



Tiivistelmän kirjoittaja: Mari Ruuth

Jokaisella lapsella on oikeus harrastaa ja kokea liikunnan iloa

Liike jatkuu – tieto tukee (Liito) -hanke oli Kuntoutussäätiön, Helsingin seudun erilaiset oppijat ry:n (HERO) ja Autismiyhdistys PAUT ry:n (aik. Helsingin Autismi- ja Aspergeriyhdistys ry) yhteishanke erityistä tukea tarvitsevien (ADHD, autismitkirjo, asperger, oppimisvaikeudet) lasten ja nuorten harrastamisen lisäämiseksi. Hanketta toteutettiin vuosina 2018–2022. Hanketta rahoitti Helsingin kaupunki ja se oli osa kaupungin liikkumishjelmaa.

Liito-hankkeen ensisijaisena tavoitteena oli lisätä helsinkiläisten erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten (7–29-v.) harrastamista, jotta mahdollisimman moni heistä löytäisi itselleen sopivan harrastuksen ja pystyisi jatkamaan harrastamista saamansa tuen avulla. Tämä päätavoite jakautui neljään (osa)tavoitteeseen: 1) Yksilö- ja ryhmämuotoinen tuki harrastamiseen ja harrastamisen jatkamiseen erityiskohderyhmän lapsille ja nuorille, 2) Vanhemmat, valmentajat ja opettajat osaavat ohjata paremmin erityisen tuen tarpeessa olevia, 3) Asenne erityisen tuen tarpeessa olevia ryhmiä kohtaan muuttuu tiedon avulla myönteisemmäksi ja 4) Avaintoimijat (Helsingin kaupungin eri toimialat, sote-järjestöt ja seurakunnat) tekevät yhteistyötä vaikuttavalla tavalla.

Keskeisimmät tulokset

Liito-hankkeessa tarjottiin yksilö- ja ryhmämuotoista tukea harrastamiseen ja harrastamisen jatkamiseen yhteensä 118 erityiskohderyhmän lapselle ja nuorelle (asetettu mittari 100 lasta/nuorta). Osa hankkeesta tukea saaneista sai sekä yksilö- että ryhmämuotoista tukea.

Ryhmämuotoisissa harrastuskokeiluissa nuoret saivat mm. onnistumisen kokemuksia ja rohkeutta kokeilla uusia lajeja. Alla on esimerkkejä harrastuskokeilujen tuloksista/vaikutuksista:

- Nuori, jonka kanssa tehtiin n. 6 eri NYT-liikunnan lajikokeilua ja joka on ollut erittäin liikkumaton, kertoi suunnittelevansa uikkareiden ostoa (uimassa ei ollut käyty).
- Nuori innostui mailapeleistä ja hankki sisäpelikengät ja oman mailan, jotta on kivempi pelailla. Hän sanoi käyvänsä itsenäisesti (käyty yhdessä n. 4 krt).
- Nuori innostui kuntosaliharjoittelusta siten, että käy itsenäisesti. Nuori jaksaa arjessaan ja hänen ryhtinsä, olemuksensa ja itsetuntonsa ovat parantuneet.

Kattavampaa arviointitietoa hankkeen tarjoamasta tuesta kerättiin lapsilta ja nuorilta kyselyn avulla vuosina 2020–2021. Saadut vastaukset kertovat tuen saamisesta poikkeusaikana. Enemmistö (92 %) kyselyyn osallistuneista kertoi saaneensa hankkeelta toivomaansa tukea harrastuksen löytämiseksi. Vastanneista 15 % kertoi löytäneensä sopivan harrastuksen. Reilu kolmannes (38 %) totesi puolestaan löytäneensä sopivan/kiinnostavan harrastuksen, muttei ollut vielä päässyt kokeilemaan sitä. Osa vastanneista kertoi, että sopivan harrastuksen etsimistä jatketaan Liito-hankkeen tuella.

Liito-hanke toteutti yhteensä 20 koulutusta helsinkiläisille liikuntaa järjestäville tahoille ja/tai lasten harrasteiden ja erityisryhmien parissa työskenteleville (mm. liikunta- ja urheiluseurat, kaupunki, järjestöt ja yritykset). Koulutuksiin osallistui yhteensä 144 tahoa (78 liikunta- ja urheiluseuraa sekä 66 muuta tahoa; asetettu mittari 50 tahoa).

Toteutetuista koulutuksista saatiin todella myönteistä palautetta. Arvioita pyydettiin 4-portaisella asteikolla (1 = Täysin eri mieltä ja 4 = Täysin samaa mieltä). Saadut keskiarvot sijoituivat välille 3,0–4,0. Koulutusten koettiin antaneen paremmat valmiudet kohdata ja ohjata erityistä tukea tarvitsevia lapsia ja nuoria harrastusten parissa (ka:t 3,1–3,3). Koulutukset koettiin myös kokonaisuudessaan hyödyllisiksi (ka:t 3,3–4,0). Alla on muutamia koulutuksista saatuja vapaamuotoisia palautteita:

“Vuorovaikutus, pisti hyvin pohtimaan omia asenteita ja käytäntöjä. Vahvisti inhimillisen kohtaamisen tärkeyttä, aitoutta.”

