



4–6-vuotiaiden hienomotoriikan kehityksen tukeminen: opas vanhemmille

Salla Naskali

Noora Tiala

Opinnäytetyö, AMK

Kesäkuu 2024

Toimintaterapeutin tutkinto-ohjelma (AMK)

Naskali, Salla & Tiala, Noora

4–6-vuotiaiden hienomotoriikan kehityksen tukeminen: opas vanhemmille

Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Kesäkuu 2024, 52 sivua

Toimintaterapeutin tutkinto-ohjelma. Opinnäytetyö AMK.

Julkaisun kieli: suomi

Verkkojulkaisulupa myönnetty: Kyllä

Tiivistelmä

Lasten toimintaterapiayksiköissä on viime vuosien aikana kiinnitetty huomiota lasten neurologisen oireilun lisääntymiseen, johon liittyy myös lapsen hienomotoriikan kehittyminen. Resursseja vähennetään ja supistetaan koko ajan sote-alalla ja joillain hyvinvointialueilla on lasten toimintaterapiassa pitkät jonot. Lapsi saattaa joutua odottamaan lähes vuoden, ennen kuin pääsee toimintaterapiatutkimuksiin ja aloittamaan itse toimintaterapian. Oikeanlaisten harjoitteiden ja selkeiden oppaiden avulla voidaan toimintaterapiakäyntejä jopa joissain tilanteissa vähentää, sillä lapsi pystyy tekemään samoja harjoituksia kotona vanhemman tuella. Lapsi saa oikeanlaisen avun ja toimintaterapeutilta vapautuu lisää aikoja ja jonotusaika toimintaterapiaan lyhenee.

Opinnäytetyön toimeksiantajana oli Päijät-Hämeen hyvinvointialueen lasten ja nuorten kuntoutus. Tutkimuksellisen kehittämistyön tarkoituksena oli tuottaa Päijät-Hämeen hyvinvointialueella lasten ja nuorten kanssa työskenteleville toimintaterapeuteille opas, jonka avulla vanhemmat pystyvät tukemaan lapsen hienomotorista kehitystä lapsen arjen toimintaympäristössä. Oppaan kohderyhmänä ovat ensisijaisesti 4–6-vuotiaat eli alle kouluikäiset lapset.

Opinnäytetyö painottuu sensorisen integraation teoriaan, sillä oppaan sisällön toivottiin pohjautuvan kyseiseen teoriaan. Opinnäytetyössä käydään myös läpi leikin vaikutusta lapsen oppimiseen ja kehitykseen sekä tarkastellaan lapsen normaalia kehitystä.

Avainsanat (asiasanat)

Hienomotoriikka, sensorinen integraatio, leikki, opas

Muut tiedot (salassa pidettävät liitteet)

Liite 1. Kynätaidot haltuun! -opas, sivumäärä 19.

Naskali Salla & Tiala Noora

Supporting the development of fine motor skills in 4–6-year-olds: a guide for parents

Jyväskylä: JAMK University of Applied Sciences, June 2024, 52 pages

Health and welfare. Degree program in Occupational therapy. Bachelor's thesis.

Permission for open access publication: Yes

Language of publication: Finnish

Abstract

In recent years, children's occupational therapy units have paid attention to the increase in children's neurological symptoms, which is also associated with the development of the child's fine motor skills. Resources are being reduced and narrowed down all the time in the health and social care sector, and in some welfare areas there are long waiting times for children's occupational therapy. A child may have to wait almost one year to have occupational therapy examinations and start having occupational therapy. With the help of the right kind of exercises and clear guides, occupational therapy visits can even be reduced in some situations, as the child can do the same exercises at home with the parent's support. The child gets right kind of help, the appointments from occupational therapist are saved and the waiting time for occupational therapy is shortened.

The principal of the thesis was the unit of rehabilitation of children and juveniles in the welfare area of Päijät-Häme. The purpose of the research development work was to produce a guide for occupational therapists working with children and juveniles in the Päijät-Häme welfare area, with which parents will be able to support the child's fine motor development in the child's everyday environment. The target group for the guide will be primarily children aged 4–6, i.e. children under school age.

The thesis focuses on the theory of sensory integration, as it was expected that the content of the guide would be based on that theory. The thesis also reviews the influence of play on a child's learning and development, and it examines child's normal development.

Keywords/tags (subjects)

Fine motor skills, sensory integration, play, guide

Miscellaneous (Confidential information)

Liite 1. Kynätaidot haltuun! -guide, 19 pages.

Sisältö

1	Johdanto	3
2	Motoriset perustaidot ja hienomotoriikka.....	4
2.1	Motoriset perustaidot	4
2.2	Hienomotoriikka lyhyesti	5
2.2.1	Hienomotoriikan kehitys	5
2.2.2	Lapsen hienomotorinen kehitys ikävuosien 4–6 välisenä aikana.....	6
3	Leikki hienomotoriikan kehityksen tukena	7
4	Sensorisen integraation häiriön vaikutus kehitykseen	9
5	Aistijärjestelmien vaikutus kehitykseen	11
5.1	Taktiilinen aistijärjestelmä	12
5.2	Vestibulaarinen aistijärjestelmä.....	13
5.3	Proprioseptiivinen aistijärjestelmä	14
6	Kehittämistyön tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymys	15
7	Opinnäytetyön toteutus.....	16
7.1	Menetelmät.....	16
7.1.1	Tavoitteen määrittely	17
7.1.2	Suunnitteluvaihe.....	17
7.1.3	Toteutusvaihe	18
7.1.4	Päätäminen ja arviointi	19
7.2	Kehittämistyön prosessi	19
7.3	Aineistonkeruu – ja analyysi.....	21
7.4	Teemoittelu	23
8	Kynätaidot haltuun! -opas	24
8.1	Oppaan tekoprosessi.....	24
8.2	Oppaan arviointi.....	26
9	Pohdinta.....	28
9.1	Tulosten tarkastelu.....	28
9.2	Oppaan hyödynnettävyys	30
9.3	Eettisyys ja luotettavuus	30
9.4	Johtopäätökset ja kehittämis ehdotukset.....	31

Lähteet	33
Liitteet	35
Liite 1. Kynätaidot haltuun! -opas.....	35

Kuviot

Kuvio 1. Tutkimuksellisen kehittämistyöprosessin kaavio.....	16
Kuvio 2. Lineaarinen malli. (Toikko & Rantanen 2009, 64, muokattu.)	17
Kuvio 3. Aineiston teemoittelu.	24

Taulukot

Taulukko 1. Opinnäytetyössä käytetty kirjallinen aineisto	22
---	----

1 Johdanto

Lasten toimintaterapiayksiköissä on viime vuosien aikana kiinnitetty huomiota lasten neurologisen oireilun lisääntymiseen, johon liittyy myös lapsen hienomotoriikan kehittyminen. Jotta lapsen kognitio pääsee kehittymään normaalisti, on tärkeää, että motoriset taidot harjaantuvat ja kehittyvät. Kun lapsi oppii uusia taitoja motorisesti, tämä vaikuttaa samalla myös kognition kehittymiseen ja kun lapsen kognitio kehittyy, se edesauttaa hänen motorista oppimistaan. (Veldman ym. 2019). Viiveet ja ongelmat motoriikan alueella voivat olla riski myös muiden, kuten ADHD:n kehittymiselle sekä myös monien muiden neurologisten ja psyykkisten sairauksien puhkeamiselle (Moisio 2022).

Usein vaikeudet motoriikassa voivat piiloutua muiden paremmin tunnettujen kehitysongelmien taakse ja onkin niin, että harvoin motorisen oppimisen vaikeudet esiintyvät lapsella yksinään. Näillä lapsilla motorisen oppimisen vaikeudet menevät päällekkäin muiden oppimiseen liittyvien pulmien kanssa. Näihin pulmiin lukeutuvat muun muassa matemaattiset vaikeudet, tarkkaavaisuushäiriöt sekä kielelliset erityisvaikeudet. Osalla lapsista on myös erilaisia sosiaalisemotionaalisia ongelmia sekä käytöshäiriöitä. Heikentyneiden motoristen taitojen myötä fyysinen aktiivisuus lapsilla vähenee ja tämä on tietenkin suurentunut ylipainoriski. Motoriikan oppimisvaikeus näyttäytyy hienomotoriikassa esikouluikäisillä monella tapaa. Lapsella ei ole mielenkiintoa rakentamis- ja koamisleikkeihin sekä on huomattavissa vaikeuksia käsitellä pieniä esineitä. Lapsella esiintyy myös haasteita askartelussa sekä kynätyöskentelyssä. Havaittavissa myös vaikeuksia tehtävissä, joissa tarvitaan molempia käsiä (paidan napittaminen, saksilla leikkaaminen). Usein lapsella voi esiintyä myös kätsyyden vakiintumattomuutta. (Motoriikan haasteet ja ideat niiden ratkaisemiseksi, 2020.).

Resursseja vähennetään ja supistetaan koko ajan sote-alalla ja ainakin osassa hyvinvointialueista lasten toimintaterapiaan on erittäin pitkät jonot. Lapsi saattaa joutua odottamaan vuoden, ennen kuin pääsee toimintaterapiatutkimuksiin ja aloittamaan itse toimintaterapian. Oikeanlaisten harjoitteiden ja selkeiden oppaiden avulla voidaan toimintaterapiakäyntejä jopa joissain tilanteissa vähentää, sillä lapsi pystyy tekemään samoja harjoituksia kotona vanhemman tuella. Lapsi saa oikeanlaisen avun ja toimintaterapeutilta vapautuu lisää aikoja ja jonotusaika toimintaterapiaan lyhenee.

Toimeksianto opinnäytetyölle saatiin Päijät-Hämeen hyvinvointialueen lasten ja nuorten kuntoutuksen toimintaterapeuteilta. Heille on toteutettu aikaisemmin opinnäytetyö karkeamotoriikasta, joten nyt on tarve myös hienomotoriikkaa käsittelevälle oppaalle. Tavoitteena on tuottaa kotiin jaettava opas alle kouluikäisten lasten vanhemmille, joka sisältää monipuolisesti kotona toteutettavia hienomotoriikkaharjoituksia. Menetelmänä on tutkimuksellinen kehittämistyö, joka sisältää kirjallisen osuuden ja siihen pohjautuvan oppaan. Oppaan sisältöön on tarkoitus tuoda vanhemmille tietoa lapsen hienomotoriikan kehityksestä ja siitä, millä tavoin sitä voidaan tukea ja harjoittaa kotona, jos lapsella on haasteita esimerkiksi kynäotteessa.

Tavoitteena on saada tuotettua helposti luettava ja käytännönläheinen opas vanhemmille, jotta heidän olisi mahdollista ohjata lasta kotona harjoituksissa ja sitä kautta saada lapsen hienomotoriset taidot kehittymään paremmin. Tämän myötä saadaan lisättyä vanhempien ymmärrystä lapsen haasteista ja siitä, miten kokonaisvaltaisesti hienomotoriikkaan liittyvät haasteet vaikuttavat ylipäänsä lapsen toimintaan. Toimintaterapeuttien työtä helpottaa opas, jonka voi antaa lapsen vanhemmille/hooltajille kotiharjoitteiden toteuttamista varten. Toimintaterapeutti tekee harjoitteita lapsen kanssa vastaanotolla, mutta on tärkeää, että tämä jatkuu myös lapsen omassa toimintaympäristössä kuten esimerkiksi kotona. Opinnäytetyö rajataan käsittelemään hienomotoriikkaa sekä toimeksiantajan määrittämää ikäryhmää eli 4–6-vuotiaat.

2 Motoriset perustaidot ja hienomotoriikka

2.1 Motoriset perustaidot

Puhuttaessa motorisista perustaidoista tarkoitetaan yleisiä spesifien lajitaitojen taustalla vaikuttavia taitoja. Nämä taidot voidaan jakaa tasapainotaitoihin, välineenkäsittelytaitoihin sekä liikkumistaitoihin. (Jaakkola 2014, 13–14).

Tasapainotaidot käsittävät karkeasti jaettuna staattiset ja dynaamiset taidot. Staattisella tasapainolla tarkoitetaan tasapainon tai asennon säilyttämistä kehon paikallaollessa (esim. istuminen tuolilla tai seisominen paikallaan). Dynaamisella tasapainolla taasen tarkoitetaan asennon ylläpitämistä kehon liikkuesssa (esim. hyppiminen tai juokseminen). (Jaakkola 2014, 13–14).

Välineenkäsittelytaidot ovat jaettavissa karkea- ja hienomotorisiin taitoihin. Karkeamotorisilla taidoilla tarkoitetaan taitoja, joita tarvitaan suurempien lihasten sekä useiden lihasryhmien säätelyyn. Näiden taitojen tavoitteena on tuottaa voimaa erilaisiin välineisiin ja toisessa tilanteessa pysäyttää välineiden liikkuminen. Tällaisiksi taidoiksi voidaan lukea esimerkiksi heittäminen, potkaiseminen sekä pallon kiinniottaminen. Hienomotorisilla taidoilla puolestaan tarkoitetaan pienempien lihasten ja lihasryhmien taitoja. Näiden taitojen tavoitteena on saavuttaa kontrolloituja sekä tarkkoja liikkeitä. (Jaakkola 2014, 13–14).

Liikkumistaidot tarkoittavat taitoja, joiden avulla ihmisen on mahdollisuus liikuttaa itseään paikasta toiseen. Tyypillisimpiin liikkumistaitoihin voidaan lukea käveleminen ja juokseminen. Jaakkolan (2014) mukaan onkin niin, että kohtaamme elämässämme päivittäin erilaisia fyysisiä haasteita, joista selviäminen vaatii meiltä moninaisia motorisia taitoja ja mitä paremmat motoriset perustaidot omaamme, sen helpompi meidän on selviytyä näistä haasteista. (Jaakkola 2014, 13–14).

2.2 Hienomotoriikka lyhyesti

Tarvitsemme hienomotorisia taitoja päivittäisissä tehtävissä enemmän kuin tulemme ajatelleeksi, kuten kirjoittamisessa, syömisessä sekä pukemisessa. Hyvät karkeamotoriset taidot edesauttavat hienomotoristen taitojen kehittymistä. Hienomotoriikka tarkoittaa pienten lihasten hallintaa, kuten esimerkiksi käden eri toimintoja. Lapsella hienomotorisia taitoja voidaan tutkia testaamalla käden taitoja. (Vilén, Vihunen, Vartiainen, Sivén, Neuvonen & Kurvinen 2011, 141).

