

KARELIA-AMMATTIKORKEAKOULU  
Musiiikin koulutusohjelma

Karelia-amk  
Siiri Laine

LASTEN LAULUOPAS

Opinnäytetyö  
Joulukuu 2015



**OPINNÄYTETYÖ**  
**Joulukuu 2015**  
**Musiikin koulutusohjelma**

Sirkkalantie 12 A  
80110 JOENSUU  
013-260 6486

Tekijä  
Siiri Laine

Nimeke  
Lasten lauluopas

Toimeksiantaja  
Niinivaaran koulu

**Tiivistelmä**

Opinnäytetyön aiheena oli laatia alakouluikäisille lapsille suunnattu lauluopas. Tarkoituksena oli myös selvittää, millaisilla opetusmenetelmillä lapsille voi opettaa laulua. Lauluoppaan on tarkoitus olla työväline laulupedagogeille, jotka työskentelevät lasten parissa. Oppaan sisältö jakaantuu viiteen äänenkäytön osa-alueeseen, jotka ovat lauluasento, hengitys, kurkunpään toiminta, resonanssi ja artikulaatio. Jokainen aihealue sisältää tietoa ja harjoituksia kyseisestä äänenkäytön osa-alueesta.

Tutkin oppaaseen laatimieni harjoitusten toimivuutta tekemällä pedagogisen kokeilun Joensuun Niinivaaran koulun 3N-luokalle. Tutkin, kuinka luokan oppilaat omaksuvat teettämiäni harjoituksia ja olivatko harjoitukset soveltuvia lapsille. Toimivimmat harjoitukset sisällytin oppaaseen. Harjoitukset, jotka olivat mahdollista toteuttaa konkreettisesti, eivätkä vaatineet pitkäaikaista yhtenäistä keskittymistä, toimivat parhaiten. Leikit ja imitaatiot olivat myös toimivia keinoja lauluharjoitusten yhteydessä.

Lauluopas on hyvä alku laajemmalle kokonaisuudelle. Oppaaseen voisi jatkossa sisällyttää monipuolisemmin harjoituksia, sekä käsitellä muitakin äänenkäyttöön liittyviä aihealueita. Oppaan sisällön voisi kehittää soveltuvaksi myös muille ikäryhmille. Tällä hetkellä opas toimii hyvänä esimerkkinä ja työkaluna lasten laulunopettamisessa.

Kieli  
suomi

Sivuja 27  
Liitteet 1  
Liitesivumäärä 17

Asiasanat  
Lapset, laulaminen, lauluoppaat, opettaminen



**THESIS**  
**December 2015**  
**Degree Programme in Music**

Sirkkalantie 12 A  
80110 JOENSUU  
FINLAND  
013-260 6486

Author  
Siiri Laine

Title  
Singing Guidebook for Children

Commissioned by  
Niinivaara primary school

**Abstract**

The subject of this my thesis was to make a singing guidebook for children at primary school age. The task was also to investigate what kind of teaching methods are suitable when teaching singing to children. Another task for the singing guidebook is to be a tool for the singing teachers who are working with children. The content of the guidebook is divided into five different sections of vocalism, which are singing posture, breathing, function of the larynx, resonance and articulation. Each section contains information and exercises for the section in question.

The operability of exercises was studied by doing a pedagogical experiment to class 3N in Joensuu Niinivaara primary school. I investigated how the pupils absorbed the exercises I made and if the exercises were applicable to children. The most practical exercises were included in to guidebook. The most concrete exercises, and exercises which did not require much long-term focusing worked the best. Playing and imitating were also practical singing teaching methods.

The singing guidebook is a good beginning for a larger entirety. The guidebook could contain more diverse exercises and other sections of vocalism in the future. The guidebook could also be applicable to children at other ages. At the moment, the guidebook is a good example and a tool for teaching singing to children.

Language  
Finnish

Pages 27  
Appendices 1  
Pages of Appendices 17

**Keywords**

children, singing, singing guidebook, teaching

## Sisältö

1	Johdanto .....	5
2	Opinnäytetyön tietoperusta .....	6
2.1	Lasten laulunopetus .....	6
2.2	Lapsen psyykinen kehitys .....	7
2.3	Lasten laulunopetuksen opetusmateriaali .....	9
3	Opinnäytetyön menetelmät .....	10
3.1	Tutkimuksen lähtökohdat .....	10
3.2	Pedagogisen kokeilun eteneminen .....	11
3.2.1	Lauluasento .....	11
3.2.2	Hengitys .....	13
3.2.3	Kurkunpään toiminta .....	14
3.2.4	Resonanssi .....	15
3.2.5	Artikulaatio .....	16
4	Tulokset .....	18
4.1	Lauluasento .....	18
4.2	Hengitys .....	19
4.3	Kurkunpää .....	21
4.4	Resonanssi .....	22
4.5	Artikulaatio .....	23
5	Pohdinta .....	24

### Liitteet

Liite 1	Lasten lauluopas
---------	------------------

## 1 Johdanto

Opinnäytetyöni tarkoituksena oli laatia alakouluikäisille lapsille suunnattu lauluopas. Lasten laulunopetus on nykypäivänä yleistynyt laulun yksityisopetuksessa. Laulunopettajille, joiden koulutus on keskittynyt lähinnä aikuisten laulajien opetukseen, voi lasten opettaminen olla haastavaa. Aina ei ole selvää, miten lapselle kannattaa opettaa laulua ja millaisia ääniharjoituksia lasten kanssa voi käyttää. Oma kiinnostukseni tämän työn tekemiseen lähti siitä, että halusin lisää tietoa lasten laulunopetuksesta. Olin itse melko tietämätön ensimmäisten alakouluikäisten lauluoppilaitteni kanssa, sillä en tiennyt lasten opettamisesta juuri mitään. Useilla opiskelutovereillani oli samankaltaisia kokemuksia lasten opettamisesta, ja siksi halusin laatia lauluoppaan, joka voisi toimia apuna lasten laulunopettamisessa.

Opinnäytetyössäni tutkin, millaisilla harjoituksilla eri äänenkäytön osa-alueita voi opettaa alakouluikäisille lapsille. Työssäni rajaan äänenkäytön osa-alueet viiteen eri kategoriaan: lauluasentoon, hengitykseen, kurkunpään toimintaan, resonanssiin ja artikulaatioon. Tarkoitukseni oli löytää käyttökelpoisia harjoituksia, joiden avulla lapsi oppii ymmärtämään kyseisen äänenkäytön osa-alueen toiminnan ja yhteyden laulamiseen. Harjoitukset, jotka olen havainnut käyttökelpoisiksi, sisällytin lauluoppaaseen.

Lasten laulunopettamiseen löytyy opetusmateriaalia useistakin eri lähteistä. Näistä tyypillisimpiä ovat alakoulun musiikinkirjat, lauluoppaat sekä muut julkaisut, joissa käsitellään laulamista ja lauluäänen kehittämistä. Näissä lähteissä kuitenkin puhutaan joko lasten laulunopettamisesta vain osittain tai teksti on suunnattu pelkästään aikuiselle lukijalle. Lasten laulunopetukseen liittyvissä teksteissä usein myös puhutaan vain lapsikuorojen ohjauksesta ja lapsen yksilöopetus jää huomiotta. Erityisesti lapsille suunnattuja lauluoppaita on olemassa suomen kielellä melko vähän ja laulun alkeisoppaita ei ole samalla lailla kuin muille instrumenteille, kuten pianolle tai viululle. Muiden instrumenttien alkeisoppaat on kirjoitettu niin, että lukijan katsotaan olevan lapsi. Pyrin omassa lauluoppaassani samaan ja laadin oppaan niin, että se on suunnattu ensisijaisesti lapsen luettavaksi ja että opas olisi lapsellekin käyttökelpoinen.

