Soveltavan liikunnan ja paraurheilun sanasto

10.2.23 Liikkujan polku-verkosto

Piritta Asunta, Riikka Roitto & Aija Saari

Medikaalinen ja sosiaalinen malli

Vammaisuus on yksilön henkilökohtainen ominaisuus, ongelma ja tragedia.

Vammaisuus aiheutuu esteellisistä ympäristöistä ja vammauttavista palveluista ja käytännöistä.

Olemme kaikki yksilöllisiä ja erilaisia omine ominaisuuksinemme ja tarpeinemme.

Medikaalinen malli → Sosiaalinen malli → Kaikille avoin, inkluusio

YK:n vammaissopimus

Artikla 30.5

yhdessä

erikseen

Siellä missä muutkin.
Kaikille avointa toimintaa.
Inkluusio ja osallisuus.

Vertaisryhmät,
vammaisurheilun tai soveltavan liikunnan kohdennetut ryhmät.
Diagnoosipohjainen toiminta.
Omat kisat, kuten Paralympics, Special Olympics, Deaflympics.

Termit muuttuvat ajassa.

Soveltavan liikunnan termien käyttö on kirjavaa

(erityisryhmien liikunta – eriytyisliikunta – soveltava liikunta – kaikille avoin liikunta)

Erilaisten termien käyttö voi aiheuttaa väärinymmärryksiä, sanat voivat myös loukata.

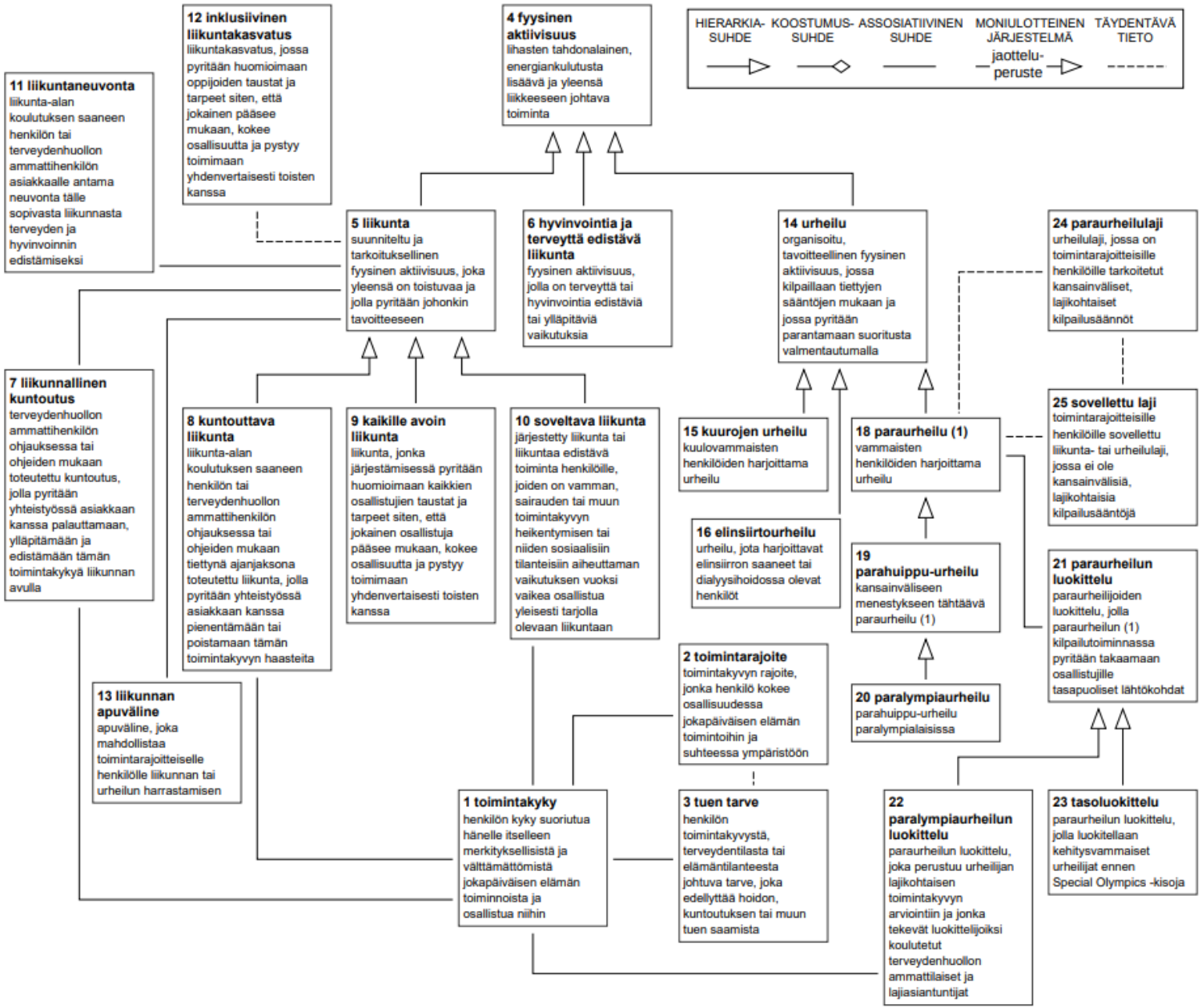
Yhteiselle kielelle on tarve.

