Opas autismikirjon sekä adhd- ja Touretten oireisten lasten kasvattajille. 2.painos. Helsinki: Into kustannus Oy.
- PAPUNET 2020. Kuvat kommunikoinnissa. [verkkodokumentti] papunet [Viitattu 2021-12-14.] Saatavissa: <https://papunet.net/tietoa/kuvat-kommunikoinnissa>
- PAPUNET 2021. Materiaalia kommunikoinnin tukemiseen - kuvapankki. [verkkojulkaisu] [Viitattu 2022-08-01.] Saatavissa: <https://papunet.net/materiaalia/kuvapankki/>
- PARALYMPIA 2022. Esteettömyys. [verkkojulkaisu] Paralympia.fi. [Viitattu 2021-06-07.] Saatavissa: https://www.paralympia.fi/images/tiedostot/Esteettomyys/eske_para_tapahtumajrjestjn_muistilista_web.pdf
- RINTALA, Pauli, HUOVINEN, Terhi, NIEMELÄ, Satu 2012. Soveltava liikunta. Tampere: Tammerprint Oy.
- RINTALA, Pauli, MÄLKIÄ, Esko 2002. Uusi erityisliikunta: Liikunnan sovellukset erityisryhmille. Tampere: Tammer- paino Oy.
- SOSIAALI-JA TERVEYSMINISTERIÖ 2004. Lastenneuvola perheiden tukena - opas työntekijöille. [verkkojulkaisu.] [Viitattu 2021-12-13.] Saatavissa: <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74223/Opp200414.pdf?sequence=1&isAllo>
- SUOMEN AMMATTIKORKEAKOULUJEN SOSIAALIALAN KOULUTUKSEN VERKOSTO 2022. Sosiaalialan tutkinnot ja kompetenssit. [verkkojulkaisu.] [Viitattu 2022-10-04.] Saatavissa: <https://www.sosiaalialanamverkosto.fi/sosiaalialan-tutkinnot-ja-kompetenssit/>
- TATU RY 2021. Tietoa. [verkkojulkaisu] Tatu ry. [Viitattu 2021-06-07.] Saatavissa: <https://tatury.fi/tietoa/>
- TATU RY s. a. Vauhti! -hankkeista. [verkkojulkaisu.] Tatu ry. [Viitattu 2021-04-20.] Saatavissa: <https://tatury.fi/vauhti-hanke/vauhti-hankkeesta/>
- TERVEYSKYLÄ 2020. Tietoa vertaistuesta. [verkkojulkaisu] Vertaistalo. [Viitattu 2022-01-15.] Saatavissa: <https://www.terveyskyla.fi/vertaistalo/tietoa-vertaistuesta>
- THL 2022. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen johtaminen. Osallisuuden osa- alueet ja osallisuuden edistämisen periaatteet. [verkkojulkaisu] THL.fi. [Viitattu 2022-26-03.] Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/osallisuus>
- TILASTOKESKUS 2021. Tilastot. [verkkodokumentti]. Tehostettu tai erityinen tuki joka viidennellä peruskoululaisella. [Viitattu 2022-01-21.] Saatavissa: https://www.stat.fi/til/erop/2020/erop_2020_2021-06-08_tie_001_fi.html
- TUTKIMUSEETTINEN NEUVOTTELUKUNTA 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2021-06-07.] Saatavissa: https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2019.pdf
- UNIVERSITY OF ROCHESTER MEDICAL CENTER 2021. Sports and children with special needs. [verkkojulkaisu.] Health encyclopedia. [Viitattu 2021-08-04.] Saatavissa: <https://www.urmc.rochester.edu/encyclopedia/content.aspx?contenttypeid=160&contentid=20>

VAMMAISPALVELULAKI L. 3.4.1987/380. Finlex. Lainsäädäntö. [Viitattu 2021-12-14.] Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1987/19870380#P12>

VON TETZNER, Stephen, MARTINSEN, Harald 1999. Johdatusta puhetta tukevaan ja korvaavaan kommunikointiin. Helsinki: Kehitysvammaliitto.

