

Teksti: Toni Piispanen ja Saku Rikala

Kunnan soveltavan liikunnan kehittämissuunnitelma

Jokaisessa kunnassa tulisi olla soveltavan liikunnan kehittämissuunnitelma, joka toimii kunnassa erityisryhmien liikunnan kehittämisen työvälineenä. Kehittämissuunnitelmien olisi hyvä perustua kunnissa tehtyihin soveltavan liikunnan peruskartoituksiin, joihin kunnat ovat keränneet tietoja soveltavan liikunnan palveluiden nykytilasta, kuten

- arvio erityisryhmiin kuuluvien eli vammaisten, pitkäaikaissairaiden ja toimintakyvyltään heikentyneiden iäkkäiden määrästä kunnassa
- erityisryhmille soveltuvat liikuntatilat
- olemassa olevat ohjaajaresurssit
- erityisryhmille soveltuvat nykyiset liikuntaryhmät sekä omatoimisen liikunnan mahdollisuudet
- käytetyt tiedotus- ja yhteistyökanavat
- koulutustarpeet
- muut kysymykset

Osana peruskartoitusta voidaan toteuttaa yhdistys- ja/tai asiakaskysely. Kartoitus on hyvä esitellä kunnan luottamushenkilöille ja kuntalaisille.

Kuntien erityisliikunnan kehittämissuunnitelmat voivat rakentua seuraavanlaiselle rungolle:

1. LIIKUNTATOIMEN HALLINNONALA

- 1.1 Liikuntatoimen oma ohjaustoiminta ja sen resurssit: Mitä ryhmiä pyritään käynnistämään lähivuosina ja kuka tai ketkä ryhmiä ohjaavat? Mahdollinen erityisliikunnanohjaaja ja/tai muu henkilö sekä mahdolliset oppisopimusjärjestelyt tai vastaavat.
- 1.2 Soveltavan liikunnan järjestötoiminta kunnassa ja sen tukeminen: mitkä järjestöt ja millä tuella organisoivat toimintaa ja mille ryhmille?
- 1.3 Soveltavan liikuntatoiminnan keskeiset tilat: mitkä ovat tärkeimmät käytössä olevat ja soveltuvat liikuntatilat sekä mikä on niiden esteettömyystilanne?
- 1.4 Soveltavasta liikuntatoiminnasta tiedottaminen: esitteet, kalenterit, internetsivut, sosiaalinen media ja vastaavat eli miten toiminnasta kerrotaan kuntalaisille?
- 1.5 Koulutuskysymykset eli miten liikuntatoimi kouluttaa itselleen ja yhteistyökumppaneilleen tarvittavat soveltavaa liikuntaa ohjaavat henkilöt sekä kehittää nykyisten ohjaajien osaamista?

2. SOSIAALI- JA TERVEYSTOIMI

- 2.1 Kuntouttavan toiminnan/liikunnan ryhmätoiminta terveyskeskuksessa ja muissa mahdollisissa toimipisteissä: mitä ryhmiä pyritään saamaan toimintaan aiempien lisäksi?
- 2.2 Laitosten kuntouttavan toiminnan/liikuntatoiminnan kehittämissuunnitelma: millä ohjaajavoimilla saadaan liikuntatoimintaa myös laitosten asukkaille?
- 2.3 Sosiaali- ja terveystoimen henkilöstön koulutussuunnitelma: kuinka osallistutaan oman kohderyhmän liikuntakursseille?

3 KOULUJEN SOVELTAVA LIIKUNNANOPETUS

- 3.1 Kuntakohtainen ratkaisumalli erityisryhmiin kuuluvien oppilaiden liikunnanopetukseen: keitä integroidaan ja keille oppilaille muodostetaan liikunnanopetuksen erityisryhmiä?
- 3.2 Liikuntaa opettavien opettajien täydennyskoulutus: opettajien osallistuminen alan valtakunnallisille kursseille ja omien kurssien järjestäminen.
- 3.3 Kerhojen koulukiintiön käyttö erityisopetuksessa olevien oppilaiden liikunnanopetukseen.

4 MUIDEN HALLINNONALOJEN TOIMINTA ERITYISLIIKUNNASSA

- 4.1 Kansalais- tai työväenopiston liikuntaryhmien lisääminen erityisryhmille: mitä ryhmiä ja millä opettajavoimilla?
- 4.2 Yhteistyö teknisen sektorin kanssa tilojen ja mahdollisten kuljetusten osalta: miten esteettömyyttä kehitetään kunnassa ja tarvitaanko kuljetuksia lähikuntien liikuntatiloihin?
- 4.3 Yhteistyö mahdollisten liikunta- sekä sosiaali- ja terveysalan oppilaitosten kanssa: opiskelijoiden harjoittelut ja oppilaitosten hyödyntäminen ohjaajakoulutuksessa.