2.2.1 Hienomotoriikan kehitys

Ympäristöllä on suuri vaikutus myös lapsen hienomotoristen taitojen kehittymiseen (Pihko, Haataja & Rantala 2014, 29). Vastasyntyneellä lapsella kädet ovat vielä hellästi nyrkissä. Tarttumishajaste nousee selkeästi esiin terveillä vastasyntyneillä ja vaimenee sekä häviää pikkuhiljaa asteittain, kun lapsen käsien aktiivinen tarttuminen sekä irrottaminen kehittyvät. Muutaman kuukauden ikäinen lapsi alkaa tutkimaan ja viemään käsiään suuhun sekä liikuttelee käsiään jo monipuolisesti. Viiden kuukauden iässä lapsi tarttuu leluun aktiivisesti ja yleisesti viimeistään kuuden kuukauden iässä lapsi osaa vaihtaa lelua kädestä toiseen. Tässä kohtaa lapsi myös kiinnostuu tutkimaan ympäristöään käsissä olevien esineiden avulla. Hän saattaa esimerkiksi koputtaa esineitä pöytää vasten. Pienen lapsen sormien tarkkuus sekä eriytynyt käyttö kehittyvät kovaa vauhtia ja lapsi poimiikin

mielellään pieniä esineitä peukaloetusormiotteella 8–10 kuukauden iässä. Pinsettiote kypsyy lapsen ollessa noin 11–12 kuukauden ikäinen. (Pihko ym. 2014, 29.)

Toisen ikävuotensa aikana lapsi kiinnostuu enenevässä määrin tutkimaan sekä kokeilemaan erilaisen esineiden ja lelujen toimintaa. Tässä kohtaa myös silmien ja käsien yhteistyö harjaantuu. Toisen ikävuoden aikana lapsi alkaa myös raapustella kynällä paperille. Keskimääräisesti neljän ikävuoden tietämällä lapsi piirtää tunnistettavan ihmishahmon, jolle lapsi piirtää pään sekä jalat. 5-vuotiaan ihmispiirroksella on jo erillinen vartalo, pää ja raajat. 6-vuotiaan ihmispiirroksessa nähdään jo useita yksityiskohtia, kuten esim. vaatteet ja erilaiset yksityiskohdat kasvoissa. (Pihko ym. 2014, 29.)

Lapsen tapa hahmottaa maailmaa kulkeekin käsi kädessä piirtämisen kehityksen kanssa. Piirrosten avulla voidaan arvioida myös lapsen kognitiivista kehittymistä. Kehitykseen vaikuttavat kuitenkin myös kulttuuriset ja sosiaaliset tekijät. Piirustusten tarkastelua voidaankin hyödyntää yhtenä osa-alueena lapsen kehityksen havainnoinnissa. (Vilén ym. 2011, 142–143.) Kynäote eli niin sanottu dynaaminen kolmisormiote vakiintuu keskimäärin lapsen ollessa 5–6 vuoden ikäinen. Saksia lapsi oppii käyttämään yksinkertaisten muotojen leikkaamiseen keskimäärin viiden vuoden iässä. (Pihko ym. 2014, 29.)

2.2.2 Lapsen hienomotorinen kehitys ikävuosien 4–6 välisenä aikana

Yleensä 4-vuotias viettää aikaa mielellään pitkäänkin erilaisten kynien, siveltimien, saksien sekä muovailuvahojen parissa. Lapsi kokee iloa puuhailusta eikä lopputulos ole tässä kohtaa niin tärkeä. Nelivuotias nauttii oikeiden työvälineiden käytöstä. (4-vuotias, 2013, 9). Useimmat 4-vuotiaat lapset hallitsevat saksien käytön. Saksien käytön lisäksi nelivuotias osaa piirtää neliön mallista sekä ihmispiirroksen, jossa esiintyy kolme kehon osaa eli raajat, vartalo ja pää. (Ojanen ym. 2011, 128, 130). Moni 4-vuotias lapsi osallistuuikin jo mielellään kotitöihin, kuten tiskaamiseen, leipomiseen, kukkien kasteluun, kokkaamiseen sekä pöydän kattamiseen. Lapsella säilyy motivaatio sekä tekemisen ja yrittämisen ilo, kun häneltä odotetaan vain hänen kykyjensä mukaisia asioita. (4-vuotias, 2013, 15).

Useat 5-vuotiaat osaavat piirtää tähden, kolmion ja jäljentää mallista numeroita. Ihmisperroksen 5-vuotias piirtää jo paljon eri yksityiskohtia. Hän osaa usein myös kirjoittaa oman nimensä. (Ojanen ym. 2011, 128, 130).

Monelta 6-vuotiaalta onnistuu jo kengännauhojen sitominen. Tämän lisäksi 6-vuotiaan piirroksissa nähdään ihmiselle piirrettynä jo useita eri yksityiskohtia. (Pihko ym. 2014, 29.) Kuusivuotias lapsi malttaa jo keskittyä aiempaa paremmin sekä hän jaksaa työskennellä yhtäjaksoisesti siihen asti, kunnes tehtävä on hänen mielestään saatu valmiiksi. Erilaiset keskittymistä vaativat askareet valmentavat lasta koulutaipaleelle. (6-vuotias, 2013, 8).

3 Leikki hienomotoriikan kehityksen tukena

Mitä leikki on? Leikin merkitys lapsen kehitykselle on korvaamaton. Leikin avulla lapsi tutustuu ja omaksuu tietoa ympäröivästä maailmasta. Lapsen kokemat asiat sekä erilaiset havainnot heijastuvat leikkeihin ja leikin maailmassa lapsi voi itse päättää mitä sekä miten. Leikki toimii lapsella myös itseilmaisun välineenä sekä opettaa lasta ottamaan toiset huomioon. Leikki kuljettaa lapsen mielikuvitusmaailmaan, johon hän kuitenkin tuo mukanaan asioita todellisesta maailmasta. Se on määrätietoista puuhailua ja siihen liittyy selkeä alku ja loppu. Leikki kehittää ideointia, ongelmanratkaisukykyä sekä luovaa ajattelua. (Helenius & Lummelahti 2013, 61).

Helenius ja Lummelahti (2013) nostavat kirjassaan esiin, kuinka leikin erilaiset muodot ohjaavat lapsen toimintaan, joka jättää jälkensä keskushermostoon sekä kehittää lapsen taitoja ja kykyjä. Leikillä on myös monia merkityksiä persoonallisessa kehityksessä sekä oppimisessa. (Helenius & Lummelahti 2013, 14–15.) Leikin voidaankin määritellä olevan toimintaa kuvitteellisessa tilanteessa. Pieni lapsi elää hetkessä, tässä ja nyt. Hän ei kykene mielessään vielä kuvittelemaan muuta. (Helenius & Lummelahti 2013, 61.)

Leikin tutkijatkaan eivät ole täysin pystyneet osoittamaan sitä, mitä leikki on ja mikä sen merkitys lapselle todellisuudessa on. Yleensä leikin selittäminen on yhteydessä viitekehukseen, josta leikkiä tarkastellaan. Leikki on vapaata sekä vapaaehtoista eikä lasta voida pakottaa leikkimään, vaan leikin aloite on aina lapsesta itsestään lähtöisin. Leikki toimii suhtautumistapana todellisuuteen. Siinä voidaan tehdä asioita, jotka eivät todellisuudessa olisi mahdollisia. (Vilén ym. 2011, 473–474).

Vilén ja kumppanit (2011) nostavat kirjassaan esille, kuinka leikin maailmassa voidaan muuttaa todellisuutta. Leikin yhteydessä asiat ja välineet voivat muuttaa muotoaan ja olla jotain aivan muuta, kuin mitä ne todellisuudessa ovatkaan. *”Leikissä kaikki on mahdollista, jos leikkijät niin sopivat.”* (Mts. 474.)

Lapsen leikkiessä monipuolisesti motoriikka kehittyy ikään kuin sivutuotteena. Esimerkiksi nuken pukeminen harjoittaa hienomotoriikkaa ja vahvistaa lapsen silmä-käsiyhteistyötä. (Ojanen, Ritmala Sivén, Vihunen & Vilen 2016, 202). Lasten terapeuteista useimmat ovat yhtä mieltä siitä mikä leikin arvo on lapselle, mutta leikin määritelmästä on eriäviä mielipiteitä. Määritelmiä leikille on nautinnollisuus, sisäinen motivaatio, spontaanisuus, sisäinen kontrolli, mielikuvituksellisuus, vapaus ulkoisista säännöistä tai on aktiivista toimintaa, jolle tunnusomaista on keskittyminen keinoihin eikä päämääriin. Jos ajattelemme, että leikki on lapsen luonnollinen itseilmaisun, ongelmanratkaisun ja luovuuden väline ja tämän vuoksi olennaista lapsen kehitykselle sekä henkiselle hyvinvoinnille, on tärkeää, että osaamme selkeästi perustella, miksi uskomme näin. (Stagnitti 2009, 22–23).

Onnistunut osallistuminen leikkitapahtumaan riippuu paljon lapsen kehityksellisestä kypsymisestä ja leikki heijastaa lapsen kehitystaitoja. Näitä taitoja ovat kognitiiviset, motoriset ja sosiaaliset leikkitaidot. Kognitiiviset leikkitaidot antavat lapselle mahdollisuuden käyttää erilaisia leikkiin liittyviä materiaaleja mukautuvammin ja yksityiskohtaisemmin sekä hyödyntämään erilaisia leikkimahdollisuuksia. Motorisissa leikeissä lapsella taas on puolestaan mahdollisuus kehittää karkea- ja hienomotorista koordinaatiota, joka auttaa häntä hallitsemaan kehoaan paremmin. (Stagnitti 2009, 23–24).

Jotta lapsen kehitys etenee normaalisti, on välttämätöntä, että myös leikkitaidot kehittyvät. Leikin avulla lapsi oppii hahmottamaan, miten ryhmässä toimitaan ja leikki myös kehittää lasta monipuolisesti. Kiinnostus leluihin alkaa jo vauvaiästä ja noin puolivuotiaana lapsi tutkii niitä jo aktiivisesti. Rytmileikit, laulut ja lorut ovat yleensä mieluisia ja lapset tuovat esiin innostustaan liikehtimällä musiikin tahtiin. (Haataja 2018).

Lapsen itsenäisen liikkumisen kehittyessä, on luontaista olla utelias ja tutkia aktiivisesti ympäristöään. Laatikoista löytyvät kattilat, erilaiset kengät ym. kiinnostavat ja innostavat lasta. Ympäristön vuorovaikutus auttaa lasta kehittämään omia hienomotorisia taitojaan. Kaksivuotiaana lapsi alkaa

yhä enemmän tutkimaan ja kokeilemaan lelujen ja esineiden yksityiskohtia ja toimintoja. Toistot, yritykset ja erehdykset harjaannuttavat silmä-käsiyhteistyötä. Kynänkäyttö alkaa myös kiinnostamaan kaksivuotiaana ja lapsi mielellään raapustaa paperille aina tilaisuuden tullen. Noin kolmevuotiaana lapsi osaa jo piirtää mallista ympyrän, nelivuotiaana ristin, viisivuotiaana neliön ja kuusivuotiaana kolmion sekä numeroita ja kirjaimia mallin kautta. Pöytätehtäviin liittyvä kiinnostus lapsella on yksilöllistä ja siihen vaikuttaa paljon aikuisen ohjaus sekä ympäristön antamat esimerkit. Noin 5–6 vuoden iässä vakiintuu kynän dynaaminen kolmisormiote ja viisivuotiaana lapsi oppii leikkaamaan yksinkertaisia muotoja saksilla. (Haataja 2018).

Lapsen käteisyyden vakiintuminen on vaihtelevaa, mutta noin viiden vuoden iässä nousee yleensä esiin, onko lapsi oikea- vai vasenkätinen. On toki mahdollista, että lapsi on molempikälinen eli ettei selkeää käsidominanssia ole, mutta tällaista esiintyy hyvin pienessä osassa väestöstä. Kun lapsi keskittyy tekemään tarkkuutta vaativaa hienomotorista työskentelyä, hänellä saattaa samanaikaisesti esiintyä erilaisia assosiativisia liikkeitä, kuten kielen liikuttelua. Tämän tulisi kuitenkin väistyä seitsemän vuoden iässä, kun hienomotoriset toiminnot automatisoituvat. (Haataja 2018).

4 Sensorisen integraation häiriön vaikutus kehitykseen

Hyvin usein lapsella, jolla on haasteita hieno- tai karkeamotoriikassa saattaa olla taustalla jonkinasteinen sensorisen integraation häiriö. Tämä tarkoittaa siis sitä, että aivot eivät toimi luonnollisella ja tehokkaalla tavalla, vaan jokin toimii huonosti. Puhuttaessa ”sensorisesta” tarkoitetaan, että aivoissa tapahtuva heikkous, koskee juuri aistijärjestelmiä. (Coleman & Mailloux 2008, 87).

Ihmisen älyllinen oppiminen ja sosiaalinen käyttäytyminen saa perustansa sensorisesta integraatiosta ja jos aistitiedon käsittelyssä ilmenee häiriötä, on kyseessä aivojen toimintahäiriö. Tästä voi seurata monenlaisia oireita: levottomuutta, arkuutta, kömpelyyttä ja kiukkuisuutta. Sosiaaliset ongelmat ja kouluoppimisen vaikeudet ovat yleensä seurauksia näistä häiriöistä. (Coleman & Mailloux 2008, 28–30).

Coleman ja Mailloux, (2008, 88) ovat hyvin kuvanneet kirjassaan, miten sensorisen integraation häiriötä voidaan verrata liikenneuhkaan aivoissa. Jotkin aistitiedon osat ovat juuttuneet ruuhkaan ja tämän vuoksi tietyt aivojen osat eivät saa aistitietoa, jotta ne kykenisivät suoriutumaan

niille annetuista tehtävistä. Tätä kutsutaan aistimusten käsittelyn eli sensorisen integraation häiriöksi.

SI eli sensorinen integraatio on aivoissa tapahtuvaa toimintaa, jota ihminen ei tiedosta. Ihmisellä on kahdeksan aistia (maku, näkö, kuulo, tunto, haju, liike, painovoima ja asento) joiden tietoa sensorinen integraatio jäsentää. Se myös valitsee kaikesta tiedosta sen, johon tulee sillä hetkellä keskittyä (esim. opettajan puheen kuunteluun keskittyminen ja ympäriltä kuuluvan metelin pois sulkeminen). Adaptiivinen eli tarkoituksenmukainen toimintareaktio kokemaamme tilanteeseen mahdollistuu sensorisen integraation toimesta. (Coleman & Mailloux 2008, 28–30).

Sensorisen integraation häiriöiden haittoja aivojen toiminnalle voidaan verrata siihen, miten ruoansulatushäiriö vaikuttaa suoliston toimintaan. Aivot eivät kykene käsittelemään tai jäsentämään aisti-impulssien tulvaa niin, että ihminen saisi onnistunutta ja täsmällistä tietoa omasta kehostaan ja ympäristöstään. Tällöin, kun aistitiedon käsittely ei toimi niin kuin sen pitäisi, aivot eivät kykene myöskään ohjaamaan kehon toimintoja tehokkaasti. Eli toisin sanoen sensorinen integraatio ei toimi hyvin, joka puolestaan vaikuttaa siihen, että tulee oppimisvaikeuksia, itseluottamus on puutteellista ja ihan tavallisen elämän tuomien vaatimusten sekä stressin sieto on heikkoa. (Coleman & Mailloux 2008, 87).

