

**MITEN KAIKKI PELAA -
Erityisryhmien jalkapallotoiminta Suomessa**

Tero Vornanen ja
Markku Kallio
Pro gradu –tutkielma
Erityispedagogiikan laitos
Kasvatustieteen tiedekunta
Joensuun yliopisto
Syksy 2004

| | |
|-----------------------|---|
| Yliopisto | Joensuun Yliopisto |
| Tiedekunta, laitos | Kasvatustieteiden tiedekunta, erityiskasvatuksen laitos |
| Tekijät | Tero Vornanen ja Markku Kallio |
| Tutkimuksen nimi | MITEN KAIKKI PELAA – Erityisryhmien jalkapallotoiminta Suomessa |
| Tutkimuksen sivumäärä | 88 |

Tiivistelmä

Suomessa on Suomen Palloliitolta saamiemme tietojen mukaan 14 seuraa, joissa on erityisryhmien jalkapallotoimintaa. Olemme tutkineet 15 erityisryhmien jalkapallojoukkueen toimintaa kartoittavien kyselylomakkeiden ja syventävien teemahaastattelujen avulla.

Jaoin tutkimusongelmat kahteen suurempaan osa-alueeseen eli toimintaan ja sen kuvailuun sekä merkitykseen. Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, millaista erityisryhmien jalkapallotoiminta on sisällöltään, mitkä ovat sen erityispiirteet ja tavoitteet. Toisena osa-alueena oli toiminnan merkitys eri näkökulmista eli merkitys osallistujille vanhempien ja ohjaajien mielestä, merkitys vanhemmille ja ohjaajille sekä merkitys yleisesti. Lisäksi tutkimme arvostusta ja asenteita erityisryhmien jalkapallotoimintaa kohtaan.

Tutkimustuloksista ilmeni, että toiminta on liikunnallisesti varsin monipuolista. Joukkueiden toiminnassa on paljon samoja piirteitä, mutta joukkueilla on myös omat erityispiirteensä. Erona tavalliseen jalkapallotoimintaan koettiin joukkueiden ohjaamiseen liittyvät taidot, joita tarvittiin harjoitusten suunnittelussa ja ryhmien liikuttelemisen organisointiin liittyvissä taidoissa. Sosiaalista merkitystä pidettiin liikunnallista merkitystä tärkeämpänä. Seurojen suhtautuminen erityisryhmien jalkapallojoukkueeseen oli ristiriitaista. Seurat eivät vaikuta olevan kiinnostuneita kyseisestä toiminnasta vaikka antavatkin joukkueille näennäisen tukensa. Toimintaan suhtaudutaan pääosin positiivisesti, tosin ennakkoluulojakin ilmenee.

Avainsanat: erityisryhmien jalkapallotoiminta, erityisliikunta, Kaikki Pelaa – ohjelma, sosiaaliset taidot, arvostus

| | |
|-----------------|---|
| University | University of Joensuu |
| Faculty | The Faculty of Education, The Department of Special Education |
| Authors | Tero Vornanen and Markku Kallio |
| Title | MITEN KAIKKI PELAA – Football Activities of Special Groups in Finland |
| Number of pages | 88 |

Abstract

According to Finnish Football Association, there are 14 clubs in Finland which arrange football activities for the special groups. We have studied the activities of 15 special group football teams with questionnaires and deep interviews.

The study problems have been divided in two sectors, which are 1) the activities and their descriptions, and 2) the importance. The purpose of the study was to make clear the nature, the special features and the aims of the special group football activities. The other sector of the study focused on the importance of the activities from different standpoints, which were the importance to the participants from the parents' and the instructors' point of view, the importance to the parents and the instructors, and the importance in general. In addition, we study the status and the attitudes towards special group football activities.

The results indicated that the activities offer versatile physical exercises. There are a lot of similar qualities between the different teams but they also have their own traits. The instructor skills, which were required in planning of the exercises and organization of the groups, were considered as one point which was deviant from ordinary football activities. The social importance was seen as more significant than the physical importance. The attitudes of the clubs towards the football teams of the special groups were contradictory. The clubs do not seem to be interested in those kinds of activities even though they give the teams their ostensible support. People take up mainly positive attitude towards the special group football activities though they can be a bit biased too.

Key words: special group football activity, special physical activity, Kaikki Pelaa – program, social skills, status

| SISÄLLYS | sivu |
|--|------|
| Tiivistelmä | |
| Abstract | |
| 1 Johdanto | 6 |
| 2 Jalkapallo kasvattajana | 7 |
| 2.1 Jalkapalloperhe | 7 |
| 2.2 Jalkapallossa tarvittavia taitoja | 9 |
| 2.2 Kaikki Pelaa –ohjelma | 10 |
| 3 Erityisliikunnan käsite | 12 |
| 3.1 Erityisliikunnan merkitys | 15 |
| 3.1.1 Liikunta ja sosiaaliset taidot | 16 |
| 3.1.2 Liikunnan vaikutus minäkäsitykseen ja koettuun fyysiseen pätevyYTEEN | 20 |
| 3.1.3 Liikunnan kansantaloudellinen merkitys | 22 |
| 3.2 Lasten liikunnallinen kehitys ja siihen vaikuttavat häiriöt | 23 |
| 3.3 Erityisryhmien huomiointi pallopeleissä | 29 |
| 3.4 Perheen merkitys erityislapsen elämässä | 29 |
| 3.5 Arvostus ja asenteet | 32 |
| 4 Tutkimuskysymykset | 35 |
| 5 Tutkimuksen suorittaminen | 36 |
| 5.1 Tutkimuksen metodologia | 36 |
| 5.2 Kohderyhmä | 39 |
| 5.3 Aineistonkeruumenetelmät | 39 |
| 5.3.1 Haastattelu aineistonkeruumenetelmänä | 39 |
| 5.3.2 Kyselylomake aineistonkeruumenetelmänä | 41 |
| 5.4 Tutkimuksen toteutus | 42 |
| 5.5 Aineistonkeruu ja analysointi | 44 |

| | |
|--|----|
| 5.6 Tutkimuksen luotettavuus | 46 |
| 6 Tulokset | 48 |
| 6.1 Toiminta ja kuvailu | 49 |
| 6.1.1 Harjoitustapahtuma ja toiminnan erityispiirteet | 52 |
| 6.1.2 Tavoitteet | 56 |
| 6.1.3 Muu toiminta | 58 |
| 6.1.4 Vanhempien rooli | 59 |
| 6.2 Merkitys | 60 |
| 6.2.1 Toiminnan sosiaalinen merkitys | 60 |
| 6.2.2 Toiminnan liikunnallinen merkitys | 63 |
| 6.2.3 Toiminnan merkitys ohjaajille ja joukkueenjohtajille | 64 |
| 6.2.4 Ongelmat haasteina | 65 |
| 6.3 Arvostus ja asenteet | 66 |
| 6.4 Rahoitus ja kysyntä | 70 |
| 6.5 Vanhempien käsitykset erityisryhmien jalkapallotoiminnasta | 71 |
| 7 Pohdinta | 75 |
| 7.1 Toiminnan kuvailu ja sen erityispiirteet | 76 |
| 7.2 Merkitys | 79 |
| 7.3 Arvostus ja asenteet | 80 |
| 7.4 Toiminnan tulevaisuus ja kehittäminen | 81 |
| Lähteet | 84 |
| Liitteet | 89 |

1 Johdanto

Erityisryhmiin kuuluu yli miljoona suomalaista riippumatta erityisryhmän määritelmästä (Mälkiä & Rintala 2002, 6). Tutkimuksemme lähtökohtana on se, että erityisryhmille suunnattua ohjattua liikuntaa ei ole vielä riittävän paljon. Haluamme selvittää nimenomaan jalkapallon tilannetta erityisryhmien osalta, sillä onhan kyseessä maailman suosituin urheilulaji ja myös Suomessa yksi harrastetuimmista lajeista. Meillä itsellämme on jalkapallotausta pelaajina, joka edesauttoi tämän mieleisen aiheen valintaan. Lisäksi Suomen Palloliitossa on meneillään ”Kaikki pelaa” -projekti, jonka yhtenä tavoitteena on saada erityisryhmille pysyvää jalkapallotoimintaa eri seuroihin ympäri Suomea. Palloliiton tavoitteena on toimia siltana erityisryhmille toimintaa järjestävien seurojen välillä. Tämä projekti innosti myös meidät tutkimaan aihetta lähemmin.

Erityisliikunnasta tai erityisoppilaista liikunnan ryhmissä on tehty joitakin tutkimuksia etenkin Jyväskylän yliopistossa, kuten muun muassa Sami Varstalan Pro gradu -työ ”Erityisoppilas liikunnan opetusryhmässä” vuonna 1998 ja Aku Ahon Pro gradu -työ ”Yleisopetukseen integroitujen aistivammaisten oppilaiden mielipiteet ja viihtyvyys koululiikunnassa” vuonna 1999. Itse erityisryhmien jalkapallotoiminnasta ei ole tehty aiempia tutkimuksia ainakaan Suomessa, joten uskomme tutkimuksestamme olevan hyötyä erityisliikunnan ja etenkin jalkapallon parissa työskenteleville henkilöille.

Tarkoitus on myös auttaa perustan luomisessa niille, jotka haluavat aloittaa jalkapallotoiminnan erityisryhmille. Tällöin tutkimuksestamme tulee olemaan myös konkreettista hyötyä henkilöille, joita kiinnostaa erityisryhmille suunnattu jalkapallotoiminta. Viimeisten viiden vuoden aikana jalkapalloa harrastavat erityisryhmät ovat lisääntyneet selvästi, joten tutkimuksemme on tämän suhteen hyvin ajankohtainen.

2 Jalkapallo kasvattajana

2.1 Jalkapalloperhe

Jalkapallo on maailman suosituin urheilulaji. Päivittäin jalkapalloa pelaa noin miljardi ihmistä yli kahdessa sadassa maassa. Monelle muullekin pelille yhteinen peli-idea jalkapallossa kaikessa yksinkertaisuudessaan on tehdä maaleja ja estää vastustajaa tekemästä maaleja. Lisäksi jalkapallon erityispiirteenä voidaan pitää sitä, että palloa ei saa pelata käsin, paitsi maalivahti. Kaikilla muilla ruumiinosilla pelaaminen on sallittua, joskin suurin osa kosketuksista palloon ja sen liikuttelu tapahtuu jaloilla. (Suomen palloliiton Kaikki Pelaa –vihko 2002)

Jalkapalloperheen ylin kattojärjestö on kansainvälinen FIFA (Federation Internationale de Football Association), joka on perustettu vuonna 1904. FIFAn jäseniä ovat eri maanosien ja maiden liitot. FIFA järjestää muun muassa MM- ja olympiaturnaukset ja nuorten MM-kilpailut. Se myös vahvistaa vuosittain kansainväliset säännökset ja jalkapallosäännöt. FIFAan kuuluu kuusi maanosaliittoa, kuten UEFA (Union des Associations Europeennes de Football), johon eurooppalaiset jäsenliitot kuuluvat. UEFA on perustettu vuonna 1954. Suomalaisen jäsenliiton Suomen Palloliiton eli SPL:n tehtävänä on johtaa ja kehittää suomalaista jalkapallotoimintaa. (Suomen palloliiton Kaikki Pelaa – vihko 2002)

Suomen kansainvälisessä kilpailutoiminnassa on yli kymmenen eri maajoukkuetta niin tyttöjen, poikien, naisten ja miesten osalta. Suomen palloliitto on perustettu vuonna 1907 ja siihen kuuluu 12 alueellista piiriä, jotka järjestävät alueellista sarjatoimintaa, monipuolista lasten ja nuorten toimintaa, nuorten piirijoukkuetapahtumia sekä kouluttaa valmentajia ja seuratoimintahenkilöitä. Palloliiton ja piirien alaisuudessa toimivat jalkapalloseurat, jotka vastaavat käytännön ohjaus- ja valmennustyöstä yksilö- ja joukkueetasolla. Suomessa oli vuoden 2000 alussa 1100 jalkapalloseuraa, jotka ovat rekisteröityjä yhdistyksiä. Seurojen alaisuudessa toimivat joukkueet, joka tarkoittaa tyttöjä ja/tai poikia tai aikuisia, jotka haluavat harrastaa jalkapalloa. (Suomen palloliiton Kaikki Pelaa – vihko 2002) Seuroissa on yli 100 000 rekisteröityä pelaajaa. Suomen gallupin tutkimusten mukaan lähes 250 000 suomalaista harrastaa jalkapalloa. Harrastajamäärältään Suomen Palloliitto on Suomen suurin urheilun lajiliitto.

(www.palloliitto.fi/palloliitto/ 22.7.2004). Joukkueeseen kuuluu lisäksi 1-3 valmentajaa, 1-2 huoltajaa, joukkueenjohtaja ja rahastonhoitaja. (Suomen palloliiton Kaikki Pelaa –vihko 2002)

Suomen Palloliitto vastaa suomalaisen jalkapallotoiminnan kehittamisestä sekä kasvatus- että harrastustoiminnan ja kilpa- ja huippu-urheilun alueella ihmiskeskeisestä lähtökohdasta. Suomen Palloliiton tavoitteina ovat jalkapalloilumme pääsy kansainväliselle huipulle, lajin kehittäminen suosituimmaksi urheilulajiksi mukaan lukien katsojamäärät, Fair Play –hengen levittäminen toiminnan kaikille tasoille sekä liiton aseman parantaminen. (www.palloliitto.fi/palloliitto/ 22.7.2004)

Valmentajan tehtävänä on luoda monipuolisen liikunnan avulla hyvät fyysiset perusedellytykset, jotka auttavat jalkapallotekniikan ja –taktiikan perusteiden oppimisessa. Valmennuksella päästään sitä parempiin lopputuloksiin, mitä mukavampaa se on. Tärkeintä lasten valmennuksessa on se, että lasten oma kehittyminen on etusijalla, eikä niinkään joukkueen menestyminen. On myös tärkeää, miten peliin asennoidutaan ja sopeudutaan yhteisöön. Pelimenestystä tärkeämpiä ovat pysyvän myönteisen suhtautumisen synty urheilusuoritukseen sekä sosiaalisuuden kehitys. (Bisanz 1990, 11)

Toimivassa jalkapallojoukkueessa on selkeä tehtäväjako. Valmentajien ja ohjaajien toimenkuvaan kuuluu harjoitusten ja pelitapahtumien suunnittelu, toteutus ja harjoitusten ohjaus sovittujen sääntöjen mukaisesti. Huoltajien tehtävänä on huolehtia varusteista, kun taas joukkueenjohtaja hoitaa matkajärjestelyt. Rahastonhoitaja vastaa joukkueen taloudellisesta puolesta. Vanhemmat toimivat usein edellä mainituissa tehtävissä. Kaikkien vanhempien tehtäviin kuuluu ennen kaikkea lapsen tukeminen ja kannustaminen. (Suomen Palloliiton Kaikki Pelaa –vihko 2002)

Vanhempien rooli

Urheiluseurat järjestävät toimintaa lapsille ja aikuisille. Ilman lasten vanhempia urheiluseuroja ei olisi olemassa. Vanhempien toiminta urheiluseurassa on tärkeää heidän roolistaan riippumatta. Verkostoituminen muiden vanhempien kanssa voi auttaa monen kasvatuspulman ratkaisemisessa. Kentän laidalla voi saada muilta vanhemmilta

hyviä vinkkejä elämän kaikilta osa-alueilta. Vanhempien tehtävät voivat olla hyvinkin palkitsevia urheiluseurassa. Yhteinen harrastus lapsen kanssa antaa paljon mieleenpainuvia ja unohtumattomia kokemuksia.

(Nuori Suomi, Pelin henki –vihko 2003, 7)

Vanhempien roolina Nuoren Suomen Pelin henki –nimisen vihkon (2003, 7) mukaan on kiinnittää huomiota muun muassa seuraaviin asioihin: välittää ja vastata lapsesta, asettaa rajat, antaa lapsen yrittää ja oppia, myös erehtyä ja epäonnistua, noudattaa yhteisesti sovittuja pelisääntöjä, hyväksyä lapsi tuloksista riippumatta, elää mukana, näyttää esimerkkiä, malttaa mielensä, antaa ohjaajan ohjata ja tuomarin tuomita, puhua positiivisesti, kehua lasta ja innostaa ja kannustaa.

2.2 Jalkapallopelissä tarvittavat taidot

Bisanzin, Köppelin, Osieckin ja Vogtsin (1989, 9) mukaan jalkapallo on tyypillinen joukkuepeli, jossa menestykseen päästään sujuvan yhteistyön voimin, mutta joka kuitenkin jättää riittävästi vapautta henkilökohtaisille suorituksille ja kehittymiselle. Hänen mukaansa jalkapallon pelitaito perustuu pelaajien henkilökohtaiseen tekniseen taitoon, taktiseen osaamiseen, nopeuteen, voimaan ja kestävyYTEEN sekä henkisiin ominaisuuksiin. Mero, Vuorimaa ja Häkkinen (1990, 368-369) luettelevat jalkapalloilijan pelitaitoon liittyviä tekijöitä, joita ovat pelaajan henkilökohtainen taito, hyvä pelikäsitys sekä pelitilanteen vaatima nopeus, kestävyys ja voima. Kaikkien osa-alueiden tasapuolinen harjoittaminen kuuluu järkevään valmennukseen, jolla saadaan aikaiseksi myös tuloksia.

Luhtanen (1975, 9-10) luettelee suorituksia, joita pelaajan on hallittava ollakseen teknisesti sillä tasolla, että häntä voidaan pitää taitavana. Kyseisiä taitoja ovat muun muassa erilaiset syötöt ja potkut jalan eri osilla ja erilaisissa tilanteissa, pallon haltuunotto eri tavoin sekä maasta että ilmasta, pääpukkaukset eri tavoin, pallon kuljetukset eri tavoin, erilaiset harhautukset, juoksu rytmiä ja askelpituutta muuttaen, kääntäminen nopeasti eri suuntiin ja sivurajaheiton hallinta.

Maalivahdin on taas osattava teknisesti erilaisia torjunta-asentoja eri tavoin tulevaa palloa varten, pallon nyrkkeily, pelin avaus heittona sekä tarkasti potkaisten ja

heittäytyminen eri tilanteissa. Lisäksi maalivahdin on osattava teknisesti sijoittua ja liikkua yleisesti ja erikoistilanteissa oikein, käyttää merkkihuutoja peliä ohjaten ja avata peliä. (Luhtanen 1975, 9-10)

Taktisesti kenttäpelaajien on osattava liikkua oikein ilman palloa ja pallon kanssa, pelin merkkikieli, vartiointi, pelaajakohtainen ja eri pelaajapaikkojen taktiikka sekä hyökkäys- ja puolustustaktiikka ja erikoistilanteiden taktiikka aloituksessa, maalipotkussa, sivurajaheitossa, kulma-, vapaa- ja rangaistuspotkussa sekä erotuomaripallossa. (Luhtanen 1975, 9-10)

Pohjoismaissa saattaa melkein kaksi kolmasosaa pojista ja puolet tytöistä kuulua johonkin urheilujärjestöön ja näistä suuri osa etenkin jalkapalloseuroihin ja järjestöihin. Se, mitä tapahtuu jalkapalloharrastuksessa, koskettaa siis nuorisoa merkittävästi. Jalkapallon pelaaminen kehittää yhteistoimintakykyä, päämäärätietoista toimintaa, kärsivällisyyttä, sitkeyttä, tarkkaavaisuutta ja reiluutta motoristen taitojen lisäksi. Monet voivat myös löytää jalkapallon pelaamisesta yleisesti liikunnan ilon. Näiden lisäksi se voi kehittää monia muita henkisiä taitoja. (Venkula 1998, 39)

Jalkapallossa on monia eri tekijöitä, jotka vaikuttavat pelaajan kehittymiseen ja ”kasvamiseen”. Näitä tekijöitä ovat peli nopeana toimintana, valmentajat ja ennen kaikkea kanssapelaajat. Noin 13-vuotiaasta eteenpäin käyttäytymismallit omaksutaan vanhemmilta pelaajilta ja nuoremmat toimivat samoin kuin näkevät esim. maajoukkuepelaajan toimivan. Onkin tärkeää, että nämä esikuvat tiedostavat ”salaisen” kasvatustehtävänsä. (Venkula 1998, 39-40)

Jalkapallolla on merkittävä rooli kansojen, ihmisten, rotujen ja uskontojen välisten eriarvoisuuksien poistajana. Jalkapallo on oivallinen keino rasismien lieventämiseksi ja erilaisuuden kunnioittamisen lisäämiseksi. Instituutiona jalkapallo kampanjoi ihmisten eriarvoisuutta vastaan ja ihmiskunnan yhteisyyden puolesta. (Venkula 1998, 41)

2.3 Kaikki Pelaa –ohjelma

Suomen Palloliiton Kaikki Pelaa -ohjelma pyrkii siihen, että jokaisella lapsella ja nuorella on mahdollisuus harrastaa jalkapalloa omilla ehdoillaan. Nuorisotoiminnan

tavoitteena on tarjota jokaiselle reilu mahdollisuus saavuttaa oma henkilökohtainen huippunsa pelaajana, valmentajana, ohjaajana, seurahenkilönä, erotuomarina, juniorin valmentajana tai muuna toimijana. (Suomen Palloliiton Kaikki Pelaa –laatujärjestelmä –vihko 2001)

Kaikki Pelaa –ohjelma tarkoittaa, että lapsella ja nuorella on mahdollisuus liikkua ja oikeus tuntea itsensä tärkeäksi liikkuessaan. Lapsen ja nuoren tulee myös olla oikeutettu nauttia liikkumisestaan urheiluseurassa. Tutkimustulokset osoittavat, että turvallisen aikuisen läsnäolo ja kiitoksen ja kannustuksen ilmapiiri kehittävät merkittävästi lapsen ja nuoren tunnetta oman elämänsä hallinnasta. Arvopohja Kaikki Pelaa -ohjelmassa perustuu lapsen ja nuoren oikeuksiin. Jokaisella lapsella ja nuorella täytyy olla oikeus kannustavaan ja turvalliseen jalkapalloharrastukseen. (Suomen Palloliiton Kaikki Pelaa –laatujärjestelmä –vihko 2001)

Lapsille ja nuorille pyritään järjestämään mielenkiintoisia pelejä ja leikkejä erilaisissa olosuhteissa ympäri vuoden helpottaen mukaan tulemistä jalkapalloharrastuksen pariin milloin ja missä vain sekä luomaan mahdollisuus kasvaa ja kehittyä mihin tahansa unelmiin ja tehtäviin jalkapalloseurassa. Jalkapalloseuran tasolla pyrkimyksenä on uudistaa nykyinen lasten ja nuorten kilpailujärjestelmä ja kehittää jalkapalloseuran laatua sekä sopimus- ja kannustuskulttuuria. Ohjaajan ja valmentajan tasolla pyritään antamaan valmiudet jalkapalloharrastuksen ohjaamiseen lapsen ja nuoren omista lähtökohdista lähtien. Vanhempien tasolla pyritään antamaan uutta tietoa ja taitoa kannustaa lasta ja nuorta jalkapalloharrastuksessaan Yhteiskunnallisella tasolla pyritään ottamaan vastuuta lapsen ja nuoren päivittäisestä elämästä ja elämäntavoista yhdessä kodin, koulun, seurakunnan ja muiden tahojen kanssa. (www.palloliitto.fi/kaikki_pelaa/kaikki_pelaa-ohjelma/ 15.7.2004)

Kaikki Pelaa –ohjelmaan kuuluu myös Fair Play- eli Reilu Peli-periaate. Suomalainen jalkapallo on valinnut Fair Play –periaatteiksi yleisinhimillisesti merkittävät suvaitsevaisuuden, solidaarisuuden ja samanarvoisuuden arvot. Fair Play –periaatteet ovat sekä kirjoitettuja että kirjoittamattomia sääntöjä ja sopimuksia palkinnoista ja rangaistuksista. Reilun pelaamisen tapa harjaantuu pelaajaan pelin kannalta sääntöjenmukaisten, joukkueen ja vastustajan kannalta oikeudenmukaisten ja yksilön kannalta reilujen tekojen jatkuvan toiston kautta. Kyseessä on usein toistetut teot, joiden

perustan ymmärtää vähitellen ja ne muuttuvat yhä automaattisemmaksi käytökseksi, joka ilmenee aina tarvittaessa. (Venkula 1998, 62-63)

3 Erityisliikunnan käsite

Suomen liikuntakulttuurissa alettiin puhua erityisryhmistä 1960-luvun loppupuolella, mutta itse termi ”erityisryhmien liikunta” vakiintui yleiseen kielenkäyttöön 1970-luvulla. Kansainvälisessä liikuntaan liittyvässä terminologiassa käsitteet ”adapted physical activity” eli soveltava liikunta ja hieman pienemmässä merkityksessä oleva ”sports for disabled people” eli vammaisten liikunta ovat vaikuttaneet myös Suomen liikuntakulttuurin alueen käsitteisiin. (Erityisryhmien liikunta 2000-toimikunnan mietintö, 7)

Adapted physical activity –käsite otettiin käyttöön kansainvälisesti paljon aikaisemmin kuin Suomessa. Sellaiset käsitteet kuin yksilöllinen, terapeuttinen, kehittävä, korjaava tai parantava, ovat olleet termejä, joita on käytetty englanninkielisessä kirjallisuudessa erityisliikunnasta puhuttaessa. Nykyisin käytetään yleensä käsitettä soveltava liikunta. Suomessa erityisliikuntaa tai soveltavaa liikuntaa (adapted physical activity) pidetään kattoterminä ja soveltavaa liikunnanopetusta (adapted physical education) pääasiassa koulussa tapahtuvana liikuntana. (Mälkiä & Rintala 2002, 7)

Viimeisten kolmenkymmenen vuoden aikana erityisliikunta on vähitellen kehittynyt omaksi ammattialueeksi ja samalla parantanut ja vahvistanut yhteistyötä eri tieteenaloihin, etenkin liikuntatieteisiin. Erityisliikuntaa pyritään kehittämään koko ajan tekemällä uusia tutkimuksia ja myös laajentamalla kansainvälistä verkostoa. Keskeiseksi teemaksi erityisliikunnassa on noussut teorian ja käytännön tehokas yhdistely sekä integraatio. (Doll-Tepper 2001, 5)

Erityisryhmien liikunta 2000-toimikunnan mietintö on määritellyt vuonna 1981 erityisryhmien liikunnan käsitteen seuraavasti:

” Se on sellaisten henkilöiden liikuntaa, jolla on sairauden, vamman tai toimintarajoitteisuuden vuoksi vaikeuksia harrastaa riittävästi liikuntaa ja käyttää yleisiä

liikuntapalveluja tai joille liikunnalla on erityistä terveydellistä ja kuntouttavaa merkitystä.”

Kyseinen määritelmä koskee etenkin vammaisia, pitkäaikaissairaita ja yli 65-vuotiaita henkilöitä. Myöhemmin on vielä todettu, että eläkeikäisistä ihmisistä tulisi laskea erityisryhmiksi liikunnassa lähinnä sellaiset henkilöt, joiden toimintakyky on ikääntymisen takia selvästi heikentynyt tai joilla on pitkäaikaissairaus tai vamma. (Erityisryhmien liikunta 2000- toimikunnan mietintö 1996, 7)

Erityisryhmien jalkapallotoiminta keskittyy pitkälti pitkäaikaissairaiden ja käyttäytymishäiriöisistä aina vaikeasti kehitysvammaisten valmennukseen ja toiminta on ainakin tällä hetkellä suunnattu pääosin lapsille ja nuorille, joten eläkeiän liikunnallisia ongelmia ei tässä tutkimuksessa käsitellä.

Liikunnallisiin erityisryhmiin voidaan sisällyttää muun muassa sosiaalisesti sopeutumattomat nuoret, joilla on sosiaalisia esteitä liikuntaan osallistumiseen. Näille liikunnalla voi olla erityinen kasvatuksellinen merkitys. Erityisryhmiin voi myös kuulua päihdeongelmaiset sekä kriminaalihuollon piiriin kuuluvat henkilöt. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 13).

