



Mitä vanhemman on hyvä tietää

MOTORISEN OPPIMISEN VAIKEUKSISTA



SISÄLLYSLUETTELO

Lukijalle	3
Mitä motorisen oppimisen vaikeuksilla tarkoitetaan?	5
Opetellaan yhdessä uusia taitoja.....	7
Ympäristöllä on merkitystä.....	10
Tutustu Skillikortteihin.....	12
Joskus tarvitaan diagnoosi	15
Kohti yhteistä ymmärrystä.....	17
Little DCDQ-FI -lomake.....	18

KIITOKSET

Oppaaseen on haastateltu kehityspsykologian professori emeritus, kliininen neuropsykologi Timo Ahosta, liikuntatieteitten tohtori, tutkija Piritta Asuntaa, lastentautien ja lastenneurologian erikoislääkäri, dosentti Aulikki Lanoa sekä fysioterapeutti, NDT/Bobath- ja vauvaterapiakouluttaja Reetta Tuomistoa.

Kiitämme lämpimästi yhteistyöstä!

Joulukuussa 2021

Pilvi Tuomola ja Eeva-Liisa Kiviniemi

Innostun liikkumaan / Suomen CP-liitto ry

Mitä vanhemman on hyvä tietää motorisen oppimisen vaikeuksista -oppaan voi ladata maksutta osoitteessa cp-liitto.fi/oppaat tai tilata painettuna Suomen CP-liitosta: toimisto@cp-liitto.fi.

Lue lisää motorisen oppimisen vaikeuksista: innostunliikkumaan.fi



LUKIJALLE

Olet ehkä huomannut, että lapsesi on oppinut kävelemään hitaammin kuin moni muu lapsi. Lapsen kasvaessa olet havainnut, ettei lapsen liikkuminen näytä yhtä sujuvalta kuin muilla. Tasapainoa vaativat puuhat vaikuttavat hankalilta, ja palloleikeissä tarvitaan paljon harjoittelua.

Olet ehkä huomannut muitakin pulmia lapsen arjessa. Pukiessa sukat tahtovat jäädä makkaralle, kengät mennä vääriin jalkoihin eikä vetoketju pysy hyppysissä. Ruokaillessa lasi kaatuu helposti tai purkkien ja purnukoiden avaaminen tuntuu vaikealta. Olet saattanut miettiä, että kaikki edellä kuvatut asiat olisivat tuiki tavallisia, jos lapsi olisi nuorempi, mutta ei ehkä enää hänen iässään.

Kaikki aiemmin luetellut asiat vaativat motorisia taitoja. Taitojen kehittymiseen vaikuttavat esimerkiksi perinnölliset tekijät, aistien toiminta sekä ympäristön tarjoamat mahdollisuudet harjoitella taitoja. On tärkeää, että lapsi pääsee liikkumaan ja leikkimään monipuolisesti omassa lähiympäristössään: kotona, metsässä, leikkipuistossa.

Aina monipuoliset kokemukset eivät riitä. Noin viidelle prosentille kaikista lapsista motoristen taitojen oppiminen vain on vaikeampaa kuin toisille. Silloin puhutaan motorisen oppimisen vaikeuksista, kehityksellisestä koordinaatiohäiriöstä tai motoriikan kehityshäiriöstä.



Karkeamotoriikalla tarkoitetaan kehon suurilla lihasryhmillä aikaansaatuja liikkeitä kuten kävely, juoksu tai hyppiminen. Karkeamotoriikalla on tärkeä merkitys asentojen ja liikkeiden säätelyssä. Se mahdollistaa hienomotorisia suorituksia.

Hienomotoriikalla tarkoitetaan pienillä lihaksilla aikaansaatuja, tarkkuutta ja sorminäppäryyttä vaativia liikkeitä.

Havaintomotoriikalla tarkoitetaan oman kehon ja sen eri osien hahmottamista suhteessa ympäröivään tilaan, aikaan ja voimaan. Sillä tarkoitetaan lapsen kykyä ja keinoja toimia, havainnoida ja sopeuttaa omaa kehoaan ympäristöön ja toimintaan sopivaksi. Havaintomotoriikkaan liittyvät haasteet voivat näkyä esimerkiksi törmäilynä tai kynän tarpeettoman voimakkaana puristamisena.

