

## **VTT kehittää liikkumaan kannustavien mobiilipelien prototyyppejä yhdessä nuorten kanssa**

*VTT kehittää liikkumiseen kannustavia mobiilipelikonsepteja, joissa yhdistyvät tietokonepelaamisen haasteellisuus ja aktiivinen liikkuminen. VTT:n toteuttaman kyselyn mukaan tietokonepelaamisen ei todeta vähentävän nuorten liikunnan määrää, sen sijaan pelaamista voidaan hyödyntää liikuntaan innostamisessa. Ensi syksynä valmistuvia mobiilipelien prototyyppejä kehitetään toimiviksi yhdessä nuorten kanssa.*

Tietokonepelaaminen vähenee iän myötä, mutta on yleistä eläkeikäisten tietokoneenkäyttäjien parissa. Pelaamisen syyt vaihtelevat suuresti. Sen sijaan pelaamisen ero nuorten ja aikuisten välillä on paitsi määrällinen myös laadullinen: tietokonepelaaminen on nuorille sosiaalinen yhdessäolon muoto. Sosiaaliset motiivit liittyvät nuorilla pelaamiseen, mutta aikuisille pelaamisen sosiaalisuus ei ole merkittävää. VTT:n Exergame-projektissa toteuttamaan kyselyyn vastasi 1489 iältään 13-76-vuotiasta tietokoneenkäyttäjää.

### **Pojat ja vaarit pelaavat eniten**

Tietokonepelaaminen on nuorten keskuudessa yleisintä. Kyselyyn vastanneista 13-18-vuotiaista pojista vain 2 % ja tytöistä 12 % ilmoitti, ettei pelaa tietokoneella lainkaan. Suurin osa (67 %) pojista pelaa tietokoneella päivittäin tai lähes päivittäin. Tyttöjen säännöllinen pelaaminen on selvästi vähäisempää, vastaavan ikäisistä tytöistä joka viides (20 %) pelaa yhtä paljon. Päivittäin pelaavat nuoret käyttävät myös runsaasti aikaa pelaamiseen. Päivittäin tai lähes päivittäin pelaavista pojista enemmistö (64 %) ja tytöistä puolet (52 %) käyttää pelaamiseen kerrallaan yli tunnin. Tyypillisesti tytöt siis pelaavat poikia harvemmin ja lyhyempiä aikoja kerrallaan. Yli puolet (55 %) kaikista pelaavista tytöistä käyttää yhteen pelikertaan aikaa alle puoli tuntia.

Myös aikuiset ja eläkeläiset vastasivat pelaavansa tietokoneella. Suurin osa (76 %) 19-65-vuotiaista ilmoitti pelaavansa tietokoneella, mutta päivittäin pelaavia aikuisia on melko vähän (15 %). Aikuiset tyypillisesti pelaavat alle tunnin kerrallaan (77 %). Aikuiset miehet pelaavat naisia enemmän. Odotettua useampi, joka toinen (52 %) eläkeikäisistä (yli 65-vuotiaista) vastasi pelaavansa tietokoneella. Joka viides (22 %) eläkeläinen pelasi päivittäin. Miltei kaikki eläkeikäiset tietokonepelaajat kuitenkin käyttivät pelaamiseen alle tunnin kerrallaan (93 %).

Vaikka tietokonepelaamisen usein koetaan vähentävän nuorten liikunnan määrää, ei tutkimuksessa havaittu yhteyttä liikunnan ja pelaamisen välillä. Paljonkin pelaavat nuoret liikkuvat vastaavia määriä kuin heidän vähemmän pelaavat ikätoverinsa. Suuri pelaamisen määrä ei myöskään ollut yhteydessä ylipainoisuuteen.

Liikunnalliset pelit ovat uusi tapa yhdistää laitteella pelaaminen fyysiseen harjoitukseen. Tällaisia pelejä on markkinoilla vielä rajoitetusti. Yleisimpiä ovat tanssimatot ja kameranäöllä ohjattavat pelit. Puolet kyselyyn osallistuneista nuorista oli kokeillut liikunnallisia pelejä (51 %) ja joka kymmenennellä oli peli kotonaan (9 %). Aikuiset ovat kokeilleet liikunnallisia pelejä nuoria harvemmin (21 %). Suhtautuminen liikunnalliseen pelaamiseen on positiivisen neutraalia. Kyselyyn vastanneista nuoret olivat aikuisia kiinnostuneempia liikunnallisista peleistä.

Lisätietoja:

VTT  
Sonja Kangas  
Projektipäällikkö  
020 722 6052  
Sonja.Kangas@vtt.fi

Piritta Lampila  
Tutkija  
020 722 6192  
piritta.lampila@vtt.fi