Erityisryhmien liikunnan käsitettä selventää myös Sherrillin määrittely, jossa sanotaan että erityisryhmien liikunta tarkoittaa laajaa palvelujen tuottamiseen tähtäävää järjestelmää, joka on suunniteltu ratkaisemaan ja tunnistamaan ongelmia liikunnan harrastamisen alueella. Nämä palvelut sisältävät henkilökohtaisten soveltavien liikuntaohjelmien tekoa, psykomotoristen taitojen arviointia, neuvontaa, kehittävää ja/tai ohjeita antavaa opetusta sekä palvelujen ja voimavarojen koordinoitua siten, että erityisryhmiin kuuluvat henkilöt voivat saada mahdollisimman paljon positiivisia kokemuksia liikunnasta. Kyseisiä palveluja voi antaa esimerkiksi erityisryhmien liikunnan asiantuntija tai yleisen liikuntakulttuurin edustaja, joka on hankkinut erityisosaamista alueella. Erityisryhmien liikuntaa voi olla yleisen liikunnan kanssa samassa, kokonaan omassa piirissään tai jossakin näiden yhdistelmässä. Täten erityisryhmien liikunta voi saada rahoitusta sille erikseen tarkoitetuista lähteistä, yleisen liikunnan rahoituksesta tai molemmista. (Sherrill 1992, 21-22)

Yksilön sopeutuminen ympäristöön alkaa syntymästä ja se on prosessi, joka jatkuu koko elämän. Sopeutumista varten pitäisi luoda yksilöllisiä kokemuksia, jotka auttavat sopeutumaan ympäristöön. Sopeutumiseen vaikuttavia tekijöitä ovat älykkyys, fyysinen olemus ja luonne. Mitä älykkäämpi lapsi on, sitä paremmat ovat hänen mahdollisuutensa ohjata ja kontrolloida hänen käyttäytymistään. Suurempi älykkyys mahdollistaa sen, että lapsi osaa ennakoida tiettyjen toimintojensa seuraukset ja hän toimii sen mukaisesti. Lapset, jotka ovat älyllisesti heikkolahjaisia oppivat sosiaalisesti hyväksyttävää käyttäytymistä, uusissa ja odottamattomissa tilanteissa he ovat kykenemättömiä käyttämään opittua käyttäytymistä. Fyysinen olemus on tärkeä tekijä käyttäytymisen suuntautumisen kehityksessä, koska se vastaa toisten fyysistä ominaisuuksista kuten kehon kuvasta. (Fait 1978, 34-35)

Pienetkin poikkeamat esimerkiksi painossa tai pituudessa saattavat aiheuttaa kiusaamisen tai nauramisen kohteeksi joutumista. Vammaisen yksilön sopeutumisella on usein merkittävä vaikutus vuorovaikutuksen luonteeseen sosiaalisessa ympäristössä, siihen miten vammainen on suhteessa muihin. Käyttäytymisen vivahteet ovat vaikutuksessa siihen, mitä kutsutaan yleensä luonteeksi vaikka tutkimukset osoittavat vivahteiden johtuvan rauhastoiminnasta. Tiedetään, että yksilön persoonallisuus on vaikutuksissa esiintyneeseen tasapainon puutteeseen tai häiriöön eri rauhasissa. Esimerkiksi kilpirauhasen vajaatoiminta saattaa aiheuttaa laiskuutta, tylsistymistä ja masennusta kun taas liikatoiminta aiheuttaa yliaktiivisuutta, kireyttä ja levottomuutta. (Fait 1978, 34-35)

Erityisryhmien liikunnan käsitteeseen kuuluu erityisesti se, että liikuntaa sovelletaan tai muunnetaan sellaiseksi, että harrastajan sairaus tai vamma otetaan huomioon. Erityisryhmien liikunta kattaa kaiken huippu- ja kilpaurheilusta kunto- ja virkistysliikunnan kautta kuntouttavaan liikuntaan saakka. Käytännössä erityisryhmien liikuntatoiminnasta suuri osa on luonteeltaan kunto- ja virkistysliikuntaa, johon liittyy osaltaan myös terveystavoitteita. Myös vammaisten henkilöiden kilpaurheilussa on usein mukana kuntoutuksellisia tavoitteita. (Erityisryhmien liikunta 2000-toimikunnan mietintö 1996, 8)

Käytännössä erityisryhmien liikunnan käsitteeseen kuuluvat vammaisurheilu, koulujen erityisliikuntakasvatus tai vammaisten ja pitkäaikaissairaiden oppilaiden soveltava

liikunnanopetus, erityisryhmiin kuuluvien henkilöiden kunto-, terveys- ja virkistysliikunta sekä liikunnallinen kuntoutus. (Erityisryhmien liikunta 2000-toimikunnan mietintö 1996, 8). Tämä kertoo osaltaan sen, kuinka moninainen käsitys erityisryhmien liikunta loppujen lopuksi on ja miten paljon eri osa-alueita se pitää sisällään.

3.1 Erityisliikunnan merkitys

Yleisesti ottaen erityisryhmille suunnattujen liikuntapalvelujen tarve on erittäin suuri. Maassamme lasketaan olevan 1,25 miljoonaa liikunnallisiin erityisryhmiin kuuluvaa kansalaista, joista vain noin 16 prosenttia osallistuu liikuntatoimintaan (Ponsi 2000, 3). Voidaankin todeta, että esimerkiksi jalkapallotoiminnan tai periaatteessa minkä tahansa urheilumuodon aloittamiselle erityisryhmille on selvästi tarvetta ja kysyntää.

Erityisryhmiin kuuluvat henkilöt hyötyvät luonnollisesti säännöllisestä liikunnasta tosin todennäköisesti kukin eri tavalla. Lapsen fyysisen, sosiaalisen ja psyykkisen kehittymisen kannalta liikunnan merkitys on erittäin suuri. Liikunnalla on myös todettu olevan suoria yhteyksiä tiettyjen sairauksien ennaltaehkäisyyn ja hoitoon. Esimerkiksi liikalihavuudella on huomattu olevan yhteyksiä monien sairauksien syntyyn jo lapsuusiästä alkaen. Liikunnalla on ennaltaehkäisevä merkitys tuki- ja liikuntaelinsairauksien, verenkiertoelinsairauksien ja jopa syöpäsairauksien ehkäisyssä. Jatkuvasti saadaan lisää tutkimusnäyttöä kohtuullisen ja säännöllisen liikunnan positiivisista terveysvaikutuksista. (Mälkiä & Rintala 2002, 6)

Ennaltaehkäisevän vaikutuksen lisäksi pitkäaikaissairas tai vammaisen henkilö voi hyödyntää liikuntaa kuntoutuksen eri vaiheissa. Liikunta liittyy läheisesti kaikkiin kuntoutuksen osiin eli lääkinällisiin, kasvatuksellisiin, sosiaalisiin ja ammatillisiin alueisiin. Usein kuntoutuksen kohde ei välttämättä tiedosta tai tiedä liikunnan merkitystä kuntoutusmuotona eikä kenties osaa hakea tukea oikeista paikoista. Tällöin liikuntatoimen ja kuntoutuksen ammattilaisten tehtävä on arvioida, motivoida ja opastaa pitkäaikaissairasta tai vammaista henkilöä hänen liikunnantarpeensa määrittämisessä sekä myös hänen mahdollisuuksiensa ja rajoitustensa tiedostamisessa. (Mälkiä & Rintala 2002, 6)

Liikunnan tavoitteet ihmisille, joilla on yksilöllisiä tarpeita, riippuu vamman tyypistä ja vakavuudesta sekä fyysisen kunnon sen hetkisestä tasosta. Kasvava kunto kehittyvälle fysiologiselle ja toiminnalliselle terveydelle on järkevä tavoite soveltavassa liikuntakasvatuksessa. Monissa tapauksissa suositukset harjoituksen kestolle ja tiheydelle eivät eroa merkittävästi vammattomien harjoittelusta. Harjoitustyyppi täytyy kuitenkin olla suunniteltu tarjoamaan sopivaa harjoittelua yksilölle. (Winnick 2000, 327)

Kun halutaan pitkäaikaissairaana tai vammaisen lapsen ja aikuisen parasta, on järkevää hyödyntää liikunnan mahdollisuuksia ammattihenkilöstön yhteistyöllä, johon kuuluu tärkeänä osana myös vanhempien ja/tai henkilön itsensä asiantuntijuus ja koko perheen muun lähiympäristön tuki. (Mälkiä & Rintala 2002, 6)

Mittaaminen ja arviointi ovat hyödyllisiä toimintoja soveltavassa liikunnassa. Ne luovat pohjaa oppimiskokemuksille ja tarkkailun edistämiseksi. Tavallisesti soveltavan liikunnan arvioinnissa pitäisi keskittyä fyysiseen kuntoon sekä motoriseen kehitykseen ja kykyyn, kuten esimerkiksi reflekseihin, erilaisiin liikkeisiin ja päivittäisiin taitoihin. Fyysisen kunnon ja motoristen taitojen mittaamiseen löytyy testejä, jotka ovat hyödyllisiä silloin, kun arvioidaan yksilöllistä tarvetta. Testit eivät kuitenkaan ole sopivia kaikille henkilöille, joilla on jokin haitta. (Winnick 2000, 74)

Soveltavassa liikuntakasvatuksessa käytetään ihmisille suunnattuja yksilöllisiä liikuntaohjelmia, joita esimerkiksi erilaiset organisaatiot toteuttavat. On tärkeää, että kyseiset ohjelmat ovat kehityksellisesti tarkoituksenmukaisia ottaen huomioon yksilölliset edellytykset. Liikuntakasvatuksen ja liikuntaohjelmien tarkoitus on tuottaa liikunnallisesti kasvatettuja ihmisiä, jotka noudattavat terveellisiä elämäntapoja. Tämä edistää heidän omatoimisuuttaan. (Winnick 2000, 6-7)

3.1.1 Liikunta ja sosiaaliset taidot

Liimatainen (2000, 19) toteaa viitaten Goncalvesiin (1990), Wigginsiin (1987), Kleiberiin ja Robertsiiin (1981) sekä Salokuniin (1994), että liikuntaharrastuksella on perusteltu olevan vaikutusta muun muassa ihmisten persoonallisuuden ja fyysisten ominaisuuksien kehittäjänä sekä myös kasvatusmahdollisuuksien tarjoajana.

Liimatainen (2000, 19) viittaa lisäksi Weissiin ja Duncaniin (1992) sekä Evansiin ja Robertsiin (1987) sanoen, että lasten osallistumisen peleihin ja liikuntaan on todettu vaikuttavan positiivisesti ystävyysuhteisiin ja itsearvostukseen.

Liimatainen (2000, 19) on korostanut Colemaniin (1991) viitaten, että pitää joka tapauksessa muistaa, että kysymys liikuntaharrastusten sosiaalistavasta vaikutuksesta on kaksiosainen, joka ilmenee käytännössä niin, että joko liikuntaharrastuksen parissa opitaan sosiaalisia taitoja tai liikuntaharrastukseen hakeutuu jo sillä hetkellä tiettyjä persoonallisuuden piirteitä omaavia harrastajia.

Coakley (1987; 1996) on sanonut, että sosiaalistuminen on sosiaalisen vuorovaikutuksen ja sosiaalisen kehityksen muodostama prosessi. Sosiaalistumisprosessin seurauksena ihmisen sosiaaliset taidot paranevat. Sosiaalistuminen tapahtuu sosiaalisissa suhteissa ja sen kautta ihmiset voivat muodostaa kokonaiskuvaa suhteestaan sosiaaliseen maailmaansa sekä siitä, miten sosiaalinen maailma on rakentunut, miten sitä ylläpidetään ja miten sitä muutetaan. Sosiaalisella kehityksellä tarkoitetaan sitä, miten ihminen sosiaalisen vuorovaikutuksen kautta kehittää, laajentaa ja muuttaa sitä käsitystä, mikä heillä on itsestään ja miten he toimivat ympäröivässä yhteiskunnassa ja sen erilaisissa toiminnoissa. (Liimatainen, 2000, 20)

Sosiaalistumiseen liikuntaan vaikuttavat Coakleyn (1987) mukaan yksilölle tärkeiden ihmisten kannustava suhtautuminen liikuntaharrastukseen, käsitys itsestä pätevänä ja potentiaalisena osallistujana sekä mahdollisuus osallistumiseen. Mahdollisuuteen osallistua vaikuttavat taloudellinen tilanne ja perheen rakenne. Colemanin (1991) mielestä sosiaalistuminen urheiluun tapahtuu pelien ja leikkien kautta yhä tarkemmin säädeltyihin muotoihin leikkien silti kokonaan jäämättä pois. Tämä käsitys johtuu siitä, että kypsymisen myötä voimme nauttia enemmän tarkemmin määritellystä fyysisestä toiminnasta. (Liimatainen 2000, 20)

Weissin ja Duncanin (1992) mukaan liikuntataitojen ja ystävyysuhteiden välillä on olemassa vahva positiivinen vuorovaikutus. Liikuntaharrastus liittyy läheisesti ystävyysuhteiden ylläpitämiseen, kehittämiseen ja parantamiseen samanikäisten lasten ja nuorten kanssa. Weiss, Smith ja Theeboom (1996) toteavat, että liikuntaharrastus tarjoaa erinomaisia ja ainutlaatuisia ympäristöjä sosiaalisten taitojen harjoitteluun.

Liimatainen on todennut Kahilaan (1993) viitaten, että jotta liikunnan avulla voitaisiin parantaa lasten sosiaalisuuden kehittymistä, on sosiaalisten vuorovaikutustaitojen kehittämiseen ja parantamiseen ja liikunnan opetusmenetelmiin kiinnitettävä erityishuomiota. (Liimatainen 2000, 24-25)

Sagen (1986) mukaan pelissä lapsi ottaa rooleja, joita on olemassa sekä läheisessä että laajemmassa sosiaalisessa maailmassa sekä tulee toimeen itsensä kanssa sosiaalisena jäsenenä suhteessa muihin. Pelissä lapsen täytyy ottaa jokaisen pelaajan rooli hahmottaakseen, mitä muut ovat tekemässä käsittääkseen omat liikkeensä. Lapsena opitaan suhtautumaan muihin ja sallitaan, että asennoituminen johdattaa siihen, että yksilöstä tulee toimiva yhteisön jäsen. (Stull & Eckert 1986, 23)

Sage (1986) on todennut, että kehityspsykologien mukaan leikki tai peli on tärkeää ihmisen tai etenkin lapsen ja nuoren sosiaalisen kehityksen kannalta. Sosiaalinen kompetenssi opitaan sosiaalisten kokemusten kautta eli jotkut kokemukset ovat rikkaampia edistäen sosiaalista kompetenssia muita enemmän. Peli tai leikki on erityisen hyödyllinen silloin, kun on kyse sosiaalisen kehityksen korottamisesta. Pelien ja leikkien aikana lapsi oppii, kuinka olla suhteessa toisiin ja samalla he oppivat laajasti sosiaalisia taitoja. Täten peli tai leikki on avain menestykselliseen sosiaaliseen mukautumiseen lapsuudessa ja se tarjoaa erinomaisen perustan myöhemmälle toiminnalle yhteisössä. (Stull & Eckert (toim.) 1986, 24)

Jalkapallo onkin erinomainen peli sosiaalisten taitojen kehittämiseen. Jalkapalloa pelataan yhteistoiminnallisesti ryhmässä, mikä vaatii muiden huomioon ottamista sekä muita sosiaalisia taitoja varsin monipuolisesti.

Ryhmässä toiminta on jatkuvaa tapahtumista, liikettä ja muutoksia. Ryhmän toiminnan edellytys koostuu useista muutosprosesseista ja kehitysprosessista (Jauhiainen & Eskola 1994, 81-97). Toiminta voi muuttua kussakin tilanteessa, minkä muutosprosessi ilmaisee. Prosessin aikana ryhmä kohtaa vuorottelevia tehtävä- ja prosessiongelmiä. Tehtäväongelmat liittyvät tehtävän suorittamiseen ja niiden ratkaiseminen edesauttaa ryhmän kehitysprosessia. Prosessiongelmat liittyvät ryhmäsuhteisiin tai ilmapiiriin. Prosessiongelmiä voivat olla esimerkiksi ristiriidat ja jännitykset, jotka vaativat aina käsittelyä ryhmän viihtyvyyden säilyttämiseksi. Toimivan ryhmän täytyy olla avoin sen

tasapainoa horjuttaville tekijöille, eivätkä ristiriitatilanteen ole kielteinen asia, vaan luonnollinen osa ryhmän toimintaa. (Heikinaro-Johansson ym. 2003, 170-172)

Niemistön (1998) mukaan ryhmissä tapahtuva muutos on eri vaiheissa tapahtuvaa etenemistä. Alku- eli muotoutumisvaihe käynnistyy kun opettaja tai ohjaaja kohtaa uuden liikuntaryhmän esimerkiksi lukuvuoden alussa. Tässä vaiheessa ryhmän jäsenet tulevat osaksi ryhmää ja tutustuvat ryhmän muihin jäseniin sekä oppivat ryhmän toimintamallit ja -tavat. Vasta kun ryhmän jäsenet ovat riittävän orientoituneita tilanteeseen ja toisiinsa, ryhmä voi alkaa toimia perustehtävänsä mukaan vapautuneesti. Ensimmäisten kokoontumiskertojen jälkeen ryhmässä saattaa esiintyä kuohuntaa. Ryhmäläiset testaavat toisiaan ja ryhmän ohjaajaa sekä pyrkivät ilmaisemaan yksilöllisyyttään ja saattavat vastustaa sisäisen ryhmärakenteen muodostumista. Ryhmän alkuvaiheen lisäksi kuohuntavaihe voi olla ohjaajalle erittäin työläs. Kuohuntavaiheisen jälkeisessä normittamisvaiheessa ryhmän vuorovaikutusta kuvaavat yhteenkuuluvuus, harmonia sekä keventynyt ja vapaa ilmapiiri. Normittamisvaiheessa ohjaaja ja ryhmän jäsenet joutuvat palaamaan ryhmän asettamiin sääntöihin, määrittämään niitä uudelleen ja selkiyttämään ryhmän tavoitteita. Seuraava eli toteuttamisvaihe on palkinto hyvästä perustyöstä. Vuorovaikutus on jo ongelmanratkaisun väline ja ryhmän jäsenet oppivat ratkaisemaan ryhmän sisäisiä ongelmia. Ryhmän jäsenet ovat jo löytäneet oman paikkansa ryhmässä ja roolit ovat joustavia sekä ryhmän suorituskykyä edistäviä. (Heikinaro-Johansson ym. 2003, 172-174)

Ryhmäkoko vaikuttaa liikuntatietojen ja -taitojen oppimisessa. Rovion mukaan (2003) pienryhmissä oppilaat tuntevat olonsa turvallisemmaksi ja saavat enemmän henkilökohtaista tilaa kuin suurryhmissä, jolloin kaikki saavat paremman mahdollisuuden osallistua toimintaan. Pienryhmä vastaa paremmin yksilön perustarpeisiin, siksi siellä on helpompi sitoutua ja osallistua aktiivisemmin toimintaan. Pienryhmässä joutuu myös osallistumaan, sillä siellä ei ole paikkaa minne piiloutua. Yksilöiden tarpeeseen ja tilanteiden ominaispiirteisiin sopeutettu pienryhmätyöskentely kehittää ryhmän toimintaa ja jäsentensä viihtyvyyttä (Rovio 2002, 90-93, 124-125). Ryhmän jäsenten hyvinvointi onnistuu pienryhmässä hyvin, jos se on joustavasti toteutettu, kun taas suurryhmässä opettajan on mahdotonta ehtiä joka paikkaan. (Heikinaro-Johansson, ym. 2003, 169-170)

3.1.2 Liikunnan vaikutus minäkäsitykseen ja koettuun fyysiseen pätevyYTEEN

Koljonen viittaa Ahoon (1996) ja Korpiseen (1990) todeten, että tutkimuksia itsetunnosta on tehty paljon. Tutkijat käyttävät itsetunto-käsitettä eri yhteyksissä ja he voivat tarkoittaa sillä hieman eri asioita. Yleisesti itsetunto, itseluottamus, itsensä tiedostaminen, itsearvostus, minäkäsitys ja minäkuva ovat käsitteitä, jotka esiintyvät usein toistensa synonyymeinä. Tästä sekavuudesta johtuen eri tutkimustulosten vertailu on hankalaa. (Koljonen 2000, 15-16)

Rosenberg (1965) on sanonut, että käsitys ominaisuuksistamme ja itsestämme muuttuu erilaisten tapahtumien myötä ja se vaikuttaa jatkuvasti käyttäytymiseemme ja elämäämme. Minäkäsitys on yhteydessä ihmisen tunteisiin, käyttäytymiseen ja ajatuksiin. Myös sosiaalisella kokemuksella, sen luonteella ja vaikutuksella on olennainen merkitys minäkäsitykselle ja sen kehitykselle. Rosenberg (1979) on myös myöhemmin todennut, että minän suojeleminen ja itsearvostuksen kohottaminen on yksi ihmisen käyttäytymistä ehkäpä kaikkein voimakkaimmin ohjaavia tekijöitä. (Liimatainen 2000, 26)

Rosenberg (1979) on todennut, että minäkäsitystä rakennetaan vähitellen sosiaalisessa kanssakäymisessä muiden ihmisten kanssa. Lapsilla minäkäsitys muodostuu aluksi fyysisistä ominaisuuksista ja taidoista; lapsi kuvailee itsensä käyttäytymisen termeillä, kyvyillä ja saavutuksilla sekä fyysisillä ominaisuuksilla, mutta nuorella minäkäsitystä kuvaavat parhaiten sisäiset tunteet sekä ajatukset. (Liimatainen 2000, 26)

Harter (1982) painottaa, että minäkäsityksessä on tärkeinä komponentteina pätevyiden kokemukset eri alueilla (fyysinen, sosiaalinen, kognitiivinen sekä yleinen itsearvostus). Hän myös näkee minäkäsityksen rakentamisessa keskeisenä pätevyiden kokemukset, joita ovat muun muassa:

1. Koettu kognitiivinen pätevyys
2. Koettu sosiaalinen pätevyys, joka on ihmisen käsitys itsestään ja sosiaalisista taidoistaan suhteessa kaveripiiriin, luokkaan ja muihin ikäisiinsä. Siihen liittyy käsitys omasta asemasta, käyttäytymisestä ja suosiosta sekä tärkeydestä vertaisryhmän keskuudessa.

3. Koettu fyysinen pätevyys, jolla tarkoitetaan pätevyyden kokemuksia urheilussa, liikunnassa ja myös leikeissä ja peleissä.

4. Yleinen itsearviointi on kokonaisvaltainen arvio omasta itsestä ja persoonallisuudesta. Se on yhdenmukainen Rosenbergin (1965;1979) itsearvostusmääritelmän kanssa.

(Liimatainen 2000, 26-27)

Liikuntaharrastuksen vaikutusta ihmisen psyykkiseen hyvinvointiin on pidetty itsestään selvänä asiana viimeisten kymmenien vuosien aikana. Liikunnan harrastamisen on todettu vahvistavan erityisesti itsearvostusta (Folkins & Sime 1981; Fox 1991; Hughes 1984; Sonstroem, Harlow, Gemma & Osborne 1991). Liikuntaharrastuksen mahdollisia vaikutuksia on selitetty muutos- ja vaikutushypoteeseilla (Bakker, Whiting & Brug 1990, 60-62; Kirjonen & Telama 1984; Cratty 1989, 46). Muutos tarkoittaa, että harrastamalla liikuntaa yksilö on saanut positiivisia kokemuksia, jotka ovat samalla parantaneet hänen minäkäsitystään. Valikoituminen voi olla myös joskus kyseessä eli ihmiset, joilla on jo valmiiksi positiivinen kuva omista fyysisistä taidoistaan hakeutuvat liikuntaharrastuksen pariin.(Liimatainen 2000, 37)

Itsetunto merkitsee sitä kuinka paljon hyviä ominaisuuksia ihminen itsessään näkee. Kun positiiviset ominaisuudet ovat voitolla, on itsetunto hyvä, jos negatiiviset ominaisuudet ovat vallitsevia, on itsetunto huono. Hyvä itsetunto on totuudenmukainen ja havaitsee hyvien ominaisuuksien lisäksi myös heikkoudet. Heikkouksien huomaaminen itsessään ei horjuta ihmisen itseluottamusta. Hyvä itsetunto on rehellisyyttä ihmisen huonojenkin puoliensa suhteen itsekunnioitusta romuttamatta, mutta samalla se pyrkii pääsemään eroon huonoista piirteistä. (Keltinkangas-Järvinen 1994, 17) Liikunnalla on tärkeä merkitys itsetunnon kannalta. Liikunnan vaikutus joko itsetuntoa parantavana tai heikentävänä asiana riippuu niistä kokemuksista, joita lapsi ja nuori saa liikunnasta. (Liimatainen 2000, 37)

Liimatainen (2000, 33) on todennut Foxiin (1997) viitaten, että fyysinen minä kuuluu erottamattomana osana minäkäsitykseen ja fyysinen minä on tärkeä tekijä ihmisen toiminnassa. Sonsroemin (1997) mielestä koettu fyysinen pätevyys määrittää ihmisen omaksi arvioksi fyysisten kykyjen yleisestä tasosta. Harterin (1982) mukaan koetussa fyysisessä pätevyydessä on kysymys peleissä ja urheilussa osoitettavista

ominaisuuksista (on hyvä urheilussa, on taitava eri liikuntalajeissa, oppii uusia liikuntataitoja nopeasti ja ottaa mielummin osaa peleihin kuin katsoo sivusta).

(Liimatainen 2000, 33)

Koettu fyysinen pätevyys kehittyy sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ja kanssakäymisessä ja muuttuu samalla tavoin kuin muutkin minä -arviointeihin kuuluvat tekijät. Iän myötä usein arvioinnit tulevat tarkemmaksi ja muuttuvat realistisemmaksi. Cole (1991) havaitsi, että opettajien mielipide oppilaiden fyysisestä pätevyydestä vaikutti enemmän lasten koettuun fyysiseen pätevyyteen neljäsluokkalaisilla kuin ystävien mielipide. (Liimatainen 2000, 34-35)

Hornin (1985) mukaan suurin tekijä koetun fyysisen pätevyyden kehittymisessä oli taitojen kehittyminen. Valmentajan antama kriittinen palaute paransi koettua fyysistä pätevyyttä, kun taas positiivinen palaute heikensi koettua fyysistä pätevyyttä. Tällainen ristiriita johtui Hornin (1985) mielestä siitä, että negatiivinen palaute liittyi suorituksessa olevaan virheeseen ja samalla neuvottiin korjaavia toimenpiteitä. (Liimatainen 2000, 35)

3.1.3 Liikunnan kansantaloudellinen merkitys

Laakso tuo esille Mertaniemen ja Miettisen (1998) ajatuksia, jonka mukaan tällä hetkellä suomalaisessa yhteiskunnassa liikunnan tärkeyden yhteiskunnallinen perustelu on fyysisestä kunnosta ja toimintakyvystä huolehtiminen. Tätä kautta voidaan vaikuttaa laajemminkin kansalaisten terveyteen ja fyysiseen hyvinvointiin. Fyysisen toiminnan ja työkyvyn säilyttämisestä on noussut länsimaiselle yhteiskunnalle erityinen haaste. Liikunnan avulla saatujen terveysvaikutusten merkitystä on arvioitu Suomessakin monin eri tavoin ja monelta eri kannalta. Pelkästään sosiaali- ja terveydenhuollolle on arvioitu liikuntaa harrastamattoman henkilön aiheuttavan kuluja 11 000 euroa enemmän kuin liikunnanharrastajan. Yksilötasolla liikunnan lisääminen merkitsee paitsi fyysisen hyvinvoinnin kohoamista myös elämisen laadun yleistä paranemista. (Heikinaro-Johansson, Huovinen & Kytökorpi 2003, 16-17)

Liikunnan merkitys työkyvyn tehokkuuteen on jo nykyään lähes kaikkien tiedossa ja täten työkyvyllä on myös välillinen taloudellinenkin merkitys. On mahdotonta arvioida

jalkapallon terveyttä edistävää yhteiskunnallista vaikutusta, mutta on tärkeää muistaa, että jalkapallo on suosittu liikuntamuoto nuorison keskuudessa, jolloin jalkapalloharrastuksen luonteeseen kuuluva liikunta varmasti edistää myös terveyttä. (Venkula 1998, 43)

Täytyy muistaa, että jokainen vamma tai sairaus vaikuttaa merkittävästi ihmisen kehoon ja mieleen. Liikunnan harrastamisen merkitys näkyy näin myös kansantaloudellisesti. Säännöllisesti liikkuva aikuinen sairastaa vähemmän ja on pidempään työkykyinen kuin liikuntaa harrastamaton. Lapsilla ja nuorilla liikunta toimii fyysisen kehityksen tukena ja toimintakyvyn ylläpitäjänä. Riittävä fyysinen toimintakyky on tärkeä tekijä lapsen ja nuoren kokonaiskehityksessä ja elämän laadussa. Hyvä toimintakyky lieventää vamman aiheuttamia rajoituksia ja edesauttaa täysipainoista osallistumista. Onnistuneiden liikuntakokemusten myötä itsetunto kohoaa ja käsitys itsestä vahvistuu, mikä voi auttaa siihen, että lapsi selviytyy nuorena ja aikuisena erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa. Vammoista ja sairauksista huolimatta liikunnan harrastaminen on mahdollista lähes jokaiselle ja kuhunkin tapaukseen voidaan suositella turvallista liikuntaa. Mälkiän ja Rintalan (2000) mukaan erityisryhmiin kuuluvat henkilöt hyötyvät jokainen omalla tavallaan säännöllisestä liikunnan harrastamisesta. Liikunnan kautta saavutettava kansantaloudellinen säästö voi näkyä kun liikunnan myönteiset terveysvaikutukset vähentävät merkittävästi kustannuksia laitoshoidon tarpeen vähenemisen myötä. (Heikinaro-Johansson, ym. 2003, 75-76)

3.2 Lasten liikunnallinen kehitys ja siihen vaikuttavat häiriöt

Lapsen liikunnallinen kehitys ei ole erotettavissa muusta kehityksestä. Kehitys on kokonaisvaltaista; kypsyminen ja oppiminen ovat vuorovaikutuksessa keskenään. Kehitykseen vaikuttavat hermoston, eri aistien ja liikunta- ja tukielimistön kehittyminen, lapsen tiedollinen ja tunne-elämän kehitystaso. Yksilöiden perustoiminnot etenevät samassa järjestyksessä, mutta kehitysnopeus voi vaihdella. Uuden taidon oppiminen vaatii aikaisemman valmiuden saavuttamista eli uusi taito rakentuu vanhan varaan (Holopainen 1990, 13-14, 16-17).