Osalla lapsista vaikeudet ovat lieviä ja helpottuvat iän myötä tuen ja harjoittelun avulla. Toisilla haasteet vaikuttavat jollakin tavalla läpi koko elämän, vähän niin kuin lukivaikeuksissa.

Motoriset taidot ovat lapsen kehityksen perusta. Ne ovat myös keskeisiä lapsen itsetunnon kehittymisen kannalta. Taidot mahdollistavat sen, että lapsi pystyy osallistumaan, leikkimään, tekemään itselleen merkityksellisiä asioita. Siksi on tärkeää, että motorisen kehityksen etenemiseen kiinnitetään huomiota jo varhaisessa vaiheessa.

Kerro havainnoistasi ja huolistasi neuvolassa, päiväkodissa tai koulussa. Motoriikan vaikeuksiin on saatavilla ammattilaisten antamaa ohjausta ja neuvontaa.

Tuella, kannustamisella ja erityisesti lapsen vahvuuksien tunnistamisella on valtavan suuri merkitys. Me kaikki tarvitsemme omat onnistumisen hetkemme.

MITÄ MOTORISEN OPPIMISEN VAIKEUKSILLA TARKOITETAAN?

Motorisen oppimisen vaikeus tarkoittaa sitä, että lapsella on tavallista vaikeampaa oppia uusia motorisia taitoja. Kävelyn oppiminen voi viivästyä. Juokseminen näyttää usein leveäraiteiselta. Lapsi ei ehkä innostu kiipeilystä tai tasapainoa haastavista leikeistä ja saattaa kompuroida tai törmäillä enemmän kuin muut lapset. Pallopelit ovat yleensä erityisen hankalia.

Pukemisessa voi olla vaikeuksia. Kengät saattavat mennä väärin jalkoihin, vetoketjujen ja nappien kanssa on haasteita. Ruokailu saattaa olla hidasta ja sotkuakin syntyy. Palapelien tekeminen ei tunnu lapsen suosikkipuuhalta, piirtämistäidot eivät näytä kehittyvän samaan tahtiin kuin muilla ja vanhemmalla lapsella käsiala on usein epäselvää.

Kehon keskilinjan ylittämiseen liittyvät puuhat voivat tuntua hankailta. Lapsi saattaa olla molempikätinen sen sijaan, että olisi selkeästi oikea- tai vasenkätinen.

Taitojen yhdistäminen on vaikeaa.

Lapsi oppii juoksemaan ja hyppäämään, mutta taitojen yhdistäminen esimerkiksi pituushypyksi voi tuottaa vaikeuksia. Isommalla lapsella pyöräilyn opettelu vaatii enemmän harjoittelua kuin muilla saman ikäisillä lapsilla (ohjeita pyöräilyyn sivulla 14).



Sukkien pukeminen kahdella kädellä on mukava tapa harjoitella muun muassa kehon keskilinjan ylitystä.

Jo opittu taito ei enää luonnistukaan uudessa ympäristössä. Motoriset toiminnot, jotka onnistuvat kotona vanhempien kanssa, eivät välttämättä sujukaan yhtä hyvin päiväkodissa.

Motoriikan vaikeudet näkyvät eri lapsilla hyvin eri tavoin. Toisilla on enemmän haasteita karkeamotoriikkaa vaativissa taidoissa, toisilla hienomotoriikkaa ja silmän ja käden yhteistyötä vaativissa, ja kolman- silla molemmissa. Karkea- ja hienomotoriikan haasteisiin linkittyä aina myös havaintomotoriikka eli se, miten lapsi hahmottaa omaa ke- hoaan suhteessa ympäristöön.

Osalla vaikeudet ovat lieviä ja helpottuvat iän myötä, jopa poistuvat kokonaan. Osalla vaikeudet voivat vaikuttaa jollakin tavalla läpi koko elämän. Osalla ihmisistä, joilla on motorisen oppimisen vaikeuksia, saattaa olla myös kielellinen kehityshäiriö, ADHD tai autismin kirjon vaikeus. Silloin on mahdollista, että motoriset vaikeudet jäävät mui- den diagnoosien varjoon.

Motorisen oppimisen vaikeuksia tunnistetaan yhä huonosti. Lapsi saatetaan tulkita motivoitumattomaksi. Ei ymmärretä, että lapsen ylipainon taustalla voi olla motorisen oppimisen vaikeuksia. Kun uu- sien taitojen oppiminen on vaikeaa, lapsi käyttää yrittämiseen paljon enemmän energiaa kuin muut, ja väsyy herkemmin. Lapsi saattaa jät- täytyä pois leikeistä, kun hän ei koe pystyvänsä samaan mihin muut.

