

# POHDITTUA

Teksti: Kari Partanen

## **eSports, exergaming ja Fitness eSport - seuraava askel liikunnan edistämisessä?**

### **Uusi teknologia ja pelillisuus tekevät vahvasti tuloaan niin kuntoukseen kuin perinteiseen kuntoliikuntaakin.**

Liikunta tuottaa mielihyvää ja hyvää fiilistä monelle meistä ja samalla se on myös nautinnollinen ja luonteva tapa viettää vapaa-aikaa. Liikunnan harrastaminen täyttää monelta osin myös viihteen kriteerit, mutta monelle säännöllinen liikunta vaatii enemmän sytykettä motivaation ylläpitämiseksi. Entäpä jos liikuntaa lähestyttäisiin rohkeasti enemmän viihteen näkökulmasta?

Suomalainen peliteollisuus ja -teknologia on kansainvälisesti tunnettua ja arvostettua ja **kilpapelaamisessa (eSports)** Suomi on tunnettu myös menestyksestään. Kilpapelaaminen on maailmalla jo massiivista urheilubisnestä, jossa palkintorahat liikkuvat jo yli 100 miljoonan USDn ( Newzoo, 2016) liepeillä ja katsojiakin on satoja miljoonia. Katsojamäärän on ennustettu kasvavan vuoteen 2020 mennessä vielä kymmeniä prosentteja ( Newzoo, 2017).

**Exergaming** (Exercise + gaming) määritellään digitaalisen pelaamisen muodoksi, jossa liikunnallinen aktiivisuus yhdistyy video/animoituun kuvaan ja jossa pelaajan aktiivinen liike määrittää pelaamisen tuloksellisuutta (Mueller et al.,2011). Toisaalta se määritellään myös videopelaamisen kokemukseksi aktiivisuudeksi, jossa liikkumisen määrä ja laatu kehittävät voimaa, tasapainoa ja liikkuvuutta (Oh&Yang,2010). Näiden lisäksi Exergaming voidaan nähdä myös digitaalisena pelaamisena, jossa voima, tasapaino ja liikkuvuus määrittävät pelaamisen taso (Kari, 2017). Uuden sukupolven peleissä teknologia mahdollistaa koko kehon liikkeiden tarkkuuden välittymisen suoraan ja tarkasti itse peliin. Tämän ansiosta kehonhallinta ja motoriset taidot pelaamisessa korostuvat

ja liikkeiden hallinta määrittää pelisuoritusta aivan kuten perinteisessäkin urheilussa.

**Liikunnallinen kilpelaaminen (Fitness eSport)** sai alkusysäyksensä vahvimmin tanssipeleistä jo vuosituhannen vaihteessa, mutta laajemmin katsottuna liikunnallinen kilpelaaminen on vasta tiensä alussa.

## **Exergaming mestaruudesta kisasi 300 pelaajaa**

Kajaanin Ammattikorkeakoulun, SuperParkin ja CSE-Entertainmentin toimesta järjestettiin viime syksynä Exergaming SM-kiertue, jossa pelattiin Parkour peliä iWall -pelikoneella. Alkukarsinnat järjestettiin Superparkeissa kahdeksalla eri paikkakunnalla ympäri Suomen ja finaali Vantaan Superparkissa joulukuun 2017 alussa.

Kisoihin osallistui yhteensä noin 300 pelaajaa ja kisoissa pelattiin yhteensä noin 1500 yksittäistä peliä. KAMKn aktiviteettimatkaillon osaamisalueen opiskelijat (liikunnanohjaajat ja restomit) vastasivat kiertueen käytännön toteutuksesta ja myös finaalin yhteydessä järjestetystä Exergaming seminaarista.

Kokemus osoitti, että liikunnalliselle kilpelaamiselle on olemassa selvä tilaus. Lisäksi tapahtumien järjestäminen, kilpailujen suunnittelu, tuotteistus ja hallinnointi tuovat pelialalle uuden tarpeen osaamiselle. Tässä kehityksessä liikunta-alan osaajilla on olennainen rooli.