## 2 Opinnäytetyön tietoperusta

### 2.1 Lasten laulunopetus

Lapsi tuottaa ääntä rakenteellisesti ja toiminnallisesti samalla lailla kuin aikuinen (Pihkanen 2011, 9). Tästä päätellen lapsen laulunopetukselle ei ole fysiologisia esteitä. Aikaisempi uskomus lasten laulunopetuksesta oli toinen ja yleinen suositus oli, että laulutunnit kannatti aloittaa vasta äänenmurroksen jälkeen (Alakoskela, Leppälä & Veikkola 2009, 51 - 52; Tenkanen-Lindeman 2014, 1). Nykyään katsotaan, että lapselle voi opettaa laulua, jos opetuksessa tuetaan lapsen luonnollista äänenkäyttöä ja otetaan huomioon lapsen kehitystaso sekä yksilölliset piirteet. Varhaisesta äänenkäytön harjoittelusta voi olla hyötyä laulamiseen myöhemminkin, ja se voi ehkäistä ääniongelmien syntymistä. (Alakoskela ym. 2009, 59.) Lasten laulunopetuksessa lähtökohtana on opastaa lasta käyttämään ääntään vapaasti ja luonnollisella tavalla. Laulun erikoistekniikoihin tai tiettyyn tekniikkaan perustuvaa opetusta kannattaa harjoittaa vasta, kun oppilas on ohittanut äänenmurroksen. (Alakoskela ym. 2009, 60; Tenkanen-Lindeman 2014, 9 - 10.)

Vaikka lapsen äänielimistö toimii samalla tavalla kuin aikuisen äänielimistö, lapsen äänielimistö ei ole vielä kasvanut täyteen mittaansa ja kuulostaa siksi erilaiselta verrattuna aikuisen ääneen. Useissa lähteissä mainitaan äänimallien vaikutuksesta lapsen äänen kehitykseen. Lapsen on hyvä kuulla äänimalleja, jotka ovat suotuisia äänen kehitykselle. Tällä tarkoitetaan sitä, että äänimallin antaja hallitsee instrumenttinsa ja osaa käyttää sitä äänen kannalta terveellä tavalla. Laulunopettajan kannattaa myös kiinnittää huomiota siihen, että lapsi ei imitoi aikuisen ääntä liikaa esimerkiksi matkimalla aikuisen tummempaa äänensävyä. Lapsen oma äänensävy on kirkkaampi kuin aikuisella, ja aikuisen ääntä matkimalla lapsi joutuu pakottamaan ääntään vastaan omaa luonnollista äänenmuodostustaan. Tämä voi pahimmassa tapauksessa aiheuttaa äänivaurioita. Lasta opetettaessa kannattaa selvittää lapselle, että hänen oma luonnollinen äänensä on hyvä sellaisenaan ja sen pohjalta kannattaa harjoitella äänenkäyttöä. (Tenkanen-Lindeman 2014, 9 - 10; Pihkanen 2011, 34; Alakoskela ym. 2009, 60.)

## 2.2 Lapsen psyykkinen kehitys

Lasten laulunopetuksessa ei riitä pelkästään tietämys äänenkäytöstä, vaan opetuksessa tulee huomioida, millaista alakouluikäisen lapsen oppiminen on. Alakouluikäisen lapsen oppimiseen vaikuttavat kognitiiviset ja sosiaaliset kyvyt ja taidot, motivaatio ja oma käsitys itsestä oppijana (Nurmi, Ahonen, Lyytinen, Lyytinen, Pulkkinen & Ruoppila 2006, 90). Lapsista 7 - 12 -vuotiailla on meneillään eräänlainen tutkimuksen ja kokeilun vaihe heidän elämässään. Lapsi alkaa luoda käsitystä ympäröivästä maailmasta ja kerää kokemuksillaan tietoa aikaisempien kokemustensa muokkaamiseksi ja täydentämiseksi. (Rödström 1992, 64 - 65.) Ajattelu kehittyy sille tasolle, että lapsi ei ole välittömien aistihavaintojen varassa ja alkaa ymmärtää esimerkiksi esineiden ominaisuuksien, kuten pituuden ja tilavuuden pysyvyyden. Lapsi pystyy pitämään useita samaan tilanteeseen liittyviä piirteitä mielessään ja ajatteluun tulee lisää joustavuutta, jonka ansiosta lapsi pystyy harkitsemaan eri vaihtoehtoja ongelmaa ratkaistessaan. (Nurmi ym. 2006, 81.)

Alakouluikäinen lapsi jäsentää tietoaan toiminnan avulla. Opettamisen tulee tukea lapsen omaa kokeilua ja toiminnallisuutta, eikä se voi sisältää vielä abstrakteja käsitteitä. (Nurmi ym. 2006, 87.) Jos lapsi ei voi itse kokeilla opittavaa asiaa omien tekojensa avulla, lapsi ei sisäistä asiaa välttämättä hyvin (Rödström 1992, 66). Vasta 11 - 12-vuoden ikäisenä lapsi alkaa irtautua konkreettisten havaintojen ja tilanteiden kautta oppimisesta ja abstrakti ajattelu mahdollistuu (Nurmiranta, Leppämäki & Horppu 2009, 36).

Konstruktivisen oppimiskäsityksen mukaan lapsi rakentaa käsityksensä ja tietonsa kokemustensa ja havaintojensa avulla ja tarvitsee opetuksessa konkreettisia kiinnekohtia aikaisempiin kokemuksiinsa (Nurmi ym. 2006, 87). Näin ollen lapsen aikaisemmat kokemukset kannattaa sisällyttää uuden asian opettamiseen. Tiedon hankinta perustuu lapsen omiin mielenkiinnon kohteisiin ja kiinnostus on yleensä yhteydessä aikaisempiin havaintoihin, joihin on lapsen mielestä tärkeää lisätä uutta tietoa (Rödström 1992, 66).

Sosiaaliset suhteet vaikuttavat siihen, millainen kuva lapselle kehittyy itsestään oppijana. Vanhempien ja muun sosiaalisen yhteisön vaikutuksen lisäksi lapsen käsitys itsestään oppijana muokkautuu omien kokemustensa perusteella. Tämän perusteella lapsi myös asettaa itselleen oppimistavoitteita. Huonon suorituksen kautta lapsen minäkäsitys kärsii, ja siksi lapsen on hyvä saada positiivisia kokemuksia oppimisesta heti kouluiän alussa. (Nurmi ym. 2006, 90.)

Kokemus omista kyvyistä on yhteyksissä lapsen itsetunnon kehittymiseen. Jatkuva epäonnistumisen kokeminen ja aliarviointi heikentävät itsetuntoa ja minäkäsitystä. (Rödstam 1992, 74 - 75.) Jotta lapsi uskoisi itseensä ja omiin kykyihinsä, tulee hänen saada ensisijaisesti positiivista palautetta. Palautteen ei kuitenkaan kannata olla pelkästään kehuva, jotta sillä olisi arvoa. Lapsen täytyy saada kokea palautteen kautta, että hänen oma työskentelynsä on vaikuttanut lopputulokseen. Palautteen annossa on myös tärkeä huomioida informaalinen palaute. Kehon kieli viestii yllättävän paljon opettajan oikeista ajatuksista, vaikka sanat sanoisivat toista. Siksi opettajan kannattaa suhtautua oppilaaseen myönteisesti kaikissa tilanteissa, jotta tämä rohkaisisi oppilasta. (Ahonen 2004, 164 - 165.)

Lapsen oppimismotivaatioon vaikuttavat lapsen omat käsitykset ja ajatukset. Menestyminen koulussa rakentaa myönteistä minäkuvaa ja saa aikaan sisäisen motivaation toimintaa kohtaan, kun taas epäonnistumisen kokemukset muuttavat käsitykset itsestä ja tekemisestä kielteisiksi. Siksi opetuksen tulisi tukea oppilaan motivaatiota ja opetuksen tulisi tapahtua lapsen lähikehityksen vyöhykkeellä positiivisten kokemusten aikaansaamiseksi. (Nurmi ym. 2006, 104.) Vaikeustason tulisi olla optimaalinen, jotta kiinnostus tehtävää kohtaan pysyisi yllä. Liian helpot tai vaikeat tehtävät vähentävät motivaatiota tehtävää kohtaan. Jotta oppilas olisi motivoitunut tehtävää kohtaan, täytyy hänen tuntea, että tehtävällä on jotain arvoa hänelle itselleen. Siksi opetuksessa tehtäviin kannattaa liittää yhteyksiä lapsen persoonaan ja koulun ulkopuoliseen elämään. (Ahonen 2004, 163 - 164.)