SI-häiriöinen lapsi ei kuitenkaan tarkoita sitä, että hänellä olisi jokin rakenteellinen aivovamma. Useimmat neurologit eivät ole välttämättä löytäneet SI-häiriöisestä lapsesta mitään vikaa, sillä neurologit pyrkivät yleensä löytämään rakenteellisia vikoja aivoista tai esimerkiksi kasvaimia tai muita sairauksia. SI-häiriö ei siis ole sairaus eikä se pahene iän myötä, vaikka sen vaikutukset lapsen elämään saattavat ajan kanssa muuttua hyvin rajoittavaksi. Lastenneurologit tuntevat tämän häiriön ja osaavat ottaa sen huomioon. (Coleman & Mailloux 2008, 88).

Oppimisvaikeudet ja kehityshäiriöt voivat tuki johtua monesta muustakin syystä ja SI-häiriö on vain yksi tekijä. Lapsella, jolla on kyseisiä haasteita, saattaa usein olla myös kielellisiä ongelmia, toiminnan hallinnan ongelmia ja muita psykologisia ongelmia. Tähän voi joidenkin lasten kohdalla auttaa tarkan ruokavalion noudattaminen, sillä lapsen aivot eivät välttämättä kykene käsittelemään joitakin biokemiallisia yhdisteitä, niin kuin normaalisti aivot kykenisivät. SI-häiriö, oppimisvaikeudet ja kehityshäiriöt eivät myöskään tarkoita, että lapsi olisi kehitysvammainen tai muuten älyllisesti heikkolahjainen. Yleisesti lapsen älykkyys on täysin normaalilla tasolla tai joissain tapauksissa jopa

sitä paremmalla. Kun lapsella aistitiedon käsittely on heikkoa, se useimmiten näkyy vaikeutena ideoinnissa, opitun yleistämisessä ja muissa kognitiivisissa haasteissa ja tämän vuoksi voi näyttää siltä, että lapsi on älyllisesti heikompi. Useimmiten SI-häiriö ei kuitenkaan ole näin vaikea-asteinen eikä kaikilla lapsilla ole oppimisvaikeus- tai kehityshäiriödiagnoosia. (Coleman & Mailloux 2008, 88–89).

Sensorisen integraation teoria toimii hyvänä viitekehyksenä toimintaterapeuteilla, joiden tulee ymmärtää ja tulkita lapsen häiriöitä kehityksessä. Se antaa erilaista näkökulmaa lapsen käyttäytymisen ymmärtämisessä, tarjoaa ratkaisuja ja menetelmiä käyttäytymisongelmiin sekä tarkkaavaisuuden, motivaation, kommunikaation ja vuorovaikutuksen lisäämiseen. Hienomotoriikan kehittämisessä toimintaterapeutti voi hyödyntää sensorisia strategioita lapsen kanssa työskennellessä. (Yack., Sutton. & Aquilla 2001, 42–45). Hyviä vaihtoehtoja tähän on esimerkiksi sensoriset leikit (suihkepullot ja vesipistoolit, puristeltavat lelut, leipominen, palapelit ym.), lisäämällä kirjoitusvälineisiin pidikkeitä ja paksunnoksia, jotta lapsen on niihin helpompi tarttua, painoliivin käyttö, jos lapsen tarkkaavaisuutta ja kehon asennon tietoisuutta on syytä lisätä tai jos lapsen kehontietoisuus on kehittymässä painorannekkeiden käyttö voi auttaa. Jos lapsi reagoi herkästi käsiin tuleviin aistikokemuksiin, voi auttaa, jos käsiä hieroo ennen hienomotoriikan harjoitteiden aloittamista, mutta jos taas lapsi välttelee käsien koskettamista, voi toimintaterapeutti käyttää hanskoja sensorisen leikin ajan. (Yack ym. 2001, 159–160).

5 Aistijärjestelmien vaikutus kehitykseen

Ymmärtääkseen sensorisen integraation teoriaa, on ymmärrettävä, millaisia tehtäviä eri aisteilla on. Aistit jaetaan kahteen eri luokkaan: kaukoaisteihin ja lähiaisteihin. Kaukoaisteihin kuuluu tunto-, haju-, näkö-, kuulo- ja makuaistit. Nämä aistit ihminen pystyy tiedostamaan ja ne ovat myös jonkin verran hallittavissa. Lähiaisteihin taas kuuluvat vestibulaarinen-, proprioseptiivinen- ja taktilinen aisti. Näitä aisteja ei pysty tiedostamaan eikä hallitsemaan. Sensorisen integraation teoriassa keskitytään pääasiassa lähiaisteihin, vaikka se koskettaakin kaikkia aisteja. Lapsen terve kehitys pohjautuu lähiaisteille ja siksi ne ovat elintärkeitä. (Kranowitz 2015, 53–56).

Tässä luvussa keskitytään tarkemmin edellä mainittuihin kolmeen lähiaistiin, jotka vaikuttavat hienomotoriikan kehitykseen. Tästä opinnäytetyöstä syntyvän oppaan teoria tulee pohjautumaan

sensorisen integraation teoriaan ja oppaan harjoitteet on suunniteltu tuomaan lapselle monipuolisesti aistikokemuksia näistä kolmesta aistijärjestelmästä.

5.1 Taktiilinen aistijärjestelmä

Taktiilinen aistijärjestelmä tarkoittaa tuntoaistia ja se on ihmisen kaikista aistijärjestelmistä laajin ja tämän vuoksi sen vaikutus ihmisen fyysiseen sekä psyykkiseen toimimiseen on voimakas. Reseptorit, jotka havaitsevat kaikki tuntoaistimukset sijaitsevat iholla ja niitä menee kaikkialla kehossa päästä varpaisiin. Tuntoaistimuksia ovat kosketus, paine, lämpö, kylmä, kipu, ihokarvojen liike sekä eri materiaalien koostumus. Taktiilinen aisti siis käsittelee pääasiassa tuntoaistimuksia, jotka tulevat ihon kautta. Taktiilinen aistijärjestelmä kehittyy kaikista ihmisen aisteista ensimmäisenä lapsen ollessa vasta kohdussa. Ennen kuin edes näkö- ja kuuloaistit ovat alkaneet kehittymään, tuntoaisti toimii jo tehokkaasti. (Coleman & Mailloux 2008, 77–78).

Ihminen tarvitsee tuntoaistimuksia koko ajan pystyäkseen toimimaan jäsentyneesti. Tuntoaistimusten kautta saadaan tietoa, jota tarvitaan näköhavaintojen tekemisessä, motorisessa ohjailussa ja kehonhahmotuksessa sekä myös kouluoppimisessa, turvallisuudentunteen saavuttamisessa ja sosiaalisten taitojen kehittämisessä. Taktiilinen aistijärjestelmä jaetaan kahteen osaan. Suojaavaan ja erottelevaan järjestelmään. Suojaavan järjestelmän tehtävänä on varoittaa vaaroista ja sitä tarvitaan selviytymiseen ja kehittymiseen. Ihmisen kuitenkin kehittyessä ja kasvaessa tietoisuus näistä tuntoaistimuksista heikkenee, sillä opimme sietämään erilaisia aistimuksia sekä välttelemään aistimuksia, jotka ovat epämiellyttäviä tai aiheuttavat kipua. Erotteleva järjestelmä taas puolestaan kertoo, että kosketamme jotain tai jokin koskettaa meitä. Tämän järjestelmän avulla pystymme erottamaan, missä kohtaa kehoa kosketus tapahtuu ja onko se kevyttä vai voimakasta. Pystymme myös kosketuksen avulla hahmottamaan esineen koon, muodon, lämpötilan, kovuuden sekä koostumuksen. (Kranowitz 2015, 77–78).

Jos lapsella on aistimusten säätelyn häiriöitä eli esimerkiksi puutteellisesti toimiva taktiilinen aistijärjestelmä, se ilmenee yleensä yli- tai aliherkkänä reagoitina erilaisille tuntoaistimuksille. Yliherkät reagoinnit ovat lapselle ja tämän toiminnalle vakava hermoston toimintahäiriö. Lapsi, joka reagoi yliherkästi on useasti herkkä kosketukselle eikä välttämättä siedä sitä. Vaatteiden tuntuminen iholla, hampaiden harjaaminen tai hiusten peseminen voi olla hyvinkin epämiellyttäviä tuntemuksia ja lapsi saattaa muutenkin olla hyvin aktiivinen eikä pysty keskittymään. (Coleman & Mailloux

2008, 177). Aliherkästi reagoiva lapsi on taas vireystilaltaan alhainen eikä reagoi jokaiseen tuntoaistimukseen. Tähän voi yleensä liittyä myös syömis- ja puhehäiriöitä, koska kielen on hankalaa käsitellä ruokaa tai kehittää ääniteitä. Tämän aistin heikkous hankaloittaa tietoisuuden kehittymistä omasta kehosta sekä motorisen suunnittelun vahvistumista. (Yack ym. 2001, 52).

Lapsi, jolla on häiriö taktiilisessa aistijärjestelmässä laittaa usein kätensä nyrkkiin löysästi tai työntää kädet taskuun, jotta ei saisi tuntoaistimuksia. Tämän vuoksi lapsella on vaikeuksia käyttää esimerkiksi saksia, väriliitujia ja ruokailuvälineitä. Omatoimisuustaidot ovat usein puutteelliset, jonka vuoksi ruokailu on sotkuista, artikulaatio saattaa olla puutteellista ja kielelliset taidot eivät ole kunnolla kehittyneet. Tällöin lapsi käyttää mieluummin eleitä ilmaistakseen asiansa sanojen sijasta, sillä kielen ja huulien hienomotorinen hallinta on vajavaista. (Kranowitz 2015, 89).

5.2 Vestibulaarinen aistijärjestelmä

Vestibulaarinen aistijärjestelmä eli liike- ja tasapainojärjestelmä antaa meille tiedon siitä, missä asennossa olemme. Nämä aistiviestit tulevat niskasta, silmistä ja kehosta, jotka kulkeutuvat keskushermostoon käsiteltäväksi. Tämä järjestelmä kehittyy myös jo lapsen ollessa kohdussa ja se jatkaa kehittymistään koko ihmisen eliniän. Sen avulla tiedämme, olemmeko liikkeessä vai paikallaan ja ovatko esineet ympärillämme paikallaan vai liikkeessä suhteessa kehoomme. Vestibulaarisen järjestelmän reseptorit ovat sisäkorvassa ja aistiviestit kulkeutuvat sen läpi. Tämän ansiosta aistimme painovoiman ja siihen liittyvät muutokset sekä liikkeet. (Kranowitz 2015, 105).

Vestibulaarinen järjestelmä sekä muut aistit toimivat yhdessä jatkuvassa vuorovaikutuksessa ja tämän vuoksi sillä on iso vaikutus useiden taitojen kehittymiselle. Lihaskänteyden ylläpito mahdollistuu vestibulaarisen aistijärjestelmän ansiosta ja sitä kautta ihminen oppii hallinnoimaan liikkeitään sekä kehittämään tasapainoaan ja tämä vaikuttaa vuorostaan bilateraaliseen koordinaatioon ja motoristen taitojen kehittymiseen. Vestibulaarisella aistilla on vaikutusta myös kielelliseen kehitykseen ja näköhavaintokykyyn sillä se toimii muiden aistikanavien jäsentäjänä. (Kranowitz 2015, 113).

Lapsi, jolla on häiriöitä vestibulaarisessa aistijärjestelmässä saattaa reagoida yliherkästi liikkeeseen ja ei pysty sietämään liikettä tai on epävarma painovoimasta, jolloin reagointi kehon ja pään asentojen muutoksiin on yliherkkää. Jos lapsi taas reagoi heikosti liikeaistimuksiin, hän sietää liikettä hyvin ja saattaa kaivata paljon liikettä ja voimakkaita aistituntemuksia. (Kranowitz 2015, 108–109).

5.3 Proprioseptiivinen aistijärjestelmä

Proprioseptiivinen aistijärjestelmä eli asento- ja liikeaisti auttaa ihmistä liikkumaan. Sen reseptorit sijaitsevat nivelissä, lihaksissa, jänneissä ja sidekudoksissa. Proprioseptiivinen aistijärjestelmä kertoo kehojemme asennoista sekä niiden suhteista toisiinsa, muihin ihmisiin ja ympäristöömme. Se tekee yhteistyötä taktiilisen ja vestibulaarisen järjestelmän kanssa ja sen vuoksi niiden tehtävät saattavat olla päällekkäisiä. Näitä ovat esimerkiksi kehonhahmottaminen, motorinen ohjailu ja motoriikan hallinta, liikkeen säätely, asennon hallinta ja turvallisuudentunne. Asiantuntijat puhuvatkin usein taktiilis-proprioseptiivisestä tai vestibulaaris-proprioseptiivisestä aistitiedon käsittelystä, koska nämä kulkevat usein hyvin käsi kädessä keskenään. Taktiilis-proprioseptiivista aistitietoa kutsutaan myös somatosensoriseksi hahmottamiseksi, jolla viitataan samanaikaiseen kosketuksen ja asennon hahmottamiseen. Tätä hahmottamiskykyä tarvitaan päivittäisissä arjen toiminnoissa, kuten kynän pitämisessä kädessä ja samaan aikaan sen painamista oikealla voimakkuudella. Vestibulaaris-proprioseptiivisestä aistista puhuttaessa tarkoitetaan kehon ja pään asennon samanaikaista aistimista. Esimerkiksi palloa heittäessä ja ottaessa kiinni tai portaissa kävellessä tarvitaan tätä aistia. (Kranowitz 2015, 133–135).

Jos saamme liian vähän proprioseptiivista aistitietoa, liikkeemme ovat hitaita ja kömpelöitä ja ne vaatisivat paljon enemmän ponnisteluita. Käsissä olevien proprioseptiivisten aistimusten toimiessa vajaasti eikä viesti kulkisi tarpeeksi hyvin siitä, mitä kädet tekevät, olisi hyvin haastavaa kyetä näyttämään paitaa, ottamaan taskusta tavaroita, avaamaan säilykkeiden kansia tai muistamaan miten vesihana avataan. Lapsella ollessa puutteelliset aistitiedon käsittelyt proprioseptiikassa, se näkyy vaikeuksina kaikessa tekemisessä, jos hän ei pysty katsomaan koko ajan mitä tekee. (Coleman & Mailloux 2008, 78–79).

