

PAULI RINTALA

## JOHDANTO

Liikkuminen ja motorinen kehitys ovat olennainen osa lapsen kokonaiskehitystä. Liikkuminen avaa lapselle uusia mahdollisuuksia oppia monia uusia taitoja. Lapsen motorinen kehitys ja sen kautta avautuvat uudet mahdollisuudet ovat pohjana myös sosiaaliselle ja kognitiiviselle kehittymiselle. Uuden oppiminen tapahtuu usein lapsen liikkumisen kautta tai sen avulla. Jos liike puuttuu, lapselta jää monta asiaa kokematta, näkemättä ja oppimatta. Tämä pätee varsinkin alle kouluikäisen lapsen kehitykseen.

Myös liikuntataitojen oppimisella on tärkeä merkitys lapsen kehittymiselle, koska se heijastuu lapsen itsetuntoon ja oman pätevyyden kokemiseen. Hyvät liikuntataidot ovat usein yhteydessä hyväksi koettuun pätevyyteen. Liikuntataitojen puute tai heikkous sitä vastoin saattaa johtaa syrjään vetäytymiseen tai syrjään joutumiseen kaveriporukoista ja pihaleikeistä. Tämä voi olla alku kielteiselle kierteelle, jossa lapsen liikuntakokemusten määrä edelleen vähenee. Tämä kierre voi vahvistua erityisesti silloin kun lapsella on oppimisvaikeuksia samanaikaisesti oppimisen eri alueilla, koska tällöin mahdollisuudet kokea omasta osaamisesta syntyviä myönteisiä tunteita ovat muita lapsia heikommat.

Edellä sanottuun liittyy vastikään Suomessa julkisuuteen tullut ruotsalainen väitöskirjatutkimus (Ericsson 2003). Liikuntatunteja oli lisätty kahdesta viiteen tuntiin kolmen vuoden ajan ensimmäisen, toisen ja kolmannen luokan oppilaille. Tuloksista saatettiin todeta, että lasten motoriset taidot paranivat verrattuna kontrolliryhmään. Positiivinen muutos näkyi erityisesti tasapaino- ja koordinaa-

tiokyvyissä. Lisätty liikunta näytti auttavan lapsia myös äidinkielen ja matematiikan oppimisessa. Tässä tutkimuksessa ei kuitenkaan saatu vakuuttavaa näyttöä siitä, että lasten tarkkaavuus parantuisi liikunnan lisäämisen avulla.

Mikäli lasten motoriset vaikeudet havaitaan riittävän ajoissa, ylimääräisen harjoittelun tai terapian keinoin voidaan edistää lasten oppimisvalmiuksia jo ennen koulun alkamista. Tämä luo mahdollisuuksia lisääntyvien oppimisvaikeuksien kierteen katkaisemiselle. Liikunnallisilla tukitoimilla on merkitystä lapsen myöhemmän elämän kannalta, sillä mitä varhaisemmassa vaiheessa saadaan omaehtoista toimintaa rajoittavat esteet poistettua, sitä useampia vuosia lapsella on aikaa harjaannuttaa taitojaan ja kehittyä sellaiseksi nuoreksi ja aikuiseksi, johon hänellä on edellytyksiä.

Tässä kirjassa lähdetään liikkeelle motoriikasta ja liikunnasta sen laajassa mielessä ja mietitään oppimisvaikeuksia liikunnan kontekstissa. Kaikki kehon liike voidaan lukea liikunnaksi. Usein liikkuja itse viime kädessä määrittelee, onko hänen tekemisensä liikuntaa vai ei. Kirja pyrkii tutustuttamaan lasten parissa työskenteleviä erilaisiin liikunnallisiin mahdollisuuksiin, joilla voidaan olettaa olevan oppimisvaikeuksia ehkäisevää, niiden kanssa elämistä helpottavaa ja jopa niitä kuntouttavaa vaikutusta. Hyvin perustellun tutkimuksellisen näytön antaminen siitä, että liikunta auttaa oppimisvaikeuksien kanssa kamppailevaa lasta ja nuorta, on vaativa tehtävä. Tutkimusnäyttöä tarvitaan lisää. Kuitenkin tämä kirja ja monet käytännön esimerkit ovat saaneet kirjoittajat vakuuttumaan siitä, että liikunta on hyvä väline oppimisvaikeuksien kanssa elävien lasten kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tukemisessa.