Sanastotyön tavoitteena on tukea soveltavan liikunnan suunnittelua, arviointia, opetusta ja tutkimusta.

Sanasto auttaa lisäämään yhteisymmärrystä ja vuorovaikutusta eri toimijoiden kesken.

Sanastotyön taustat

- Sanasto on laadittu asiantuntijoiden ja terminologien yhteistyönä
- Sanasto määrittelee 41 keskeistä soveltavan liikunnan ja paraurheilun käsitettä
- Sanastossa kuvattu käsitteiden välisiä suhteita ja käsitejärjestelmää
- Sanasto sisältää suomenkieliset termit ja käsitekuvaukset sekä vastineet ruotsiksi ja englanniksi
- Suositukset ja opastus soveltuviin termeihin, joilla käsitteisin viitataan
- Neuvotaan millaisin termein käsitteisiin ei tulisi viitata


HIERARKIA-SUHDE
KOOSTUMUS-SUHDE
ASSOSIATIIVINEN SUHDE
MONIULOTTEINEN JÄRJESTELMÄ
jaottelu-peruste
TÄYDENTÄVÄ TIETO
4 fyysinen aktiivisuus
lihasten tahdonalainen, energiankulutusta lisäävä ja yleensä liikkeeseen johtava toiminta
12 inklusiivinen liikuntakasvatus
liikuntakasvatus, jossa pyritään huomioimaan oppijoiden taustat ja tarpeet siten, että jokainen pääsee mukaan, kokee osallisuutta ja pystyy toimimaan yhdenvertaisesti toisten kanssa
11 liikuntaneuvonta
liikunta-alan koulutuksen saaneen henkilön tai terveydenhuollon ammattihenkilön asiakkaalle antama neuvonta tälle sopivasta liikunnasta terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi
5 liikunta
suunniteltu ja tarkoituksellinen fyysinen aktiivisuus, joka yleensä on toistuvaa ja jolla pyritään johonkin tavoitteeseen
6 hyvinvointia ja terveyttä edistävä liikunta
fyysinen aktiivisuus, jolla on terveyttä tai hyvinvointia edistäviä tai ylläpitäviä vaikutuksia
14 urheilu
organisoitu, tavoitteellinen fyysinen aktiivisuus, jossa kilpaillaan tiettyjen sääntöjen mukaan ja jossa pyritään parantamaan suoritusta valmentautumalla
24 paraurheilulaji
urheilulaji, jossa on toimintarajoitteisille henkilöille tarkoitetut kansainväliset, lajikohtaiset kilpailusäännöt
7 liikunnallinen kuntoutus
terveydenhuollon ammattihenkilön ohjauksessa tai ohjeiden mukaan toteutettu kuntoutus, jolla pyritään yhteistyössä asiakkaan kanssa palauttamaan, ylläpitämään ja edistämään tämän toimintakykyä liikunnan avulla
8 kuntouttava liikunta
liikunta-alan koulutuksen saaneen henkilön tai terveydenhuollon ammattihenkilön ohjauksessa tai ohjeiden mukaan tiettynä ajanjaksona toteutettu liikunta, jolla pyritään yhteistyössä asiakkaan kanssa pienentämään tai poistamaan tämän toimintakyvyn haasteita
9 kaikille avoin liikunta
liikunta, jonka järjestämisessä pyritään huomioimaan kaikkien osallistujien taustat ja tarpeet siten, että jokainen osallistuja pääsee mukaan, kokee osallisuutta ja pystyy toimimaan yhdenvertaisesti toisten kanssa
10 soveltava liikunta
