

STADIA

HELSINGIN AMMATTIKORKEAKOULU

# Moto-kerho lapsen kehityksen tukena

Esitteen avulla kerhokonseptia tutuksi



Fysioterapian koulutusohjelma,  
Fysioterapeutti  
Opinnäytetyö  
14.4.2008

---

Anna Helosvuori  
Sari Kytöharju  
Heidi Peltonen



Koulutusohjelma		Suuntautumisvaihtoehto	
Fysioterapia		Fysioterapeutti AMK	
Tekijä/Tekijät			
Helosvuori, Anna - Kytöharju, Sari - Peltonen, Heidi			
Työn nimi			
Moto-kerho lapsen kehityksen tukena. Esitteen avulla kerhokonseptia tutuksi.			
Työn laji	Aika	Sivumäärä	
Opinnäytetyö	Kevät 2008	38 + 5 liitettä	
<p>TIIVISTELMÄ</p> <p>Moto-kerho on erityistä tukea tarvitsevien lasten liikuntakerho, jota järjestetään Helsingin ammattikorkeakoulu Stadiassa. Erityistä tukea tarvitsevalla lapsella tarkoitamme tässä työssä lapsia, jotka tarvitsevat tavanomaista enemmän yksilöllistä huomiota ja tukea kasvaakseen, oppiakseen ja kehittyäkseen. Moto-kerhon toiminta perustuu psykomotoriikkaan ja siinä yhdistyvät fyysismotoriset, sosio-emotionaaliset sekä kognitiiviset tavoitteet. Erityistä tukea tarvitsevien lasten määrä ja erityisryhmien harrastustoiminnan järjestämisen tarve on jatkuvasti kasvanut.</p> <p>Työmme on toiminnallinen opinnäytetyö, jonka tuotoksena suunnittelimme Moto-kerhosta kertovan esitteen. Opinnäytetyön tavoitteena on tarkastella eri tietolähteisiin perustuen Moto-kerhoa lapsen kehityksen tukimuotona. Kirjallisen työn tavoitteena on perustella Moto-kerhon tavoitteita kirjallisuudesta kerätyn tiedon sekä omien havaintojemme avulla. Esitteen tavoitteena on saada tieto Moto-kerhosta helposti jaettavaan muotoon ja siten tehostaa tiedotusta Moto-kerhosta. Esite on suunnattu erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhemmille. Toivomme esitteen palvelevan myös näiden lasten kanssa työskenteleviä ammattihenkilöitä.</p> <p>Opinnäytetyössä esittelemme käyttämiämme työmenetelmiä: puolistrukturoitua yksilöhaastattelua sekä osallistuvaa havainnointia. Kuvailimme lapsen kehitystä syntymästä kouluikään asti. Avaamme psykomotoriikan ja psykomotorien harjaannuttamisen käsitteet sekä havainnollistamme Moto-kerhon toimintaa ja tavoitteita. Lopuksi raportoimme esitteen suunnittelu- ja toteutusprosessia.</p> <p>Opinnäytetyömme on tarkoitettu kaikille aiheesta kiinnostuneille, sosiaali- ja terveysalan opiskelijoille sekä tuleville Moto-kerhon ohjaajille opiskelu- ja perehtymismateriaaliksi.</p>			
Avainsanat			
Moto-kerho, psykomotorinen harjaannuttaminen, esite, haastattelu			



Degree Programme in <b>Physiotherapy</b>		Degree <b>Bachelor of Health Care</b>	
Author/Authors <b>Helosvuori, Anna - Kytöharju, Sari - Peltonen, Heidi</b>			
Title <b>Moto-club as a Way to Support Child's Development. Making the Club Activities Well Known with a Brochure.</b>			
Type of Work <b>Final Project</b>	Date <b>Spring 2008</b>	Pages <b>38 + 5 appendices</b>	
<p><b>ABSTRACT</b></p> <p>Moto-club is a psychomotoric exercise club for children that need individual and special attention with learning, growing and development. The club is arranged at the Helsinki Polytechnic Stadia. The Moto-club is based on a psychomotoric approach and it combines physical, motoric, socio-emotional and cognitive objectives. The amount of children that need individual and special attention and also are in need of leisure activities has increased.</p> <p>Our final project is a functional thesis and we produced a brochure of the Moto-club. The objective of this thesis is to consider the Moto-club as a way of supporting a child's development based on various sources of information. The purpose of the written work of the thesis is to justify the Moto-club's objectives as a way to support a child's individual development. The purpose of the brochure is to easily and effectively distribute information about the Moto-club. The target group of the brochure are families with children that need special attention. We hope that the brochure will also help professionals who work with these children.</p> <p>In our final project we introduce our working methods: the interviewing and observation of the group. We describe the development of children from birth to school age. We discuss about the psychomotoric approach and psychomotoric exercise. We also illustrate the action and the target of the Moto-club. In the end of our thesis we report about designing and executing the brochure.</p> <p>Our final project is meant for everyone interested in the subject. It is also meant for students studying Welfare and Health and all students instructing the Moto-club in the future.</p>			
Keywords <b>Moto-club, psychomotoric exercise, brochure, interview</b>			

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	OPINNÄYTETYÖN TIEDONKERUUMENETELMÄT	3
2.1	Haastattelu	3
2.1.1	Haastattelun esivalmistelut	4
2.1.2	Haastatteluaineiston tallentaminen ja luokittelu	5
2.1.3	Haastattelukysymykset ja niiden ongelmakohdat	6
2.1.4	Aineiston luotettavuus	7
2.2	Osallistuva havainnointi	7
3	LAPSEN KEHITYS	8
3.1	Lapsen kehityksen eteneminen	8
3.1.1	Vauvaikä	11
3.1.2	Leikki-ikä	12
3.1.3	Kouluikä	13
4	PSYKOMOTORIIKKA MOTO-KERHOSSA	14
4.1	Psykomotorinen harjaannuttaminen	15
4.1.1	Leikin merkitys psykomotorisessa harjaannuttamisessa	16
4.2	Lasten liikuntakerho, Moto-kerho	17
4.2.1	Välineillä luovuutta harjoitukseen	18
4.2.2	Ohjaajan tehtävä Moto-kerhossa	19
4.2.3	Ryhmäläisten havainnointi Moto-kerhossa	19
5	ESITE MOTO-KERHOSTA	21
5.1	Haastattelut osana esitteen suunnittelua	22
5.2	Esitteen luomisprosessi	26
5.2.1	Esitteen tekstisisällön valinta	28
5.2.2	Esitteen kuvien valinta	29
5.2.3	Esitteen ulkoasun valinta	31
6	POHDINTA	33
	LÄHTEET	36
LIITTEET	Informaatio haastateltaville Haastattelukysymykset 1 Haastattelukysymykset 2 Kuvauslupa Esite	

## 1 JOHDANTO

Jokainen lapsi kehittyy ja kypsyy omassa tahdissaan, minkä vuoksi kehityksen yksilöllisyys tulee ottaa huomioon lasten kanssa toimiessa. Toisinaan kehitys voi ajautua epätoivottuun suuntaan, jolloin erilaiset ehkäisevät tukimuodot sekä interventiot ovat tarpeen. Tukimuotoihin kuuluvat esimerkiksi yksilön toimintaa edistävä erityisryhmien harrastustoiminta, joka tukee terapian tavoitteita. Erityistä tukea tarvitsevien lasten määrä ja erityisryhmien harrastustoiminnan järjestämisen tarve on jatkuvasti kasvanut. Erityistä tukea tarvitsevilla lapsilla tarkoitamme tässä työssä lapsia, jotka tarvitsevat tavanomaista enemmän yksilöllistä huomiota ja tukea kasvaakseen, oppiakseen ja kehittyäkseen. Erityisryhmien liikuntaa tarjotaan henkilöille, joiden liikunnan toteuttaminen vaatii soveltamista ja erityisosaamista. (Anttila – Eronen – Kallio – Kanninen – Kauppinen – Paavilainen – Salo 2007: 25–26; Koivikko – Sipari 2006: 124–125; Koljonen 2008; Miettinen 1999: 63; Saari 2007: 6.)

Liikunnan harrastamisella on vaikutusta lapsen kokonaisvaltaiseen kehitykseen. Lapsena omaksuttu liikunnallinen elämäntapa edesauttaa liikunnallisuutta elämän eri vaiheissa. Liikkumisen halu lähtee lapsesta itsestään ja sitä voidaan vahvistaa onnistumisen kokemuksilla. Lapsella on suuri tarve tulla hyväksytyksi. Hyväksytyksi tulemistä estää esimerkiksi kilpailu tai leikeistä poisputoaminen. Erityisesti kannustusta kaipaavat lapset, jotka jäävät esimerkiksi liikunnassa syrjään. (Autio – Kaski 2005: 10; Karvonen 2000: 26; Rintala – Huovinen 2007: 194.)

Psykomotorinen lähestymistapa luo kannustavan ilmapiirin, joka mahdollistaa onnistumisen kokemukset elämyksellisen liikunnan avulla. Käsitteenä psykomotorinen tarkoittaa psyykkissosiaalisten ja fyysismotoristen toimintojen kokonaisuutta. Erityisesti siitä hyötyvät lapset ja nuoret, jotka tarvitsevat yksilöllistä tukea esimerkiksi liikunnallisten, kielellisten tai havaintomotoristen taitojen vahvistamiseen. (Zimmer 2001: 149; Koljonen 2005: 75, 77, 80.)

Opinnäytetyömme esittelee Helsingin ammattikorkeakoulu Stadiassa järjestettävää erityistä tukea tarvitsevien lasten liikuntakerhoa, Moto-kerhoa. Opinnäytetyömme on tehty yhteistyössä Helsingin ammattikorkeakoulu Stadiassa toimivan Kunto-Stadian kanssa. Olemme kaikki ohjanneet Moto-kerhoa kevätlukukaudella 2008 ja yksi meistä myös syyslukukaudella 2006. Kerhossa käytetään psykomotorista harjaannuttamista, jonka tavoitteena on fyysismotoristen, sosio-emotionaalisten ja kognitiivisten taitojen tukeminen kokonaisvaltaisesti. Kilpailuhenkisyys tai lajitaitojen harjoittelun sijaan

tärkeämpää on itse toiminta ja sen mielekkyys. (Koljonen 2002: 33; Koljonen 2000: 27; Numminen 1997: 92.)

Halusimme oman työmme jatkavan Jenni Sokan (2005: 1–2, 21, 24–28) opinnäytetyötä, jossa hän esittelee Helsingin ammattikorkeakoulu Stadian Moto-kerhoa. Sokka toteaa työssään, että psykomotoriikka on vielä Suomessa suhteellisen tuntematon käsite, kuten myös Moto-kerhokin. Hän mainitsee, että kerhojen tarve kasvaa koko ajan ja lapsia jotka tarvitsevat tukea on paljon. Sokka on toteuttanut työssään Moto-kerhoa esittelevän videon, jonka avulla hän pyrkii viemään Moto-kerhon ideaa vanhempien sekä ammattihenkilöiden tietoisuuteen. Kuitenkin hän mainitsee, ettei videota voitu julkaista laajemmin rajallisten resurssien takia. Totesimme, että esite voisi olla videota yksinkertaisempi, kustannustehokkaampi sekä helpompi tapa tiedottaa, joten päätimme suunnitella esitteen Moto-kerhosta.

Opinnäytetyön tuotoksena suunnittelimme Moto-kerhoa esittelevän esitteen, jonka toteutimme digitaalista suunnittelua opiskelevan yhteistyökumppanin kanssa. Esitteen valmistusprosessiin kuului teorian tietoon tutustuminen, haastatteluiden tekeminen sekä itse esitteen suunnittelu. Opinnäytetyömme muotoutui esitteen toteuttamisen myötä toiminnalliseksi opinnäytetyöksi, jossa olemme käyttäneet laadullisina tiedonkeruumenetelminä puolistrukturoitua yksilöhaastattelua sekä osallistuvaa havainnointia. Olemme koonneet kirjalliseen työhön eri lähteistä teorian tietoa lapsen kehitykseen ja psykomotoriikkaan liittyen. Teorian tiedon ja osallistuvan havainnoinnin avulla olemme pyrkineet esittelemään Moto-kerhoa lapsen kehityksen tukimuotona.

Opinnäytetyömme tavoitteena on tarkastella eri tietolähteisiin perustuen Moto-kerhoa lapsen kehityksen tukimuotona. Kirjallisen työn tavoitteena on perustella Moto-kerhon tavoitteita kirjallisuudesta kerätyn tiedon sekä omien havaintojemme avulla. Esitteen tavoitteena on saada tieto Moto-kerhosta helposti jaettavaan muotoon, jolloin se olisi mahdollisimman monen saatavilla. Toivomme esitteen siten tehostavan tiedotusta Moto-kerhosta.

Opinnäytetyömme on tarkoitettu kaikille aiheesta kiinnostuneille, sosiaali- ja terveystieteiden opiskelijoille sekä tuleville Moto-kerhon ohjaajille opiskelu- ja perehtymismateriaaliksi.

## 2 OPINNÄYTETYÖN TIEDONKERUUMENETELMÄT

Opinnäytetyömme muodostui työprosessin aikana toiminnalliseksi opinnäytetyöksi. Vilkan ja Airaksisen (2003: 9) mukaan toiminnallinen opinnäytetyö voi olla alasta riippuen ammatilliseen käyttöön tarkoitettu opastus tai ohjeistus. Ammatillisessa kentässä toiminnallisella opinnäytetyöllä tavoitellaan käytännön toiminnan ohjeistamista, opastamista tai toiminnan järjestämistä. Tärkein tunnusmerkki on käytännön toteutus ja sen raportoinnin yhdistyminen. Opinnäytetyössämme esittelemme käyttämiämme työmenetelmiä: haastattelua sekä osallistuvaa havainnointia. Kuvailimme lapsen kehitystä syntymästä kouluikään asti. Avaamme psykomotoriikan ja psykomotorisen harjaannuttamisen käsitteet sekä havainnollistamme Moto-kerhoa ja sen toimintaa. Lopuksi raportoimme opinnäytetyömme tuotoksen eli esitteen suunnittelu- ja toteutusprosessia.

Opinnäytetyön tulee olla työelämälähtöinen ja käytännönläheinen. Samalla sen tulee heijastaa koulutuksen kautta opittua alan tietojen ja taitojen osaamista sekä olla tutkimuksellisella asenteella toteutettu. (Vilka – Airaksinen 2003: 9–10.) Tarkoituksena on, että suunnittelemamme esite on työkalu lasten kanssa työskenteleville ammattihenkilöille. Toivomme, että sen avulla heidän on helppo informoida Moto-kerhotoiminnasta.

### 2.1 Haastattelu

Yksi tapa kerätä laadullista aineistoa on tehdä haastattelu. Haastattelussa kysytään haastateltavan mielipiteitä ja hänen näkemystään, jolloin tuloksena on laadullinen aineisto. Haastattelu on systemaattinen tiedonkeruumuoto varsinkin, kun sitä käytetään tutkimustarkoitukseen. Sen tavoitteena on saada mahdollisimman luotettavia ja päteviä tietoja. Haastattelulajeja erotellaan sen mukaan miten strukturoitu ja muodollinen haastattelutilanne on. Joustavana tiedonkeruumenetelmänä vapaamuotoisen tai puolistrukturoidun haastattelun käyttö on lisääntynyt. Haastattelulla päästään vuorovaikutukseen tutkittavan kanssa. Se on keskustelua, joka tapahtuu haastattelijan johdattelemana ja hänen aloitteestaan. Siinä osapuolet vaikuttavat toisiinsa, aivan kuten arjen vuorovaikutustilanteissakin. (Eskola – Suoranta 2001: 84–86; Hirsjärvi – Hurme 2000: 34; Hirsjärvi – Remes – Sajavaara 2008: 202–203.)

Valitsimme haastattelun työmenetelmäksi, koska halusimme saada työelämälähtöisen näkökulman opinnäytetyöhömmme. Koimme, että haastattelun avulla saisimme vastaukset varmemmin kuin esimerkiksi postitse lähetetyn kyselylomakkeen avulla. Haastatteluiden avulla halusimme saada tietää haastateltavien kokemuksia muun muassa siitä, millaiset lapset hyötyvät Moto-kerhosta ja onko kerholle tarvetta. Haastatteluista ha-

lusimme saada vastauksen myös käytännön kysymyksiin, kuten kenelle Moto-kerho esite tulisi suunnata ja minkälainen sen sisällön sekä ulkoasun tulisi olla.

Haastattelutavan valintaan vaikuttaa millaista ja miten tarkkaa tietoa haastateltavilta halutaan opinnäytetyön tueksi. Käytimme haastatteluissa puolistrukturoitua haastattelumenetelmää, jossa vastauksia ei ollut sidottu vastausvaihtoehtoihin vaan haastateltava sai vastata kysymyksiin omin sanoin. Kysymysten tulisi olla kaikille haastateltaville samanlaisia ja ne tulisi esittää samassa järjestyksessä. Puolistrukturoidulle menetelmälle on ominaista, että osa näkökulmista on ennalta sovittuja. Haastattelu eteni kysymys-vastaus -tyyppisesti, joka mahdollisti kysymyksiä esittämisen luettelomaisesti. (Hirsjärvi – Hurme 2000: 47; Eskola – Suoranta 2001: 86, 88; Vilka – Airaksinen 2003: 63.) Mietimme valintaa teemahaastattelun ja puolistrukturoidun haastattelun välillä ja päädyimme jälkimmäiseen, koska koimme sen olevan kokemattomalle haastattelijalle helpompi ja tulosten kannalta luotettavampi menetelmä.