### 2.3 Lasten laulunopetuksen opetusmateriaali

Lasten laulunopettamisesta löytyy tietoa ja opetusmateriaalia alakoulun musiikinkirjoista, lauluoppaista ja muusta laulamiseen liittyvästä kirjallisuudesta. Esimerkkinä lauluopas, *Opas lasten laulamiseen*, joka on Timo Pihkasen lisensiaattintyön tuotos. Siinä käsitellään lapsen ääntä ja lapsen äänenkäytön harjoittamista monipuolisesti. Se myös sisältää lapsille sopivia ääniharjoituksia.

Laulunopetuksen opetusmateriaalissa ja kirjallisuudessa esiintyy usein muutama tietty äänenkäytön osa-alue. Nämä ovat lauluasento, hengitys, resonoituminen ja artikulaatio. (Pihkanen 2011, 39.) Musiikinkirjoissa keskitytään yleisimmin lauluasentoon, hengitykseen ja artikulointiin, mutta esimerkiksi *Saa laulaa! 3* –musiikinkirjassa puhutaan myös äänihuulten tehtävästä äänen syntymisen kannalta samalla kun puhutaan resonoinnista. Halusin erotella kurkunpään toiminnan vielä yhdeksi osa-alueeksi, jotta sen tehtävä äänen tuotossa selkenisi lapsille. Musiikinkirjoissa lapsille selitetään yksinkertaisesti äänen lähtökohdat ja niihin liittyy usein lauluja ja pieniä tehtäviä, joissa voidaan havainnoida äänenkäyttöä. Usein korostetaan, että lapsen on hyvä oppia tuntemaan, miten ääni syntyy hänessä itsessään. Tehtävät ovat yleensä aktiivisia ja niiden ympärille on rakennettu jokin leikki tai tarina. Tämä tekee harjoittelusta mielenkiintoisempaa. Myös erilaiset havainnoivat kuvat tukevat ja elävöittävät musiikinkirjojen tekstiä.

Musiikinkirjoja ja muiden instrumenttien alkeisoppaita tutkittaessa löytyy muutamia yhteisiä piirteitä tekstin ja sisällön suhteen. Lapsilukijalle tarkoitettu teksti on jäsenneltä yksinkertaisesti ja lyhyesti. Virkkeet ovat muutaman sanan pituisia ja niissä tulee ilmi juuri olennainen. Teksti myös usein kannustaa lukijaa eli lasta kokeilemaan ja havainnoimaan itse. Instrumenttien alkeisoppaiden sisältö myös muodostuu melko samalla tavalla. Opas alkaa instrumentin osien opettelulla ja ergonomisen soittoasennon löytämisellä. Laulussakin liikkeelle voi lähteä hyvästä lauluasennosta ja selvittää, mitkä kehon osat osallistuvat laulamisprosessiin. Instrumenttioppaiden sisältö muuttuu haastavammaksi asteittain ja siinä keskitytään aihealueeseen kerrallaan. Aihealueeseen, esimerkiksi jousikäden

käytön opetteluun, liittyy siihen kuuluvia soittoharjoituksia. Instrumenttien alkeisoppaat sisältävät myös elävöittäviä ja aihetta selkeyttäviä kuvia.

### **3 Opinnäytetyön menetelmät**

#### **3.1 Tutkimuksen lähtökohdat**

Opinnäytetyöni tehtävänä oli laatia alakouluikäisille lapsille suunnattu lauluopas. Laadin lauluoppaan sisällön ensin keräämällä ja kehittelemällä harjoituksia valitsemistani äänenkäytön osa-alueista. Saadakseni näyttöä harjoitusten toimivuudesta, tein harjoituksista pedagogisen kokeilun lapsiryhmälle. Ryhmäksi valikoitui Niinivaaran koulun 3N-luokka, jonka oppilaat olivat 8 - 9-vuotiaita. Olin luokan opettajaan yhteydessä, ja hän lähti mielellään mukaan toteuttamaan opinnäytetyötäni. Niinivaaran koulu toimi myös työni toimeksiantajana. Ryhmänä 3N-luokka oli innokas, ja lapset lähtivät hyvin mukaan teettämiini harjoituksiin. Luokan laulutaito oli ennestään kohtalaisen hyvä ja luokka oli kiinnostunut laulamisesta. Valitsin kolmosluokan siksi, että tämän luokka-asteen oppilaat ovat alakouluiän keskellä. Olisin mielelläni halunnut ryhmään lapsia kaikista alakoulun ikäryhmistä, mutta tämä oli käytännössä vaikeaa järjestää. Näin ollen kolmosluokka valikoitui kokeiluni kohderyhmäksi.

Suoritin pedagogisen kokeilun 3N-luokan musiikin tuntien yhteydessä. Heidän lukujärjestykseensä kuului viikossa kaksi musiikin tuntia, joista toinen oli varattu järjestämäni laulunopetusta varten. Laulutunnin pituus oli 45 minuuttia, ja sain käyttää koko tunnin lauluharjoituksiin. Tarvittaessa luokan opettaja saattoi käyttää tunnin loppuun, jos oma ohjelmani kesti vähemmän aikaa. Opettaja myös aktiivisesti avusti tunnin toteutuksessa. Laulutunteja oli viisi ja jokaisella tunnilla käsitelimme eri aiheen viidestä valitsemastani äänenkäytön osa-alueesta.

Laulutuntien havainnointi tapahtui välittömien havaintojen, videokuvauksen ja kyselyiden avulla. Videoin jokaisen tunnin ja kirjoitin päiväkirjaa omista kokemuksistani sekä videolta löytämistäni havainnoista. Havainnoin ennen kaikkea

sitä, miten lapset lähtivät mukaan harjoitusten tekemiseen ja ymmärsivätkö he, mistä harjoituksissa oli kyse. Kyselyn avulla yritin kartoittaa lasten omia kokemuksia laulutunnilta ja nähdä, olivatko he ymmärtäneet käsiteltävän asian. Vaikka kyselyn muoto vastasi määrällistä tutkimusta, sen tarkoituksena oli olla havainnointini tukena ja tutkimukseni on pääpiirteittäin laadullinen. Kyselyt sisälsivät monivalintakysymyksiä, lukuun ottamatta viimeistä kyselyä, jossa kysyin oppilailta vapaan sanan muodossa, mitä he olivat oppineet koko laulutuntijakson aikana. Yritin tehdä kyselyn vastausvaihtoehdoista mahdollisimman monipuoliset ja selkeät.

Ennen laulutuntien aloittamista lähetin Niinivaaran koulun kautta tutkimuslupahakemukset 3N-luokan oppilaiden vanhemmille ja sain kaikilta suostumuksen tutkimukseen osallistumiseen, lasten kuvaamiseen ja kyselyyn teettämiseen. Selitin myös lapsille, mistä tunneilla on kyse ja mihin tarkoitukseen keräämäni tieto tulee. Keräämäni aineisto tuli vain omaan käyttööni ja hävitin sen asianmukaisella tavalla tutkimuksen päätyttyä.

