

SENSOMOTORINEN RYHMÄHARJOITTELU PÄIVÄKODEISSA JA KOULUISSA

Opettajien mielipiteitä koulutuksesta, käytännönkokemuksista sekä harjoittelun tulevaisuudesta



Elisa Toppila, Turun Yo, 2008

Kasvatustieteiden tdk-opinnot

Tutkimusraportti

1 Johdanto	3
2 Sensomotorinen kuntoutus terapiamenetelmänä.....	4
2.1 Sensomootori - ryhmäharjoitusmenetelmä	5
2.2 Koulutukset	6
3 Tutkimustehtävät ja tutkimuksen toteutus	7
3.1 Tutkimustehtävät.....	7
3.2 Tutkimuksen toteutus.....	7
3.2.1 Tutkimuksen kohdejoukko.....	8
3.2.2 Tutkimuksen luotettavuus	9
4 Tulokset.....	11
4.1 Oppimis- ja keskittymisvaikeudet vastaajan työuran aikana	11
4.1.2 Muuttiko koulutus käsitystäsi oppimisvaikeuksista?	12
4.3 Sensomotorisesta koulutus tukena työssä	14
4.3.1 Koulutuksen antamia välineitä.....	15
4.4 Oppimisen osa-alueita, joita koulutuksen antamalla välineillä voidaan tehostaa.....	16
4.5 Lasten kokemuksia liikkeistä.....	20
4.6 Harjoittelun säännöllisyys.....	21
4.6.1 Millaista harjoittelua eri ikäisille	23
4.6.2 Liikkeet ja niiden ohjaaminen	24
4.6.3 Lasten vanhempien kokemuksia	24
4.7 Sensomotorisen harjoittelun tulevaisuudesta	25
4.7.1.....	26
4.7.2 Tukimateriaalia oppimisvaikeuksista opettajille.....	27
4.7.3 Sensomotorinen harjoittelu oppimisessa.....	27
4.7.4 Tiedon levittäminen laajemmalle.....	28
4.8 Missä kehitysvaiheessa lapsille sensomotorista harjoittelua	29
4.8.1 Missä tilanteessa sensomotorista harjoittelua	29
4.8.2 Milloin sensomotorista harjoittelua	30
4.9 Sensomotorisen harjoittelun merkitys oppimisessa	30
5 Tulosten tarkastelua ja pohdintaa.....	33
Lähdeaineisto	36
Liite 1 Teemahaastattelun kysymykset.....	37

1 Johdanto

Tämän tutkimuksen taustalla on syksyllä 2006 toteutettu OHA ry:n (Oppimis- ja hahmotushäiriöisten Tuki OHA ry) ja Suur-Helsingin sensomotorisen Keskuksen järjestämä koulutus. Koulutuksen tarkoituksena oli antaa päiväkotien sekä peruskoulun alaluokkien opettajille/avustajille tietoa oppimis- ja keskittymiskyvyn ongelmista sekä konkreettisia harjoitteita näiden ongelmien hoitamiseksi. Koulutuksen teoreettisen osuuden tarkoitus oli auttaa ymmärtämään oppimisvaikeuksien monitahoisia taustasyitä sekä ymmärtämään ja havaitsemaan paremmin oppimisen vaikuttavia tekijöitä. Koulutuksen käytännönläheisen sensomotorisen harjoittelun tarkoitus oli parantaa oppimisen ja keskittymisen edellytyksiä koko päiväkotiryhmällä tai koululuokalla, sekä auttaa lapsia, joilla on oppimis- ja/tai keskittymisvaikeuksia. Lisäksi harjoittelun tavoitteena oli helpottaa opettajien työtä ja vähentää opettajien työuupumisriskiä.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää

- mitä mieltä sensomotoriseen koulutukseen osallistuvat työntekijät ovat sensomotorisesta koulutuksesta ja sen tarpeellisuudesta
- sensomotorisen harjoittelun käytännönvaikutusta ja merkityksestä oppimisessa
- sensomotorisen harjoittelun tulevaisuudesta.

Sensomotoriseen koulutukseen osallistui syksyllä 2006 yhteensä noin 50 työntekijää 6 koulusta ja 9 päiväkodista Helsingin, Espoon ja Vantaan alueilta ja he ovat toteuttaneet erilaisilla intensiteeteillä sensomotorista harjoittelua kahden lukukauden ajan (syksy 2006 - kevät 2008).

Tämän tutkimuksen kohderyhmäksi valikoitui kuusi ala-koulun opettajaa ja kymmenen päiväkodin lastentarhanopettajaa ja kolme lastenhoitajaa siten, että tutkimukseen pyrittiin saamaan haastateltavia jokaisesta koulutukseen osallistuneesta päiväkodista tai koulusta. Tutkimukseen saatiin mukaan viisi harjoitellutta koulua ja kuusi päiväkotia. Tutkimuksen otoskoko on 19. Tutkimus on laadullinen ja tutkimus toteutettiin teemahaastattelumenetelmää käyttäen. Tämä tutkimus toteutettiin vuoden 2008 tammi-maaliskuun aikana.

2 Sensomotorinen kuntoutus terapiamenetelmänä

Sensomotorinen kuntoutus on neurofysiologinen tutkimus- ja hoitomenetelmä, missä tutkitaan lapsen varhaiskehityksen kaavan toteutuminen, aistien toimintaa sekä niiden integraatiota. Havaituille ongelmille tai poikkeamille suunnitellaan intensiivinen, usein kotona tehtävä harjoitusohjelma, minkä vaikutusta seurataan 3-4 kertaa n. 3 kk:n välein tehtävin kontrollitutkimuksin. Hoitoaika on keskimäärin 9-12 kk(1).

Tämä intensiivimenetelmä sopii mm. oppimis- ja keskittymisvaikeuksien, aistiherkkyyksien, levottomuuden, puhehäiriöiden (dysfasia) ja erilaisten motoristen ongelmien hoitoon. Sillä on saatu lupaavia tuloksia myös mm. yökastelun hoidossa. (1)

Sosiaalisissa ja emotionaalisissa ongelmissa, kuten mm. voimakas ujous tai arkuus, vetäytyneisyys, heikko itsetunto, heikko minäkuva, käytös- tai syömishäiriöt taustalla on usein varhaislapsuuden kehityksellisiä ongelmia ja/tai koettua psyykkistä stressiä. Näissä tapauksissa sensomotorinen kuntoutus ja psykoterapia tai musiikkipsykoterapia yhdessä voi olla hyvä lähestymistapa.(1)

Kehitysviiveissä tai kehitysvammoissa on mahdollista kehittää ns. terveiden, mutta heikosti kehittyneiden järjestelmien toimintaa, jolloin harjoittelun tuloksena kokonaisselviytymiskyky voi parantua. (1)

Seuraavassa lista ongelma-alueista, missä Sensomotorista kuntoutusta käytetään(1):

Oppimisvaikeudet
 Keskittymisvaikeudet
 Aistiyliherkkyydet
 Levottomuus
 Puheongelmat, dysfasia
 ADD, ADHD, NLD (Non Language Learning Disapilities)
 Autismi, Asperger
 Motoriset vaikeudet
 Sosiaaliset ongelmat
 Emotionaaliset ongelmat
 Yökastelu, änkytys, mutismi
 Kehitysviive, kehitysvamma

2.1 Sensomoottori - ryhmäharjoitusmenetelmä

Sensomotorisessa keskuksessa on kehitetty ryhmäharjoittelumenetelmä, jolle on annettu nimi: Sensomoottori, sensomotorinen ryhmäharjoitusmenetelmä. Sensomoottori-harjoittelun tarkoitus on kehittää yksittäisten aistien toimintaa sekä niiden yhteistyötä (aisti-integraatiota), korjata lieviä kehityksellisiä ongelmia ja kehityksen viiveitä sekä mahdollistaa monimutkaisen ajatusprosessoinnin toteuttamista. Harjoittelu on tarkoitettu koko päiväkotiryhmän tai koululuokan käyttöön ja näiden harjoitusten odotetaan parantavan koko harjoitelleen ryhmän oppimis ja keskittymiskykyä. Lisäksi on odotettavaa, että harjoitelleet lapset selviävät myöhemmistä oppimistavoitteistaan vähintään normaalilla tavalla, jolloin ohjelmalla on syrjäytymistä ennaltaehkäisevä vaikutus. Yhtenä harjoittelun tavoitteena on myös helpottaa opettajien työtä ja vähentää opettajien työuupumisriskiä.(2)

Tämän ohjelman taustalla on ulkomaiset kokemukset yksittäisten aistiharjoitusten käytöstä vastaavanlaisissa päämäärissä Euroopassa (lähinnä U.K) sekä laajamittaisen aistiharjoittelun kokemukset Amerikan Yhdysvalloissa (lähinnä Harry Wacks:in terapia- sekä kouluohjelmat). Sensomoottori-ohjelmaan on tekijöiden mukaan koottu elementtejä useista eri lähteistä sekä osa harjoituksista on kehitetty itse.(2)