Tiedonkeruumenetelmänä haastattelu tuo esiin muutamia eettisiä kysymyksiä, joita on hyvä pohtia jo tiedonkeruumenetelmää valitessa. Eskolan ja Suorannan (2001: 52–53) kirjassa esitellyistä eettisistä ongelmakohtista tärkeimpiä oman työme kannalta olivat tutkimuslupaan sekä aineiston keruuseen liittyvät kysymykset. Haastatteluja varten tarvitsimme haastateltavilta kirjallisen luvan (liite 1) haastattelun tekemiseen, keskustelun nauhoittamiseen sekä tulosten käyttämiseen opinnäytetyössämme.

### 2.1.1 Haastattelun esivalmistelut

Otimme haastateltaviin yhteyttä puhelimitse joulukuussa 2007 ja sovimme haastatteluajat. Haastattelimme kahta fysioterapeuttia, yhtä toimintaterapeuttia ja erityisopettajaa (liite 2). Lisäksi teimme asiantuntijahaastattelun ammattikorkeakoulun lehtorille (liite 3). Halusimme haastateltavien edustavan erilaisia ammattiryhmiä, jotta saisimme useita erilaisia ammatillisia näkökulmia. Haastateltavat työskentelevät erityistä tukea tarvitsevien lasten kanssa ja he ovat suositelleet Moto-kerhoa näille lapsille. Valitsimme haastateltavat sillä perusteella, että voisimme hyödyntää heillä valmiina olevaa tietämystä ja käytännön kokemusta Moto-kerhon tarpeellisuudesta. Saatua tietoa hyödynsimme esitteen suunnittelussa. Haastateltavien valintaan vaikuttivat myös ohjaajiemme ehdotukset. Haastateltavat olivat erittäin motivoituneita osallistumaan opinnäytetyöprosessiimme.

Jokaiselle haastateltavalle tulee esitellä riittävästi työn tavoitetta ja luonnetta sekä korostaa vapaaehtoisuutta (Eskola – Suoranta 2001: 56). Ennen haastattelutilannetta,



haastattelukysymysten ohessa, lähetimme haastateltaville informaatiokirjeen (liite 1), jossa kerroimme lyhyesti opinnäytetyöstämme sekä haastattelun kulusta. Informaatiokirjeessä mainitsimme myös haastateltavien oikeuden keskeyttää haastattelu.

Esihaastatteluita emme tehneet ajanpuutteen vuoksi, vaikka Eskola ja Suoranta (2001: 89) niiden merkitystä korostavatkin. Muutaman esihaastattelun tekeminen on oleellista, koska silloin joutuu pohtimaan haastattelutilanteessa ilmeneviä ongelmia. Esimerkiksi minkälaista kieltä käyttää tai teititteleekö haastateltavaa. Esihaastattelun tekeminen auttaa varsinaisen haastattelun toteutusta ja luontevuutta. Samoin nauhurin käyttö kannattaa testata ennen haastattelutilannetta.

Ennen haastatteluja teimme haastattelutilanteesta työnjaon. Päätimme, että haastattelijan lisäksi paikalla on vain yksi työryhmämme jäsen. Sovimme, että haastattelija esittää vain ne kysymykset, jotka olimme ennalta suunnitelleet kaikille esitettävän. Näin pyrimme saamaan kaikki haastattelutilanteet mahdollisimman samanlaisiksi. Varsinaiset haastattelut toteutimme tammikuun 2008 alussa haastateltavien työpaikoilla.

### 2.1.2 Haastatteluaineiston tallentaminen ja luokittelu

Haastattelun tallentaminen on välttämätöntä, ja tallennustapaa valittaessa on mietittävä miten aineistoa käsitellään. Käytimme haastatteluissa nauhuria, jota varten haastateltavat allekirjoittivat suostumuksen. Sen avulla aineistoa on yksinkertaista käsitellä ja keskustelutilanteeseen voi palata myöhemmin. (Hirsjärvi – Hurme 2000: 75; Eskola – Suoranta 2001: 56–57.)

Haastatteluaineisto tulee kirjoittaa puhtaaksi eli litteroida. On mahdollista litteroida koko aineisto tai vain osa sitä. Päätelmien teko litteroidusta tekstistä on yleisempää kuin se, että päätelmät tehtäisiin suoraan nauhoista. Tarkkuudesta, jolla litterointi tehdään, ei ole yksiselitteistä ohjetta. (Hirsjärvi ym. 2008: 217.) Nauhoitettua materiaalia tuli yhteensä noin kaksi tuntia ja litteroitua tekstiä noin 15 sivua. Litteroimme haastattelut pääpiirteittäin. Emme kirjoittaneet kaikkia täytesanoja, emmekä laskeneet taukojen pituuksia.

Toiminnallista opinnäytetyötä varten kerättyä laadullista aineistoa on mahdollista käyttää niin lähteenä kuin konsultaationakin. Analysointia on kuitenkin hyvä tehdä, jos materiaalia halutaan käyttää tutkimustietona tehtyjen valintojen perusteluun. Aineistoa käsitellessä sekä tuloksia raportoidessa on tärkeää luottamuksellisuus ja anonyymiteetin

säilyttäminen, joista tulee huolehtia myös julkistamisen yhteydessä. (Eskola – Suoranta 2001: 56–57; Vilkka – Airaksinen 2003: 64.)

Halusimme käyttää haastatteluita asiasisältöisenä lähdemateriaalina opinnäytetyötämme varten. Litteroimme haastatteluvastaukset esittämiemme kysymyksiä alle. Teimme kaikista litteroinneista yhteenvedon, jossa luokittelimme saadut vastaukset asiasisällöittäin haastattelukysymysten alle. Tiivistimme vastauksia poistamalla niistä päällekkäisyyksiä. Emme eritelleet vastauksia haastateltavien mukaan. Yhteenvetoa vastauksista hyödynsimme suunnitellessamme esitetekstiä sekä esitteen sisältöä ja ulkoasua. Opinnäytetyöprosessin aikana säilytämme haastateltavien anonymiteetin. Työtämme varten esitetyt kysymykset eivät käsittele haastateltavan henkilökohtaisia asioita, joista hän olisi tunnistettavissa. Haastatteluvastauksia käsittelemme tarkemmin luvussa viisi.

### 2.1.3 Haastattelukysymykset ja niiden ongelmakohdat

Haastattelukysymysten tulee olla helposti ymmärrettäviä, sopivan pituisia, selkeästi muotoiltuja ja täsmällisiä. Kysymykset eivät saa olla kielteisesti muotoiltuja tai loukkaavia, eikä niiden tulisi käsitellä sellaista asiaa, josta haastateltavilla ei ole kokemusta. Haastattelukysymykset on hyvä aloittaa sanoilla mitä, miten, miksi. Näin annetaan vastaajalle enemmän mahdollisuuksia selittää ajatuksiaan ja näkemyksiään sekä kuvailla keskusteltavaa aihealuetta. Kysymyksillä on tärkeä osuus haastattelun toteutuksessa, niiden avulla haastattelija ohjaa tilannetta. Lisäkysymyksiä voi laatia haastattelua varten, jos tilanne ei etene luontevasti. (Hirsjärvi – Hurme 2000: 103, 105; Vilkka – Airaksinen 2003: 63.)

Muutamien kysymyksiä sanojen asettelu tuotti vaikeuksia, koska haastateltavat usein vastasivat seuraavaan kysymykseen jo edellisessä kysymyksessä. Ongelmaksi koimme esimerkiksi kysymyksen kolme (liite 2), jossa kysyimme ensin Moto-kerhon suosittelemisperusteita ja seuraavaksi, minkälaiset lapset hyötyvät Moto-kerhosta. Haastateltavat kertoivat jo suosittelemisperusteiden yhteydessä lapsista, joille he kokevat Moto-kerhosta olevan hyötyä. Puolistrukturoidun haastattelumenetelmän mukaan halusimme kuitenkin esittää samat kysymykset, samalla tavalla joka kerta, jotta tilanne säilyy samanlaisena jokaisen haastateltavan kohdalla. Toisissa haastatteluissa kyseisten kysymysten kohdalla tuli hieman kertausta haastateltavan vastauksiin. Yhdessä haastattelutilanteessa haastattelija jätti edellä mainitun kysymyksen kokonaan pois, koska haastateltava oli juuri edellisessä lauseessa vastannut kysyttävään asiaan. Koimme, että

tämä piti yllä haastateltavan motivaatiota haastatteluun, jolloin haastateltavalle ei tullut tunnetta, ettei häntä kuunnella.

#### 2.1.4 Aineiston luotettavuus

Aineiston laadullisuus ei perustu sen määrään vaan sen laatuun. Tärkeä kriteeri on aineiston monipuolisuus ja että se vastaa opinnäytetyön tavoitteisiin sekä kohderyhmän tarpeisiin. Haastattelun laatuun voi vaikuttaa etukäteen tekemällä hyvän haastattelurungon. (Hirsjärvi – Hurme 2000: 184; Vilkkä – Airaksinen 2003: 64.)

Hankitun aineiston luotettavuus riippuu sen laadusta ja siihen vaikuttaa muun muassa tallenteiden kuuluvuus, litterointien tarkkuus ja yhdenmukaisuus (Hirsjärvi – Hurme 2000: 185). Nauhurin käyttö oli toisinaan haastavaa. Muutamalla haastattelukerralla nauhuri pysähtyi yllättäen, minkä vuoksi toinen työryhmämme jäsen teki muistiinpanoja. Puheen kuuluvuus nauhalta oli hyvä. Litteroinnin tarkkuudesta keskustelimme ennen haastatteluiden purkamista. Kaksi meistä teki litteroinnit, joten mahdollisuus yksilöllisiin eroihin on. Teimme haastatteluiden yhteenvedon, jossa kaikki litteroinnit käsiteltiin yhdessä asiasisällöittäin.

#### 2.2 Osallistuva havainnointi

Osallistuva havainnointi on aineistonkeruutapa, jossa tutkija osallistuu tutkimansa yhteisön toimintaan heidän ehdoillaan. Osallistuva havainnointi eroaa tavallisesta arkielämän tarkkailusta siten, että havainnoimalla kerättyä aineistoa tallennetaan ja käsitellään. Havainnointi voi olla tarkasti jäsenneltyä tai vaihtoehtoisesti täysin vapaata toimintaa. Tutkijan rooli havainnoitavassa ryhmässä vaihtelee osallistuvasta toimijasta ulkopuoliseen havainnoitsijaan. Usein tutkijan rooli on jottain näiden kahden väliltä. Osallistumisen asteita voidaan jakaa sen mukaan, miten tutkija havainnoi ryhmäänsä. Nämä rajat eivät ole kovinkaan selvät. Yhtenä kriteerinä pidetään sitä, onko havainnoija ensisijaisesti tutkijan roolissa vai onko hänellä joku muu tärkeä rooli ryhmässä. Tutkijalle havainnoitava kohde voi olla joko vieras tai tuttu ryhmä. Havainnoitavalle voidaan kertoa havainnoinnista tai vastaavasti jättää kokonaan mainitsematta, jolloin havainnoitsijan tulee pohtia ratkaisun eettisyyttä. (Eskola – Suoranta 2001: 98–99, Hirsjärvi ym. 2008: 208–209, 211.)

Haluamme havainnollistaa lukijalle Moto-kerhon toimintaa ja tavoitteita omien havaintojemme avulla. Havainnoinnin kohteena oli ohjaamamme Moto-kerhoryhmä. Kerhoa ohjatessa havainnoimme ryhmäläisten käyttäytymistä sekä toimintaa. Emme toteutta-

neet systemaattista osallistuvaa havainnointia, vaan tarkkailimme ryhmäläisiä ensisijaisesti ohjaajien rooleissa. Esittelemme havaintojamme Moto-kerhosta tarkemmin luvussa neljä.

### 3 LAPSEN KEHITYS

Lapsen kehitys tulee hahmottaa kokonaisvaltaisesti, mutta tämän lisäksi tulee myös tiedostaa kehityksen eri osa-alueet ja niiden pääpiirteet. Siinä yhdistyvät fyysinen kasvu, motorinen, kognitiivinen ja sosio-emotionaalinen kehitys, jotka ovat kaikki vuorovaikutuksessa toisiinsa. Lapsen kehitykselle ominaista ovat kasvun kriittiset kaudet sekä herkkyykskaudet. Kriittisellä kaudella tarkoitetaan ikävaihetta, jolloin tietyt taidot täytyy omaksua. Ympäristön on tarjottava kriittisen kauden aikana runsaasti lapsen taidon kehittymisen edellyttämiä ärsykeitä. Jos kausi ohitetaan ilman, että taidot on opittu, niiden oppiminen myöhemmin voi olla vaikeaa. Herkkyykskausi tarkoittaa ikävaihetta, jolloin jonkin taidon omaksuminen onnistuu parhaiten. Kauden ohittamisen jälkeen taidon oppiminen on mahdollista, mutta haastavampaa. (Anttila ym. 2007: 21–22; Karvonen – Siren-Tiusanen – Vuorinen 2003: 26–27; Numminen 1999: 11.)

On hyvä tuntea lapsen normaalikehitys, jotta osaa tunnistaa sekä tukea siitä poikkeavaa kehitystä. Lapsen kehityksen tarkkaileminen mahdollistaa kehityshäiriöiden ja viivästymien varhaisen havainnoimisen ja siten kuntoutuksen aloittamisen. Lasten kanssa työskentelevän tulee tuntea eri ikävaiheiden tuomat erityispiirteet, jotka vaikuttavat lapsen ohjaamiseen. Lapsen kehitys ei ole selvärajaista, minkä vuoksi ohjauksen yksilöllisyys ja sen huomioiminen on tärkeää. Tällöin oppimis- ja opetustapahtuma osataan suunnitella lapsen kehitystä tukevaksi. (Autio 1997: 53; Kronqvist – Pulkkinen 2007: 56–57; Sääkslahti 2007: 32.)

#### 3.1 Lapsen kehityksen eteneminen

Muutokset lapsen motorisilla, kognitiivisilla ja sosio-emotionaalisilla alueilla ovat sidoksissa ja vuorovaikutuksessa toisiinsa. Motorinen kehitys antaa liikkumisen myötä mahdollisuuden kognitiiviselle ja sosio-emotionaaliselle kehitykselle, esimerkiksi oppimiselle. Positiiviset kokemukset näillä alueilla rohkaisevat liikkumaan. Edistyminen yhdellä alueella edistää kaikkien alueiden kehitystä. (Kronqvist – Pulkkinen 2007: 30–37.)

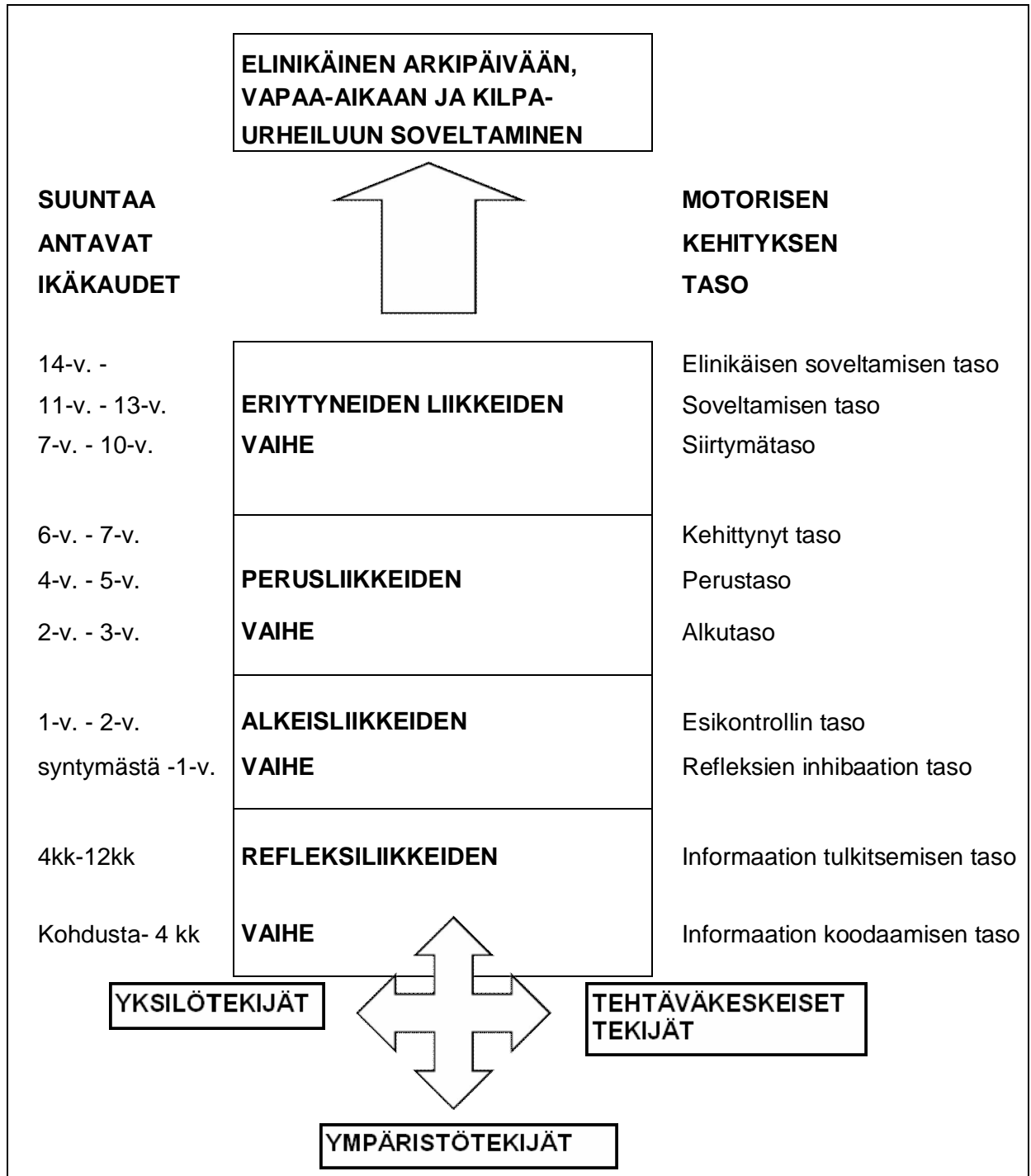
**Motorisella kehityksellä** tarkoitetaan lapsen vartalon ja sen osien toiminnallisia muutoksia. Kehitys etenee kefalokaudaalisesti eli päästä jalkoihin, sekä proksimodistaali-

sesti eli keskiosista ääreisosiin. On tärkeää hyväksyä motorinen kehitys jatkuvana prosessina, joka ei aina ole tasaista ja asteittaista. Motorisen kehityksen vaiheiden järjestys voi muuttua ja joku vaihe voi jäädä kokonaan pois. Lapset voivat saavuttaa tasot eri-ikäisinä eikä siirtyminen tasolta toiselle ole aina selvärajaista. (Anttila ym. 2007: 35; Autio 1997: 53; Karvonen 2000: 10; Gallahue – Ozmun 2006: 58.)