## **3.2 Pedagogisen kokeilun eteneminen**

### **3.2.1 Lauluasento**

Opetuskokeilu Niinivaaran koululla alkoi 7. lokakuuta. Ensimmäisen laulutunnin aiheena oli lauluasento. Aloitin tunnin ensin esittäytymällä ja kertomalla siitä, mitä aiomme tehdä laulutunnilla. Ensimmäinen lauluasentoon liittyvä harjoitus oli kehon lämmittelyharjoitus ja annoin harjoitukselle nimeksi retki. Tässä harjoituksessa lämmittelimme kehon eri osia kävelemällä, juoksemalla, rintauintiliikkeellä, kyykkyhypyillä ja käsien kurottamisella kattoa kohti. Sidoin eri voimisteluliikkeet pienen tarinan ympärille, jossa liikkeet olivat osa retkeilyä. Liitteessä 1 näkyy harjoituksen tarkemmat ohjeet. Lapset lähtivät hyvin mukaan tähän harjoitukseen ja tekivät reippaasti liikkeitä mukana. Osa innostui turhankin rivakoihin liikkeisiin ja eivät malttaneet keskittyä kunnolla. Kaikki kuitenkin osallistuivat lämmittelyyn, ja harjoitus näytti olevan hauska ja mukaansa tempaava.

Seuraavassa harjoituksessa keskityimme käymään läpi hyvää lauluasentoa. Etenimme kehonosa kerrallaan aina jaloista kasvoihin asti. Tarkoituksena oli rentouttaa keho ja löytää oikea asento kehon eri osille. Harjoitus alkoi seisomalla tukevasti lattiaa vasten. Seuraavaksi jäykistimme ja niiasimme vuorotellen polvia ja yritimme löytää hyvän asennon ääriasentojen keskeltä. Samaa vertailua tapahtui keskivartalon kohdalla ja vuorotellen notkistimme selän ja lysäytimme sen kasaan. Tässä vertasin näitä ääriasentoja ankan pyrstöön ja möhömahaan. Tarkoituksena oli löytää ryhdikäs asento selälle näiden kahden asennon välistä. Seuraavaksi venyttelimme rintakehää levittämällä kädet leveästi sivuille ja sen jälkeen halaamalla itseämme. Viimeisenä jätimme kädet levälleen ja laskimme rennosti kädet alas, jotta rintakehä pysyisi avonaisena. Harjat rentoutimme nostamalla ne vuorotellen korviin ja rentouttamalla alas. Niskaa rentoutimme kuvittelemalla niskan taakse saippuakuplan, tai nenän piirtämään ilmaan pientä ympyrää. Kasvot verryttelimme laittamalla ne ensin todella ruttuun ja sen jälkeen avaamalla kasvot suureen hymyyn.

Tunnin alussa pyysin luokkaa laulamaan jonkun heille tutun laulun, jotta he voisivat myöhemmin verrata harjoitusten vaikutusta laulamiseen. Lämmittelyharjoitusten jälkeen luokka lauloi saman laulun uudestaan, minkä he lauloivat tunnin alussa. Pyysin heitä keskittymään asentoon laulun aikana ja vertaamaan sitä lauluun ennen harjoituksia. Lapset kertoivat laulamisen tuntuneen hyvältä ja suurin osa näytti laulaneen laulun uudestaan ryhdikkäässä asennossa.

Viimeisenä opettelimme uuden laulun ja kokeilimme sen yhteydessä lauluasennon vaikutusta laulamiseen. Lauloimme kappaleen kolmesti läpi ja jokaisella kerralla kokeilimme eri asentoa. Ensin lauloimme jäykässä asennossa, seuraavaksi todella vetelässä asennossa ja lopuksi hyvässä ja ryhdikkäässä asennossa. Asennon vaikutuksen laulamiseen kuuli välittömästi ja hyvässä asennossa lasten ääni soi parhaiten ja kantavasti. Lapset myös itse huomasivat tämän ja kaikki olivat sitä mieltä, että hyvässä ja ryhdikkäässä asennossa oli parasta laulaa. Laulutunnin loppuun teetin kyselyn, jossa halusin saada selville lasten kokemuksia, sekä sen olivatko he ymmärtäneet lauluasennon merkityksen. Kyselyssä kysyin oppilailta, oliko laulaminen helpompaa ennen vai jälkeen lämmittelyharjoitusten ja missä asennossa laulaminen oli helpointa.

### 3.2.2 Hengitys

Seuraava tunti oli 22. lokakuuta ja tunnin aiheena oli hengitys. Tunnin alussa kerroin oppilaille, että uloshengityksen aikana ääni syntyy kurkussa. Kerroin myös, kuinka hengittää voi rennosti niin, että hengitys tuntuisi keskivartalossa pullistumisena.

Aloitimme harjoittelemaan syvähengitystä ja hengityksen aistimista keskivartalossa. Ensin kokeilimme isäntämiehen asentoa. Tämä harjoitus oli vaikea toteuttaa, sillä en itse päässyt kiertämään lasten keskuudessa tarkistamassa, oliko kaikkien asento oikea. Osa kertoi aistivansa hengityksen selässä ja kyljissä, mutta osa taas ei. Monella näytti asento olevan aika huono ja sen vuoksi hengityksen aistiminen saattoi olla hankalaa. Kokeilimme myös matkia ruusun nuuhkimista, kuvittelimme, että olemme täyttyviä ilmapalloja ja läähätimme kuin koirat. Hengityksen aistiminen keskivartalossa oli vaihtelevaa ja tuntui, että tämä oli lapsille melko hankala käsite. Kaikista selkeimmin hengityksen tunsii läähätyksen aikana ja siinä suurimman osan keskivartalo näytti liikkuvan.

Sovelsin hengityksen havainnoimisen seuraavaan harjoitukseen, jossa kokeilimme laulaa laulupätkän hengittämällä ensin syvähengitystä ja sen jälkeen hengittämällä pelkästään rintakehään. Tässäkin harjoituksessa oli hankala ohjata luokkaa, koska jokaista lasta ei pystynyt ohjaamaan henkilökohtaisesti ja kaikki eivät erottaneet, miten voi hengittää kahdella eri tavalla. Hengityksen korostaminen myös vaikeutti asiaa ja moni ei enää hengittänyt rennosti, jos hengittämiseen piti keskittyä liikaa. Harjoituksen tarkoituksena oli havainnoida, oliko laulaminen helpompaa syvähengityksen, vai rintakehään kohdistuvan hengityksen kanssa.

Seuraavaksi kerroin, että hengitystä pitää tukea ja kannatella, jotta laulaminen onnistuisi eikä kaikki ilma tulisi kerralla ulos. Tähän yhteyteen tein siinäharjoituksen. Kokeilimme matkia eri kokoisia käärmeitä ja sihisimme eri voimakkuuksilla ja pituuksilla. Tämä harjoitus tuntui muuten toimivalta, mutta pitkitin sen liian pitkäksi, jolloin lasten keskittymiskyky alkoi herpaantua. Rivakampi eteneminen olisi pitänyt lasten keskittymiskyvyn paremmin yllä. Harjoitus kui-

tenkin toimi niin kuin olin kuvitellut, ja kaikki löysivät siihen avulla tukilihaksensa.

Viimeisenä lauloimme Pieni ankanpoikanen -laulua ja kokeilimme, tuntuivatko tukilihakset, kun laulamme säkeistöjen lopussa ankan kaakatukset staccato-maisesti. Kaikki oppilaat eivät enää jaksaneet keskittyä, ja vain osa oppilaista tunnusteli, tuntuuko vatsa- ja kylkilihaksissa liikettä. Hengittäminen ylipäätään oli haastava asia opettaa, ja se vaatisi enemmän keskittymistä sekä oppilailta, että opettajalta, sekä pitempiaikaista harjoittelua.

Kyselyssä kysyin, tuntuiko hengitys keskivartalossa isäntämiehen asennossa, ruusua nuuhkiessa, ilmapalloa kuvitellessa tai läähättäessä. Kysyin myös, oliko laulaminen helpompaa, jos hengitti keskivartaloon, ja tuntuiko kylki ja vatsalihaksissa liikettä käärme-harjoituksen aikana.