Käytännössä ohjelma on tarkkaan suunniteltu kokonaisuus, missä seurataan lapsen kehityskaaren eri osa-alueita. Siinä harjoitellaan varhaiskehityksen kaavan mukaisia liikuntamalleja, parannetaan silmien motoriikkaa, tasapainon hallintaa sekä aisti-integraatiota. Ohjelmassa tehdään myös monimutkaisia liikuntaharjoituksia sekä kehittyneitä ajatusprosessointia vaativia tehtäviä. Ohjelma on tarkoitus toteuttaa ohjeiden mukaisena kokonaisuutena. (2)

Sensomotorisen harjoittelun päiväkotij- ja kouluprojekti on osa RAY:n laajaa syrjäytymisen ennaltaehkäisyohjelmaa, jota toteutetaan vuosina 2006 - 2009.(3)

2.2 Koulutukset

Opettajien koulutukset toteutettiin useammassa vaiheessa, ensimmäinen syksyllä 2006, seuraava talvella 2007 (lähinnä ensimmäisen seurantakoulutus) ja kolmas koulutusjakso syksyllä 2007. Tämän lisäksi toteutettiin samanlainen koulutuskokonaisuus verrokkipäiväkotien opettajille syksyllä 2007 ja talvella 2008.

3 Tutkimustehtävät ja tutkimuksen toteutus

3.1 Tutkimustehtävät

Laadimme kysymyksiä henkilöhaastattelua varten, ja kysymyksien aihepiirit olivat seuraavia:

1. Mitä mieltä päiväkodin ja koulun työntekijät ovat sensomotorisesta koulutuksesta?

2. Mitä mieltä päiväkodin työntekijät ovat sensomotorisen harjoittelun merkityksestä oppimisessa?
 - 2.1 Miten lapset suhtautuvat harjoitteluun?
 - 2.2 Missä kehitysvaiheessa harjoituksia olisi hyvä tehdä?
 - 2.3 Missä tilanteessa harjoituksia olisi hyvä tehdä?

3. Mitä mieltä päiväkodin työntekijät ovat sensomotorisen harjoittelun tulevaisuudesta?

3.2 Tutkimuksen toteutus

Tutkimus toteutettiin teema-haastattelumenetelmää käyttäen. Tutkittavien anonymiteetti suojataan mahdollisimman tarkasti, jotta haastateltavien anonymiteetti ei tulisi ilmi vastauksista. Kaikki haastattelut yhtä lukuun ottamatta nauhoitettiin ja kirjoitettiin sana-

tarkasti auki. Yksi haastattelevista täytti teema-haastattelulomakkeen kirjallisesti. Yhden nauhoituksen aikana oli osa nauhoituksesta epäonnistunut, joten osaa kysymyksiä ei voitu analysoida tämän yhden haastattelun osalta. Tulosten analyysissä pyrittiin kuvaamaan tulokset tarkasti, niin ettei haastateltavien vastauksista jäisi tulkinnanvaraa. Mikäli jossakin vastauksessa oli vähänkin tulkinnanvaraa, tutkija jätti vastauksen kokonaan pois, jotta se parantaisi tutkimuksen luotettavuutta. Tulosten analyysissä noudatetaan teema-haastattelukysymysten järjestystä, koska tämä tuntui tutkijasta loogiselta. (LIITE 1)

3.2.1 Tutkimuksen kohdejoukko

Tutkimukseen osallistui yhteensä yhdeksätoista haastateltavaa. Haastateltavat jakaantuivat seuraavasti ammattikunnittain.

luokanopettaja (4)

erityisopettaja (1)

lastentarhaopettaja (9)

erityislastentarhanopettaja (2)

lastenhoitaja (3)

Kaikilla tutkimukseen osallistuneilla oli vähintään yhdeksän vuotta työhistoriaa takana, enemmistöllä noin 20 vuotta ja kahdella jopa 30 vuotta työvuosia. Eli vastaajat olivat kokeneita pitkään lasten kanssa työtä tehneitä opettajia ja lastenhoitajia. Mainittakoon, että Sensomotoriseen harjoittelun koulutukseen haluttiin nimenomaan kokeneita opettajia, jotta myöhemmin tehtävät haastattelututkimukset, kuten tämäkin tutkimus, olisivat luotettavia.

Ryhmissä oli keksimäärin n. 20 lasta, ryhmäkoot vaihtelivat 10:stä 27:ään lasta ryhmää kohden, riippuen ryhmän kokoonpanosta. Erityisryhmät olivat pienempiä. Päiväkotiryhmissä lapset olivat iältään kahdesta kuuteen ikävuoteen ja alakouluissa kuudesta kahteentoista ikävuoteen. Päiväkotiryhmät olivat jakaantuneet seuraavasti:

Päiväkodit (2-6-vuotiaita)

5 tavallista ryhmää

1 vuorohoitoryhmä

2 erityisryhmää

5 integroitua erityisryhmää

Ala-koulut (6-12-vuotiaita)

4 tavallista luokkaa

2 erityisluokka/erityisopetus

3.2.2 Tutkimuksen luotettavuus

Tärkeänä tutkimuksen tekijä pitää tutkimuksessaan sitä, että saisi tutkimuksellaan haastateltavien äänen kuuluville. Tutkittavien anonymiteetti suojataan mahdollisimman tarkasti, jotta haastateltavien anonymiteetti ei tulisi ilmi vastauksista. Tutkijana toimi projektin ulkopuolinen henkilö, jolla ei ollut ennakkokäsityksiä tutkimusaiheesta. Tämä paransi tutkimuksen luotettavuutta ja antoi mahdollisuuden saada syvällistä tietoa tutkimusaiheesta. Tähän koulutuksen arviointitutkimukseen haettiin koulutuksen ulkopuolista henkilöä, mikä parantaa tutkimuksen luotettavuutta.

Tutkimuksen luotettavuutta parantaa myös se, että haastateltavilla oli takanaan pitkä työura. Kaikilla vastaajilla oli työvuosia takanaan noin yhdeksän vuotta ja suurella osalla

haastateltavista keskimäärin kaksikymmentä vuotta, joillakin jopa yli kolmekymmentä. Haastateltavien kokeneisuus ja kouluttautuneisuus myös näkyivät vastauksissa.

Tutkimuksessa pyritään kuvaamaan tutkimuksen toteutus ja tulokset mahdollisimman tarkasti, jotta se parantaisi tämän tutkimuksen luotettavuutta. Tutkija kuvasi myös sen, että hän jätti tuloksissa huomioimatta mikäli vastauksissa oli tulkinnanvaraa. Tutkimuksen analyysistä jouduttiin myös jättämään pois ainoastaan yhden haastateltavan haastattelusta osia, koska nauhoitus oli epäonnistunut.

Lisäksi kaksi haastateltavaa eivät olleet osallistuneet koulutukseen, vaan muut työyhteisön jäsenet, joille harjoittelu oli jo aiemmin osittain tuttua, olivat perehdyttäneet ja kertoneet koulutuksessa esiin tulleet asiat. Mutta näissä molemmissa työyhteisöissä oli useampi koulutettu, jotka osallistuivat sensomotorisen koulutuksen kaikille jaksoille, myös seurantajaksoille.

4 Tulokset

4.1 Oppimis- ja keskittymisvaikeudet vastaajan työuran aikana

Suurin osa, eli 68 % haastatelluista olivat sitä mieltä, että oppimisvaikeudet ovat lisääntyneet heidän työvuosiensa aikana. Kuuden haastateltavan mielestä keskittymisvaikeudet ja levottomuus ovat lisääntyneet heidän työuransa aikana. Haastatteluissa tuli ilmi, että lapset ovat myös rauhattomampia kuin ennen. Neljän haastateltavan mielestä oppimisvaikeudet sinänsä eivät ole muuttuneet tai lisääntyneet, mutta diagnosointi on parantunut. Seuraava taulukko kertoo siitä, miten haastateltavat kokivat oppimisvaikeudet muuttuneen työvuosiensa aikana. Alla olevassa taulukossa on suluissa vastaajien määrä, jos sama vastaus on tullut useammalta opettajalta.