Sosiaalinen osallisuus, itseluottamus ja itsetunto ovat lapsen hyvin- voinnin perusta. Lapselle on tärkeä tuntee, että hän on riittävän hyvä juuri sellaisena kuin on. Varhaisella ja riittävällä tuella on valtavan suuri merkitys lapsen kasvuille ja kehittymiselle. Näin lapsen maail- ma voidaan tehdä sellaiseksi, että hänen on mahdollista toimia siinä kaikella sillä potentiaalilla ja niillä motorisilla taidoilla, mitä hänellä on.

OPETELLAAN YHDESSÄ UUSIA TAITOJA

Uuden taidon opettelussa lähtökohtana on, että lapsi tunnistaa ensin vahvuutensa ja suhtautuu itseensä myönteisesti. Motoriset taidot tai niiden haasteet näkyvät helposti arjessa ja leikeissä, ja jo pienikin lapsi vertaa itseään muihin. On osattava keskittyä lapsessa olevaan hyvään, jotta vaikeus jonkin motorisen taidon oppimisessa ei yleistyisi lapsen mielessä ajatukseksi, että hän on yleisesti huono kaikessa.

● **Pohdi lapsen kanssa: Mitä taitoja jo osaan? Mitkä asiat ovat helppoja ja kivoja, missä onnistun?**

On tärkeää, että lapsi tunnistaa omat vahvuutensa ja että aikuinen nostaa niitä esiin arjessa. Sen jälkeen voidaan miettiä konkreettisia asioita, joiden oppimisessa lapsi tarvitsee tukea.

● **Pohdi lapsen kanssa: Minkä asian tekeminen on minulle vaikeaa? Missä tarvitsen enemmän harjoitusta? Mitä aion tehdä, kun olen oppinut taidon?**

Lapsen kanssa kannattaa miettiä selkeitä tavoitteita, jotta lapsi motivoituisi harjoittelemaan. Mitä lapsi itse haluaa oppia? Mitä taitoja hänen on hyvä harjoitella, jotta tavoite saavutettaisiin? Miten taidon opettelua voidaan helpottaa?

Esimerkiksi pallonheiton harjoittelun voi aloittaa isoilla, pehmeillä palloilla tai ilmapallolla. Toistojen ja onnistumisten kautta voidaan siirtyä kovempiin ja pienempiin palloihin.



Pallonheiton harjoittelu kannattaa aloittaa isoilla, pehmeillä palloilla, ja siirtyä vähitellen kovempiin ja pienempiin palloihin.

Anna lapsen tehdä mahdollisimman paljon itse. Harjoittelua on hyvä palastella: aikuinen voi aloittaa vetoketjun vetämisen kiinni ja antaa lapsen viimeistellä se. Aikuinen voi tehdä mandariinin kuoreen ensimmäisen viillon ja antaa lapsen kuoria loput.



Lapselle vaikeita taitoja kannattaa harjoitella 90/10-periaatteella. 90 prosenttia ajasta tai tehtävästä tulisi vahvistaa lapsen jo opittuja taitoja, jolloin lapsi kokee onnistumisen tunteita. Kun uuden taidon opettelu on vain kymmenen prosenttia tehtävästä tai ajasta, lapsi kestää harjoittelun aiheuttaman turhautumisen paremmin.

Kun lapsi kasvaa ja kehittyy, kasvavat myös vaatimukset oppia uusia taitoja. Lapset unohtavat

- **Älä jää yksin huoliesi kanssa.** Jaa havaintojasi neuvolassa, keskustele päiväkodin työntekijöiden kanssa tai pyydä päästä lääkärin, fysioterapeutin tai toimintaterapeutin juttusille.
- **Auta lasta ymmärtämällä.** On tärkeää, että lapsen lähipiiri ymmärtää, miten motoriset vaikeudet vaikuttavat lapsen arkeen ja käyttäytymiseen. Kun lapsi tuntee, että häntä ymmärretään ja tuetaan, hän uskaltaa yrittää uusia asioita ja innostuu harjoittelemaan, kunnes onnistuu.
- **Keskity onnistumisiin.** Tarjoa lapselle mahdollisuuksia loistaa. Muistuta lasta, missä kaikessa hän on edistynyt.
- **Muista armollisuus.** Kaikkia taitoja ei elämässä tarvitse osata. Yksi osaa yhden asian, toinen toisen. Me kaikki olemme ja saamme olla erilaisia.

