

Leikkivälineharjoittelun ja leikkikenttätoiminnan vaikutukset esikouluikäisten lasten motorikkaan

Hämäläinen Pekka, Pahtaja Visa

Rovaniemen Ammattikorkeakoulu/ Liikunta ja vapaa-aika, Moto+ -projekti, Hiihtomajantie 2, FIN-96400 Rovaniemi

Johdanto

Leikki on toimintaa, jolla ei ole muuta tarkoitusta kuin sen tuottama mielihyvä (Nykysuomen sanakirja). Leikki on vapaaehtoista, erillistä, ennakoimatonta, tuottamatonta, säännönmukaista ja kuvitteellista toimintaa, ja se erottuu muusta, tavallisesta elämästä (Callois 1958). Leikki on sinällään tavoite, mutta se on samalla myös keino. Leikki tukee lapsen koko kehitystä –fyysisesti, tiedollisesti, sosiaalisesti ja emotionaalisesti. (Rogers 1990, 43.) Monet lasten leikit asettavat vaatimuksia sekä perusliikuntataidoille että koordinaatiotaidoille; lapsen on osattava sovittaa oma liikkumisensa muiden liikkeisiin ajallisesti ja paikallisesti, ja hänen on kyettävä sovittamaan yhteen omat havainto- ja liikkumistoimintonsa (Ruoppila 1995, 38). Tämän tutkimuksen tavoitteena on arvioida leikinomaisen harjoittelun vaikutuksia motorikkaan. Lisäksi tavoitteena on arvioida erilaisten testien luotettavuutta ja käyttökelpoisuutta alle kouluikäisten lasten motorikan arvioinnissa.

Menetelmät

Neljän Rovaniemen ja Rovaniemen maalaiskunnan alueen päiväkodin (Vekaratarhat) esikouluikäiset lapset (N=29) harjoittelivat säännöllisesti joko päivittäin (n=17) tai kahdesti viikossa (n=12) päiväkodeille hankituilla leikki- ja tasapainoiluvälineillä osana päiväkotien normaalia liikuntakasvatusta kymmenen viikon ajan syksyllä 2003. Päiväkodit kierrättivät keskenään välineistöä kahden viikon välein. Keväällä 2004 esikoululaiset käyvät 1h/vko kymmenen viikon ajan leikkimässä ohjastusti sisätiloihin Lappset Group Oy:n rakentamalla leikkikentällä. Alkumittaukset (syyskuu 2003), välimittaukset (joulukuu 2003) ja loppumittaukset (maalis-huhtikuu 2004) sisältävät seuraavat testit: pituus, paino, kehonkoostumus (Inbody), 10 metrin juoksuaika (valokennoajanotto), lentopallon heitonopeus (valokennoajanotto), käsien puristusvoima (Newtest), vauhdillinen kurotushyppykorkeus sekä Movement-ABC -testistön (Henderson, Sudgen 1992) kuusi testiä (kuutioiden pujottelu, hernepussin kiinniotto, pallon vieritys maaliin, yhden jalan tasapaino, narun yli hyppy, viivakävely). Väli- ja loppumittauksissa testataan myös leikkikenttään sijoittuvan motorikkaradan suoriutumisenopeus. Lisäksi päiväkotien lastentarhanopettajat arvioivat lasten motorikkaa Movement-ABC- tarkistuslistan avulla. Vertailuryhmänä on yhden Rovaniemen kaupungin päiväkodin (Katajaranta 2) esikoululaiset (N=20), jotka suorittavat alku- ja loppumittaukset. Mittaustulokset syötetään SPSS-ohjelmaan, ja tilastanalyysimenetelminä käytetään korrelaatiokerrointa, t-testiä ja yksisuuntaista varianssianalyysiä.

Tulokset

Alku- ja välimittausten välillä tilastollisesti merkittävää ($t=2,44$, $df=24$, $p=.022$) parannusta oli tapahtunut vain 10 metrin juoksuaikassa (ka 0,076 sek; keskihajonta 0,156). T-testin tulokset ja hajontakuvioiden tarkastelu antoivat viitteitä siitä, että toistettavimpia testejä olisivat lähellä maksimivoimia tai –nopeuksia suoritettavat testit (10 metrin juoksu, lentopallon heitto, käsien puristusvoima, kurotushyppy ja kuutioiden pujottelu). Näistä puhtaasti voimaa mittaava testi on käsien puristusvoima; kuutioiden pujottelu mittaa käsien hienomotorikkaa; loput ovat kokonaismotorikka mittaavia testejä. Havainto tukee Schmidtin (1988, 296) tutkimustuloksia liikenopeuden lisäyksen vaikutuksesta suorituksen parempaan ajalliseen tarkkuuteen ja toistettavuuteen. Movement-ABC -testien tulosten vaihtelu on suurta varsinkin pojilla. Tämä saattaa johtua testien vaatimasta suoritusmotivaatiosta, keskittymisestä ja tarkkaavaisuudesta.

Pohdinta

Syyskuu 2003 antoi suuntaviittoja siihen, millä testeillä lasten motorikkaa kannattaa mitata. Kunto- ja liikehallintatekijät (Nupponen 1997) muodostavat liikuntakykyisyyttä kuvaavan jatkumon päitä. Lienee mahdotonta sulkea motorikan mittaamisen osalta toista pois: testituloksiin vaikuttavat sekä fyysiset kunto-ominaisuudet että suoritustekninen osaaminen. Lisäksi pienten lasten kohdalla emotionaaliset ja sosiaaliset tekijät on aina huomioitava: esimerkiksi tilannekohtaiseen tarkkaavaisuuteen liittyvät tekijät eivät saa vaikuttaa liiaksi testituloksiin. Kevään 2004 osalta on mielenkiintoista seurata leikkikenttäharjoittelun vaikutuksia motorikkaan sekä motorikkaradan toimivuutta motorisena testinä.

Viitteet

Callois, R. (1961). *Man, Play and Games*. New York: Free Press of Glencoe.

Rogers, C.S. (1990). *The importance of play*. In: Stinson, W.J. (toim) *Moving and Learning for the Young Child*. Reston, VA: American Alliance for Health, Physical Education, Recreation, and Dance, 43-50.

Ruoppila, I. (1995). *Johdanto*. In: Lyytinen, P., Korhikangas, M. & Lyytinen, H. (eds.) *Näkökulmia kehityspsykologiaan. Kehitys kontekstissaan*. Porvoo: WSOY, 30-39.

Henderson, S.E & Sudgen, D.A (1992). *Movement Assessment Battery for Children. Manual*. The Psychological Corporation.

Schmidt, R.A. (1988). *Motor Control And Learning: A Behavioral Emphasis*. Champaign, Illinois: Human Kinetics.

Nupponen, H. (1997). *9 - 16-vuotiaiden liikunnallinen kehittyminen*. Jyväskylä: LIKES.