Lapsen motorista kehitystä olemme kuvanneet osittain Gallahuen ja Ozmunin teoreettisen mallin (kuvio 1) perusteella. Heidän mallissaan motorinen kehittyminen on elinikäinen prosessi, jossa ympäristö jatkuvasti haastaa yksilön liikkumistaidot. Gallahuen ja Ozmunin näkemyksen mukaan yksilön kehitykseen vaikuttavat yksilö, ympäristö sekä tehtäväkohtaiset tekijät. Ikävuodet ovat heidän mallissaan viitteitä antavia ja lapsi voi kehityksessään poiketa niistä. (Gallahue – Ozmun 2006: 48, 54.)

**Kognitiivisella eli tiedollisella kehityksellä** voidaan viitata laajasti kaikkiin yksilön elämän aikana tapahtuviin tiedon vastaanottamisen, käsittelemisen sekä välittämisen muutoksiin. Lapsen kognitiiviseen kehitykseen kuuluu havaitsemisen, aistitoimintojen, sensorisen integraation, sisäisten mallien sekä ajattelun kehitys. Sensorisen integraation -käsitteen synonyyminä voidaan käyttää sensorisen prosessoinnin -käsitettä. Aistitiedon käsittely tarkoittaa prosessia, jossa henkilö ottaa vastaan informaatiota ympäristöstään sekä elimistöstään. Hän yhdistää tai tulkitsee saamaansa informaatiota tietoisesti tai tiedostamattaan, muodostaen merkityksellisen idean tai käsitteen. Siten hän käyttää sensorista informaatiota mielekkäällä tavalla toiminnassaan. Kognitiivisen kehityksen perusta luodaan jo ensimmäisten ikävuosien aikana ja kehittymisprosessi on hyvin yksilöllistä. (Kuusinen 1991: 95; Numminen 1999: 64; Sandström 2008: 4.)

**Sosio-emotionaaliseen kehitykseen** kuuluu lapsen ja hänen ympäristöönsä liittyvät kehityshaasteet: minän muodostuminen, tunteet ja niiden säätely, motivaatio sekä leikki. Sosio-emotionaalinen kehitys on yhteydessä kognitiiviseen, kielelliseen ja motoriseen kehitykseen. Minäkäsityksellä on tärkeä asema lapsen persoonallisuuden, emotionaalisen ja sosiaalisen kehityksen alueella. Yksilön riippuvuus ympäristöstä korostuu sosio-emotionaalisessa kehityksessä, jossa ongelmia aiheuttavat ympäristön tarjoamat virhemallit sekä puute tasapainoista kehitystä tukevasta ympäristöstä. (Ahvenainen – Ikonen – Koro 1999: 100–101; Niemelä 1998: 19; Numminen 1999: 81).



KUVIO1: Mukautettu kuvio lapsen motorisesta kehityksestä Gallahuen ja Ozmunin (2006: 49) mukaan.

Esittelemme työssämme lapsen motorista, kognitiivista ja sosio-emotionaalista kehitystä. Kehityksen kulusta on olemassa useita teoreettisia käsityksiä. Kehitys voidaan nähdä asteiden ja vaiheiden jaksona, ympäristön ohjauksen tuloksena tai perintö- ja ympäristövaikutuksien vuorovaikutussuhteen prosessina. (Zimmer 2002: 50–52.)

Olemme esitelleet lapsen kehityksen etenemistä syntymästä kouluikään asti. Lapsen kehityksen alkuvaiheet ovat perusta myöhemmin kehittyville taidoille. Näiden vaiheiden tietäminen on tärkeää, jotta voi ymmärtää lapsen kokonaiskehitystä. Lapsen kehitystä esittelemme ihmisen elämän kehitystapahtumien avulla. Kuvailimme tyypillisiä kehitystapahtumia vauva-, leikki- ja kouluikässä. (Anttila ym. 2007: 18–19; Zimmer 2002: 57.)

### 3.1.1 Vauvaikä

Pienen lapsen kehityksen alkuvaiheessa havaitseminen ja motoristen taitojen oppiminen ovat yhteydessä toisiinsa. Havaintomotorisella oppimisella tarkoitetaan aistitoimintojen herkistämistä ympäristön ärsykeille. Lapsen vuorovaikutus ympäristön kanssa on motoristen toimintojen sekä havaintojen varassa. Vastasyntynyt lapsi on aktiivinen havainnoija ja eri aistien käyttäjä. Kosketuksen kautta lapsi saa tunteen välittämisestä ja huolehtimisesta. Ensimmäisen ikävuoden aikana lapsi oppii erottamaan itsensä hoitajastaan erilliseksi henkilöksi. Tällöin lapsi ymmärtää hoitajan olemassaolon, vaikka hän ei olisi lapsen näköpiirissä. Luottamuksen ja turvallisuuden tunteen syntyminen ovat lapsen elämän ensimmäisiä kehityshaasteita. Kuuloaisti erottaa äidin äänen muista äänistä. Kyky erotella ääniä on alku kielelliselle kehitykselle. Lapsella on suuri vuorovaikutuspyrkimys ympäristön kanssa, joka on edellytys lapsen minän kehittymiselle. (Anttila ym. 2007: 39, 47, 57, 60–62; Numminen 1999: 65, 67–71, 78, 82; Shaffer 2000: 42; Shaffer 1999: 55.)

Havaitsemisen sekä persoonallisuuden kehittyminen edellyttävät motorisen toiminnan sekä tiedon ja taidon aistimuksellisen yhdentymisen ja järjestäytymisen. Tästä prosessista voidaan käyttää käsitettä sensorinen integraatio tai sensorinen prosessointi. Aistimuksellinen yhdentyminen kehittyy jatkuvasti lapsen kasvaessa ja perusta sille luodaan jo heti syntymän jälkeen, lapsen etsiessä tunto- ja kosketusaistikokemuksia. (Numminen 1999: 65, 72; Sandström 2008:4.)

Kohdusta yhteen ikävuoteen asti vallitsee motorisen kehityksen refleksiiliikkeiden vaihe (kuvio 1). Sikiön ensimmäiset liikkeet ovat pikkuaivojen hallitsemia ei-tahdonalaisia refleksiiliikkeitä, jotka ovat reaktioita ärsykeisiin: kosketukseen, valoon ja ääneen. Liikkeen kautta mahdollistuu tiedon saaminen välittömästä ympäristöstä ja omasta kehosta. Isojen aivojen kehittyminen saa monet refleksit hiipumaan asteittain. Pikkuaivojen kontrolli väistyy aivokuoren motorisen alueen kontrollin lisääntyessä, jolloin liikkeet muuttuvat tahdonalaisiksi. (Gallahue – Ozmun 1995: 83–85; Gallahue – Ozmun 2006: 50.)

Alkeisliikkeiden vaiheessa (kuvio 1), syntymästä kahteen ikävuoteen, lapsi alkaa ensimmäistä kertaa liikkua tahdonalaisesti. Liikkuminen on vielä haparoivaa, koor-dinoimatonta ja epärytmistä. Liikkeet ovat liikkumisen perusmuotoja joita edellytetään selviytymisessä, kuten pään ja kaulan kannattelu, esineisiin kurkottaminen, niihin tart-tuminen ja otteen irrottaminen, ryömiminen, konntaaminen sekä kävely. Liikkuminen ja sen kehittymisen nopeus on hyvin yksilöllistä. (Gallahue – Ozmun 2006: 50–51; Karvo-nen 2000: 34–35.)

Refleksien inhibition tasolla (kuvio 1) lapsen tahdonalaiset liikkeet ovat erittelemättö-miä, kontrolloimattomia ja karkeita. Esikontrollin tasolla lapset oppivat liikkumaan ympäristössä, käsittelemään esineitä sekä pitämään yllä tasapainoaan. Ympäristöön tu-tustumalla lapsi huomaa tilan laajentuvan hänen ympärillään. Hän on innokas liikku-maan ja oppii hahmottamaan sekä ymmärtämään esineiden välisiä suhteita. Liikkumi-nen kehittää myös lapsen proprioseptiivistä järjestelmää eli painovoima- ja liikeaistia sekä lihas-jänneaistia. Lihas-jänneaisti auttaa lasta tiedostamaan kehoaan ja sen osia. (Gallahue – Ozmun 2006: 51; Gallahue – Ozmun 1995: 85–86; Numminen 1999: 71.)

### 3.1.2 Leikki-ikä

Leikki-ässä itseluottamus sekä itsetunto alkavat kehittyä positiiviseen palautteeseen perustuen. Lapsen persoonallisuus muovautuu kognitiivisten taitojen kehittyessä. Lap-sen ajattelu on minäkeskeistä, jolloin hän kokee kaikkien näkevän maailman kuten hän, eikä osaa asettua toisen asemaan. Leikki-ikäisen on myös vaikeaa hahmottaa taidon tai tehtävän kannalta olennaiset ärsykkeet. Pitkät sanalliset ohjeet eivät jää lasten mie-leen ja ovat vaikeasti ymmärrettäviä erityisesti lapsille, joilla on kielellisiä ongelmia. Hahmottaminen helpottuu, jos ohjeet esitetään visuaalisesti tai yksi kerrallaan. (Anttila ym. 2007: 70; Shaffer 1999: 55; Numminen 1999: 71, 78.)

Lapsi kehittyä mikä ja miksi -kausien kautta kielellisessä ilmaisussaan. Minäkuva kehit-tyy ja lapsi liittää itseensä ominaisuuksia, kuten ”Olen tyttö”. Minäkuvan kehittyessä myös tunteiden säätely kehittyä ja lapsi oppii peilaamaan saamaansa palautetta it-seensä. Jatkuva negatiivinen palaute voi saada lapsen tuntemaan itsensä toisten sil-missä arvottomaksi ja häpeämään itseään. Omien tarpeiden viestiminen ja muiden kanssa toimeen tuleminen on lapselle tärkeää. Vertaisryhmillä on suuri merkitys sosi-aalisten taitojen oppimiselle sekä persoonallisuuden kehittymiselle. (Anttila ym. 2007: 80, 84, 86–88; Numminen 1999: 94.)



Motorisen kehityksen perusliikkeiden vaihe (kuvio 1) kestää kahdesta ikävuodesta seitsemään ikävuoteen saakka. Tälle vaiheelle on ominaista, että lapset tutkivat ja kokelevat liikkumisen rajoja. Liikeketjun kontrollointi ja koordinaatio saavutetaan motorisen kehityksen kehittyneellä tasolla. Osalla se voi jäädä kokonaan saavuttamatta oppimista edistävän ympäristön antamien mahdollisuuksien puuttuessa. (Gallahue – Ozmun 2006: 51–53; Gallahue – Ozmun 1995: 86–88.)

3–4 -vuotias osaa ottaa pallon molemmilla käsillä kiinni. 4–5 -vuotias lapsi leikkii mielellään rooli- ja mielikuvitusleikkejä. Mielikuvituksen avulla lapsi tutustuu itseensä, mahdollisuuksiinsa sekä ympäristöönsä. Liikunnassa kannattaakin hyödyntää lasten mielikuvitusta, esimerkiksi antamalla lasten itse luoda ja rakentaa. 4–5 -vuotias osaa jo jotain erityistaitoja, kuten ajaa polkupyörällä, luistella sekä väistellä hippaleikeissä. Tämän ikäiset lapset alkavat onnistua yhteispeleissä sekä leikeissä, joissa on sääntöjä. 4–6 -vuoden iässä lapset ymmärtävät jo suhteellisen nopeasti ja helposti leikin ohjeita. Säännöt voivat pikkuhiljaa olla monimutkaisempia ja ne ymmärretään pelkän sanallisen selityksen avulla. 5–6 -vuotias lapsi on valmis harjoittelemaan pyörällä ajamista ilman apupyöriä sekä hyppynarulla hyppimistä. Harjoiteltuaan näitä erityistaitoja, hän selviytyy myös erilaisissa ympäristöissä. (Anttila ym. 2007: 71–72; Autio – Kaski 2005: 25–26, 28; Numminen 1999: 75, 83; Karvonen – Siren-Tiusanen – Vuorinen 2003: 141; Shaffer 2000: 42.)

Neljän ja kuuden ikävuoden välillä lapsi osaa yhdistellä eri liikuntamuotoja, kuten esimerkiksi juoksemisen ja hyppäämisen. Myös koordinaatiokyvyt sekä hienomotoriset taidot paranevat. Edellä mainitut taidot mahdollistavat monipuolisten leikkien ja pelien käytön, kuten pallopelit, hippaleikit. Tämän ikäinen lapsi hallitsee tilankäytön; hän osaa etsiä tyhjää tilaa, vaihtaa suuntaa, pysähtyä ja tehdä useita toimintoja samanaikaisesti. Viidestä seitsemään ikävuoteen on otollista aikaa myös tasapainon kehittymiselle. (Autio – Kaski 2005: 28; Karvonen ym. 2003: 141; Karvonen 2000: 34–35; Zimmer 2001: 62–63.)

### 3.1.3 Kouluikä

Kouluun sopeutuminen asettaa vaatimuksia lapselle. Persoonallisuuserot ja tarkkaavaisuusongelmat voivat aiheuttaa ongelmia sopeutumisessa. Kaveriryhmään sopeutumisessa on tärkeää, että lapsi ymmärtää muiden tunteita, ajatuksia sekä motiiveja ja oppii toimimaan hyväksyttävällä tavalla. Itsetunnon muodostumiseen vaikuttavat muiden arviot ja reaktiot. Ryhmän sisällä jokaiselle rakentuu oma rooli. (Ahvenainen ym. 1999: 110; Anttila ym. 2007: 106–107, 111, 115, 121–122; Shaffer 2000: 42.)

Kuusi–seitsemänvuotiaalla sanat alkavat korvata toiminnallisia sekä kuvallisia malleja. Ajattelu muuttuu ymmärtämään symbolisia malleja sekä konkreettisten esineiden välisiä lainalaisuuksia. Esimerkiksi tilanne, jossa lapsi joutuu arvioimaan samaa veden määrää erimuotoisissa laseissa. Hänen ajatteluun ei enää vaikuta lasin muoto, vaan hän pystyy tekemään arvionsa siitä riippumatta. (Anttila ym. 2007: 101; Numminen 1999: 76; Sigelman – Rider 2003: 173; Shaffer 1999: 55.)

Motorisen kehityksen eriytyneiden liikkeiden vaiheessa (kuvio 1), seitsemästä ikävuodesta eteenpäin, liikkuminen on työkalu, jota käytetään arkipäivän tilanteissa. Tässä vaiheessa perusliikkeet, kuten tasapainon ylläpitäminen, liikkuminen ja käsittelytaidot hioutuvat, yhdistyvät ja tarkentuvat käytettäviksi yhä vaativampiin tilanteisiin. Liikunnan avulla lapsi voi kokeilla ja vertailla erilaisia välineitä ja telineitä. Naruhyppeily ja jalkapallon pelaaminen ovat esimerkkejä välineiden hyödyntämisestä. Oman kehon monipuolinen käyttö liikunnassa tukee lapsen kokonaisvaltaista kehitystä. Lapsen liikkumisen rajoittamista tai liian erikoistunutta harjoittelua tulisi välttää. On todennäköistä, että liian kapea-alainen ja lajikohtainen harjoittelu aiheuttavat ei-toivottuja vaikutuksia kehitykseen. (Autio – Kaski 2005: 28; Gallahue – Ozmun 2006: 53–54; Gallahue – Ozmun 1995: 88–89; Numminen 1999: 12–13.)

#### 4 PSYKOMOTORIIKKA MOTO-KERHOSSA

Psykomotoriikka on poikkitieteellinen ala, jonka juuret ovat 1950- ja 1960-luvuilla. Se on saanut vaikutteita psykologiasta, sosiologiasta, lääketieteestä, kasvatustieteestä, liikuntatieteestä ja erityispedagogiikasta. Suomessa käytössä oleva psykomotorinen lähestymistapa on saanut vaikutteita Saksasta, jossa sitä on käytetty kasvatuksen ja terapian alueilla. Psykomotorista lähestymistapaa on alettu soveltaa Suomessa 1990-luvulla. Suomessa toimii Suomen Psykomotoriikkayhdistys ry, joka muun muassa järjestää erilaisia koulutuksia aiheeseen liittyen. (Koljonen 2002: 33; Koljonen 2000: 22–23; Suomen Psykomotoriikkayhdistys ry.)