Taulukko 1 Miten oppimisvaikeudet ovat muuttuneet opettajien työuran aikana

Lisääntyneet/muuttuneet (13)	Voidaan havainnoida/diagnosoida paremmin, ei muutosta (4)
Lapset ovat levottomampia (3) Enemmän erityistä tukea tarvitsevia (2) Keskittymisvaikeudet ovat lisääntyneet (4) Lapset ovat rauhattomampia Lasten huonovointisuus lisääntynyt Motorinen levottomuus lisääntynyt Tarkkaavaisuuden häiriöt lisääntynyt Kielenkehityksen häiriöt lisääntynyt Tuki- ja liikuntaelinten vaikeudet (karkea motoriset ongelmat)	Ei muutosta Tieto on lisääntynyt (2) Ei paljon muutosta Voidaan diagnosoida paremmin Vaikea sanoa, mikä on maailman muuttumista, mikä on oppimisvaikeuksien muuttumista

4.1.2 Muuttiko koulutus käsitystäsi oppimisvaikeuksista?

Vaikuttaa siltä, että haastateltaville oppimisvaikeudet olivat osittain tuttua asiaa. Tämä sensomotorinen koulutus muutti joidenkin vastaajien mielestä käsitystä oppimisvaikeuksista. Vastauksista nousi esille, että koulutuksessa oli mielenkiintoista se, että oppimisvaikeuksille voidaan tehdä jotakin. Koulutus lisäsi myös ymmärrystä oppimisvaikeuksista. Ne, joille oppimisvaikeudet olivat entuudestaan tuttuja ja koulutus ei varsinaisesti muuttanut käsitystä oppimisvaikeuksista, koulutus oli kuitenkin

syventänyt tietoa.

”kun saa faktaa, niin se auttaa ymmärtämään ja tieto myös syventyi kurssilla”

Alla olevasta taulukosta näemme haastateltavien käsityksiä oppimisvaikeuksista. Yhdentoista vastaajan mielestä koulutus ei muuttanut käsitystä oppimisvaikeuksista ja kuuden vastaajan mielestä koulutus muutti käsitystä tai toi uutta tietoa.

<p>Sensomotorinen koulutus muutti käsitystä oppimisvaikeuksista (6kpl)</p> <p><i>”uutta oli selvitys kuulon osuudesta oppimisessa”</i></p> <p><i>”voi ymmärtää paremmin, mistä oppimis- tai käyttäytymisvaikeudet voivat johtua, että jos joku vaihe on jäänyt kehittymättä ja ei ole saatu tarpeeksi harjoitteita...”</i></p> <p><i>”juuri se, että niihin voidaan vaikuttaa”</i></p> <p><i>”lisää ymmärrystä ja antaa välineitä myös puuttua niihin”</i></p> <p><i>”uutta näkemystä, miten tärkeä vauvan kehityksessä on jokainen askel”</i></p> <p><i>”uutta tietoa ja harjoitteita, että millä tavalla voi lasta tukea”</i></p>	<p>Sensomotorinen koulutus ei muuttanut käsitystä oppimisvaikeuksista (11kpl)</p> <p><i>”tuntui hienolta, että on näinkin selkeä toimintatapa ja tätä voisi tehdä päiväkodissa ja myöskin perhe kotona”</i></p> <p><i>”tämä motorisen puolen merkitys on avautunut”</i></p> <p><i>”ei muuttanut käsitystä juuri oppimisvaikeuksista, mutta se, että jotkut voivat saada apua oppimisvaikeuksista”</i></p> <p><i>”minulle tämä oli tuttua asiaa, mutta mukava lisä tämä koulutus”</i></p> <p><i>”minulle tuttua jo aikaisemmin, mutta kun saa faktaa, niin auttaa ymmärtämään ja tieto syventyi kurssilla”</i></p> <p><i>”jotenkin se tapa, jolla asiat tuotiin kurssilla esille, oli mielenkiintoinen ja me pääsimme myös itse tekemään paljon”</i></p> <p><i>”ei oikeastaan”</i></p> <p><i>”koulutukset ovat luoneet sellaista selkeyttä, että nämä ovat ihan järkeenkäyviä, eivät ufojuttuja”</i></p> <p><i>”olen perehtynyt aivojumppaan jo aiemmin ja tehnyt sitä useamman vuoden”</i></p>
---	--

4.3 Sensomotorinen koulutus tukena työssä

Seuraavassa on koottu yhteenvetoa opettajien mielipiteitä sensomotorisesta koulutuksesta kysyttäessä, mitä tukea sensomotoriset koulutukset ovat antaneet työllesi.

Osaa kiinnittää huomiota sellaisiin, joita ei ole tullut aikaisemmin ajatelleeksi.

Antanut työlle suunnitelmallisuutta, etenkin jumppatuokioihin.

Antanut selkeän ohjelman, että miten tehdä.

Koulutuksen myötä tulini valveutuneemmaksi, harjoittelu kehittää logiikkaa ja koulutus antoi nämä harjoitteet.

Kurssin aikana sain paljon tietoa ja asiat tuotiin selkeästi esille. Pääsimme myös itse tekemään paljon. Se herätti uteliaisuutta ja mielenkiintoa.

Liikuntatunnilla on helpompi toteuttaa jumppatuokio.

Uutta tietoa, siitä miten tärkeä vauvan kehityksessä on jokainen askel.

Antanut tukea toiminnan suunnitteluun ja liikuntatuokioiden suunnitteluun.

Tiedämme miten liikkeet tehdään, saimme ohjeet.

Uutta tietoa ja osataan tehdä harjoitteet oikein.

Saimme valmiit kuvat.

Havainnointia ja konkreettisia harjoitteita.

Kurssin jälkeen havainnoin liikuntatuokiollakin lapsia ihan eri tavalla.

Kurssi toi rutiinia ryhmäohjaamiseen

4.3.1 Koulutuksen antamia välineitä

Viiden haastateltavan mielestä sensomotorinen harjoittelu sopii hyvin jumppatuokioihin ja lisäksi yksi haastateltava mainitsi, että harjoittelu tuo jumppatuokioihin suunnitelmallisuutta. Useimmat haastateltavat olivat sitä mieltä, että koulutus antoi konkreettisia harjoitteita. Yksi haastateltava oli sitä mieltä, että se sensomotorinen harjoittelu tuo rutiinia ryhmäohjaamiseen. Kaksi haastateltavaa kertoivat, että koulutuksen jälkeen lapsen motoriikasta ja käyttäytymisestä on helpompi havainnoida, esimerkiksi esikouluryhmää voisi testata tekemällä sensomotorisia harjoituksia tai ratoja. Yksi haastateltava mainitsi sen, että koulutuksesta saatiin valmiit kuvat, mikä on hyvä, että harjoitteista on olemassa valmiit mallit.

Alakoulu

”kun joku homma riehaantuu, nouseaan ylös ja aletaan heittelemään hernepussia. Se ei tunnu sellaiselta rangaistukselta, kun jos sanotaan, että seisotte ja olette hiljaa, sitten vasta jatketaan...”

Päiväkoti

”Tämä koulutus antoi paljon välineitä. Ensinnäkin tämän teoriapohjan ja sitten näitä sensomotorisia harjoituksia on tehty päiväkodissa paljon tietämättä. Kun opettaja tietää, miksi tiettyjä harjoituksia tehdään ja mihin ne vaikuttavat, niin se on yksi työväline. Silloin opettaja pystyy suunnittelemaan jumppa tai harjoittelu tuokioita paremmin...”

4.4 Oppimisen osa-alueita, joita koulutuksen antamalla välineillä voidaan tehostaa

Haastateltavat kertoivat joitakin esimerkkejä harjoittelun vaikutuksista lapsilla. Seuraavassa haastateltavien kertomia esimerkkejä:

Päiväkodista

”lapsi oppii odottamaan, että jokaiselle tulee se oma vuoro, tuuppiminen ja härkkiminen vähenee, koska motoriikkarataa tehdään vuorotellen ja jonossa opitaan odottamaan sitä omaa vuoroa ja opitaan, että se oma vuoro tulee, ja olen vakuuttunut, että toisto tuo tulosta”

”oppimiskyky on vähän parantunut minun mielestä, näin pienethän lapset eivät kovin paljon lue, mutta sanoista saa selvää, sosiaalisessa vuorovaikutuksessa olen havainnut ja tarkkaavaisuus ja keskittyminenkin on hieman parempaa”

”Erityisesti motoriset taidot ovat lapsilla kehittyneet, myös tasapaino, kynäkäyttötaidot, kyllä vielä tuo tarkkaavaisuus ja keskittyminenkin ovat parantuneet, kun me tehdään tätä pienemmissä ryhmissä, niin sanoisin, että vuorovaikutustaidotkin ovat kehittyneet”

”meillä oli yhdestä perheestä useampi lapsi ja näiden lasten isä koki tämän sensomotorisen harjoittelun hyvänä ja kaikki lapset olivat oppineet ennen kouluun menoa lukemaan ja tämä isä todella ylisti tätä sensomotorista harjoittelua hirveästi muillekin”

Seuraavat kaksi esimerkkiä ovat päiväkodin lastentarhanopettajalta, joka teki harjoituksia säännöllisesti **joka päivä**. Hän myös painotti, että harjoittelun pitää olla

säännöllistä ja suunniteltua.