5 TOIMINTAORGANISAATIO JA RESURSSIT

- 5.1 Kuntaan perustettava soveltavan liikunnan kehittämistyöryhmä: 4-6 -henkisen ryhmän kokoonpano ja toimintaperiaatteet
- 5.2 Soveltavan liikunnan resurssit vuosibudjeteissa: valmisteluaikataulut kuntatyöryhmälle.
- 5.3 Toiminnan arvioinnin seurantajärjestelmä: vuosiraporttien käsittely liikunnasta vastaavasta lautakunnassa.

Kuntakohtaisen erityisryhmien liikunnan kehittämissuunnitelma sovitetaan aina tekotavan ja laajuuden osalta kunnan omien tarpeiden mukaan. Kehittämissuunnitelmia on tehty muutamien sivujen suppeista ohjelmista suurten kaupunkien laajoihin ohjelmiin. Olennaista ei ole laajuus, vaan sisältö ja sitoutuminen suunnitelmaan. Toteuttamiskelpoisten tavoitteiden kirjaaminen suunnitelmaksi on kunnissa välttämätöntä, koska päätöksenteko tapahtuu kirjattujen suunnitelmien perusteella.

Jos kunnassa toimii poikkihallinnollinen työryhmä, jonka tehtävänä on koordinoida kunnan soveltavaa liikuntaa, kehittämissuunnitelmien teko on hyvä toteuttaa työryhmän ohjauksessa, vaikka suunnitelman kirjoittamisesta vastaisi yksittäinen henkilö. Jos kunnassa ei ole vielä poikkihallinnollista soveltavan liikunnan työryhmää, kehittämissuunnitelman laadinta on hyvä tapa käynnistää työryhmän toiminta. Olennaista on, että tekeminen kytkeytyy järkevällä tavalla liikunnasta vastaavan lautakunnan sekä eri hallinnonalojen muuhun suunnittelutoimintaan.

Suunnitelmaosan alkupuolella on hyvä tuoda esiin kehittämistavoitteet eli minkälaiseen liikuntatoimintaan pyritään lähivuosina. Tavoitteen täsmentämisen ohella tuodaan esiin keinot sekä organisaatiot, joiden kanssa kehitetään uutta toimintaa. Lisäksi todetaan voimavarat, joita tarvitaan liikuntatoimessa ja lähihallinnonaloilla kuin muilla toimijoilla.

Olennaista kehittämissuunnitelman teossa on myös realismi eli se, että ilmoitetut kehittämistavoitteet ovat mahdollisia saavuttaa.

Liikuntatoimen osalta on tarpeen tuoda esiin tavoite omasta ohjaustoiminnasta ja liikuntaryhmistä sekä omatoimisen liikunnan harrastamismahdollisuuksien kehittäminen. Suurin osa liikunnasta tapahtuu kuitenkin ohjatun ryhmäliikunnan ulkopuolella. Uutta liikuntatoimintaa kannattaa käynnistää yhteistyössä vammais-, kansanterveys- ja eläkeläisjärjestöjen sekä liikuntaseurojen kanssa.

Liikuntatoimen oman toiminnan suunnitteluun tulee myös sisällyttää esitys siitä, millä voimavaroilla toimintaa toteutetaan. Keskeistä tuoda esiin erityisryhmien liikuntatoiminnan vastuhenkilö, joka voi olla esimerkiksi kunnan erityisryhmien liikunnanohjaaja tai muu liikuntatoimen työntekijä.

Tiedottamisesta on hyvä tuoda esille tärkeimmät toteutustavat. Yleisin tapa kunnissa on julkaista erityisryhmien liikunnan toimintakalenteria, joka sisältää tiedot keskeisistä liikuntaryhmistä sekä niiden ajoista, paikoista ja yhteystiedoista ja muusta olennaisesta.

Koulutuksesta on hyvä sisällyttää oma kohtansa suunnitelmaan, koska lähes kaikissa kunnissa on tarvetta kouluttaa erityisryhmien liikunnan vetäjiä ja ohjaajia yhdistyksiin, liikuntatoimeen sekä sosiaali- ja terveystoimeen ja mahdollisesti myös muihin organisaatioihin (opistot, koulut jne.).

Suunnitelmaan on myös perusteltua sisällyttää näkemys resurssitarpeesta, mikä tarkoittaa määrärahoja ja henkilöstöä, joita tarvitaan toiminnan toteutuksessa eri sektoreilla. Tämän osan lähtökohtana voidaan pitää perusteluja, että hyvin järjestetty erityisryhmien liikuntatoiminta aiheuttaa säästöjä kunnalle, kun lisääntynyt omatoimisuus ja väestön toimintakyky vähentää hoito- ja kuntoutuskustannuksia.