6 Kehittämistyön tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymys

Menetelmänä meidän opinnäytetyössämme on tutkimuksellinen kehittämistyö, jolla saamme vastattua kehittämistarpeeseen, joka toimeksiantajalta on tullut. Eli tuotamme toimeksiantajan lapsiasiakkaiden vanhemmille jaettavan oppaan lapsen hienomotoriikan harjoitteista ja hyödynnämme tässä kuvailevaa kirjallisuuskatsausta sekä teemoittelevaa analyysiä. Toimeksiantajan toiveesta aihe rajattiin 4–6-vuotiaisiin lapsiin ja koskemaan ainoastaan hienomotoriikkaa sekä siihen liittyviä harjoitteita. Oppaan tarkoituksena on, että vanhemmat voisivat kotona tukea lasta harjoittamaan oikealla tavalla, jotta hienomotoriikka pääsisi kehittymään päivittäisissä askareissa. Tämän pohjalta aloimme muotoilemaan tutkimuskysymystä, joka rajaisi aiheen sopivalla tavalla ja auttaisi meitä löytämään olennaisimmat asiat työhömmme.

Meidän opinnäytetyömme tutkimuskysymys on:

- Kuinka lisätä vanhempien tietoa ja osaamista lapsen hienomotoriikan kehityksen tukemiseen?

Pyyntö opasta varten tuli Hollolan sote-keskuksen lasten ja nuorten kuntoutuksen toimintaterapeuteilta. Heillä oli tarve saada käyttöönsä opas, jota voivat jakaa vanhemmille, joiden lapsella on haasteita hienomotoriikassa, sillä karkeamotoriikasta heillä on jo käytössä vastaavanlainen opas. Kehittämistyön tavoitteena meillä oli tuottaa opas, joka sisältää:

- Tietoa hienomotoriikan kehityksestä ja sen tärkeydestä

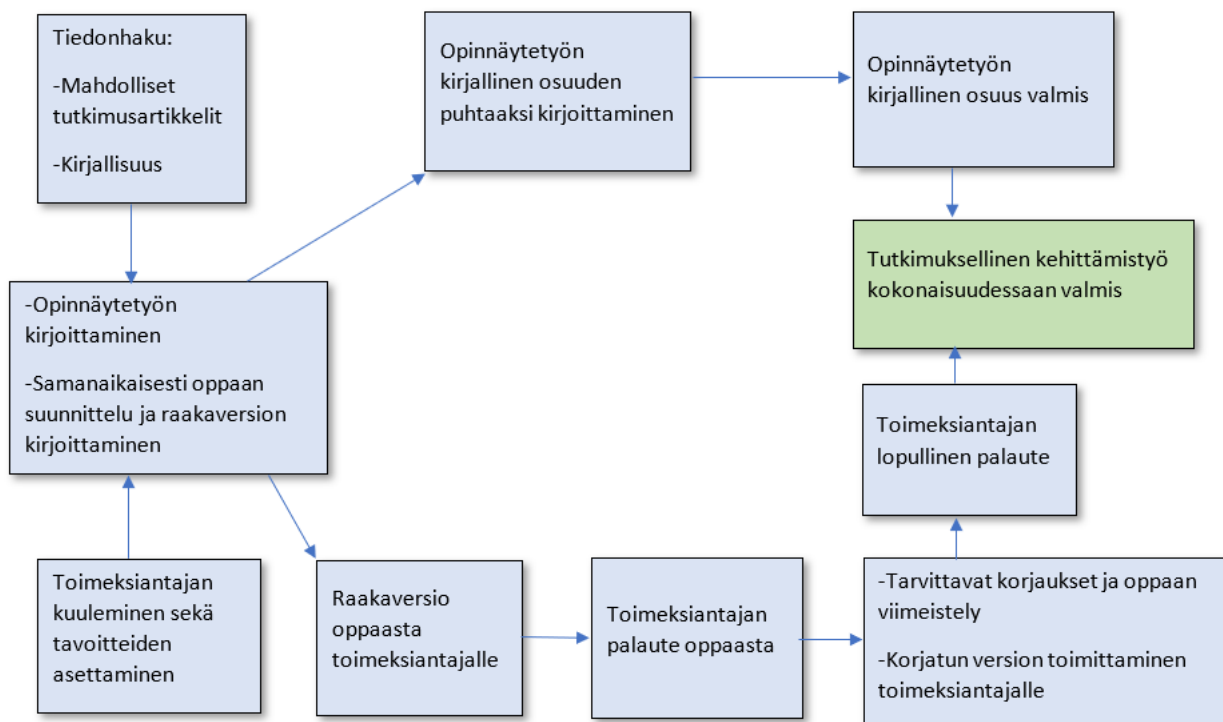
- Millä tavoin leikin kautta voidaan hienomotoriikkaa harjoittaa

- Erilaisia leikkejä ja kotiaskareita, joita lapsi voi kotona harjoittaa.

Tällaista opasta ei lasten ja nuorten toimintaterapeuteilla Hollolan sote-keskuksessa ole vielä käytössä ja siksi tavoitteemme onkin saada aikaan opas, joka helpottaa heidän työtään sekä lisää vanhempien ymmärrystä aiheesta. Lapsen harjoittelu on myös tehokkaampaa, kun se tapahtuu tavallisessa arjessa ja tutussa kotiympäristössä päivittäin.

7 Opinnäytetyön toteutus

Tässä kappaleessa kerrotaan tarkemmin opinnäytetyöprosessista ja sen eri vaiheista. Alapuolelle on liitetty kaavio, joka antaa selkeän käsityksen kaikista prosessin vaiheista, jotka tähän työhön ovat kuuluneet.



Kuvio 1. Tutkimuksellisen kehittämistyöprosessin kaavio.

7.1 Menetelmät

Kun organisaatiossa havaitaan kehittämistarpeita tai muutokselle on tarvetta voi tutkimuksellinen kehittämistyö nousta tarpeelliseksi. Tämä menetelmä usein sisältää ongelman ratkaisua käytännössä, uusien ideoiden syntymistä, erilaisia käytäntöjä, palveluiden toteuttamista ja tuottamista tai ihan tuotteita. Tutkimuksellisen kehittämistyön olennaisin osa on tuottaa uutta tekstiä sekä tietoa. Tarkoituksena on etsiä käytäntöön viettäviä parempia vaihtoehtoja, eikä pelkästään vain selittää tai kuvata asioita. (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2022, 30.)

Valitsimme edetä työssämme lineaarisen mallin mukaisesti. Salosen, Elorannan, Hautalan ja Kinoksen (2017) ajatus on, että tämän tyyppinen malli tuo eheän kokonaisuuden ja tehtävien suorittaminen tapahtuu rationaalisesti ja järjestys on looginen. Näin voidaan todeta, että toteutuksessa

olevat epävarmuustekijät ovat paremmin ennakoitavissa sekä hallittavissa. Myös lähtökohdat kehittämislle ovat täten selkeämpiä ja tarkemmin rajattuja. Kehittämistoimintaan kuuluvat vaiheet voivat silti kulkea limittäin ja olla yhtä aikaa toiminnassa. (Salonen ym. 2017, 52.) Tyypillisimmät vaiheet, joita kehittämistoimintaan kuuluvat ovat: 1. Tavoitteen määrittely, 2. Suunnittelu, 3. Toteutus, 4. Päättäminen ja arviointi (kuvio 2). (Toikko & Rantanen 2009, 64–65).



Kuvio 2. Lineaarinen malli. (Toikko & Rantanen 2009, 64, muokattu.)

7.1.1 Tavoitteen määrittely

Kehittämistyö aloitetaan asettamalla tavoitteet tunnistetulle tarpeelle. Selkeiden ja rajattujen tavoitteiden asettamisella saadaan luotua toimiva projektin perusta. (Toikko & Rantanen 2009, 64.) Aloitimme kehittämistyön määrittelemällä tavoitteet, joka oli tehdä tutkimuksellinen kehittämistyö liittyen lasten toimintaterapiaan. Painopisteenä meillä oli opas, joka tulee konkreettiseen käyttöön lasten ja nuorten kuntoutuksessa. Ehdotus oppaalle tuli suoraan toimeksiantajalta, eikä meidän tarvinnut asiaa harkita kahta kertaa, halutaanko kyseinen toimeksianto ottaa vastaan.

7.1.2 Suunnitteluvaihe

Tässä kohtaa prosessia tarkastellaan projektiin liittyviä mahdollisia riskejä ja jaetaan tehtävät projektin toteuttamisesta vastaavien henkilöiden kesken. Suunnitteluvaiheessa tehdään kehittämissuunnitelmasta kirjallinen esimerkiksi opinnäytetyösuunnitelma, jossa on kerrottu aikataulu, riskien kartoitukset, tiedonhankintamenetelmät ja myös materiaalit ja aineistot. (Toikko & Rantanen 2009, 64–65.)

Teimme suunnitelman, jossa mietittiin projektille aikataulu ohjaamaan meidän työskentelyämme. Selvitimme, minkälaista tietoa aiheesta löytyy ja miten se on hyödynnettävissä meidän työhömmme.

Teimme hakuja tietokantoihin ja etsimme tutkimusartikkeleita koskien hienomotoriikan kehitystä. Näiden hakujen tulokset kuitenkin osoittivat, ettei meidän tarpeisiimme löytyvää materiaalia ole hyödynnettävissä tietokannoista, sillä kaikki hakutulokset käsittelivät jotakin vammaa tai sairautta. Päädyimme sen jälkeen etsimään kirjallisuudesta aineistomme, jota saimmekin hyvin kasaan. Tämän vuoksi aineiston analyysimenetelmäksi valikoitui teemoittelu, joka toimii parhaiten silloin, kun aineistona on pelkkää kirjallisuutta.

7.1.3 Toteutusvaihe

Kun suunnitteluvaihe on tehty, siirrytään toteutusvaiheeseen, jossa aletaan tuottamaan tuotosta, josta suunnitelma on tehty, esimerkiksi opas ja huolehditaan oppaan käyttökelpoisuudesta (Toikko & Rantanen 2009, 65). Aloitimme oppaan työstämisen, tutkimalla kirjallisuutta ja keräämällä tietoa hienomotoriikan kehityksestä, ja ylipäänsä lapsen kehityksestä.

Suoritimme toteutusvaiheessa kuvailevan eli narratiivisen kirjallisuuskatsauksen, jonka avulla haimme tietoa tutkimuskysymykseemme kirjallisuudesta. Narratiivinen kirjallisuuskatsaus on humanistisessa tutkimusperinteessä erittäin käytetty tapa. Sen perusta pohjautuu siihen, että selvitetään, mitä aiheesta jo tiedetään ja mitkä ovat kyseisen asian keskeiset käsitteet sen sijaan, että selvitettäisiin tutkimusaiheen yleisyyttä. Tämän tyyppisessä menetelmässä tavoitteena on ymmärtää käsiteltävä asia sekä perustella luotettavasti ilmiön ymmärtäminen. Perustana ymmärtämiselle voi olla ilmiön kyseenalaistus, tunnistus kuin vahvistuskin tai esimerkiksi, että nostetaan esiin aiempien tutkimusten herättämät kysymykset, ristiriidat ja tietoaikat. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus kasvattaa tutkijan tietämystä aiheesta kehämäisesti, sillä katsausta tehdessä luetaan analysoitavaa tutkimusaineistoa. (Vilka 2023, 21–22).

Valmistimme toteutusvaiheessa raakaversioiden oppaasta, joka annettiin toimeksiantajille arvioitavaksi. Saimme hyvää palautetta ja kiitosta erityisesti visuaalisuudesta. Jonkin verran tuli myös korjausehdotuksia, jotka toteutimme kuten toimeksiantaja toivoi. Korjausten ja muokkausten jälkeen palautimme oppaan vielä tarkastettavaksi ja tämän jälkeen saimme hyväksynnän lopullisesta oppaasta.

7.1.4 Päätäminen ja arviointi

Tämä on viimeinen vaihe lineaarisessa mallissa. Projekti päätetään ja arvioidaan eli tehdään loppuarviointi sekä esitetään mahdolliset jatkoideat. Projektin lopettaminen tähdätään tapahtuvan niin kuin se on suunniteltu ja huolehditaan, että tuotos eli opas on kelvollinen ja toimeksiantajalle luovutettavissa käyttöä varten. (Toikko & Rantanen 2009, 64–65.)

Kävimme keskustelua sähköpostien välityksellä toimeksiantajien kanssa, ja he antoivat lopulliselle oppaalle siunauksensa. Opas tulee käyttöön Hollolan sote-keskukseen ja mahdollisesti myös Päijät-Hämeen hyvinvointialueen intranettiin, joka mahdollistaa muidenkin lasten alueella toimivien toimintaterapeuttien hyödyntää opasta.

7.2 Kehittämistyön prosessi

Toimeksiantajalta tuli ehdotus tästä opinnäytetyöstä jo syksyllä 2022, mutta varsinainen opinnäytetyöprosessi alkoi meillä vasta syksyllä 2023. Tämä opinnäytetyö on tutkimuksellinen kehittämistyö. Toikko ja Rantanen (2009) kuvaavat kehittämistyötä muutoksena, jossa tarkoituksena on saada aikaiseksi parempi tai tehokkaampi toimintamalli, kuin mitä aikaisemmin on ollut käytössä. Tutkimukselliseen kehittämistyöhön sisältyvät sekä itse kehittämistoiminta että tutkimuksellinen lähestymistapa. Tutkimusten avulla löydetään uutta tietoa, jota pystytään soveltamaan käytäntöön. Käytännön ongelmilla ja kysymyksillä ohjataan tiedonhakua tutkimuksellisessa kehittämistyössä. Pääpainona tämän tyyppisessä työskentelyssä on kehittämistoiminta, mutta sitä ohjailee tutkimukselliset menetelmät ja asetelmat. Tavoitteena tutkimuksella on konkreettinen tulos ja muutos, mutta samalla on tarkoituksena saada luotettavaa tietoa hyödynnettäväksi. (Toikko & Rantanen 2009, 16, 19–22).

Opinnäytetyömme tarkoituksena on saada aikaiseksi työelämään käytettäväksi annettava opas vanhemmille, joka auttaa heitä tukemaan lastaan hienomotoriikan kehityksessä lapselle tutussa ympäristössä. Toikon ja Rantasen (2009) mukaan kehittämisprosessiin kuuluu erilaisia vaiheita, joita on yhteensä viisi. Ensimmäisenä mietitään perustelut kehittämistoiminnalle ja vastataan kysymyksiin miksi ja mitä kehitetään. Opinnäytetyömme tehtävänä on vastata oikeaan tarpeeseen, joka on noussut työelämästä, jolloin työmme on perusteltua. Käsittelemme myös hyvin ajankohtaista aihetta, sillä hienomotoriikan haasteet ovat enenevässä määrin kasvussa. Toisessa vaiheessa

otetaan käsittelyyn toiminnan organisointi, jossa oleellista on tavoitteiden asettaminen ja niiden hyväksyttäminen. Teimme kirjallisen sopimuksen toimeksiantajan ja ammattikorkeakoulun kanssa opinnäytetyön aloittamisesta. Sopimuksessa tuotiin ilmi sopimusehdot ja opinnäytetyön aihe, johon toimeksiantaja antoi suostumuksensa.