### **3.2.3 Kurkunpään toiminta**

Seuraava tunti pidettiin 29. lokakuuta, ja tunnin aiheena oli kurkunpään toiminta. Koska kurkunpään toimintaa voi lähteä tutkimaan monella tapaa ja tähän käsitteeseen kuuluu monimutkaista anatomian ymmärtämistä, käsittelin tunnilla lähinnä kurkunpään asentoa ja äänihuulien toimintaa sekä kiinteän äänen löytämistä.

Aloitin tunnin pitämällä pienen alkuvenyttelyn kaulan ja niskan alueella. Rentoutimme niskan ja venyttelimme hartioita sekä rentoutimme kurkunpään haukotuksen avulla. Jatkoin tuntia kertomalla, mikä on kurkunpää ja missä se sijaitsee. Kokeilimme myös yhdessä kurkunpään sijaintia koskettamalla kaulaa, samalla kuin nielaisimme ja haukottelimme. Kerroin myös, että ääni syntyy kurkunpäässä äänihuulissa ja havainnollistin käsilläni äänihuulien liikettä.

Ensimmäisessä harjoituksessa yritimme hakea kiinteää ääntä nostamalla pehmeää kitalakea. Tähän käytin apuna mielikuvia, jossa haettiin suun takaosaan tilaa. Kokeilimme haukotuksen tunnetta, sitruunan maistelun tunnetta ja kuvi-

telmaa siitä, että suussa on kuuma peruna. Seuraavaksi kokeilimme laulaa juutavulla ääniharjoitusta ja yritimme saada tilan tunteen kestämään suussa. Tämä oli melko hankalan tuntuista lapsille ja en voi sanoa varmaksi, saivatko kaikki äänensä kiinteäksi tämän harjoituksen avulla. Keskittyminen harjoituksen aikana alkoi myös hävitä ja kaikki eivät tehneet harjoitusta kunnolla. Oppilaiden yhteissointi kuulosti kuitenkin melko hyvältä ja kiinteältä.

Seuraavaksi halusin havainnollistaa oppilaille, mikä vaikutus kurkunpään asennolla on lauluääneen. Lauloimme lastenlaulua Kirppu ja härkä ja imitoimme säkeistöissä ensin kirpun ja sitten härän ääntä. Kirpun äänellä kurkunpään oli tarkoitus nousta yläasentoon ja härän äänellä taas laskea alas. Viimeisenä pyysin vielä laulamaan koko laulun omalla äänellä. Tässä harjoituksessa yritin saada selville, huomasivatko lapset missä asennossa heidän kurkunpäänsä olivat mitään ääntä imitoidessa. Lasten mielestä harjoitus oli hauska ja he lähtivät innolla imitoimaan hauskoja ääniä. Tässä yhteydessä kuitenkin korostin lapsille sitä, että omalla äänellä rennosti laulamalla ääni kuulostaa parhaimmalta, etteivät he ota liikaa vaikutteita äänten matkimisesta. En halunnut opettaa heitä muokkaamaan ääntään luonnottoman kuuloisiksi.

Kyselyssä kysyin, tuntuiko suussa tilaa haukottelun, sitruunan maistelun, tai kuumen perunan suuhun kuvittelun aikana. Halusin myös tietää, huomasivatko lapset, missä asennossa heidän kurkunpäänsä oli ääniä imitoidessa ja kysyin, oliko kurkunpää ylhäällä, alhaalla vai rentona kirpun äänellä, härän äänellä ja omalla äänellä laulaessa.

### **3.2.4 Resonanssi**

Seuraava tunti oli 5. marraskuuta, ja tunnin aiheena oli resonanssi. Tämä oli vieras termi kaikille lapsille ja selitin heille, että ääni kaikuu eli resonoi kehosamme, silloin kun laulamme. Vertasin ääntä kitaran kaikukoppaan ja kerroin, että oma kehomme on myös äänen vahvistin ja äänen pitää päästä resonoi-maan, jotta se kuuluisi. Kokeilimme kuinka resonoinnin voi tuntea kehossa.

Hymisimme ja kokeilimme ensin rintakehää ja sitten nenän vierusta, kuinka sielä tuntui pientä värinää.

Harjoittelimme tunnilla hakemaan kirkasta äänen sointia ja kerroin, että ääntä voi yrittää saada tuntumaan silmien takana tai kitalaen yläpuolella. Yritimme hakea tätä aistikokemusta ensin laulamalla pienen ääniharjoituksen, kengän kannat kankeat, jossa on paljon ng- ja n-äänteitä. Näillä äänteillä yritin saada ääntä soimaan etisesti ja oppilaita aistimaan äänen niin sanotusti ”maskissa”. Tämä harjoituksen avulla oli kuitenkin hankala saada aikaiseksi etistä sointia, ellei ääntä tietoisesti ohjaa eteen. Seuraavaksi kokeilimme imitoida koiran uikutusta ja lehmän ammumista. Näillä harjoituksilla oli helpompi aistia ääni silmien takana ja lapset lähtivät muutenkin innokkaammin kokeilemaan näitä harjoituksia. Kokeilimme ääniä ensin huulet kiinni ja yritimme lehmän ammumisessa avata m-äännettä muu-äänteeseen. Vokaalin tullessa mukaan, ei äänen aistiminen ollut enää yhtä helppoa. Yritimme myös mii-äännettä, mutta vokaalin vaihtaminenkaan ei näyttänyt toimivan.

Viimeisenä kokeilimme hymyn vaikutusta laulamiseen. Lauloimme luokan ennestään harjoittelemaa laulua ja lauloimme ensin kappaleen veltoilla ja surullisilla kasvoilla. Seuraavan kerran lauloimme iloisesti ja poskipäät ylhäällä. Laulu kuulosti heti kirkkaammalta iloisesti laulettuna, ja yksi oppilas tokaisi, että surullisella naamalla laulusta ei saanut selvää. Välillä oppilaat kuitenkin liioittelivat kasvojen ilmeitä liikaa, esimerkiksi hymyilivät irvistellen iloisen laulun aikana.

Kyselyssä kysyin, aistivatko oppilaat ääntään silmien takana kengän kannat kankeat -laulussa, tai uikutusta ja lehmän ammumista matkimalla. Kysyin myös, huomasivatko he oliko iloisella ja surullisella naamalla laulamisailla vaikutusta äänen sointiin.

### **3.2.5 Artikulaatio**

Viimeisen tunnin aiheena oli artikulaatio. Tämäkin termi oli lapsille vieras ja selitin, että artikulointi tarkoittaa sanojen ääntämistä. Huonosti artikuloimalla sa-



noista ei saa selvää ja hyvin artikuloimalla taas saa. Kerroin, että hyvin artikuloimalla kuulija ymmärtää paremmin, mistä laulaja laulaa.

Ensimmäinen harjoitus oli kasvojen, kielen ja huulten voimistelu. Tähän lapset lähtivät hyvin mukaan ja harjoitus oli heistä hauska. Harjoituksen tarkoitus oli verrytellä artikulaatioelimistöä. Seuraavaksi teimme artikulaatio-ääniharjoituksia, joissa oli tarkoitus harjoitella vaikeiden tavuyhdistelmien laulamista ja huomata, kuinka paljon huulet ja kieli joutuvat tekemään töitä äänneiden muodostamiseksi.

Ensimmäisen harjoituksen (kuva 1) pääosassa oli kielen liikkuvuus. Aloitimme harjoituksen ensin hitaalla tempolla ja nopeutimme sitä asteittain. Näin harjoituksen kautta pystyi huomaamaan, että kielellä on tärkeä rooli kyseisten tavujen muodostamisessa.



Kuva 1. Artikulaatioharjoitus kielelle

Seuraavassa harjoituksessa (kuva 2) voimistelimme huulia. Huulten eri asennot pitää tehdä harjoituksessa selkeästi, jotta ääntäminen onnistuisi. Tässäkin harjoituksessa aloitimme hitaalla tempolla ja nopeutimme sitä vähitellen.