VUORI, Ilkka, TAIMELA, Simo, KUJALA, Urho 2010. Liikuntalääketiede. 4.uudistettu painos. Vantaa: Hansaprint Oy.

LIITE 2: TAPAHTUMAN MAINOS

HAPPY HALLOWEEN



TAPAHTUMAPÄIVÄ ERITYISLAPSILLE JA HEIDÄN PERHEILLEEN

30.10.2021

klo 14-16



Paikka: Liikuntaseura Ote os. Kilpivirrantie 7, 74120 Iisalmi

OHJELMASSA MM:

- TEMPPURATA
- "BONGAA HÄMÄKKEJÄ"
- VÄLIPALAA

ILMOITTAUTUMINEN:

käyttämällä QR-
KOODIA tai Painamalla
Tästä



(Tapahtumaan mahtuu
rajallinen osallistujamäärä)

Voit myös ottaa yhteyttä :

Puh: 0442967444

@: Lauri.Heinonen2@edu.savonia.fi



HALUTESSASI VOIT PUKEUTUA
NAAMIAISASUUN



LIITE 3: PALAUTEKYSELYLOMAKE

Palautekyselylomake

30.10.2021

Rastita oikea vaihtoehto:

Ohjaaja Vanhempi Kysymykset:

Minkälaista tapahtumassa on ollut? (paikka, välineet, ohjaus, opasteet, yleinen ilmapiiri)

Kehittämideoita?

Oliko tapahtumasta hyötyä?

Haluaisitteko, että tällainen tapahtuma toistuisi säännöllisesti?

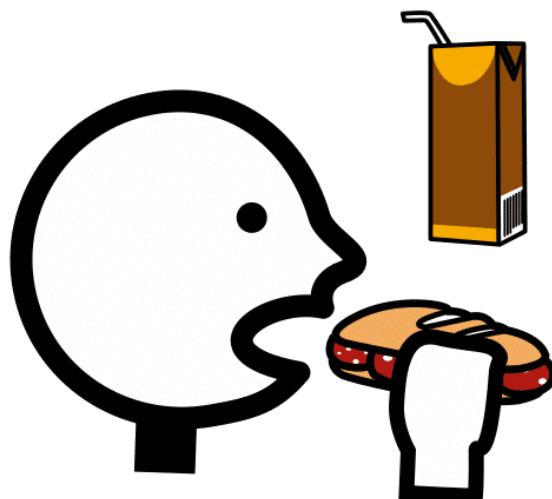
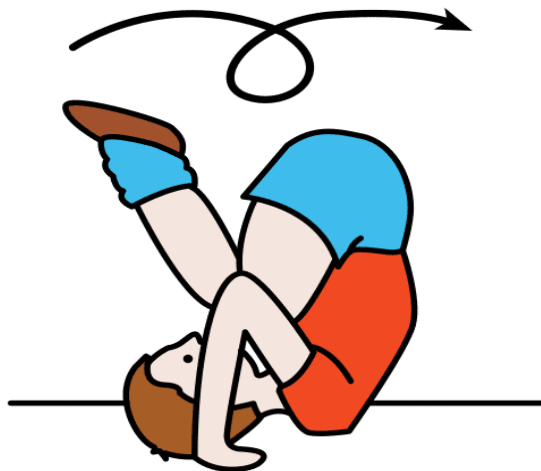
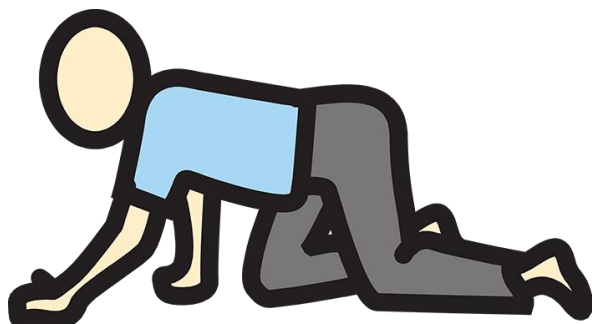
LIITE 4: PALAUTEKYSELY HYMYNAAMOILLA