järjestetty liikunta tai liikuntaa edistävä toiminta henkilöille, joiden on vamman, sairauden tai muun toimintakyvyn heikentymisen tai niiden sosiaalisiin tilanteisiin aiheuttaman vaikutuksen vuoksi vaikea osallistua yleisesti tarjolla olevaan liikuntaan
15 kuurojen urheilu
kuulovammaisten henkilöiden harjoittama urheilu
18 paraurheilu (1)
vammaisten henkilöiden harjoittama urheilu
25 sovellettu laji
toimintarajoitteisille henkilöille sovellettu liikunta- tai urheilulaji, jossa ei ole kansainvälisiä, lajikohtaisia kilpailusääntöjä
16 elinsiirtourheilu
urheilu, jota harjoittavat elinsiirron saaneet tai dialyysihoidossa olevat henkilöt
19 parahuippu-urheilu
kansainväliseen menestykseen tähtäävä paraurheilu (1)
21 paraurheilun luokittelu
paraurheilijoiden luokittelu, jolla paraurheilun (1) kilpailutoiminnassa pyritään takaamaan osallistujille tasapuoliset lähtökohdat
13 liikunnan apuväline
apuväline, joka mahdollistaa toimintarajoitteiselle henkilölle liikunnan tai urheilun harrastamisen
2 toimintarajoite
toimintakyvyn rajoite, jonka henkilö kokee osallisuudessa jokapäiväisen elämän toimintoihin ja suhteessa ympäristöön
20 paralympiaurheilu
parahuippu-urheilu paralympialaisissa
1 toimintakyky
henkilön kyky suoriutua hänelle itselleen merkityksellisistä ja välttämättömistä jokapäiväisen elämän toiminnoista ja osallistua niihin
3 tuen tarve
henkilön toimintakyvystä, terveydentilasta tai elämäntilanteesta johtuva tarve, joka edellyttää hoidon, kuntoutuksen tai muun tuen saamista
22 paralympiaurheilun luokittelu
paraurheilun luokittelu, joka perustuu urheilijan lajikohtaisen toimintakyvyn arviointiin ja jonka tekevät luokittelijoiksi koulutetut terveydenhuollon ammattilaiset ja lajiasiantuntijat
23 tasoluokittelu
paraurheilun luokittelu, jolla luokitellaan kehitysvammaiset urheilijat ennen Special Olympics -kisoja

Urheilu

- Suomessa ei ole tehty vastaavaa sanastotyötä urheilusta, joten katsoimme tarpeelliseksi määritellä myös termin urheilu.
- urheilu = organisoitu, tavoitteellinen fyysinen aktiivisuus, jossa kilpaillaan tiettyjen sääntöjen mukaan ja jossa pyritään parantamaan suoritusta valmentautumalla.
- fyysinen aktiivisuus = lihasten tahdonalainen, energiankulutusta lisäävä ja yleensä liikkeeseen johtava toiminta
- Tämä urheilun määritelmä ei rajaa kovinkaan montaa rajatapauslajia ulos.

Paraurheilu vs. vammaisurheilu

- Paraurheilu-sanaan kulminoituu tämän aihealueen kielenkäytön murros Suomessa.
- Päädyimme määrittelemään paraurheilun synonyymiksi vammaisurheilulle = vammaisten henkilöiden harjoittama urheilu.
- Paralympialajien urheilu tarkoittaa vain paralympialajeja.
- HUOM! Vammaisuus ei ole pannassa. Meillä on vammaisliike, uudistuva vammaispalvelulaki ja inkluusion muutoksessa voidaan tässä kontekstissa puhua vammaisinkluusiosta.

Mikä on para?