“Nyt tuotiin todella hyvin esille käytännön esimerkkejä ja herätettiin ajattelemaan niitä tilanteita omassa työssä ja erityislapsien kohtaamista.”

“Oppi paljon uutta, mitä voi peilata omaan tekemiseen.”

“Kokonaisuus itsessään kehitti jo nyt yleistasolla ja yksittäisissä tilanteissa osaamistani.”

Liito-hanke pyrki omalta osaltaan edistämään sitä, että avaintoimijat (Helsingin kaupungin eri toimialat, sote-järjestöt ja seurat) tekevät yhteistyötä vaikuttavalla tavalla. Yhteistyön lisääminen ja kehittäminen järjestö-, seura- ja kaupungin toimijoiden kanssa oli yksi hankkeen tavoitteista. Tavoitteen saavuttamiseksi hyödynnettiin kolmea keinoa (verkostoyhteistyön tehostaminen, osallistuminen muiden tahojen järjestämiin tapahtumiin ja koulutusmateriaalia eri toimijoiden hyödynnettäväksi).

Verkostoyhteistyön tehostaminen tarkoitti käytännössä mm. yhteydenpidon käytäntöjä, yhteissuunnittelua ja -kehittämistä, hyvin käytäntöjen jakamista, tiedotusta sekä markkinointia. Hanke kokoontui vuodesta 2019 alkaen Helsingin kaupungin liikuntapalveluiden ja eri tahojen edustajien kanssa ja yhteistyötä saatiin eteenpäin. Liito-hanke osallistui myös kaupungin liikuntapalveluiden käyttöön tulevien tuntikuvausten kooditusten tekoon ja liikuntapalvelujen nettisivujen kehittämiseen.

Lisätietoja

Erityisasiantuntija, KM Mari Ruuth, Kuntoutussäätiö

Lähteet ja muuta hyödyllistä aineistoa

[ADHD-oireisten lasten ja nuorten kohtaaminen joukkueurheilussa – ”Jalkapallo on ollut ihan parasta kuntoutusta”. 2019. Opinnäytetyö Riikka Tahvanainen, Laurea ammattikorkeakoulu. \(PDF\)](#)

[Hankekooste: Tietoa Liito-hankkeen tuotoksista ja tuloksista. 2022. Liike jatkuu – tieto tukee \(Liito\) -hanke. Kuntoutussäätiö, Helsingin seudun erilaiset oppijat ry \(HERO\) ja Autismiyhdistys PAUT ry. \(PDF\)](#)

[Liito-hankkeen mallinnus – Keinoja harrastustoiminnan valmentajille, ohjaajille sekä vapaaehtoisille erityistä tukea tarvitsevien lasten ohjaamiseen. 2021. Liike jatkuu – tieto tukee \(Liito\) -hanke. Kuntoutussäätiö, Helsingin seudun erilaiset oppijat ry \(HERO\) ja Autismiyhdistys PAUT ry. \(PDF\)](#)

[Liito – Liike jatkuu – tieto kulkee yhteenvetoraportti 2018–2022. Liike jatkuu – tieto tukee \(Liito\) -hanke. Kuntoutussäätiö, Helsingin seudun erilaiset oppijat ry \(HERO\) ja Autismiyhdistys PAUT ry. \(PDF\)](#)

[Liito – Opas valmentajille ja ohjaajille erityistä tukea \(autismikirjo, ADHD, oppimisvaikeudet\) tarvitsevien kohtaamiseen harrastustoiminnassa. 2022. Liike jatkuu – tieto tukee \(Liito\) -hanke. Kuntoutussäätiö, Helsingin seudun erilaiset oppijat ry \(HERO\) ja Autismiyhdistys PAUT ry. \(PDF\)](#)

[Puumalainen, J. 2021. ADHD-diagnoosin saaneiden lasten ja nuorten liikunnan tukeminen osallisuuden lisääjänä. Kuntoutus 1/2021, 48–51.](#)

[Yhteenvetoa nuorten harrastuksen aloittamista koskevista näkemyksistä ja ohjaajien kohtaamistaidoista. 2022. Liike jatkuu – tieto tukee \(Liito\) -hanke. Kuntoutussäätiö, Helsingin seudun erilaiset oppijat ry \(HERO\) ja Autismiyhdistys PAUT ry. \(PDF\)](#)

Kuntoutussäätiön Tutkittua tietoa -tiivistelmät