

URHEILU

Urheilutoimitus
Esimies: Erkki Kymäläinen
hs.urheilu@hs.fi +358 9 122 2655

•Toimitussihteeri: Matti Huuskonen, Ville Soininen
•Ulkoasu: Kerttu Kiviluoto
•Kuvatoimittaja: Lilli Korhonen

URHEILU

Liikuntatestit: Kattavan SportAnalytik-testiohjelman on käynyt läpi 300 000 lasta kymmenessä maassa

Missä lajissa lapsesi pärjäisi?

Suomeen tuodun testimenetelmän tarkoituksena on kartoittaa lapsen urheilullisuutta ja kertoa, mikä urheilulaji tälle parhaiten sopisi.

Ari Pusa HS

Mikä urheilulaji sopii lapselle parhaiten? Kysymys on aina askarruttanut tutkijoita, valmentajia ja varsinkin lasten vanhempia.

Kaikki vanhemmat eivät halua lapsistaan huippu-urheilijoita, mutta monia kiinnostaisi tietää, missä lajissa liikkuva lapsi pärjäisi ja missä ei.

Tunnettu urheiluhahmo ja Kansainvälisen yleisurheiluliiton hallituksen jäsen Antti Pihlakoski on tuomassa Suomeen testi-järjestelmää, jonka avulla näitä asioita voi selvittää ehkä helpommin ja leikkimielisemmin kuin ennen.

PIHLAKOSKI ja hänen taustaryh-
mänsä korostavat, että kyse on nimenomaan lasten aktivoimisesta liikkumaan, ei huippu-urheilijan seuranomasta. Tätä kautta hankkeella voi olla myös yhteiskunnallista merkitystä.

"Tärkeintä on auttaa lasta löytämään fyysiset vahvuutensa ja rakastamaan urheilun. Löytämään sitä kautta uusia elämäkseen", Karoliina Ylösjoki sanoo.

Naisien Kynnppiä aikaisemmin järjestetty Ylösjoki kuuluu Pihlakosken ryhmään, joka tuo Suomeen kansainvälisen SportAnalytik-testimenetelmän. Ryhmä alkaa järjestää liikuntatutkimuksia, joissa testataan 5-13-vuotiaiden lasten lajinnaisuuksia.

MAAILMALLA lasten lajinnaisuuksia on testattu pitkään, mutta Suomessa siinä ollaan vielä sananmukaisesti lapsenkengissä. Liikuntatutkijaa riittää, mutta ne eivät välttämättä kerro lajinnaisuuksia.

Britit ovat selvittäneet paljon lasten lajisoivuuksia, ja heiltä löytyy runsaasti tietoa siitä, miten sitä testataan.

Alun perin SportAnalytik-testimenetelmä on kuitenkin luotu "Sekissä" kansainvälisen huippu-

tutkijan Thomas Pericin kanssa. Bratislavassa Slovakiassa ominaisuuksia testataan jo kouluissa, ja "Sekissä" olympiakomitea käyttää testit lajajakkuuksien käyttämiseen. Suomessa ei olla vielä niin pitkällä, eikä se ole välttämättä tarkoituskaan.

"Favoitteena ei ole valikoida ammatturheilijoita, se ei ole suoranaisten huippu-urheilijan esintäkuviota", Ylösjoki toteaa.



**"Pitää itse
tykkätä ja olla
innostunut."**

Karoliina Ylösjoki

Aikanaan Itä-Saksassa ja Neuvostoliitossa nuorista lahjakkuuksista otettiin kesäpolja, joiden avulla selvitettiin, onko heillä nopeita vai hitaita lihassoluja. Paljon muutakin testattiin ja kehitettiin, jotta saataisiin uusia olympiavoittajia.

SportAnalytik perustuu puhtaasti testamiseen, ja menetelmää kehitettiin ja optimoitiin sitä mukaa, kun tietoa saadaan lisää. Vertailupohja alkaa olla kattava. Testiohjelman on käynyt läpi 300 000 lasta kymmenessä maassa, kaukaisimmat Uudessa-Seelannissa.

TESTI vertaa lasta ikäluokkansa vastaaviin tuloksiin maailmalla, ja siinä on sen ydin.

"Tärkeää on, että vanhemmat ymmärtävät, mitä ominaisuuksia lapsen pitää kehittää omatoimisella harrastamisella", Ylösjoki sanoo.

Testin barjooitteen on valittu kattamaan fyysisiä eria osatuee, joita ovat voima, kestävyys, nopeus, koordinaatio, liikkuvuus ja näiden yhdistelmä. Testiin kuuluu paljon ja pi-



Tšekkiläisiä lapsia liikuntatutkimuksessa Prahassa.

tuuden mittaus, 30 metrin spurtit, vauhditon pituus tai tasaloikka, koripallon heitto istuallaan sekä seinää vasten, 500:n tai tuhannen metrin juoksu, ketteryydestä kepin kanssa, tasapaino- ja notkeustesti sekä lipunryöstö.

Lipunryöstössä kahdeksan lasta yrittää 8 x 8 metrin alueella ryöstää toisiltaan määrättyä ajassa "hännän" ja samalla puo-
lustaa omaansa.

"Jollain on testin jälkeen syyli täynnä häntää ja jollain ei ole yhtään. Jos pelisilmä on heikko, ei kannata tehdä jääkiekkoilijaa, jos vähän kärjistää", SportAnalytikin oikeudet Suomessa omistava Pihlakoski sanoo.



