



Monikulttuurinen liikunta ja kotoutuminen Kisakeskuksessa 2012-2013

TIIVISTELMÄ

Urheiluopisto Kisakeskus on käyttänyt opintosetieliavustusta perheliikunnan, aikuisliikunnan ja senioriliikunnan kurssitoimintaan, jossa maahanmuuttajataustaiset osallistujat ovat olleet mukana yhdessä kantaväestön kanssa ja omina ryhminään.

Yhteistyössä Raaseporin kansalasiopiston kanssa suunnitelimme kielikoulutuksessa oleville maahanmuuttajille kaksi liikuntapainotteista koulutusviikonloppua Kisakeskukseen internaatiopiskeluna. Kohderyhminä olivat kansalaisopiston kielikoulutuksessa olevat henkilöt perheineen. Koulutukseen osallistui yhteensä 20 henkilöä, josta vajaa puolet oli lapsia. Kieliopinnoista ja musiikinopinnoista vastasivat kansalaisopiston omat opettajat ja liikunnasta Kisakeskuksen opettajat. Koulutuksen tavoitteena oli yhdistää liikunnanopetukseen kielikoulutusta ja musiikinopetusta ja näiden avulla edistää yksilön ja koko perheen kokonaisvaltaista kotoutumista. Kielipinnoissa tarkoitus oli järjestää opetusta suomea ja ruotsia opiskeleville. Vain suomenkielen ryhmä kuitenkin toteutui.

Musiikki oli kaikille yhteinen kieli, eikä aikaisempaa kokemusta soittamisesta tai laulamisesta tarvittu. Kielipinnoissa harjoiteltavat sanat liittyivät usein liikuntaan. Liikunnanohjauksessa painotettiin selkokielisyyttä ja liikunnan yhteydessä harjoiteltiin kuhunkin lajiin liittyvää sanastoa. Kielikoulutuksesta vastaava opettaja osallistui liikuntatunneille.

Kisakeskuksen heinäkuun 2012 perheliikuntakurssille suunniteltiin maahanmuuttajataustaisten ohjaajien opetusta, jossa tavoitteena oli tarjota kantaväestölle liikunnanohjausta etnistaustaisen henkilöiden ohjaamana ja tuoda heidän kulttuurinpiirteitä opetuksessa esille. Tavoitteena oli myös vahvistaa ohjaajien oppimista ja kannustaa ohjaajatyötä myös kantaväestön keskuudessa. Ohjaajat olivat Kisakeskuksessa

edellisinä vuosina järjestettyjen vertaisohjaajakoulutusten naisosallistujia. He ohjasivat kahden päivän aikana musiikki- ja tanssiliikuntaa koko perheelle ja naisille omana ryhmänään työpajatoimintana. Työpajoissa saivat perheet myös tutustua mm. arabiankielen kirjaimiin ja kirjoitukseen. Aikuisliikunnassa järjestimme kantaväestön ja maahanmuuttajataustaisille naisille yhteisen viikonlopputapahtuman huhtikuussa 2013. Ohjelma oli suunniteltu monipuoliseen liikuntaan painottuvaksi kantaväestölle tutuista liikuntalajeista. Osallistujia oli yhteensä 25, josta 13 naista oli maahanmuuttajataustaisia. Naisille suunnattu kurssi oli hyvä osoitus siitä, kuinka liikunta kutsuu yhteisiin tapahtumiin lähtökohdista riippumatta.

Opintosetieliavustusta halusimme kohdistaa myös ikämaahanmuuttajien kurssitoimintaan ja suunnitelimme heille kaksi viiden päivän kestoista liikuntakurssia. Kohderyhmäksi valittiin yksinomaan maahanmuuttajataustaiset ikääntyvät ja osallistujien hakeminen käynnistettiin yhteistyössä Fimu:n (Suomen monikulttuurinen liikuntaliitto) kanssa.

Kurssien liikunnan terveyttä hyvinvointia edistävästä sisällöstä olivat ikääntyvät erittäin tyytyväisiä ja onnellisia kaikesta kokemuksestaan. Heidän suomenkielen taitotaso oli hyvin vaihteleva ja kantaväestölle suunnattujen liikuntapalvelujen saavutettavuus tuntui olevan muita ikäryhmiä selvästi vaikeampaa. Tarve antaa tietoa terveysliikunnan perusteista ja aktivoida ikääntyviä maahanmuuttajia liikkumaan tuntui olevan hyvin ilmeinen ja osallistujat jäivät innolla odottamaan seuraavaa tilaisuutta osallistua vastaavaan tapahtumaan. Ikääntyvien maahanmuuttajien aktivoimiseen tulee käsityksemme mukaan kiinnittää enemmän huomiota ja heidän syrjäytyminen liikunnan ja kotoutumisen tarjoamista mahdollisuuksista tuntuu olevan muita ikäryhmiä suurempi.