Jääskeläisen (1980, 46) mukaan kehitys on kasvun, kypsymisen ja oppimisen yhteisvaikutusta, joka ilmenee joko rakennemuutoksina tai muuna biologisena,

psykkisenä tai sosiaalisena muuttumisena. Kuusisen (1991, 24-26) mielestä olennaista kehittymiselle on muutoksen tapahtuminen, mutta ollakseen kehityksellistä muutosten on oltava systemaattisia ja perättäisiä. Nupponen (1997, 34) näkee lasten liikunnallisessa kehityksessä tapahtuvat muutokset seurauksena kypsymisestä ja kokemuksista. Kypsymiseen kuuluu muutoksia hermoston ja sisäeritysjärjestelmän toiminnoissa ja kokemuksia säätelevät yksilön valinnat ja elinympäristöt.

Sekä fyysiselle että psyykkiselle kehittymiselle on ominaista, että tietyn kehitysvaiheen mahdollistaa ainoastaan sitä edeltävän kehitysvaiheen saavuttaminen (Jääskeläinen 1980, 46-47). Tämän tosiasian huomioiminen on tärkeää, jotta lapselle osataan asettaa sellaisia tavoitteita ja tehtäviä, joista hän pystyy suoriutumaan, mutta jotka toisaalta ovat myös riittävän haastavia mielenkiinnon ylläpitämiseksi.

Käsite liikunnallisuus tarkoittaa yksilön piirteiden kokonaisuutta, jossa toiminnan sisältönä on liikunta ja joka liittyy hänen kykyihinsä ja ajallisiin, määrällisiin ja laadullisiin valintoihinsa arkielämässä (Nupponen 1997, 34). Lasten liikunnallinen kehitys on kunto- ja taitotekijöiden sekä perusliikkeistä muodostuvien yleisten liikevalmiuksien välistä vuorovaikutusta (Karvinen, Hiltunen & Jääskeläinen 1991, 51). Karvinen korostaa myös sitä, että liikunnallisten taitojen oppiminen (motorinen alue) on aina yhteydessä tunnealueeseen (affektiiviseen) ja tiedolliseen (kognitiiviseen) alueeseen. Lasten liikunnallista kehitystä tuettaessa on huomioitava nämä kaikki alueet. Tahto ja tunne määrittelevät hyvin pitkälle sen, mitä opimme ja mitä emme. Tiedollisella tasolla muodostuvat liikkeiden mallit.

Perusliikkeet ovat jokapäiväisessä liikkumisessa tarvittavia liiketoimintoja, joita lapsi opettelee ensimmäisten elinvuosiensa aikana. Näitä perusliikkeitä ovat esimerkiksi kävely, hyppääminen, istuminen, pysähtyminen, heittäminen ja kiinniotto (Miettinen 1999, 56). Perusliikkeet ovat kaikkein varsinaisten liikesuoritusten perusta, sillä eri lajien perustaidot ovat lopultakin vain eri perusliikkeiden sovellutuksia (Karvinen ym.1991, 53). Myös Jääskeläisen (1980, 56-57) mukaan perusliikkeiden automatisoituminen on perustana lajitaitojen hankintaan ja siten tärkeä tekijä lapsen liikunnallisessa kehityksessä. Hänen mukaansa lapsi voi perusliikkeet opittuaan alkaa käyttää hyväkseen eri ominaisuuksia kuten voimaa, notkeutta ja nopeutta. Motorinen oppimistapahtuma muodostaa pohjan liikunnalliselle kehitykselle. Motorinen

oppiminen alkaa kokeiltaessa liikettä ja vasta sen jälkeen voi tapahtua liikkeen laadullista kehitystä.

Miettisen (1999) mukaan lasten liikunnan ja valmennuksen tavoitteena onkin opettaa lapset liikkumaan monipuolisesti, minkä avulla kehitytään liikunnallisesti taitavaksi. Liikkeet vaativat lihasten ja hermojen välistä yhteistoimintaa, jota aivot ohjaavat. Monipuolinen yhteistoiminnan harjoittelu on lapselle tärkeää, sillä se vaikuttaa myös lapsen kokonaiskehitykseen. Lasten liikunnallinen kehitys muodostuukin kunto- ja taitotekijöiden sekä perusliikkeiden yleisistä liikevalmiuksien vuorovaikutuksesta, minkä ansiosta voidaan oppia taitavuutta sekä oikeaa suoritustekniikkaa. Liikkumisen kautta opitaan jo varhaisessa vaiheessa luonnollisella tavalla havaitsemaan ja tutkimaan itseään sekä lähiympäristöään. Oman kehon välityksellä tehtyjen havaintojen perusteella lapsi saa käsityksen omista taidoistaan ja hän tunnistaa itsessään erilaisia piirteitä. Onnistuminen ja epäonnistuminen koetaan oman persoonan kehittymisenä. Positiivinen palaute parantaa itseluottamusta ja kohentuneen itseluottamuksen myötä yksilö suoriutuu yhä vaativimmista haasteista. Ulkoa saatu palaute ei ole kuitenkaan tärkeintä vaan oman toiminnan kautta koettu omakohtainen palaute. Positiiviset minä-elämykset ovat erittäin merkittäviä lapselle ja ne antavat lisää energiaa. (Miettinen, 1999, 55, 63, 66)

On muistettava, että liikuntaharrastuksen esteet ja mahdollisuudet ovat erilaisia, mikä on haasteellista erityisliikunnan parissa toimiville liikunta-alan ammattilaisille. Lasten ja nuorten osalta on tärkeintä oppia liikuntataitoja ja omaksua liikunnallinen elämäntapa, mikä tukee kasvua ja kehitystä sekä edistää hyvinvointia ja terveyttä. Pätevyysten kokemukset, liikuntataitojen oppiminen, viihtyminen ja liikunnallinen yhdessäolo toisten lasten ja nuorten kanssa innostaa ja luo pohjaa elinikäiselle harrastukselle. Liikunnallisen elämäntavan säilyttäminen on haasteellista jo sellaisenaan, joten voi olla vaikea löytää liikuntapalveluja vammaisille ja pitkäaikaissairaille ihmisille. Liikunnan merkitys erityisryhmiin kuuluville korostuu toiminta- ja työkyvyn edistäjänä sekä sosiaalisen ja psyykkisen hyvinvoinnin korottajana, joten liikunnan merkitys voi olla jopa suurempi erityisryhmille kuin terveelle väestölle. Riittävän hyvä fyysinen toimintakyky on olennainen tekijä lapsen elämän laadussa ja kokonaiskehityksessä. Hyvä toimintakyky myötävaikuttaa vamman haittojen vähenemiseen ja luo edellytykset mahdollisimman täysipainoiseen

osallistumiseen. Onnistuneet liikuntakokemukset kohottavat lapsen itsetuntoa ja käsitystä itsestään, mikä voi auttaa nuorena ja aikuisena erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa selviytymisessä. (Heikinaro-Johansson, ym. 2003, 28, 29, 76)

Liikuntakasvatus voi parhaimmillaan tarjota suuria tunteita. Onnistuneen rankan harjoituksen jälkeinen hyvänolon tunne, tunne urheilujoukkueeseen kuulumisesta sekä oppimisen ja osaamisen tunne tarjoavat elämyksiä, joita liikunta voi hyvin tarjota. Liikuntakasvattajan rooli on tuoda innostus ja henki liikuntaan, jolloin terveysvaikutukset seuraavat itsestään. Liikuntakasvattajalla pitääkin olla monipuolista ja vankkaa ammattitaitoa terveellisen, turvallisen, innostavan ja samalla ikätasolle sopivan positiivisia elämyksiä tarjoavan liikunnan järjestämiseksi. Tutkimusten mukaan liikunnalla on yhteys koettujen onnistumisten ja mielihyvän välillä positiiviseen minäkuvaan, joten on kiinnitettävä merkittävää huomiota sosioemotionaalisiin tavoitteisiin, etenkin onnistumisen elämysten saamiseen. Erityisryhmiin kuuluvilla onkin usein tavallista enemmän epäonnistumisen kokemuksia liikunnasta, joka voi johtaa heikompaan minäkuvaan ja pätevyyden tunteeseen. Onnistuneet kokemukset liikuntatapahtumasta edistävät psyykkistä hyvinvointia ja parantunut fyysinen suorituskyky ja opitut liikuntatiedot- ja taidot kehittävät yksilön itseluottamusta (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 42). Varsinkin lapsilla ja nuorilla motorisen taitavuuden ja fyysisen pätevyyden kokemisella on merkitystä minäkäsityksen lisäksi myös sosiaaliselle suosiolle ja monille psyykkisille ominaisuuksille, mikä vaikuttaa koko persoonallisuuden kehittymiseen. Liikuntamotivaatioon vaikuttamiseen pystytään puuttumaan huomioimalla osallistujien yksilölliset lähtökohdat liikuntatoimen kehittämisessä niin koulu- kuin vapaa-ajankin liikunnassa. (Heikinaro-Johansson, ym. 28, 29, 346)

Liikunnalliseen kehitykseen vaikuttavat häiriöt

Vammaisuus voi olla synnynnäistä tai henkilö on voinut vammautua syntymän jälkeen sairauden tai tapaturman takia. Raskauden ajan komplikaatiot saattavat vaikuttaa sikiöön siten, että lapsi syntyy vammaisena. Vamma tai sairaus voi olla akuutti tai krooninen. Akuutti vamma on tilapäinen. Krooninen vamma tai sairaus on sitä vastoin pitkäaikainen. Sairaus on usein pysyvä, mutta näin ei välttämättä tarvitse olla.

Esimerkiksi lastenreuma on krooninen sairaus, josta voi parantua. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 13-14)

Vamma tai sairaus voi olla joko progressiivinen tai ei-progressiivinen. Progressiivisuudella tarkoitetaan sitä, että sairaus tai vamma voi edetä huonompaan suuntaan, kuten esimerkiksi monissa lihastaudeissa. Ei-progressiivisissa tapauksissa terveydentila pysyy jokseenkin samanlaisena, sairauden tai vamman kulussa ei tapahdu suurempia muutoksia. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 13-14)

Puhekielessä vammaa tai sairautta kuvataan yleensä lievänä, keskitasoisena tai vaikeana, jotka eivät ole kovinkaan täsmällisiä ilmauksia. Esimerkiksi oppilaan luokittelu ja leimaaminen vaikeasti vammaiseksi saattaa saada opettajan suunnittelemaan ja järjestämään oppilaalle liikuntaa, joka ei ole soveltuvaa eikä riittävän haasteellista. Kaikkein tärkeintä onkin suunnitella ja järjestää liikuntatunnit oppilaan todellisiin kykyihin ja tarpeisiin perustuen.

(Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 13-14)

Suomessa käytetään yleisesti vammaisen -termiä kuvaamaan henkilöä, jolla on jokin vamma tai pitkäaikaissairaus, joka on terminä leimaava. Sana ei kuvaa sitä tilaa, jota on tarkoitus kuvata, esimerkiksi toimintarajoitetta. Vammaisen tai sairaan henkilön ongelma ei ole se, että hänellä on esimerkiksi selkäydinvaurio tai reuma. Ongelma on olemassa mikäli vammaisen tai pitkäaikaissairaana fyysinen ja sosiaalinen ympäristö on luonteeltaan esteinen ja luokseenpääsemätön. On väärin ajatella, että esimerkiksi vammaisen oppilas koulumaailmassa on ”ongelmatapaus”. Itse asiassa kouluyhteisö on ongelmallinen, mikäli sen fyysistä ja sosiaalista ympäristöä ei ole eri tavoin sovellettu vammaiselle oppilaalle. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 15)

Kehitykselliset koordinaatiohäiriöt

Lapsen motorisissa taidoissa tapahtuu aina aikuisikään saakka kehitystä, joka on iän myötä yhä voimakkaammin yhteydessä hänen kokonaiskehitykseensä. Pikkuhiljaa lapsi tulee tietoiseksi omasta ruumistaan ja hänen ympäristöä koskevat käsityksensä ja havaintonsa tarkentuvat. Motorinen kehitys on yhteydessä havainto- ja tiedonkäsittelytaitojen, tarkkavaisuuden säätelyn ja muistitoimintojen kehittymiseen

sekä tiedonkäsittelynopeuden kasvuun. Lapsi oppii toimimaan kielellisen ohjauksen avulla ja hänen tietoisuus lisääntyy motoristen suoritusten toteutustavoista. (Mälkiä 1991, 91-92)

On kuitenkin muistettava, että kaikkien lasten motorinen kehitys ei suju ongelmitta. Voi esiintyä poikkeavuuksia, joilla voi olla yhteyksiä lasten muihin kehityksellisiin häiriöihin kuten esimerkiksi oppimisvaikeuksiin ja lieviin aivotoiminnan häiriöihin. Lievät motorisen kehityksen poikkeavuudet tunnetaan nimillä kehityksellinen kömpelyys tai kehityksellinen koordinaatiohäiriö (DSM-3-R). Lieviä motorisia häiriöitä luonnehtivat lapsen älylliseen tasoon ja ikään nähden selvä jälkeenjääneisyys koordinaatiota vaativissa liikesuorituksissa. Näistä vaikutuksista on usein haittaa lapsen jokapäiväisessä elämässä. Kehityksellisiin koordinaatiohäiriöihin ei lueta ongelmia, jotka suoraan johtuvat fyysisestä sairaudesta kuten esimerkiksi hemiplegiasta, lihastaudeista tai CP- vammaisuudesta. (Mälkiä 1991, 91-92)

Suurin osa lasten koordinaatiohäiriötä koskevasta tutkimuksesta on ollut kuvailevaa ja perustunut suppeiden seulontatestien käyttöön. Motorista kömpelyyttä on monesti tutkittu enemmänkin hermoston kypsymättömyydestä kertovana merkkioireena kuin itsenäisenä tarkkaa erittelyä vaativana suorituspuutteena. Sen luonteen tarkempi ymmärtäminen edellyttää joka tapauksessa myös tutkimuksia, joissa sitä tarkastellaan tahdonalaismotoriikan toiminnallisen järjestelmän näkökulmasta. Tällöin tarvitaan kömpelyyteen liittyvien suoritushäiriöiden mahdollisimman kattavaa psykomotorista ja neuropsykologista arviointia mittareilla tai testeillä, jotka kattavat liikesuoritusten kannalta keskeiset osatoiminnot. Esimerkkinä kokeellisen tutkimuksen tuloksista on osoitus, että motoriikan ulkopuoliset muuttujat kuten kinesteettiset ja visuospatiaaliset havaintotoiminnot voivat olla olennaisia motorisen kömpelyyden selittäjiä. Näihin suunnatuilla harjoituksilla on voitu vaikuttaa myös motorisiin suorituksiin. (Mälkiä 1991, 91-92)

On tärkeää huomioida, että motoriset ongelmat ovat hyvin yleinen ongelma. Kyseisten ongelmien seuraukset eivät välttämättä rajoitu ainoastaan liikunnallisiin – tai kädentaitoihin. Etenkin kouluiässä kömpelyydellä voi olla psykologisia vaikutuksia muun muassa lapsen minä-käsityksen ja itsetunnon kannalta. Ahonen (1990) korostaa myös viitaten Takalaan ja Takalaan (1988), että jo pienestä vauvasta lähtien motorisen

kehityksen tasolla on vaikutusta siihen, millaisia vuorovaikutustapoja ihmisellä on ympäristön kanssa ja nämä kokemukset voivat vaikuttaa myöhempään elämään. (Ahonen 1990, 7)

Useimmat lapset toimivat parhaiten ympäristössä, joka on ennustettavissa. Rakenteet ja rutiinit, jotka liittyvät asioiden sarjoittamiseen, tarkkaavaisuuden kohdentamiseen uusiin asioihin, muistiin sekä kieleen, auttavat yleensä lasta näissä vaikeuksissa. Johdonmukaiset toimintamenetelmät tai tapojen muodostus auttavat kehittämään merkittävästi useimpia laaja-alaisesti kehityshäiriöisiä lapsia sekä vähentävät lapsen tuntemaa stressiä. Lapsen omaksuessa uusia asioita, ne voidaan yleistää erilaisiin ympäristöihin ja lapsesta huolehtiviin ihmisiin eri aikoina. Muuttaen tehtävää hieman lapsen sietokyvyn rajoissa hän oppii ongelmanratkaisutaitoja paremmin sekä mahdollistaa taidon oppimisen helpommin. (Yack, Sutton & Aquilla (toim.) 2001, 122-123)

Laaja-alainen kehityshäiriö aiheuttaa sen, että täytyy olla entistä tarkempi toimintatapojen ympäristöjen ja aikataulujen johdonmukaisuudesta. Lapsen yksilöllisyyteen tutustuminen antaa meille mahdollisuuden pyrkiä johdonmukaisuuteen eri ympäristöissä. Lapsen siirtyminen toiminnasta tai ympäristöstä toiseen aiheuttaa usein stressiä lapsille, joilla on laaja-alainen kehityshäiriö. Tarkkaavaisuutta, motorista suunnittelua ja prosessointia tarvitaan uusien odotusten saavuttamiseksi. Muutokset ovat usein hankalia ja visuaalisuuden lisäksi tulisi tehdä sensorisia toimintoja koskeva suunnitelma. (Yack, Sutton & Aquilla (toim.) 2001, 122-123)

3.3 Erityisryhmien huomiointi pallopeleissä

Pallopelien tärkein tehtävä kuntoliikunnassa on toimia vaihtelun ja virkistykseen tuottajana. Kun pelitaidot kehittyvät, niin pelistä kehittyä liikuntamuoto, joka parantaa myös kuntoilijan fyysistä kuntoa ja kestävyyttä. Pallopeleillä on myös positiivinen vaikutus lapsen kehitykseen. Vammaisille suunnatuille pallopeleille asetetaan tiettyjä erityisvaatimuksia, sillä kyseiset pelit on suunnattu alun perin pelitaidoiltaan ja fyysisiltä ominaisuuksiltaan erilaisille ihmisille ja lisäksi useimpien pelien säännöt on laadittu vammattomille. Tämän vuoksi vammaisille tarvitaan lähes jokaisessa pelissä jonkinlainen sovellus tai erityismuoto. (Kataja & Saari 1992, 136-144)

Palloilulajien harrastamisen fyysisinä tavoitteina muun muassa silmä-käsi –koordinaatio kehittyy, koordinaatiokyky kehittyy, ketteryys ja tasapainokyky parantuvat, kestävyys, tarkkuus ja voima lisääntyvät sekä jos henkilöllä on esim. pyörätuoli, niin sen käytön hallinta paranee. Emotionaalisina tavoitteina ovat rohkeus, kehittyvä pitkäjänteisyys ja itsensä hallinta. Sosiaalisia tavoitteita ovat muun muassa pelikumppaneiden ja muiden ryhmän jäsenten huomioon ottaminen, sosiaalisten kontaktien ja ryhmässä työskentelyn lisääntyminen ja eristyneisyyden vähentyminen. Lisäksi palloilulajien tiedollisiin tavoitteisiin kuuluu huomiokyvyn kehitys, erilaisten sääntöjen omaksuminen, oman vamman tuomien rajoitusten tunteminen ja eri pelien peliajatuksen omaksuminen. (Kataja & Saari 1992, 136-144)

Niemelä ja Rintala (2002) toteavat, että pelien soveltaminen vaatii kykyä oivaltaa ryhmän erityistarpeet ja suunnitella tarkoituksenmukaiset ratkaisut pelien pelaamiseen. Erityisryhmien pallopelien ohjauksen suunnittelussa on paljon mahdollisuuksia, mutta luovuus ja rohkeus kokeilla uusia asioita ovat avainasemassa. Peliin kuuluvat välineet, varusteet, alue ja pelijaksot on tärkeää rakentaa osanottajien lukumäärän sekä heidän suoritus- ja keskittymiskykynsä mukaan turvallisuus ja terveydelliset tekijät huomioiden. (Mälkiä & Rintala 2002, 251)

Pallopelien soveltamisessa erityisryhmille on huomioitava monia sellaisia tekijöitä, joita ei tarvitse miettiä vammattomien liikunnassa. Pallopelien soveltamisessa on muistettava, että peliä on pystyttävä pelaamaan mielekkäästi vähäiselläkin pelitaidolla ja myös fyysisesti heikkokuntoisten olisi pystyttävä osallistumaan. Soveltamista voi tehdä esimerkiksi pelialuetta pienentämällä ja rajaamalla eri apuvälineitä kuten voimistelupenkkiä, narua tai väliseinää käyttäen. Pelivälinettä voi puolestaan vaihdella niin, että se on ryhmälle mielekäs ja helpottaa pelin pelaamista. Pelivälinettä voidaankin muuttaa muun muassa koon, painon, muodon, materiaalin ja erityisominaisuuksien mukaan yksilöiden erityispiirteet ja joukkueen kokonaisuus huomioiden. Pelaamisessa ja pelien suunnittelussa voidaan soveltaa sääntöjä, minkä ansiosta suorittaminen helpottuu. Tärkeää on myös tietää pelaajien mahdolliset lääketieteelliset näkökohdat ja muut huomioonotettavat seikat, jotka vaikuttavat pelaamiseen. (Mälkiä & Rintala 2002, 251-254)

Kuten edellä mainituista asioista käy ilmi, pallopelit kehittävät yksilöä fyysisesti, emotionaalisesti, sosiaalisesti ja tiedollisesti. Omat tavoitteensa ovat varmasti näiden tavoitteiden lisäksi kilpapeleillä, joille on ominaista normit ja säännöt. Osa vammaisten peleistä on vuosien kuluessa kehittynyt omiksi virallisiksi peleikseen, joita voidaan pelata vammaisten omissa kilpailuissa aina olympiatasolla (paralympialaiset) asti. (Kataja & Saari 1992, 136-144)

3.4 Perheen merkitys erityislapsen elämässä

Lapsen ja perheen suhde on tärkeä, mutta se ei ole sen tärkeämpi kuin vastaaminen perheen muihin tarpeisiin. Perheen lähiympäristö ja –yhteisö sosiaalisine palveluineen ja verkkoineen säätelee, millaiseksi tilanne perheen ja lapsen suhteen loppujen lopuksi muotoutuu. (Määttä 1999, 28)

Yksilölle tärkeiden ihmisten suhtautuminen harrastustoimintaan on tärkeää, sillä lapsille vanhempien tuki on tärkeää ajatellen omien harrastustensa jatkamista. Brustad (1996) on havainnut, että jos lapset kokevat vanhempiensa tukevan liikuntaharrastusta, liikuntaharrastus tuntuu tällöin kiinnostavalta, sillä se vaikuttaa koettuun fyysiseen pätevyYTEEN, lapsen ystävyys-suhteisiin liikunnan kautta sekä hauskuuteen. Tähän vaikuttaa lisäksi vanhempien oma liikuntaharrastuksesta nauttiminen. Smithin (1986) mukaan etenkin pojilla liikuntataitoja ja urheilua on pidetty hyvin tärkeinä sosiaalisen vertailun alueella. (Liimatainen 2000, 21-22)

Psykososiaalinen suhtautumistapa korostaa tuen ja neuvonnan aluetta. Vanhempien tunteisiin ja asenteisiin katsotaan vaikuttavan muutkin kuin lapsen vammaisuuteen tai poikkeavuuteen liittyvät tekijät. Vanhemmat voidaan koota ryhmäksi, jolloin he saavat tietoa lapseen ja palveluihin koskevista asioista. Tällaisissa vertaisryhmissä vanhemmat voivat vaihtaa kokemuksia kohtalotovereiden kesken ja saada opastusta arkipäivän ongelmiin. Ongelmia voi ilmetä, jos vanhemmille ei anneta mahdollisuutta osallistua esimerkiksi lapsen opetuksen tai kuntoutuksen suunnitteluun. Vanhempia voidaan pitää lähinnä passiivisina, jotka ovat ainoastaan neuvonnan kohteina, eikä aktiivisina yhteistyökumppaneina. (Määttä 1999, 36-37)

Tutkimusten mukaan vammaisten ja kehityksessään viivästyneiden lasten perheet viettävät varsin tavanomaista, jopa perinteistä perhe-elämää. Vammaisen lapsen kanssa leikitään, liikutaan, luetaan kirjoja jne., tosin äidit ovat isiä aktiivisempia. Vanhempien mukaan erityislapsel elävät normaalia sisarusten välistä elämää eli leikkivät yhdessä, osoittavat pitämisensä, tappelevat ja riitelevät. Sen sijaan vanhemmat ovat kokeneet ongelmalliseksi yhteiskunnan palvelujen vähyyden sekä keskustelumahdollisuuksien vähyyden. (Määttä 1999, 67-69)

Lapsen kehityksen suhteen tärkeää on päivittäinen toiminta, jossa lapsi on mukana sekä kotona että muissa toimintaympäristöissä. Arkipäivien erilaiset vuorovaikutus- ja toimintatilanteet antavat lapselle hyvän kasvualustan. Tällaisissa rutiineissa lapsi oppii ja kehittyy jäljittelemällä, tekemällä tehtäviä, osallistuen yhteiseen toimintaan ja muilla sosiaalisen oppimisen keinoilla. (Määttä 1999, 79)

Itälinna, Leinonen ja Saloviita (1994, 84) toteavat viitaten Abbottiin ja Meredithiin (1986) sekä Summersiin, Behriin ja Turnbulliin (1989), että kokemukset lapsen vammaisuudesta ovat kasvattaneet vanhempia henkilökohtaisesti. Vanhemmat ovat kokeneet vammaisen lapsen tuoneen onnellisuutta ja iloa perheeseen, rikastuttaneen elämää ja samalla opettanut myös herkkyyttä, kärsivällisyyttä ja myötätuntoa sekä iloa elämän hyvin pienistäkin asioista. (Itälinna, Leinonen & Saloviita, 1994, 84)

3.5 Arvostus ja asenteet erityislapsia kohtaan

Kukin yhteisö luo jäsentensä käyttäytymistä ohjaavia normeja, arvoja ja malleja, jotka ovat tyypillisiä kyseiselle yhteisölle. Näin ollen arvot ovat osa yhteisön kehittämää kulttuuria ja täten osa sosiaalistumisprosessissa omaksuttuja olennaisia tekijöitä, jotka suuntaavat toimintaa ja käyttäytymistä. Tähän järjestykseen sisältyvät sosiaaliset arvot ja eriytyneet normit ohjaavat sekä säätelevät käyttäytymistä. (Asp & Peltonen 1991, 75)

Arvoja voidaan määritellä eri tavoin riippuen määrittelijän näkökulmasta asiaa kohtaan. Niillä on tiettyjä ominaisuuksia, jotka ilmenevät eri määritelmistä. Levomäen (1998) mukaan arvot liittyvät siihen, mikä on hyvää, tavoiteltavaa ja arvokasta, siihen mitkä ovat inhimillisen toiminnan korkeimmat päämäärät. Arvot ovat syvällä ihmisessä ja niitä pidetään suhteellisen hitaasti muuttuvina. Ihmiset sitoutuvat arvoihinsa toimintansa

kautta. Arvo on arvo vain, jos se näkyy toiminnassamme ja voimavarojemme suuntaamisessa. (Levomäki 1998, 8,13) Suhosen (1988) määritelmässä arvot ovat ihmisen ajattelussa ja yhteiskunnan kulttuurissa vallitsevia käsityksiä yksilöiden, yhteiskunnan ja ihmiskunnan keskeisistä päämääristä. Arvot ovat siis käsityksiä hyvästä elämästä, hyvästä yhteiskunnasta ja hyvästä maailmasta. (Suhonen 1988, 31)