Organisointiin kuuluu lisäksi suunnittelua toteutuksesta sekä sen valmistelua. Nämä toteutuivat opinnäytetyön suunnitelmaa tehdessä. Tähän vaiheeseen kuuluu myös olennaisena määrittää toimijat. Tämän kehittämistyön päätoimijana ovat opinnäytetyöntekijät, oppaan suunnitteluun ja muokkaamiseen osallistuivat kaksi toimintaterapeuttia toimeksiantajalta. Kolmantena vaiheena on itse toteutus oppaasta, tästä puhutaan enemmän luvussa 6.2. Tärkeintä tässä vaiheessa on etsiä työkalut, joiden avulla saavutetaan tavoitteet, eli vastataan toimeksiantajalta tulleeseen toimeksiantoon mahdollisimman hyvin. Neljäntenä vaiheena kehittämisprosessissa arvioidaan tuotos, tästä puhutaan myös tarkemmin luvussa 6.2. Arviointi on tärkeä vaihe, koska toimeksiantajilta saadun palautteen avulla päästään etenemään prosessissa ja saavutetaan asetetut tavoitteet. Viidentenä eli viimeisenä vaiheena on palveluiden ja tuotteiden levittäminen eli toimeksiantaja saa käyttöönsä valmiin oppaan. (Toikko & Rantanen 2009, 56–57).

Oppaan tavoitteiden asettamisen jälkeen, alkoi teoriaperustan tiedonhaku, jolla pyrimme syventämään ymmärrystämme lapsen motorisista taidoista ja niiden kehityksestä, sekä millä lailla leikki vaikuttaa motoriseen kehittymiseen. Tiedonhakua teimme kirjallisuus- ja tutkimushakujen kautta. Näistä kuitenkin päädyimme ottamaan aineistoksi kirjallisuusmateriaalin. Opinnäytetyömme aineisto on ammattikirjallisuutta liikunta-, terveys- ja kasvatusalalta. Hakuprosessissa käytimme Janet Finnaa sekä Päijät-Hämeen alueen Lastu-kirjastojen hakua. Tietoa etsittiin myös Googlen kautta, jonka avulla etsimme samankaltaisia oppaita tai opinnäytetöitä, josta saimme hyödynnettyä lähteitä, jotka käsittelevät samoja aiheita kuin omassa työssämme.

Keskeisimmät käsitteet tiedonhauissa oli lapsi, hienomotoriikka ja motoriset taidot. Tutkimusten rajauksena ja sisäänottokriteerinä oli, että aiheen tulisi käsitellä 4–6-vuotiaiden motorisia taitoja tai hienomotoriikkaa sekä niiden kehittymisen tukemista. Materiaalin tuli olla joko suomenkielistä tai englanninkielistä eikä se mielellään saisi olla yli 10 vuotta vanhempaa.

Saimme suurimman osan materiaalistamme perehtymällä muiden tekemien opinnäytetöiden ja väitöskirjojen lähdeluetteloihin, jota kautta löysimme sopivaa kirjallisuutta sopien omaan aiheeseemme, jota ei omien tekemiemme hakujen kautta löytynyt. Tiedonhakua on tapahtunut koko opinnäytetyöprosessin ajan ja uutta materiaalia on tullut vastaan ihan kirjoittamisprosessin loppuvaiheessakin.

7.3 Aineistonkeruu – ja analyysi

Aloitimme tiedonhakumme opinnäytetyötä varten tekemällä hakuja eri tietokantoihin löytääksemme sopivia tutkimusartikkeleita hienomotoriikan kehityksestä. Tämä osoittautui kuitenkin jo heti alussa hyvin haasteelliseksi ja sopivanlaista aineistoa ei tullut vastaan käyttämillämme hakusanoilla. Jouduimme hyvin pian toteamaan, että meidän tarpeisiimme parhaiten soveltuva tieto löytyy kirjallisuudesta.

Tiedonhaussa hyödynsimme Jyväskylän ammattikorkeakoulun tietokantaa Janet Finnaa sekä Päijät-Hämeen alueen kirjastopalvelu Lastua, jota kautta saimme erilaista ammattikirjallisuutta lainaan työtämme varten. Teimme myös paljon manuaalista tiedonhakua eli tutkimme useita erilaisia opinnäytetyöitä tai väitöskirjoja, joissa oli käsitelty samantyyppisiä aiheita kuin meidän opinnäytetyössämme. Näiden töiden lähdeluetteloiden avulla löysimme aineistoa, jota pystyimme hyödyntämään työssämme. Kaikki kirjat, joita olemme lainanneet ovat luotettavaa aineistoa, sillä niiden kirjoittajat ovat alan ammattilaisia kuten esimerkiksi lastenneurologeja, toimintaterapeuteja, varhaiskasvatuksen opettajia, psykoterapeutteja ja psykologeja. Aineisto, jota olemme hyödyntäneet opinnäytetyössämme, on kuvattuna taulukossa 1.

Taulukko 1. Opinnäytetyössä käytetty kirjallinen aineisto. Taulukko jatkuu seuraavalle sivulle.

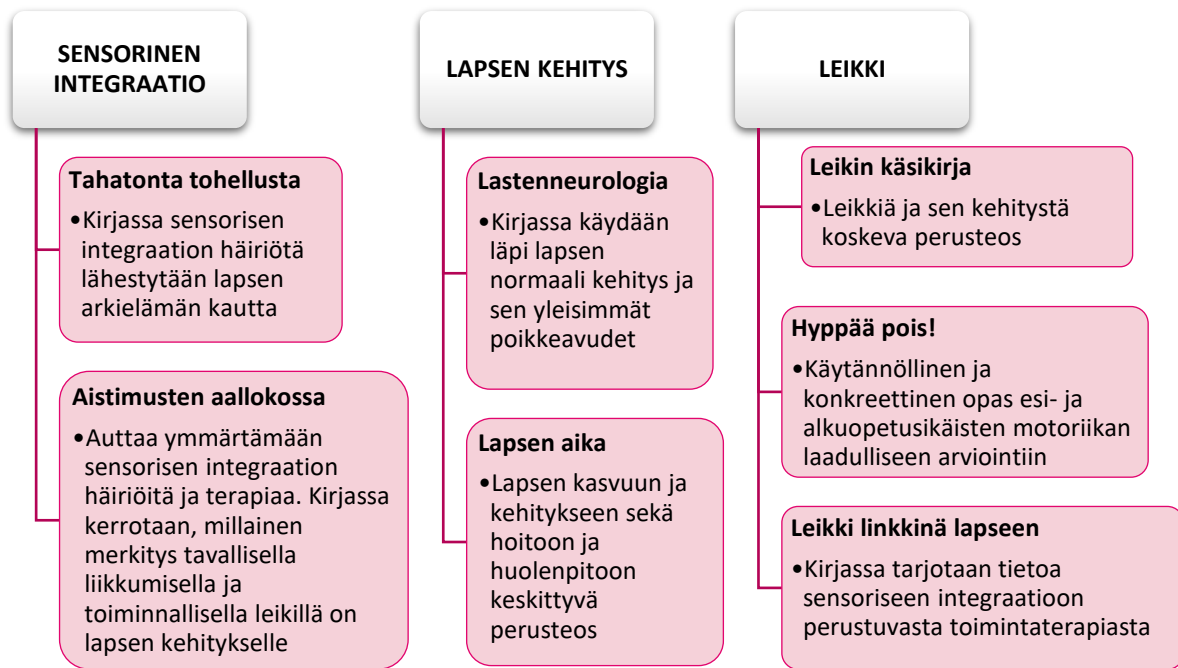
Julkaisun tekijät, julkaisuvuosi ja kustantaja/julkaisija	Otsikko	Julkaisun tarkoitus
Coleman, G. G. & Mailloux, Z. 2008. PS-kustannus.	Aistimusten aallokossa	Auttaa ymmärtämään sensorisen integraation häiriöitä ja terapiaa. Kirjassa kerrotaan, millainen merkitys tavallisella liikkumisella ja toiminnallisella leikillä on lapsen kehitykselle.
Kranowitz, C. S. 2015. PS-kustannus.	Tahatonta tohellusta	Kirjassa sensorisen integraation häiriötä lähestytään lapsen arkielämän kautta.
Yack, E., Sutton, S. & Aquilla, P. 2001. PS-kustannus.	Leikki linkkinä lapseen	Kirjassa tarjotaan tietoa sensoriseen integraatioon perustuvasta toimintaterapiasta.
Karvonen, P. 2000. Tammi.	Hyppää pois!	Käytännöllinen ja konkreettinen opas esi- ja alkuopetusikäisten motoriikan laadulliseen arviointiin.
Pihko, H., Haataja, L. & Rantala, H. 2014. Kustannus Oy Duodecim.	Lastenneurologia	Kirjassa käydään läpi lapsen normaali kehitys ja sen yleisimmät poikkeavuudet.
Ojanen, T., Ritmala, M., Sivén, T., Vihunen, R. & Vilén, M. 2016. 12.–16. painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.	Lapsen aika	Lapsen kasvuun ja kehitykseen sekä hoitoon ja huolenpitoon keskittyvä perusteos.
Jaakkola, T. 2014. Jyväskylä: PS-kustannus.	Krokotiilijuoksu ja 234 muuta toimintaideaa motoristen taitojen kehittämiseksi	Kirjassa erityishuomio keskittyy motoristen perustaitojen omaksumisen vaiheeseen, joka kestää kolmannelta ikävuodesta aina kahdeksaan ikävuoteen saakka.

Vilén, M., Vihunen, R., Vartiainen, J., Sivén, T., Neuvonen, S. & Kurvinen, A. 2011. 1.–4. painos. Helsinki: WSOYpro Oy.	Lapsuus – erityinen elämänvaihe	Moniammatillinen käsikirja lasten hoidosta ja kasvatuksesta
Helenius, A. & Lummelahti, L. 2013. Juva: PS-kustannus.	Leikin käsikirja	Kirja on leikkiä ja sen kehitystä koskeva perusteos. Kirjassa kerrotaan kattavasti leikin ikäkausiedellytyksistä sekä antaa ideoita myös leikki-ikäisten lasten havainnointiin ja ohjaukseen eri ikävaiheissa.

7.4 Teemoittelu

Teemoittelu on analyysimenetelmä, jota voidaan käyttää laadullista tutkimusta tehdessä. Olennaisimmat aiheet eli teemat, jotka vastaavat tutkimusongelmaan saadaan paikannettua parhaiten teemoittelemalla, sillä sen avulla saadaan aineistoa jäsennettyä. Keskeisimmät asiakokonaisuudet sekä tyypillisimmät usein esiintyvät piirteet nostetaan teemoittelun avulla aineistosta esiin. (Juhila 2021.)

Päädyimme tekemään aineiston analyysin teemoittelulla. Opinnäytetyömme olennaiset aiheet olivat sensorinen integraatio sekä lapsen motoriikan kehitys ja tukeminen. Teemoittelulla saimme jäsennettyä aineistoa ja paikannettua teemat, jotka vastaavat tutkimuskysymykseemme ”Kuinka lisätä vanhempien tietoa ja osaamista lapsen hienomotoriikan kehityksen tukemiseen”. Kirjallisuuskatsauksemme tavoitteena oli kerätä tietoa lapsen normaalista motorisesta kehityksestä sekä sen häiriöistä ja miten sensorisen integraation häiriöt vaikuttavat motoriikkaan. Osa kirjoista oli entuudestaan tuttuja ja tiesimme niiden käsittelevän nimenomaan hakemiamme teemoja, sillä olimme kirjat kertaalleen lukeneet kokonaisuudessaan läpi. Loput kirjoista löytyivät muiden opinnäytetöiden ja väitöstöiden lähdeluetteloita tutkimalla ja tutustumalla kirjojen sisällysluetteloihin ja esittelyyn kirjastopalveluiden sivustoilla. Todettuamme kirjan vastaavan tutkimuskysymykseemme ja käsittelevän juuri oikeaa aihetta, lainasimme sen kirjastosta ja pääsimme lukemaan itse konkreettista kirjaa ja syventämään ymmärrystämme tutkimastamme aiheesta.



Kuvio 3. Aineiston teemoittelu.

8 Kynätaidot haltuun! -opas

Tässä kappaleessa käydään läpi Kynätaidot haltuun! -oppaan tekoprosessia sekä arvioidaan ja tarkastellaan opasta Päivi Rouvinen-Wileniuksen (2007) Tavoitteena hyvä ja hyödyllinen terveysaineisto -oppaan standardien mukaan.

8.1 Oppaan tekoprosessi

Opinnäytetyön ja oppaan tekoprosessi sai alkunsa työharjoittelujakson aikana jo syksyllä 2022, jossa tuli esiin toimeksiantajan tarve ja toive tämänkaltaiselle oppaalle. Jo tässä vaiheessa toimeksiantaja esitti toiveita oppaaseen liittyen. Toimeksiantajan asiakaskunta koostuu pääosin alle kouluikäisistä noin 4–6-vuotiaista lapsista. Lapsilla esiintyy muun muassa jonkin verran sensomotoriikan pulmia ja oppaan tavoitteena on harjaannuttaa niitä valmiuksia, joita edellytetään kynätaitoihin. Näiden tietojen perusteella sovittiin, että opas pohjautuisi sensorisen integraation teoriaan.

Toimeksiantajan toiveena oli helppolukuinen, selkeä sekä konkreettisia ohjeita vanhemmille sisältävä opas. Oppaan ulkoasun suunnitteluun ja toteutukseen toimeksiantaja antoi vapaat kädet.

Varsinainen opinnäytetyöprosessi polkaistiin käyntiin marraskuussa 2023. Oppaan raakaversion työstäminen eteni samaan aikaan opinnäytetyön kirjoittamisen kanssa. Kostamo, Airaksinen & Vilkka (2022, 20) nostavat teoksessaan esiin, kuinka tutkimuksellinen kehittämistyö on aina ammattilaisten, asiakkaiden ja käyttäjien yhteinen matka ja siinä prosessissa hyödynnetään kaikkien näiden osapuolten taitoja sekä tietoa. (Kostamo, Airaksinen & Vilkka 2022, 20.)