helposti, mitä ovat matkan varrella oppineet ja miten pitkälle he ovat monissa asioissa edistyneet. Kehittymistä kannattaa seurata esimerkiksi tekemällä lapselle oma vihko tai kuvapäiväkirja puhelimeen, johon merkitään mitä uusia asioita lapsi on päivittäin oppinut. Päiväkirjaa selaamalla lapsi näkee selkeästi oman kehityksensä.

Myös oppimisen sanominen ääneen lapselle on tärkeää: ”Muistatko, kun tämä asia oli sinulle viime kesänä vielä vaikeaa? Huomaatko, kuinka helposti kengät menivät tänään jalkaan, kun kaksi kuukautta sitten vielä tarvitsit apua niiden pukemisessa?”



Harjoittele lapsen kanssa hankalia taitoja lusikallinen kerrallaan. Kun 90 prosenttia ajasta tai tehtävästä vahvistaa jo opittuja taitoja, lapsi kestää vaikean asian harjoittelun aiheuttaman turhautumisen paremmin.

- Turha harjoitella, kun tunnelma on pilalla. Valitse sopivan rauhalliset hetket uusien taitojen harjoitteluun. Kiireessä tai nälkäkiukun keskellä on syytä olla itselle ja lapselle armollinen.
- Joskus on tarpeen helpottaa lapsen arkea apuvälineillä. Esimerkiksi vetoketjuun tarttumista voi helpottaa laittamalla vetoketjuun pieni lenkki tai helmi. Jos kengännauhojen solmiminen on ylivoimaista, niiden tilalle voi ostaa joustavat kengännauhat, joita ei tarvitse solmia.

Lapsi huomaa herkästi aikuisten asenteet ja kuulee sanat, joita hänestä käytetään. Kannustava asenne onkin uusien taitojen oppimisen lähtökohta.



YMPÄRISTÖLLÄ ON MERKITYSTÄ

Lapsen oppimiseen vaikuttaa ennen kaikkea sosiaalinen ympäristö ja muiden ihmisten asenteet. Kannustava ja myönteinen asennoituminen lapseen on merkittävin tekijä, jonka avulla hän oppii uskomaan omaan kykyihinsä ja uskaltaa opetella uusia taitoja.

Mitä monipuolisempi fyysinen ympäristö, sitä paremmat mahdollisuudet lapsella on harjoitella motorisia taitoja. Metsässä jo pelkkä epätasainen polku tarjoaa lihaksille ja tasapainolle harjoitusta. Kiville ja kannoille saa ja tekee mieli kiipeillä, ja sammal ottaa kaatumiset pehmeästi vastaan. Metsä tarjoaa myös juuri sopivasti virikkeitä aisteille.



Kumpi ympäristö kutsuu mielestäsi liikkumaan, touhuamaan, testaamaan omia motorisia taitoja?

Aina ei tietenkään tarvitse mennä metsään tai leikkipuistoon. Suuri osa lapsen arjesta kuluu kotona, neljän seinän sisällä. Pienellä muokkauksella kotiin pystyy rakentamaan monipuolisia mahdollisuuksia motoristen taitojen kehittymiselle.

Voisiko lapsi esimerkiksi harjoitella kiipeilyä sohvalle jonkinlaisen korokkeen avulla? Voisiko olohuoneen lattialla olla patja, jossa saa kokeilla kuperkeikkaa? Voisiko kotona olla aina pari ilmapalloa puhallettuna ja valmiina pomputteluleikkeihin? Mitä, jos suihkussa olisi sormivärimaalauspiste? Voisiko iltarutiineihin kuulua kevyt silitys tai hieronta, joka auttaa lasta hahmottamaan kehoaan?

Harrastamisessa kannattaa valita lajeja, joissa pääpaino on osallis-

tumisessa, ei kilpailemisessa. Moni kunta tai seura järjestää jump-
pa- tai temppukerhoja eri-ikäisille lapsille, joissa harjoitellaan mo-
nipuolisesti motorisia taitoja. On tärkeää kertoa ohjaajalle, jos lapsi
tarvitsee enemmän tukea taitojen oppimisessa.

