



# **Saavutettava ja yhdenvertainen liikuntatapahtuma erityisperheille**

**Opas tapahtuman  
järjestäjälle**

Reeta Hänninen ja Lauri Heinonen



# 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 VAUHTI!-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  
rauhottuminen 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