Kuva 2. Artikulaatioharjoitus huulille

Kolmannen harjoituksen (kuva 3) tarkoitus oli vetreyttää huulia, kieltä, sekä kasvojen liikkuvuutta ylipäätään. Tässäkin harjoituksessa kokeilimme laulaa eri tempoissa.



Kuva 3. Artikulaatioharjoitus kielelle ja huulille

Viimeisenä opetin luokalle uuden laulun, Hei hurraa hurraa hurraa hurraa hei, jonka löysin Saa laulaa! -musiikinkirjasta. Valitsin tämän laulun, koska se sisälsi paljon sanoja, joiden lausumiseen tarvitsi selkeää artikulointia. Laulun yhteydessä havainnoimme, kuinka suun liikkeillä on vaikutusta laulun selkeyteen. Ensin lauloimme laulun pienellä suulla ja seuraavan kerran isoilla suun liikkeillä. Laulu kuulosti heti selkeämmältä, kun lapset korostivat suun liikkeitä. Osa näytti korostavan suun liikkeitä liikaa ja heistä tuntui, ettei laulaminen ollut silloin helppoa.

Viimeisen tunnin loppuun kysyin kyselyssä, oliko laulaminen helpompaa pienillä vai selkeillä suun liikkeillä. Tunnin aiheeseen liittyvän kysymyksen lisäksi kysyin, mitä oppilaat oppivat pitämiltäni laulutunneilta. Halusin kartoittaa, oliko opeistani jäänyt jotain mieleen ja olivatko tietyt harjoitukset eniten mieleenpainuvia. Monille teetti vaikeuksia muistella edellisiä tunteja, mutta jokainen kirjoitti vastaukseksi vähintään yhden asian.

## **4 Tulokset**

### **4.1 Lauluasento**

Lauluasennon opetteleminen on melko fyysistä ja konkreettista, joten lapsi oivaltaa helposti asennon yhteyden laulamiseen sekä jaksaa keskittyä harjoitusten tekemiseen. Kun lämmittelyharjoituksen yhteyteen rakentaa tarinan, on tavalliset venyttelyt entistä hauskempi ja mielenkiintoisempi toteuttaa. Kun lämmittelyharjoituksissa harjoituksen eteneminen on nopeatempoista, lapsien keskittyminen tehtävään kestää paremmin. Kyselyn mukaan 84,2 % 3N-luokan oppilaista oli sitä mieltä, että laulaminen oli helpompaa lämmittelyharjoitusten jälkeen. 100 % oppilaista oli taas sitä mieltä, että ryhdikkäässä asennossa oli helpointa laulaa.

Omien havaintojeni mukaan ensimmäinen lämmittelyharjoitus toimi loistavasti ja siihen oli helppo jokaisen osallistua. Harjoituksen avulla pystyi lämmittelemään

koko kehoaan sekä venyttelemään hartioita. Harjoituksen ympärille rakennettu tarina teki harjoituksesta mielenkiintoisen sekä auttoi elävöittämään lämmittely- ja venytysliikkeitä. Eri asentojen vertaileminen laulun yhteydessä toimi myös hyvin ja siinä oppilas kokee konkreettisesti, miten asento vaikuttaa laulamiseen. Tässä harjoituksessa vertailu toimi ja jäykkä ja ryhditön asento olivat hyviä vertailukohteita ryhdikkäälle lauluasennolle, sillä niissä keho ei pääse toimimaan luontevasti.

Toinen lämmittelyharjoitus, jossa haettiin yksityiskohtaisesti hyvää lauluasentoa, ei ollut yhtä toimiva kuin muut harjoitukset. Siinä ääriliikkeet jäivät helposti päälle. Esimerkiksi polvet lukkiutuivat sillä aikaa, kun keskityttiin rentouttamaan muita kehon osia. Tässä harjoituksessa eteneminen oli turhan hidasta ja lapsilla herpaantui keskittyminen hyvin äkkiä. Muuten harjoitus vaikutti lasten mielestä hauskalta, mutta se ei ajanut asiaansa, niin kuin olisin halunnut. Harjoitus olisi toimivampi, jos siinä keskityttäisiin lauluasennon kokonaistuntumaan ja siinä haettaisiin pelkästään oikeanlaista asentoa, eikä keskityttäisi asennon ääripäihin niin vahvasti. Muutenkin lauluasennon kokonaistuntuma on tärkeämpää hahmottaa kuin yrittää hahmottaa eri kehon osien asentoa yhtä aikaa. Silloin helposti jokin asennon osa jäykistyy, eikä hyvää lauluasentoa ole luontevaa pitää yllä. Muuttaisin harjoitusta niin, että kehon eri osien asento haettaisiin vuorotellen, mutta pääpaino on kehon kokonaistuntumassa. Jättäisin myös ääriasentojen kautta hakemisen pois harjoituksesta.

## **4.2 Hengitys**

Hengitys oli äänenkäytön osa-alueista haastavinta opettaa. Lapsen on vaikea vielä havainnoida omaa hengitystään itsenäisesti, ja siksi opettajan ohjaus on tärkeässä asemassa hengitysharjoitusten yhteydessä. Koska en pystynyt itse tarkastamaan jokaisen oppilaan asentoa hengitysharjoituksia tehdessäni, kaikille oppilaille hengityksen aistiminen keskivartalossa jäi vajanaiseksi. Videolta näkee, kuinka monen asento oli vääränlainen harjoituksia tehdessä ja jos olisin päässyt ohjaamaan jokaista yksitellen, tulokset olisivat voineet olla toiset. Hen-

hengityksen löytäminen vaatii myös pitkäaikaista opettelua, eikä sitä voi oppia yhden tunnin aikana.

Kyselyn mukaan 63,1 % luokasta aisti hengityksen keskivartalossa isäntämiehen asennossa. 73,6 % oppilaista aisti hengityksen keskivartalossa ruusun nuuhkimista imitoimalla. Oppilaista 89,4 % aisti hengityksen keskivartalossa, kun he kuvittelivat vatsan olevan täyttyvä ilmapallo. Koiran läähätystä matkiessa 94,7% oppilaista aisti hengityksen keskivartalossa.

Videoista paljastuu, että esimerkiksi ruusun nuuhkimista imitoidessa osa lapsista hengitti, niin että rintakehä selkeästi kohoili. Ilmapallo-harjoituksessakin hengitys näytti monella kertyvän ylävartaloon, mutta laski alemmas, kun pyysin hengittämään rennolla vatsalla. Näin ollen hengityksen aistiminen keskivartalossa jäi puutteelliseksi näissä harjoituksissa, vaikka kyselyn mukaan suuri osa oppilaista aisti hengityksen ilmapallo-harjoituksessa. Tästä voi päätellä myös sen, että hengityksen aistiminen keskivartalossa saattoi jäädä käsitteenä epäselväksi. Läähätys-harjoitus näytti videon mukaan toimivan parhaiten, sillä siinä hengitys menee kaikista automaattisimmin alas asti kehossa. Siinä ei tarvinnut käyttää monimutkaisia mielikuvia ja harjoitus toimi kaikista konkreettisimmin. Oppaaseen sisällyttäisin kuitenkin kaikki mielikuvaharjoitukset ja kokeilut, sillä suhteellisen moni kuitenkin aisti hengityksen keskivartalossa jokaisen mielikuvan kohdalla. Osalle ruusun nuuhkiminen saattaa toimia parhaiten ja toiselle taas isäntämiehen asento on helpoin tapa löytää syvähengitys.