**Psykomotoriikka** -käsitteelle Koljonen (2005: 73) antaa kolme erilaista käyttötapaa. Hän toteaa, että sitä voidaan käyttää puhuttaessa psykomotorisesta kehityksestä, psykomotorisesta harjaannuttamisesta sekä kuvatessa psykomotoriikan lähestymistapaa. Psykomotoriikassa yhdistyvät psyykkiset ja motoriset tapahtumat kokonaisuudeksi. Siinä pyritään huomioimaan yksilön fyysismotoriset, psyykkiset, sosiaaliset ja kognitiiviset osa-alueet yhtä aikaa. Lapsi hankkii psykomotorisia kokemuksia koko persoonal- laan. (Koljonen 2002: 33; Zimmer 2001: 149.)

Psykomotoriikka tukee myönteisen minäkuvan kehittymistä ja siinä ominaista on leikinomaisuus, onnistumisenkokemukset, omatoimisuus, itsenäisyys, aloitekyvyn kehittäminen sekä positiivinen palaute. Kokonaisvaltainen kasvatusta ja persoonallisuuden kehittäminen perustuu havainnoimiseen ja liikkumiseen. Tavoitteena siinä on liikunnallisten elämysten avulla kehittää persoonallisuutta sekä tasoittaa motorisia heikkouksia ja häiriöitä. Psykomotoriikka on sovellettavissa erilaisiin liikuntalajeihin, se ei ole sidonnainen ympäristöön, esimerkiksi liikuntasaliin tai uimahalliin, vaan sitä voidaan toteuttaa missä tahansa. Psykomotorisen kasvatuksen tavoitteena on lapsen omatoimisuuden edistäminen sekä toiminta- ja kommunikaatiotaitojen kehittäminen ryhmässä. (Zimmer 2001:149; Koljonen 2005: 81; Koljonen 2002: 33.)

Psykomotoriikasta hyötyvät kaikki lapset, mutta erityisesti siitä hyötyvät lapset, jotka tarvitsevat tukea esimerkiksi liikunnallisten, kielellisten tai havaintomotoristen taitojen vahvistamiseen. Psykomotorisista harjoitteista hyötyvät myös lapset, jotka tarvitsevat omaan toimintaansa rohkaisua ja itseluottamusta tai joilla on keskittymis- tai käyttäytymisongelmia. (Koljonen 2005: 80–81; Miettinen 1999: 68–69; Rintala – Pienimäki – Ahonen – Cantell – Kooistra 1998: 721, 732.)

#### 4.1 Psykomotorinen harjaannuttaminen

Psykomotorinen harjaannuttaminen kannustaa lasta toimimaan itsenäisesti ja siten tukee lapsen ja nuoren toimintakykyä. Liikunta, jossa toteutetaan psykomotorista lähestymistapaa, aktivoi lasta yksilönä ja auttaa toimimaan ryhmässä. Psykomotoriseen harjaannuttamiseen perustuva liikunta ei käytä mallioppimista samalla tavalla kuin liikunnan opetuksessa yleensä käytetään. Siinä käytetään enemmän osallistujakeskeistä lähestymistapaa, joka edistää lasten ongelmanratkaisukykyä, oma-aloitteisuutta ja vuorovaikutustaitoja. (Koljonen 2005: 84–85; Koljonen 2000: 29.)

Psykomotorisella harjaannuttamisella ei käsitellä sarjaa irrallisia harjoituksia. Harjoitukset asetetaan lapsen kannalta mielekkääseen merkitysyhteyteen, jolloin leikki- ja harjaannuttamistilanteet koetaan elämyksellisenä kokonaisuutena. Esimerkiksi harjoitus, jossa vatsalaudat toimivat autoina. Lapselle annetaan tilaisuus tulkita tilanne omalla tavallaan ja mahdollistetaan lapsen omien ideoiden käyttäminen. Idea liikkumiseen on tarkoitus tulla lapsesta itsestään. Näin lapsi kokee onnistumisen tunteita ja on motivoitunut harjoitusten toteuttamiseen. (Koljonen 2000: 29; Zimmer 2007.)

Lapsi on liikkumisen kautta kosketuksessa materiaalisen ja sosiaalisen ympäristönsä kanssa. Hän oppii tuntemaan sen sääntöjä sekä lainalaisuuksia. Kehonsa kautta lapsi

tutustuu persoonaansa. Näiden kokemusten avulla luodaan perusta identiteetille. Psykomotorisen harjaannuttamisen tavoitteena on luoda vakaa pohja lapsen positiiviselle minäkuvulle. Sen painopisteenä on elämyksellisyys harjoituskeskeisyyden sijaan. Keskinäistä kilpailua tai suoritusten vertailua ei tehdä. Kun lapselle annetaan mahdollisuus kokea omat kykynsä, taitonsa ja tunteensa positiivisina, autetaan lasta rakentamaan myönteistä kuvaa itsestään. (Koljonen 2002: 33; Koljonen 2000:29; Zimmer 2001: 20.)

#### 4.1.1 Leikin merkitys psykomotorisessa harjaannuttamisessa

Leikeillä on keskeinen merkitys psykomotorisessa harjaannuttamisessa. Leikki ja liikunta ovat lapsen luontaisia ilmaisutapoja ja varsinkin pienillä lapsilla leikit ovat sidottuja liikkumiseen. Ne houkuttelevat lapsesta esiin tämän omaa aktiivisuutta ja motivoivat toimimaan. Liikuntaleikkien avulla lapsi harjoittelee sosiaalisia taitojaan, kehittää tunne-elämäänsä ja persoonallisuuttaan. Leikin avulla lapsi rakentaa sisäisiä malleja, joiden avulla hän pystyy ohjaamaan omaa toimintaansa. Niiden avulla lapsi löytää oman itsensä sekä ilmaisee itseään ja motiivejaan. (Koljonen 2005: 84–85; Koljonen 2000: 29; Numminen 1997: 84, 92.)

Lapsi nauttii leikin ilosta ja tyytyväisyyden tunteesta. Lapsi oivaltaa leikin kautta asioiden merkityksiä. Leikissä valintojen tekeminen ja tekemisen seurauksista oppiminen on jatkuva, tiedostamaton haaste lapselle. Leikissä lapsi voi oppia erilaisia tunne- ja vuorovaikutustaitoja, joita hän tarvitsee myöhemmin arkielämässä. Lapsi oppii ottamaan toiset huomioon ja pitämään omia puoliaan, ratkaisemaan erimielisyyksiä, kehittämään mielikuvitustaan ja vaalimaan luovuutta. Leikin avulla lapsi saa luvan tutkia ympäristöä ja sen mahdollisuuksia. Leikissä esineet, asiat ja ihmiset saavat uuden muodon. Leikki tarjoaa mahdollisuuksia uuden luomiseen eikä siinä ole oikeaa tai väärää. Turvallinen ympäristö luo mahdollisuuden oppimiselle. Lapsi välttelee osallistumista harjoituksen kokeilemiseen, jos jokin siinä tuntuu epämiellyttävältä tai jos lapsi vaistoaa siinä olevan nolatuksi tulemisen, epäonnistumisen tai hyväksikäytön mahdollisuuden vaara. (Autio – Kaski 2005: 42–44.)

Liikuntaleikit kehittävät lapsen perusliikuntataitoja sekä kestävyyttä, voimaa ja nopeutta, kuten myös liikkuvuutta ja koordinaatiota. Liikuntaleikeissä harjoitusta saavat yleensä kaikki suuret lihasryhmät eikä liikarazitusta synny, koska lapsella on mahdollisuus itse säädellä voimaa ja nopeutta. Liikunnan kautta lapsen kehontuntemus, muisti, huomiokyky, keskittymiskyky ja luovuus kehittyvät. Liikunnan tuomat onnistumisen kokemukset vahvistavat itsetuntoa. Lasten sosiaaliset taidot sekä luonteenpiirteet, kuten

rohkeus, rehellisyys ja itsehallinta, kehittyvät liikunnan avulla. Liikuntaleikit kehittävät myös tiedollista aluetta, kuten sääntöjen oppimista ja käsitteiden omaksumista. Kun lapset saavat päättää leikkien sisällöstä, toiminnan kulusta ja säännöistä, opittujen toimintojen ja taitojen kehittyminen tekee mahdolliseksi niiden toistamisen leikeissä. Tällaiset leikit opettavat lasta toimimaan tuntemattomien ja yllätyksellisten ratkaisujen kanssa. (Karvonen ym. 2003: 139; Miettinen 1999: 88; Numminen 1997: 92–93.)

Liikuntaleikkien antamat aisti- ja havaintokokemukset tuottavat lapselle iloa. Liikkueksaan lapsi hankkii ympäristöstään aistitietoa. Lapsi luo aistitiedon avulla itselleen mielekästä ja hauskaa motorista toimintaa. Hyvänä esimerkkinä monipuolisesta havaintomotorisesta harjoituksesta on hippaleikki. Liikunnan kautta voidaan käyttää hyväksi useiden eri aistien aistikokemuksia, jolloin kokemus on kokonaisvaltaisempi ja jättää syvemmän muistijäljen aivoihin. Liikunnan tulisi olla vaihtelevaa ja sisältää jaksotetusti lepoa. (Karvonen 2000: 25–26; Taipale-Oiva 2006:4–5.)

#### 4.2 Lasten liikuntakerho, Moto-kerho

Moto-kerho on Helsingin ammattikorkeakoulu Stadiassa toimiva, erityistä tukea tarvitsevien lasten liikuntakerho. Moto-kerhossa olevilla lapsilla kehitys saattaa poiketa kuvaamastamme kehityksenkulusta. Heidän kehityksensä voi olla viiveistä yhdellä tai useammalla kehityksen osa-alueella. Esimerkiksi heidän motoriset taitonsa voivat olla kolmevuotiaan tasolla, vaikka he olisivatkin iältään viisivuotiaita. Aution (1997: 64) mukaan psykomotorisilla harjoituksilla autetaan kömpelöitä, arkoja ja masentuneita lapsia saamaan itseluottamusta, rohkeutta ja kontaktivalmiutta.

Moto-kerhon toiminta perustuu psykomotoriikkaan. Kerhon keskeisiä tavoitteita ovat esimerkiksi lapsen kokonaiskehityksen tukeminen, leikinomainen liikunta ja koulua varten tarvittavien perusvalmiuksien harjoittelu esimerkiksi vuorovaikutustaidot. (Koljonen 2008.)

Liikunnan harrastamisella on vaikutusta lapsen kokonaisvaltaiseen kehitykseen. Liikunta vaikuttaa lapsen itsetuntoon, käsitykseen itsestä, fyysiseen minäkuvaan sekä sosiaalisuuteen ja ajattelutoimintaan. Tämän vuoksi sen tulisi olla hauskaa ja nautinnollista. Kerhossa tarjotaan lapsille liikuntaa leikinomaisesti ja harjoitteet laaditaan kaikille ryhmäläisille sopiviksi. Kerhoryhmiä on 4–6 -vuotiaille ja 7–10 -vuotiaille. Moto-kerhoryhmät ovat osallistujamäärältään pieniä. Ryhmässä on enintään kymmenen lasta ja ohjaajia on vähintään kaksi, jolloin mahdollistuu lapsen yksilöllinen ohjaaminen.

Kerho kokoontuu kerran viikossa ja yksi harjoituskerta on pituudeltaan 60 minuuttia. (Autio – Kaski 2005: 10; Koljonen 2008.)

Kerhossa toteutetaan aina samaa tuntirakennetta, joka auttaa luomaan pysyvyydellään turvallisuudentunnetta lapsille. Tunnin aluksi ryhmäläiset kokoontuvat kotipesään, joka on aina samassa paikassa salia. Kotipesään kokoonnutaan myös leikkien välissä. Ensin kerrataan kerhon säännöt ja johdatellaan kerhokerran teemaan. Ensimmäisenä leikkinä on vauhdikas juoksuleikki, esimerkiksi hippa. Hippaleikeissä lapsen tulee osata väistellä muita leikkijöitä, kartella kiinniottajaa sekä tarvittaessa ”pelastaa” kaveri jäämättä itse kiinni. Juoksuleikin jälkeen leikitään tarkempaa keskittymistä ja havainnointia vaativia harjoitteita. Esimerkiksi liikenneleikkiä, jossa lapsi havainnoi ja seuraa värien eli ”liikennevalojen” avulla leikin ohjeita. Näiden harjoitteiden jälkeen voidaan keskittyä rakentamaan yhdessä esimerkiksi erilaisia ratoja, joissa sen jälkeen leikitään.

Rakentamisvaiheessa ja erilaisten välineiden kanssa leikkiessä hyödynnetään lasten omaa mielikuvitusta. Esimerkiksi ison jumppapallon kanssa liikkua, ohjaaja antaa lapsille ensin ehdotuksen miten välineen kanssa voi liikkua. Tämän jälkeen ohjaaja antaa heille mahdollisuuden kokeilla liikkumista välineen kanssa haluamallaan tavalla. Tarkoituksena on, että kaikki toteuttavat liikkumista oman mielikuvituksensa mukaan samassa tilassa, samaan aikaan. Näin vältytään mahdollisesti epävarmuutta aiheuttavalta esiintymistilanteelta. Välineet haetaan ja palautetaan yhdessä säilytysvarastoon. Musiikkia voidaan hyödyntää erilaisissa leikeissä ja loppurentoutuksessa. Kerhokerta lopetetaan rauhoittumiseen ja rentoutumiseen.

#### 4.2.1 Välineillä luovuutta harjoitukseen

Moto-kerhossa käytetään paljon erilaisia välineitä. Välineiden avulla leikki- ja harjoitus-tilanteista voidaan tehdä lapsille mielenkiintoisia ja elämyksellisiä. Välineet yksin eivät tee liikunnasta psykomotorista kasvatusta (Zimmer 2001: 158). Harjoituksissa tulisi hyödyntää lasten omaa mielikuvitusta, jolloin ei anneta täysin valmiita ohjeita harjoituksen toteuttamiseen tietyllä välineellä. Näin harjoitukset tukevat lapsen itseohjautuvuutta. Liikuntasalissa, jossa käytettävissä ei ole luonnonmateriaaleja, voidaan käyttää erilaisia telineitä ja välineitä, esimerkiksi hernepusseja, palloja, mattoja, penkkejä ja van-teita. Tarkoituksena on, että lapset saavat itse ideoida ja kokeilla mieluista tapaa liikkua tietyn välineen kanssa. (Autio 1997: 64–65; Miettinen 1999: 89.)

Erilaiset välineet tekevät lasten liikunnallisista kokemuksista monipuolisia. Ne herättävät lapsien uteliaisuuden ja halun kokeilla, miten välineet toimivat ja mitä niistä voisi

esimerkiksi rakentaa. Pitkälle kehitetyt leikkivälineet eivät anna lapsille virikkeitä hyödyntää omaa mielikuvitustaan. Niiden käyttö on jo valmiiksi mietitty, jolloin omien leikkien keksiminen on vaikeampaa. Puolivalmiit, epätavalliset materiaalit sekä arkisten esineiden erilainen käyttö kannustavat lapsia luovuuteen ja kasvattavat heidän halua luoda leikkiväline itse. Välineiden tulee mahdollistaa lapsien yksilöllinen leikkiminen, mutta myös kannustaa leikkimään yhdessä toisten kanssa. Välineiden vaihtelulla houkutellaan lapsia harjoittelemaan toistuvasti samoja perusasioita ilman, että he kyllästyvät kyseiseen harjoitukseen. (Zimmer 2001: 158, 164–165; Karvonen ym. 2003: 102.)

#### 4.2.2 Ohjaajan tehtävä Moto-kerhossa

Lapsen yksilöllisyyden ja yksilöllisten erojen huomioiminen edellyttää ohjaajalta normaalin kehityksen tuntemista. Ohjaajan tehtävänä on suunnitella tunti niin, että käytettävät harjoitukset vastaavat kunkin ryhmäläisen yksilöllisiä tarpeita. Ohjaus on parhaimmillaan silloin, kun se on tarpeiltaan ja tavoitteiltaan yksilöllistä, yksilöä kunnioittavaa sekä omaehtoisuuteen ja valinnan mahdollisuuksiin pyrkivää. Ohjaajan tulee huomioida fyysismotorisia, sosiaalisia, tiedollisia ja taidollisia tarpeita mahdollisimman hyvin sekä luoda myönteisiä liikuntakokemuksia ja onnistumisen kokemuksia. Halu liikkua tulee syntyä lapsesta itsestään ja ohjaajan tulee osata tukea ja kannustaa sitä. Positiivisella rohkaisulla, tukemisella ja kannustamisella voidaan vaikuttaa lapsen haluun liikkua. (Autio 1997: 53; Autio – Kaski 2005: 10; Karvonen 2000: 10–11, 25–26; Karvonen ym. 2003: 96–97; Koljonen 2005: 81–83.)

Ohjaajan tulee tiedostaa ryhmäläisten kehitysvaiheet, jotta psykomotorinen lähestymistapa palvelisi parhaiten niiden tukemista. Kun ohjaus vastaa lapsen motorisen kehityksen tasoa, lapsi motivoituu työskentelemään ja hän saa vahvistusta itsetunnon. Liikunnassa tulisi taata yksilölliset mahdollisuudet oppimiseen ja kehittymiseen. Liikunnan tulee olla ensisijaisesti lapselle hauskaa ja nautinnollista, kilpailua korostamatta. Ohjaajan on tärkeää uskaltaa osallistua lasten keksimiin mielikuviin ja luovaan maailmaan. (Autio – Kaski 2005: 10–11; Karvonen 2000: 10–11,25–26; Karvonen ym. 2003: 96–97; Koljonen 2005: 81–83.)