## **Opiskelijat suunnittelemassa, toteuttamassa ja markkinoimassa**

Kajaanin Ammattikorkeakoulun liikunnanohjaajakoulutuksessa tämän osaamisen kehittäminen on osa koulutussisältöjä. Keskeisiä tekijöitä ovat SmartGym oppimisympäristö (liikunnallinen pelitila) ja sen ympärille luotu SmartGym konsepti. Siinä opiskelija suunnittelee ja toteuttaa liikuntaa pelien avulla erilaisille kohderyhmille sekä myy ja markkinoi näitä palveluita. Lisäksi opiskelijalla on mahdollisuus olla mukana kumppaneidemme tuotekehityksessä kehittämässä pelejä liikunnan näkökulmasta.

Viime marraskuussa Düsseldorfissa järjestettyjen Medica messujen yhteydessä järjestettiin myös järjestyksessään viides MedicaMedicine&Sport Konferenssi (MMSC). Kaksipäiväinen tapahtuma piti sisällään paljon mielenkiintoista ja ajankohtaista asiaa muun muassa kuntouksen ohjelmoinnista. Uudet digitaaliset innovaatiot olivat yksi konferenssin pääteemoista ja myös SmartGym konsepti esiteltiin konferenssin avauspäivän ”Future is now” osiossa. Uusi teknologia ja etenkin pelillisuus tekee vahvaa tuloaan niin kuntouksen kuin myös perinteisen kuntoliikunnan saralle myös kansainvälisillä kentillä.

Kuntoutuksessa pelilliset tuotteet olivat monen laitevalmistajan tuotekatalogissa näyttävästi esillä, mutta toistaiseksi hintataso hillinnee ostohalukkuutta. Tähän on syynä monesti kohderyhmien vaativat tukirakenteet itse pelaajalle ja peliohjaimelle, mutta yleiseen käyttöön suunnitellut pelit ovat jo selvästi laajemmin saavutettavissa hintatasonkin puolesta. Suomalainen liikuntateknologia ja osaaminen oli tapahtumassa vahvasti esillä myös tällä kertaa.

Liikuntapelaamisen tutkimus on vielä suhteellisen nuori alue, mutta viime vuosina sen suosio on kasvanut selvästi. Liikunnallisen pelaamisen vaikutuksista on pelkästään viime vuoden aikana julkaistu tutkimuksia muun muassa motoristen taitojen, ylipainon ja liikuntamotivaation näkökulmasta. Oppimisen ja liikunnan välinen yhteys on myös Exergamingin yhteydessä houkutteleva tutkimusalue.

Exergaming on vauhdilla kasvava ala, jossa teknologian kehittyessä avautuu mahdollisuuksia myös uusille kohderyhmille. Tuottaako peliteknologia säännöllisesti liikuntaa tukevia ”hittituotteita” ja voidaanko pitkällä aikavälillä luottaa pelien pysyvään vaikutukseen ihmisten liikuttajana?

Onnistuvatko pelifirmat ja pelit saamaan ihmisiä liikkumaan myös jatkossa? Viihde ei ole ollut perinteisessä tutkimuksen kentässä kovinkaan paljon tutkittu alue (Baranowski, 2017), mutta voisiko viihteen ja liikunnan symbioosilla olla tulevaisuudessa merkittävämpi rooli liikunnan edistämässä? Voisiko se olla seuraava suuri kehitysaskel parempaan kansanterveyteen?

**Kari Partanen**

**Lehtori, koulutusohjelmakoordinaattori**

**Englanninkielinen liikunnanohjaajakoulutus**

**Kajaanin Ammattikorkeakoulu**

**Sähköposti: [kari.partanen@kamk.fi](mailto:kari.partanen@kamk.fi)**

**ÄLÄYS:**

**Liikunnalliselle kilpapelämiselle on olemassa selvä tilaus. Tapahtumien järjestämisessä, kilpailujen suunnittelussa, tuotteistuksessa ja hallinnoinnissa liikunta-alan osaajilla on olennainen rooli.**