Koska lapsille hengityksen kohdistaminen keskivartaloon oli haastavaa, hengitystapojen vertaaminen ei luonnistunut myöskään toivotusti. 73,6 % oppilaista vastasi kyselyssä laulamisen tuntuvan helpommalta, jos hengitti alas asti. 15,7 % oli kuitenkin sitä mieltä, että rintakehään hengittäminen teki laulamista helpompaa ja 10,5 % vastasi molempiin myöntävästi. Videota tutkiessa vaikutti siltä, etteivät lapset jaksaneet panostaa tähän harjoitukseen paljoa ja monille jäi epäselväksi mihin kuului hengittää ja miten se liittyy laulamiseen. Harjoitus voisi toimia, jos hengitystä olisi harjoiteltu jo pidemmän aikaa ja oppilas osaisi aistia hengityksen keskivartalossa saakka. Opasta varten muokkaisin harjoituksen niin, että siinä keskityttäisiin ainoastaan syvähengitykseen. Hengitysten vertai-

lun jättäisin pois. Harjoitus voisi olla jatketta ensimmäiselle harjoitukselle ja oikeanlaisen hengityksen löydyttyä vasta kokeiltaisiin hengitystä ääniharjoituksen yhteydessä.

Käärmeen sihinää matkiva harjoitus toimi sekä videolla että kyselyn mukaan. Kyselyssä 100 % oppilaista vastasi tuntevansa liikettä kyljissä ja vatsan sisällä harjoituksen aikana. Tämä harjoitus sai aikaan hyvin konkreettisia tunteita kehossa ja käärmeen matkiminen toimi harjoituksen elävöittäjänä. Käärmeharjoitus oli myös helppo soveltaa kappaleeseen ja lapset ymmärsivät paremmin, miten tukilihakset liittyvät laulamiseen ja äänentuottoon.

### **4.3 Kurkunpää**

Kurkunpää ja sen toiminta oli haastava asia käsitellä, mutta lapset ymmärsivät kurkunpään liittymisen äänenmuodostukseen. Tunnin alussa tekemät konkreettiset havainnot kurkunpään sijainnista ja sen liikkeestä haukotellessa ja nielaitessa tehosivat oppilaisiin ja jokainen varmasti ymmärsi, missä kurkunpää sijaitsee. Kun selitin, että kurkunpäässä sijaitsevat myös äänihuulet ja ääni syntyy niiden kautta, lapset oivalsivat asian, kun imitoin käsilläni äänihuulien liikettä. Kun aloin selittää enemmän kurkunpään toiminnasta ja siitä, että äänen tulisi olla kiinteä laulettaessa, asia oli jo hankala ymmärtää. Vaikka yritin demonstroida oman ääneni kautta, mikä ero kiinteällä ja huokoisella äänellä on, kovinkaan moni lapsista ei näyttänyt ymmärtävän eroa äänten välillä.

Harjoitus, jossa haimme tilaa suun takaosaan, oli haastavaa lapsille ja yhteys laulamiseen jäi uupumaan, vaikka mielikuvat perustuvat melko konkreettisille tuntemuksille. Harjoitusten kautta oppilaat kuitenkin saivat osittain tuntuman tilasta suun takaosassa. Sitruunan maistelua kuviteltaessa 41,2 % oppilaista tunsi tilan suunsa takaosassa. Kuumen perunan kuvittelu suussa sai 52,9 % oppilaista tuntemaan tilantunnun suussaan. Alkavan haukotuksen kautta tilan tuntuman sai 58,8 % oppilaista.

Kun kysyin kyselyssä, lauloitko reippaalla äänellä niin, ettei äänesi välistä kuulunut pihinää, 100 % oppilaista vastasi kyllä. Videota tutkiessa huomasin, että osa lauloi melko ujosti ja selkeästi kaikki eivät keskittyneet äänentuottoon. Kaikille kiinteän äänen ja pihisevän äänen ero ei ilmeisesti selvinnyt ja he vastasivat kyselyyn sen mukaan, mikä vastaus tuntui oikealta. Tästä päätellen kiinteän äänen hakeminen on vielä turhan abstrakti asia käsiteltäväksi ja jätän sen pois lauluoppaasta. Riittää, että selitän kurkunpään ja äänihuulten toiminnan merkityksen laulamiseen.

Kyselyn viimeisessä kysymyksessä 76,5 % oli sitä mieltä, että kirpun äänellä laulaessa kurkunpää oli ylhäällä. 23,5 % oli taas sitä mieltä että kurkunpää oli alhaalla. Härän äänellä laulaessa 23,5 % ajatteli kurkunpään olevan ylhäällä ja 76,5% ajatteli kurkunpään olevan alhaalla. Omalla äänellä laulaessa 100 % olivat sitä mieltä, että kurkunpää oli rentona. 23,5 % oppilaista kurkunpään asennot sekoittuivat, tai he eivät ymmärtäneet kysymystä kurkunpään asennosta. Yleiskuva siitä, että kurkunpään eri asennot vaikuttavat siihen miltä ääni kuulostaa näytti selkenevän kaikille.

#### **4.4 Resonanssi**

Resonanssi oli oppilaille terminä hankala ymmärtää, mutta kun kokeilimme rintakehää ja nenänvierusta samalla kun hymisimme, jokainen ymmärsi mistä on kyse. Äänen aistiminen silmien takana oli melko abstrakti käsite ja näytti, että usealle oppilaalle tämä käsite oli vaikea ymmärtää. Äänten matkiminen näytti tempaavan mukaansa harjoitukseen, mutta harjoituksen yhteys laulamiseen jäi uupumaan.

Kengän kannat kankeat -ääniharjoituksessa oppilaista vain 26,3 % tunsivat äänensä silmien takana. Koiran uikutusta matkiessa äänen aisti 52,6 % oppilaista ja lehmän amumista matkiessa sen aisti 47,4 % oppilaista. Tästä päätellen kengän kannat kankeat -ääniharjoitus ei toiminut tarpeeksi hyvin, mutta eläinten ääniä matkimalla sointi oli helpompi saada pääsointiseksi. Harjoituksen soveltaminen laulamiseen ei taas tuottanut hyvää tulosta ja sointi kadotettiin, kun m-

äänne avattiin vokaaliin. Edes etuvokaali i ei auttanut äänen soinnin tuntemisessa, tai lapset eivät osanneet pitää vokaalia samaan kohtaan sijoitettuna, kuin pelkässä hyminässä. Koiran uikutus oli toimivin ääni-imitaatio, joten sen ai on sisällyttää lauluoppaaseen. Uikutuksesta on helppo jatkaa laulamista ja muuttin harjoitusta niin, että uikutuksella lauletaan myös pieni melodiapätkä (kuva 4). Näin äänen soinnin etsiminen on selkeämpi soveltaa laulamiseen.



Kuva 4. Ääniharjoitus

Iloisella ja surullisella naamalla laulaminen oli konkreettisempi harjoitus, ja siinä hymyn yhteys äänen sointiin oli selkeämmin havaittavissa. Hymyillessään lapset aukoivat suutaan enemmän ja ääni pääsi sitä kautta soimaan paremmin. Tässä harjoituksessa 100 % oppilaista vastasi äänen soivan paremmin, silloin kun lauloi iloisesti. Harjoituksen voi siis sisällyttää lauluoppaaseen sellaisenaan, sillä se toimi tarkoituksensa mukaisesti.

#### 4.5 Artikulaatio

Kasvojen, huulten ja kielen verryttelyharjoitus aktivoi oppilaat sopivasti tunnin alussa. Kaikki toteuttivat harjoitusta, mutta kukaan ei lähtenyt liioittelemaan tai pelleilemään harjoituksen kanssa. Harjoitus myös hyvin valmisti artikulaatioeli mistön liikkuvia osia seuraavia harjoituksia varten. Artikulaatioääniharjoituksissa lapset pystyivät hyvin ääntämään kaikki harjoitukset, mutta joutuivat myös keskittymään sanojen lausumiseen. Kun kappaleen avulla vertailimme suun liikkeiden vaikutusta lauluun, suurin osa ymmärsi, että selkeillä suunliikkeillä ja selkeällä artikuloinnilla laulusta sai paremmin selvää ja tekstiä oli helpompi laulaa.