#### 4.2.3 Ryhmäläisten havainnointi Moto-kerhossa

Havainnoimme kevätlukukaudella 2008 ohjaamaamme Moto-kerhoryhmää. Tehtyjen havaintojen avulla haluamme tuoda käytännön esimerkkejä opinnäytetyöhömmme. Havaitimme ryhmäläisillä motorista kömpelyyttä, vaikeutta ymmärtää sanallisia ohjeita sekä hankaluutta toimia ryhmässä ja vuorovaikutuksessa toisten lasten kanssa. Osalla

havaitimme myös yliviikkautta sekä keskittymisvaikeuksia. Osa ryhmäläisistä tarvitsi rohkaisua sekä itseluottamusta omaan toimintaansa. Ryhmäläiset tarvitsivat yksilöllistä tukea osallistuessaan erilaisiin harjoituksiin. Kerhossa käytimme sääntöjen kertomiseen apuna havainnollistavia keinoja, esimerkiksi kuvia.

Uudet leikit loivat ajoittain epävarmuutta ryhmäläisiin, minkä vuoksi osa ryhmäläisistä saattoi jäädä aluksi seuraamaan leikkiä sivusta. Ketään ei pakotettu osallistumaan kerhon harjoituksiin vaan lapset saivat itse päättää, koska olivat valmiita tulemaan mukaan leikkiin. Leikin tullessa tutuksi ja uudet säännöt ymmärrettyään lapset usein rohkaistui-  
vat osallistumaan niihin. Leikinomaisuus ja lasten omien ideoiden hyödyntäminen harjoituksissa kannusti heitä osallistumaan niihin.

Hippaleikit olivat Moto-kerhossa suosittuja. Lapset usein itse keksivät ja ideoivat, mitä hippaa leikitään. Osa lapsista piti hippana olemisesta enemmän kuin kiinniotettavana olemisesta. Hipassa lapsi joutuu keskittymään ja havainnoimaan useita ärsykeitä, esimerkiksi väistelemään muita juoksijoita, hallitsemaan omaa liikettään ja muistamaan leikin säännöt. Esimerkkinä Moto-kerhossa leikittävästä hipasta on ambulanssihippa. Siinä korostuvat leikkijöiden erilaiset roolit: ”kiinniottaja”, ”pelastettava” ja ”pelastaja”. Lapsen jäädessä ”kiinni”, hänen tulee mennä selinmakuulle jalat ja kädet kohti kattoa. Sääntöihin kuuluu, että ”pelastajat” vetävät ”pelastettavan” lattiaa pitkin pelastuspaikalle. Osa ryhmäläisistä eivät mielellään asettuneet ”pelastettavan” rooliin eivätkä halunneet itseään vedettävän pelastuspaikalle. Rauhallinen ja yksilöllinen ohjaaminen auttoi lapsia uskaltautumaan ”pelastettaviksi”.

Moto-kerhossa hyödynsimme erilaisia välineitä, kuten esimerkiksi ilmapalloja, vanteita ja leikkivarjoa. Välineiden avulla pyrittiin motivoimaan ja kannustamaan lapsia käyttämään mielikuvitustaan välineen kanssa liikkuesssa. Lapset innostuivat erilaisista välineistä ja niiden konkreettisuus lisäsi heidän haluaan osallistua toimintaan. Lapset huomioivat ja kiinnostuivat välineiden muodoista, väreistä ja niissä olevista kirjaimista sekä materiaaleista. Itsenäinen liikkuminen välineen kanssa innosti lapsia käyttämään mielikuvitustaan harjoituksessa. Ohjaajan tehtävänä leikissä oli antaa toiminnalle lähtökohta ja sen jälkeen kontrolloida sitä lasten ehdoilla. Huomasimme, että toiminnan ohjaaminen lasten ehdoilla onnistui parhaiten silloin, kun lapsia oli vähän suhteessa ohjaajien lukumäärään.

Kerhokerroilla hyödynsimme erilaisia teemoja. Teemakertaan saattoi kuulua esimerkiksi erilaisten ratojen rakentaminen. Niiden avulla lapset saivat monipuolisia aistikoemuksia radan eri tehtäviä suorittaessaan, esimerkiksi lasten vetäessä itseään narun



avulla puolipuilla olevaa penkkiä pitkin ylös. Ryhmäläiset nauttivat radan rakentamisesta ja siinä liikkumisesta. Rataan pyrittiin sisällyttämään monipuolisia harjoitteita, kuten tasapainoilu, esteiden ylittäminen, kiipeily ja ryömiminen.

Rauhoittumisessa hyödynsimme erilaisia välineitä (piikkipallo, maalitela), joiden avulla lapsi oli kosketuksissa toiseen kerholaiseen. Tarkoituksena oli tukea lasten välistä yhteistyötä ja harjoitella rauhoittumista toisen lapsen läheisyydessä. Ryhmäläiset eivät aina halunneet osallistua rauhoittumishetken harjoitukseen, joista konkreettisin esimerkki oli rentoutusharjoitus "viidakkopuu". Tässä harjoituksessa lapset asettivat päänsä vuorotellen toisen ryhmäläisen reiden päälle, jolloin he olivat kosketuksissa toisiinsa ilman välinettä. Osa lapsista kokee kosketuksen epämiellyttäväksi, minkä vuoksi he eivät halunneet osallistua harjoitukseen vaan seurasivat sitä sivusta.

Ryhmäläiset rohkaistuivat kevään aikana osallistumaan leikkeihin sekä tuomaan omia ideoitaan esille. He nauttivat liikkumisesta ja kokivat kerhon "omaksi jutukseksi". Ohjaajina pyrimme huomioimaan lasten leikkitoivomukset, joita hyödynsimme tunteja suunniteltaessa. Annoimme lapsille positiivista palautetta heidän toiminnastaan sekä kannustimme heitä kokeilemaan erilaisia harjoituksia.

## 5 ESITE MOTO-KERHOSTA

Tiedottamisella ja viestinnällä pyritään siihen, että sidosryhmät ymmärtäisivät organisaation tehtävän ja toiminnan terveyden edistäjänä. Se antaa myös kuvan ammatillisesta osaamisesta sekä korkeatasoisesta palvelusta. Viestinnän kautta välittyvät palvelun arvot, asenteet, taidot sekä tiedot. Terveystieteiden ulkoisessa viestinnässä oleellista on lisätä tietoa sidosryhmissä, kertoa palveluista, vastata tiedon tarpeeseen sekä synnyttää ja vahvistaa positiivista mielikuvaa. (Torkkola 2002: 124, 143.) Suunnittelemamme esitteen tavoitteena on informoida sidosryhmää eli erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhempia, Moto-kerhosta kuntoutuksen tukimuotona. Esite on linkki lasten yksilökuntoutusta suunnittelevien ja toteuttavien ammattihenkilöiden, vanhempien sekä Moto-kerhoa tarjoavan tahon välillä.

Esite on Ewlesin ja Simnetin (1995: 229) mukaan helppo laatia, pitää ajan tasalla sekä jakaa kohderyhmälle. Tietoa esitteen avulla voidaan jakaa myös ystäville ja sukulaisille. Vaikka välitön kohdehenkilö ei hyötyisi esitteestä, se on jotain jonka voi antaa eteenpäin. Esitteen etuna onkin vanhempien mahdollisuus tutustua materiaaliin myöhemmin itseksensä. (Sipilä 1999: 349.) Esitteestä suunnittelimme perinteisen paperisen version

lisäksi sähköisen version internettiin julkaistavaksi. Esitteen tiedot suunnittelimme niin, että siihen ei tarvitsisi ajan myötä tehdä suuria sisällöllisiä muutoksia. Ongelmana olivat instituutiomuutokset, jotka muuttavat nykyisen Kunto-Stadia -nimen Metropolia ammattikorkeakoulun myötä. Tämän vuoksi esite joudutaan päivittämään yhteistyökumppani Kunto-Stadian tietojen osalta syksyllä 2008.

### 5.1 Haastattelut osana esitteen suunnittelua

Seuraavaksi käsittelemme haastatteluista saatuja vastauksia. Haastattelimme lasten kanssa toimivia ammattihenkilöitä ja hyödynsimme saatuja vastauksia esitteen suunnittelussa. Vastauksiin on koottu yhteen haastateltavien vastauksia asiakokonaisuuksina. Emme erotelleet vastauksia haastateltavien mukaan. Haastattelun ensimmäinen kysymys kohdennettiin suoraan haastateltavaan henkilöön (liite 2). Ensimmäisen kysymyksen tarkoituksena oli saada tietoa haastateltavasta, missä hän työskentelee ja millaisten lasten kanssa. Sen avulla halusimme avata keskustelun ja johdattaa tulevaan aiheeseen. Tämän jälkeen muiden kysymysten tehtävänä oli tiedustella tarkemmin muun muassa esitteen tarvetta ja sisältöä.

Toinen kysymys (liite 2) kohdennettiin erityistä tukea tarvitsevien lasten liikuntakerhon tarpeeseen. Halusimme selvittää Moto-kerhon tarpeen työelämälähtöisestä näkökulmasta.

*Erityislasten määrähän on koko ajan lisääntynyt ihan pääkaupunkiseutua ajattelee niin täällä Helsingissä myös Vantaalla, Espoossa, kaikissa on lisääntynyt, esimerkiksi kouluissa erityisopetuksen määrä, joka antais viitteitä siihen, että enemmän tarvittais tämmöisiä kerhoa.*

*On tarvetta ja paljon. -- Musta tuntuu, että alle kouluikäisille tämmöistä pienryhmässä tapahtuvaa harrastusta, joka tukis tämmöstä laaja-alaisesti lapsen kokonaiskehitystä, on tosi vähän täskin kaupungissa et voin vain kuvitella mitä se on sitten jossain muualla et sitä ei varmaan ole.*

*Pitää muistaa se, että perusterveydenhuollon puolelta varmasti olisi ja on enemmän tarvetta, kun täältä erikoissairaanhoidon puolelta. -- Vaikeudet on suurempia, kun ne tulee tänne (erikoissairaanhoidon). Mutta sitä miten paljon sitä tarvetta on niin kun näille meidän lapsille olis, en osaa sanoa.*

Haastateltavat kokivat, että erityislasten määrä on kasvussa, jolloin kerhojen tarve on myös lisääntynyt. Haastateltavien mielestä Moto-kerholle on tarvetta.

Halusimme lisäksi tietää, kohtaavatko tällaisen liikuntakerhon kysyntä ja tarjonta haastateltavien mielestä.

*No ei valitettavasti. Se on tosi vähäistä (tarjonta), että me ollaan yritetty liikuntatoimen kanssa järjestää erityistä tukea tarvitsevien lasten ryhmää, sellainen on pyörinyt ja nyt mä ihan kauhukseni huomasiin, kun katoin noi-*

*ta nettisivuja, että se pienempien ryhmä on osanottajien vähyyden takia lopetettu tän kevään aikana. -- Et se on nyt ihan poikkeus. Yleensä ne on ihan täys ne ryhmät ja on ollut tunkua.*

*No tällä hetkellä taas meidän näkövinkkelistä ne kohtaa. Meidän talosta kaikki halukkaat on mahtunut mutta voin vain kuvitella, että te lähdette mainostamaan näitä ryhmiä niin voin kuvitella niin sitten varmaan tarjontaa on vähemmän kuin halukkaita.*

*Kasvanut (kysyntä) ainakin niistä päätellen mitä näitä yhteydenottoja tulee ehkä se voi johtua siitäkin, että tiedetään enemmän ja kiinnitetään huomiota enemmän myös terapeutit, opettajat. Sitä kauttahan ne monet ovat saaneet tiedon ja sittenhän ne vanhemmat sitten viime kädessä otavat senkin sit sen lopullisen yhteyden kotoa tänne.*

Kahden haastateltavan mielestä kysyntä ja tarjonta eivät kohtaa ja yhden mielestä ne kohtaavat. He, jotka kokivat etteivät kysyntä ja tarjonta kohtaa, sanoivat syyksi tarjonnan vähyyden. Haastateltavat toivoivat saavansa lukukauden alussa päivitettyä tietoa kerhosta, esimerkiksi onko ryhmissä tilaa. Kysynnän ja tarjonnan kohtaamisen arviointi on haastattelevien mielestä hankalaa, koska yhteydenotto kerhon järjestäjätahoon on vanhempien vastuulla.

Kolmas kysymys (liite 2) liittyi lasten ohjaamiseen Moto-kerhotoimintaan. Halusimme saada ammattilaisten näkökulman siitä, kenelle he suosittelevat Moto-kerhoa ja millaiset lapset siitä hyötyvät.

*Joo, kyllä olen (suositellut). -- No varmasti aika paljon mä perustelen sitä ensinnäkin sillä, että ryhmät ovat aika pieniä, eli on mahdollisuus tällaiseen yksilölliseen tukeen ja ohjaukseen. -- Ja sitten tietysti varmasti se lähestymistapa. -- Ettei ole kilpailua, on tätä tällaista onnistumisenkokemuksia, elämyksiä ja tuetaan sen lapsen omia voimavaroja, opetetaan sitä lasta itse oppimaan niitä taitoja et autetaan sillä tavalla. Ja se on niin kokonaisvaltainen. -- Ettei se ole mitään lajikohtaista harjoittelua. Siinä on fyysinen, psyykinen, sosiaalinen ja kognitiivinen puoli kokoajan yhdessä.*

*Sopii kyllä ihan kaikille lapsille kyllä tällainen Moto-kerho -tyyppinen et eihän se nyt sillain ole mitään erityistä. -- Lapsi on jollain tapaa niinku semmonen niinku erityistä tukea tarvitseva, että ei pärjää sellasissa isoissa niinku esimerkiksi koululiikuntaryhmässä tai on sitte niinku jollain tällaisella mukautetulla luokalla, erityisluokalla. -- Erityisesti nämä (lapset), jotka tarvii sitä yksilöllistä tukea enemmän ja heillä on ongelmia siellä esimerkiksi vuorovaikutustaidoissa, toisten kanssa toimimisessa ja ihan tällaisissa perusvalmiuksissa mitä esimerkiksi sitten ihan koulu vaatii niin tässä on tilaisuus harjoitella. -- (lapsia) joilla on lieviä motorisia ongelmia tai sitten niitten lisäksi voi olla kielellistä hankaluutta. -- Nämä kömpelöt, vetäytyvät mutta sitten myöskin nämä tällaiset jotka ovat kinesteettis-motorisesti kauheen aktiivisia niin he eivät pärjää isossa ryhmässä et he tarvii pienempää ryhmää ja aika strukturoitua ohjausta.*

*Se (Moto-kerho) asettuu tälläsen harrastuksen ja terapian välimuotoon et se on tuetumpaa kuin tavallinen harrastus, mutta ei niin yksilöllisesti kohdennettua kun yksilöllinen terapia. -- Ja tulis ainakin niitä onnistumisen*

*elämyksiä ja sitä kautta sitten vahvistais sitä oppimista ja sitten joku siemen siihen elämänikäiseen liikkumiseen saattaisi sitten syntyä.*

Jokainen haastateltava oli suositellut Moto-kerhoa lapsille ja he kokivat, että se sopii kaikille lapsille. Erityisesti siitä hyötyvät heidän mielestään lapset, joilla on sosiaalisia, kielellisiä tai lieviä motorisia ongelmia. Erityisen ohjauksen tarpeet sekä pienryhmätöiminta korostuivat jokaisessa haastattelussa. Moto-kerhon positiiviseksi puoleksi haastateltavat nimesivät käytössä olevan lähestymistavan, joka ei korosta lajitaitoja tai kilpailua, vaan antaa lapsille onnistumisen kokemuksia liikunnan avulla ja tukee liikunnallisten perusvalmiuksien kehittymistä.

Neljännän kysymyksen (liite 2) kohdensimme opinnäytetyömme tuotteeseen eli esitteeseen. Halusimme saada tietää ammattilaisten näkemyksen, mikä olisi heidän mielestään esitteen ensisijainen kohderyhmä sekä missä ja ketkä voisivat sitä jakaa.

*Etenkin näille perheille, joilla on varsinkin näitä erityistä tukea tarvitsevia lapsia. Ensisijaisesti heille. -- Mun mielestä vanhemmille, koska kyl mä ainakin koen sen, että meillä (ammattihenkilöllä) on niin ku siit riittävä tieto (kerhoista). -- Esitteet ois niinku vanhemmille, et me pystyttäis sit niinku antaa se esite. -- Me jaetaan erittäin mielellämme. Siis ihan niinku siis se ois tosi hyvä, että meillä olis jotain semmosta tiettyä tai et me voitais niinku antaa. -- Et se jotenkin niin kuin selventäis sitä mitä se ryhmä mahdollisesti sitten olis.*

*Mä nyt näkisin et tää nyt ennen kaikkea palvelis sitten nimenomaa näitä kuntoutuksen ja myös sitten ihan kasvatuksen ammattihenkilöitä, erityisopettajia, miksei luokanopettajia, erityis-, lastentarhan opettajia. -- Sitten sitä kautta kyllä vanhemmillekin sitä tietoa menis. -- Et ammattilainen voisi esitellä et tämmöistä olis siellä ja siellä et ottaa yhteyttä. Koska loppukädessähan aina kaikesta lapsen vanhempien on se vastuu ja päätös.*

*Nettiversiona olis se Kunto-Stadian kotisivuilla sitä vois mainostaa. -- Jos se olisi jostain saatavilla sähköisesti (helpottaisi saatavuutta). -- Sosiaali- ja terveyskeskukset, sairaalat, niin kuin kuntoutusyksiköt. -- Päivähoito ja neuvolatoiminta. -- Liikuntatoimi -- Toiminta- ja fysioterapeuteille. -- Puhe-terapeutit. -- Laaja-alaiset erityisopettajat. -- Suomen psykomotoriikkayhdistyksen on sen koulutuksissa ja muissakin lasten liikuntaan taikka lapsen kuntoutukseen liittyvissä koulutuksissa, messuilla, kongresseissa.*

Esitteen kohderyhmä jakoi jonkin verran haastateltavien mielipiteitä. Esitteen kohderyhmäksi haastateltavat nimesivät kaksi vaihtoehtoa: vanhemmat ja lasten kanssa työskentelevät ammattilaiset. Haastateltavat toivoivat, että esite olisi heidän työvälineenä, jonka he voisivat antaa vanhemmille kotiin luettavaksi. Heidän kokemusten mukaan puhutusta tiedosta jää vähän muistiin. Esitettä voitaisiin haastateltavien mielestä jakaa neuvoloissa, sosiaali- ja terveyskeskuksissa, sairaaloissa, kuntoutusyksiköissä, liikuntatoimissa, messuilla, kongresseissa sekä Suomen Psykomotoriikkayhdistyksen koulutuksissa. Esitteestä toivottiin myös sähköistä versiota esimerkiksi Kunto-Stadian internetsivuille.