”Minun työkaverit huomasivat, että ylivilkkaat lapset jaksavat keskittyä huomattavasti paremmin, kun teimme säännöllistä harjoittelua päivittäin. Nämä lapset käyttäytyivät huomattavasti paremmin esimerkiksi ryhmätyöskentelyssä. Ja kaikissa tilanteissa, joissa piti istua ja odottaa, lapset käyttäytyivät jotenkin paremmin, he olivat rauhallisia.”

”Yhden lapsen vanhemman kanssa mietimme, kun tämä lapsi oli kompastellut aikaisemmin hyvin usein ja hänellä oli motorista kömpelyyttä, mutta tämän vuoden aikana ja jälkeen tämä kompastelu väheni. Mietimme, että olisiko tällä harjoittelulla ollut vaikutusta siihen.”

Ala-koulussa

”olen huomannut, että harjoitteiden aikana on näkynyt tällainen motivaation lisääntyminen”

”minä en itse sitä huomannut, mutta erityisopettaja, että mitä on tapahtunut, kun tämä käsiala on tällaista. Mutta keskittymiskyky ja virheetkin väheni. Konkreettisesti se näkyi just tällaisessa kirjoittamisessa, tämä oli pienryhmä ja heidän kirjoittamisessa näkyi todella edistystä”

”kun teemme ohjelmaa läpi vuoden aikana, ensimmäinen missä se näkyy, on keskittyminen, se, että ne alkaa keskittymään työhön, sitten se luokka rauhoittuu jotenkin, eli tulee toi sosiaalinen vuorovaikutus, sitten se alkaa näkyä käsialassa ja pikkuhiljaa virheiden määräkin vähenee ja sitten tulee se oppimiskyky siinä sivussa”

”Erään lapsen kohdalla hienomotoriset kynätaidot muuttuivat ihan radikaalisti näiden harjoitusten aikana.”

Koulutuksen antamalla välineillä voidaan tehostaa monia oppimisen osa-alueista. Enemmistön mielestä keskittymiskykyä voidaan tehostaa säännöllisellä harjoittelulla. Useimmat mainitsivat myös sen, että mikäli harjoittelu on säännöllistä, niin heidän mielestään sillä voidaan tehostaa kaikkia oppimisen osa-alueita.

Alla oleva taulukko kertoo, mitä oppimisen osa-alueita koulutuksen antamalla välineillä voidaan tehostaa.

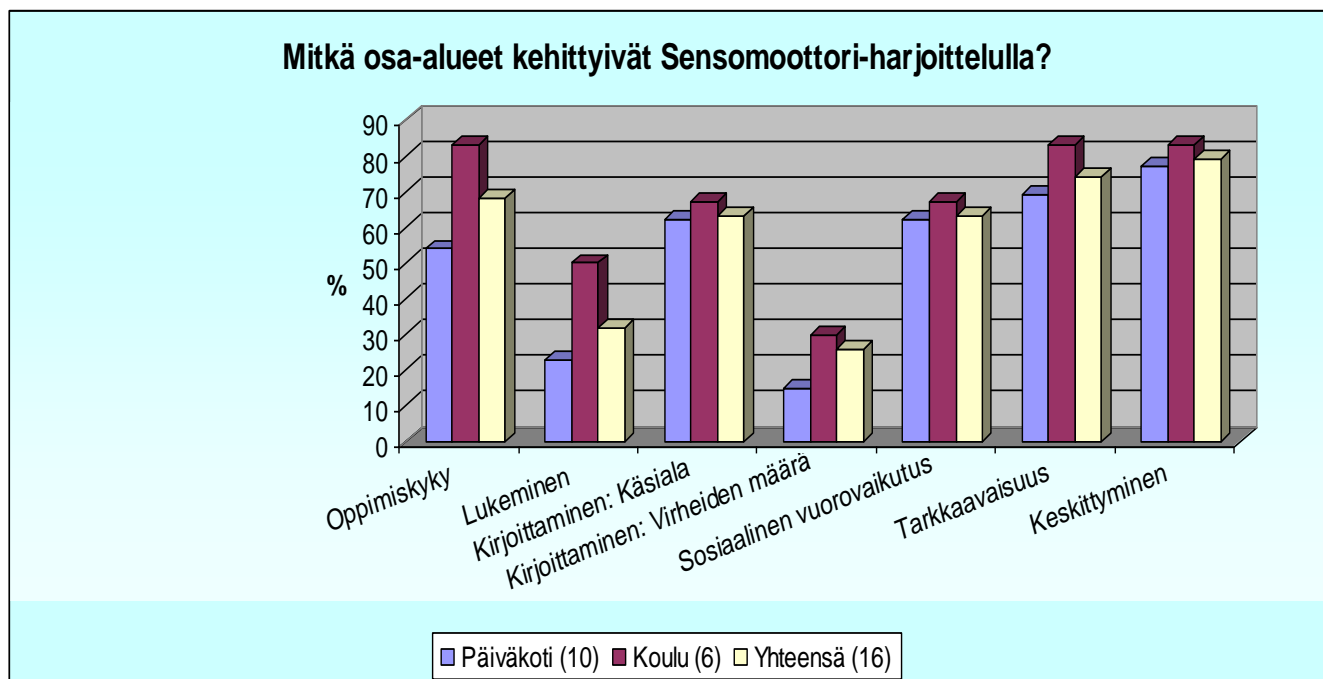
Taulukko 1 Oppimisen osa-alueiden tehostaminen haastateltavien mielipide jakaumat

	Päiväkoti (10)		Koulu (6)		Yhteensä (16)	
	f	%	f	%	f	%
Oppimiskyky	7	54	5	83	13	68
Lukeminen	3	23	3	50	6	32
Kirjoittaminen: Käsiala	8	62	4	67	12	63
Kirjoittaminen: Virheiden määrä	2	15	3	50	5	26
Sosiaalinen vuorovaikutus	8	62	4	67	12	63
Tarkkaavaisuus	9	69	5	83	14	74
Keskittyminen	10	77	5	83	15	79
Yhteensä	13	100	6	100	19	100

Taulukosta voimme nähdä, että keskittymiskyky, tarkkaavaisuus, sosiaalinen vuorovaikutus ja oppimiskyky ovat neljä oppimista edistävää osa-aluetta, jotka vastaajien mielestä tehostuvat säännöllistä sensomotorista harjoittelua tekemällä.

Muita vastauksissa esiin tulleita oppimisen osa-alueita, joita sensomotorisella harjoittelulla voidaan tehostaa
Minä kuva Motoriset taidot Tasapaino (3) Jaksaminen paranee (päiväkoti) Jaksavat tehdä töitä paremmin (koulu) Lapsi oppii kuuntelemaan ohjeita paremmin

Seuraavassa sama pylväsdiagrammina ja %-osuuksina ilmoitettuina:



Kuten pylväsdiagrammista voimme lukea, että päiväkodissa työskentelevien vastauksissa korostuivat eniten sensomotorisen harjoittelun merkitys tarkkaavaisuutta, keskittymistä ja sosiaalisia taitoja edistävänä tekijänä. Alakoulun opettajien vastauksissa painottuivat oppimiskyky, tarkkaavaisuus ja keskittymiskyky. Näitä kolmea alakoulun opettajien mielestä säännöllisellä sensomotorisella harjoittelulla voitaisiin tehostaa. Useat opettajat mainitsivat, että harjoittelun tulee olla säännöllistä.

4.5 Lasten kokemuksia liikkeistä

Koulun puolella harjoittelevat lapset olivat pääsääntöisesti ensimmäisen, toisen ja kolmannen luokan oppilaita. Kaikki kuuden opettajien lapset suhtautuivat positiivisesti liikkeisiin. Kahdessa vastauksessa oli tehty huomio, että jos lapsella on joitakin motorisia vaikeuksia, niin heille jumppakaan ei ole helppoa.

”Alussa ihan ok. Mutta sitten, kun on tehty jo toisena vuonna samaa, niin ne kysyy, että miksi aina tätä samaa. Sitten olen ottanut jotain tarinoita tai kertotaulua mukaan tai muuta vaihtelua, niin kyllä ne tykkää. Ja ne joilla on motorisia vaikeuksia, niin heille jumppakaan ei ole helppoa.”

”Aluksi ne oli ihan innoissaan. Sitten joku liike voi olla hankala tai sattuu tai muuten vaan, niin olen sanonut ettei tarvitse tehdä sitä. Tai sitten joku naurattaa tai jos ei ole sopivat vaatteet päällä, on esimerkiksi hame päällä. Silloin se on vaikeaa”

”Koko luokka positiivisesti. Mutta ne lapset, joilla on vaikeuksia, eivät tykkää.”

