



KTK – mittaa oma taitoälykkyytesi

Kuntotestauspäivät 2015

Kisakallio

Sami Kalaja



Körperkoordination Test für Kinder

- KTK-testistö kehitettiin 1970-luvulla Saksassa motorisista häiriöistä kärsivien lasten diagnosointiin (Kiphard & Schilling 1974)
- Alkuperäisen KTK-testin viitearvot 5-15 – vuotiaille
- Neljä osiota: takaperin tasapainoilu, sivuttaissiirtyminen, sivuttaishyppely ja esteen ylikinikkaus



Taitoälykkyyys 😊

- KTK-testi kertoo lopputulemana motorisen osamäärän (motorinen kvatientti MQ), jota voi leikkisästi verrata älykkyydosamäärään
- Kokonaisarvio koostuu neljän eri osion pisteistä
- Keskimääräinen pistemäärä on 100
- Urheilijoille on laadittu omat, hieman alkuperäisiä haastavammat viitearvot (Valo / Laura Tast & KIHU / Kaisu Mononen)



KTK ja urheilu

- Belgiassa Vandorpe et al mittasivat telinevoimistelijoita ja vertasivat KTK-testituloksia ja voimistelullista menestystä kaksi vuotta myöhemmin ja havaitsivat merkitsevän yhteyden. KTK-testitulokset selittivät 40% voimistelumenestyksen vaihtelusta kaksi vuotta testauksen jälkeen
(**Wandorpe, B. et. al.** The value of a non-sport-specific motor test battery in predicting performance in young female gymnasts. *Journal of Sports Sciences*, March 2012; 30(5): 497–505)
- Samansuuntaisia tuloksia on löydetty myös muissa lajeissa esim jalkapallossa



KTK-testi ja Kehon painoindeksi

- **Hondt, E.** A longitudinal study of gross motor coordination and weight status in children. *Obesity* [Volume 22, Issue 6, pages 1505–1511, June 2014](#)
 - Alhainen KTK-testitulokse ennusti BMI:n nousua ja vastaavasti korkea BMI ennusti KTK-tuloksen laskua



KTK Suomessa

- Kasva Urheilijaksi –taitovalmiustesti
- Lajiliittojen mittaus-toiminta (mm. Voimisteluliitto, Uimaliitto, Jääkiekkoliitto)
- Tieteelliset tutkimukset (Jyväskylän yliopiston liikuntatieteellinen tiedekunta)
 - KTK ja jääkiekon luistelutesti
 - KTK ja Kasva Urheilijaksi ominaisuustesti
 - KTK mittarina liikuntainterventiossa Arto Laukkanen,



Erityisryhmillä oma versio KTK-testistöstä

- Taitovalmiustestin ohjemanuaali pystyliikkujille sekä alustava sovellus PT:n käyttäjille (Tuomas Törrönen / VAU)
- Ensikokemukset erittäin positiivisia 😊



Hyvä työkalu

- KTK-testistö näyttäisi olevan käyttökelpoinen työkalu motorisen koordinaation arviointiin
- KTK mittaa yksittäisiä temppuja suurempia asioita, esimerkiksi dynaaminen tasapaino ja rytmikyky
- Oikein käytettynä KTK-testistö auttaa tunnistamaan mahdollisia koordinaatiivisia vaikeuksia ja suuntaamaan harjoittelua tarkoituksenmukaisiin kohteisiin
- KTK:n ei ole tarkoitus olla lahjakkuustutka!



Kiitokset mielenkiinnosta