Ihmisten tapa suhtautua asioihin voi muuttua hyvinkin nopeasti ja mielipiteet voivat vaihdella lyhyessä ajassa. Jokainen mielipide on yhteydessä asiasta saatuun tiedon määrään ja laatuun. Tietty asenne ilmiötä kohtaan on usein mielipiteenmuodostuksen pohjana. Asenteet muodostuvat arvojen pohjalta siten, etteivät ne ole ristiriidassa ihmisen oman arvomaailman kanssa. Mielipiteet, asenteet ja arvot nähdään yleensä eräänlaisena hierarkkisenä järjestelmänä, jossa arvot ovat pysyvimpiä ja mielipiteet voivat vaihdella hyvinkin nopeasti. Yhteiskuntatieteellisissä arvotutkimuksissa tehdään erottelu arvojen, asenteiden ja mielipiteiden välillä yleisesti hyväksytyn jaottelun mukaan. Jaottelun mukaan mielipidetaso on lähinnä pintaa oleva taso, joka liittyy konkreettisimpiin asioihin ja on nopeimmin muuttuva kun taas asenteet ovat mielipiteitä syvemmällä ja liittyvät yleisempiin asioihin ja myös muuttuvat hitaammin. Arvot puolestaan ovat kaikkein syvimmällä, abstrakteimpia ja hitaammin muuttuvia. (Levomäki 1998, 8)

Asenteet määrittävät ihmisen taipumuksen reagoida myönteisesti tai kielteisesti erilaisiin ilmiöihin ja asioihin. Reaktiot voivat olla esimerkiksi aktiivista toimintaa, puhetta tai tunnepurkauksia. (Allard 1983, 55) Suhonen viittaa Friedrichiin (1968), että arvojen ja asenteiden välillä ajatellaan olevan hierarkkinen mutta epäsymmetrinen suhde. Arvot näyttävät vaikuttavan asenteisiin, mutta päinvastaista suhdetta ei ole. (Suhonen 1988, 27) Arvot ja asenteet pyritään erottamaan jollakin tavalla toisistaan. Allardtin (1983) mukaan arvot ovat sisällöltään laajempia, syvemmin sisäistettyjä ja näin ollen pysyvämpiä valintataipumuksia. Asenteet ovat helpommin muuttuvia ja pinnallisempia. (Allardt 1983, 55)

Oiva Ikosen (1993) mielestä normaalien ihmisten asenteet ovat paremmat vammaisia kohtaan silloin, kun vammaisia pidetään kyvykkäinä ja tasavertaisina, mikä myös lasten vanhempien ja opettajien tulee muistaa. On tärkeää, että vammaiselle lapselle tai etenkin nuorelle opetetaan asioita heidän ikänsä mukaisella tasolla. Käytännössä se

tarkoittaa sitä, että opettajien ja ohjaajien on syytä toimia tavalla, jonka oppilaat käsittävät ja joka vastaa heidän todellista ikäänsä. (Anttila & Kupari (toim.) 1993, 32)

Integraatioajattelu erityiskasvatuksessa on ollut keskeinen 1960-luvulta lähtien. Puhuttaessa integraatioajattelusta erityiskasvatuksen yhteydessä, sillä tarkoitetaan pyrkimystä toteuttaa erityiskasvatus niin pitkälti kuin mahdollista yleisen kasvatustoiminnan yhteydessä ja sen osana. Idealistinen päämäärä on yksi yhteinen koulujärjestelmä, joka ottaa huomioon kaikki koulutettavat, jolloin on mahdollista huomioida koulutettavien yksilölliset tarpeet. (Hautamäki, Lahtinen, Moberg & Tuunainen 1996, 133) Moberg korostaa viitaten Williin (1986), Steinbackiin ja Forestiin (1989) ja Emanuelssoniin (1997), että integraatioajattelun päätavoite on luoda yhden ja kaikille yhteisen koulun avulla perusta yhteiskunnallisen tasa-arvon ja oikeudenmukaisuuden syvemmälle kehittymiselle. (Ladonlahti ym. 1999, 137)

Normalisaatio –ideologian mukaan vammaisille henkilöille pyritään tarjoamaan sellaiset jokapäiväisen elämän mallit ja olosuhteet, jotka ovat lähellä muun yhteiskunnan tavallisia olosuhteita. Tämän normalisaatio -periaatteen tarkoituksena on turvata vammaisten tasa-arvo ja oikeudet tietyin arvolähtökohdin. Jokaisen yksilön kunnioittaminen, mahdollisuus tehdä omia valintoja elämässään, itsemääräämisoikeus, tasa-arvoisuus ja mahdollisuus olla arvostettu sekä mahdollisuus osallistumiseen ovat tärkeitä normalisaation arvolähtökohtia, jotka myös integraatioideologia on ottanut mukaan. (Ladonlahti ym. 1999, 137- 138)

Ystävyysuhteet

Saarisen mukaan erilaisissa yhteisöissä ja vapaa-ajan ympäristöissä ihmiset haluavat olla toistensa seurassa, tutustuvat toisiinsa ja tulevat ystäviksi. Ystävyysuhteet muodostuvat ja hajoavat yhteisöissä. Ystävyysuhteet syntyvät usein sellaisissa ympäristöissä, missä muutkin samanikäiset ihmiset ovat. Ystävät ovat tärkeitä sillä he lisäävät hyvinvointiamme, iloa nauttia elämästä ja lisäksi auttavat tulemaan eheäksi. Kun kehitysvammaisella tai muulla erityistä tukea tarvitsevalla lapsella tai nuorella on mahdollisuus osallistua lähiympäristön toimintaan, parantaa se hänen kykyä liittyä eri ryhmiin ja auttaa henkilöä saamaan itselleen seuraa. (Ladonlahti, Naukkarinen & Vehmas 1999, 260-262)

Ystävyyden tärkeä osa-alue on toisen auttaminen ja tukeminen, sillä ystävyydessä korostuu välittävä vuorovaikutus. Samojen asioiden tekeminen auttaa muodostamaan ystävyys-suhteita. Saarinen toteaa viitaten Strullyyn ja Strullyyn (1992) ja Bolgeriin ja Kelleheriin (1993), että ystävyys parhaillaan edistää ihmisen hyvinvointia, terveyttä ja elämänlaatua. Tämän vuoksi ihmissuhteita pidetään arvokkaina. Ihminen voi kehittää sosiaalisia taitoja monin tavoin ystävien avulla. Saarinen jatkaa viitaten Rubiniin (1980), että vuorovaikutuksessa ihminen voi kertoa haaveistaan ja toiveistaan, verrata omia kykyjään, käsityksiään ja taitojaan suhteessa toisiin. (Ladonlahti, Naukkarinen & Vehmas 1999, 260-262)

Vehmas (1999) on todennut, että vammaisuus on koettu lähinnä individualistisena ja negatiivisesti painottuneena ominaisuutena. Vammaisuus nähdään yksilön ja yhteisön kannalta ei-toivottavana tilana, joka vääjäämättä rajoittaa ihmisen elämää. Tämä saattaa estää vammaisen ihmisen täyden inhimillisen elämän ja ihminen voidaan kokea vajavaisena. (Ladonlahti, Naukkarinen & Vehmas (toim.) 1999, 103-104)

Liikunta sisältää paljon toimintoja, jotka edistävät suvaitsevaisuutta. Sekä urheilijat että muutkin liikkujat kohtaavat erilaisuutta ja rikkovat rajoja. Liikuntakulttuurissakin on tapahtunut erilaista syrjintää huolimatta liikunnan positiivisista puolista. Liikunta voi olla jopa välineellistetty palvelemaan suvaitsemattomuuteen liittyviä pyrkimyksiä. (Itkonen 1997, 71)

4 Tutkimuskysymykset

Tutkimusongelmat olemme jakaneet kahteen suurempaan osa-alueeseen eli erityisryhmien jalkapallosta kertovaan toimintaan ja kuvailuun sekä merkitykseen.

TOIMINTA JA KUVAILU

1. Millaista erityisryhmien jalkapallotoiminta on?
 - 1.1 Miten erityisryhmien jalkapallo eroaa tavallisesta jalkapallosta?
 - 1.2 Millaisia ongelmia esiintyy erityisryhmien jalkapallotoiminnassa?
 - 1.3 Millaisia tavoitteita joukkueelle on asetettu?
 - 1.4 Millaisia tavoitteita pelaajille on asetettu?

MERKITYYS

2. Mikä merkitys toiminnalla on?

2.1 Millaisena valmentajat kokevat toiminnan merkityksen?

2.2. Millaisena vanhemmat kokevat toiminnan merkityksen?

2.3 Millaisena vanhemmat/valmentajat kokevat toiminnan merkityksen pelaajalle?

2.4 Millainen arvostus on erityisryhmien jalkapallotoiminnalla?

Olisi myös mielenkiintoista haastatella itse pelaajia, mutta jotta aihe pysyy selkeänä, on parempi tutkia yhtä osa-aluetta tarkemmin ja syvällisemmin, kuin monia osa-alueita pintapuolisesti.

5 Tutkimuksen suorittaminen

5.1 Tutkimuksen metodologia

Käytimme tutkimuksessamme sekä kvalitatiivisia että kvantitatiivisia menetelmiä, joista kvalitatiivisten menetelmät muodostivat suurimman pääosan ja kvantitatiiviset menetelmät täydensivät tutkimustamme.

Kvalitatiivisen eli laadullisen tutkimuksen lähtökohta on todellisen elämän kuvaus. Kyseisessä tutkimuksessa pyritään tutkimaan kohdetta niin kokonaisvaltaisesti kuin mahdollista. Yleisesti ottaen kvalitatiivisen tutkimuksen tavoitteena on enemmänkin löytää tai paljastaa tosiasioita kuin todentaa jo tiedettyjä väittämiä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 1997, 161)

Pelkistetysti laadullinen aineisto on ilmiänsultaan tekstiä, joka voi olla syntynyt joko tutkijasta riippuen, kuten esimerkiksi haastattelut ja havainnoinnit tai tutkijasta riippumatta, esimerkiksi henkilökohtaiset päiväkirjat, omaelämäkerrat ja kirjeet sekä muuta tarkoitusta varten tehty kirjallinen ja kuvallinen aineisto tai äänimateriaali. Laadullisen tutkimuksen ollessa parhaimmillaan tutkimussuunnitelma elää

tutkimushankkeen mukana. Avoin tutkimussuunnitelma painottaa tutkimuksen vaiheita, kuten aineistonkeruun, analyysin, tulkinnan ja raportoinnin yhteen kietoutumista. Laadullisessa eli kvalitatiivisessa tutkimuksessa tulkinta koskee koko tutkimusprosessia ja vaikeutena on usein tutkimusprosessin pilkkominen toisiaan seuraaviin vaiheisiin. Joskus tutkimussuunnitelmaa tai jopa tutkimusongelman asettelu saattaa joutua korjaamaan ja tarkistamaan aineistonkeruun aikana, jolloin tutkielman kirjoittamien voi vaatia paluuta alkuperäiseen aineistoon. (Eskola & Suoranta 1998, 15-16)

Kvantitatiivinen tutkimus on merkitsevä tutkimusstrategia yhteiskunta- ja sosiaalitieteissä. Kyseisen tutkimuksen alkujuuret ovat luonnontieteissä ja monet tutkimukseen liittyvät toimintakeinot ovatkin samantyyllisiä näillä tieteenaloilla. Kvantitatiivinen ajattelutapa on syntynyt filosofisesta suuntauksesta, joka painotti kaiken tiedon olevan peräisin suorasta aistihavainnosta ja loogisesta päättelykyvystä, joka perustuu kyseisiin havaintoihin. Tämän tutkimustavan ominaisia piirteitä ovat johtopäätökset aiemmista tutkimuksista, aiemmat teoriat, hypoteesien esittelyt, käsitteiden määrittely ja koejärjestelyiden tai aineistonkeruun suunnitelmat, jotka soveltuvat määrälliseen mittaamiseen. On myös kiinnitettävä erityistä huomiota koehenkilöiden ja tutkittavien henkilöiden valintaan, jolloin samalla määritellään perusjoukko, johon tulosten tulee päteä. Lisäksi Muuttujat ja aineisto tulee muodostaa tilastollisesti käsiteltävään muotoon ja päätelmät on tehtävä havaintoaineiston tilastolliseen analyysiin perustuen. (Hirsjärvi ym. 1997, 139)

Tutkimusstrategian ja tutkimusmenetelmien valintaan vaikuttaa se, mikä on tutkimusongelma. Samassa tutkimuksessa voi olla eri tyyppisiä ongelmia, joten siinä voidaan käyttää monenlaisia menetelmiä. Eniten korostetaan sitä, että kun halutaan tietoa jonkin ilmiön laajuudesta ja voimakkuudesta, käytetään standardoituja mittareita esimerkiksi kyselylomakkeita ja muita, kvantitatiivisia menetelmiä. Layderin (1993) mukaan sosiaaliseen toimintaan kohdistuva tutkimus perustuu merkitysten analyysiin. Kvalitatiiviset menetelmät ovat tarkoituksenmukaisia silloin kun tutkitaan yksilöä ja vuorovaikutusta. Yhteiskunta- ja käyttäytymistieteissä on lisäksi myös muunlaisia tutkimuskohteita. Layder suosittelee kvantitatiivisia menetelmiä makrotason tietojen hankintaan, esimerkiksi arvoja tai valtasuhteita tutkittaessa, tosin osaa näistä voidaan tutkia myös kvalitatiivisesti. Asiasta ollaan myös eri mieltä, sillä varsinkin

vuorovaikutusta voidaan lähestyä myös kvantitatiivisesti, jolloin voidaan selvittää esimerkiksi sen ajoitusta, toistuvuutta ja laajuutta. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 27-28)

Kvantitatiivisen ja kvalitatiivisen tutkimuksen yhdistämistä voidaan nimittää monistrategiseksi tutkimukseksi. Triangulaatio, sekastrategia tai yhdistetyt operaatiot ovat Layerin (1993) mainitsema nimityksiä menetelmien yhdistämisestä. Bullock, Little ja Millham (1992) tuovat esille, että kvalitatiivisia ja kvantitatiivisia menetelmiä on yhteiskuntapoliittisessa tutkimuksessa yhdistetty neljällä eri tavalla. Yksi tapa on käyttää kvalitatiivisia tuloksia kvantitatiivisten tulosten lomassa esimerkkeinä. Toinen tapa on käyttää kvalitatiivisia tuloksia kvantitatiivisten selittämiseen. Kolmantena kvalitatiivista vaihetta voidaan käyttää hypoteesien luomiseen kvantitatiivista vaihetta varten. Neljäs tapa on käyttää alkuun kvantitatiivista otetta, jonka pohjalta kvalitatiivisessa tutkimuksessa on muodostettu typologioita. Brymanin (1992) puolestaan toteaa, että on paljon tavallisempaa, että kvalitatiivinen tutkimusjakso edeltää kvantitatiivista kuin päinvastoin. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 28)

Kvantitatiivinen ja kvalitatiivinen menetelmä voivat vaihdella eri perusteilla, ne voidaan esittää rinnakkain, peräkkäin tai ”sisäkkäin” (Hirsjärvi & Hurme 2001, 29-30).

Käytimme itse menetelmää, jossa koko aineisto kerättiin laadullisesti ensin kartoittavilla kyselylomakkeilla, ryhmähaastattelulla sekä syventävillä teemahaastatteluilla. Teemahaastattelujen yhteydessä jätimme myös kyselylomakkeet kvantitatiivisesti analysoitavaa tutkimusjoukkoa varten. Näin ollen voidaan siis sanoa tutkimuksessamme käytettävän peräkkäistä aineistonkeruumenetelmää (Hirsjärvi & Hurme 2001, 30).

Jos ei ole olemassa yhtä parasta tutkimusmenetelmää on esitettävä tarkoin perustelut sille, miksi menetelmien yhdistäminen tehdään. Menetelmien yhdistäminen samassa tutkimuksessa ei saa olla pelkkää kosmetiikkaa. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 28)

Sekastrategialla tehty tutkimus vie Creswellin (1994) mukaan enemmän aikaa kun yhden strategian tutkimus ja tulee kalliimmaksi. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 33).

Uutta kartoittavassa tutkimuksessa tutkija ei tiedä itsekään tarkasti, mitä hän on etsimässä. Tällaisen tutkimuksen alussa ei ole yleensä lähtökohdaksi sopivaa mallia eikä oikeastaan käsitteistöäkään, joten on lähdettävä liikkeelle siitä, mitä on eli tutkimuskohteesta. Tämän vuoksi aluksi tarkastellaan kohdetta holistisesti eli

kokonaisvaltaisesti. Tällöin tutkimuksen kohteesta pyritään kokoamaan mahdollisimman paljon saatavilla olevaa tietoa. Myöhemmin on helpompi karsia turhaa tietoa, kun tutkija on saanut paremman käsityksen siitä, mikä on tarpeetonta. (www2.uiah.fi/projects/metodi/077.htm#explor 23.7.2004) Tutkimuksemme alkuvaiheessa pyrimme kokoamaan mahdollisimman paljon tietoa erityisryhmien jalkapallojoukkueista. Kahta seuraa lukuun ottamatta toiminta on aloitettu vuosituhaten vaihteessa tai myöhemmin, joten tietoa kyseisestä toiminnasta oli hyvin rajatusti. Tämän jälkeen aloimme vähitellen saada selkeämmän kuvan toiminnasta ja tutkimuskysymyksemme alkoivat hahmottua.

5.2 Kohderyhmä

Tutkimuksemme kohteena ovat henkilöt, jotka johtavat erityisryhmien jalkapallotoimintaa sekä erityisryhmissä pelaavien pelaajien vanhemmat. Suomessa on tällä hetkellä 15 seuraa, jotka järjestävät erityisryhmien jalkapallotoimintaa. Keräsimme kaikilta kartoittavan kyselyn sekä syvensimme kyselyä muutamiiin harkinnanvaraisin perustein valittuihin seuroihin. Kyseiset perusteet löytyvät kappaleesta 5.4.

Lisäksi keräsimme informaatiota vanhemmilta kyselylomakkeiden avulla. Annoimme kyselylomakkeet neljälle yksilö- ja parihaastatteluun osallistuvalla valmentajalle/joukkueenjohtajalle. Nämä henkilöt toimittivat lomakkeet pelaajien vanhemmille. Yhden joukkueen jätimme pois tästä aineistonkeruuvaiheesta, sillä kyseisen joukkueen pelaajat toimivat pääsääntöisesti itsenäisesti, jolloin vanhempien näkökulmalla ei ole erityistä merkitystä.

5.3 Aineistonkeruumenetelmät

5.3.1 Haastattelu aineistonkeruumenetelmänä

Haastattelut valitsimme tutkimusmateriaalin hankintatavaksi sen takia, että se on Suomessa yksi yleisimmistä tavoista kerätä laadullista materiaalia. Haastattelussa pyritään siihen, että selvitetään, mitä haastateltava ajattelee. Tämä on keskustelua, jonka tutkija aloittaa ja jota hän myös johdattelee. Haastattelu on osaltaan sosiaalista vuorovaikutusprosessia, jossa osapuolet vaikuttavat toisiinsa. Tutkimushaastattelussa

erityisen tärkeää on luottamus, koska haastattelun paikkansapitävyys ja anti riippuu pitkälti siitä, onko haastateltavalla ja haastattelijalla keskinäistä luottamusta. (Eskola & Suoranta 1998, 86, 94)

Yhtenä haastattelun onnistumisen edellytyksenä on hyvä ilmapiiri. Haastateltavalle täytyy antaa tarpeeksi aikaa vastata kysymyksiin ja annettava myös tilaa puhua. Haastattelijan tulee olla neutraali mutta silti empaattinen. Haastattelijan tehtävä on hyödyntää ja kuunnella haastateltavan esiintuomia asioita, mutta tarvittaessa myös ohjata keskustelua haluamaansa suuntaan. Joskus on tarpeen tehdä myös naiiveja kysymyksiä, jolloin kyseenalaistetaan itsestäänselvyksiä. Tällöin pystyy tarkentamaan haastateltavan mielipiteitä. Keskustelun aikana saattaa tulla esiin asioita, joista haastattelija on eri mieltä. Näitä haastattelijan mielipiteitä ei ole tarpeen esittää ääneen. Jotta keskustelijat ymmärtävät toisiaan, haastattelijan on syytä käyttää samaa kieltä kuin haastateltavakin, jotta keskustelijat ymmärtävät toisiaan. (Patton 1990, 306, 327, 330-331)

Haastattelijalla on oltava varalla joitain niin sanottuja varmoja keskustelunaiheita, joita voidaan käyttää silloin, kun keskustelu tyrehtyy, tilanne muuttuu ahdistavaksi tai jos haastateltavan motivaation heikkenee. Siirtymiset aiheesta toiseen eivät saa olla liian rajuja. (Hirsjärvi & Hurme 1991, 47-48) Haastattelujamme helpotti se, että meillä molemmilla on myös hieman valmentajataustaa, joten ymmärsimme haastateltavien ajatukset ja näkökulmat ja pystyimme tarkentamaan kysymyksiämme tarpeen vaatiessa. Puhuimme myös samalla ”jalkapallokielellä”, joka sisältää jalkapallosanastoa, jolloin keskinäinen ymmärryksemme toimi hyvin.

Puolistrukturoitua haastattelumenetelmää kutsutaan *teemahaastatteluksi*. Tämä olikin tutkimuksemme tärkein tiedonhankintatapa, jolla tavoin saimme valtaosan aineistosta. Teemahaastattelu on saanut nimensä siitä, että siinä haastattelu kohdennetaan tiettyihin teemoihin, joista keskustellaan. Teemahaastattelu lähtee siitä oletuksesta, että kaikkia yksilön kokemuksia, ajatuksia, uskomuksia ja tunteita voidaan tutkia tällä menetelmällä. Haastattelun nimi kertoo, mikä haastattelussa on kaikkein oleellisinta, nimittäin sen, että yksityiskohtaisten kysymysten sijaan haastattelu etenee tiettyjen keskeisten teemojen varassa. Teemahaastattelu huomioi ihmisten tulkinnat asioista ja sen, että heidän asioille antamansa merkitykset ovat keskeisiä, samoin kuin sen, että merkitykset syntyvät vuorovaikutuksessa. Teemahaastattelu on muodoltaan lähempänä strukturoimatonta

kuin strukturoitua haastattelua. Puolistrukturoiduksi menetelmäksi sitä kutsutaan siksi, että haastattelun aihepiirit ja teema-alueet ovat kaikille samat. Eskola ja Suoranta (1998) toteavat, että puolistrukturoiduissa haastatteluissa kysymykset ovat kaikille samat, mutta vastauksissa ei ole vastausvaihtoehtoja vaan haastateltavat voivat vastata omin sanoin. Robson (1995) puolestaan huomioi, että kysymykset on määrätty etukäteen, mutta haastattelija voi vaihdella niiden sanamuotoa. Puolistrukturoiduille menetelmille voidaan sanoa olevan olennaista sen, että jokin haastattelun näkökohdista on lyöty lukkoon, mutta ei kaikkia. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 47-48)

5.3.2 Kyselylomake aineistonkeruumenetelmänä

Yksi kyselytutkimuksen eduista on se, että niitä voidaan hyödyntää kerätessä laaja tutkimusaineisto. Tällaisessa tutkimuksessa on mahdollista haastatella useita henkilöitä ja samalla voidaan saada tietoa monesta asiasta. Kyselylomake myös säästää tutkijan aikaa ja vaivaa. Edellyttäen, että aineisto on hyvin suunniteltu, voidaan aineisto käsitellä nopeasti esimerkiksi tietokoneen avulla. Kyseistä aineistonkeruumenetelmää varten on kehitetty tilastollisia analyysitapoja ja raportointimuotoja. Huonona puolena voi olla aineiston pinnallisuus ja tutkimuksen teoreettinen vaatimattomuus. (Hirsjärvi ym. 1997, 191)

Postikyselyssä tutkittavat saavat lomakkeet postitse ja kun he ovat täyttäneet lomakkeen, niin he postittavat sen takaisin tutkijalle. Lomakkeen mukana on syytä lähettää vastauskuori, jonka postimaksu on maksettu. Tällöin vastaajalle ei tule kustannuksia. Kyseisen menettelyn hyviä puolia ovat vaivaton aineiston saanti ja nopeus. Suurin ongelma on kato. Kadon suuruuteen vaikuttaa vastaajajoukko ja tutkimuksen aihepiiri. Valikoimattomalle joukolle lähetettyjen lomakkeiden palautusprosentti ei ole yleensä kovin suuri, noin 30-40 prosenttia. Jos lomakkeen lähettää postitse jollekin erityisryhmälle ja jos he kokevat aiheen tärkeäksi, voi palautusprosentti olla 70-80. Tämä edellyttää usein kahta karhuamiskierrosta. (Hirsjärvi ym. 1997, 192)

Keräsimme osan aineistosta kyselylomakkeilla kahdelta eri kohderyhmältä. Keräsimme kartoittavaa tutkimusaineistoa erityisryhmien jalkapallotoiminnasta erityisryhmien joukkueiden valmentajilta ja joukkueenjohtajilta sähköpostin kautta sekä postitse.

Tämän kyselyn vastausprosentti oli täydellinen eli sata. Lisäksi saimme aineistoa erityisryhmien pelaajien vanhemmilta. Tässä osiossa jouduimme karhuamaan vastauksia kaksi kertaa, mikä ei merkittävästi nostanut palautusprosenttia, joka loppujen lopuksi oli 70.

5.4 Tutkimuksen toteutus

Keräsimme aineiston neljässä vaiheessa. Ensin teimme kartoittavan kyselyn näiden kaikkien seurojen erityisryhmien jalkapallojoukkueiden joukkueenjohtajille tai valmentajille avointa kyselylomaketta käyttäen. Kartoittavassa kyselyssä tiedustelimme lähinnä erityisryhmien jalkapallotoiminnan yleisempiä asioita, kuten ryhmien kokoja, toiminnan määrää ja toiminnan sisältöjä. Kartoittavan kyselyn jälkeen päätimme suorittaa toisen vaiheen ryhmähaastattelun ja kolmannen vaiheen pari- ja yksilöhaastattelut harkinnanvaraisella otannalla, jota täydennettiin vanhempia varten jätetyillä kyselylomakkeilla.

Toisessa vaiheessa haastattelimme vuonna 2002 marraskuussa neljää eri erityisryhmien jalkapallojoukkueeseen kuuluvaa henkilöä: kolmea valmentajaa ja yhtä joukkueenjohtajaa. Erityisryhmien jalkapallotoiminnasta kiinnostuneet henkilöt, jotka ovat enimmäkseen jo toiminnassa mukana olevia henkilöitä, kokoontuvat kerran vuodessa Eerikkilään erityisryhmien jalkapallopäivän merkeissä keskustelemaan toiminnastaan, jolloin samalla oli mahdollista toteuttaa ryhmähaastattelu. Käytimme tutkimuksen tässä vaiheessa ryhmähaastattelua, sillä ajan puutteen takia se oli sopivin ratkaisu. Näin saimme paljon tietoa neljästä erityisryhmien jalkapallojoukkueesta. Ryhmähaastatteluun osallistujat valitsimme kartoittavien kyselylomakkeiden perusteella ja sillä perusteella, että nämä henkilöt saapuivat itse tapahtumaan Eerikkilässä. Ryhmähaastatteluissa olleiden joukkueiden edustajilla oli jo myös muutaman vuoden kokemus erityisryhmien jalkapallotoiminnasta, mikä oli tärkein kriteeri haastatteluun valitessa.

Tämän jälkeen keräsimme aineistoa viideltä erityisryhmien jalkapallojoukkueelta ja osalta näiden joukkueiden vanhemmilta. Haastattelimme näiden seurojen joukkueenjohtajia ja valmentajia sekä pari- että yksilöhaastatteluin. Teimme sekä yksilöhaastatteluja että parihaastatteluja sillä meillä ollut täyttä varmuutta, tulevatko

haastateltavat yksin vai ei, joka selvisi vasta paikan päällä. Loppujen lopuksi teimme kaksi parihaastattelua, jotka olivat mielestämme tarpeellisia, sillä kyseisen seuran valmentajat olivat olleet mukana toiminnassa vasta pari kuukautta, jolloin toisenkin henkilön mukanaolo oli tarkoituksenmukaista toiminnan selvittämisen kannalta. Näissä kahdessa parihaastattelussa toisessa oli kaksi valmentajaa ja toisessa valmentaja ja joukkueenjohtaja. Parihaastattelut antoivat myös hieman enemmän aineistoa kuin yksilöhaastattelut. Tämän aineistonkeruun hankinnassa käytimme harkinnanvaraista otantaa.