Oppaan työstäminen alkoi kansilehden suunnittelusta. Saimme toimeksiantajalta täysin vapaat kädet oppaan nimen sekä ulkoasun suhteen. Oppaan nimeksi valikoitui lopulta Kynätaidot haltuun, joka kuvastaa hyvin kohdeikäryhmän hienomotoriikan tukemistarvetta esikoulu- ja koulutaipaleen alkua silmällä pitäen. Kansilehden suunnittelun ja toteutuksen jälkeen vuorossa oli oppaan teoriaosuuden suunnittelu. Oppaan rungon suunnittelussa ja toteutuksessa hyödynnettiin aineiston teemoittelussa esiin nousseita teemoja. Oppaan alussa on erillinen kappale, joka johdattelee lukijan aiheeseen ja herättelee mielenkiinnon. Teoriaosuuteen sisällytettiin pieni alustus hienomotoriikasta, esimerkkejä hienomotorisista taidoista sekä leikistä hienomotoriikan harjoittelun tukena. Teoriaosuudessa teksti oli tarkoitus pitää mahdollisimman helppolukuisena ja selkokiekisenä ilman liian haastavaa ammattisanastoa. Oppaan teoriaosuuden jälkeen alkoi oppaaseen sisällytettävien harjoitteiden suunnittelu ja valitseminen. Hyödynsimme omaa jo olemassa olevaa tietoa erilaisista sopivista harjoitteista ja lisäksi myös oppaan lähdeluettelossa olevia lähteitä. Opasta rikastutettiin teemaan sopivalla kuvituksella. Kuvat oppaaseen otettiin Papunetistä sekä Pixabaysta.

Oppaan raakaversion valmistuttua toimitimme oppaan nähtäväksi toimeksiantajalle. Toimeksiantaja antoi oppaasta heti pääasiassa positiivista palautetta, mutta myös hienoisia korjaustoiveita. Työ sai kiitosta selkeydestä ja helppolukuisuudesta sekä myös siitä, että jo kansilehti houkutteli syventymään oppaaseen tarkemmin. Opasta pidettiin myös erittäin idearikkaana ja toimeksiantajan mielestä kuvat tukivat tekstiä hyvin eikä tekstiä ollut myöskään liikaa. Leikki- ja harjoiteideat olivat sopivia ja niitä oli riittävästi, mutta niiden järjestystä muokattiin lopulliseen versioon, jotta toimintaa pystyisi mahdollisesti porrastamaan ja valitsemaan lapsen valmiuksiin ja kykyihin sopivan harjoitteen. Olimme alun perin lisänneet oppaan loppuosaan muutamia Instagram-tilejä, joista löytyy paljon ideoita hienomotoriikan harjoittamiseen. Tätä osiota muokattiin toimeksiantajan toiveesta kattamaan vain yhden nimenomaan toimintaterapiaan alana liittyvän Instagram-tilin. Li-

säksi lisäsimme toimeksiantajan ideana tähän yhteyteen muutamia hakusanoja, joita voi hyödyntää etsiessään hyviä hienomotorisia toimintoja. Muutamia oppaassa olevia sanoja vaihdettiin ja lauserakenteita muokattiin toimeksiantajan toiveiden mukaisesti.

8.2 Oppaan arviointi

Hyödynnämme oppaan arvioinnissa Päivi Rouvinen-Wileniuksen (2007) Tavoitteena hyvä ja hyödyllinen terveysaineisto -opasta, jonka avulla arvioimme kuinka terveysaineiston laatukriteerit täyttyvät Kynätaidot haltuun! -oppaan kohdalla. Rouvinen-Wilenius (2007) on määrittänyt hyvälle terveysaineistolle kriteeristön seitsemästä standardista. Standardeissa 1–4 tarkastellaan aineistoa terveyden edistämisen näkökulmasta ja standardeissa 5–7 paneudutaan tarkastelemaan aineiston sopivuutta kohderyhmälle. (Rouvinen-Wilenius 2007, 9).

Standardi 1. Aineistolla on selkeä ja konkreettinen terveys-/ hyvinvointitavoite.

Oppaalla on yksi selkeä ja konkreettinen tavoite ja se on alle kouluikäisen lapsen hienomotoriikan kehityksen tukeminen lapsen kotiympäristössä. Oppaaseen on koottu vanhemmille helppolukuisia harjoitteita ja vinkkejä lapsen ohjaamiseen arjen toimintaympäristössä. Oppaan otsikko ”Kynätaidot haltuun!” sekä oppaan alusta löytyvä Lukijalle-kappale tiivistää ja auttaa ymmärtämään oppaan sisällön ja tarkoituksen.

Standardi 2. Aineisto välittää tietoa terveyden taustatekijöistä (terveyteen vaikuttavista tekijöistä).

Oppaan alkupuolella käydään läpi, mitä hienomotoriikka on, mihin lapsi tarvitsee hienomotorisia taitoja ja kuinka leikin avulla voidaan tukea sekä vahvistaa lapsen hienomotorisia taitoja. Tietoa olisi voinut tuoda laajemminkin oppaan sisältöön, mutta halusimme pitää oppaan helppolukuisena sekä kiinnostavana, koska liian suuri määrä tekstiä olisi voinut pelästyttää lukijan ja näin ollen opas jäädä lopulta lukematta.

Standardi 3. Aineisto antaa tietoa keinoista, joilla saadaan elämänoloissa ja käyttäytymisessä muutoksia.

Oppaan tarkoituksena on tuoda hienomotoriikan tärkeyttä vanhempien tietoisuuteen sekä motivoita ja kannustaa heitä lapsen hienomotoristen taitojen tukemisessa. Oppaan sisältö on suunniteltu siten, että harjoitteet ovat mahdollisia toteuttaa lapsen omassa toimintaympäristössä ja kotona.

Standardi 4. Aineisto on voimaannuttava ja motivoi yksilöitä/ryhmiä terveyden kannalta myönteisiin päätöksiin.

Oppaan tavoitteena on kannustaa ja motivoida vanhempia lapsen hienomotoristen taitojen vahvistamisessa sekä opas lisää vanhempien tietämystä hienomotoriikasta ja auttaa heitä valitsemaan soveltuvia helposti toteutettavia harjoituksia lapselle. Oppaaseen on koottu helposti toteutettavia harjoitteita selkokielisellä ohjeistuksella.

Standardi 5. Aineisto palvelee käyttäjäryhmän tarpeita.

Oppaan sisältö on suunniteltu siten, että se kannustaisi ja motivoisi vanhempia lapsen hienomotoristen taitojen tukemisessa. Oppaan harjoitteet ovat helposti toteutettavissa perheen omassa toimintaympäristössä sekä oppaan kieliasuun on kiinnitetty huomiota eikä se sisällä hankalalukuista ammattisanastoa.

Standardi 6. Aineisto herättää mielenkiinnon ja luottamusta sekä luo hyvän tunnelman.

Oppaan ulkoasun ja helppolukuisuuden toivotaan herättävän mielenkiinto oppaan tarkempaan tutkiskeluun, sillä visuaalisesti selkeä ulkoasu lisää lukemisen mielekkyyttä. Oppaan sisältämä aineisto on pyritty kasaamaan mahdollisimman luotettavasta ammattikirjallisuudesta sekä verkkolähteistä. Luotettavuutta oppaalle tuo oppaan lopussa oleva lähdeluettelo.

Standardi 7. Aineistossa on huomioitu julkaisuformaanin, aineistomuodon ja sisällön edellyttämät vaatimukset.

Opas sisältää lähdeluettelon, mutta emme ole merkinneet lähdeviitteitä oppaan tekstiosioihin näkyviin, jotta lukukokemus olisi selkeä ja mielekkäämpi. Oppaan mainitaan olevan osa toimintaterapiatutkimuksen opinnäytetyötä ja tekijöiden nimet löytyvät oppaan kansilehdestä. Oppaasta löytyy myös opinnäytetyön nimi, jonka avulla varsinainen opinnäytetyö sekä opas on haettavissa Theseuksen sivuilta.

9 Pohdinta

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tutkia kirjallisuuskatsauksen avulla, kuinka lisätä vanhempien tietoa ja osaamista lapsen hienomotoriikan kehityksen tukemiseen ja tuotetun tiedon pohjalta rakentaa opas kotikäyttöön vanhemmille. Vaikka tutkittua tietoa löytyi niukasti, oli opinnäytetyön tekeminen mieluisa projekti, koska tuloksena oli konkreettinen opas, josta tulisi olemaan jatkossa hyötyä toimeksiantajalle. Aihe oli ajankohtainen ja opasta voivat toimeksiantajan lisäksi hyödyntää tarvittaessa Päijät-Hämeen hyvinvointialueen muutkin lasten parissa työskentelevät ammattilaiset.

9.1 Tulosten tarkastelu

Teemoittelevan analyysin avulla saimme kerättyä kirjallisuudesta materiaalia, jonka perusteella pääsimme opasta suunnittelemaan. Yhtenä tavoitteena oli löytää luotettavaa ja hyödyllistä tietoa lapsen kehityksestä, sekä erityisesti hienomotoriikan kehityksen vaiheista lapsen kasvussa. Toisena tavoitteena halusimme tutkia, mikä merkitys leikillä on lapsen kehityksessä ja motoriikan harjoittamisessa. Tarvitsimme myös lisää ymmärrystä sensorisen integraation häiriöistä, jotta osaamme miettiä oikeanlaisia harjoitteita oppaaseen, jotka tukevat samalla aistitiedon käsittelyä ja hienomotoriikkaa.

Aineistoa tutkiessa meidän ajatustamme ohjaili taustalla koko ajan tutkimuskysymyksemme ”Kuinka lisätä vanhempien tietoa ja osaamista lapsen hienomotoriikan kehityksen tukemiseen” eli minkälaista tietoa lasten vanhemmat tarvitsisivat aiheesta. Mikä voisi heitä auttaa parhaiten, jotta

he pystyisivät tukemaan lastaan ja sitä kautta lapsen hienomotoriikka pääsisi kehittymään parhaalla mahdollisella tavalla. Analyysien perusteella löydetty tieto tukee erinomaisesti tietoperustaa, joka opinnäytetyöhön saatiin.

Lapsen kehityksestä ja tarkemmin hienomotoriikan kehityksestä löysimme tarpeeseemme sopivaa ja luotettavaa tietoa, jotta pystyimme lisäämään omaa tietämystämme oppaan kokoamista ajatellen. Kuten Pihko ja kumppanit (2014) toteavat, ympäristöllä on suuri vaikutus lapsen hienomotoristen taitojen kehittymiseen (Pihko, Haataja & Rantala 2014, 29). Tarkastelimme lapsen normaalin kehityksen lisäksi hienomotoriikan kehitystä oppaamme ikäryhmän mukaisesti eli lapsen ollessa 4–6-vuotias. Esiin nousseiden tulosten perusteella voidaan todeta, kuinka hienomotoriset taidot vahvistuvat ikävuosien 4–6 aikana. Normaalisti kehittynyt 4-vuotias saattaa hallita jo saksien käytön ja osaa piirtää neliön mallista sekä ihmispiirroksen, jossa on nähtävissä kehon kolme osaa eli raajat, vartalo ja pää. (Ojanen ym. 2011, 128, 130). Monelta 5-vuotiaalta onnistuu tähden, kolmion piirtäminen sekä hän osaa jäljentää numeroita mallista. Ihmispiirrokseen 5-vuotias osaa piirtää paljon erilaisia yksityiskohtia sekä usein kirjoittaa myös jo oman nimensä. (Ojanen ym. 2011, 128, 130). Lopulta lapsen lähestyessä koulutaipaletta 6-vuotiaana erilaiset keskittymistä vaativat askareet valmentavat ja vahvistavat lapsen taitoja, joita hän tulee tarvitsemaan kouluympäristössä. (6-vuotias, 2013, 8). Näiden tulosten pohjalta suunnittelimme oppaaseen valittujen harjoitteiden porrastamista ja järjestystä.

Kaikissa aineistoissa puhutaan siitä, miten tärkeää leikkiminen on lapselle ja lapsen kokonaiskehitykselle lapsuusvuosina. Helenius & Lummelahti teoksessaan kiteyttävät, että leikin merkitys on korvaamatonta lapsen kehitykselle. Leikki toimii lapsella myös tärkeänä itseilmaisun välineenä, ja leikin avulla lapsen luova ajattelu sekä ideointi- ja ongelmanratkaisukyky kehittyvät huomaamatta. (Helenius & Lummelahti 2013, 61.) Leikin merkityksestä on puhuttu tarkemmin kappaleessa 3.

Myös sensorinen integraatio on tärkeässä roolissa puhuttaessa lapsen kehityksellisistä haasteista. Aistitiedon käsittely ja motoriset haasteet kulkevat usein käsi kädessä ja on hyvin tärkeää, että aistijärjestelmän haasteet huomioidaan lapsen toimintaterapiaa suunniteltaessa. Toimintaterapeutti voi lapsen kanssa työskennellessään hyödyntää hienomotoriikan kehittämiseen erilaisia sensorisia strategioita. (Yack., Sutton. & Aquilla 2001, 42–45). Yack ym. esittävät hyväksi vaihtoehdoksi sen-

soriset leikit, joita ovat esimerkiksi palapelit, leipominen, puristeltavat lelut, vesipistoolit ja suihkepullot. Kirjoitusvälineisiin voidaan lisätä myös erilaisia paksunnoksia ja pidikkeitä tarttumisen helpottamiseksi. (Yack ym. 2001, 159–160). Aistitiedon järjestelmistä on kerrottu myös tarkemmin kappaleissa 4 ja 5.

9.2 Oppaan hyödynnettävyys

Opas on ensisijaisesti tarkoitettu Hollolan sote-keskuksen lasten ja nuorten kuntoutuksen toimintaterapeuttien asiakasperheille, joissa lapsella on hienomotorisia haasteita. Opas on hyödynnettävissä myös muualla Päijät-Hämeen hyvinvointialueella, niissä yksiköissä, joissa asiakkaalla on tarve harjoittaa hienomotorisia taitoja. Vaikka opas on suunniteltu 4–6-vuotiaille lapsille, se on täysin hyödynnettävissä myös kouluikäisille tai jopa aikuisille, joilla on esimerkiksi jonkin sairauden vuoksi tullut hienomotorisia ongelmia. Oppaan tarkoitus on auttaa ja antaa keinoja mahdollisimman monelle vanhemmalle harjoittaa lapsen hienomotorisia taitoja yksinkertaisin ja helposti lähestyttävien ohjein.

9.3 Eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyö noudattaa Jyväskylän ammattikorkeakoulun eettisiä ohjeistuksia. Pyrimme koko työskentelyn ajan noudattamaan raportointiohjeita ja merkitsemään käyttämämme lähteet asianmukaisesti. Tarvittavat sopimukset huolehdittiin heti opinnäytetyöprosessin alussa kuntoon ohjauksen opettajan ja toimeksiantajan kanssa. Salassapitosopimusta ei tässä opinnäytetyössä tarvita, koska työ on julkisesti saatavilla ja pohjautuu kirjallisuuteen. Myös oppaassa käytetyissä kuvissa on huomioitu tekijänoikeudelliset asiat.

Oppaan luotettavuutta arvioimme Päivi Rouvinen-Wileniuksen (2007) hyvälle ja hyödylliselle terveysaineistolle määrittelemien laatukriteerien avulla. Laatukriteereihin pohjautuvalla arvioinnilla saimme lisää luotettavuutta opinnäytetyöllemme. Laatukriteerit käydään tarkemmin läpi kappaleessa 8.2.