Viidennessä kysymyksessä (liite 2) kysyimme esitteen sisältöön liittyviä asioita, kuten paljonko ja millaista taustatietoa sen tulisi sisältää.

*Mä haluaisin tietää kenelle se on suunnattu, missä se kokoontuu, miten usein ja ketkä sitä vetää, ja onko se jatkuvaa vai kertaluonteinen? -- Onko vaihtuvuutta paljon? -- Kuinka suuri ryhmä? -- ja mihin se perustuu? -- Mikä on sen tavoitteet? -- Mitä siellä tehdään? -- Mihin ottaa yhteyttä? -- mun mielestä tää psykomotoriikkayhdistyksen nettisivu. -- On tärkeätä et ne vanhemmat tietää (mitä kerho sisältää) ja ne osaa kertoa lapsilleen että mihin ne on menossa.*

*Siitä viitekehuksesta jotain, koska se sitten kertoo jotain sitä miten siellä ryhmässä sitten toimitaan ja edetään. -- Kerhon sisällöstä sitte varmaan se, että se on sellanen niinku pienryhmä. -- Haluaisin tietää nimenomaa sen mitä psykomotoriikka ei varmaan ihan jokapäiväiseen sanastoon liity, että se tavallaan lyhyesti siihen avattais -- Ei kilpailla, joka joskus on aika kova pala. -- ja sen mä niin kuin näkisin et just tää ettei vanhemmille tule mielikuva et siellä nyt lapsesta tehdään jalkapalloilijaa tai että tehdään voimistelijaa tai telinetaituria. -- Että tässä on tällainen laaja-alaisempi näkökulma kun vain joku liikunta/lajikohtainen niin kuin vaikka urheiluseurat taas nämä kerhot tai seurojen harjoitukset.*

Vastauksissa korostuivat käytännön asiat: kerhon yhteystiedot, minkä ikäisille lapsille kerho on tarkoitettu, kuinka suuri ryhmä on, montako ohjaajaa kerhossa on, missä se pidetään ja milloin. Esitteeseen haluttiin myös jonkin verran teoriaa esimerkiksi psykomotoriikasta ja kerhossa käytössä olevasta lähestymistavasta, joka on laaja-alainen, ei lajikohtainen. Haastateltavat toivoivat työelämään myös perustietoa Moto-kerhosta: pyöriikö Moto-kerho tällä hetkellä, minkä ikäisille ryhmiä on tarjolla, montako ryhmää on tarjolla ja onko ryhmissä tilaa.

Kysyimme haastateltavilta tulisiko esitteessä olla kuvia ja minkä pituinen sen tulisi olla.

*Kyllä (kuvia). Siis kyllä se tekee aina siitä sellaisen miellyttävän ja sen tekee mieli ottaa käteen ja lueskellakkin. -- Kuvat kertoo paljon enemmän, kuin ne sanat. -- Elävöittämään sitä ja antamaan sellaista konkreettista tuntua et mitä siellä tapahtuu. Ketä siellä on. -- Ainakin yks kuva, sellainen joka niin kuin kuvais sitä ryhmää ja joka motivoi ja innostaa ne lapset kun ne näkee että "ai sellaisia juttuja siellä tehdään". Sellainen havaintokuva vaikka ryhmäkerrasta, jossa lapset tekee jotain olis varmasti ihan kiiva ja ihan paikallaan. -- Että se jää mieleen.*

*Mä olen sitä mieltä, että lyhyt on aina helpompi hallita. -- Se ei sais olla kovin pitkä koska sit se jää lukematta. -- Semmonen tällänen (havainnollistaa paperiarkin avulla), ei montaa sivua. Siis varmaan joku tota siis yks aukeama. -- A4 kokoinen ja se on tehty tällaiseksi vihkoseksi, siihen vanhemmat ovat jotenkin tykästynyt. -- Ja vielä siitä muodosta et mä jotenkin näkisin sellaisen tietteste kun se taitellaan sellaiselle kolmelle haitarille niin se on vielä semmoinen optimaalinen koko.*

Kuvia toivottiin havainnollistamaan ja elävöittämään esitettä. Esitteen pituudesta haastateltavat olivat yksimielisiä. He halusivat sen olevan lyhyt ja ytimekäs, koska pitkää tekstiä harvoin jaksetaan lukea loppuun saakka.

Viimeisessä kysymyksessä (liite 2) halusimme selvittää onko esitteelle tarvetta ammatilaisten näkökulmasta.

*Kyllä mun mielestä se olis hirveen hyvä. Olis myös kiva antaa ihan kirjallista materiaalia periaatteessa kaikesta mitä informoi. -- Et olishan se mukavaa et se olis ihan esite jonka mä voin antaa. -- Kyl se varmasti hyödyttäis niin mä olen kokenut sen. -- Kyllä se aina, kun kerrot suu-sanallisesti niin siitä ei kaikki jää välttämättä heti mieleen. -- Sit vois kotonakin palata siihen mitä nyt tuli kuulluksi. -- Niin sitten olisi helpompi ottaa yhteyttä.*

Haastattelukysymyksiä lopuksi haastattelija tiedusteli, oliko haastateltavilla mielessä vielä jotain, mitä haastattelija ei ollut osannut kysyä. Haastateltavat muistivat usein tässä vapaamuotoisessa kohdassa asioita, jotka olivat aiemmin jääneet heiltä sanomatta. Esimerkiksi haastateltavat palasivat vielä tässä kohdassa esitteen rakentamiseen.

Yhteenvedon vastauksista voidaan todeta, että kaikilla haastateltavilla oli näkemys, minkälaisille lapsille Moto-kerho voisi olla apuna kuntoutuksen tukena. Haastateltavat olivat aikaisemmin suositelleet Moto-kerhoa lasten vanhemmille. He kokivat, että kerholle olisi tarvetta ja toivoivat päivitettyä tietoa kerhon toiminnasta. Haastatteluissa ilmeni ammattihenkilöiden tarve saada työvälineeksi jotain konkreettista materiaalia, joka olisi helppo antaa vanhemmille mukaan kotiin luettavaksi. Esitteen he toivoivat olevan lyhyt, ytimekäs ja sisältävän havainnollistavia kuvia. Tekstisisällöksi toivottiin teoretietoa sekä perusinformaatiota kerhosta. Esitteen yksi parhaista puolista haastateltavien mukaan on mahdollisuus tutustua tietoon myöhemmin. He kertoivat informoimisen toisinaan olevan hätäistä, jolloin arvokas tieto voi vanhemmilta jäädä saamatta. Esitteen avulla nämä tärkeät asiat saataisiin kiteytettyä ja informaatioon olisi helppo palata.

## 5.2 Esitteen luomisprosessi

Luova prosessi on jaettu Kettusen (2008) mukaan kolmeen eri vaiheeseen. Ensimmäisessä vaiheessa käydään läpi tosiasiat. Tähän kuuluu ongelman määrittely ja tiedon kerääminen. Toisessa vaiheessa käsitellään ideoita eli pidetään ideariihi. Tähän vaiheeseen kuuluu ideoiden kerääminen ja kehittäminen. Kolmannessa vaiheessa tehdään ratkaisuja, arvioidaan ideoita ja tehdään valintoja. Luovan prosessin tuloksena tuotetun esitteen vaatimukset ovat seuraavanlaisia: ulkonaisesti esitteen tai mainoksen tulee olla selkeä, looginen ja mielenkiintoinen. Sisällöltään sen tulee olla uskottava, moti-

voiva ja muistettavissa oleva. Yleisenä vaatimuksena on, että lopputuloksen tulee olla rehellinen ja hyvän maun mukainen.

Esitteen luomisprosessi alkoi tiedonkeruulla, jota teimme haastattelemalla ammattihenkilöitä sekä lukemalla kirjallisuutta. Haastatteluvastauksien avulla suunnittelimme esitteen tekstisisällön. Haastatteluiden kautta määrittyi myös tarve, johon esite tulisi vastata. Saatujen tietojen pohjalta pidimme ideariihen, johon osallistui esitteenteon yhteistyökumppanimme Sanna Aho. Hän opiskelee digitaalista suunnittelua Laurea-ammattikorkeakoulussa ja hänellä on tieto-taito auttaa suunnittelemamme idean toteutuksessa. Ideariihessä kävimme läpi erilaisia tapoja toteuttaa esite. Olimme keränneet erilaisia esitteitä, joista saimme esimerkkejä, miten esite voitaisiin taitella. Niiden pohjalta päädyimme meille sopivaan taittelumalliin.

Ideoimme esitteen sisältöä, miten asettelisimme kuvat ja asiatekstin sekä yhteystiedot. Piirsimme ideoidemme pohjalta luonnoksen esitteestä, johon perustuen yhteistyökumppanimme toteutti koeversion. Kokeilimme esitteeseen eri värejä (vihreä, sininen, oranssi, keltainen) ja arvioimme niiden soveltuvuutta. Ideoimme ja kirjoitimme esitteeseen painettavan tekstin. Teimme esitteestä yhteensä kymmenen erilaista koeversiota, ja kokeilimme viittä erilaista ulkoasua esitteelle. Esitteen kuvat otimme itse. Kuvausker-toja varten vanhemmat täyttivät meille kuvauslupa-anomuksen (liite 4).

Opinnäytetyön ohjauksessa kysyimme palautetta esitteen visuaaliseen toteutukseen sekä kirjalliseen sisältöön. Tekstisisällöstä pyysimme palautetta myös koulumme viestinnän opettajalta. Tekstisisältöä jouduimme muokkaamaan kymmenen kertaa. Palautteisiin perustuen teimme ensimmäisen pilottiversion, jossa yhdistyivät esitteen ulkoasu sekä tekstisisältö.

Tärkeä osa prosessia on arviointi. Kampanjassa useimmiten ensin suunnitellaan, arvioidaan ja lopulta toteutetaan. (Wiio – Puska 1993: 108.) Myös Ewles ja Simnet (1995: 229, 235) korostavat kirjallisen materiaalin testaamista kuluttajaryhmällä ennen käyttöä. Heidän mielestä paras tapa saada selville, millaiselle esitteelle on tarvetta, on kysyä kohderyhmältä itseltään. Halusimme noudattaa näitä periaatteita, joten pyysimme esitteen pilottiversiosta arviota haastateltujen ammattihenkilöiden ja ohjaamamme kerhoryhmän vanhempien lisäksi opinnäytetyön ohjaajilta, yhteistyökumppanilta, sekä koulumme markkinoinnin ja viestinnän opettajilta.

Haastattelemistamme ammattihenkilöistä neljä antoi meille palautetta. Heiltä sekä opettajilta saatu palaute koski pääosin tekstin järjestystä, sisältöä ja kirjoitusvirheitä.

Vanhemmilta saatu palaute oli positiivista ja se kohdentui enemmän ulkoasuun sekä kuviin. Kuvat toivat heidän mielestään esille hyvin sen, että lapsilla on hauskaa kerhossa. Positiivista palautetta saimme sisäaukeaman sivusta, jossa on kiteytettynä Moto-kerhon tavoitteet. Näiden palautteiden perusteella teimme esitteen virallisen version seminaareja varten. Seminaareissa esille tulleet muutosehdotukset teimme vielä lopulliseen versioon. Esitteen lopullinen versio annettiin haastattelellemme ammattihenkilöille sekä ohjaamamme Moto-kerhoryhmän vanhemmille.

### 5.2.1 Esitteen tekstisisällön valinta

Ongelmaksi esitteen kohdalla voi muodostua kiinnostuksen herättäminen. Jos esite ei herätä riittävästi kiinnostusta lukijassa, se päättyy suoraan kädestä roskakoriin. Haastatteluista saadun tiedon perusteella esite olisi luettavampi, jos se on lyhyt ja ytimekäs. Silloin mahdollisuus joutua heitetyksi roskakoriin pienenee. (Ewles – Simnett 1995: 229; Kettunen 2008.)

Esitteen visuaalinen rakenne ja rytmi ohjaavat lukijan katsetta. Asettelu auttaa ymmärtämään mainoksen viestiä korostaen samalla haluttuja osia. Parhaimmillaan asettelu on erikoinen ja ainutlaatuinen. Esitteen etusivun tulisi olla sellainen, että se jo itsessään herättää lukijan kiinnostuksen. Etusivun tulisi houkutelaa lukijan avaamaan esitteen ja lukemaan sen sisällön. Pelkän palvelun tai tuotteen nimi etusivulla ei riitä saavuttamaan lukijan kiinnostusta. Etusivun tulisi olla houkutteleva ja kiehtova. (Kettunen 2008; Yadin 2001: 70.) Kanteen halusimme mahdollisimman värikkään ja houkuttelevan kuvan, joka saisi potentiaalisen lukijan mielenkiinnon heräämään.

Esitteen (liite 5) etusivulle valitsimme rauhallisen kuvan, jossa on leikkivarjo ja poika (kuvio 2). Kuvan yläpuolelle sijoitimme pääotsikon Moto-kerho. Otsikolla on ratkaisevan tärkeä osa huomionherättämisessä. Otsikon lukuarvo tekstiin verrattuna on suurempi. Alaotsikot johtavat lukijaa leipätekstin kappaleisiin. Syyt, miksi tuote tai palvelu kannattaa valita, ilmoitetaan leipätekstiosuudessa. (Kettunen 2008.) Moto-kerho esitteessä etusivulla on kerhon nimi. Kettunen (2008) korostaa, että etusivulla tulisi olla pääotsikon lisäksi lukijaa houkutteleva alaotsikko, esimerkiksi huomiota herättävä kysymys tai innostava lausahdus. Päädyimme pohdinnan myötä jättämään alaotsikon pois, koska luotamme valitsemamme kuvan huomioarvoon. Esitteen toivottiin sisältävän niin yleistä tietoa Moto-kerhosta kuin sen taustafilosofiaakin. Leipä-



KUVIO 2: Esitteen kansikuva.



tekstiosuuteen valitsimme tietoa Moto-kerhosta, sen toimintaperiaatteista, tavoitteista ja käytännön järjestelyistä. Iskulauseemme ”siemen elinikäiseen liikkumiseen” muotoutui haastatteluiden pohjalta. Se tiivistää sanoman, jonka halusimme välittää lukijalle.

Esitteen asettelun optinen keskus on hieman keskiviivan yläpuolella. Tälle korkeudelle kannattaa asettaa esitteen tärkein viesti. Toiseksi paras paikka on sivun yläosa. Keski-aukeaman tarkastelussa lukija käyttää 80 % ajasta aukeaman oikealla puolella. (Kettunen 2008; Roivas 2008.) Mielenkiintoa herättämään teimme palstan, johon tiivistimme Moto-kerhon arvot ja toiminnan tavoitteet. Sijoitimme sen sivun oikeaan reunaan. Sen tarkoituksena on kertoa lyhyesti lukijalle miten lapsen kehitystä tuetaan kerhossa.

Tekstin ymmärrettävyyttä voi lisätä kiinnittämällä huomiota sen havainnollisuuteen, samaistumisen mahdollisuuteen, helppoihin sanoihin, lyhyisiin lauseisiin, ulkoasuun sekä mielenkiinnon herättämiseen. Tekstiä laatiessa tulee varmistaa, että se on kokonaisuudessaan looginen ja tuo esille kirjoittajan haluaman lopputuloksen. Teksti tulee muotoilla niin, että se palvelee kohderyhmää. Kielelliseen ymmärrettävyyteen tulee kiinnittää huomiota. Sitä heikentävät vaikeat sanat sekä pitkä ja monimutkainen lauserakenne. Pitkissä ja monimutkaisissa lauseissa lyhytaikainen muisti ylikuormittuu. Ideaali pituus lauseelle olisi maksimissaan 10–15 sanaa. Lauseiden ja kappaleiden pituuden vaihtelu lisää lukijan kiinnostusta tekstiin. (Wiio – Puska 1993: 64, 66–67; Yadin 2001: 71.)

Moto-kerhon lähestymistavasta ja tavoitteista kertoessa käytimme helposti ymmärrettävää kieltä ja jätimme ammattitermistön pois, koska se ei palvele kohderyhmää. Lauseista teimme lyhyitä ja selkeärakenteisia. Tämän avulla tekstin määrä pysyi yhdellä sivulla mahdollisimman pienenä. Tekstissä käytimme käytännönläheisiä ja havainnollistavia sanoja.