”Ensin vähän huvittuneesti, mutta sitten kun ne tuleva säännöllisesti, niin hyvin riemulla ne odottaa. Jotkut liikkeet tuntuvat vähän häpeälliseltä ja liikkeisiin ei oikein haluta avautua.”

Päiväkodin työntekijöiden kokemukset olivat pääsääntöisesti, että lapset tykkävät sensomotorisesta harjoittelusta. Työntekijät kertoivat, että alussa pitää tehdä kovasti töitä, jotta lapset saadaan tottumaan liikkeisiin. Kolme vastaajaa päiväkodin puolelta kertoivat, että jos joku päivä jää väliin, niin lapset tulevat kysymään, että miksi me ei tänään tehdä.

”Kaikki lapset olivat aluksi hyvin motivoituneita ja minä jatkoin sinnikkäästi. Tapahtui niin, että lapset tulivat sanomaan, että eikö meidän pitäisi mennä tekemään harjoituksia. Alussa oli vaikeuksia, kun piti saada lapset tottumaan. Mutta lapsehan liikkuvat mielellään.”

”Lapset tykkävät ja haluavat tehdä niitä”

”Osa liikkeistä ollut mieluisia, osa vähemmän. Sadun tai tarinanomainen elävöittäminen auttaa.”

”Aluksi lapset olivat kovin innostuneita. Sitten tuli vähän negatiivista, mutta me kokeiltiin käsinukkeja ja mielikuvia. Jotkut liikkeet olivat lapsille vaikeita ja niihin tarvittiin paljon aikuisia. Lopulta me muutettiin sensomotoriset harjoitukset sellaiseksi radaksi. Sitten me otettiin rataa mukaan sellaisia ns. täkyjä, kuten trampoliinia ja muuta. Siihen täytyy vain resursoida riittävästi aikuisia. Osa lapsista fuskas ja oppi tekemään ne liikkeet nopeasti. Sitten me päätettiin, että yritetään tehdä niiden lasten kanssa joilla on vaikeuksia. Heidän kanssa me tahkottiin.”

4.6 Harjoittelun säännöllisyys

68 %, eli enemmistö haastatelluista oli tehnyt sensomotorisia harjoituksia kysyttäessä säännöllisesti. Vain 5.3 % haastatelluista oli tehnyt harjoituksia melko usein, mikä tarkoitti käytännössä lähes joka toinen päivä tapahtuvaa harjoittelua. 26.3 %

haastatelluista oli tehnyt harjoittelua harvoin eli noin 1-2 kertaa viikossa. Opettajat ja lastenhoitajat olivat harjoitelleet säännöllisesti miltei päivittäin, enemmän ensimmäisenä vuonna kuin toisena vuonna.

Alla olevasta taulukosta voimme nähdä, kuinka moni opettaja on tehnyt harjoittelua säännöllisesti.

Taulukko 2 Harjoittelun säännöllisyys -vastaajien mielipidejakaumat

Harjoittelun intensiivisyys	f	%
Säännöllisesti: Useammin kuin joka toinen päivä	13	68.4
Melko usein Joka toinen päivä	1	5.3
Harvoin 1-2 krt. vk.	5	26.3
Yhteensä	19	100

Harjoittelun intensiivisyyteen olivat vaikuttaneet työyhteisön muiden jäsenten tietämättömyys ja sitoutumattomuus. Koulun puolella tilat ja välineet eivät luoneet aina sopivia ja hyviä puitteita harjoittelulle. Luokissa olevat tuolit olivat liian liukkaita, jolloin osaa harjoituksista oli vaikea toteuttaa. Päiväkodissa puitteet harjoittelulle olivat hyvät. Yksi syy harjoittelun vähäisyyteen oli lapsien vaihtuvuus ja ryhmien koot. Kukaan vastaajista ja koulutuksessa olleista ei vastannut, ettei olisi kokeillut harjoittelua koskaan, mikä kertoisi siitäkin, että vastaajat olivat saaneet koulutuksesta jotakin uutta.

4.6.1 Millaista harjoittelua eri-ikäisille

Päiväkodeissa on tehty alkuharjoitteita paljon, joita olivat esimerkiksi kukka, helikopteri ja mahakeinu. Useimmat päiväkodin työntekijät olivat sitä mieltä, että koska lapset ovat aika pieniä, jopa kolmevuotiaita, heidän kanssaan on tehty vain osaa ohjelmasta. Liikkeitä on myös jouduttu ”pilkkomaan” osiin pienemmille. Tällaisia liikkeitä ovat esimerkiksi kukka ja papukaija. Eräs vastaaja olikin huomionnut, että liikkeet, joita koulutuksen mukana tullessa oppaassa oli, oli hänen mielestään tarkoitettu kuusivuotiaille. Tämän vuoksi hän kertoi, että ihan pienten lasten voisi soveltaa liikkeitä sopiviksi pienemmille lapsille. Esimerkiksi ryömimis- ja konttaamisharjoituksia voidaan tehdä pienempienkin kanssa. Päiväkodeissa oli pienempien lasten kanssa harjoiteltu nostoa, kukkoa, papukaijaa, vastapapukaijaa, hernepussia, ryömintää, ristikkäisharjoituksia, heijausta, piikkirullia, rapukävelyä, enkelinkuvia. Osa liikkeistä oli koettu pienemmille lapsille vaikeina kuten esimerkiksi istuma-asennot. Yhdessä erityisryhmässä oli tehty oikein motoriikkarata, jota sitten käytiin läpi päivittäin. Motoriikka rataa kuului neljä tai viisi liikettä kerrallaan, jotka sitten vaihtuivat kerran kuukaudessa. Mikäli joku lapsi ei osannut jotakin liikettä, se jätettiin rataa mukaan ja sitä liikettä ei vaihdettu kun muut liikkeet vaihtuivat.

Ala-koulun puolella oli tehty myös osia ohjelmasta ja valittu sellaisia harjoituksia, mitkä tuntuivat mielekkäältä ja kivalta. Lapsista suosituin on tasapainoilu. Ala-koulun puolella on tehty hernepussin heittelyä, katseen seurantaa ja erilaisia käsi-silmä koordinaatioharjoituksia, enkeleitä, ristikkäisharjoituksia sekä myös erilaisia kosketusharjoituksia on tehty. Sekä koulun, että päiväkodin puolella oli tehty osia ohjelmasta läpi. Toiset olivat tehneet vain ykköskoulutuksen harjoituksia. Koulun puolella oli osa opettajista tehnyt koko ohjelmaa läpi hyvinkin intensiivisesti.

4.6.2 Liikkeet ja niiden ohjaaminen

Haastateltavien mielestä liikkeet eivät olleet vaikeita ohjata. Osa opettajista ja lastenhoitajista olivat laatineet opettajille ja lapsille kuvalliset mallit liikkeistä. Oli kehitelty erilaisia hyvin selkeitä motoriikkaratoja, jossa oli selkeät sekä kuvalliset, että kirjalliset ohjeet liikkeistä.

4.6.3 Lasten vanhempien kokemuksia

Ennen harjoittelun aloittamista vanhemmilta oli kysytty lupa sensomotorisen harjoittelun tekemiseksi. Kukaan vanhemmista ei ollut sanonut, ettei tällaista harjoittelua saisi tehdä. Jotkut vanhemmat sanoivat, että kiva kun jaksatte tehdä tällaistaakin. Joidenkin lasten vanhemmat olivat käyneet kysymässä liikkeistä kuten kukkaliikkeestä ja papukaijasta, kun lapset olivat innostuneet tekemään niitä kotona. Vanhemmat olivat myös kertoneet, että kun lapselta kysyy, mitä olette tehneet, he vastaavat yleensä, että motoriikka rataa. Yksi vastaaja kertoi, että sen lukuvuoden aikana, kun hän teki harjoitteita, tuli paljon kommentteja vanhemmilta. Kolmen opettajan mielestä vanhemmilta on tullut positiivista palautetta jumpan vaikutuksesta lapsen motoriikan parantumiseen, lapsen lukemaan oppimiseen ennen kouluikää ja oppimissuoritusten paranemiseen. Lisäksi oli huomattu vaikutusta lapsen ylivilkkauden vähenemiseen. Vanhemmat olivat ihmetelleet mitä on tapahtunut, kun on mennyt näin hyvin. Alla erään haastateltavan kertoma kommentti intensiivisesti harjoitelleiden lasten vanhemmilta.