Joskus yksilölajit toimivat paremmin. Niissä lapsi pääsee harrasta-
maan omalla tasollaan. Joukkuelajeissa tarvitaan usein hyvää ha-
vaintomotoriikkaa sekä muiden harrastajien ja sääntöjen huomioi-
mista nopeasti muuttuvissa tilanteissa. Tämä ei ole usein helppoa
lapselle, jolla on motorisen oppimisen vaikeuksia.

Tärkeintä on, että lapsi saa iloa ja onnistumisen kokemuksia liikun-
nasta. Näin hän rohkaistuu jatkossakin kokeilemaan erilaisia tapoja
liikkua ja harrastaa.

TUTUSTU SKILLIKORTTEIHIN

Innostun liikkumaan -sivustolta löydät lisää tietoa motorisista tai-
doista, niiden havainnoimisesta, taitojen oppimisen vaikeuksista
sekä keinoja taitojen oppimisen tukemiseen. Sivuston taustalla on
Suomen CP-liitto, joka on tehnyt tavoitteellista työtä motorisen op-
pimisen vaikeuksien tunnistamiseksi ja tukemiseksi eri hankkeissa
vuodesta 2007.

Innostun liikkumaan -toiminnassa tuotettiin
myös Skillilataamo. Se on maksuton verk-
kopalvelu, joka tarjoaa innostavia ja moni-
puolisia tehtäviä motoristen taitojen harjoit-
teluun. Seuraavien sivujen harjoitteet ovat
esimerkkejä Skillikorteista, joissa harjoitel-
laan lapsen kanssa liikkuvuutta, voimaa ja
motorisia perustaitoja. Löydät yli 600 erilais-
ta Skillikorttia osoitteesta innostunliikkumaan.fi/skillilataamo.





SKILLIKORTTI 607: LISKOKÄVELY

Liskokävely on hyvä harjoite liikkuvuuden kehittämiseen. Lapsi tarvitsee liikkuvuutta monissa eri arjen toiminnoissa, kuten pukemisessa.

Laita jalkapohjat ja kämmenet lattiaan niin, että koko vartalosi on lähellä lattiaa. Liiku mahdollisimman lähellä maata niin, että vastakkainen käsi ja

jalka siirtyvät yhtä aikaa.

Voit aloittaa kokeilemalla sisiliskoryömintää. Laskeudu ensin lattialle vatsallesi. Lähde sitten ryömimään kyynärvarret alustassa vuorotahdistisesti eteenpäin lattia vatsassa tai lähellä lattiaa. Kuinka pitkään jaksat pitää vatsasi irti alustasta?

SKILLIKORTTI 606: SAMMAKKO

Päivittäiseen tekemiseen ja toimintaan upotetut harjoitteet ovat hyvä tapa kehittää liikkuvuutta, voimaa ja motorisia perustaitoja. Lapsen kanssa voi esimerkiksi miettiä yhdessä, mitä asioita voi tehdä kyykyssä. Missä asioissa tarvitaan liikkuvuutta eli taipumista, venymistä, kurkottelua? Missä tarvitaan voimaa?

Aloita hyppy kyykistymällä niin alas, että kätesi koskevat maahan. Sen jälkeen ponnista kohti taivasta ja suorista kätesi pääsi päälle ilmassa. Kädet voivat myös pysyä kiinni lantiossa, jolloin jalkojen tekemä työ ko-



roستuu. Voit kokeilla hyppiä mahdollisimman korkealle tai pitkälle. Entä montako sammakonloikkaa jaksat tehdä peräkkäin?



SKILLIKORTTI 604: KIRAHVI

Lasten kanssa on hyvä harjoitella leikki ja liikkumisen ilo edellä. Onnistumisen ja edistymisen kokemukset harjoitteissa on tehty ennen kaikkea jaettavaksi.

Kirahvi-harjoitus kehittää liikkuvuutta. Nouse varpaillesi seisomaan. Kurkota käsilläsi niin korkealle kuin pystyt. Voit myös kietoa kätesi yhteen. Pysy asennossa viisi sekuntia. Lähde kävelemään samalla ylös kurkottaen. Liiku etuperin, takaperin ja sivusuunnassa. Kävele myös ylä- ja alamäkeen. Säilyykö kirahvin tasapaino?

