

Please note! This is a self-archived version of the original article.

Huom! Tämä on rinnakkaistalenne.

To cite this Article / Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä:

Kärki, N. & Viskari, E-L. (2022) Step on the grass! : urheilun, liikunnan ja hyvinvoinnin kehittämistä tamperelaisten ja kenialaisten yhteistyökumppaneiden kanssa. TAMK-blogi. 8.4.2022.

URL: <https://blogs.tuni.fi/tamkblogi/kansainvalisyys/step-on-the-grass-urheilun-liikunnan-ja-hyvinvoinnin-kehittamista-tamperelaisten-ja-kenialaisten-yhteistyokumppaneiden-kanssa/>

# Step on the grass! – Urheilun, liikunnan ja hyvinvoinnin kehittämistä tamperelaisten ja kenialaisten yhteistyökumppaneiden kanssa

8.4.2022



Koitaleel Samoei University Collegen aamu-usvainen urheilukenttä. Paikka sijaitsee noin 2300 m korkeudessa ja noin 350 km Nairobista luoteeseen.

Maaliskuun viimeinen päivä 2022 toi mukanaan paitsi Suomen kirpeän aamupakkasen ja Kenian loistavan auringon, myös odotetun seminaarin urheilusta, hyvinvoinnista ja koulutuksesta. Zoomissa järjestetty seminaari perustui TAMK:n, Varalan Urheiluopiston ja kenialaisen Koitaleel Samoei University Collegen yhteistyöhön.

Seminaaria viimeisteltiin [edellisen viikon Kenian vierailullamme](#). (linkki TAMK International Blogiin) [Vierailimme Keniassa](#) (linkki TAMK-blogiin) tapaamassa jo valittuja uusia opiskelijoita ja Suomessa olevien opiskelijoiden vanhempia.

Seminaarin osallistujat jakoivat yhteisen syvän huolen nykyisestä urbaanista elämäntavasta, jossa istumme yhä enemmän, ja liikumme yhä vähemmän. Lasten ja nuorten arkiliikkuminen on vähentynyt sekä Suomessa että Keniassa. Lapset kulkivat aiemmin kouluun kävellen tai juosten. Nykyään datalaitteiden ääressä istuminen sekä etäkokoukset saavat aikuisetkin liikkumaan entistä vähemmän. Lisäksi ylipaino ja siihen liittyvät sairaudet ovat yleistyneet. Kuulostaako tutulta? Haasteet ovat siis hyvin samanlaisia molemmissa maissa.

## Osaamisellamme on kysyntää

Ratkaisuksi tilanteeseen tarjottiin järjestelmällistä työtä lasten ja nuorten parissa niin, että lapset jo nuorena löytäisivät kykynsä; tunnistaisivat osaamisensa ja näkisivät liikunnan tulevaisuutensa merkityksellisenä osana. Korkeakoulujen tärkeä tehtävä on löytää kyvyt ja

tukea heitä, sillä urheilun kautta tuetaan myös sosioekonomista kehitystä ja kansainvälistä osaamisen kehittymistä. Tätä viestiä toi esiin muun muassa professori **Michael Boit**, entinen keskimatkojen huippujuoksija. Urheilun merkitys hyvinvoinnissa korostui ja toi keskusteluun vankan yhteiskunnallisen ulottuvuuden.

Akateeminen kehittäminen, urheilullisten kykyjen löytäminen, koulutuksen kehittäminen, ravinnon ja palautumisen merkityksen ymmärtäminen urheilussa sekä tutkimusyhteistyö maidemme välillä nähtiin tärkeinä teemoina vilkkaan keskustelun kaikuessa seminaarin bittiavaruudessa. Keniassa on suuri tarve kehittää sekä huippu-urheilun valmennusta, että arjen liikunnan ohjausta ja lahjakkuuksien löytämistä liikunnan pariin. Näissä teemoissa tamperelaisella osaamisella on kysyntää. Tätä osaamista toivat esille Varalan Urheiluopiston valmennusosaajat ja TAMKin fysioterapian asiantuntijat.

### **Yhteistyö jatkuu kenialaisten kanssa**

Professori **Vincent Onyweran** (Kenyatta University) viesti oli *Step on the grass* – liiku arjessa, jota viestiä yhteisesti kannatettiin! Seminaarin tervehdyspuheenvuorossa kansanedustaja **Pauli Kiuru** puolestaan totesi: *Urheilun kieli on yhteinen*. Erittäin ilahduttavaa oli myös se, että useat puhujat myös toivat esille tässä yhteydessä myös YK:n kestävän kehityksen tavoitteet, erityisesti tavoite 3: Terveyttä ja hyvinvointia ja 4: Hyvä koulutus, sekä tavoitteiden periaatteen, että ketään ei jätetä jälkeen. Näillä sanoilla jäimme pohtimaan kehittämismahdollisuuksia ja yhteistyötä urheilun ja koulutuksen parissa maidemme välillä.

Teksti: Nina Kärki, Customer Relationship Manager, Africa, Global Education ja Eeva-Liisa Viskari, Impact Area Leader, Uudistava oppiminen ja yhteistyö, TAMK

Kuva: Eeva-Liisa Viskari