“Siitä ainakin miten lapsen kynäote ja tämmöinen piirtäminen on kehittynyt ja miten tasapaino on parantunut”

4.7 Sensomotorisen harjoittelun tulevaisuudesta

Sensomotorista harjoittelua pidettiin hyvänä ja liikkeitä hyödyllisinä. Useimmat olivat sitä mieltä, että tiimistä pitäisi saada kaikki koulutettua. Ala-koulun opettajien mielestä harjoittelu olisi hyvä aloittaa jo päiväkodissa ja tehdä harjoitteita kaksi vuotta. Joissakin päiväkodeissa aiotaan jatkaa harjoitteiden tekemistä. Joitakin päiväkodin työntekijöitä mietitytti se, että ovatko jotkut liikkeet liian vaikeita ihan pienille ja että voisiko niitä soveltaa. Tällaista koulutusta toivottiin tulevaisuudessa myös lastentarhanopettajan perusopintoihin. Monen päiväkotityöntekijän mielestä myös jokaisen päiväkodissa työskentelevän kasvattajan pitäisi tietää näistä asioista. Eräs vastaaja oli myös sitä mieltä, että tulevaisuudessa varmaan tieto lisääntyy joka puolella ja aletaan ymmärtää, että sellaiset karkeamotoriset harjoitteet auttavat oppimisessa. Yksi opettaja toivoi, että sensomotorisen harjoittelun tulevaisuus olisi vähän valoisampi.

”Toivoisin, että joka päiväkodissa voitaisiin tehdä näitä. Ne ovat lasten näkökulmasta kivoja.”

”Kaikki pitäisi saada koulutettua ja kaikki tiimistä innostumaan.”

”Jatketaanko tässä muodossa. Kun havaittiin, että pienelle lapselle jotkut liikkeet olivat tosi vaikeita. Jonkinlainen motoriikkarata tulee olemaan.”

”Pidän tätä erittäin tärkeänä ja kaikkien päivähoitoihmisten pitäisi tietää.”

”Paras systeemi olisi, että ne päiväkodissa harjoittelisivat kaksi vuotta.”

”Luulen, että tämä on yks tulevaisuuden ala.”

Kaksi haastateltavista, jotka ei olleet itse käyneet sensomotorisessa koulutuksessa, mutta työkaverit olivat tuoneet tiedon muille työntekijöille, kokivat, että sensomotorisen harjoittelun merkityksellisiksi. He olivat myös itse perehtyneet syvällisesti sensomotoriseen harjoitteluun ja aikoivat jatkaa harjoittelua intensiivisesti sensomotorista harjoittelua tulevaisuudessa.

“Jos sitä koulutusta saa lisää, minä haluan käydä tämän sensomotorisen koulutuksen, koska olen sitä mieltä, että siitä on kuitenkin hyötyä tässä työssä.”

4.7.1 Sensomotorista koulutusta lasten parissa työskenteleville

Opettajat ehdottivat, että koulutus pitäisi järjestää Veso -koulutuksena. Toivottiin myös, että koulutus järjestettäisiin Helsingin opetusviraston kautta, päivän maksettuna koulutuksena ja sijaisasiat olisi myös järjestetty. Päiväkodeissa tuli esille toive, että tällainen olisi kaikille suunnattua kaupungin järjestämää koulutusta. Tärkeänä pidettiin, että kaikki saisivat olla mukana koulutuksessa.

Viisi koulutukseen osallistuneista olivat sitä mieltä, että koulutus pitäisi järjestää sellaisena kun se oli nyt järjestetty. Koulutusta kehuttiin mm. siitä, että siinä oli sekä teoriaa, että käytäntöä. Jotkut opettajat olivat sitä mieltä, että kaikkien opettajien pitäisi tietää nämä asiat. Myös päiväkodissa työskentelevät toivoivat sellaista koko henkilökunnan koulutusta. Pidettiin tärkeänä, että kaikki työyhteisössä tietäisivät, jolloin kaikki ymmärtäisivät, miksi harjoituksia tehdään ja olisivat sitoutuneita tekemään sensomotorista harjoittelua. Neljä vastaajaa mainitsi, että tällaiset asiat pitäisi tulla jo perusopinnoissa lastenhoito- opetus- ja kasvatustalouden ammattissa toimivilla. Neuvoloiden terveydenhoitajille toivottiin tietoa näistä asioista enemmän.

”Kunpa ne olisi tiennyt neuvoloissa silloin kun oma vauva oli pieni, niin olisi osannut jo ryömimisvaiheessa kiinnittää huomiota.”

4.7.2 Tukimateriaalia oppimisvaikeuksista opettajille

Kirjaa, joka kurssilta saatiin, pidettiin hyvänä tietolisänä oppimisvaikeuksista. Yksi vastaaja oli sitä mieltä, että pelkkä kirja ei riitä, vaan tarvitaan myös koulutus. Aiheesta kaivattiin luentoja ja tutkimustuloksia. Osa vastaajista koki, että oppimisvaikeuksista on olemassa tietoa riittävästi, kunhan sitä vain etsii. Kahden vastaajan mielestä olisi hyvä kun asiat olisivat selkeästi kirjoissa ja kansissa, että jos on joku asia, niin siellä kirjassa kerrotaisiin syy- ja seuraus suhteista. Ehdotettiin video tai Dvd- sessioita aloittelijan työn tueksi. Seuraavassa on myös kaksi kehitysehdotusta päiväkodin ja koulun puolelta.

”Kaipaisin päiväkodin puolelle sellaista testiä, että miten arvioidaan alle viisivuotiasta lasta. Kehu-arviointihan on yli viisivuotiaille.”

”Koulun puolelle kaipaisin jotain pelejä. Ja sitten voisi olla sellainen aarrearkku, jossa olisi kaikkia tarvikkeita ja sirkusvälineitä. Olisi hieno kun koulutuksesta saataisiin joku paketti esimerkiksi tasapainolauta tms. konkreettisia välineitä harjoitteisiin.”

4.7.3 Sensomotorinen harjoittelu oppimisessa

Kahdeksan koulutetuista, eli 42 % haastatelluista oli sitä mieltä, että opetustyö on helpottunut harjoittelun myötä. Lisäksi yksi vastaaja oli sitä mieltä, että varsinainen opetustyö ei ole helpottunut, mutta ymmärrys on lisääntynyt lasten oppimisvaikeuksista. Loput seitsemän haastateltavaa eivät osanneet sanoa opetustyön varsinaisesti helpottuneen. Näyttäisi myös siltä, että mitä intensiivisemmin vastaajat olivat harjoitelleet, sitä positiivisempana he kokivat harjoittelun merkityksen myös opetustyössä. Harjoittelun intensiivisyyteen vaikuttivat monet tekijät, kuten tilat,

välineet, ryhmäkoko, aikuisten määrä ryhmässä sekä aika, jolloin oli mahdollista tehdä sensomotorista harjoittelua.

4.7.4 Tiedon levittäminen laajemmalle

Kolme haastateltavaa olivat sitä mieltä, että vanhemmille olisi hyvä tiedottaa esimerkiksi vanhempainilloissa. Vastauksissa tuli esille myös se, että neuvoloiden kautta pitäisi lähteä liikkeelle eli tietoa pitäisi viedä sinne. Pidettiin tärkeänä sitä, että jokaisen kasvatusalan ihmisen pitäisi tietää näistä asioista ennen kuin lähtee itse työelämään. Erään haastateltavan mielestä sensomotorisella harjoittelulla olisi tilausta yleiselle koulutukselle ja hänen mielestään lastenlääkärien, neuvolalääkärien ja neurologien pitäisi tietää asiasta myöskin. Kouluavustajien pitäisi olla myös sensomotorisen koulutuksen käyneitä. Haastatteluissa todettiin myös, että kouluissa pitäisi erityisopettajien olla koulutettuja. Yleisesti koettiin, että sensomotorisen harjoittelun pitäisi kuulua lasten kanssa työskentelevien peruskoulutukseen.

Ala-koulun opettajan mielestä opetusviraston järjestämät koulutukset olisivat hyviä, jos halutaan kouluttaa opettajia ja kouluavustajia. Yksi ala-koulun opettaja totesi myös, että sirpaletyöskentely johda muuta kuin satunnaisuuteen. Opettajat olivat myös sitä mieltä, että tällainen paketti pitäisi olla jo opettajan koulutusvaiheessa.

Yksi opettaja sanoi, että tiedotettaisiin, että tämä asia ei ole mitään huuhaata, vaan tämä on ihan järkevää. Päiväkotityöntekijän mielestä pitäisi saada enemmän lasten kanssa työskenteleviä tietämään, että tämä toimii. Asialle toivottiin myös enemmän julkisuutta. Ehdotettiin, että voisi ottaa mukaan koulutus ja media mukaan, tehdä lehtijuttuja aiheesta sekä voisi mahdollisesti tehdä myös nettiin ohjelman aiheesta.

Vastauksissa tuli esille se, että aiheen ympärille toivottaisiin tutkimusta. Toivottiin, että tehdyt havainnot vielä testattaisiin lapsilla.