Laadullisessa tutkimuksessa keskitytään usein hyvin pieneen määrään tapauksia ja pyritään analysoimaan niitä mahdollisimman perusteellisesti. Aineiston tieteellisyyden kriteeri ei näin ollen olekaan sen määrä vaan laatu, käsitteellistämisen kattavuus. Tutkijan tehtävä on pyrkiä sijoittamaan tutkimuskohde yhteiskunnallisiin yhteyksiinsä ja antamaan siitä historiallisesti tarkan ja yksityiskohtaisen kuvan. *Harkinnanvarainen otanta* tarkoittaa tutkijan kykyä rakentaa tutkimukseensa vahvat teoreettiset perustukset, jotka osaltaan ohjaavat aineiston hankintaa. Harkinnanvaraisesta otannasta käytetään myös nimitystä harkinnanvarainen näyte erotukseksi tilastollisista otantamenetelmistä, sillä onhan laadullisessa tutkimuksessa lähes aina kyseessä näyte eikä otos. (Eskola & Suoranta 1998, 18)

Jos tutkimuksen kohteena ovat esimerkiksi elinikäiset oppijat, ei ole hyödyllistä poimia tutkittavaa joukkoa täysin sattumanvaraisesti vaan on järkevää kohdistaa tutkiva katse niihin opiskelijoihin, jotka täyttävät elinikäisen oppijan tunnusmerkit. Tunnusmerkkien tunteminen riippuu taas siitä, miten elinikäisen oppijan käsite on määritelty. Jos tutkitaan jotakin ennalta tuntematonta kohdetta, niin asia on tietysti silloin toinen. (Eskola & Suoranta 1998, 18)

Näin ollen kolmanteen vaiheeseen valitsimme seurat seuraavin harkinnanvaraisin kriteerein: 1. toimiva organisaatio ja suunnitelmallisuus toiminnassa, 2. ainoa kilpaurheilua tosissaan harrastava joukkue, 3. ainoa tyttöjoukkue ja 4. suuri ikäjakauma verrattuna muihin seuroihin ja 5. pisimpään toiminut joukkue. Näistä seuroista kolme oli jo ryhmähaastatteluvaiheessa, joten meillä on mahdollisuus syventää tietouttamme erityisryhmien jalkapallotoiminnasta joukkuekohtaisesti.

5.5 Aineistonkeruu ja analysointi

Tutkittava aiheemme oli uusi, ennen tutkimaton, joten kartoittava kysely toimi alkuvaiheessa hyvänä tiedonkeruumenetelmänä aihetta silmällä pitäen. Emme myöskään alkuvaiheessa tienneet tutkimuskysymyksiä kovin tarkasti, joten kartoittava kysely auttoi tutkimusongelmia hahmotettaessa. Uutta kartoittavassa tutkimuksessa on myös hyvin vaikea etukäteen suunnitella tiedon selvittämisen tapaa, joten itse metodit muotoutuivat tutkimuksemme aikana. Koimme käyttämämme metodit tarkoituksenmukaiseksi, sillä keräsimme aineistomme vaihteittain, mikä auttoi asioiden hahmottamisessa ja jäsentelyssä. Menetelmät toimivat hyvin myös siltä kannalta, ettei meillä ollut mahdollisuuksia enempään matkustamiseen kustannusten ja ajankäytön vuoksi ja näin ollen saimme pysymään kulut melko pieninä.

Kartoittava kysely suoritettiin 15 joukkueelle joko postitse tai sähköpostitse ja aineisto saatiin kahden vuoden aikavälillä, joten viimeiset kartoittavista kyselyistä tulivat vielä viimeisten haastattelujen jälkeen, joka tuki tutkimuksemme muotoutumista. Itse kyselystä saimme juuri sen mitä halusimme eli kartoittavaa tietoa tutkimuksemme kannalta. Kartoittavassa kyselyssä saimme melko laajasti tietoa toiminnan ominaispiirteistä lyhyesti vastattuna. Haittapuolena kartoittavissa kyselylomakkeissa oli se, että jotkut vastaajat olivat jättäneet muutamia kohtia tyhjäksi, mikä saattoi johtua osaltaan siitä, että muutama kysymys oli saattanut jäädä epäselväksi ja siitä että vastaajilla ei vain yksinkertaisesti ollut tietoa kyseisestä asiasta. Saimme kuitenkin haluamamme tiedon ja aineisto antoi hyvää, tosin enemmänkin pintapuolista tietoa aiheesta, joten kyseisen aineiston analyysi kävi varsin nopeasti. Tämä vaihe toimi hyvänä suunnan näyttäjänä jatkoa ajatellen.

Seuraava vaihe eli ryhmähaastattelu oli kartoittavien kyselyiden pohjalta suunniteltu haastattelu, jossa menetelmänä oli teemahaastattelu. Ryhmähaastattelu oli tosin vähemmän strukturoitu kuin yksilö- ja parihaastattelut, sillä vielä tässäkin vaiheessa meillä ei ollut aiheestamme kattavasti tietoa, joten annoimme haastattelulle enemmän liikkumatilaa ja haastateltavat saivat vapaasti keskustella annetuista aiheista. Itse haastattelussa haastateltavat hieman jännittivät aluksi, mutta alun jälkeen jännityskin katosi ja haastateltavat keskustelivat vapautuneesti teemoista. Jännityksen laukaisemiseen varmasti vaikutti myös se, että haastateltavat tunsivat toisensa jollain

tavoin jo ennestään. Se, että haastattelu ei ollut tarkkaan strukturoitu, vaikutti toisaalta siihen, että välillä keskusteltiin ohi teemojen, mikä johtui osittain myös siitä, että haastateltavat olivat tuttuja toisilleen. Keskustelun aihe saatiin kuitenkin nopeasti takaisin aiheeseen ja saimmekin hyvää aineistoa jatkoa ajatellen myös tästä vaiheesta. Ryhmähaastattelu oli kestoltaan n. 50 minuuttia, joka oli hieman liian lyhyt aika, sillä teemoista olisi ollut vielä enemmänkin keskusteltavaa. Haastatteluaineistoa saimme tästä vaiheesta 16 sivua. Tämän vaiheen analyysi tehtiin teemoittelulla, joka toimi pitkälti myös seuraavan vaiheen haastattelujen pohjana.

Seuraava vaihe eli yksilö- ja parihaastattelut sujuivat kaiken kaikkiaan hyvin. Osalla haastateltavista saattoi olla pientä jännitystä, kun he eivät tunteneet meitä ja lisäksi nauhurikin oli päällä. Alkujännityksen hävittyä keskustelut olivat hyvin luonnollisia ja saimme hyvän kontaktin kaikkien haastateltavien kanssa. Kahdessa parihaastattelussa haastateltavat tukivat hyvin toisiaan ja jos toinen ei tiennyt jotain, niin toinen pystyi auttamaan, joten yhteistyötä tapahtui siinäkin muodossa. Haastattelut kestivät reilusta 40 minuutista noin 70 minuuttiin.

Haastatteluaineistoa kertyi yksilö- ja parihaastatteluista yhteensä n. 130 sivua, jonka lisäksi on 16 sivun ryhmähaastattelu. Yksilö- ja parihaastattelun aineiston litteroimme erikseen eli toinen litteroi kolme ja toinen kaksi haastattelua. Tämän jälkeen kokosimme ne yhteen ja aloitimme teemoittelun. Pohjana käytimme tutkimuskysymyksiämme, joiden lisäksi kiinnitimme huomiota asioihin, joita ei ollut tutkimuskysymyksissämme, mutta jotka nousivat esiin teemoittelun aikana. Teoreettisen teemoittelun suoritimme aluksi erillään eli tutkimme molemmat puolet aineistosta ja merkitsimme paperien laitaan mielestämme sopivat teoreettiset teemat. Tämän jälkeen yhdistimme voimamme ja aloimme kirjoittaa puhtaaksi haastatteluaineistoa. Toinen meistä luki teemoitetun kohdan ja toinen kirjoitti sen koneelle. Samalla mietimme, sopiko kyseinen haastatteluaineiston kohta aiemmin ajateltuun teemaan vai pitikö sitä muuttaa. Näin ollen tietty yhtäläisyys säilyi teemoittelussa, sillä loppuvaiheessa molemmat osallistuivat yhdessä aineiston teoreettiseen teemoitteluun.

Pääosin olimme teemoitelleet asioita samalla tavalla, mutta luonnollisesti oli joitain kohtia, joissa mielipiteemme olivat hieman erilaiset. Tällöin yhdessä mietimme ja perustelimme toisillemme, miksi jokin tema olisi parempi kuin joku toinen ja näin

pääsimme yhteisymmärrykseen. Kuitenkin on todettava, että ajatusmaailmamme aineiston suhteen ovat aika samanlaiset, joten ristiriitatilanteita ei tullut paljoa. Tässä vaiheessa saimme karsittua aineistomme noin 40 sivuun. Tämän jälkeen leikkasimme jokaisen haastateltavan kommentin irti ja kokosimme ne isolle paperille. Tällöin meidän on helpompi hahmottaa kokonaisuus ja selkeämmin huomioida mielestämme olennaiset asiat.

5.6 Tutkimuksen luotettavuus

Laadullisen tutkimuksen periaatteena on tutkijan avoin subjektiviteetti. Tutkija on tutkimuksensa olennaisin ja keskeisin työväline ja näin ollen suurimpana luotettavuuden kriteerinä onkin tutkija itse. Tällöin luotettavuuden arviointi koskee koko tutkimusprosessia. Luotettavuutta mitattaessa käytetään perinteistä *validiteetin* käsitettä, joka voidaan erottaa sisäiseksi ja ulkoiseksi validiteetiksi. Sisäinen validiteetin eli pätevyyden avulla viitataan siihen, että tutkimuksen teoreettiset ja käsitteelliset määrittelyt ovat sopuossuussa. Kyseiset määrittelyt sekä myös menetelmälliset ratkaisut pitää olla loogisessa suhteessa keskenään. (Eskola & Suoranta 1998, 211-214)

Sisäisellä validiteetilla voidaankin todeta tutkijan tieteellinen ote ja tieteenalan hallinta. Eskola ja Suoranta viittaavat Grönforsin (1982) todeten, että ulkoisella validiteetilla tarkoitetaan tehtyjen tulkintojen ja johtopäätösten sekä aineiston välisen suhteen pätevyyttä. Ulkoisella validiteetilla on enemmän yhteyttä tutkijan kuin tutkittavan käyttäytymiseen. Tutkimushavainto on ulkoisesti validi, kun se kuvaa tutkimuskohteen juuri sellaisena kuin se on. (Eskola & Suoranta 1998, 214)

Tieteessä on tarkoitus päästä objektiiviseen totuuteen, joka on pätevä kaikille. Tällöin tutkimustulokset ovat samat riippumatta siitä, kuka tutkija on tehnyt tutkimuksen. *Reliabiliteetilla* tarkoitetaan siis mittauksen toistettavuutta. (Uusitalo 1991, 25, 84) Reliabiliteetti kuuluu realistiseen luotettavuusnäkemykseen ja voidaankin sanoa, että aineiston tulkinta on reliaabeli silloin, kun se ei sisällä ristiriitaisuuksia. (Eskola & Suoranta 1998, 214)

Triangulaatio tarkoittaa erilaisten tutkimusmenetelmien ja –aineistojen käyttöä samassa tutkimuksessa. Esimerkiksi kahden toisiaan tukevan menetelmän käyttö voi parantaa

tutkimuskohteen kuvausta ja tällöin voidaan myös parantaa luotettavuutta. (Eskola & Suoranta 1998, 69, 215) Keräsimme tutkimuksemme aineiston neljässä osassa. Tutkimuksemme koostuu kvalitatiivisesta aineistosta eli kartoittavasta kyselylomakkeesta, ryhmähaastattelusta, syvemmästä teemahaastattelusta ja vanhemmille suunnatuista kyselylomakkeista. Edellä mainitun kolme ensimmäistä erilaista aineistoa keräsimme valmentajilta tai ohjaajilta ja joukkueenjohtajilta. Analysoimme kartoittavan kyselylomakkeen tulokset kvantitatiivisesti. Tällä suhteellisen laajalla aineistonkeruulla ja samalla hyödyntäen sekä kvalitatiivisia että kvantitatiivisia metodeja pyrimme siihen, että tutkimustulokset ovat mahdollisimman luotettavia.

Näin ollen tutkimuksessamme käytetään aineisto- ja menetelmätriangulaatiota. Aineistotriangulaatiolla tarkoitetaan sitä, että tutkimuksessa on yhdistelty erilaisia aineistoja keskenään, kuten erilaisia haastatteluja. Menetelmätriangulaatiossa tutkittavaa kohdetta tutkitaan monilla eri aineistonhankinta- ja tutkimusmenetelmillä kuten esimerkiksi kyselylomakkeella ja haastattelulla aineistonkeruumenetelminä samassa tutkimuksessa (Eskola & Suoranta 1998, 69). Tämän lisäksi tutkimuksessamme on toteutunut tutkijatriangulaatio, sillä olemme keränneet aineiston kahdestaan ja analysoineet aineiston ottaen huomioon molempien näkökulmat. Omien näkökulmiemme muodostumista helpotti se, että teimme litteroinnit ja alustavat analysoinnit erikseen. Tällöin saimme rauhassa perehtyä aiheeseen.

Kvalitatiivisen tutkimukseen on ehdotettu seuraavia termejä erottamaan laadullisen tutkimuksen luotettavuuskriteerit perinteisistä: uskottavuus, siirrettävyys ja vahvistuvuus. Uskottavuudella tarkoitetaan sitä, että tutkijan täytyy tarkistaa, vastaavatko hänen käsitteellistyksensä ja tulkintansa tutkittavien käsityksiä. (Eskola & Suoranta 1998, 212) Pyrimme tekemään kysymyksistämme mahdollisimman selkeitä ja helposti vastattavia. Kuitenkin kartoittavassa kyselylomakkeessa oli muutamia kysymyksiä, joihin vastaajat eivät joko olleet vastanneet tai olivat kirjoittaneet sellaisia asioita, joita emme olleet kysyneet kyseisessä kohdassa. Positiivista oli se, että keräsimme kyseisen aineiston ensimmäisenä, jolloin huomasimme ongelmakohdat ajoissa ja välttyimme jatkossa samanlaisilta ongelmilta. Luotettavuuden vuoksi jätimme epäselvät kohdat vähemmälle huomiolle.

Siirrettävyydellä tarkoitetaan tutkimuksesta tehtyjä yleistyksiä. Varmuutta voidaan lisätä ottamalla huomioon myös tutkimukseen ennustamattomasti vaikuttaneet ennakkoehdot. Vahvistuvuus ilmenee käytännössä siten, että tehdyt tulkinnat saavat tukea muista vastaavaa ilmiötä tarkastelleista tutkimuksista. (Eskola & Suoranta 1998, 212-213) Tietojemme mukaan Suomessa ei ole tehty aiemmin tutkimusta erityisryhmien jalkapallotoiminnasta, joten emme voi verrata tutkimustamme muihin. Kuitenkin tutkimustuloksissamme on monia samankaltaisuuksia moniin tutkimuksiin, joissa on tutkittu muun muassa lasten ja erityislasten suhdetta liikuntaan ja erityisliikunnan merkitystä.

Toisaalta samasta tutkimuskohteesta ja jopa samasta ongelmasta voidaan tehdä hyvinkin erilaisia tutkimuksia. Tämä riippuu pitkälti tutkimuksen tekijän omasta kiinnostuksesta, näkökulmasta ja metodologisesta suuntautumisesta. Todellisuutta voidaan tarkastella monesta eri näkökulmasta, jolloin usein juuri näkökulman valinta voi osittain sanella tulokset. Tulosten pitäisi olla luotettavia, mutta luotettavatkin havainnot voivat olla niin sanotusti vääriä tai puolueellisia, sillä ne tarkastelevat asioita vain yhdestä näkökulmasta. (Uusitalo 1991, 25) Kuten Uusitalokin toteaa edellä, täydelliseen luotettavuuteen on mahdoton päästä, sillä aina on olemassa tulkinnan mahdollisuus. Olemme kuitenkin pyrkineet mahdollisimman suureen luotettavuuteen ottamalla huomioon edellä mainittuja luotettavuutta parantavia asioita.

6 Tulokset

Tulososiossa nousi esille tiettyjä teemoja muita enemmän. Arvostus ja asenne, sosiaalinen merkitys ja erityispiirteet tulivat usein ilmi koko haastattelujen ajan myös muiden teemojen yhteydessä. Tämän vuoksi käymme läpi kyseisiä asioita hieman muita teemoja syvällisemmin.

Tuloksia käsiteltäessä käytämme kahta erilaista nimeä haastattelujen tuloksista eli joukkueen tai joukkueen edustajien vastaukset –nimiä. Käytämme joukkue –nimeä sen selkeyden takia ja vaikka käytämmekin tulososiossa kyseistä termiä, niin täytyy muistaa, että haastateltavat ovat olleet joko joukkueenjohtajia tai valmentajia ja kommentit ovat heidän näkemyksiään eivät välttämättä koko joukkueen.

6.1 Toiminta ja kuvailu

Keräsimme kartoittavaa tietoa kaikilta joukkueilta, jotka järjestävät jalkapallotoimintaa erityisryhmille. Seuroja, joiden alaisuudessa on yksi tai useampi erityisryhmien jalkapallojoukkue, oli helmikuuhun 2004 mennessä 14. Tiedot on kerätty vuosina 2002-2004 ja kyseisten seurojen yhteystiedot saimme Suomen Palloliiton kautta.

Maaliskuussa 2004 saimme viimeiset vastaukset, joten emme tiedä, onko sen jälkeen tullut uusia jalkapalloseuroja, joissa on toimintaa erityislapsille. Kyselyyn vastasivat joukkueiden valmentajat tai ohjaajat ja joukkueenjohtajat. Kilpaa pelaavan joukkueen valmentaja toimii pelaaja-valmentajana eli hän sekä pelaa itse että valmentaa. Näin ollen hänellä on kattava näkemys toiminnasta. Kyselylomake löytyy liite-osiosta (Liite 1).

Kyselylomakkeessa käytimme ohjaaja-sanaa, johon sisältyy myös valmentaja. Puhuttaessa joukkueen vetäjistä osa vastaajista käytti ohjaaja- ja osa valmentaja-sanaa. Tekstissä käytämme molempia sanoja rinnakkain ja tämän lisäksi puhumme myös vastuuhenkilöistä ja valmennuksesta vastaavista tarkoittaen juuri ohjaajaa tai valmentajaa. Joukkueessa voi myös olla joukkueenjohtaja, apuvalmentaja tai -valmentajia sekä huoltajia.

Ensimmäinen erityisryhmille suunnattu jalkapallojoukkue on perustettu vuonna 1995 ja viimeisin tämän vuoden tammikuussa. Suurin osa joukkueista on perustettu vuoden 2000 tienoilla eli kyseessä on varsin uusi asia. Toiminnan tiedotuksessa kymmenen seuraa käytti useampaa kuin yhtä tiedotustapaa. Selvästi suosituimpia olivat median käyttö esimerkiksi ilmoituksina lehtiin sekä ilmoitukset kouluihin. Lisäksi osallistujia saatiin lisää ”puskaradion” kautta eli kaverit tai vanhemmat olivat kuulleet toiminnasta ja kertoivat asiasta muille.

Palaute, jota valmentajat ja joukkueenjohtajat ovat saaneet toiminnasta, on ollut pelkästään positiivista. Myönteistä palautetta on tullut esimerkiksi pelaajilta, vanhemmilta ja seuralta. Pelaajia ryhmissä on kahdeksasta yli kolmeenkymmeneen. Pelaajia on keskimäärin noin 16 joukkuetta kohden. Kahdeksalla joukkueella pelaajia on 8-12 ja kahdella joukkueella voi pelaajia olla jopa noin 30.

Harjoitusmäärä on kilpaurheiluna jalkapalloa pelaavaa ja erästä toista ryhmää lukuun ottamatta kerran viikossa. Kilpaa pelaava joukkue harjoittelee 4-6 kertaa viikossa, mikä on harjoitusmääriltään muidenkin kilpaa pelaavien joukkueiden harjoitusmäärä, pois lukien huippujalkapalloilu. Toinen joukkue, joka harjoittelee useammin, harjoittelee kesäisin kaksi kertaa viikossa eli heidänkin toimintansa on pääsääntöisesti kerran viikossa tapahtuvaa toimintaa. Ympäri vuoden toimintaa järjestää 11 seuraa, tosin eripituisia lomia on sekä kesällä että talvella. Toiminta sisältää harjoituksia ja pelejä tai turnauksia. Lisäksi noin puolella joukkueista on muuta yhteistä toimintaa jalkapallon ohella kuten esimerkiksi illanviettoja ja muita yhteisiä harrastuksia.

Harrastajien ikäjakauma on hyvin laaja. Nuorimmat pelaajat ovat 5-vuotiaita ja vanhimmat 50-vuotiaita. Joukkueiden sisälläkin ikäerot ovat huomattavia, sillä pienimmillään erot ovat 6 vuotta pelaajien kesken ja suurimmillaan jopa 43 vuotta. Kahta joukkuetta lukuun ottamatta pelaajat ovat 5-25-vuotiaita ja yhdeksässä joukkueessa kaikki pelaajat ovat alle 17-vuotiaita eli ainakin tähän mennessä toiminta on suunnattu enemmän nuorille.

11 joukkueessa pelaajat, joilla on erilaisia diagnooseja, pelaavat samassa joukkueessa. Kolme seuraa ei vastannut kysyttäessä, mitä erityisryhmiä toimintaan kuuluu, joten emme tiedä, onko heillä sama tilanne kuin äsken mainituilla 11 joukkueella. Eniten joukkueissa on kehitysvammaisia, joita mainittiin olevan 11 joukkueessa. Neljässä joukkueessa on cp-vamman omaavia pelaajia. Lisäksi joukkueissa on muitakin erityisen tuen tarpeessa olevia pelaajia, esimerkiksi dysfaattisia, autistisia ja motorisesti kömpelöitä. Yhden joukkueen edustaja totesikin osuvasti, että he ottavat pelaajia mukaan ikään ja vammaan katsomatta.

Kysyessämme toiminnan riittävyttä tai pitäisikö sitä olla enemmän viisi joukkuetta jätti vastaamatta, joten emme tiedä tarkoittaako se sitä, että heidän mielestä toimintaa on riittävästi vai onko kyseessä jokin muu asia. Muutenkin vastaukset vaihtelivat huomattavasti. Muutaman joukkueen edustajan mielestä toimintaa pitäisi olla enemmän, kun taas joidenkin mielestä sitä on riittävästi. Ohjaajien määrä erityisryhmien jalkapallotoiminnassa vaihtelee yhdestä jopa seitsemään. Ainoastaan kahdessa joukkueessa oli kyselyä tehdessä vain yksi valmentaja tai ohjaaja. Lopuilla joukkueilla

oli harjoituksissa yhteensä 2-5 ohjaajaa. Valmentajien tai ohjaajien, apuvalmentajien ja huoltajien määrä vaihteli joukkueiden mukaan.

Valmentajien tai ohjaajien ja joukkueenjohtajien kokemukset erityisliikunnan tai soveltavan liikunnan ohjauksesta ennen erityisryhmien jalkapallotoiminnan aloittamista olivat hyvin vaihtelevia. Kuuden joukkueen valmennuksesta vastaavilla oli kokemusta erityisliikunnasta ja kahden joukkueen valmentajista tai ohjaajista osa oli toiminut erityislasten parissa. Kahden muun joukkueen vastuuhenkilön tai vastuuhenkilöiden omat lapset pelaavat joukkueissa, kun taas kolmen joukkueen valmentajilla tai ohjaajilla ei ollut lainkaan kokemusta erityisliikunnasta.

Lisäksi kahdella joukkueella oli valmentajina tai ohjaajina henkilöt, joilla ei ollut suoranaista tietoa erityisliikunnasta, mutta heillä oli joko koulutuksen kautta jotain tietoja toiminnasta tai muuta työkokemusta lasten parissa toimimisesta. Emme tiedä, onko kolmella aiemmin mainitun joukkueen valmennuksesta vastaavilla yleistä kokemusta lasten kanssa työskentelystä, kuten kahden joukkueen edustajilla on vaikkakaan he eivät olleet toimineet erityislasten parissa. Kahden muun joukkueen valmentajat tai ohjaajat olivat saaneet tietoa erityisliikunnasta erilaisista koulutuksista ja yksi toimii erityisluokanopettajana ja kahdella on ohjaajakokemusta erityisoppilaista. Lisäksi, kuten aiemmasta kappaleesta ilmeni, kahden muun joukkueen vastuuhenkilöillä on omia lapsia, jotka tarvitsevat erityistä tukea.

Joukkueiden yhteistyökumppaneina toimii muun muassa oma seura, kaupunki ja eri yhdistyksiä kuten Kehitysvammaisten tuki ry ja yritykset. Kahdella seuralla ei ollut yhteistyökumppaneita ja viisi joukkuetta jätti vastaamatta kysymykseen. Yhteistyökumppanuus ilmenee esimerkiksi siten, että joukkueet saavat taloudellista tukea ja avustuksia, varusteita kuten palloja, pelipaitoja ja harjoitusvälineitä ja ilmaisia salivuoroja. Lisäksi muutama joukkue kerää itse aktiivisesti rahaa.

Seitsemän joukkueen vastauksissa korostui halu kehittää toimintaa järjestämällä lisää turnauksia ja pelejä erityisryhmille. Neljän joukkueen edustajat painottivat myös, että tarvittaisiin lisää innokkaita ja asiasta kiinnostuneita vetäjiä.

Kartoittavan kyselyn lopussa halusimme vielä tietää muun muassa oliko vastaajilla jotain lisättävää kuten positiivisia tai negatiivisia kokemuksia ja ajatuksia toiminnan kehittämiseksi. Kolmen joukkueen vastauksissa painottui hyvän olon tunne, joka tulee lasten onnistumisen elämyksistä sekä valmentajalle että pelaajalle. Kaksi joukkuetta korostaa pelaajien olevan samanlaisia yksilöitä kuin muutkin ja he haluavat, että lapset oppivat kohtaamaan erilaisuutta ja hyväksymään sen jo pienenä. Muita asioita, joita ilmeni yksittäisillä joukkueilla, oli muun muassa liikunnallisten taitojen kehittyminen, joissa oli tapahtunut positiivista kehitystä, taloudellisen avun tarve, yhteistyön lisääminen ja vaikeus antaa kaikille onnistumisen elämyksiä.

6.1.1 Harjoitustapahtuma ja toiminnan erityispiirteet

Tutkimuksemme mukaan erityisryhmien jalkapallotoiminnan sisältö on pitkälti samanlaista kuin ”normaaliryhmien” jalkapallotoiminta. Harjoitusten toimintakaava mukaili perinteistä alkuverryttely, venyttely, palloharjoittelut ja loppupelit –kaavaa.

”Meillä on ihan samoi harjoitteita (kuin tavallisella joukkueella)...Ei se pelikään eroo loppujen lopuksi.”

”Ainahan he aloittavat selvillä harjoitteilla esimerkiksi pujoittelulla, seinäsyöttelyä ja pukkauksia ja pallon haltuunottoa ja sellaisilla.”

Erityisryhmien liikunnanohjaus toimii samojen periaatteiden mukaisesti kuin muukin liikunnanohjaus. Ohjaajan täytyy tietää, kuinka soveltaa tietoja ja taitoja ryhmän tai henkilön mukaan. (Mälkiä & Rintala 2002, 202)

Erityisryhmien jalkapallotoiminnassa on erityispiirteitä, jotka vaihtelevat joukkueen mukaan. Erityispiirteisiin vaikuttavat etenkin ryhmän koko, sukupuoli ja pelaajien ikä, ongelmat ja taidot. Toiminta ja erityispiirteet olivat erillisiä tutkimuskysymyksiä, mutta tutkimuksessa ilmeni, että näitä asioita on vaikea käsitellä erillään toisistaan.

”Suurin ero on se, että asiat tehdään huomattavasti paljon hitaammin ja täytyy kerrata paljon paljon enemmän...Esimerkiksi tavallisessa joukkueessa ne on pelannu pallo jossain muutenkin ja näille se on ihan uus juttu.”