- Tulee kreikan kielen sanasta para, eli vieressä, ja siitä johdetusta englannin kielen sanasta parallel.
- Paraurheilu on ikään kuin rinnakkainen järjestelmä ns. yleiselle urheilulle.
- Rinnakkaisuus tulee siitä, miten siinä luokittelun avulla mahdollistetaan toimintarajoitteisten henkilöiden urheileminen siten, että se on mielekästä ja tasapuolista.
- Para etuliite lajien nimissä leviää nopeimmin, mutta myös soveltava/sovellettu nimikkeitä käytössä

Paraurheilun monimuotoisuus

- Tärkeä osa sanastotyötä oli tuoda selvyyttä paraurheilun erilaisiin liikkeisiin: elinsiirtourheilu, kuurojen urheilu, Special Olympics, paralympialiike.
- Paraurheilun kansainväliset urheiluliikkeet ovat osittain lomittaisia, eikä niiden sisäistäminen tapahdu käden käänteessä, mutta sanastotyön myötä niille on nyt ainakin olemassa selkeät määritelmät ja ne on asetettu keskinäiseen kontekstiinsa sanaston kaaviossa.

Toimintakyky	
toimintakyky	
toimintarajoite	
tuen tarve	
Liikunta ja urheilu	
fyysinen aktiivisuus	
liikunta	
hyvinvointia ja terveyttä edistävä liikunta; terveyttä ja hyvinvointia edistävä liikunta; terveyttä edistävä liikunta; terveysliikunta	
liikunnallinen kuntoutus	
kuntouttava liikunta	
kaikille avoin liikunta; inklusiivinen liikunta	
soveltava liikunta	✓
liikuntaneuvonta	
inklusiivinen liikuntakasvatus; osallistava liikuntakasvatus; > inklusiivinen liikunnanopetus	
liikunnan apuväline	

10

soveltava liikunta

mieluummin kuin: sovellettu liikunta; erityisliikunta
ei: erityisryhmien liikunta (vanhentunut); vammaisliikunta (vanhentunut)

sv anpassad motion; anpassad fysisk aktivitet
inte: specialmotion; motion för specialgrupper; specialgruppsmotion; handikappmotion

en adapted physical activity; applied physical activity; APA; physical activity for persons with disabilities; physical activity for people with disabilities

määritelmä

järjestetty *liikunta* tai liikuntaa edistävä toiminta henkilöille, joiden on vamman, sairauden tai muun *toimintakyvyn* heikentymisen tai niiden sosiaalisiin tilanteisiin aiheuttaman vaikutuksen vuoksi vaikea osallistua yleisesti tarjolla olevaan liikuntaan