4.8 Missä kehitysvaiheessa lapsille sensomotorista harjoittelua

Yhden haastateltavan mielestä, joka oli tehnyt harjoituksia päivittäin, harjoitukset voisi aloittaa jo ihan pienten puolelta. Hänen mielestä kaikki lapset hyötyvät tästä. Toisen haastateltavan mielestä pienempi lapsi on helpommin motivoitavissa. Haastateltavien mielestä liikkeiden suunnittelussa täytyy ottaa ikä huomioon eli yhden haastateltavan mukaan esimerkiksi ryömimis- ja konttaamisharjoitukset sopisivat yhdestä kolmeen ikävuoteen ja muita harjoituksia voisi tehdä kolmesta ikävuodesta ylöspäin.

Kuuden haastateltavan mielestä viisi vuotta olisi hyvä ikä aloittaa harjoittelu. Lisäksi yksi haastateltava mainitsi, että viisivuotiailla nämä liikkeet onnistuivat parhaiten, mutta viivakävelyt ja tällaiset lumienkelithän onnistuvat pienemmilläkin. Erään haastateltavan kokemuksen mukaan 4 + -vuotiaille olisi hyvä aloittaa sensomotorinen harjoittelu. Neljän haastateltavan mielestä päiväkodissa tai esikoulussa olisi hyvä tehdä harjoituksia. Kahden haastateltavan mielestä voisi aloittaa jo kolmevuotiaasta ylöspäin. Yhden haastateltavan mukaan 2,5 vuotta olisi sopiva ikä aloittaa harjoitteet. Haastateltavista yksi mainitsi, että 1-3-vuotiaille voisi tehdä ryömimis- ja konttaamisharjoituksia.

4.8.1 Missä tilanteessa sensomotorista harjoittelua

Kolmen vastaajan mielestä olisi tärkeä, että harjoitukset tehtäisiin säännöllisesti mahdollisesti kerran päivässä. Yksi haastateltava mainitsi, että on hyvin tärkeää, että sensomotoriset harjoitukset tapahtuvat samaan aikaan joka päivä ja toiminta on suunnitelmallista ja toimivaa. Tärkeänä pidettiin sitä, että kaikki lapset olisivat paikalla ja että lapset ovat virkeitä silloin, kun harjoittelua tehdään. Harjoitteleva ryhmä ei

myöskään saisi olla liian iso. On syytä ottaa huomioon, että tuokioon tarvitaan paljon aikuisia. Aamupiiri ja jumppatuokiota sopivat vastaajien mukaan hyvin sensomotoriseen harjoitteluun. Koulussa, harjoituksia on hyvä tehdä tunnin alussa. Myös silloin kun on jotain liikehdintää, että tämä on hyvä keino, koska ei tarvitse aina käskemisen ja rankaisemisen kautta aloittaa rauhoittamaan luokkaa.

4.8.2 Milloin sensomotorista harjoittelua

Päiväkodeissa pidettiin tärkeänä, että on yhteinen asia löytää yhteinen aika ja paikka tekemiselle. Aamupäivää ja jumppatuokioita pidettiin yleensä hyvänä.

”Ihan samalla tavalla kun ennen päiväkodissa oli loruhetki ennen ruokailua, motoriikkarata voi olla ennen ruokailua. Siihen tarvitaan päiväkodissa paljon aikuisia eli tämä tulee ottaa huomioon.”

”Meidän päiväkodissa tehdään aamupäivällä ennen uloslähtöä ja se sujuu mukavasti pienryhmittäin.”

Koulussa todettiin, että oppilaiden kanssa niitä kannattaa tehdä päivän tai tunnin alussa. Tärkeänä pidettiin myös sitä, että koko luokka on kasassa, jolloin kaikki voivat saada siitä parhaan mahdollisen hyödyn. Myös koulun jumppatuokioita pidettiin hyvänä mahdollisuutena tehdä harjoituksia esimerkiksi lämmittelynä.

4.9 Sensomotorisen harjoittelun merkitys oppimisessa

Kuusi haastateltavaa eli 32 % olivat sitä mieltä, että sensomotorisella harjoittelulla on huomattava merkitys oppimisessa. Yksi haastateltava koki, että harjoittelulla on melko paljon ja huomattavan merkityksen välillä. (tilastoissa tulkittu 4.5=5). Yksitoista haastateltavaa eli noin 58 % haastateltavista koki, että harjoittelulla on melko paljon

merkitystä oppimisessa. Vain kaksi haastateltavaa eli 10 % koki, että harjoittelulla on vain jonkin verran merkitystä. Kukaan haastateltavista ei ollut sitä mieltä, että sensomotorisella harjoittelulla ei olisi lainkaan merkitystä oppimisessa.

Taulukko 3 Harjoittelun säännöllisyys ja sensomotorisen harjoittelun merkitys oppimisessa -mielipidejakaumat ja vastaajien lukumäärät

Harjoittelun intensiivisyys	X= yksi haastateltava f %	Jonkin verran	Melko paljon	Huomattava
<i>Säännöllisesti (useammin kuin joka toinen päivä)</i>	13kpl 68.4%		(7) X X X X X X X X	(6) X X X X X X
<i>Melko usein (joka toinen päivä)</i>	1kpl 5.3%		(1) X	
<i>Harvoin (1-2 krt. vk.)</i>	5kpl 26.3%	(2) X X	(3) X X X	
<i>En koskaan</i>	0 0%			

Kuten edellä olevasta taulukosta 3 voimme havaita, ne, jotka tekevät harjoittelua päivittäin olivat sitä mieltä, että harjoittelulla on melko paljon tai huomattava merkitys. Osalla haastateltavista harjoittelu kuului osana päiväohjelmaan. Kaksi haastateltavaa,

jotka ovat tehneet harjoittelua harvoin, sanoivat, että harjoittelulla on vain jonkin verran merkitystä oppimisessa. Loput harvoin tehneet olivat sitä mieltä, että harjoittelulla on melko paljon tai huomattava merkitys. Lisäksi eräs haastateltava oli sitä mieltä, että ei ole varma että auttaako harjoittelu välttämättä ihan kaikille, mutta suurin osa lapsista kuitenkin hyötyy harjoittelusta.

Taulukko 4 Sensomotorisen harjoittelun merkitys oppimisessa vastaajien mielipidejakaumat

Sensomotorisen harjoittelun merkitys oppimisessa	f	%
Jonkin verran merkitystä	2	10
Melko paljon merkitystä	11	58
Huomattava merkitys	6	32
Yhteensä	19	100

Vastaajat pohtivat myös arvioidessaan sensomotorisen harjoittelun merkitystä, että he eivät voi olla varmoja, että mikä on muiden opetusmenetelmien osuus oppimisessa. Kuitenkin vastaukset olivat hyvin samansuuntaisia ja haastateltavien havainnot sensomotorisen harjoittelun merkityksestä eivät poikenneet toisistaan. Harjoittelua säännöllisesti toteuttaneet opettajat olivat tehneet hyvin samansuuntaisia huomioita

sensomotorisen harjoittelun merkityksestä.

5 Tulosten tarkastelua ja pohdintaa

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää mitä mieltä opettajat ja lastenhoitajat ovat sensomotorisesta koulutuksesta ja sensomotorisen harjoittelun merkityksestä lapsen oppimisessa. Lisäksi tutkimuksen tarkoituksena oli saada tietoa, mitä mieltä opettajat ja lastenhoitajat ovat sensomotorisen harjoittelun tulevaisuudesta. Tutkimukseen osallistui kuusi alakoulun opettajan ja kymmenen lastentarhanopettajan ja kolme lastenhoitajan ammatissa toimivaa työntekijää. Haastateltavia oli yhteensä 19. Sensomotoriseen koulutukseen osallistuneille lähetettiin ennen yhteydenottoa sähköpostia tutkimusaiheesta. Lisäksi tutkija otti puhelimitse yhteyttä haastattelupaikkoihin. Tämän tutkimuksen perusteella voidaan päätyä sellaisiin johtopäätöksiin, että sensomotorista koulutusta pidettiin antoisana. Koulutukseen osallistujat olivat sitä mieltä, että koulutus antoi välineitä havainnoida ja ymmärtää lapsen kehityksessä olevia tekijöitä. Erittäin tärkeänä pidettiin sitä, että koulutettuja olisi enemmän ja että kaikki lasten parissa työskentelevät tietäisivät koulutuksessa esille tulleista asioista.

Tutkimuksen ajankohta on hyvä sillä enemmistön haastateltavista mielestä oppimisvaikeudet ovat lisääntyneet heidän työuransa aikana. Etenkin keskittymisvaikeudet ja tarkkaavaisuuden ongelmien uskottiin lisääntyneen. Toisaalta vastauksissa tuli ilmi, että oppimisvaikeuksien diagnosointi on parantunut viime aikoina.