### 5.2.2 Esitteen kuvien valinta

Esitteeseen toivottiin myös kerhon toimintaa havainnollistavia kuvia, jotka kertoisivat mitä Moto-kerhossa tehdään. Haastateltavat kokivat kuvat yhdeksi tärkeimmäksi mielenkiinnon herättämisen keinoksi. Tekijänoikeus suojaa tekstejä ja kuvia luvattomalta käytöltä (Torkkola 2002: 133). Esitteen kuvat päätimme ottaa itse. Teimme julkaisemista varten kuvauslupa-anomukset (liite 4) ja pyysimme lupaa käyttää kerholaisten lausahduksia esitteessä. Kuvaukset suoritettiin kolmella eri kerhokerralla. Kuvia tuli yhteensä 300, joista valitsimme esitteeseen seitsemän kuvaa. Valinnan tekeminen oli vaativaa, koska hyviä vaihtoehtoja oli paljon.

Esitteessä käytettävistä kuvista tulee näkyä aktiivinen toiminta, joka liittyy selkeästi mainostettavaan asiaan. Kuvat herättävät huomiota ja luovat positiivisen mielikuvan lukijalle. Kuvien tulee olla yhteydessä asiakkaalle tarjottavaan palveluun tai tuotteeseen. Niiden avulla asiakas saa kuvan siitä, mitä hän on ostamassa. On kuitenkin huomioitava, että motivoivat tekijät eivät ole samoja kaikilla kohderyhmään kuuluvilla. (Kettunen 2008; Yadin 2001: 90–91.)

Kuvien todistusvoima on tekstiä tehokkaampi. Yksi iso kuva on parempi vaihtoehto esitteessä, kuin monta pientä kuvaa. Valokuva on parempi vaihtoehto, kuin piirretty kuva ja kuvatekstit luetaan yleensä tarkasti. Lasten käyttäminen mainoskuviissa on huomioarvoindeksiltään toiseksi paras huomion herättäjä heti julkisuuden henkilöiden jälkeen. (Kettunen 2008; Yadin 2001: 90–91.)



KUVIO 3: Aluksi puramme energiaa vauhdikkaaseen leikkiin.

Esitteen sisäaukeamalle sijoitimme kolme kuvaa, joiden kautta halusimme antaa lukijalle tietoa siitä mitä Moto-kerhossa on mahdollista tehdä. Kuvien asettelu esitteessä seuraa Moto-kerhon tuntirakennetta. Sisäaukeamalla, ensimmäisen sivun alareunassa, on kuva kipot ja kannet -leikistä (kuvio 3). Toiselle sivulle valitsimme kuvan lasten kanssa rakentamastamme radasta (kuvio 4), jonka teemana oli viidakko. Kolmanneksi kuvaksi otimme iloisen ryhmäkuvan, jossa kaikki heittävät ilmapalloja ilmaan (kuvio 5).



KUVIO 4: Viidakkoleikkiin rakennamme yhdessä tempuradan.



KUVIO 5: Ilmapallot ovat leikeissämmme pyrstötähtiä.

Alkuperäisenä suunnitelmana oli koota lasten lausahduksia esitteen takasivulle, yhteystietojen viereen. Lausahduksien saaminen lapsilta oli suunniteltua vaikeampaa, joten päädyimme käyttämään otettuja kuvia monipuolisemmin. Lausahduksille suunniteltu sivu sai uuden käyttötarkoituksen, kun päätimme laittaa siihen kuvia Moto-kerhosta. Tulostimme yhdelle kerhokerralle kuvat, joita ajattelimme esitteessä käyttää. Kuvien avulla yritimme innostaa lapsia kertomaan muun muassa mitä he muistavat kyseisestä leikistä, mitä siinä tehtiin, mikä oli kivaa? Samalla kaksi ohjaajaa kirjoitti muistiin esille tulleita asioita. Lopputuloksessa tämä ratkaisu näytti palautteiden perusteella toimivan hyvin.



KUVIO 6: ”Varjolla pyörittäminen on kivaa”.



KUVIO 7: ”Autolla leikittiin autopesulaa”.

Esitteen takasivulle (liite 5) vasempaan reunaan päädyimme valitsemaan kolme erilaista kuvaa. Ensimmäisenä on kuva lapsista pyörittämässä leikkivarjoa (kuvio 6). Toinen kuva on autopesulaleikistä (kuvio 7) ja kolmas kuva on loppurentoutumisesta (kuvio 8). Kuviiin 2-4 suunnittelimme itse kuvatekstit. Kuviiin 5-7 saimme lapsilta kommentteja, joita hyödynsimme kuvateksteissä.



KUVIO 8: ”Täs oli se tunnin loppu”.

Takakanteen päädyimme kirjaamaan toteutuspaikan sekä tiedusteluihin vastaavan henkilön yhteystiedot. Takakanteen painoimme myös esitteen tekijät sekä ammattikorkeakoulun logon, joka kertoo lukijalle missä esite on tehty.

### 5.2.3 Esitteen ulkoasun valinta

Asiantuntijayritys voi jakaa itsestään tietoa, mutta samalla halutaan myös lisätä uskottavuutta asiakkaan silmissä. Esitteiden kautta pyritään luomaan kuva syvällisestä osaamisesta tai se voi keskittyä markkinoimaan yrityksen ajattelutapoja ja toiminnan

tyyliä sekä filosofiaa. (Sipilä 1999: 348.) Esitteen ulkoisten elementtien sekä sisällön valinnan avulla pyrimme välittämään kerhon arvoja ja asenteita. Kerhon tärkeimpiin tavoitteisiin kuuluvat itsetunnon kehittymisen ja onnistumisen kokemusten luomisen lisäksi leikin kautta oppiminen. Tämän vuoksi halusimme myös esitteen olevan ulkoasultaan leikkisä.

Halusimme valita esitteen väriksi huomiovärin, joten valitsimme oranssin. Ammattikorkeakoulut Stadia ja EVTEK ovat yhdistymässä elokuussa 2008 ja näiden ammattikorkeakoulujen uusi nimi on Metropolia. Oranssi on myös Metropolian logossa mukana, joten halusimme tehdä siitä yhteisen tekijän Moto-kerhon ja koulun uuden nimen välille. Muutokset koulumme nimessä vaikuttavat esitteessä käytettävään logoon. Jouduimme pohtimaan, laitammeko esitteeseen vanhan logon, uuden vai molemmat. Päädyimme lopulta tekemään esitteestä kaksi versiota, joista toisessa on koulujen molemmat logot nähtävillä ja toisessa ainoastaan Metropolian logo. Tällä pyrimme vähentämään tarvittavien muutosten määrää esitteessä tulevaisuudessa.

Kirjallisen materiaalin tuottamisessa tulisi kiinnittää huomiota tekstin selkeyteen ja havainnollisuuteen. Esitteen ulkoasun tulisi olla laadukas ja rakentua hyvin valittujen sisältöideoiden varaan. Ulkoasua voidaan selkiyttää tekstin oikean fontin, värin ja asettelun avulla. Fontin tulee olla viestiin sopiva. Useamman erilaisen fontin käyttö tekee tekstistä rauhattoman. Yadin (2001: 72) kehottaa käyttämään vain kahta erikokoista fonttia. Pienaakkosten lukeminen on helpompaa. Isoilla kirjaimilla kirjoitettuja pitkiä tekstirivejä tulee välttää. Väreillä halutaan lukijan huomio sekä herättää mielikuvia tuotteesta. Kehyksillä voidaan estää lukijan syrjähyppy viereiseen tekstiin. Kehys korostaa esitteessä tärkeitä osia ja luo yritysimagea, jos se pidetään vakiona. (Ewles – Simnett 1995: 235; Kettunen 2008; Sipilä 1999: 349.) Fontin valinnassa päädyimme helppoluokiseen perusfonttiin. Moto-kerhon arvot tiivistettiin suuremmalla fonttikoolle, jotta ne herättäisivät huomiota. Kuvateksteissä käytimme kuitenkin pienempää fonttikokoa, koska niiden huomioarvo ei siitä kärsi.

Eräässä haastattelussa toivottiin, että esite olisi mahdollista saada pysymään pystyssä. Päätimme esitteen rakenteeksi yhden A4-kokoisen arkin, joka taiteltaisiin kolmeen osaan haitarille. Näin esite pysyy pystyssä kolmion mallisena. Kolmelle haitarille taitettuna esite olisi myös riittävän pieni mahtuakseen naisen käsilaukuun.

## 6 POHDINTA

Käsittelimme opinnäytetyössämme erityistä tukea tarvitseville lapsille suunnattua liikuntakerhoa, Moto-kerhoa. Siellä käytössä oleva psykomotorinen lähestymistapa auttaa tukemaan lapsen yksilöllistä kehitystä ja luomaan lapselle positiivista minäkuvaa. Mielestämme opinnäytetyömme aihe on ajankohtainen ja sille on tarvetta. Tekemissämme haastatteluissa ilmeni, että Moto-kerholle on kysyntää ja havaintojemme mukaan lapset kokivat sen tärkeänä harrastuksena. Mielestämme tietoa positiiviseksi koetusta liikuntakerhotoiminnasta kannattaa viedä eteenpäin.

Toiminnallisessa opinnäytetyössämme on kaksi osaa: kirjallinen raportti ja suunnittelemamme esite Moto-kerhosta. Kirjallinen raportti käsittelee käyttämiämme työmenetelmiä, lapsen kehitystä eri osa-alueilla, psykomotoriikkaa sekä esitteen valmistusprosessia. Esitteen kohderyhmänä on erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhemmat. Esite on tarkoitettu myös ammattihenkilöille, jotka työskentelevät erityistä tukea tarvitsevien lasten kanssa. Esitteen suunnitteleminen antoi meille mahdollisuuden luoda jotain uutta. Innostuimme toteuttamaan värikkään ja leikkisän, Moto-kerhoa hyvin kuvaavan esitteen. Koimme esitteen suunnittelun motivoivaksi käytännön tekemisen myötä.

Monipuolisen kirjallisuuden kerääminen psykomotoriikkaan liittyen oli haaste, etenkin kansainvälisen aineiston löytäminen. Tuorein alan kirjallisuus, lehdet ja tutkimukset ovat usein saksankielellä, jota kukaan meistä ei ole opiskellut riittävästi. Koimme, että kirjallisuutta esitteen ulkoasun valmistamiseen, markkinointiin ja haastatteluihin liittyen löytyi monipuolisesti.

Valitsemamme työmenetelmä, haastattelu, oli ensikertalaiselle haastava. Koimme sen vaativaksi, koska meillä ei ollut kokemusta haastattelun suunnittelusta tai toteutuksesta. Ensin oli perehdyttävä aiheeseen liittyvään teoretietoon sekä siihen, miten analysoida saatuja tuloksia. Teorian pohjalta laadimme haastattelurungon, jota noudatimme haastatteluja tehdessä. Lisäksi sovimme haastattelijan roolin haastatteluista varten. Olisimme voineet valita joustavamman lähestymistavan, jolloin haastattelija olisi voinut vaikuttaa enemmän haastattelun kulkuun. Hankalinta haastattelijan näkökulmasta oli se, ettei keskusteluun pystynyt osallistumaan luontevasti. Esimerkiksi jättää jonkun kysymyksen kysymättä, muuttaa niiden järjestystä tai esittää lisäkysymyksiä. Lisäkysymykset olisivat käsitelleet meitä kiinnostavia aiheita haastattelukysymyksiensä ulkopuolelta. Emme kuitenkaan kokeneet, että ne olisivat olleet oleellisia esitteen suunnittelun kannalta.

Haastatteluiden avulla saimme haluamamme tiedot työelämälähtöisestä näkökulmasta. Haastattelutilanteen koimme motivoivana, koska saimme suoran kontaktin työelämän asiantuntijoihin. Kysymysten asettelun ongelmat tulivat esille haastattelutilanteissa, joissa huomasimme kysymyksissä olevan päällekkäisyyttä. Huomasimme myös ensimmäisessä haastattelussa, joidenkin kysymysten kohdalla, haastattelijan johdatelleen haastateltavaa. Esihaastattelussa kyseiset ongelmat olisi mahdollisesti huomattu. Esihaastattelun tekeminen olisi myös tuonut varmuutta haastattelutilanteeseen. Haastatteluiden edetessä haastattelemisesta tuli kuitenkin luontevampaa eikä samanlaisia virheitä enää tapahtunut.

Jälkeenpäin totesimme, että kysymysten laatiminen oli haastavaa, koska teimme ensimmäistä kertaa haastatteluita ja laadimme sitä varten kysymyksiä. Lisäksi prosessimme oli vasta alussa, eikä meillä ollut selvää käsitystä opinnäytetyön tuotoksesta. Pohdimme haastatteluiden jälkeen, olimmeko valinneet työmme kannalta olennaiset kysymykset. Koimme, että haastattelukysymykset palvelivat tarvettamme hyvin ja pysyimme hyödyntämään saatua materiaalia esitteen suunnittelussa. Mietimme haastatteluprosessin päätyttyä, olisiko meidän pitänyt haastatella vanhempia, koska he olivat esitteen kohderyhmä. Heitä, ammattihenkilöiden lisäksi, haastattelemalla olisimme pystyneet huomioimaan kohderyhmän tarpeet esitteen suunnittelussa. Työmenetelmää valitessa emme osanneet varautua riittävästi analysointivaiheen työmäärään, esimerkiksi litterointi sekä vastausten analysointi vei paljon aikaa.

Moto-kerhon ohjaaminen toi käytännönläheistä näkökulmaa opinnäytetyöhömmä ja tuki kirjallisen raportin kirjoittamista. Ohjaaminen havainnollisti psykomotorista lähestymistapaa ja sen tavoitteita. Käytännön kautta ymmärsimme, millaista on toimia erityistä tukea tarvitsevien lasten kanssa: mitä heidän kanssaan toimiessa tulee huomioida ja mitä mahdollisia ongelmia toiminnassa voi olla. Osallistuvaa havainnointia teimme pääpiirteittäin, sen tarkoituksena oli havainnollistaa Moto-kerhon toimintaa opinnäytetyömme raporttiin.

Opinnäytetyön tuotokseen, esitteeseen, olemme todella tyytyväisiä. Prosessin aikana siitä tehtiin useita vedoksia, joiden avulla esite sai nykyisen muotonsa. Esite on mielestämme kokonaisuudessaan onnistunut. Sen ulkoasu on värikäs ja mielenkiintoa herättävä, sisältö on tiivis ja kohderyhmää palveleva. Yhteistyökumppanimme Sanna Aho on onnistuneesti auttanut meitä esitteen käytännön toteutuksessa. Koimme haasteeksi esitteen tekstin valinnan ja sen luettavuuden, jotta se palvelee mahdollisimman hyvin kohderyhmää. Tavoitteena oli, että esitteestä tulaisiin painamaan isompi erä, joka it-

sessään asetti sen laadulle suuret odotukset. Esimerkiksi kuvien ja tekstin valinta sekä asettelu tehtiin huolellisesti.

Esitteen valmistusprosessi sujui hyvin. Ainoastaan ammattikorkeakoulujen yhdistyminen loi epävarmuutta esitteen käyttömahdollisuuksille. Pelkäsimme, että esite jäisi kokonaan käyttämättä. Uudistuksien myötä muuttuvat muun muassa yhteystiedot, logot ja Kunto-Stadian nimi. Näiden tietojen päivittäminen jää yhteistyökumppani Kunto-Stadialle. Pohdimme ratkaisua tähän ongelmaan ja päätimme tehdä esitteestä kaksi erilaista versiota. Toiseen laitoimme sekä Stadian että Metropolian logot ja toiseen vain Metropolian logon. Molemmissa esitteissä on Kunto-Stadian logot. Toivomme tämän ratkaisun helpottavan esitteen päivittämistä tulevaisuudessa.

Kiinnostuksemme opinnäytetyömme aiheeseen säilyi koko prosessin ajan. Aihe yhdisti kolme erilaista persoonaa, jotka työskentelivät eri tavoin, yhteisen päämäärän saavuttamiseksi. Työskentelytapojemme parhaat puolet huomioimme esimerkiksi työnjaossa. Aikataulujen yhteensovittaminen oli toisinaan vaikeaa, koska etenkin esitteen suunnitteleminen vaati kaikkien läsnäoloa. Suunnittelua helpottivat meidän yhtenevät arvot ja näkemykset tuotoksesta. Koimme kolmen ihmisen yhteistyön positiiviseksi voimavaraksi.

Tulevaisuudessa opinnäytetyössä voitaisiin selvittää onko esitteelle ollut käyttöä. Tutkimuskysymyksiä voisi olla: Onko esite vastannut tavoitteeseensa, palveleeko esite vanhempia ja ammattihenkilöitä? Ovatko vanhemmat saaneet Moto-kerhosta tietoa esitteen avulla? Käyttävätkö perheet esitettä hyödyksi lasta motivoidessaan, esimerkiksi näyttävätkö he esitteen kuvia kertoessaan Moto-kerhosta lapselle?

Haluamme hyödyntää oppimiamme tietoja ja taitoja sekä saamiamme ohjauskokemuksia tulevaisuudessa. Kiinnostusta opinnäytetyömme aiheeseemme on ilmennyt Helsingin ammattikorkeakoulu Stadian ulkopuoliselta, liikuntapalveluja järjestävältä, taholta. Meille on tarjottu mahdollisuutta jatkaa erityistä tukea tarvitseville lapsille suunnattua liikuntakerhon ohjaamista.