”Suurin ero on ikähaitari, joka on aika leveä. Normaalijalkapallossa on yksi vuosikerta, joka siirtyy aina sellaisenaan eteenpäin.”

Erityisryhmiin osallistuvien lasten ja nuorten diagnoosit ovat varsin erilaisia, mutta lähes kaikkiin liittyy motorisia ongelmia. Lievät motoriset häiriöt voivat esiintyä motorisen kehityksen hitautena, kömpelyytenä tai vaikeuksina liikuntasuorituksissa. Vaikeudet saattavat haitata lapsen jokapäiväistä elämää ja vaikuttaa lapsen minäkuvan kehitykseen. Motoriset häiriöt voivat johtua kehitysviiveestä, jolloin häiriöt helpottuvat iän myötä. (Mälkiä & Rintala 2002, 142)

Kolme joukkuetta korosti toiminnan tavoitteena olevan pyrkiä monipuoliseen liikunnalliseen toimintaan ja tätä kautta kehittää yleisesti liikunnallisia ja motorisia taitoja jalkapalloharjoitteiden avulla sekä niiden ohella.

”Mä sekotan vetämisessäni jalkapallon ja lääkintävoimistelijan kokemukset eli se ei oo vaan raakasti jalkapalloo vaan se on kokonaisvaltaista toimintaa.”

”Koetetaan aina tehdä pallon kanssa, mutta ei välttämättä jalkapalloa...Tammikuussa kaivettiin patjat esille ja tehtiin kuperkeikkoja ja koetettiin muutakin motoriikkaa parantaa.”

Lasten liikunnassa ja valmennuksessa on päätavoitteena opettaa lapset liikkumaan monipuolisesti. Valmennuksen avulla opetellaan niitä perustaitoja, jotka edistävät liikunnallista taitavuutta. Lasten liikunnan perusta on monipuolisessa perustaitojen hankkimisessa. Liikkeet opitaan aivojen ohjaamana lihasten ja hermojen välisellä yhteistoiminnalla, jonka harjoittelu on lapselle tärkeää ja joka vaikuttaa myös kokonaiskehitykseen. (Miettinen 1999, 55)

Toiminnan alussa on tärkeää, että ohjaajalla on selkeä toimintamalli, jonka avulla hän ohjaa ryhmää. Varsinkin alkuvaiheessa tulee kiinnittää huomiota sosiaalisiin taitoihin ja etenkin ryhmässä toimimiseen. Tämä tuli esiin kolmen joukkueen vastauksissa.

”Kun se oli kaoottista alkuun, ni silloin tein tosi paljon töitä tunnin suunnittelun eteen. Jaoin kenttiä isojen voimistelupenkkin avulla ja käytin paljon tämmösii, ett jos mulla oli jotain asiaa, ni mentiin alas ja kuunneltiin ja sit jos mä seisoin, ni sit nää lähti ryömimään pitkin salia ja semmost järjestelmällisyyttä koetin mahdollisimman paljon saada aikaseks.”

”Ensimmäisissä harjoituksissa oli niin, että kätellään kaikkia...Koitetiin jonkinlaista kontaktii...ett jos tavataan jossain joku ihminen ja tervehditään ja sit pitää muistaa kattoo silmiin ja semmosii yleisiä taitoja harjoiteltu samass. Me on koitettu sanoo, ett tää on fyysinen laji, ett joudutaan olee muiden kanssa tekemisissä ja ollaan sama joukkue.”

”Näitten kanss ei saa jättää hetkeks tilannetta, että mitäs nyt tehtäis ja mitäs nyt ei tehtäis, pitää olla selkee linja koko ajan, mihin mennään.”

Erilaisia ristiriitatilanteita tulee usein vastaan sosiaalisissa vuorovaikutussuhteissa. Sitä kautta on mahdollista opetella tulemaan toimeen ihmisten kanssa. Vuorovaikutustilanne on sosiaalisen oppimisen edellytys. Todellinen vuorovaikutus syntyy silloin, kun ihmiset kommunikoivat toistensa kanssa ja toimivat yhteistyössä. Tällaisten tilanteiden syntymiseen urheilu ja liikunta antavat oivan mahdollisuuden. (Liimatainen 2000, 15)
Ryhmässä toiminta on jatkuvaa tapahtumista, liikettä ja muutoksia. Ryhmän toiminnan edellytys koostuu useista muutosprosesseista ja kehitysprosessista (Jauhiainen & Eskola 1994, 81-97).

Toiminta voi muuttua kussakin tilanteessa, minkä muutosprosessi ilmaisee. Tehtäväongelmat liittyvät tehtävän suorittamiseen ja niiden ratkaiseminen edesauttaa ryhmän kehitysprosessia. Prosessioingelmat liittyvät ryhmäsuhteisiin tai ilmapiiriin. Prosessioingelmia voivat olla esimerkiksi ristiriidat ja jännitykset, jotka vaativat aina käsittelyä ryhmän viihtyvyyden säilyttämiseksi. Toimivan ryhmän täytyy olla avoin sen tasapainoa horjuttaville tekijöille, eivätkä ristiriitatilanteen ole kielteinen asia, vaan luonnollinen osa ryhmän toimintaa. Ryhmissä tapahtuva muutos on eri vaiheissa tapahtuvaa etenemistä. Alku- eli muotoutumisvaihe käynnistyy kun opettaja tai ohjaaja kohtaa uuden liikuntaryhmän esimerkiksi lukuvuoden alussa. Tässä vaiheessa ryhmän

jäsenet tulevat osaksi ryhmää ja tutustuvat ryhmän muihin jäseniin sekä oppivat tietyt toimintamallit. (Heikinaro-Johansson ym. 2003, 170-172)

Erityisryhmien valmentajana joutuu kiinnittämään huomiota enemmän pelaajien käyttäytymiseen ja yksilöllisiin piirteisiin. Nämä vaikuttavat myös toiminnan organisointiin, joka on erityisryhmissä yleensä haasteellisempaa.

”Tavallisessa jalkapallojoukkueessa pääset ite helpommalla, ett se ero on siinä, että sun täytyy huomata se, ett ne saattaa hirveen voimakkaasti reagoida niihin juttuihin ite, että ne saattaa keskenäänkin ruveta kommentoimaan ja nahistelemaan, ett semmonen koitetaan saada samantien pois.”

”Vaikka noita pikkujunnujakin on vetäny, niin niill on tietty taju siinä mukana. Se on helpompi organisoida, mut kun organisoit tätä, niin pitää vielä enemmän käyttää valmentajan kokemusta, ett pystyt liikuttaa ryhmää järkevästi...Puhtaasti jalkapalloihminen, jos ei pysty ajatella vähän laajemmin, niin voi olla aika vaikeeta, jos ei oo tottunu näihin kuvioihin.”

Niemelän ja Rintalan mukaan pelien soveltaminen vaatii kykyä oivaltaa ryhmän erityistarpeet ja suunnitella tarkoituksenmukaiset ratkaisut pelien pelaamiseen. Erityisryhmien pallopelien ohjauksen luovuus ja rohkeus kokeilla uusia asioita ovat avainasemassa. Peliin kuuluvat välineet, varusteet, alue ja pelijaksot on tärkeätä rakentaa osanottajien lukumäärän sekä heidän suoritus- ja keskittymiskykynsä mukaan turvallisuus ja terveydelliset tekijät huomioiden. (Mälkiä & Rintala 2002, 251)

Pallopelien soveltamisessa erityisryhmille on muistettava, että peliä on pystyttävä pelaamaan mielekkäästi vähäiselläkin pelitaidolla ja myös fyysisesti heikkokuntoisten olisi pystyttävä osallistumaan. Soveltamista voi tehdä esimerkiksi pelialuetta pienentämällä ja rajaamalla. Pelivälinettä voi vaihdella niin, että se on ryhmälle mielekäs ja helpottaa pelin pelaamista yksilöiden erityispiirteet ja joukkueen kokonaisuus huomioiden. Pelaamisessa ja pelien suunnittelussa voidaan soveltaa sääntöjä, minkä ansiosta suorittaminen helpottuu. Tärkeää on myös tietää pelaajien

mahdolliset lääketieteelliset näkökohdat ja muut huomioonotettavat seikat, jotka vaikuttavat pelaamiseen. (Mälkiä & Rintala 2002, 251-254)

Pelaajilla voi olla hyvinkin monialaisia ongelmia sekä motorisessa että psyykkisessä toiminnassa. Isossa ryhmässä, jossa on erilaisia oppijoita, voivat kyseiset seikat vaikeuttaa ryhmän toimintaa ja sen hallintaa, joka ilmeni kolmen joukkueen edustajan vastauksissa.

”Jokaisella meidän pelaajista on jonkinlainen diagnoosi ja siellä on paitsi motorista ongelmaa niin myös psyykkistä puolta. Silloin alkuun näitä lapset oli jotain 7-12 vuotta, oli iso ryhmä, ni olihan se aika kaoottista, että ei varmaan ketään, jos oli vähänkään ongelmaa toimii isossa ryhmässä, niin ei se kauheesti palvelu siltä kohdalta. Osa kenellä oli ongelmia, saattoi lopettaa sen takia, että meno oli ehkä liian rajuu tai että ei ehkä tykänny jalkapallosta.”

Huovinen ja Rintala (2003) tuovat esiin sen, että erityisen tuen tarpeessa olevilla lapsilla ja nuorilla saattaa olla hyvin epätasaiset kykyprofiilit. Lapsella saattaa olla esimerkiksi suuria puutteita joissakin havaintotoiminnoissa, mutta jotkut oppimisvalmiuksien alueet ovat erityisen vahvoja. Oppimisedellytyksiin voivat vaikuttaa myös yksilön varsinaisen ongelma-alueen lisäksi mahdolliset lisävammat, kuten tarkkaavaisuuden ongelmat, kuuloon- ja näköön liittyvät vammat tai liikuntavamma. (Heikinaro-Johansson, ym. 2003, 349) Myös ryhmäkoko vaikuttaa liikuntatietojen ja -taitojen oppimisessa. Rovion mukaan (2003) pienryhmissä oppilaat tuntevat olonsa turvallisemmaksi ja saavat enemmän henkilökohtaista tilaa kuin suurryhmissä, jolloin kaikki saavat paremman mahdollisuuden osallistua toimintaan. Pienryhmä vastaa paremmin yksilön perustarpeisiin, siksi siellä on helpompi sitoutua ja osallistua aktiivisemmin toimintaan. Pienen ryhmän jäsenenä joutuu myös osallistumaan, sillä siellä ei voi piiloutua minnekään. (Heikinaro-Johansson, ym. 2003, 169-170)

6.1.2 Tavoitteet

Tavoitteet voidaan jakaa henkilökohtaisiin ja joukkueen tavoitteisiin. Neljän joukkueen edustajat viidestä haluaisivat lisää pelaajia erityisryhmien jalkapallotoiminnan pariin.

”Muitten toiveet ainakin ois se, ett mahdollisimman moni pääsis harrastamaan, mut se vaatii sen, ett saadaan kokonaan uus porukka, uus vetäjä ja niin pois päin.”

”Tulee se jatkuvuus mieleen, ett pitäis olla sellanen perusta, ett se vuosien varrella jatkuis, ett tulis uusia pelaajia.”

Neljän joukkueen edustajat huomioivat pelaajien yksilölliset tavoitteet jalkapallotoiminnan ohjauksessa.

”Me ei kerrota pelaajille, ett me halutaan, ett teette näin vaan luodaan harjotukset sen mukaan, että otetaan niiden henkilökohtaiset vaatimukset ja tavoitteet luomiseen mukaan.”

”Voi olla jonkun pojan kohdalla tavoitteita, mut en mä välttämättä sano mitään sille tai vaadi sitä, mut yritän ohjata sitä poikaa johonkin tiettyyn suuntaan.”

Ne, jotka osaavat käyttää useita lähestymistapoja ja opetusmenetelmiä sovittaen ne yksilöllisiin oppimistarpeisiin, voivat paremmin rakentaa oppimisympäristön varmistuen oppimisen. Joustavuus sallii kasvattajien opettaa sama sisältö eri tavoin. Se myös mahdollistaa ohjaajia optimoimaan taidon kehittymisen menestyksellisesti toteuttaen motorisen oppimisen periaatteen (Winnick 2000, 91)

Joukkuekohtaiseksi tavoitteeksi neljä joukkuetta mainitsee joukkueena toimimiseen liittyvien taitojen lisäämisen, sillä jalkapallo on joukkuelaji, jossa pelaajat toimivat yhdessä. Kahden joukkueen kommentteissa ilmeni, että heillä ei ole aina riittävästi pelaajia kokonaisen yhtenäisen joukkueen muodostumiseen.

”Lisää pelaajia on meidän suurin tavoite...Saatais pidettyä homma kasassa ja sitä kautta kehitetty joukkueena.”

”Tavotteena on se, että saadaan peli aikaseks tai saadaan pelaajat tajuamaan se, että kyse on jalkapallosta ja jalkapallo on joukkuelaji.”

Kempin mukaan (1997) jalkapallojoukkueen kehittyminen ryhmänä tarkoittaa joukkueen yksittäisen jäsenen ja hänen ihmissuhteittensa kehittämistä yhdessä toisten kanssa. Osallistuminen joukkueen toimintaan tapahtuu yhteisessä ja turvallisessa ilmapiirissä. Toisten odotuksiin vastatessa pelaaja joutuu suhteuttamaan omaa toimintaansa muun joukkueen toimintaan. Jalkapallojoukkueessa toimiminen voi olla välineenä yksittäisen jäsenen persoonalliseen ja sosiaaliseen kehitykseen. (Ismael, Holvas, Kempinen & Vakkila 1997,134)

Kolmen joukkueen vastauksissa korostui se, että he haluavat olla ja ovat samanlainen jalkapallojoukkue, kuin mikä tahansa muukin joukkue.

”Lähtökohta on omilla ajatuksissa, että me pelataan jalkapalloa, ollaan joukkue siinä, missä mikä tahansa muukin porukka.”

On tärkeää, että erityistä tukea tarvitseville ihmisille pyritään tarjoamaan sellaiset jokapäiväisen elämän mallit ja olosuhteet, jotka ovat mahdollisimman tavallisia verrattuna muuhun yhteiskuntaan. Normalisaatio –periaatteen mukaisesti pitää pyrkiä turvaamaan erityistä tukea tarvitsevien oikeudet ja tasa-arvo tietyn arvolähtökohdin. Kaikkien tasa-arvoisuus ja mahdollisuus olla arvostettu sekä mahdollisuus osallistumiseen ovat tärkeitä normalisaation arvolähtökohtia. (Ladonlahti ym. 1999, 137- 138)

6.1.3 Muu toiminta

Jalkapalloharjoitukset ovat toiminnan pääsisältö. Kuitenkin kaikilla viidellä joukkueella on myös jonkun verran muuta yhteistä toimintaa, mutta tämäkin toiminta on usein sidoksissa jalkapalloon.

”Pidämme hyvin tärkeänä, että on muuta toimintaa, koska tää sosiaalinen puoli tän tyyppisessä toiminnassa on yhtä tärkeä kuin se liikunnallinen puoli ja sen takia meillä on tämmöistä oheistarjontaa, meillä on esimerkiksi pikkujoulut ollut kaksi kertaa.”

”Euroopan Special Olympics –jalkapallo ja sen merkeissä sitten jotkut paikkakunnat on järjestänyt tapahtuman ja täällä Pallopiiri ja liikuntavirasto yhdessä järjesti...Oli tekniikkaa ja kaikkea mahdollista pallon kanssa...Sitten oli pieniä otteluita ja julkkispelaajia, se oli mahtavaa.”

”Kauden päättäjäiset, Tampereellä oltu turnauksessa, muutaman kerran vierailuja ollu...Tampereen reissuun liitettiin kylpyläkäynti, mut aika vähän semmoista jalkapallon ulkopuolista toimintaa.”

Joukkueurheilu tarjoaa erinomaiset mahdollisuudet oppia ja kehittää sosiaalisia taitoja vaikkakaan se ei tapahdu automaattisesti ilman erityistä huomioonottamista. Ryhmässä työskentely yhteisen päämäärän eteen on ratkaisevaa opittaessa sosiaalista käyttäytymistä.(www.nuorisuomi.fi/files/ns/liikuntasuositukset/2004Liukkonen_lapsiurheilunsuositukset.doc)

6.1.4 Vanhemmat jalkapalloharrastuksessa

Vanhemmat toimivat erilaisissa tehtävissä joukkueessa. Kolmen joukkueen edustajan mukaan vanhemmille on tärkeää tavata toisia erityislasten vanhempia. Tällöin muodostuu vertaisryhmiä, joissa vanhemmat voivat jakaa kokemuksiaan ja toiminnan merkitys vanhemmille on merkittävä. Vanhempien osallistuminen vaihtelee sen mukaan miten pitkään joukkue on ollut toiminnassa. Mitä pitempään joukkue on ollut toiminnassa, sitä paremmin vanhemmat tutustuvat toisiinsa.

”Ne (vanhemmat) on tullut tiiviimmäksi, alkuun jokainen vanhemmista katteli vaan, mitä harjoituksissa tapahtuu ja mitä oma lapsi siellä tekee. Nykyään ne keskustelelee keskenään ja se on eräänlainen foorumi niillekin, että ollaan yhteydessä ja semmonen vertaisryhmä. Osa vanhemmista kuuluu koulujen vanhempainyhdistyksiin, mut voi olla, että toi syventää sitäkin suhdetta vanhempien kesken.”

”...vanhemmat ottavat itse oppia ja oppivat jopa jotain uusia asioita toimintamme kautta... hirveen oma-aloitteisesti vanhemmat ei tuu vaan se vie aikaa... heistä voi tulla tämmönen sisäpiirivanhempi ja jonkun ajan kuluttua tuleekin.”

Parhaimmillaan jalkapallo voi tarjota mahdollisuuden niin sanottuun verkostoitumiseen muiden vanhempien kanssa. Monet kasvatuspulmat ja työasiat voivat ratketa kentän laidalla. Muilta saattaa saada hyviä vinkkejä elämän eri osa-alueilta. Yhteisen päämäärän eteen toimiminen ja vanhempien vuorovaikutus voi olla palkitsevaa ja mukavaa. (Nuori Suomi, Pelin henki – vihko 2003, 6)

Vastauksissa korostui vanhempien merkitys koko toiminnan suhteen. Vanhempia tarvitaan eri tehtävissä aina pelaajien kuljettamisesta valmentajan tehtäviin asti.

”...käytännöllisesti kattoen ilman vanhempia tätä ei olisikaan.”

”Vanhemmat, ketkä on mukana olleet pitempään, on aika sitoutuneita, meillä on joukkueenjohtaja, rahastonhoitaja ja he hoitelee näitä pelireissuasioita ja muutkin vanhemmat on tarpeen mukaan olu auttamassa.”,

6.2 Merkitys

Selvitimme tutkimuksessamme haastateltavilta erityisryhmien jalkapallotoiminnan liikunnallista ja sosiaalista merkitystä. Haastattelujen perusteella toiminnalla on pelaajille enemmän sosiaalista kuin liikunnallista merkitystä.

6.2.1 Toiminnan sosiaalinen merkitys

Haastattelujen mukaan kaikkien seurojen edustajat toivat esille sen, että toiminnalla on sosiaalista merkitystä, joka korostui vastauksissa liikunnan merkityksen jäädessä toissijaiseksi. Kolmen seuran edustajat painottivat sosiaalisen merkityksen yhteydessä toiminnan vaikutusta pelaajan itsetuntoon.

”Sit joku maali, niin sillä eletään jo monta päivää, ett kyllä se vahvistaa itsetuntoa. Mun mielest onnistumiset ylipäättänsä, ett tykkää, ett itte pärjää.”

”Murrosiässä lapset huomaavat, että ovat erilaisia. Ehkä heillä ei ole samanlaisia mahdollisuuksia kuin terveillä. Jos itsetunto on mahdollisimman vahva, että heillä on, ei ehkä samanlaisia mahdollisuuksia, mutta toisenlaisia mahdollisuuksia ja ne voivat kohdata elämänvaikeuksia paremmin. Käytämme jalkapalloilua hyväksi, että ne hyötyvät tän tyyppisistä asioista.”

Myönteisten liikuntakokemusten avulla lapsen käsitys itsestä vahvistuu ja itsetunto paranee. Tämä antaa paremmat edellytykset sille, että lapsi selviää nuorena ja aikuisena erilaisissa sosiaalisia taitoja vaativissa tilanteissa.

(Heikinaro-Johansson, ym. (toim.) 2003, 76)

Keltinkangas-Järvinen (1994, 22-23) toteaa toisaalta, että hyvään itsetuntoon liittyy myös kyky sietää vastoinkäymisiä kuten epäonnistumisia niin, että pettymys ei vaurioita itsetuntoa. Jos ihminen tekee jonkun asian huonosti, niin se ei merkitse sitä, että hän olisi huono. Epäonnistumisten myöntäminen ei aiheuta itsesyytöksiä vaan tapahtumaa voi pohtia seuraavia tilanteita varten, niin että epäonnistumista ei tapahtuisi.

Sosiaalinen merkitys ilmeni vastauksissa itsetunnon lisäksi myös muilla tavoin. Neljän seuran vastauksissa korostuu se, että pelaajat ovat tulleet sosiaalisemmiksi, mikä on heijastunut ulospäin suuntautuneena käyttäytymisenä.

”Tiettyjen pelaajien osalta, jotka on aluks ollu arkoja, niin niist on tullu hirveen sosiaalisia. Ei pelkästään meidän treeneiss, ett heittää sitä läppää vaan se heijastuu muutenkin niiden elämään, ett niist on tullu rohkeempia ja ne uskaltaa ilmaista itseään ehkä enemmän.”

”Ne kehittyy koko ajan. Ne kykenee toistensa kanssa juttelee muistakin asioista ja minkä mä tiedän, niin osa ei mistään hinnasta rupeis puhumaan tuntemattomille tai puolitutuille vaikk ne ois samassa

koulussa, niin kyllä ne nykyään puhuu ja vanhemmatkin on sanonu sitä, että: ”Hei, tiesit sä, että ne muuten näki yks päivä vapaa-ajallakin”.”

Katajan ja Saaren (1992) mukaan pallopelien sosiaalisina tavoitteina ovat muun muassa pelikumppaneiden ja ryhmän muiden jäsenten huomioon ottaminen, sosiaalisten kontaktien ja ryhmässä työskentelykyvyn lisääntyminen ja eristyneisyyden väheneminen. (Mälkiä (toim.) 1992, 137)

Kolmen seuran vastauksissa korostui joukkueeseen ja seuraan kuulumisen tärkeys. Kahdessa vastauksessa painottui samalla myös pelaajien halu harrastaa samalla tavalla kuin muutkin lapset ja nuoret.

”Seuraan kuuluminen antaa heille sen tunteen, että he eivät ole mukana missään vaikeavammaisten toimintaryhmässä. He haluaa olla siinä, missä muutkin ovat ja se korostuu varsinkin, kun on sisaruksia, jotka pelaa normaalijoukkueissa...Tää tasavertaisuus, tasa-arvontunne on hyvin tärkeä.”

”Oon tyytyväinen niiden puolesta, näkee että ne nauttii, kun on oma lapsi siellä, niin tietää kuinka sille on tärkeää se, että saa olla mukana, kun muutkin perheessä on pelannu jalkapalloa. Ni ei tahdo aina ymmärtää, että miksi ei itte.”

Soveltavassa liikunnassa erityislapsi nähdään tavallisena lapsena eikä hoidon kohteena. Tasa-arvonäkökulma pyrkii tukemaan tavallista lapsuutta ja vanhemmuutta. Erityisliikunnan kasvatuksellinen puoli keskittyy korostamaan yhdessäoloa toisten lasten, sisarusten tai vanhempien kanssa. (Mälkiä & Rintala 2002, 153-154)

Toisaalta liikunnalliset ja sosiaaliset taidot voivat olla yhteydessä toisiinsa. Ryhmässä kiinnitetään huomiota toisiin ja otetaan mallia toisilta.

”Motoriikka on parantunut, koko ajan paranee entisestään liikunnalliset taidot ja mitä paremmat sosiaaliset taidot niillä kehittyvät, sitä helpommin niitä liikunnallisiakin viittii tehdä, koska ne luottaa toisiinsa, niin ne

uskaltaa koittaa. Jos joku teki kuperkeikan, niin kyllä mäkin uskallaan koittaa, että koska kaikki muutkin osaa ja pystyy, tulee semmonen yhtä köyttä vetäminen.”

Pietilä kirjoittaa viitaten Banduraan (1997), että vertaisryhmässä lapset toimivat usein toistensa opettajina. Pietilä jatkaa viitaten Manniin (1996), että vaikka lapsi ei olisi kovinkaan sosiaalinen, niin hän helposti hakeutuu vuorovaikutustilanteisiin, jotta oppisi uusia taitoja. (Pietilä 2000, 19)

6.2.2 Toiminnan liikunnallinen merkitys

Liikunnallisen merkityksen osalta kaikkien erityisryhmien jalkapallojoukkueiden edustajat olivat sitä mieltä, että on tärkeää, että osallistujat harrastavat jalkapalloa.

”Ne ei oo kauan jalkapalloa pelannu, mutta molemmat tuo sähly ja jalkapallo, niin huomaa että ne on todella liikkumaan, et mun mielestä on tosi hyvä, että ne on siinä mukana.”

Haastatteluissa neljä joukkuetta viidestä mainitsee sen, että toiminta edesauttaa liikunnallista kehittymistä. Haastateltavien mielestä liikunnallisessa kehityksessä nähdään kuitenkin eroja siinä, missä ajassa kehitys tapahtuu, mikä esiintyi kolmen joukkueen edustajien haastatteluissa.

”Usein, kun he aloittaa niin jo parin kuukauden jälkeen heidän liikunnallinen kehitys lähtee eteenpäin, lähinnä koordinointi eli toiminta pallon kanssa, siis syötöt toisille alkaa sujua.”

”Mä nään kehittymistä, semmosta motoriikan säätelyn hallitsemista ja kaikkee tällästä. Se näkyy siinä, että ainakin nää, ketkä on ollu useemman vuoden mukana, ni peli kulkee, pallo pysyy paremmin hallussa, ni se kertoo et motoriikassa tapahtuu edistystä. Meil on alkuverryttelyis tälläsi koordinaatioharjotuksia, eri tavoin juostaan ja ristiaskelia, et kenellä oli alkuun hirveitä vaikeuksia, sit on oppinut sen.”

Pietilä on havainnut motoriikan olevan hyvin keskeinen lapsen ongelmien ja reaktioiden osoittimena ja hän korostaa liikkeiden ja ruumiillisuuden roolia lapsen kehityksessä. Lisäksi lapsille, joilla on motorisia vaikeuksia, liikuntaharjoitteet ovat osoittautuneet tärkeiksi, sillä tämän ansiosta lapsen toimintakyky paranee ja lapsi oppii myös vuorovaikutustaitoja. (Pietilä 2000, 7)

Liikunnallisen merkityksen ero kilpa- ja muiden joukkueiden välillä huomattiin myös 4-6 kertaa harjoittelevan kilpajoukkueen toiminnassa, jossa ainakin pitempään pelanneiden pelaajien fyysiset edellytykset olivat parantuneet huomattavasti. Tämä ilmeni esimerkiksi lihastasapainon parantumisena, josta kertoo kilpajoukkueen pelaaja-valmentajan kommentti. Merkitystä ilmentää se, että edellä mainitulla henkilöllä on CP-vamma.

”Keskustelin mun vanhan fysioterapeutin kanssa, en ollut nähnyt sitä varmaan neljään vuoteen, niin se katto suu auki pitkään, kun lihastasapaino täll huonommalla jalalla varsinkin, että oli tullut lihaksia lisää paljo. Kyllä sen huomaa, että lihaskunto paranee.”

Liikunta tukee vammaisen yksilön fyysistä kehitystä ja ylläpitää toimintakykyä. Riittävän hyvä fyysinen toimintakyky on merkittävässä osassa ihmisen kokonaiskehityksessä ja elämänlaadussa. Lisäksi hyvä toimintakyky vähentää vamman aiheuttamia rajoituksia ja edesauttaa täysipainoista osallistumista. (Heikinaro-Johansson ym. (toim.) 2003, 76)

6.2.3 Toiminnan merkitys ohjaajille ja joukkueenjohtajille

Valmentajien ja joukkueenjohtajien omat kokemukset erityislapsista joko työn tai lähipiirin kautta ovat vaikuttaneet siihen, että valmentajat ovat aloittaneet erityisryhmien jalkapallovalmennuksen tai -ohjauksen. Itse asiassa kaikilla haastateltavilla oli aikaisempia kokemuksia erityislapsista jo ennen toimintaan osallistumista. Lisäksi viiden seuran haastateltavista neljän seuran haastateltavalla oli jalkapallotaustaa.