Vinkkejä pyöräilyn opetteluun

- Pilko pyöräily pienempiin osaitoihin. Harjoittele ensin pyörän hallintaa potkuttelemalla ilman polkemista. Polkupyörästä kannattaa ottaa polkimet pois. Kävele aluksi pyörän kanssa niin, että pyörä on jalkojen välissä. Satulan tulee olla tarpeeksi alhaalla, jotta jalat ylettyvät maahan. Näin lapsen tasapaino kehittyy ja hän oppii hallitsemaan pyörää. Kävelyn jälkeen voi alkaa potkutella ensin vuoro- ja sitten tasatahtiin.
- Laita seuraavaksi toinen poljin paikalleen. Jatka harjoittelua niin, että vain toinen jalka potkii vauhtia ja toinen on polkimella.
- Pyörällä liikkeelle lähdetessä haastavinta on yleensä jalan nostaminen maasta polkimelle. Kun edellinen harjoitus onnistuu, myös toinen poljin kiinnitetään takaisin. Polkemisliikettä voi harjoitella esimerkiksi polkuautolla tai kuntopyörällä.
- Osalla lapsilla voi olla vaikeuksia hahmottaa polkemisen oikea suunta. He saattavat polkaista vahingossa väärään suuntaan, jonka vuoksi jalkajarrulla varustettu pyörä ei ole paras vaihtoehto. Käsijarruilla varustettu pyörä on parempi. Sillä voidaan vähentää vauhdin yllättävästä pysähtymisestä johtuvia kaatumisia.
- Jos kaatuminen pelottaa, voi ajamista ensin harjoitella pehmeämmällä, mutta tasaisella alustalla kuten urheilukentällä.

JOSKUS TARVITAAN DIAGNOOSI

Motorisen oppimisen vaikeuksista käytetään myös termiä DCD eli Developmental Coordination Disorder, suomeksi kehityksellinen koordinaatiohäiriö. Terveystieteissä käytetään termiä motoriikan kehityshäiriö (ICD-10 tautiluokitus F82).



Noin viidellä prosentilla kaikista lapsista on motorisen oppimisen vaikeus. Taustalla voi olla perinnöllisiä tekijöitä, ennenaikainen syntymä tai syntymää edeltäviä, synnytyksen aikaisia tai pian syntymän jälkeen lapsen varhaisvaiheisiin liittyviä ongelmia. Pojilla vaikeudet ovat yleisempiä kuin tytöillä.

Motoriikan vaikeudet kuuluvat hermoston kehityksellisiin häiriöihin. Ajatellaan, että tietyt geneettiset ominaisuudet vaikuttavat jo sikiöaikana siihen, miten motorisen säätelyn ja oppimisen kannalta keskeiset aivorakenteet kehittyvät. Lapsilla, joilla on huomattavia vaikeuksia motoristen taitojen oppimisessa, saattaa esiintyä myös muita kehityksellisiä haasteita ja oppimisvaikeuksia.

Motorisen oppimisen vaikeudet eivät läheskään aina vaadi diagnoosia. Ammattilaisten antama ohjaus ja neuvonta sekä päiväkodin tai koulun kanssa tehtävä yhteistyö vievät usein jo pitkälle.

Diagnoosi voi kuitenkin helpottaa asian ymmärtämistä ja selkeyttää tilannetta. Diagnoosi F82, Motoriikan kehityshäiriö, voidaan asettaa yli 5-vuotiaalle lapselle. Diagnoosia tarvitaan erityisesti silloin, kun lapsi tarvitsee toiminta- tai fysioterapeutin antamaa kuntoutusta.

Motoriikan kehityshäiriön keskeisiä piirteitä

- Lapsen motoriset taidot ovat merkittävästi ikätasoa heikommat, vaikka taitojen harjoitteluun on annettu mahdollisuus.
- Motoriset vaikeudet vaikeuttavat merkittävästi ja pysyvästi ikätason mukaista suoriutumista päivittäisistä toiminnoista ja liikunnallisista aktiviteeteistä sekä heijastuvat kouluosuoriutumiseen tai vapaa-ajan toimintaan.
- Motorisia vaikeuksia eivät selitä mitkään muut lääketieteelliset, kehitykselliset tai psykologiset syyt, sosiaalinen tilanne tai kulttuuritausta.
- Oireet ovat alkaneet varhaislapsuudessa.

