



Soveltavan liikunnan kehittäminen

Utajärvi 20.8.2025

Kaino Rajala



Soveltavan liikunnan määritelmä

Soveltavalla liikunnalla tarkoitetaan sellaisten henkilöiden liikuntaa joiden on vamman, sairauden tai muun toimintakyvyn heikentymisen tai niiden sosiaalisiin tilanteisiin aiheuttaman vaikutuksen vuoksi vaikea osallistua yleisesti tarjolla olevaan liikuntaan.

Soveltavan liikunnan kohderyhmänä ovat erityisesti toimintarajoitteiset, pitkäaikaissairaat sekä ne ikääntyneet henkilöt, joiden toimintakyky on heikentynyt.

Liikuntaa sovellettaessa ja järjestettäessä otetaan huomioon osallistujan toimintakyky.

Soveltavan liikunnan termi ohjaa siihen, että toiminta on jo valmiiksi sovellettua.

Soveltavan liikunnan kehittäminen

Toimenpiteet

- Soveltavan liikunnan edistämisen moniammatillisen työryhmän nimeäminen
 - Säännöllisesti kokoontuva yhteistyöryhmä

(Hyvinvointipalvelut, elinympäristöpalvelut, kasvatuspalvelut, Pohde, järjestöt/yhdistykset, urheiluseurat, seurakunta, Oulujokiopisto, Vanhus- ja vammaisneuvosto, muut kohderyhmälle toimintaa järjestävät)

Työryhmän tehtävät

- Laatia soveltavan liikunnan kehittämissuunnitelma
 - Suunnitelman tavoitteena on kehittää soveltavan liikunnan tarjontaa, osaamista sekä kohderyhmän osallisuutta.
 - Keskeisimpiä nostoja esteettömyys, tarjonnan monipuolisuus, liikuntapaikkojen saatavuus, kohderyhmän tavoittaminen, kyselyt, tapahtumat, osaamisen lisääminen/koulutukset, yhteistyön lisääminen, hankkeet

Hankkeet ja alueelliset työryhmät

Hankkeet

- **Soveltavaa liikuntaa yli kuntarajojen-ODL Liikuntaklinikka.**
Hankeaika 1.9.2025 – 31.12.2026.
- Hankkeessa kehitetään soveltavan liikunnan toimintaa lapsille ja nuorille Pohjois-Pohjanmaan pienissä kunnissa.
- Tavoitteena on yhtenäistää soveltavan liikunnan verkosto- ja yhteistyömalleja ja madaltaa kynnystä soveltavan liikunnan järjestämiseksi yli kuntarajojen.
- Hankkeen tuloksena syntyy lapsia ja nuoria sekä kunta- ja yhdistystoimijoita osallistava ja yhdistävä toimintamalli soveltavan liikunnan järjestämiseksi pienissä kunnissa.
- Hankkeen yhteistyökumppaneina toimivat Pohjois-Pohjanmaan liikunta ja urheilu ry sekä hyvinvointialue Pohde. Hankkeessa ovat mukana Muhos, Utajärvi, Ii, Tyrnävä, Kempele ja Liminka.
- Hanketta rahoittavat opetus- ja kulttuuriministeriön Suomi liikkeelle -ohjelma sekä ODL Säätiö.

Alueelliset työryhmät

- **Soveltavan liikunnan työryhmä**
- Kaino mukana
- **Pohde/ Soveltava liikunta**
- Kaino mukana

Muuta huomioitavaa

Pohjoista
VIRTAA