Koulutuksen tavoitteena oli antaa koulutetuille tietoa oppimis- ja keskittymiskyvyn ongelmista sekä konkreettisia harjoitteita näiden ongelmien hoitamiseksi. Tämän tutkimuksen perusteella voidaan todeta, että tavoite oli toteutunut. Kaikki vastaajat olivat sitä mieltä, että koulutus oli onnistunut. Koulutuksessa oltiin tyytyväisiä siihen,

että siellä oli sekä teoriaa, että käytäntöä. Koulutus antoi osallistujille tietoa, miten havainnoida lapsen kehityksessä esiin tulleita tekijöitä, jotka voisivat johtaa lasten oppimisvaikeuksiin tulevaisuudessa. E erityisen merkittävänä pidettiin, sitä, että koulutus antoi konkreettisia välineitä käytännön työhön. Lisäksi todettiin, että kun tietää, mitä eri harjoitteista voi havainnoida ja mihin niillä pyritään, se tuo työhön sellaista suunnitelmallisuutta. Monet olivat kokeneet hyväksi käyttää harjoitteita myös välineenä jumppatuokiossa.

Haastateltavat olivat sitä mieltä, että sensomotorisella harjoittelulla on merkitystä oppimisessa. Useimmat olivat sitä mieltä, että keskittymiskykyä ja tarkkaavaisuutta voidaan parantaa tekemällä sensomotorisia harjoituksia. Ne, jotka olivat tehneet harjoittelua säännöllisesti, olivat sitä mieltä että sensomotorista harjoittelulla voidaan vaikuttaa edistävästi myös sosiaalisiin vuorovaikutus taitoihin. Lisäksi opettajat olivat tehneet havaintoja, että lasten käsialat olivat parantuneet harjoitteiden aikana. Päiväkodeissa oli huomioitu, että lasten motoriset taidot olivat parantuneet huomattavasti harjoitelleilla lapsilla.

Haastateltavien mielestä lapset pitivät kovasti sensomotorisesta harjoittelusta. Sensomotorista harjoittelua tehneet opettajat olivat sitä, mieltä, että kun alussa tekee töitä, niin lopulta lapset tykkäävät harjoittelusta. Päiväkodeissa oli huomioitu, että aikuisia pitää olla riittävästi. Eräässä päiväkodissa harjoittelua oli tehty viisivuotiaiden kanssa pienryhmässä. Tämä oli ollut erittäin hyvä kokemus. Opettajat olivat yleensä sitä mieltä, että harjoitukset olisi hyvä aloittaa viisivuotiaana ja niitä olisi hyvä tehdä säännöllisesti ainakin se kaksi vuotta, jotta niistä saisi parhaan mahdollisen hyödyn. Jotkut liikkeet olivat pienemmille lapsille vaikeita ja todettiin, että liikkeitä voi soveltaa sopivammaksi pienemmille. Liikkeitä voidaan esimerkiksi pilkkoa osiin. Vastauksista tuli ilmi, että on liikkeitä, jotka sopivat pienemmille hyvin kuten esimerkiksi ryömimis-

ja konttaamisharjoitukset. Opettajien mielestä koulussa harjoitteluun voi yhdistellä erilaisia asioita esimerkiksi lukemista tai matematiikkaa, josta lapset kovasti pitivät. Haastateltavien mielestä liikkeet eivät olleet myöskään vaikeita ohjata. Haastateltavat olivat tehneet sellaisen havainnon, että sellaiset lapset, joiden oli vaikea tehdä liikkeitä, eivät pitäneet harjoitteista. Yleensä näillä lapsilla oli myös oppimisen ongelmia.

Mielenkiintoista oli huomata se, että sellaiset haastateltavat, jotka olivat harjoitelleet liikkeitä säännöllisesti, olivat myös, sitä mieltä, että harjoittelulla on huomattava merkitys lapsen oppimisessa. Haastateltavista enemmistö oli harjoitellut säännöllisesti, mikä kertoisi, että he kokevat sensomotorisen harjoittelun merkityksellisenä oppimisessa. Kukaan haastateltavista ei ollut sitä mieltä, että harjoittelulla ei olisi merkitystä oppimisessa.

Harjoittelun vaikutukset lapsissa näkyivät etenkin oppimis- ja keskittymiskyvyn parantumisenä, lisäksi havaittiin lukemisen, kirjoittamisen sekä sosiaalisen vuorovaikutuksen parantuneen. Havaittu harjoittelun tulos vastaa siis ohjelman suunnittelijoiden sille asettamia tavoitteita.

Lasten myöhempi oppimispolulla menestymisen seuranta vaatisi pitkittäistutkimusta, mitä tämän tutkimuksen lyhyessä aikaperspektiivissä ei ole mahdollista toteuttaa. Sensomotorista harjoittelua tehneiden työntekijöiden kokemusten perusteella voidaan olettaa, että harjoittelulla on positiivisia vaikutuksia lasten oppimis- ja keskittymiskykyyn. Sensomotorisen harjoittelun positiivisesta vaikutuksesta oppimis- ja keskittymiskykyyn voidaan myös vetää johtopäätökset, että nyt harjoitelleilla lapsilla on alkutilannetta paremmat mahdollisuudet suoriutua myöhemmistä oppimistavoitteistaan. Tämän tutkimuksen perusteella voitaisiin suositella sensomotorista koulutusta lasten parissa työskenteleville.

Lähdeaineisto

1. Esite 2008, Suur-Helsingin Sensomotorinen Keskus
2. Haastattelu Suur-Helsingin Sensomotorinen Keskus: Nina Aloapeus-Laurinsalo sekä Veli Laurinsalo
3. RAY julkaisu 2006

Liite 1 Teemahaastattelun kysymykset

(ANONYMINIMI ja haastattelupäivämäärä)

1. Mikä koulutus sinulla on?
2. Miten kauan olet toiminut opettajana?
3. Onko luokkasi tavallinen vai erityisluokka?
4. Montako lasta luokallasi on?
5. Minkä ikäisiä lapset ovat?
6. Miten oppimis- ja keskittymisvaikeudet ovat (lisääntyneet?/muuttuneet?) sinun työurasi aikana?
7. Millaisena olet kokenut lasten oppimisvaikeudet ennen koulutusta?
8. Muuttiko koulutus käsitystäsi oppimisvaikeuksista, miten?
9. Mitä tukea sensomotoriset koulutukset ovat antaneet työllesi?
(Mihin asioihin koulutuksesta on ollut apua? Anna esimerkkejä käytännöstä!)
10. Mitä välineitä koulutus antaa työllesi?
11. Mitä osa-alueita koulutuksen antamilla välineillä voidaan tehostaa?

Oppimiskyky	
Lukeminen	
Kirjoittaminen: Käsiala	
Kirjoittaminen: Virheiden määrä	
Sosiaalinen vuorovaikutus	
Tarkkaavaisuus	
Keskittyminen	

Muu	

12. Miten lapset ovat suhtautuneet harjoitteluun ja liikkeisiin?
(Millaisena lapset ovat kokeneet liikkeit/sensomotoriikan harjoittelun?)

13. Kuinka intensiivisesti olet harjoitellut?

En koskaan 0 %	Harvoin (1-2 krt. vk.)	Melko usein (joka toinen päivä)	Säännöllisesti (useammin kuin joka toinen päivä)

14. Millaista harjoittelua olette tehneet? Oletteko käyneet koko ohjelman läpi vai osia ohjelmasta?

15. Millaisena olet kokenut liikkeit, ovatko ne vaikeita ohjata?

16. Onko vanhemmilta tullut kommentteja ja havaintoja?

17. Millaisena näet sensomotorisen harjoittelun tulevaisuuden?

18. Millaisena ja missä tällainen sensomotorinen koulutus pitäisi järjestää?

19. Millaista tukimateriaalia kaipaisit oppimisvaikeuksista?

20. Onko opetustyö helpottunut sensomotorisen harjoittelun myötä?

21. Jos olet kokenut, että harjoittelusta on hyötyä, miten tietoa saataisiin laajemmin käyttöön (asiaa näkyvämmäksi)?

22. Missä kehitysvaiheessa tai minkä ikäisenä harjoituksia mielestäsi olisi parasta tehdä?

23. Missä tilanteessa harjoituksia kannattaa tehdä?

24. Milloin niitä kannattaa tehdä (tunnin alussa/miten usein kannattaa toteuttaa)?

Vielä lyhyesti, Valitse 1-5 !

25. Miten kuvailisit, miten tärkeänä pidät sensomotorista harjoittelua oppimisessa?

1=ei lainkaan merkitystä	2=vähän merkitystä	3=jonkin verran merkitystä	4=melko paljon merkitystä	5=huomattava merkitys