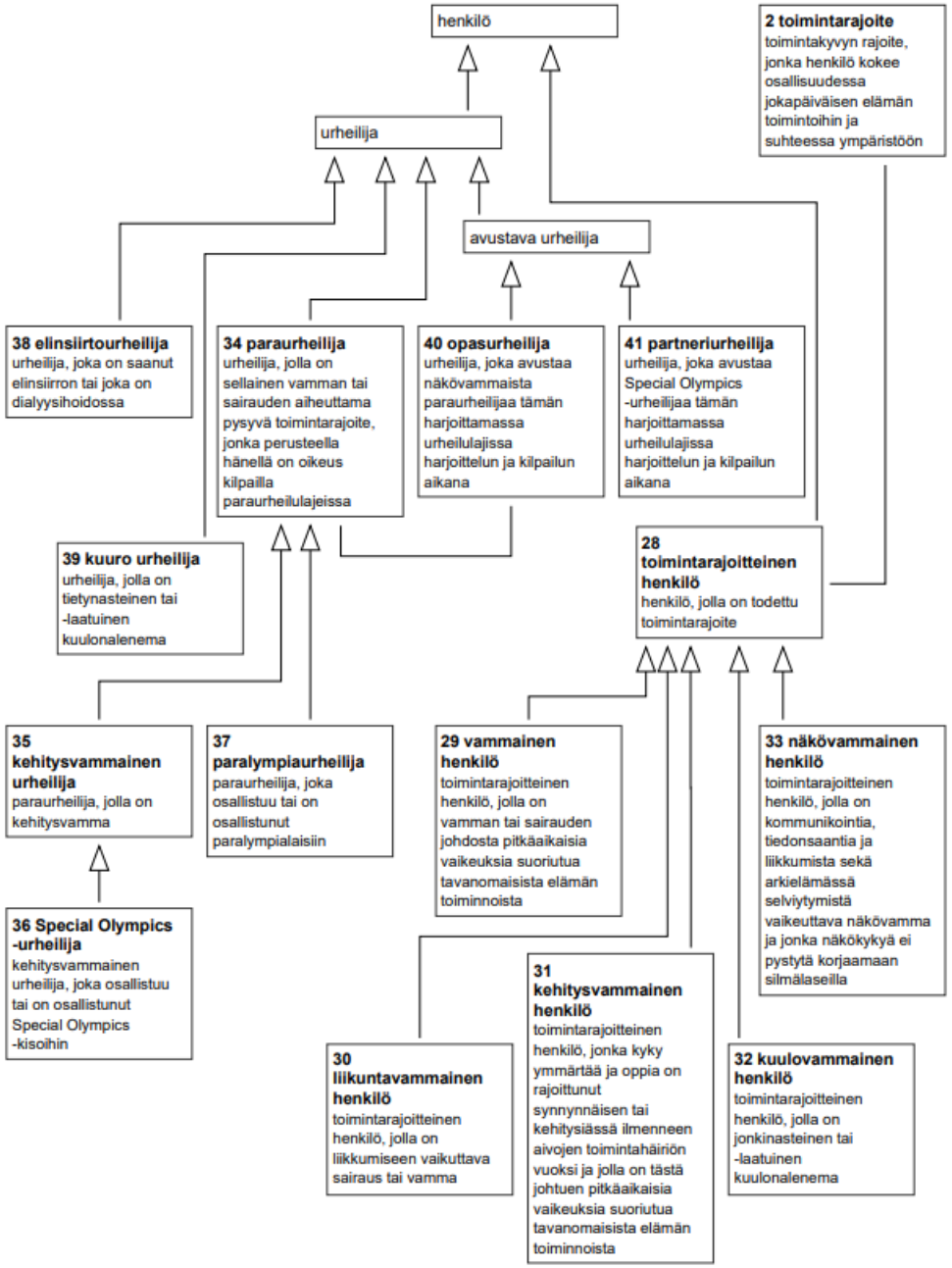
huomautus

Soveltavan liikunnan kohderyhmänä ovat erityisesti *toimintarajoitteiset*, pitkäaikaissairaat sekä ne ikääntyneet henkilöt, joiden toimintakyky on heikentynyt. Liikuntaa sovellettaessa ja järjestettäessä otetaan huomioon osallistujan toimintakyky.

Soveltava liikunta on alalla vakiintunut termi, jolla on pyritty kuvaamaan sitä, että liikuntaa sovelletaan sitä mukaa, kun tulee uusia tarpeita. Sovelletun liikunnan on mielletty viittaamaan siihen, että liikunta on valmiiksi sovellettua. Joissain yhteyksissä käytetään edelleen erityisliikunta- ja erityisryhmien liikunta -termejä, esimerkiksi kunnissa on erityisliikunnanohjaajia ja erityisliikuntaryhmiä ja liikuntaryhmiä erityisryhmille.

Vammaisliikunnalla voidaan viitata *vammaisten henkilöiden* yleensä vammaisryhmissä harrastamaan *liikuntaan*, esimerkiksi kehitysvammaisten uintiryhmään. Jos kyse on *urheilusta* tai harjoittelusta sitä varten, tulisi puhua *paraurheilusta (1)* eikä vammaisliikunnasta.

Soveltava liikunta on myös tieteenala. Ks. esimerkiksi ICSSPE:n julkaisu Directory of Sport Science, 6th Edition (2013), luku Adapted Physical Activity Science.