## LÄHTEET

- Ahvenainen, Ossi - Ikonen, Oiva - Koro, Jukka 1999: Erityispedagogiikka 2. Erityiskasvatuksen käytäntö. Porvoo: WSOY.
- Anttila, Reija – Eronen, Sanna – Kallio, Minka – Kanninen, Katri – Kauppinen, Laura – Paavilainen, Petri – Salo, Saara 2007: PERSOONA2 KEHITYSPSYKOLOGIA. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Autio, Tuire 1997: Liiku ja Leiki. Motorisia perusharjoitteita lapsille. Lahti: VK-Kustannus.
- Autio, Tuire – Kaski, Satu 2005: Ohjaamisen taito. Liikunta tukemassa lapsen ja nuoren kasvua. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Eskola, Jari – Suoranta, Juha 2001: Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Osuuskunta vastapaino.
- Ewles, Linda – Simnett, Ina 1995: Terveystiedon edistämisen opas. Helsinki: Otava.
- Gallahue, David L. – Ozmun, John C. 1995: UNDERSTANDING Motor Development. Infants, Children, Adolescents, Adults. Wm. C. Brown Communications, Inc.
- Gallahue, David L. – Ozmun, John C. 2006: Understanding Motor Development. Infants, Children, Adolescent, Adults. International edition. McGraw-Hill Companies, Inc.
- Hirsjärvi, Sirkka – Hurme, Helena 2000: Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hirsjärvi, Sirkka – Remes, Pirkko – Sajavaara, Paula 2008: Tutki ja kirjoita. Helsinki: Yliopistopaino.
- Karvonen, Pirkko 2000: Hyppää pois! Lapsen motoriikan arviointi ja kehittäminen. Helsinki: Tammi.
- Karvonen, Pirkko – Siren-Tiusanen, Helena – Vuorinen, Riitta 2003: Varhaisvuosien liikunta. Lahti: VK-kustannus.
- Kettunen, Kaija 2008: Markkinointikurssi. Luentoyhteenveto. Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia. 29.1.2008.
- Koivikko, Matti – Sipari, Salla 2006: Lapsen ja nuoren hyvä kuntoutus. Helsinki: Vajaa-liikkeisten Kunto ry.
- Koljonen, Maija 2000: "Uskallan ja Osaankin" – Psykomotorinen harjaannuttaminen itsetunnon ja motoriikan tukemisessa, kun lapsilla on oppimisvaikeuksia. LIKES 129: Jyväskylä: Kopijyvä Oy.
- Koljonen, Maija 2002: Psykomotoriikka harjaannuttaa osaamaan ja uskaltamaan. Liikunta ja tiede 6/2002.
- Koljonen, Maija 2005: Psykomotorisen harjaannuttamisen mahdollisuudet. Teoksessa Rintala, Pauli - Ahonen, Timo - Cantel, Marja - Nissinen Anu (toim.): Liiku ja opi. Liikunnasta apua oppimisvaikeuksiin. Opetus 2000. Jyväskylä: PS-kustannus.



- Koljonen, Maija 2008. Lehtori. Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia. Asiantuntijahaastattelu 15.1.2008.
- Kronqvist, Eeva-Liisa - Pulkkinen, Minna-Leena 2007: Kehityspsykologia. Matkalla muutokseen. Helsinki: WSOY.
- Kuusinen, Jorma – Korkiakangas, Mikko 1991: Ihmisen kehitys elämänkaaren näkökulmasta. Teoksessa Kuusinen, Jorma (toim.): Kasvatuspsykologia. Porvoo: WSOY:n graafiset laitokset.
- Miettinen, Pauli 1999: Liikkuva lapsi ja nuori. Lahti: VK-Kustannus Oy.
- Niemelä, Eino 1998: Mototerapia kehityksessään viivästyneen lapsen kuntoutuksessa. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Numminen, Pirkko 1999: Kuperkeikka varhaiskasvatuksen liikunnan didaktiikkaan. Helsinki: Lasten keskus oy.
- Rintala, P. – Pienimäki, K. – Ahonen, T. – Cantell, M. – Kooistra, L. 1998: The effects of a psychomotor training programme on motor skill development in children with developmental language disorders. Human Movement Science 17/1998 s.721-737.
- Rintala, Pauli – Huovinen, Terhi 2007: Erityisryhmien liikunnasta erityisliikuntaan. Teoksessa Heikinaro-Johansson, Pilvikki – Huovinen, Terhi (toim.) 2007: Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Helsinki: WSOY.
- Roivas, Marianne 2008: Suomenkielen ja viestinnän työpaja. Tuotetyön tekstit: opas, ohje, kansio. Luentomuistiinpanot. Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia. 30.1.2008.
- Saari, Aija 2007: Erityistä tukea tarvitsevat lapset ja inklusio liikunnallisen iltapäivätoiminnan kehittämishankkeissa 2004-2007. Verkkodokumentti. <<http://www.likes.fi/fi/tutkimus/pdf/linet192.pdf>> Luettu 10.1.08
- Sandström, Marita 2008: Aistimus (sensation) ja havainto (perception). Psykomotoriikka toimintakyvyn tukena neurofysiologisesta näkökulmasta. Luentomateriaali. Stadia 28.3.2008.
- Shaffer, David R. 1999 (5<sup>th</sup> edition): Developmental Psychology. Childhood & Adolescence. Brooks/Cole Publishing Company.
- Shaffer, David R. 2000 (4<sup>th</sup> edition): Social & Personality Development. Wadsworth.
- Sigelman, Carol K. - Rider, Elizabeth A. 2003: Life-Span Human Development. Thomson Wadsworth.
- Sipilä, Jorma 1999: Asiantuntijapalveluiden markkinointi. Porvoo: WSOY.
- Sokka, Jenni 2005: Opin ja onnistun. Psykomotorinen harjaannuttaminen lasten liikuntakerhossa. Opinnäytetyö. Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia.
- Suomen Psykomotoriikkayhdistys ry. Verkkodokumentti. <<http://www.psykomotoriikka.info/>>. Luettu 7.3.2008.

- Sääkslahti, Arja 2007: Liikunta varhaiskasvatuksessa. Teoksessa Heikinaro-Johansson, Pilvikki – Huovinen, Terhi (toim.) 2007: Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Helsinki: WSOY.
- Taipale-Oiva, Sirpa 2006: Hippa, Litta, Natta: Hippaleikki havaintomotorisena kokemuksena. Jyväskylä: Haukkarannan koulu.
- Torkkola, Sinikka (toim.) 2002: Terveysviestintä. Helsinki: Tammi.
- Vilka, Hanna – Airaksinen, Tiina 2003: Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.
- Wiio, Osmo A. – Puska, Pekka 1993: Terveysviestinnän opas. Keuruu: Otava.
- Yadin, Daniel 2001: Creative Marketing Communications. A practical guide to planning, skills and techniques. 3<sup>rd</sup> edition. Great Britain: Cladys Ltd, St Ives plc.
- Zimmer, Renate 2001: Liikuntakasvatuksen käsikirja – Didaktis-metodisia perusteita ja käytännön ideoita. Helsinki: LK-kirjat.
- Zimmer, Renate 2007: Observation och motodiagnostik. Luentomateriaali. Föreningen forum för Psykomotorik. Tukholma 20.10.2007.



Hei,

Olemme fysioterapeuttipiskelijoita Helsingin ammattikorkeakoulu Stadiasta. Teemme opinnäytetyötä lasten liikuntakerhosta (moto-kerho). Tarkoituksenamme on laatia esite moto-kerhosta. Esitettä varten haluaisimme haastatella lasten kanssa työskenteleviä ammatti-ihmisiä. Haastatteluista saatua tietoa hyödynnämme esitteen laatimisessa. Opinnäytetyön ohjaajina toimivat lehtori Maija Koljonen p.0500-868142 ja yliopettaja Salla Sipari p.040-3342027.

Moto-kerho on Helsingin ammattikorkeakoulu Stadiassa toimiva lasten liikuntakerho, joka hyödyntää psykomotorista lähestymistapaa. Psykomotorisen lähestymistavan tavoitteena on edistää ja tukea liikunnan avulla ihmisen koko persoonallisuutta. Kerho on tarkoitettu erityistä tukea tarvitseville 4-10 -vuotiaille lapsille. Erityisen tuen tarpeessa olevat lapset tarvitsevat enemmän yksilöllistä huomiota ja tukea kasvaakseen, oppiakseen ja kehittyäkseen. Kerhon tarkoituksena on tukea ja edistää lapsen motorista ja psykososiaalista kehitystä turvallisessa ympäristössä.

Haastattelu kestää noin yhden tunnin ja se tullaan toteuttamaan työpaikallanne. Toivomme, että voimme nauhoittaa käymämme keskustelun. Nauhoitettu aineisto tuhotaan opinnäytetyön valmistumisen jälkeen. Osallistumisenne opinnäytetyömme haastatteluun on täysin vapaaehtoista ja teillä on oikeus keskeyttää tilanne halutessanne. Haastattelusta saatuja tietoja tulemme käyttämään opinnäytetyössämme, jossa anonymiteettinne tullaan säilyttämään.

Haluan osallistua opinnäytetyötä varten tehtävään haastatteluun ja annan luvan nauhoittaa käymämme keskustelun.

\_\_\_\_\_

pv

\_\_\_\_\_

Allekirjoitus

\_\_\_\_\_

Nimen selvennys

Ystävällisin terveisin,

Anna Helosvuori, anna.helosvuori@edu.stadia.fi, p.

Sari Kytöharju, sari.kytoharju@edu.stadia.fi, p.

Heidi Peltonen, heidi.peltonen@edu.stadia.fi, p.

## Haastattelukysymyksiä

- Kertoisitteko millaista työtä teette?  
Millaisten lasten kanssa työskentelette?
- Osaatteko sanoa paljonko erityistä tukea tarvitsevien lasten liikuntakerholle (moto-kerho) on tarvetta?  
Kohtaavatko kysyntä ja tarjonta?
- Oletteko ohjannut lapsia tällaiseen moto-kerho toimintaan?  
Millä perusteella suosittelette moto-kerhoa?  
Millaiset lapset hyötyvät teidän mielestänne moto-kerhosta?
- Osaatteko sanoa kenelle esite tulisi suunnata?  
Missä esitettä voitaisiin mielestänne jakaa?
- Paljonko ja millaista taustatietoa esitteen tulisi sisältää? Mitä haluaisitte tietää moto-kerhosta?  
Kuinka pitkä esitteen tulisi olla?  
Tulisiko mielestänne esitteessä olla kuvia?
- Onko ilmennyt tarvetta moto-kerhosta kertovalle esitteelle?

## Haastattelukysymyksiä

- Mikä on moto-kerho? Mistä lyhenne "moto" on tullut?
- Mistä syntyi idea tällaiselle moto-kerholle?
- Kauanko moto-kerhoa on täällä stadiassa pidetty?
- Millaisista lapsista ryhmät koostuvat/ovat koostuneet ? Millainen suosio kerholla on ollut kerhon aloittamisesta tähän päivään?
- Minkä ikäisille kerho on suunnattu? Kuinka monta lasta on yhdessä ryhmässä ? Mikä on yhden kerhokerran kesto? Montako ohjaajaa kerhossa on?
- Osaatteko sanoa paljonko erityistä tukea tarvitsevien lasten liikuntakerholle (moto-kerho) on tarvetta ? Onko tarve muuttunut (vähentynyt/kasvanut) vuosien varrella ?  
Kohtaavatko kysyntä ja tarjonta?
- Millä perusteella suosittellette moto-kerhoa?  
Millaiset lapset hyötyvät teidän mielestänne moto-kerhosta?
- Osaatteko sanoa kenelle esite tulisi suunnata?  
Missä esitettä voitaisiin mielestänne jakaa?
- Paljonko ja millaista taustatietoa esitteen tulisi sisältää? Mitä mielestäsi olisi oleellista tietää moto-kerhosta?
- Kuinka pitkä esitteen tulisi olla?  
Tulisiko mielestänne esitteessä olla kuvia?
- Pitäisikö esitteessä ilmetä että opiskelijat vetävät Stadiassa järjestettävää moto-kerhoa?
- Onko ilmennyt tarvetta moto-kerhosta kertovalle esitteelle?

Hei,

Olemme fysioterapeuttiopiskelijoita Helsingin ammattikorkeakoulu Stadiasta. Ohjaamme keväällä 2008 Moto-kerhon keskiviikon ryhmää ja teemme opinnäytetyötä aiheeseen liittyen. Tarkoituksenamme on laatia esite Moto-kerhosta. Esitteen tavoitteena on tuoda Moto-kerho konseptia tutuksi erityistä tukea tarvitsevien lasten perheille sekä toimia ammattihenkilöiden työvälineenä. Esitettä varten haluaisimme ottaa muutamia valokuvia elävöittämään esitettä. Haluaisimme myös hyödyntää opinnäytetyössä lasten suusta kuulemiamme kommentteja kerhosta.

Valokuvien käyttöoikeus jää opinnäytetyön tekijöille sekä Helsingin Ammattikorkeakoulun ja Suomen Psykomotoriikkayhdistys ry:n (Moto-kerhon yhteistyökumppani) koulutus-, tiedotus- ja julkaisu-toimintaan. Käyttöoikeus koskee painotuotteita, audiovisuaalisia välineitä ja internetiä.

Sitoudumme välttämään yksilökuvia eli lapsi esiintyy kuvissa vain parin kanssa tai ryhmän jäsenenä. Sitoudumme siihen, ettei kuvien käyttöoikeuksia luovuteta asiayhteydestä irrallaan muille ulkopuolisille tahoille, eikä hyödynnetä kuvia erikseen kaupallisesti. Valokuvausta ja lasten kommenttien käyttämistä varten tarvitsimme Teiltä kirjallisen suostumuksen. Valokuvaus tapahtuu kevään 2008 aikana.

LAPSEN NIMI: \_\_\_\_\_

Lapseni SAA osallistua kuvauksiin ja hänen lauseitaan SAA käyttää esitteessä: \_\_\_\_\_

omalla nimellä  peitenimellä

Lapseni EI SAA osallistua kuvauksiin ja hänen lauseitaan EI SAA käyttää esitteessä: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Päivämäärä

\_\_\_\_\_  
Allekirjoitus ja nimenselvennys

Pyydämme Teitä ystävällisesti palauttamaan suostumuksen täytettynä ja allekirjoitettuna 6.2.2008 mennessä. Halutessanne kopioimme Teille oman version sopimuksesta. Tarvittaessa annamme mielellämme lisätietoja.

Ystävällisin terveisin,  
Anna Helosvuori, Sari Kytöharju ja Heidi Peltonen

Opinnäytetyömme ohjaajina toimivat lehtori Maija Koljonen p.0500-868142 ja yliopettaja Salla Sipari p.040-3342027.

## Kannustavia liikuntaelämyksiä

Moto-kerho on liikuntakerho, joka sopii erityistä tukea tarvitseville lapsille. Liikunnan avulla lapset saavat monipuolisia kokemuksia omasta kehostaan sekä ympäristöstään.

Liikunta ja yhdessä toimiminen tapahtuvat leikinomaisesti lasten omaa mielikuvitusta hyödyntäen. Positiiviset liikuntaelämykset ja pienryhmätyöskentely tukevat lasten itsetunnon ja taitojen kehittymistä.

Moto-kerhon keskeinen lähestymistapa on psykomotorinen harjaantuminen. Tarkoituksena on tukea lasten kokonaisvaltaista kehitystä sekä huomioida kerholaisten yksilölliset tarpeet. Yksittäiset liikuntasuoritukset tai lajitaidot eivät ole harjoittelun päätarkoituksena.



Aluksi puramme energiaa vauhdikkaaseen leikkiin.

Moto-kerho toimii Helsingin ammattikorkeakoulu Stadian tiloissa Etelä-Haagassa ja se on perustettu 2000-luvun alussa.

- Ryhmät kokoontuvat kerran viikossa.
- Ryhmiä on 4-6- ja 7-10 -vuotiaille.
- Ryhmässä on kerralla enintään kymmenen lasta ja vähintään kaksi ohjaajaa.
- Ryhmät muodostetaan syys- ja kevätlukukausiksi.
- Ilmoittautuminen on aina lukukaudeksi kerrallaan.
- Ohjaajina toimivat sosiaali- ja terveysalan opiskelijat, vähintään yhden lukukauden kerrallaan.
- Opiskelijat toimivat ohjaavan opettajan valvonnassa.



Viidakkoleikkiin rakennamme yhdessä tempuradan.



Ilmapallot ovat leikissämme pyrstötähtiä.

**M**inäkuvan tukeminen  
**O**nnistumisen kokemukset  
**T**aitojen karttuminen  
**O**ma-aloitteisuus  
-  
**K**eskittymiskyvyn harjaantuminen  
**E**lämykset  
**R**entoutuminen ja rauhoittuminen  
**H**auska yhdessä toimiminen  
**O**ppimisvalmiuksien tukeminen

- Siemen elinikäiseen liikkumiseen -





”Varjolla pyörittäminen on kivaa”.



”Autolla leikittiin autopesulaa”.



”Täs oli se tunnin loppu”.

## YHTEYSTIEDOT

Helsingin ammattikorkeakoulu  
Stadia  
Vanha viertotie 23  
00350 Helsinki

Päivitettyt ryhmäaikataulut:  
[www.stadia.fi](http://www.stadia.fi) -> palvelut -> kunto-  
stadia -> ryhmät

Tiedustelut:  
Maija Koljonen  
Lehtori  
p. 09 - 310 812 44  
e-mail: [maija.koljonen@stadia.fi](mailto:maija.koljonen@stadia.fi)

**STADIA**  
HELSINGIN AMMATTIKORKEAKOULU

 **Metropolia**

[www.psykomotoriikka.info](http://www.psykomotoriikka.info)

Teksti: Anna Helosvuori, Sari Kytöharju, Heidi Peltonen  
Taitto: Sanna Aho  
Kuvat: Juha-Matti Nuuja



**KUNTOSTADIA**