Diagnoosin asettamista varten tehdään lääkärintutkimus ja fysio- tai toimintaterapeutin tekemä motorisen taitotason testaus. Lisäksi vanhemmat sekä päiväkodin tai koulun edustaja arvioivat lapsen toimintakykyä arjessa: missä lapsella on hankaluuksia, kuinka paljon vaikeudet estävät lasta osallistumasta leikkeihin, liikuntaan tai harrastuksiin tai miten lapsen taidot vaikuttavat osallistumiseen ryhmässä.

KOHTI YHTEISTÄ YMMÄRRYSTÄ

Motorisen oppimisen vaikeuksista puhutaan eri toimintaympäristöissä eri termeillä. Kasvatusalalla puhutaan motorisen oppimisen vaikeuksista, tutkimuksen kentällä kehityksellisestä koordinaatiohäiriöstä (DCD) ja suomalaisessa terveydenhuollossa ICD10-tautiluokituksen mukaisesta motoriikan kehityshäiriöstä. Tässä oppaassa olemme käyttäneet yleisesti termiä motorisen oppimisen vaikeus, sillä olemme lähestyneet aihetta kasvatuksellisesta näkökulmasta.

Termistö toivottavasti selkiytyy vielä lähivuosina. Vuonna 2021 työnsä aloitti kehityksellisen koordinaatiohäiriön Käypä hoito -työryhmä. Käypä hoito -suositukset ovat riippumattomia, tutkimusnäyttöön perustuvia kansallisia hoitosuosituksia. Niitä laaditaan lääkäreille, terveydenhuollon ammattihenkilöstölle ja kansalaisille hoitopäätösten pohjaksi.

On tärkeää lisätä ymmärrystä kehityksellisistä koordinaatiohäiriöistä, jotta vaikeudet tunnistettaisiin paremmin ja varhaisemmassa vaiheessa. Näin lapsi saisi oikeanlaista tukea oikeaan aikaan.

LITTLE DCDQ-FI -LOMAKE

Little DCDQ -lomake on kehitetty tunnistamaan motorisia vaikeuksia 3–4-vuotiailla lapsilla. Sen suomennos ja kulttuurinen käänös on tehty Piilo-hankkeessa*. Lomakkeeseen tutustuminen voi auttaa vanhempaa hahmottamaan, minkälaisissa toiminnoissa lapsen pulmat voivat esiintyä. Lomake on tarkoitettu myös päiväkodin henkilökunnan käytettäväksi. Sen avulla vanhemmat ja lapsen lähellä olevat ammattilaiset voivat muodostaa yhteistä ymmärrystä lapsen motorisista taidoista. Little DCDQ-FI -lomake on hyvä pohja keskustelulle. Se auttaa keräämään tietoa, jonka avulla arvioidaan lapsen motorisia taitoja, joita hän tarvitsee arjessa.

Little DCDQ-FI -lomake

Lomakkeessa kysytään lapsen motorisista taidoista. Lapsen motoriset taidot tulevat sujuvimiksi joka vuosi hänen kasvaessaan. Vastaamista helpottaa, kun vertaata lapsen liikkumisen sujuvuutta muihin samanikäisiin lapsiin. Valitse vastausvaihtoehto, joka parhaiten kuvaa lapsen toimintaa.

Kuvaa lasta...	ei lainkaan	vain vähän	jonkin verran	hyvin	erittäin hyvin
a) Lapsi osaa heittää ison pallon (halkaisija noin 25 cm) toiselle lapselle tai aikuiselle.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
b) Lapsi osaa ottaa kahdella kädellä kiinni ison pallon, joka heitetään hänen keskivartalooan kohti noin 1,5 metrin (alle 4 v) tai noin 2 metrin (4-5 v) etäisyydeltä.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
c) Lapsi osaa potkaista häntä kohti vieritettyä palloa samalla tavalla kuin muut samanikäiset.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
d) Lapsi osaa juosta nopeasti ja samalla tavalla kuin muut samanikäiset ja samaa sukupuolta olevat lapset.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
e) Lapsi osaa liikkua paikasta toiseen ja vaihtaa asentoa kuin muut samanikäiset lapset (esim. kävellä portaita ylös ja alas, kiivetä sänkyyn ja pois sängystä, leikkiä tuulileikkiä).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
f) Lapsi osaa juoda mukista läikyttämättä ja samalla tavalla kuin muut samanikäiset lapset.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
g) Lapsi osaa käyttää ruokailuvälineitä (lusikka, haarukka, teelusikka) syödessään ja käyttää niitä kuten muut samanikäiset lapset (osaa tuoda ruuan kohti suutaan).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