henkilö
2 toimintarajoite
toimintakyvyn rajoite, jonka henkilö kokee osallisuudessa jokapäiväisen elämän toimintoihin ja suhteessa ympäristöön
urheilija
avustava urheilija
38 elinsiirtourheilija
urheilija, joka on saanut elinsiirron tai joka on dialyysihoidossa
34 paraurheilija
urheilija, jolla on sellainen vamman tai sairauden aiheuttama pysyvä toimintarajoite, jonka perusteella hänellä on oikeus kilpailla paraurheilulajeissa
40 opasurheilija
urheilija, joka avustaa näkövammaista paraurheilijaa tämän harjoittamassa urheilulajissa harjoittelun ja kilpailun aikana
41 partneriurheilija
urheilija, joka avustaa Special Olympics -urheilijaa tämän harjoittamassa urheilulajissa harjoittelun ja kilpailun aikana
39 kuuro urheilija
urheilija, jolla on tietynasteinen tai -laatuinen kuulonalenema
28 toimintarajoitteinen henkilö
henkilö, jolla on todettu toimintarajoite
35 kehitysvammainen urheilija
paraurheilija, jolla on kehitysvamma
37 paralympiaurheilija
paraurheilija, joka osallistuu tai on osallistunut paralympialaisiin
29 vammainen henkilö
toimintarajoitteinen henkilö, jolla on vamman tai sairauden johdosta pitkäaikaisia vaikeuksia suoriutua tavanomaisista elämän toiminnoista
33 näkövammainen henkilö
toimintarajoitteinen henkilö, jolla on kommunikointia, tiedonsaantia ja liikkumista sekä arkielämässä selviytymistä vaikeuttava näkövamma ja jonka näkökykyä ei pystytä korjaamaan silmälaseilla
36 Special Olympics -urheilija
kehitysvammainen urheilija, joka osallistuu tai on osallistunut Special Olympics -kisoihin
31 kehitysvammainen henkilö
toimintarajoitteinen henkilö, jonka kyky ymmärtää ja oppia on rajoittunut synnynnäisen tai kehitysiässä ilmenneen aivojen toimintahäiriön vuoksi ja jolla on tästä johtuen pitkäaikaisia vaikeuksia suoriutua tavanomaisista elämän toiminnoista
30 liikuntavammainen henkilö
toimintarajoitteinen henkilö, jolla on liikkumiseen vaikuttava sairaus tai vamma
32 kuulovammainen henkilö
toimintarajoitteinen henkilö, jolla on jonkinasteinen tai -laatuinen kuulonalenema

28

toimintarajoitteinen henkilö

sv person med funktionsnedsättning (1); person med funktionsvariation (1)
inte: person med funktionsbegränsning

en person with functional difficulty; person with disability (1)

määritelmä

henkilö, jolla on todettu *toimintarajoite*

huomautus

Toimintarajoitteet voivat olla pysyviä tai tilapäisiä ja ne voivat olla fyysisiä, kognitiivisia, psyykkisiä tai sosiaalisia.

Jos halutaan korostaa henkilöä, voidaan käyttää ilmausta ”henkilö, jolla on toimintarajoite”.

Rakennetun ympäristön kontekstissa käytetään usein termiä liikkumis- ja toimimisesteinen henkilö. Rakennusten esteettömyydestä annetussa valtioneuvoston asetuksessa (241/2017) säädetään siitä, miten esteettömyys ja käytettävyys otetaan huomioon esimerkiksi rakennuksen eri tiloissa liikkumis- ja toimimisesteisten henkilöiden kannalta.

Kun markkinoit lajia tai ryhmää

Onko se kaikille avoin?

- ”Tervetulleita myös toimintarajoitteiset, vammaiset tai erityistä tukea tarvitsevat henkilöt/lapset/harrastajat ja paraurheilijat"
- Kerro se kuvin, tiedota tilan esteettömyydestä ja palvelun saavutettavuudesta
- Levitä tietoa urheiluseurojen, vammaisjärjestöjen, kuntien soveltavan liikunnan ohjaajien ja kohderyhmille tuttujen tahojen kautta

Onko se kohdennettu?

- Sydänryhmä, TULES-jumppa, Special Hockey, paraboccia jne.
- Kohderyhmä tietää parhaiten mikä sanamuoto tai nimi toimii.

Tutustu Soveltavan liikunnan ja paraurheilun sanastoon!

Sanasto esittelee soveltavaan liikuntaan ja paraurheiluun liittyvien keskeisten käsitteiden sisällöt ja antaa tarvittavat suositukset suomenkielisestä termistöstä sekä antaa vastineet suomen termeille ruotsiksi ja englanniksi.

Käsitteet on pyritty määrittelemään niin, että niitä voidaan käyttää yhdenmukaisesti.

Löydät sanaston pdf-tiedostona osoitteesta https://www.lts.fi/media/lts_julkaisut/lts_selvityksia/soveltavan-liikunnan-ja-paraurheilun-sanasto.pdf