Antti Pihlakoski



Karoliina Ylösjoki

TESTIN tulokset syötetään tietokoneelle, ja ohjelma suosittelee lapselle ensisijaisesti lajeja, joita Suomessa voi harrastaa. Suosikeiksi on valittu 20 urheilulajia, mutta mukana on

myös 30 Suomessa harvinaista lajia, kuten keltakaulu ja rugby. Vanhemmat saavat pyytää kahdesta lajista vielä lisäarvion.

Sen pohjalta he näkevät, mitä ominaisuuksia kyseisillä lajeilla varren tulisi erityisesti kehittää.

Jos testi suosittaa yksilolajiksi esimerkiksi jalkapalloa, lapsi saa saman tien tiedon myös lähimmästä tähtiseurasta, johon voi ottaa yhteyttä. "Tähtiseura on Suomen Olympiakomitean ja lajiliiton myöntämä tunnustus urheiluseuralle, joka täyttää määrättyt laatuvaatimukset.

Lapsi ja hänen vanhempansa saavat testistä myös laaturaportin, joka jää perheen käyttöön. Kuukausi testin jälkeen tulokset

muutetaan anonyymeiksi, ja ne jäävät vertailutuloksina datanomaan.

"Emme myöskään kerää tietoa millegään seuralle, vaan on vanhempien päätettävissä, miten he käyttävät testituloksia", Ylösjoki sanoo.

Testi kestää nelisen tuntia ja maksaa 59 euroa. Suomen kaikkien aikojen ensimmäinen testi järjestetään 1. syyskuuta Espoon Otaniemessä.

SPORTANALYTIKIN kaltaiset lap-
selle tehtävät testit eivät kuitenkaan ole täysin luotettavia, eivätkä testaajakaan suosittele, että lajivalinnat tehtäisiin pelkästään niiden perusteella.



Testin tuloksia verrataan kansainvälisesti laajaan tietopohjaan.

Olympiakomitea kuulostelee, tutkija muistuttaa riskeistä

Testin hyvänä puoleena nähdään laaja kansainvälinen vertailuaineisto.

Ari Pusa HS

SUOMEN huippu-urheilykesk-
sien (HUY) johtaja Mika Lehtimäki ei halua vielä ottaa yksityiskohtaisesti kantaa lapsille tarkoitet-
tuun SportAnalytik-testimenetel-
mään.

HUY on perustamassa omaa huippu-urheilun dataseurantaan, jos sille löytyy rahoitus. "Sellaiseen pohjaan tämä istuisi kuin nenä päähän, mutta muuten olen siitä vielä huonosti perillä", Lehtimäki pohtii.

Hänen mukaansa maailma on täynnä testeistä, joilla urheilijoita ja nuoria voidaan arvioida monella tavalla.

"Testit eivät välttämättä ole parempia kuin muilla. Mutta se on jo arvo sinänsä, jos on ole-

massa iso taustavolyymi, johon tuloksia voidaan verrata. Se kertoo paljon, kun voi profiloitua itsensä kansainväliseen vertailuun", Lehtimäki pohtii.

Hän huomauttaa, että Suomessa on urheilussakin yksilö-
vapaus. Ketään ei voi entisen Itä-Saksan mallin tuoda huippu-urheilun, eikä se ole tarkoituksenaan.

"Tämä vaikuttaa modernilta länsimaiselta testaukselta. Se voisi saada meillä ohjalevan tai kuvailevan roolin."

UKK-INSTITUUTIN johtaja, lääketieteen tohtori Tommi Vasankari pitää SportAnalytikin lähtökohdalla hyvänä ja kiinnostavana mutta varoittaa, että kaikilla testeillä on omat riskinsä.

"Aina täytyy pohtia, voiko jokin asia mennä pieleen. Se on haasteellinen paikka mutta samalla näppärä tapa tutkia lasten kilpaurheilullisuutta", Vasankari sanoo.

Hän on ollut mukana lasten ja nuorten liikuntakäyttämistä selvittäneessä Liitu-tutkimuskes-



Huippu-urheilykeskiksen johtaja Mika Lehtimäki.



UKK-Instituutin johtaja, tohtori Tommi Vasankari.

sa. Siinä on kerätty koko maan kattavaa tietoa muokkista alaja- ja yläkouluikäisten liikkumisesta muttei ole annettu lajistustuksia.

"Jos tällainen testaus tulee Suomeen, se kannattaa aloittaa pilotoinnin kautta. On hyvä juttu, että jokin kansallista, kuten Tšekkiä, on testannut tätä ja siinä on ollut mukana tuhansia lapsia. Se tuo vertailuvainoa", Vasankari sanoo.

EETTISELTÄ kannalta liikuntatutkimukset ovat aina hankalia. Niistä saatu tieto on tarkoitettu vain osanaisille.

Silanne on samankaltainen älykelloissa ja aktiivirannekkeissa, joista saatu tieto olisi melkein kultaakaivos tutkijoille.

"Jonkin verran tutkijat ovatkin saaneet näitä tietoja jollain tavalla käyttöönsä", Vasankari kertoo.

"Suomessa on kiva kulttuuri testeissä. Euroopassa on maita, joissa testeihin suhtaudutaan skeptisesti ja mieltään, onko niissä pilloagendaa."