* Asunta, P., Viholainen, H., Laasonen, K., Kukko, T., Mehtälä, A., Tammelin, T. & Sääkslahti, A. 2021. Motorisen oppimisen vaikeuksien tunnistaminen. Teoksessa: Arja Sääkslahti, Anette Mehtälä ja Tuija Tammelin (toim.) Piilo - Pienten lasten liikunnan ilon, fyysisen aktiivisuuden ja motoristen taitojen seuranta. Kehittämisyhteistyön 2019–2021 tulospöytäkirja. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 398, Likes, Jyväskylä 2021, s. 98–113.



Millaisia motorisia taitoja lapsi tarvitsee arjessa vaikkapa kavereiden kanssa leikkiessä? Little DCDQ-FI -lomakkeen avulla vanhemmat ja lasta lähellä olevat ammattilaiset pystyvät muodostamaan yhteisen kuvan lapsen tilanteesta.

Kuvaa lasta...	ei lainkaan	vain vähän	jonkin verran	hyvin	erittäin hyvin
h) Lapsi osaa pitää kynää kädessään kuten muut samanikäiset lapset ja onnistuu piirtämään vapaasti (alle 4 v) tai kopiaimaan sillä yksinkertaisia viivoja ja muotoja (4-5 v).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
i) Lapsi osaa pujottaa isoja helmiä (alle 4 v) tai pieniä helmiä (4-5 v) esimerkiksi lankaan tai rautalankaan.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
j) Lapsi osaa irrottaa tarroja tarra-arkista ja liimata niitä tiettyyn kohtaan paperilla.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
k) Lapsi suoriutuu rakentelupeleistä kuten muut samanikäiset (esim. palapelit, legot, palikkatornin kokoaminen, palikkarakennelmien tekeminen mallin mukaan).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
l) Lapsi osaa liikkuntaleikeissä matkia toisen henkilön asentoja (esim. Kapteeni käskee, Seuraa johtajaa).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
m) Lapsi osaa käyttää leikkipuiston välineitä kuten muut samanikäiset lapset (esim. kiipeä tikkaita, laskee liukumäkeä).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
n) Lapsen liikkuminen näyttää sujuvalta. Hän ei kaatuile tai törmäile usein.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
o) Kun lapsi joutuu istumaan jonkin aikaa, hän istuu suorassa (ei väsy helposti tai näytät valuvan ikään kuin putoaisi tuolilta).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

MITÄ VANHEMMAN ON HYVÄ TIETÄÄ MOTORISEN OPPIMISEN VAIKEUKSISTA -OPAS

kertoo, mitä motorisen oppimisen vaikeuksilla tarkoitetaan ja miten lasta voi tukea hänen opetellessa motorisia taitoja.

Joskus uusien motoristen taitojen oppiminen voi olla lapselle haasteellista. Vanhempi on näyttänyt mallia, kannustanut ja tarjonnut lukuisia oppimista mahdollistavia kokemuksia, eivätkä taidon palaset siitäkään huolimatta oikein asetu kohdilleen. Silloin on mahdollista, että lapsella on motorisen oppimisen vaikeus.

Ratkaisevaa on se, miten aikuinen suhtautuu lapsen haasteisiin. Laiskuus kun voi olla jotain ihan muuta kuin laiskuutta. Lapsi saattaa yrittää enemmän kuin vanhempi ymmärtäkään. On tärkeää huomata, että lapsi yrittää kovasti.

Lapsen vahvuuksien tunnistaminen ja omien tavoitteiden pohdinta on uusien taitojen oppimisen perusta. Minkä taidon oppiminen on tärkeää lapselle ja miksi? Ehkä siksi, että hän pääsisi mukaan superiisteihin leikkeihin kavereiden kanssa?

**Noin 5 prosentilla
kaikista lapsista
on motorisen
oppimisen
vaikeuksia.**



**Motoriset taidot
ovat lapsen
kehityksen
perusta.
Ne ovat myös
keskeisiä lapsen
itsetunnon
kehittymisen
kannalta.**