Palautekysely hymynaamoilla

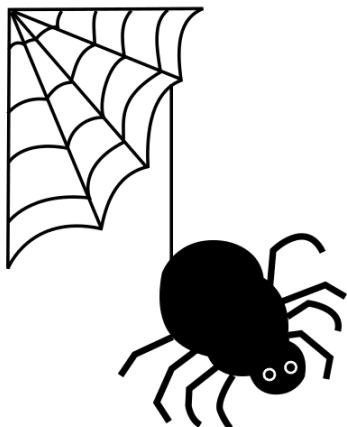
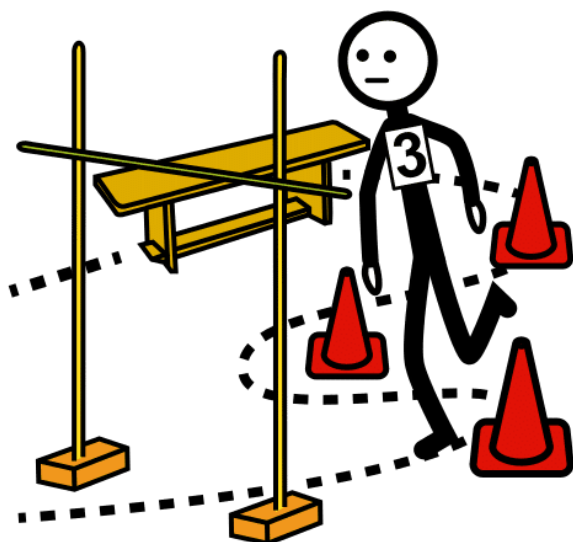
30.20.2021

| Osallistujat | Kiva (Vihreä) | En osaa sanoa (Keltainen) | Tylsä (Punainen) |
|---------------------|--------------------------|--|-----------------------------|
| Lapsi 1 | | | |
| Lapsi 2 | | | |
| Lapsi 3 | | | |
| Lapsi 4 | | | |
| Lapsi 5 | | | |
| Lapsi 6 | | | |
| Lapsi 7 | | | |
| Lapsi 8 | | | |
| Lapsi 9 | | | |
| Lapsi 10 | | | |
| Lapsi 11 | | | |
| Summa | | | |

LIITE 5: KUVAOHJAUSKUVAT (PAPUNET 2021).







LIITE 6: TAPAHTUMAPÄIVÄN RUNKO

TAPAHTUMAPÄIVÄN RUNKO

10.00 Tapahtuma alkaa

- tilojen ja ohjaajien esittely
- koronaohjeiden kertaaminen
- lajien esittelyä ja kokeilua

11.30-12.00

- Vapaata lajikokeilua
- Palautteet

12.30-13.00

- Välipala
- Päivän päätös

LIITE 7: SAAVUTETTAVA JA YHDENVERTAINEN LIIKUNTATAPAHTUMA ERITYISPERHEILLE- OPAS
TAPAHTUMAN JÄRJESTÄJÄLLE



SINÄ, JOKA JÄRJESTÄT

Oletko harrastustoiminnan ohjaaja ja tarvitset opastusta tapahtuman järjestämiseen?

Tämän oppaan avulla pystyt järjestämään liikuntatapahtuman erityislapsille.

Opas on tehty yhteistyössä liikuntaseura Otteen ja TATU ry:n kanssa osana VAUHTII-hanketta.



ENNEN TAPAHTUMAA

**Tilojen ja
välineiden
kartoitus,
esteettömyys-
kartoitus**

Tilojen ja välineiden tulee olla sovellettavissa jokaisen osallistujan tarpeisiin sopivaksi. Esteettömät tilat edistävät omatoimisuutta ja antavat kaikille mahdollisuuden huolehtia omasta hyvinvoinnista.