Toikko ja Rantanen (2009) nostavat teoksessaan esiin, että keskeisenä tunnusmerkkinä tieteelliselle tiedolle on luotettavuus. Heidän mukaansa kysymys luotettavuudesta kohdistuu tutkimusprosessiin, tutkimusmenetelmiin sekä tutkimustuloksiin. (Toikko & Rantanen 2009, 121.) Toikko ja

Rantanen tuovat esille myös, että kehittämistyön ollessa kyseessä luotettavuus tarkoittaa myös käyttökelpoisuutta. ”*Heidän mukaansa olennaista ei niinkään ole tiedon suhde todellisuuteen, eikä sen sisäinen johdonmukaisuus, vaan tiedon käyttöarvo: tieto on tosi, jos se on käyttökelpoista.*” (Toikko & Rantanen 2009, 125.) Tämän opinnäytetyön ja sen pohjalta syntyvän oppaan tavoitteena sekä tarkoituksena oli aikaansaada toimiva ja käyttökelpoinen opas toimeksiantajalle jatkokäyttöön. Koko opinnäytetyöprosessin ajan pyrimme noudattamaan ja työskentelemään hyvien tieteellisten käytäntöjen mukaisesti.

9.4 Johtopäätökset ja kehittämissuhteet

Opinnäytetyön lopputuloksena syntyi 4–6-vuotiaiden lasten vanhemmille suunnattu opas hienomotoriikan harjoitteista. Opas sisältää tietoa hienomotoriikasta ja lapsen kehityksestä sekä tarjoaa erilaisia harjoitteita niin leikin kuin tavallisten kotiaskareiden kautta hienomotoriikan harjoittamiseen.

Hyödyntämällä kirjallisuuskatsausta löysimme tietoa lapsen kehityksestä sekä haasteista motorii-kan alueella. Teemoittelevan analyysin perusteella nousi selkeästi esiin, että lapsi harjoittaa parhaiten hienomotoriikkaa leikin avulla. Erilaiset mieluisat leikit sekä kotiaskareet tavallisessa ja tutussa kotiympäristössä läheisten kannustamana luovat parhaan mahdollisen pohjan motorii-kan harjoittamiselle ja kehittymiselle. Jotta lapsi kehittyisi parhaimpaansa, on tärkeää lisätä vanhempien ymmärrystä lapsen haasteista sekä antaa heille keinoja tavallisen arjen keskellä toteutettaviin harjoituksiin.

Opasta ”Kynätaidot haltuun!” tehdessä käytimme edellä mainittuja keinoja sen sisällön luomiseen. Opasta tehtiin yhteistyössä toimeksiantajan kanssa ja saimme heiltä hyvää palautetta ja kehittämissuhteita. Lopputulokseen toimeksiantaja oli tyytyväinen ja saimme kiitosta oppaan selkeydestä ja helppolukuisuudesta. Oppaan avulla lasten vanhemmat saavat perustietoa hienomotoriikasta ja sen tarpeellisuudesta sekä käytännöllisiä harjoitteita kotiin vietäväksi.

Jatkotutkimuksena voisi olla mielenkiintoista tutkia, kuinka oppaan käyttö on toteutunut ja minkälaisia ajatuksia sekä kokemuksia vanhemmilla on herännyt oppaan parissa. Ovatko harjoitteet ja leikkitoiminnot olleet sopivia, onko niistä koettu hyötyä ja ovatko lapset pitäneet valituista lei-

keistä ja toiminnoista. Olisi myös mielenkiintoista selvittää, minkä verran Päijät-Hämeen hyvinvointialueen lasten ja nuorten kuntoutuksessa työskentelevät toimintaterapeutit ovat käyttäneet ja hyödyntäneet opasta vanhempien ohjauksessa, ja onko opas päätynyt kenties myös muiden Päijät-Hämeen hyvinvointialueella työskentelevien terveydenhuollon ammattilaisten käyttöön esimerkiksi neuvolassa.

Tässä työssä syvennyttiin aiheeseen liittyvään kirjallisuuteen, mutta kehittämisajatuksena voisi olla mielenkiintoista selvittää, tuottaisiko tutkimustietokantojen syvempi tarkastelu enemmän tutkittua tietoa aiheesta. Tämä opinnäytetyö toteutui toimeksiantajan toiveiden mukaan ja sai kiitosta lopputuloksesta.

Lähteet

- 4-vuotias. 2013. Lapsi eri ikävuosina. Artikkel. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Viitattu 16.4.2024. <https://cdn.mll.fi/prod/2017/08/04174316/Lapsi-eri-ik%C3%A4kausina-4-v.pdf>.
- 5-vuotias. 2013. Lapsi eri ikävuosina. Artikkel. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Viitattu 16.4.2024. <https://cdn.mll.fi/prod/2017/08/04174318/Lapsi-eri-ik%C3%A4kausina-5-v.pdf>.
- 6-vuotias. 2013. Lapsi eri ikävuosina. Artikkel. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Viitattu 16.4.2024. <https://cdn.mll.fi/prod/2017/08/04174403/Lapsi-eri-ik%C3%A4kausina-6-v.pdf>
- Coleman, G. G. & Mailloux, Z. 2008. Aistimusten aallokossa. Sensorisen integraation häiriö ja terapia. PS-kustannus. Jyväskylä. Viitattu 9.3.2024.
- Haataja, L. 2018. Lastenneurologia. Viitattu 16.3.2024. <https://janet.finna.fi>, Oppiportti.
- Helenius, A. & Lummelahti, L. 2013. Leikin käsikirja. Juva: PS-kustannus.
- Innostun liikkumaan/Suomen CP-liitto ry. Motoriikan haasteet ja ideat niiden ratkaisemiseksi. 2020. Viitattu 29.2.2024. <https://innostunliikkumaan.fi/wp-content/uploads/2020/02/Motoriikan-haasteet-ja-ideat-niiden-ratkaisemiseksi.pdf>
- Jaakkola, T. 2014. Krokotiilijuoksu ja 234 muuta toimintaideaa motoristen taitojen kehittämiseksi. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Juhila, K. 2021. Teemoittelu. Laadullisen tutkimuksen käsikirja. Etnografia. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. Viitattu 19.5.2024. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/analyysitavan-valinta-ja-yleiset-analyysitavat/teemoittelu/>
- Kostamo, P., Airaksinen, T., Vilka, H. 2022. Kirjoita itsesi asiantuntijaksi. Opas toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Art House Oy.
- Kranowitz, C. S. 2015. Tahatonta tohellusta. Sensorisen integraation häiriö lapsen arkielämässä. 4. uudistettu painos. Juva: Bookwell Oy. Viitattu 9.3.2024.
- Ojanen, T., Ritmala, M., Sivén, T., Vihunen, R. & Vilén, M. 2016. Lapsen aika. 12.–16. painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Ojasalo, K., Moilanen, T. & Ritalahti, J. 2014. Kehittämistyön menetelmät: Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. 3. uudistettu painos. Helsinki: Sanoma Pro.
- Pihko, H., Haataja, L. & Rantala, H. 2014. Lastenneurologia. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.
- Rouvinen-Wilenius, P. 2007. Tavoitteena hyvä ja hyödyllinen terveysaineisto. Kriteeristö aineiston tuotannon ja arvioinnin tueksi. Terveystieteiden tutkimuskeskus. Viitattu 12.4.2024. https://www.researchgate.net/publication/232569631_Tavoitteena_hyva_ja_hyodyllinen_terveysaineisto

Salonen, K., Eloranta, S., Hautala, T. & Kinos, S. 2017. Kehittämistoiminta ja kehittämisen menetelmiä ammatillisessa korkeakoulutuksessa. Turun ammattikorkeakoulu. Tampere: Suomen yliopistopaino. Viitattu 18.5.2024. <https://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522166494.pdf>

Stagnitti, K. 2009. Play as Therapy. Viitattu 16.3.2024. <https://janet.finna.fi>, Ellibs.

Toikko, T. & Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta - Näkökulmia kehittämisssessiin, osallistamiseen ja tiedontuotantoon. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy. Viitattu 29.3.2024. https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/100802/Toikko_Rantanen_Tutkimuksellinen_kehit-tamistoiminta.pdf?sequence=1&isAllowed=y

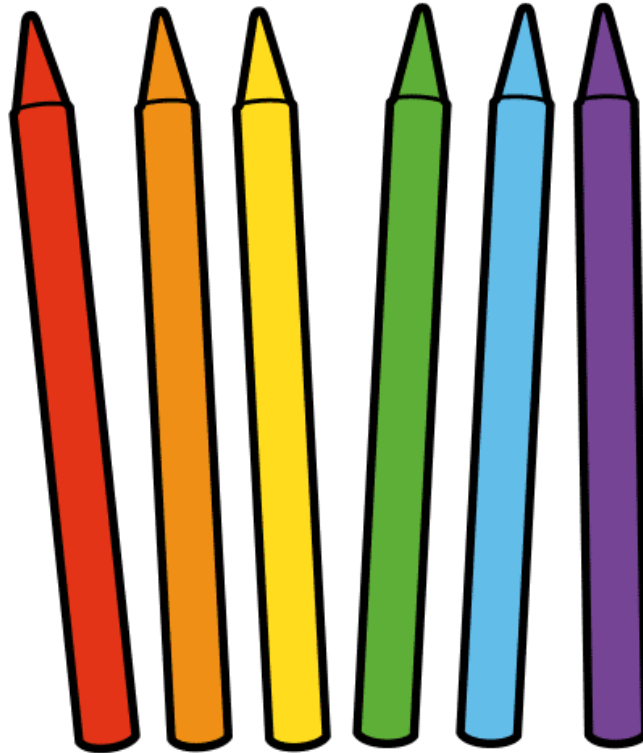
Vilén, M., Vihunen, R., Vartiainen, J., Sivén, T., Neuvonen, S. & Kurvinen, A. 2011. Lapsuus – erityinen elämänvaihe. 1.–4. painos. Helsinki: WSOYpro Oy.

Vilka, H. 2023. Kirjallisuuskatsaus metodina, opinnäytetyön osana ja tekstilajina. Art House Oy.

Yack, E., Sutton, S. & Aquilla, P. 2001. Leikki linkkinä lapseen. Toimintaterapiaa sensorisen integraation keinoin. Jyväskylä: PS-Kustannus. Opetus 2000 – julkaisusarja. Viitattu 9.3.2024.

Liitteet

Liite 1. Kynätaidot haltuun! -opas



Kynätaidot haltuun!

Opas vanhemmille lapsen hienomotoristen taitojen
vahvistamisen tueksi

Salla Naskali ja Noora Tiala

Sisällysluettelo

LUKIJALLE	3
HIENOMOTORIIKKA.....	5
ESIMERKKEJÄ KÄSIEN HIENOMOTORISISTA TAIDOISTA .	5
LEIKKI HIENOMOTORIIKAN KEHITYKSEN TUKENA.....	6
HIENOMOTORISTEN TAITOJEN TÄRKEYS	7
HIENOMOTORIIKKA TUKEVIA LEIKKEJÄ	8
HARJOITUKSIA KYNÄTAIDOILLE	13
ARKIASKAREISSA HYÖDYNNETTÄVIÄ HARJOITUKSIA....	14
VINKKIPANKKI	17
MUISTIINPANOJA.....	18
Lähdeluettelo	19

LUKIJALLE

Kynätaidot haltuun! -opas on tarkoitettu ensisijaisesti noin 4–6-vuotiaiden eli alle kouluikäisten lasten vanhemmille. Oppaaseen on koottu vanhemmille tietoa lapsen hienomotoriikan kehityksestä sekä siitä, millä tavoin sitä voidaan tukea ja harjoittaa kotona, mikäli lapsella on haasteita esimerkiksi kynäotteessa.

Lapsi oppii leikin kautta ja leikin merkitys lapsen kehitykselle on korvaamaton. Leikin avulla lapsi tutustuu ja omaksuu tietoa ympäröivästä maailmasta. Lapsen kokemat asiat sekä erilaiset havainnot heijastuvat leikkeihin ja leikin maailmassa lapsi voi itse päättää mitä sekä miten. Leikki toimii lapsella myös itseilmaisun välineenä sekä opettaa lasta ottamaan toiset huomioon.

Tämän oppaan sisältämissä leikkisissä toiminnoissa tarjotaan lapselle monipuolisesti erilaisia aistikokemuksia, jotka toimivat hyvänä pohjana hienomotoristen taitojen kehittymiselle. Oppaan loppupuolella olevaan vinkkipankkiin on koottu muutamia mielenkiintoisia lähteitä, joista löytää tarvittaessa lisätietoa.

Opas on toteutettu osana Jyväskylän ammattikorkeakoulun toimintaterapian koulutusohjelman opinnäytetyötä 2024. Opas on tehty yhteistyössä Päijät-Hämeen hyvinvointialueen lasten ja nuorten kuntoutuksessa työskentelevien toimintaterapeuttien kanssa.

Opinnäytetyö ja opas on haettavissa verkkojulkaisuna: 4–6-vuotiaiden hienomotoriikan kehityksen tukeminen: opas vanhemmille, Salla Naskali ja Noora Tiala

HIENOMOTORIIKKA

Tarvitsemme hienomotorisia taitoja päivittäisissä tehtävissä enemmän kuin uskommekaan, kuten kirjoittamisessa, syömisessä sekä pukemisessa. Hyvät karkeamotoriset taidot edesauttavat hienomotoristen taitojen kehittymistä. Hienomotoriikka tarkoittaa pienten lihasten tarkkaa hallintaa: sormissa ja käsissä, varpaissa, kielessä, huulissa ja suussa.

ESIMERKKEJÄ KÄSIEN HIENOMOTORISISTA TAIDOISTA

- Kirjoittaminen, piirtäminen, maalaaminen
- Kengännauhojen solmiminen
- Saksien käyttö
- Kirjan sivujen kääntäminen
- Pinsettiote
- Napittaminen
- Vetoketjun käyttö
- Ruokailuvälineiden käsittely
- Pullonkorkin avaaminen ja sulkeminen

LEIKKI HIENOMOTORIIKAN KEHITYKSEN TUKENA

Ympäristöllä on suuri vaikutus lapsen hienomotoristen taitojen kehittymiseen. Lapsi saa taitonsa esille, kun lapsen yksilölliset tarpeet huomioidaan ja niihin vastataan.

Lapsen leikkiessä monipuolisesti motoriikka kehittyy ikään kuin sivutuotteena. Esimerkiksi nukun pukeminen harjoittaa hienomotoriikkaa ja vahvistaa lapsen silmä-käsiyhteistyötä. Jotta lapsen kehitys etenee normaalisti, on välttämätöntä, että myös leikki-taidot kehittyvät.

Leikin avulla lapsi oppii hahmottamaan, miten ryhmässä toimitaan ja leikki myös kehittää lasta motorisesti sekä kielellisesti monipuolisesti. Kiinnostus leluihin alkaa jo vauvaiästä ja noin puolivuotiaana lapsi tutkii niitä jo aktiivisesti. Rytmileikit, laulut ja lorut ovat yleensä mieluisia ja lapset tuovat esiin innostustaan liikehtimällä musiikin tahtiin.