”Olen ollut tällä alalla siis kehitysvammaisten ja liikuntavammaisten kanssa tehnyt töitä ja sit vielä jalkapalloilullinen tausta.”

”Joukkueenjohtajan lapsi on kehitysvammainen ja joukkueenjohtaja on mun veljen vaimo. Joukkueenjohtaja veti porukkaa kaksi vuotta, mä vapauduin muista tehtävistä, niin joukkueenjohtaja sano, ett tuu mukaan ja mä lupauduin.”

Mitä vähemmän tiedetään jostain vammasta, sitä enemmän se järkyttää. Ihmiset, jotka eivät koskaan ole läheltä joutuneet tekemisiin vammaisen lapsen kanssa, voivat reagoida hyvin voimakkaasti, mutta jopa sellainen, joka on työskennellyt vuosikautia tietynlaisen vamman parissa, voi reagoida kuten vasta-alkaja kohdatessaan jonkin toiminnallisen häiriön. (Lagerheim 1989, 20)

Jokaisen joukkueen edustajalle on tärkeää, että näkee pelaajien kehittyvän. Kolmen joukkueen vastauksissa korostuu lisäksi se, että he saavat tyydytystä siitä, kun pelaajat nauttivat pelaamisesta.

”Saa olla niiden lasten kanssa ja jalkapalloss mukana...Motivoi eniten, kun näkee, ett tytöt nauttii ja kehittyy.”

”Näiden harkkojen jälkeen on aina ollut mahtava fiilari vaikka on väsyneenä monesti menny, mutta kun ne on niin aitoja tyyppejä...Tulee ittelle hyvä olo.”

6.2.4 Ongelmat haasteina

Ongelmista kysyttäessä haastateltavat eivät kokeneet toiminnassa olevan varsinaisia ongelmia vaan pikemminkin erityispiirteitä tai haasteita. Ongelmat esiintyivät enemmänkin ihmisten asenteissa ja arvostuksessa. Tämän vuoksi tässä kappaleessa käsittelemme vain joitakin asioita, jotka tuntuivat ongelmallisilta tai haasteellisilta. Muuten kyseisiä asioita löytyy arvostus ja asenteet – ja erityispiirre –kappaleesta. Toimintaan liittyviä suoranaisia ongelmia tuli esiin vain muutamia, joista kerromme seuraavaksi. Nämäkin ongelmat olivat lähinnä yksittäisten joukkueiden edustajien kommentteja eli eri joukkueissa ongelmiksi koettiin erilaisia asioita.

Yhden joukkueen edustajan mielestä ongelmana koettiin se, että osa pelaajista on sellaisia, jotka eivät pääse omin neuvoin kentälle.

”Kyytihomma tai tuleminen, että ketä asuu, noiss asuntoloiss, ni saattaa olla vaikeeta tulla, ett siinä joutuu toisten vanhemmat olla mukana, että pystyy suoriutumaan näistä kuvioista.”

Yhden joukkueen vastauksissa tuli esiin ongelmat seuran kanssa. Alla olevan esimerkin lisäksi seurojen suhtautumisesta erityisryhmien jalkapallojoukkueisiin on kerrottu lisää seuraavassa kappaleessa.

”Seuran kanssa mulla on enemmän ongelmii, kun muuten yleisesti. Vaikk seura on hirveen positiivisesti ottanu vastaan ja koittaa auttaa, mut ei sit kumminkaan.”

6.3 Arvostus ja asenteet

Valmentajien ja joukkueenjohtajien vastauksissa nousi vahvasti esiin ihmisten asenteet ja arvostus erityisryhmien jalkapallotoimintaa kohtaan. Tämä tuli esiin monta kertaa haastattelun eri vaiheissa. Joukkueiden edustajat näkivät arvostuksen ja asenteen sekä positiivisena että negatiivisena. Neljä joukkuetta oli saanut avustuksia joko seuralta tai muilta tahoilta.

”Kyllä seura peliasut heti anto ja niiltä voi sitte pyytääkin, mutta mä ite pelaan vähän varovasti, ett mun mielest meille riitti viime kesänä, ett peliasut tuli kaikille.”

”Joukkueenjohtaja on ahkerasti mainostanut joukkuettamme, kirjoittanut erilaisiin lehtiin, kertonut tästä ja sitä kautta me saatiin Nuorelta Suomelta tukea.”

Seurojen suhtautuminen erityisryhmäjoukkueisiin oli vaihtelevaa, yhden joukkueen vastauksista ilmeni, että seurojen suhtautumiseen oltiin tyytyväisiä ja kahden joukkueen osalta toivottiin lisähuomiota seuralta. Mukana oli myös tiettyä varauksellisuutta seuran

toimintaa kohtaan. Positiivista seurojen toiminnassa oli se, että kaksi joukkuetta oli saanut seuraltaan peliasut korvauksetta erityisryhmien jalkapallojoukkueelle. Negatiivisena yksi joukkue koki sen, että seuran tiedottaminen yleisistä asioista ei aina suju ongelmitta.

”Seura on sanonut, ett voi tulla ihan hyvin, jos on jotain, niin kyselemään.”

”Suoraan sanottuna mä haluisin, ett ihmiset arvostais sitä (erityisjalkapalloa) enemmän. Välillä tuntuu, ett meidät vaan sivuutetaan. Esimerkiks seura, kun ne jakaa talviharjoitusvuoroja, niin yhtenäkkään vuotena ei olla saatu niit vuoroja, mitä oltais haluttu.”

Sama haastateltava olisi toivonut myös seuran johdolta aktiivisempaa osallistumista ja kiinnostuksen osoitusta:

”Ois ihan mukavaa, ett esimerkiks seuran puheenjohtaja tulis treeneiss kattoo, ett miss me mennään tai ylipäätänsä joku seuran edustaja.”

Ihmiset suhtautuvat toimintaan pääosin positiivisesti, mutta toisaalta heillä on myös ennakoasenteita toimintaa kohtaan. Ennakkoluuloja oli kolmen joukkueen vastaajien mielestä muun muassa medialla, vanhemmilla ja yleisessä suhtautumisessa. Neljän seuran edustajat olivat saaneet positiivista palautetta muilta ihmisiltä.

”Mää oon ainakin saanut tosi positiivista palautetta, mitä oon kuullu ympäriltä, ett tommosta toimintaa on olemassa.”

”Ollaan vähän aikaa vasta oltu ja koko ajan tulee lisää pelaajia ja kiinnostusta tätä lajia kohtaan.”

”Ihmisillä on hirveesti ennakoasenteita tätä joukkuetta kohtaan, ei meidän seurassa vaan ulkopuolisilla henkilöillä... Näiden lasten vanhemmat on ennakoasenteisia tähän hommaan.”

Lapsen itsetunnon kehityksen kannalta on tärkeää, että häntä kohdellaan positiivisesti. On olemassa vaara, että vammaista lasta ei arvosteta omana itsenään vaan hän joutuu kohtaamaan negatiivisia reaktioita poikkeavuutensa takia. Usein vammaisen lapsen suurin vamma on muiden asenne häntä kohtaan. (Lagerheim 1992, 20)

Yksi mielenkiintoinen asia oli erään joukkueen tekemä havainto siitä, että mediaa kiinnostaa erityisryhmistä vain kehitysvammaiset, eivät liikuntarajoitteiset. Sama henkilö oli havainnut, että media haluaa tehdä juttuja mieluummin vammaisista lapsista eikä aikuisista.

”Olen tehnyt sen havainnon, että jos sanot, että meillä on myös liikuntarajoitteisia se ikään kuin ei kiinnosta heitä (mediaa), he haluaa, että nyt puhutaan vain kehitysvammaisista.”

”Toimittaja sanoi, että: ”Joo lapset ovat söpöjä ja aikuiset eivät vaikka vammaisia, niin eivät ole söpöjä”.”

Haastatteluissa kaksi erityisryhmien jalkapallojoukkueen valmentajaa epäili uuden valmentajan saamista, jos he lopettaisivat valmentamisen. Kaksi valmentajaa toi esille myös sen, että ”tavallisten” joukkueiden valmentajat eivät välttämättä haluaisi valmentaa erityisryhmien joukkuetta koska he eivät näe sitä niin tavoitteellisena.

”Jos ois tilanne, että jouduttaisiin valmentajaa, niin kuinka moni tulis. Uskon ettei olisi oikein halukkaita... Tai sillain, että viittis mitään tehdä sen asian eteen.”

”Sitten on joitakin, jotka vois ehkä muuten (valmentaa), mut kehitysvammasuus ei oo niin yksiselitteistä, ketä on tottunu vetää koutseina ja sit se, että kun normaalikoutseina on vetäny muualla, niin siellä on aina tulostavoitteet, niin värvätä siitä alas tämmöseen sosiaalitoimintaan, plus vielä sitten että vastassa on ihmiset, ketkä ei aina tajuu asioita.”

Saarnivaara (2001) toteaa viitaten Helaseen, että valmentajilla voi olla ennakkoluuloja vammaisia kohtaan, etenkin kun on kyse liikunnasta. Helasen mukaan valmentajilla saattaa olla pelkoja, että he eivät osaa valmentaa vammaisia lapsia tai he saattavat pelätä leimautuvan esimerkiksi kehitysvammaisten valmentajana. Helanen korostaa, että tiedon puute aiheuttaa usein ennakkoluuloja.

(www.slu.fi/verkkolehti/artikkeli/?ARTIKKELI_NUM=18597)

Suomen Palloliiton rooli erityisryhmien jalkapallotoiminnan suhteen nousi esiin neljän joukkueen edustajien vastauksissa. Kolmen joukkueen edustajat edustavat kokivat, että Palloliitolla on kehittämisen tarvetta erityisryhmien jalkapallotoimintaa koskien.

”Luulen, että Palloliitossa ihan positiivisesti suhtaudutaan, mutta tuskin siellä hirveesti uhrataan voimavaroja kehittämiseen.”

”Palloliitossa on asennemuutos tarpeen. Kysyin heiltä käytöstä poistettuja peliasuja. Lähes kaikki maat pelaa maajoukkueasuisissa ja usein se on semmonen peliasusarja, joka on poistunut käytöstä. Lähetin pyynnön asuista, mutta Palloliitolta ei tullut yhtään vastausta.”

Yksi joukkue on ollut tyytyväinen Palloliittoon. Toisella joukkueella on ristiriitaisia mielipiteitä koskien Palloliiton toimintaa, joka ilmenee edellisessä ja seuraavassa lainauksessa.

”Palloliitto suhtautuu Kaikki Pelaa –toiminnan kautta erittäin positiivisesti. Se on juuri se, mitä tarvitsemme, kun ollaan mukana tässä jalkapalloperheessä ja se on pelaajille ja myös vanhemmille viesti, että jalkapallo lajina haluaa huolehtia erityistukea tarvitsevista lapsista ja nuorista.”

”Palloliiton paikallinen piiri järjesti Kaikki Pelaa –Special Olympics – jalkapallotapahtuman ja on hyvin yhteydessä ja kyselee.”

6.4 Rahoitus ja kysyntä

Erityisryhmien jalkapallojoukkueen kulut ovat pääasiassa pienet lukuun ottamatta kilpajalkapalloilua harrastavaa erityisryhmien joukkuetta. Kilpajalkapalloilua harrastavasta ryhmästä koostuu muutamaa pelaajaa lukuun ottamatta CP-maajoukkue. Kolmas lainaus on esimerkki kyseisen joukkueen menoista suurimmillaan.

”Se rahankeruu on lähinnä sen mukaan, miten vanhemmilla on kontakteja...Kuitenkin mejän kulutkin on aika pienet.”

”Me ei päästy viime vuonna MM-kisoihin, koska ne järjestettiin Argentiinassa ja ois pitäny itte maksaa koko reissu ja arvioitu budjetti ois ollu noin 25000 euroo. Ei sellasii myyjäisillä ja pullonkeruurahoilla kerätä.”

Lisäksi jotkut erityisryhmien jalkapallojoukkueet ovat saaneet seuraltaan vanhaksi jääneitä varusteita, mikä myös vaikuttaa kulujen vähäisyyteen:

”Ollaan paidat saatu (seuralta), jotka on joltain joukkueelta jääny ja saadaan varusteet, housut ja tämmöset. Muut joukkueet maksaa jokainen pelaaja lisenssimaksun seuralle, se oli markoissa joskus tuhannen viidensadan jommall kummall puolell, niin mehän ei makseta sitä ollenkaan ja silti saadaan seuran oma lisenssikortti jolla pääsee matseihin. Liikkeist saadaan seura-alennuksii.”

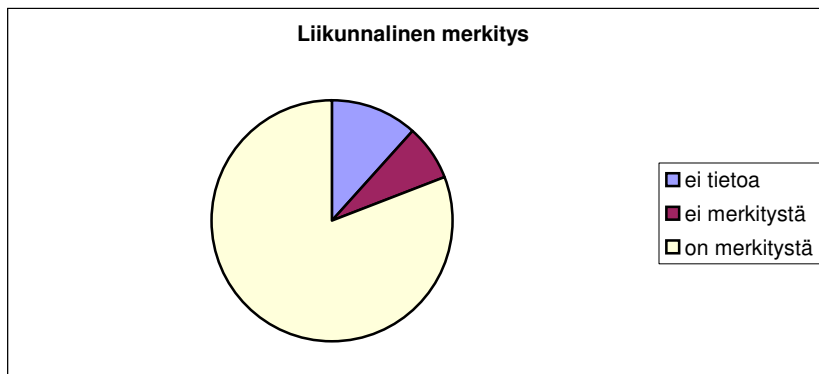
Tutkimuksessa nousi esille kahden joukkueen osalta, että kysyntää erityisryhmien jalkapallotoiminnalle on ja se näyttää olevan lisääntymässä koko ajan.

”...viime syksynä on syntynyt pieni buumi.”, k1

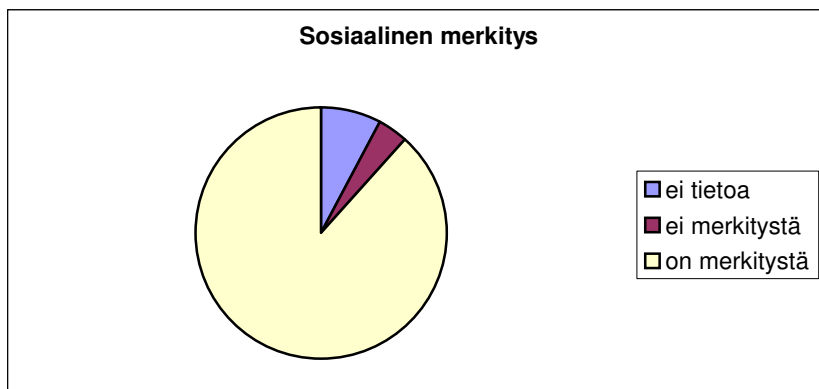
”Nyt on tulossa toinen erityisryhmien jalkapallojoukkue tähän seuraan ja joukkueenjohtaja oli treeneissä kattomassa, miten homma toimii ja vinkkei hakemassa.”, k3

6.5 Vanhempien käsitykset erityisryhmien jalkapallotoiminnasta

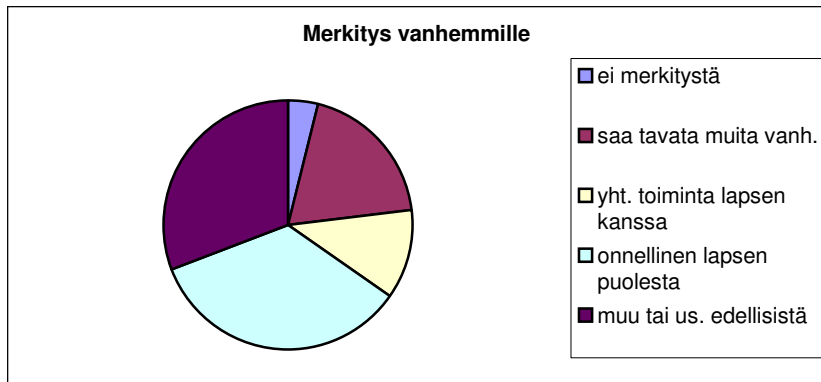
Yksi osa aineistoa oli vanhemmilta kerätty kyselylomake, jossa oli avoimia kysymyksiä. Käsittelimme aineiston kvantitatiivisesti SPSS –ohjelmalla. Jätimme vastaajille 40 kyselylomaketta, joista 28 palautettiin ja 26 otettiin tutkimuksessa huomioon. Kahta lomaketta emme voineet käsitellä, sillä niihin vastanneet henkilöt eivät täyttäneet vastaajiemme kriteerejä. Kriteerinä oli se, että vastaajalla täytyi olla erityisryhmien jalkapallojoukkueeseen kuuluva lapsi. Tutkimuskysymyksinä oli myös tässä kyselyssä liikunnallinen ja sosiaalinen merkitys sekä merkitys itse vanhemmille. Liikunnallisen ja sosiaalisen merkitsevyyden suhteen saimme hyvin samankaltaisia tuloksia kuin joukkueiden edustajien haastatteluistakin. Sekä liikunnallisten että sosiaalisten taitojen koettiin parantuvan vanhempien mielestä jalkapalloharrastuksen myötä.



Kuten kuviosta 1 voidaan havaita, suurin osa vanhemmista eli 80 % kokee toiminnan kehittävän liikunnallisia taitoja. 12 % vastanneista ei osannut arvioida kehittääkö toiminta liikunnallisia taitoja, 8 % koki että toiminnalla ei ole liikunnallista merkitystä.



Kuvio 2 kertoo toiminnan kehittävän vanhempien mielestä myös sosiaalisia taitoja. 88 % vanhemmista oli sitä mieltä, että toiminta kehittää sosiaalisia taitoja. 8 %:a ei tiennyt, onko toiminnalla sosiaalista merkitystä ja vain 4 % koki, että toiminnalla ei ole merkitystä sosiaalisille taidoille.

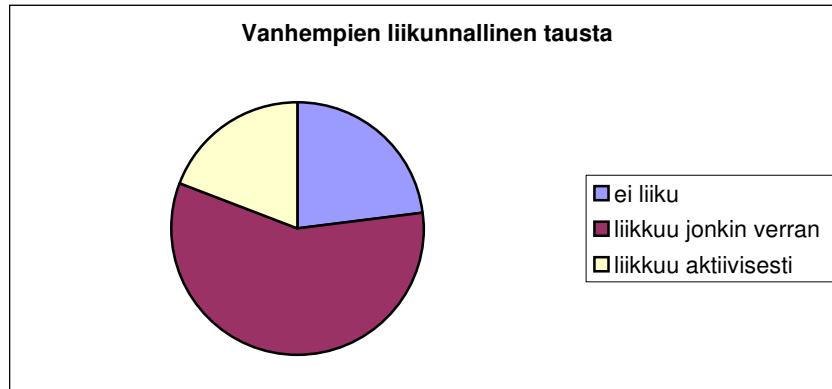


Kuvio 3 ilmaisee, että toiminnalla on suuri merkitys myös vanhemmille. 34 % vanhemmista oli onnellisia lapsen puolesta, 12 % koki merkityksen tärkeäksi yhteisesti lapsen kanssa vietetyn ajan kautta ja 19 % sai toiminnasta merkitystä kun he saivat tavata muita vanhempia. 31 % vanhemmista koki merkityksen useamman tai muun tekijän kautta. Vastanneista vain 4 % vanhemmista oli sitä mieltä, että toiminnalla ei ole heille merkitystä.



Kuten kuvio 4 osoittaa, vanhempien osallistuminen toimintaan oli aktiivista. Lähes kaikki vanhemmat osallistuivat toimintaan ainakin pelaajia kyyditsemällä, sillä 42 % vanhemmista osallistui toimintaan aktiivisesti ja 46 % osallistui jonkun verran. Lisäksi pelejä ja harjoituksia käytiin seuraamassa ja kaikkein aktiivisimmat olivat mukana

erilaisissa joukkueen taustatehtävissä kuten esimerkiksi huoltajana tai varainkeruussa. 12 % vanhemmista ei osallistunut toimintaan ollenkaan.



Kuvio 5:n mukaan näyttää siltä, että suurin osa erityisryhmien jalkapalloa harrastavien vanhemmista on liikuntasuuntautuneita, sillä vain vajaa neljännes 23 % ei kyselyn mukaan liikkunut ollenkaan kun taas jonkin verran liikkuvia oli 58 % ja aktiivisesti liikkuvia oli 19 %.

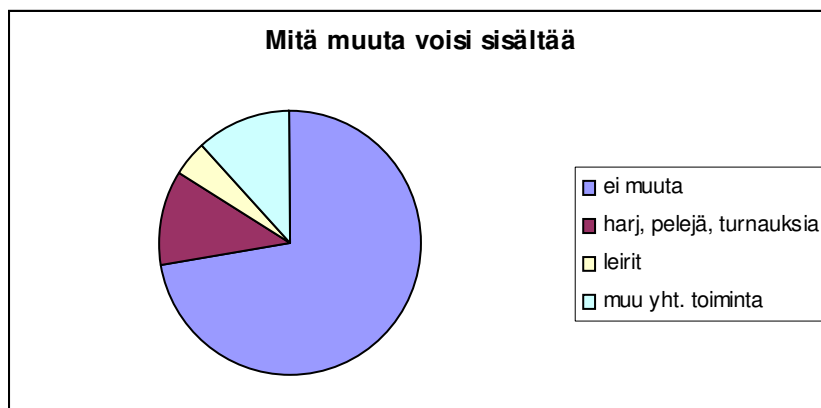


Kuvio 6

Kuvio 6 kertoo sen, että erityisryhmien jalkapallotoimintaan osallistuvien liikunnalliset esteet olivat hyvin eri tyyppisiä ja niiden jaottelu olikin vaikeaa. Teimme jaottelun neljään ryhmään ja liikunnalliset rajoitteet ilmenivät suurimmaksi esteeksi, sillä niitä oli 39 % pelaajista. Kehitysvammaisuutta ja monialaiset vaikeuksia oli molempia 23 %:a ja muita esteitä 15 % pelaajista.



Kuten kuvio 7 osoittaa, syy juuri jalkapalloharrastuksen valintaan löytyi usein pelaajien lähipiiristä. Sisarukset 19 %, vanhemmat 12 % ja kaverit 8% muodostivat yhteensä 39 % syistä jalkapalloharrastuksen valintaan. Harrastustarjonnan vähydestä johtuen oli tullut mukaan 19 % vastanneiden lapsista ja joku muu tai useampi näistä syistä esiintyi 42 %:lla vastaajista.



Kuten kuvio 8 voidaan havaita, suurin osa vanhemmista 72 % oli sitä mieltä, että toiminta nykyisessä muodossaan on riittävää. Muuta yhteistä toimintaa halusi 12 % vanhemmista. Vain 4 % vanhemmista halusi lapsilleen lisää leirejä ja 12 % halusi lisää harjoituksia, pelejä tai turnauksia.

Vanhemmat olivat tyytyväisiä harjoitusmääriin, sillä 84 prosenttia vastaajista oli sitä mieltä, että harjoitukset kerran viikossa olivat riittävästi. 8 % mielestä harjoituksia pitäisi olla kaksi kertaa viikossa ja toisten 8 % mukaan kerta viikkoon on talvella riittävä, mutta kesällä harjoitukset saisivat olla kaksi kertaa viikossa. Vanhempien mielestä lapset

pitävät toiminnasta, sillä ainoastaan yksi vanhempi oli sitä mieltä, että lapsi ei aina tykkää pelata jalkapalloa.

Kaikki vanhemmat olivat tyytyväisiä valmennukseen ja ohjaukseen. 46 % vastaajista halusi, että toimintaa pitäisi kehittää ja 54 % oli tyytyväisiä sen hetkiseen toimintaan. Monessa vastauksessa korostettiin tarvetta saada lisää joukkueita ja sitä kautta lisää pelejä. Jotkut vanhemmista halusivat myös leirejä lapsille tai muuta yhteistä toimintaa. Muutama vanhempi haluaisi lisää apuvalmentajia joukkueisiin.

7 Pohdinta

Oma jalkapallotaustamme saattaa osaltaan vaikuttaa siihen, että pidämme joitain asioita itsestäänselvyytenä ja täten saattaa jäädä jotain olennaista huomioimatta. Olemme kuitenkin pyrkineet olemaan mahdollisimman objektiivisia lajin suhteen. Emme ole kertoneet jalkapallosta itse lajina kovin paljoa, sillä mielestämme tässä tutkimuksessa jalkapallo on vain ”väline”, jonka avulla erityisryhmät harrastavat liikuntaa. Vaikka kyseessä on erityisryhmien jalkapallotoiminta, ei toiminta ole pelkästään jalkapalloa vaan usein monipuolista toimintaa sekä liikunnallisesti että sosiaalisesti. Jalkapallo on erinomainen laji sosiaalisten vuorovaikutustaitojen kehittymisen kannalta, sillä siinä toimitaan yhdessä joukkueena. Tällöin pelaajat joutuvat huomioimaan jatkuvasti myös muut pelaajat, jolloin sosiaalinen kanssakäyminen kehittyy. Jalkapallotaustamme auttoi meitä kuitenkin syventymään paremmin tutkimukseemme ja aihepiiriin ollessa tuttu, oli meidän joissain tapauksissa helpompi ymmärtää saamiamme vastauksia. Lajin luonteen ja ominaispiirteiden ymmärtäminen omakohtaisten kokemusten kautta antoi meille paremmat lähtökohdat vastausten tulkintaan ja pohdintojen tekemiseen, jolloin omasta jalkapallotaustastamme oli vain hyötyä. Pitää myös huomioida, että käytimme tutkimuksemme haastatteluvaiheessa, jossa haastattelimme joukkueenjohtajia ja valmentajia, harkinnanvaraista otantaa. Toisin sanoen joukkueet olivat tietyn periaattein valitut. Tämä todennäköisesti vaikutti siihen, että joukkueiden näkemykset joistakin asioista olivat erilaiset. Esimerkiksi sponsorien saanti ja rahan keruu eivät olleet kovin tärkeä muille kuin kilpaurheiluna jalkapalloa pelaaville. Kuitenkaan erot eivät olleet niin suuret, kuin mitä olisi odottanut.

Jalkapalloa kilpailumaisesti harrastavalla erityisryhmien joukkueella on osittain erilaiset lähtökohdat kilpailullisista tavoitteista johtuen kuin muilla erityisryhmien joukkueilla.

Kilpailumaisesti harrastavalla joukkueella toimintaa voi verrata määrältään ja tavoitteiltaan muihinkin jalkapalloa kilpailumielessä harrastaviin joukkueisiin vaikka heillä on myös samoja tavoitteita kuin muilla erityisryhmien jalkapallojoukkueilla. Vastauksissa olemme painottaneet niiden erityisryhmien jalkapallojoukkueiden vastauksia, joilla ei ole kilpailullisia tavoitteita. Olemme huomioineet pohdinnassa sekä valmentajien, ohjaajien ja joukkueenjohtajien että vanhempien ajatuksia. Jos esimerkiksi vanhempien ja valmentajien mielipiteet ovat eronneet toisistaan, niin olemme kertoneet siitä. Kuitenkin on todettava, että vanhemmat olivat pääosin samaa mieltä asioista kuin valmentajat, ohjaajat ja joukkueenjohtajat.

Tutkimusaihe on kokonaisuudessaan laaja. Olisimme voineet keskittyä johonkin osa-alueeseen tarkemmin, mutta koska tutkimuksemme koostui sekä toiminnasta ja kuvailusta että merkityksestä, emme voineet paneutua tutkimaan syvällisemmin jotain tiettyä osa-aluetta.

7.1 Toiminnan kuvailu ja sen erityispiirteet

Erityisryhmien jalkapallotoimintaa harrastetaan pääasiassa vain suuremmissa kaupungeissa. Pienin kaupunki, jossa toimintaa harrastetaan, on reilun 20 000 asukkaan kaupunki, muut kaupungit ovat vähintään vajaan 40 000 asukkaan kaupunkeja. Toiminta keskittyy pääasiassa Etelä- ja Länsi- Suomeen yhtä seuraa lukuun ottamatta. Voidaankin olettaa, että pienissä kaupungeissa ei olisi välttämättä riittävästi osallistujia toiminnan aloittamiseksi, joten toiminta on keskittynyt isompiin kaupunkeihin, joissa on muutenkin enemmän aktiviteettejä erityislapsille ja – nuorille. Pienemmissä kaupungeissa toiminnan aloittaminen vaatisi todennäköisesti laajamittaista yhteistyötä eri tahojen kanssa ja voi olla, että toiminta tulisi toteuttaa integraation avulla, sillä osallistujia kokonaisen erityisryhmistä koostuvan jalkapallojoukkueen saamiseksi voisi olla vaikea saada. Myös halukkaiden vetäjien saaminen voi olla hankalaa, mutta tämä ongelma on yleinen kaupungin koosta riippumatta.