**Tapahtuman
Ohjaajien määrän
kartoitus**

Tapahtuman ohjaajien määrä kartoitetaan yhdessä osallistujien ennakoilmoittautumisen perusteella tuen tarpeen mukaan. Riittävä määrä ohjaajia takaa osallistujille turvallisen toimintahetken.

**Tapahtuman
mainonta ja
markkinointi**

Tehokas mainonta suoraan kohderyhmälle onnistuu sosiaalisen median kautta. Mainoksen tulee olla selkeä ja kiinnostava.



ENNEN TAPAHTUMAA

**Pyydä
ilmoittautuminen
Ikä, tuen tarve ja
allergiat**

**Tietojen avulla voidaan
suunnitella ja soveltaa
tapahtuman toimintaa
huomioiden yksilöllisiä tarpeita.**

**Tapahtuman
sisältö ja kesto**

**Sisällön tulee olla selkeä ja
toimintojen kestot tarpeeksi lyhyitä,
jotta osallistujien jaksaminen ja
mielenkiinto säilyy.**

**Varaa aikaa
tilojen
valmisteluun**

**Huomioitavaa tulevaan toimintaan
tarvittavat välineet,
välipalatarjoilun esillepano,
mahdolliset koristelut ja siivoukset.**



ENNEN TAPAHTUMAA

**Tapahtuman
palautteen
kerääminen**

**Suunnittele ja tee valmiiksi
palautteen keräämiseen
tarvittavat lomakkeet. Varaa
aikaa palautteen keräämiseen.**



TAPAHTUMAN AIKANA

Ohjaajana toimiminen

Ole rauhallinen ja innostava. Huomioi suora ja selkeä kontakti ohjeistuksessa, esim. katsekontakti, lyhyet sanalliset ohjeet ja tarvittavat apuvälineet kommunikointiin. Muista olla kannustava ja positiivinen!

Tapahtuman sisällön ja aikataulun käyminen läpi kuvastrukturilla

Kuvaohjausta käytetään tukena viestien, tilojen ja esineiden ilmaisemiseen. Kuvaohjaus helpottaa tilanteiden ja toimintojen jäsentämistä.

Toimintapisteille siirtyminen ryhmänä

Ohjatut siirtymät rauhoittavat yleistä ilmapiiriä ja voivat rohkaista ujompa henkilöä osallistumaan toimintaan. Osallistujat saavat myös harjoitusta ryhmässä toimimiseen.



TAPAHTUMAN LOPETUS

**Lopuksi
rauhoituminen ja
rentoutuminen**



Toiminnan lopetus ja tunnelman rauhoittaminen yhteisellä loppurentoutuksella auttaa laskemaan ryhmän vireystilaa. Hyviä keinoja loppurentoutukseen on rauhallinen musiikki ja makaaminen lattialla tai patjalla rauhallisesti hengitellen. Apuvälineitä voi käyttää, mikäli niitä on saatavilla, esim. leikkivarjo ja erilaiset kankaat.

**Välipala ja
palautteen
kerääminen, sekä
yhteinen lopetus**

Tapahtumalla on hyvä olla selkeä aloitus ja lopetus. Kysy osallistujilta mitä he haluaisivat tehdä seuraavalla kerralla?



TAPAHTUMAN JÄLKEEN

**Tilojen ja
välineiden
siistiminen**

**Huolehdi tilat alkuperäiseen
kuntoon. Tarvittaessa
pese/desinfioi käytetyt
välineet.**

**Palautteiden
analysointi ja
yhteenveto**

**Kerätyn palautteen avulla voit
kehittää tapahtumapäivän
sisältöä ja tarkastella erilaisia
toimintamalleja.**



Hyödyllisiä nettisivuja:

- Paralympia.fi (Esteettömyyskartoitus lomake)
- Papunet.net (Kuvaohjaus)
- Invalidiliitto.fi

Copyright © Reeta Hänninen ja Lauri Heinonen
Saavutettava ja yhdenvertainen liikuntatapahtuma
erityisperheille- Opas tapahtuman järjestäjälle
Opinnäytetyö
Savonia ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan ammattikorkeakoulututkinto
Sosionomi AMK
2022