HIENOMOTORISTEN TAITOJEN TÄRKEYS

- Hienomotorisia taitoja tarvitaan kaikenlaisissa päivittäisissä tehtävissä
- On havaittu, että hyvät kynätyöskentely- ja hienomotoriset taidot parantavat kouluoppimista, lukutaitoa sekä myös matemaattista osaamista. Voidaankin todeta kynätaitojen vaikuttavan kokonaisvaltaisesti kouluoppimiseen ja sen sujuvuuteen.



HIENOMOTORIIKKA TUKEVIA LEIKKEJÄ

Muovailuvaha

Muovailuvahaleikeissä vain taivas on rajana. Muovailuvahaleikkejä kannattaa toistaa mahdollisimman usein, mikäli se on lapselle mieluisaa, sillä se vahvistaa koko kämmentä ja sormia. Alla kaksi esimerkkiä, mitä voi vanhempi ja lapsi yhdessä muovailla.

Esimerkki 1: Aikuinen piirtää paperille erilaisia kuvioita ja lapsi muovailee muovailuvahasta mallin mukaisen kuvion paperille piirretyn kuvion päälle.

Esimerkki 2: Pitkulaisten matojen rullailu pöytää vasten ja niistä kilparadan rakentaminen esim. pikkuautoille.



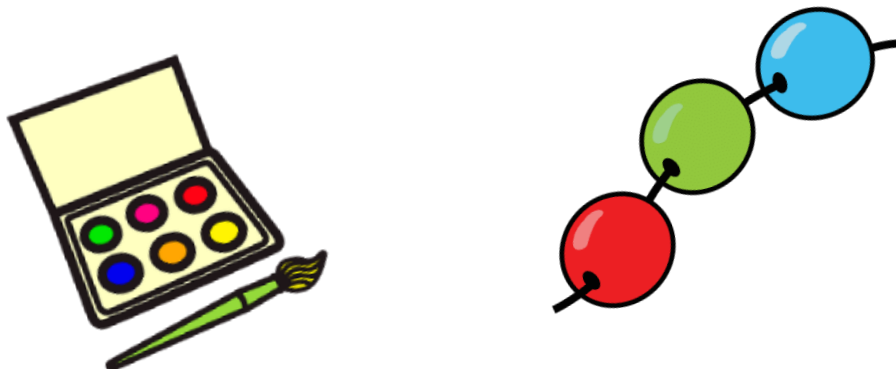
Legot/Plus Plus -palat

Legot mahdollistavat helpon ideoinnin erilaisten mallien rakentamiseen ja purkamiseen sekä ne sopivat kaikenikäisille.



Helmet

Mainio tarkkuutta vaativa leikki on helmien pujottaminen siimaan. Mikäli helmiä ei kotoa löydy, tähän soveltuvat hyvin myös esimerkiksi makaronit. Leikistä saadaan vielä mielenkiintoisempaa, jos makaronit maalaa ensin erilaisilla väreillä.





Pussileikki

Pussileikkiin tarvitaan välineiksi pieniä esineitä tai leluja ja jokin pussukka.

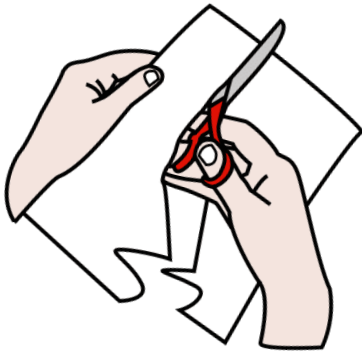
Lapsi yrittää tunnistaa esinettä laittamalla käden pussiin ja koskettelemalla esinettä.

Tarrat

Kaupoissa on tarjolla erilaisia värikkäitä tarravihkoja.

Tarrojen irrotus alustasta, niiden kädessä pitäminen ja kiinnittäminen tarjoaa hyvää harjoitusta sorminäppäryydelle.





Kuvioiden leikkaaminen

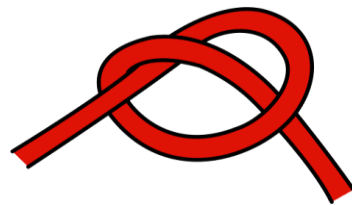
Aikuinen piirtää paperille pujottelurautoja, joita lapsen tulee saksia apuna käyttäen kulkea. Tässä toiminnassa olisi hyvä käyttää lapsille tarkoitettuja saksia.

Vinkki!

Hyvänä saksiharjoituksena toimii myös paperin reunan hapsuttaminen eli saksilla leikataan paperin reunaan pitkittäisiä ”hapsuja”.

Solmut

Erilaisten solmujen tekeminen ja avaaminen. Solmuja voi tehdä narua apuna käyttäen vaikkapa puukepin ympärille. Kannattaa antaa lapsen seurata ja toteuttaa omia kiinnostuksen kohteitaan sekä tarjota hänelle monipuolisesti erilaisia vaihtoehtoja kuitenkin lapsen kyvyt ja valmiudet huomioiden. Voit antaa lapsen tehdä solmuja myös aikuisen avattavaksi.



Hama-helmet

Hama-helmet ovat loistava puuha hienomotoriikan harjoittamiseen. Niiden parissa luovuus pääsee valloilleen ja niistä voi kehitellä erilaisia koristeita ja esimerkiksi Hama-helmiliskoja. Tähän löytyy hyvät ohjeet internetistä hakusanalla Hama-helmi-liskot. Hama-helmiä on saatavilla myös isokokoisina, joiden avulla lapsen on helpompi aloittaa.

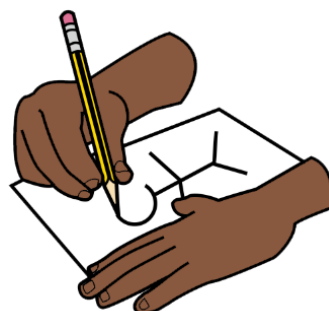
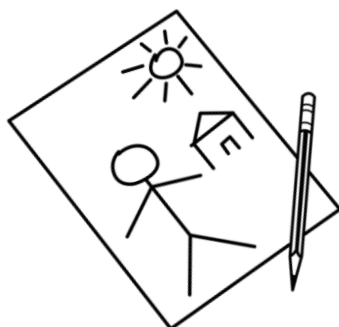
HARJOITUKSIA KYNÄTAIDOILLE

Piirrostehtävät

Erilaiset piirrostehtävät ohjaavat lasta kynän käyttöön ja motoriseen ohjailuun.

Työskentelyvälineiden vaihtaminen tekee harjoittelusta monipuolista. Välineinä voi käyttää erilaisia pensseleitä, pieniä siveltimiä, pumpulipuikkoa, tikkua tai perinteisesti eripaksuisia kyniä.

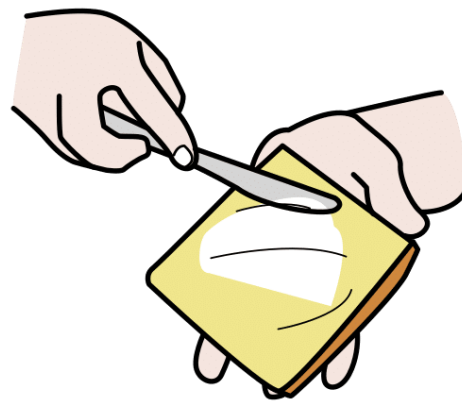
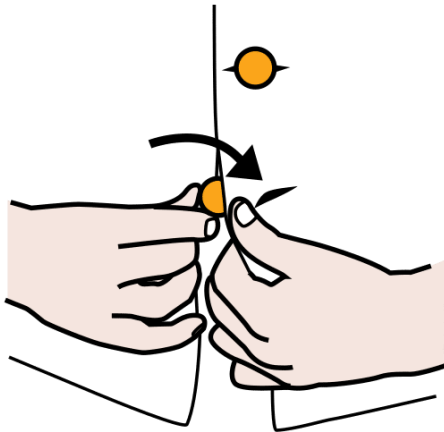
Piirrostehtäviä voi vaihdella. Voidaan harjoitella esimerkiksi puolivalmiin kuvan piirtämistä, johon aikuinen on aloittanut piirtämällä puun rungon ”piirrä tämä puolivalmis kuva valmiiksi”. Myös erilaiset viivojen yhdistelytehtävät innostavat lasta (pisteestä pisteeseen piirtäminen, labyrinttitehtävät).



ARKIASKAREISSA HYÖDYNNETTÄVIÄ HARJOITUKSIA

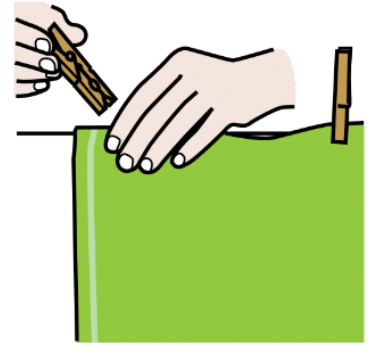
Perinteisten askarteluun liitettyjen välineiden kuten kynien, saksien ja liimojen lisäksi hienomotorisia taitoja voidaan vahvistaa ja harjoitella kotiympäristössä ihan arkipäiväisillä joka kodista löytyvillä välineillä.

Myös erilaisissa arkisissa tilanteissa voi vahvistaa hienomotorisia taitoja. Esimerkiksi leivän voitelussa ja pukeutumisessa kannattaa antaa lapsen toimia itse.



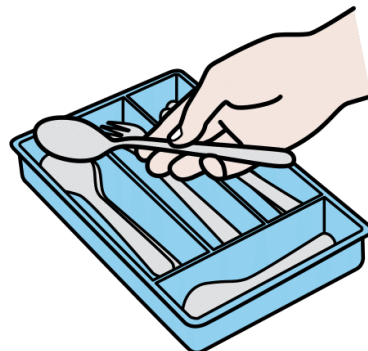
Pyykkien ripustaminen

Lapsi kannattaa ottaa mukaan pyykkien ripustamiseen. Aivan pienikin lapsi osaa valita ja poimia pyykkikoriin sukat ja nostaa ne pyykinarulle. Pyykkipoikien avulla voi kehittää silmä-käsiyhteistyötä ja hienomotoriikkaa.



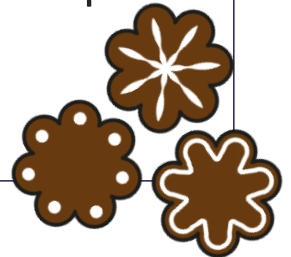
Ruokailuvälineet

Ruokailuvälineiden lajittelu omille paikoilleen astianpesukoneen tyhjennyksen yhteydessä vahvistaa ja kehittää hienomotorisia taitoja.



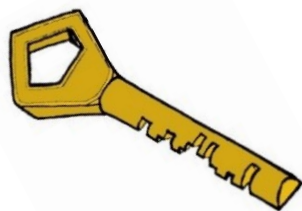
Leivontahetki

Yhteisistä leivontahetkistä muodostuu lapselle ikimuis-toisia elämyksiä. Piparkakkujen leipominen tai pullapit-kon letittäminen on luovaa ja sorminäppäryyttä vahvis-tavaa. Piparkakkujen leipominen on myös hyvin monipuolista, koska siinä voidaan hyödyntää erilaisia muotteja, taikinasta voidaan pyöritellä esimerkiksi pal-loja yms.



Oven avaaminen avaimella

Lapsi voi hyvin alkaa harjoittelemaan kotioven avaamista avaimella jo 5–6-vuotiaana. Tämä tukee käden ja käsivar-ren käyttämistä ja samalla harjoittaa hienomotorisia tai-toja.



VINKKIPANKKI

Internet ja sosiaalisen median alustat ovat täynnä erilaisia ideoita. Alla monipuolinen Instagram-tili, josta löytyy kattavasti innostavia vinkkejä muun muassa lapsen hienomotoriikan vahvistamiseen.



Tässä lisäksi muutamia hakusanoja, joilla löydät hyviä toimintoja:

#hienomotoriikka

#hienomotorisetaidot

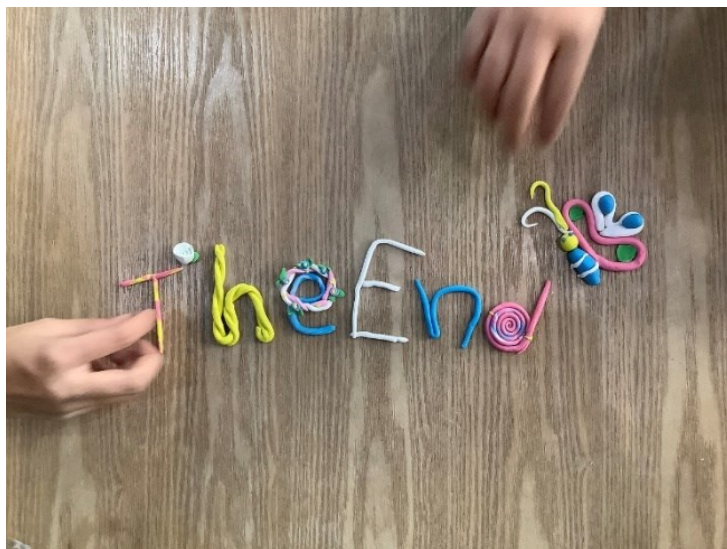
#kynätaidot

#kynänkäyttö

#toimintaterapia

#toimintaterapeutit

MUISTIINPANOJA



Lähdeluettelo

Hienomotoriikka – lista leikeistä, jotka harjoittavat lapsen käsiä. Senso-Rex. Viitattu 18.4.2024. <https://senso-rex.com/fi/hienomotoriikka-lista-leikeista-jotka-harjoittavat-lapsen-kasia/>

Kynätaidot haltuun – Miksi kynätyöskentelytaidot ovat niin tärkeitä? Toiminta-akatemia. Viitattu 18.4.2024. <https://toimintaakatemia.fi/kynataidot-haltuun-miksi-kynatyoskentelytaidot-ovat-niin-tarkeita/>

Ojanen, T., Ritmala, M., Sivén, T., Vihunen, R. & Vilén, M. 2016. Lapsen aika. 12.–16. painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Pihko, H., Haataja, L. & Rantala, H. 2014. Lastenneurologia. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Vilén, M., Vihunen, R., Vartiainen, J., Sivén, T., Neuvonen, S. & Kurvinen, A. 2011. Lapsuus – erityinen elämänvaihe. 1.–4. painos. Helsinki: WSOYpro Oy

Kuvat

Pixabay. 2024. Saatavissa: <https://pixabay.com/fi/> Papunetin kuvapankki, papunet.net, Annakaisa Ojanen, Elina Vanninen, Emmi Rothberg, Ammattiopisto Spesia, Heidi Ahlström, Katri Viljanen, Paxtoncrafts Charitable Trust ja Sergio Palao / ARASAAC