Toiminnan määrä on kasvanut mittavasti vajaassa kymmenessä vuodessa. Ensimmäinen joukkue perustettiin vuonna 1995 ja vuoteen 2004 maaliskuuhun mennessä 14 seuraa oli aloittanut erityisryhmien jalkapallotoiminnan, joista 12 seuraa aloitti toimintansa vasta vuonna 1999 tai sen jälkeen. 1996 tehdyn kartoituksen mukaan vammaisia ja

pitkäaikaissairaita henkilöitä on hyvin vähän jäsenenä urheiluseuroissa (Erityisryhmien liikunta 2000 – toimikunnan mietintö 1996, 37). Näyttää siltä, että ainakin Palloliiton jäsenseurat ovat olleet aktiivisia tarjotessaan lisää urheilutoimintaa myös erityisryhmille. Positiiviset kokemukset toiminnasta ovat varmasti rikkoneet ennakkoluuloja erityisryhmien jalkapalloharrastusta kohtaan ja kynnyksensä toiminnan aloittamiseen on pienempi lisääntyvän kokemuksen ja tiedon myötä. Erityistä tukea tarvitsevien yksilöiden mahdollisuus ja oikeus harrastuksiin on ymmärretty toimintaa ylläpitävien joukkueiden keskuudessa, mikä on suuri askel tasa-arvon toteutumiseen.

Erityisryhmien jalkapallotoiminta on toteutettu tutkimuksemme mukaan soveltaen muusta jalkapallotoiminnasta. Tämä tarkoittaa sitä, että erityisryhmien jalkapallojoukkueiden ohjaajat ja valmentajat hyödyntävät aikaisemmin saamaansa kokemusta juniorijalkapallo- tai muusta valmennuksesta. Erityisryhmien jalkapallotoiminnan ohjaaminen ja valmentaminen onkin haastavaa toimintaa, sillä siihen tarvitaan erityisosaamista esimerkiksi ohjaamistaitojen ja erityisryhmien tuntemuksen osalta. Ohjauksessa näyttää pätevän samoja lainalaisuuksia kuin pienten lasten ohjaamisessa ja valmentamisessa, mutta tämän lisäksi toiminnan ohjauksesta löytyy myös erityispiirteensä ohjattavista yksilöistä johtuen.

Erityisryhmien jalkapallotoiminnassa keskitytäänkin paljon lasten monipuoliseen liikuntaan yksilön toimintakykyisyys huomioiden. Valmentajien ja ohjaajien on huomioitava lapsen yksilölliset piirteet ja tarpeet tarkemmin erityisryhmien kuin vammattomien jalkapallossa siksi, että toiminta sujuisi. Vammattomien jalkapallossa edetään taidoissa nopeammin eteenpäin kuin erityisryhmien, joten on selvää, että erityisryhmien jalkapallossa kerrataan ja opetellaan perustaitoja ja valmiuksia paljon ennen kuin pystytään siirtymään jalkapallossa tarvittavien ominaistaitojen harjoitteluun.

Lajitaidoista puhuttaessa luvussa 2.2 mainitut asiat olivat ainoastaan osa taidoista, joita jalkapalloilija tarvitsee. Luonnollisesti näitä kaikkia asioita ei voi huomioida opetuksessa, mutta on olennaista tietää, miten monipuolinen laji jalkapallo on. Erityisryhmien jalkapallotoiminnassakin on mahdollista opettaa jalkapallossa tarvittavia taitoja, kunhan ottaa huomioon ryhmän ja yksilöiden tason, jolloin pystytään löytämään sopivan haasteellisia harjoitteita. Lisäksi, kun on kyse erityisryhmistä, on usein tarpeen opettaa taitoja sovelletusti. Toisaalta kaikkia asioita ei tarvitse opettaa perinpohjaisesti.

Olenneisimpia taitoja ovat ainakin aluksi pallon syöttäminen ja haltuunotto ja tämän jälkeen voidaan vähitellen siirtyä haasteellisempaan taitojen harjoitteluun. Jalkapallo onkin soveltamisen suhteen erinomainen laji, sillä siinä ei tarvita kalliita ja erikoisia varusteita vaan alkuun pääsee varsin pienillä investoinneilla. Soveltaminen onnistuu helposti esimerkiksi pelin sääntöjä ja pelialuetta muokkaamalla, jolloin pysytään pelaamaan pienemmälläkin pelaajamäärällä sekä ottamaan yksilöiden väliset erot huomioon.

Kilpaurheiluna jalkapalloa harrastavan joukkueen huolenaiheena on vanhempien pelaajien puute. Kuten tutkimustuloksistakin ilmeni, on toiminta suunnattu pääosin lapsille. Toisaalta erityisryhmien jalkapallotoiminta on ollut, kolmea joukkuetta lukuun ottamatta, vasta muutamia vuosia osa seurojen toimintaa. Seuraavat vuodet näyttävät, miten innostuneita pelaajat ovat jatkamaan jalkapalloharrastuksen parissa. Positiiviset kokemukset toiminnasta viittaavat siihen, että toiminta vain laajenee entisestään. Tutkimustuloksista voidaan päätellä, että ainakin tällä hetkellä pelaajat ovat olleet hyvin innokkaina mukana toiminnassa. Jos pelaajien aktiivisuus ja kiinnostus lajia kohtaan säilyy, niin tällöin seurojen pitää olla valmiita perustamaan joukkueita myös aikuisille pelaajille, jotka tarvitsevat erityistä tukea. Toiminta onkin keskittynyt tällä hetkellä pääasiassa lapsiin ja nuoriin, joten olisi tärkeää miettiä kuinka saisimme lisättyä aikuisille suunnattua erityisjalkapallotoimintaa ja erityisliikuntaa ylipäätensä.

Vanhempien rooli koettiin tärkeänä. Etenkin nuorten jalkapallossa vanhempia tarvitaan erilaisiin tehtäviin. Vapaa-ehtoisuus on avainsana nuorten urheilutoiminnassa ja seuratoiminnassa ylipäätensä. Usein on pulaa valmentajista, apuvalmentajista, huoltajista jne. Esimerkiksi apuvalmentajille on varmasti käyttöä, sillä erityisryhmissä on usein hyvin erilaisia ja eritasoisia pelaajia ja jotkut heistä tarvitsevat henkilökohtaista apua.

Tutkimuksemme mukaan erityisryhmien jalkapallotoiminta pyörii pitkälti ilman yhteiskunnallista tukea, jolloin ryhmät kattavat kulunsa pääosin itse. Tämä saattaa olla ongelmallinen asia, kun kyseessä on toiminnan aloittaminen ja sitä kautta vakiinnutus. Tuntuu siltä, että etenkin yhteistyöllä jalkapalloseurojen ja eri tahojen kanssa voidaan saada erityisryhmien jalkapalloharrastus vakiinnutettua osaksi seuran toimintaa. Kulujen pienuus johtuu pitkälti siitä, että erityisjoukkueet eivät pelaa sarjassa vaan he

pelaavat satunnaisia yksittäisiä pelejä lähiseudun joukkueiden kanssa tai käyvät jossain yksittäisessä turnauksessa, jolloin matkakustannukset ovat vähäiset. ”Normaalijoukkueet” puolestaan pelaavat sarjoissa ja saattavat käydä useissakin turnauksissa, minkä vuoksi rahaa kuluu enemmän.

7.2 Merkitys

Joukkueeseen ja seuraan kuulumisen nousi esiin kysyttäessä sosiaalista merkitystä. Kolmen joukkueen edustajan mielestä oli tärkeää kuulua sekä joukkueeseen että seuraan. Lisäksi yhden joukkueen edustaja painotti joukkueeseen kuulumisen tärkeyttä ja totesi seuraan kuulumisen olevan sivuseikka. Seuraan ja joukkueeseen kuulumisen koettiin tärkeänä, koska jalkapallo on yhdistävä tekijä pelaajan erilaisista lähtökohdista riippumatta. On mielenkiintoista, että sosiaalinen merkitys koettiin tärkeämmäksi kuin liikunnallinen merkitys vaikka toimintaa on vain kerran viikossa. Voi olla, että pelaajilla ei ole kovin paljon muita kontakteja, jolloin yhteinen harrastus edes kerran viikkoon luo mahdollisuuksia sosiaaliseen vuorovaikutukseen ja sen kehitykseen. Tästä johtuen voi tehdä sen johtopäätöksen, että sosiaalisia taitoja opitaan jopa nopeammin kuin liikunnallisia taitoja vaikka toisaalta tuloksissa ilmeni myös, että molemmat taidot kulkevat käsi kädessä.

Liikunnallista merkitystä kysyttäessä saimme hyvin erilaisia vastauksia. Toisten mielestä liikunnallista kehitystä oli tapahtunut jo muutamassa kuukaudessa, kun taas toiset olivat sitä mieltä, että tarvitaan pitempi aika, jotta liikunnallista kehitystä tapahtuisi. Eroja on varmasti pelaajissa, sillä toiset voivat olla nopeita oppijoita, kun taas toisilla voi mennä pitkäänkin uutta asiaa opitellessa. Toisaalta ryhmien sisälläkin on suuria eroja, jolloin tavoitteetkaan eivät voi olla aina yhtenäiset. Kuitenkaan liikunnallista merkitystä ei nähty niin merkittävänä kuin sosiaalista merkitystä. Yhtenä syynä vähäiseen liikunnalliseen merkitykseen voi olla se, että toimintaa järjestetään vain kerran viikossa noin puolentoista tunnin ajan. Tällöin ei välttämättä ehdi ottaa huomioon tasaisesti kaikkia pelaajia ja tätä kautta vaikuttaa riittävästi heidän liikunnallisten taitojen parantamiseen. Liikunnallisen kehittymisen osalta kilpajoukkueen suhteen merkitys oli suurempi, mutta sen voidaan katsoa johtuvan suuremmista harjoitusmääristä, sillä he harjoittelivat 4-6 kertaa viikkoon, jolloin on

luonnollista, että fyysinen kunto, liikunnalliset taidot ja toimintakyky kehittyvät nopeammin.

Hankalaa oli myös erotella liikunnallisen kehityksen ja merkityksen eroa. Liikunnallisen merkityksen voi käsittää niin, että koetaan tärkeäksi se, että lapsi liikkuu ja harrastaa liikuntaa. Tällöin ei kuitenkaan tapahdu välttämättä liikunnallista kehitystä. Toisaalta liikunnallinen merkitys voidaan käsittää myös niin, että toiminnalla on ollut positiivista vaikutusta henkilön liikunnallisiin taitoihin ja kehitykseen. Tämä erottelu ei ollut ongelmana tutkimuksessamme vaan pikemminkin itse pohdimme kyseistä asiaa.

Toiminnan merkitys sekä joukkueenjohtajille että ohjaajille on suuri. Heille näyttää olevan tärkeää nähdä pelaajat onnellisina ja oppimassa uusia taitoja ja asioita. Näyttää siltä, että pelaajien aito mukanaolo ja onnistumisista nauttiminen antaa hyvänolon tunteen myös ohjaajille ja joukkueenjohtajille. Valmentamiseen tai joukkueenjohtajana olemiseen ei myöskään todennäköisesti helposti ”turru”, sillä harjoituksia on vain kerran viikossa. Tällöin varmasti myös ohjaajilla riittää intoa valmentaa ja opastaa pelaajia. Kerran viikkoon järjestettävä toiminta koettiin vanhempien mielestä sopivaksi määräksi ja samaa sanoivat myös ohjaajat, sillä niin vanhemmilla kuin ohjaajillakaan ei tuntunut olevan ainakaan nykyisillä resursseilla enempää aikaa toimintaan osallistumiseen. Joukkueiden edustajien mukaan myös vanhemmat nauttivat siitä, kun näkevät lasten pelaavan. Vanhempien koettiin saavan toiminnasta vertaistukea, jolloin vanhemmat pääsivät keskustelemaan toisten vanhempien kanssa lapsiinsa liittyvistä sekä myös muista arkipäivän asioista. Sama asia ilmeni myös vanhemmille saaduista vastauksista. Vanhempien toisiinsa tutustuminen vie jonkin verran aikaa, joten myös heidän osaltaan voidaan puhua Rovion (2003) esille tuomasta ryhmän muutosprosessista, joka ilmaisee toiminnan muuttumista tilanteen mukaan (Heikinaro-Johansson ym. 2003, 170).

7.3 Arvostus ja asenteet

Kysyttäessä suoraan toiminnan arvostuksesta, ei siihen osattu vastata kovin selkeästi vaan tulokset tulivat esiin muiden kysymysten yhteydessä. Haastattelujen perusteella seurat eivät välttämättä ole kovin kiinnostuneita omista erityisryhmien jalkapallojoukkueistaan. Seurat näyttävät antavan näennäisen tukensa erityisryhmille ja

osa näkee sen positiivisena imagon luojana. Positiivista on se, että joukkueet ovat saaneet seuroiltaan varusteita ja välinetukea ja parhaissa tapauksissa jopa taloudellista avustusta. On vaikeaa arvioida tarkasti se, miten tärkeäksi seurat kokevat erityisryhmien jalkapallotoiminnan. Se, että erityisryhmät kokevat olevansa hieman varjossa muihin joukkueisiin verrattuna voi johtua ihmisten tietämättömyydestä toimintaa kohtaan. Ihmisillä ei ole aina selkeää käsitystä erityisryhmien jalkapallotoiminnasta ja erilaisuudesta yleensä, jolloin vieras asia saatetaan kokea outona ja myös arvostus voi siksi jäädä vähäiseksi. Tämän vuoksi olisi tärkeää tuoda esille se, mitä erityisryhmien jalkapallotoiminta todellisuudessa on, sillä jopa vanhemmat saattavat suhtautua alkuun epäilevästi toimintaa kohtaan, vaikka ovatkin tottuneet erilaisuuteen. Toiminnan esille tuominen ja tietoisuus asiasta murtaa varmasti ennakkoluuloja ja epäilyjä toiminnan tarkoituksenmukaisuudesta. Ennakkoluulojen romuttuminen onkin varmasti edesauttanut erityisryhmien jalkapallotoiminnan kasvua, johon on auttanut vahvasti myös eri joukkueiden välinen yhteistyö sekä innostuneiden, aktiivisten ja osaavien vetäjien merkittävä rooli.

7.4 Toiminnan tulevaisuus ja kehittäminen

Toiminnasta koitua hyöty oli tutkimuksemme mukaan varsin monipuolista niin pelaajien kuin vanhempienkin suhteen, joten on perusteltua osoittaa lisää voimavaroja toiminnan kehittämiseksi ja eteenpäin viemiseksi. Erityisryhmiin kuuluvien henkilöiden kuntoa ylläpitävän säännöllisen liikunnan laiminlyönti johtaa kuntoutuksesta saadun hyödyn menettämiseen ja toistuvaan kuntoutuskierteeseen, mikä on yhteiskunnalle kallista (Erityisryhmien liikunta 2000-toimikunnan mietintö 1996, 19). Kun tulokset osoittavat niin liikunnallisen kuin sosiaalisenkin toimintakyvyn kehittyvän jalkapalloharrastuksen myötä, voidaan olettaa, että myös kalliiden terapioiden ja kuntoutuksen määrä voi jäädä vähemmälle erityisryhmien jalkapallotoimintaan osallistuville. Urheiluseuroissa tapahtuva työ onkin varsin edullista yhteiskunnalle sillä siellä tapahtuva työ perustuu vapaaehtoisuuteen vaikka nykyään myös urheiluseuroissa on mahdollista saada korvauksia ohjaustyöstä. Olisikin aiheellista ohjata taloudellista tukea myös urheiluseuroissa tapahtuvaan erityisryhmien liikuntaan, sillä siellä on usein myös tieto- taitoa asiaa kohtaan. Taloudellinen tuki mahdollistaisi sen, että halukkaita ja päteviä vetäjiä saataisiin nykyistä helpommin mukaan erityisliikuntaan. Tukea voitaisiin

ohjata koulutukseen ja ohjauspalkkioihin, mikä motivoisi uusia ohjaajia toiminnan pariin.

Urheiluseuroissa olevaa voimavaraa voitaisiin hyödyntää myös niin, että koulutus suunnattaisiin itse seurajohtoon, jonne välitettäisiin viestiä erityisryhmien liikunnan merkityksestä, jolloin epäilevä asennoituminen, arvostus ja ennakkoluulot vähenisivät erityisliikunnan ryhmiä kohtaan. Näin seurajohto voisi edistää erityisliikunnan kehittämistä kouluttamalla jäseniään ja ohjaajiaan kohtaamaan paremmin erityisliikunnan tuomat vaatimukset ja haasteet sekä huomioimaan myös toiminnan mukana tuomat yksilölliset ja yhteiskunnalliset mahdollisuudet. Täytyy muistaa kuitenkin se, että erityisryhmiin kuuluvia ihmisiä on rajallisesti, eikä jokaiselle lajiliitolle riitä välttämättä riittävästi osallistujia vaikka tasa-arvo pyrkii takaamaan monipuoliset osallistumisen mahdollisuudet. Niinpä eri lajien seurojen olisi tarpeellista tehdä järkevää yhteistyötä erityisliikunnan harrastustoiminnan ylläpitämisen ja lisäämisen saavuttamiseksi. Olennaista on, että yhteiskunta tukee erityisryhmien liikuntaa edistävää toimintaa ja osoittaa taloudellista tukeaan riittävästi myös erityisryhmille, sillä sinne suunnataan edelleen liian vähän tukea. Erityisryhmien liikuntaan ei ainakaan kuntatasolla sijoiteta kuin kaksi prosenttia eli viisi miljoonaa euroa liikuntatoimen kaikista käyttömenoihin vaikka erityisryhmiin kuuluvia on viidesosa suomalaisista (www.slu.fi 12.10.2003).

Erityisryhmien jalkapallon osalta todettakoon, että Suomen Palloliiton rooli toiminnan edistämiseksi on myös merkittävä. Palloliitto on järjestänyt kolme kertaa yhdessä Suomen Invalidien Urheiluliiton ja Suomen Kehitysvammaisten Liikunta ja Urheilun kanssa Kaikki Pelaa -erityisryhmien neuvottelu- ja koulutuspäivät kaikille palloilun soveltamisesta ryhmässä kiinnostuneille Eerikkilän urheiluopistolla vuodesta 2001 lähtien (www.palloliitto.fi/viestinta/?num=28074 5.8.2004). Tämän kaltaiset tilaisuudet ovat erittäin tervetulleita asian eteenpäin viemiseksi, josta kiitokset edellä mainituille järjestöille. Luulemme kuitenkin, että Palloliitolla on resurssipula erityisliikuntaan suunnattujen voimavarojen käytössä, sillä tuloksissa todettiin, että Palloliitto ei välttämättä käytä hirveästi aikaa erityisryhmien jalkapallotoimintaan. Erityisryhmien jalkapallo on toiminnaltaan varsin uutta, jolloin Palloliitollakaan ei ole vielä paljoa kokemusta asiasta, ja lisäksi tiedon puute aiheuttaa sen, ettei Palloliitto tiedä kuinka suunnata voimavaroja erityisjalkapallolle. On myös muistettava, että Palloliitolla on

paljon kasvatuksellisia tehtäviä ja linjaukset erityisjalkapallon suhteen voivat olla vielä kesken.

Tutkimusaihe on kokonaisuudessaan laaja. Olisimme voineet keskittyä johonkin osa-alueeseen tarkemmin, mutta koska tutkimuksemme koostui sekä toiminnasta ja kuvailusta että merkityksestä, emme voineet paneutua tutkimaan syvällisemmin jotain tiettyä osa-aluetta. Niin sosiaalinen kuin liikunnallinen merkitysikin ovat lisätutkimuksen arvoisia asioita kuten myös arvostus ja asenteet. Tutkimuksemme keskittyi toimintaan osallistuvien vanhempien ja toimintaa ylläpitävien ohjaajien ja joukkueenjohtajien näkemyksiin, joten olisi tärkeää saada myös itse osallistujien näkemykset toiminnasta. Merkitysten osalta voitaisiin tehdä interventio, jossa mitattaisiin esimerkiksi fyysistä toimintakykyä henkilöiltä, jotka harrastavat ja jotka eivät harrasta jalkapalloa tai liikuntaa, jolloin saataisiin vertailukelpoisia tutkimustuloksia. Samalla omat tuloksemme saisivat merkityksen osalta tukevaa tai kritisoivaa tietoa. Toivomme, että tutkimuksemme herättää ihmisissä mielenkiintoa erityisryhmien jalkapallotoimintaa ja muuta erityisliikuntaa kohtaan.

Lähteet

Ahonen, T., 1990. Lasten motoriset koordinaatiohäiriöt. Jyväskylän yliopisto.

Allardt, E. 1983. Sosiologia. Helsinki: WSOY.

Asp, E. & Peltonen, M. 1991. Työelämän sosiologia. Helsinki: Otava.

Bisanz, G., Köppel H., Osieck H. & Vogts B. 1989. Jalkapallo, nuorten valmennus 1. Helsinki: Painokaari Oy.

Bisanz, G. 1990. Jalkapallo, nuorten valmennus 2. Helsinki: Painokaari Oy.

Doll-Tepper, G. 2001. Adapted physical activity, development and challenges.

Erityisryhmien liikunta 2000-toimikunnan mietintö 1996. Opetusministeriö. Helsinki: Oy Edita Ab.

Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus.

Fait, H. F. 1978. Special Physical Education. Adapted, Corrective, Developmental. Fourth Edition. Philadelphia: Saunders College Publishing.

Hautamäki, J., Lahtinen, U., Moberg, S. & Tuunainen, K., 1996. Erityispedagogiikka 1 – Erityispedagogiikka tieteenä. Juva: WSOY.

Heikinaro-Johansson, P. & Kolkka T. 1998. Koululiikuntaa kaikille – Soveltavan liikunnanopetuksen opas. Opetushallitus. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 1991. Teemahaastattelu. 5. painos. Helsinki: Yliopistopaino.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2001. Tutkimushaastattelu – Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsingin Yliopistopaino.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 1997. Tutki ja kirjoita. Tampere: Tammerpaino Oy.

Holopainen, S. 1990. Koululaisen liikuntataidot. Jyväskylän yliopisto.

Ikonen, O. 1993. Vaikeimmin kehitysvammaisten opetuksesta. Teoksessa Anttila, M. & Kupari T. (toim.). Toivoa täynnä! Kehitysvammaisten kuntoutuksen verkostot – seminaari I. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Ismael, A., Holvas, J., Kemppinen, P. & Vakkila, J. 1997. Ihmeellinen jalkapallo-
peliä kuningas. Vantaa: Printway Oy.

Itkonen, H. 1997. Liikuttaako suvaitsevaisuus? Tutkimus liikuntakulttuurin
suvaitsevaisuudesta. Joensuun yliopisto. Karjalan tutkimuslaitoksen julkaisuja N:o 118.
Joensuu: Kiteen paino Ky.

Itälän, M., Leinonen, E. & Saloviita T. 1994. Kultakutri karhujen talossa –
Kehitysvammaisen lapsen perheen voimavarat ja selviäminen. Jyväskylä: Gummerus
Kirjapaino Oy.

Jääskeläinen, L. (toim.). 1980. Liikunnan didaktiikka. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö
Otava.

Karvinen, J., Hiltunen P. & Jääskeläinen, L. 1991. Lapsi ja urheilu. Keuruu:
Kustannusosakeyhtiö Otava.

Kataja A. & Saari A. 1992. Pallopelit. Teoksessa Mälkiä E. (toim.) Erityisliikunta 2 –
liikunnan sovellutukset. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 136-144.

Keltinkangas-Järvinen, L. 1994. Hyvä itsetunto. Juva: WSOY.

Koljonen, M. 2000. ”Uskallan ja osaankin” – Psykomotorinen harjaannuttaminen
itsetunnon ja motoriikan tukemisessa, kun lapsilla on oppimisvaikeuksia. Liikunnan ja
kansanterveyden julkaisuja 129. Jyväskylä: Kopijyvä Oy.

- Kuusinen, J. (toim.). 1991. Kasvatuspsykologia. Juva: WSOY.
- Laakso L. 2003. Liikuntakasvatuksen ja liikuntapedagogiikan perusteet. Teoksessa Heikinaro-Johansson P., Huovinen T. & Kytökorpi L. (toim.). Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Porvoo: WS Bookwell Oy.
- Ladonlahti, T., Naukkarinen, A. & Vehmas, S. (toim.) 1999. Poikkeava vai erityinen? Erityispedagogiikan monet ulottuvuudet. Juva: WSOY.
- Lagerheim, B. 1989. Tervettä puhetta lapsen vammaisuudesta. Juva: WSOY.
- Levomäki, I. 1998. Arvojen moninaisuus tietoyhteiskunnassa. Helsinki: Sitra 178.
- Liimatainen, E. 2000. Prososiaalinen käyttäytyminen, minäkäsitys ja liikuntaharrastus 11- ja 17 –vuotiailla nuorilla. LIKES Research Reports on Sport and Health 126. Jyväskylä: Kopi-Jyvä Oy.
- Luhtanen, P. 1975. Jalkapallon alkeet ja valmennuksen perusteet. Helsinki: Weilin+Göös.
- Mero, A., Vuorimaa T. & Häkkinen K. 1990. Lasten ja nuorten harjoittelu. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.
- Miettinen, P. 1999. Liikkuva lapsi ja nuori. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.
- Mälkiä E. (toim.) 1991. Erityisliikunta 1-soveltavan liikunnan perusteet. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Mälkiä, E. & Rintala, R. 2002. Uusi erityisliikunta – Liikunnan sovellukset erityisryhmille. Liikuntatieteellinen seuran julkaisu nro 154. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Määttä, P. 1999. Perhe asiantuntijana –Erityiskasvatuksen ja kuntoutuksen käytännöt. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

- Nuori Suomi 2003. Pelin henki –vinkkejä vanhemmille. Helsinki: Käpylä Print Oy.
- Nupponen, H. 1997. 9-16-vuotiaiden liikunnallinen kehitys. Jyväskylä: Kopi-Jyvä Oy.
- Patton, M.Q. 1990. Qualitative Evaluation And Research Methods. California: Sage Publications.
- Pietilä, M., 2000. Psykomotorinen ryhmäkuntoutus osaksi päiväkotitoimintaa. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 128. Jyväskylä: Kopijyvä Oy.
- Ponsi, V. 2000. Erityisliikuntaa kuntiin: kehittämis- ja konsultointiprojekti 1997-1999. Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu nro 148. Helsinki: Painmedia Oy.
- Sage, G. 1986. The Effects of Physical Activity on the Social Development of Children. Teoksessa Stull G. & Eckert H. (toim.). Effects of Physical Activity on Children. American Academy of Physical Education Papers No. 19. Champaign: Human Kinetics Publishers, Inc.
- Sherrill, C. 1992. Adapted physical activity, recreation and sport crossdisciplinary and lifespan. Madison (Wis.) WCB, Brown & Benchmark.
- Suhonen, P. 1988. Suomalaisten arvot ja politiikka. Helsinki WSOY.
- Suomen palloliiton Kaikki Pelaa –vihko 2002.
- Uusitalo, H. 1991. Tiede, tutkimus ja tutkielma – Johdatus tutkielman maailmaan. Juva: WSOY.
- Venkula, J. 1998. Fair Play jalkapallon sieluna ja käytäntönä. Juva: WSOY.
- Winnick, J.P. 2000. Adapted Physical Education and Sport. Third Edition. State University of New York, College at Brockport.
- Yack, E., Sutton, S. & Aquilla P. (toim.). 2001. Leikki linkkinä lapseen – Toimintaterapiaa sensorisen integraation keinoin. Juva: WS Bookwell Oy.

Painamattomat lähteet

| | |
|---|------------|
| http://www.nuorisuomi.fi/files/ns/liikuntasuosituksset/2004Liukkonen_lapsiurheilunsuositukset.doc | 22.7.2004 |
| http://www.palloliitto.fi/kaikki_pelaa/kaikki_pelaa-ohjelma/ | 15.7.2004 |
| http://www.palloliitto.fi/palloliitto/ | 22.7.2004 |
| http://palloliitto.fi/viestinta/?num=28074 | 5.8.2004 |
| http://slu.fi | 12.10.2003 |
| http://www.slu.fi/verkkolehti/artikkeli/?ARTIKKELI_NUM=18597 | 23.6.2004 |
| http://www2.uiah.fi/projects/metodi/077.htm#explor | 23.7.2004 |