Kyselyn mukaan 88,9 % oppilaista piti isoilla suunliikkeillä laulamista helpompana ja 11,1 % piti pienillä suunliikkeillä laulamista helpompana. Videota tarkkaillessani huomasin, että osa liioitteli artikulointia ja naama venyi välillä hankalan näköisiin asentoihin. Siksi pienellä suulla laulaminen oli ilmeisesti osalle

helpompaa. Jotkut oppilaista vaikuttivat myös ujoilta laulajilta ja saattoivat kokea korostetut suunliikkeet vaivaannuttaviksi. Harjoitus toimi muuten kuten pitikin ja sen voi sisällyttää oppaaseen. Täytyy vain korostaa, että isoilla suun liikkeillä tarkoitetaan selkeää ääntämistä, eikä kasvojen luonnotonta väänehdintää.

Viimeisen tunnin kyselyssä kysyin myös, mitä oppilaat olivat oppineet koko laulutuntijakson aikana. Oppilaat saivat itse omin sanoin kirjoittaa, mitä heille oli tunneilta jäänyt mieleen. Suurin osa vastauksista oli melko suppeita ja vastaukset ympäripyöreitä, esimerkiksi vastauksessa saattoi lukea, että on oppinut kaikenlaista laulamiseen liittyvää ilman erillistä määrittelyä. Monille näytti olevan hankalaa muistella edellisten tuntien tapahtumia ja moni muistikin vain kyseisellä tunnilla käydystä aihealueesta asioita. Monilla luki myös vastauksessa, että oli oppinut uusia lauluja, tai oli oppinut uusia hienoja sanoja, esimerkiksi artikulaatio-termin. Harva osasi kirjoittaa tarkemmin äänenkäyttöön liittyvistä asioista. Lauuasento oli yksi asia, mikä oli jäänyt monelle mieleen. Myös kommentit siitä, että ”täytyy laulaa kunnolla” tai ”täytyy laulaa reippaasti” viestivät siitä, että oppilaat olivat huomanneet asennon ja ryhdikkyuden olevan laulamisessa tärkeitä asioita. Yleiskuva laulamisesta näytti selventyneen oppilaille ja he olivat lyhyen jakson aikana oppineet ainakin sen, miksi laulaessa täytyy olla virkeä ja reipas.

## 5 Pohdinta

Opinnäytetyössäni tutkin, millaisilla harjoituksilla äänenkäyttöä voi alakouluikäisille lapsille opettaa. Pedagogisen kokeilun kautta saamieni tulosten perusteella valikoin käyttökelpoiset harjoitukset lauluoppaaseen. Lauluoppaan on tarkoitus olla tukena lasten laulunopetuksessa. Opettaja voi käyttää opasta sellaisenaan, tai ottaa siitä vaikutteita omien harjoitusten laatimiseksi. Opas toimii esimerkkinä lasten laulunopetuksen suunnittelussa ja on helppo työkalu laulopedagogeille, jotka aloittelevat työtään lasten parissa. Työni on myös tarkoitus herättää pedagogisia ajatuksia lasten laulunopettamisesta ja voi johdattaa laulunopettajan perehtymään tarkemmin lasten opettamiseen.



Oma motiivini työn tekemiseen oli se, että halusin lisää tietämystä lasten laulunopettamisesta. Opinnäytetyöprosessin aikana tämä tavoite toteutui ja sain paljon uutta tietoa lasten opettamisesta sekä jatkoa ajatellen tiedän, mihin asioihin minun pitää vielä perehtyä lasten laulunopetuksen sekä muun laulupedagogiikan parissa. Lasta opetettaessa on otettava monia asioita huomioon ja haastavinta lapsen opettamisessa on löytää opetusmetodit, jolla opetettavan asian pystyy ilmaisemaan lapselle niin, että hän ymmärtää sen varmasti. Pitkäjänteinen harjoittelu on myös erilaista lapsen kanssa ja keskittyminen yhteen pieneen osa-alueeseen pitkiä aikoja kerralla hankaloittaa lapsen keskittymiskykyä. Opetuksen tulee olla siis hyvin monipuolista ja on pidettävä lapsen mielenkiinto yllä.

Konkreettiset esimerkit ja vaihtelevuus laulutunnin sisällössä olivat tärkeimmät ja selkeimmät havainnot, jotka sain itselleni opinnäytetyöni tuloksista. Harjoitukset, joissa oppilaan ei tarvinnut yrittää ajatella kovin abstraktisti ja hän pystyi luottamaan oman kehonsa luontaisiin reaktioihin, toimivat parhaiten. Pitkät ja paljoa keskittymistä vaativat harjoitukset tuntuivat taas tehottomilta, eivätkä lapset omaksuneet asiaa tässä tilanteessa helposti. Hengitystä, resonanssia ja kurkunpäättä käsitteleviin harjoituksiin lisäisin vielä jatkossa enemmän selkeitä keinoja asioiden hahmottamiseksi.

Huomasin, että oma opetustyylini vaikutti lasten oppimiseen. Välillä asioiden ilmaiseminen ei ollut niin selkeää ja yksinkertaista, kuin se olisi voinut olla. Esimerkiksi hengitysharjoituksissa korostin liikaa vatsaa, kun yritin puhua keskivartalon pullistumisesta. Tässä yhteydessä olisi pitänyt puhua enemmän hengityksen tuntemisesta kyljistä ja selästä. Vaikeiden käsitteiden hahmottamiseksi olisin voinut käyttää myös enemmän visuaalisia ja konkreettisia esimerkkejä, kuten resonanssista puhuttaessa näyttää, miten esimerkiksi rumpu soi, jos sen täyttää tyynyillä, eikä pääse resonoimaan. Tämän esimerkin sisällytin kuitenkin oppaaseen. Selkeä asioiden ilmaiseminen ylipäätään on myös yksi tärkeä piirre, mitä kannattaa muistaa vaalia lapsia opetettaessa. Kun asian selittää lyhyesti ja yksinkertaisesti, se menee varmimmin perille.

Tutkimuksessani olin rajannut tarkastelun alakouluikäisiin lapsiin. Pedagogisessa kokeilussani keskityin kuitenkin vain kolmasluokkalaisiin, joten tutkimuksen tulokset eivät välttämättä kata koko alakouluikää ja oppaaseen sisällyttämät harjoitukseni sopivat varmimmin vain kolmasluokkalaisille. Kuudesluokkalaisille harjoitukset saattavat olla jo liian lapsenmielisiä ja ekaluokkalaisille vaikeimmat käsitteet, kuten resonanssi ja kurkunpään toiminta eivät välttämättä selvene olenkaan. Tutkimuksen otanta oli myös hyvin pieni, sillä tutkimaani luokkaan kuului vain yhdeksäntoista oppilasta. Harjoitukset saattavat toimia myös eri lailla, jos niitä kokeilee eri luokan kanssa, tai eri kouluympäristössä.

Oma havainnointini ja tuntien kuvaaminen havainnoinnin tueksi toimivat menetelminä ja videomateriaalista huomasi paljon asioita, mitä paikan päällä ei huomannut. Esimerkiksi lasten asentoihin ja muuhun käyttäytymiseen pystyi kiinnittämään enemmän huomiota vasta videota tutkiessa. Kyselyn vastaukset pystyi myös arvioimaan tarkemmin videoinnin kautta ja siinä huomasi, jos kyselyn tulokset eivät vastanneet todellisuutta. Kyselytutkimusmenetelmä toimi osittain ja sen avulla pystyin kartoittamaan sellaisia asioita, joita en ulkopuolisin silmin pystyisi arvioimaan, esimerkiksi tunsivatko oppilaat liikettä tukilihaksistossa käärme-harjoituksen aikana. Osa kysymyksistä oli laadittu kuitenkin liian johdattelevasti ja kyselyiden tulokset eivät siksi olleet kovin luotettavia. Joihinkin kysymyksiin oppilaat pystyivät vastaamaan sen mukaan, minkä he mielsivät oikeaksi vastukseksi, eivätkä välttämättä seuranneet omia tuntemuksiaan.

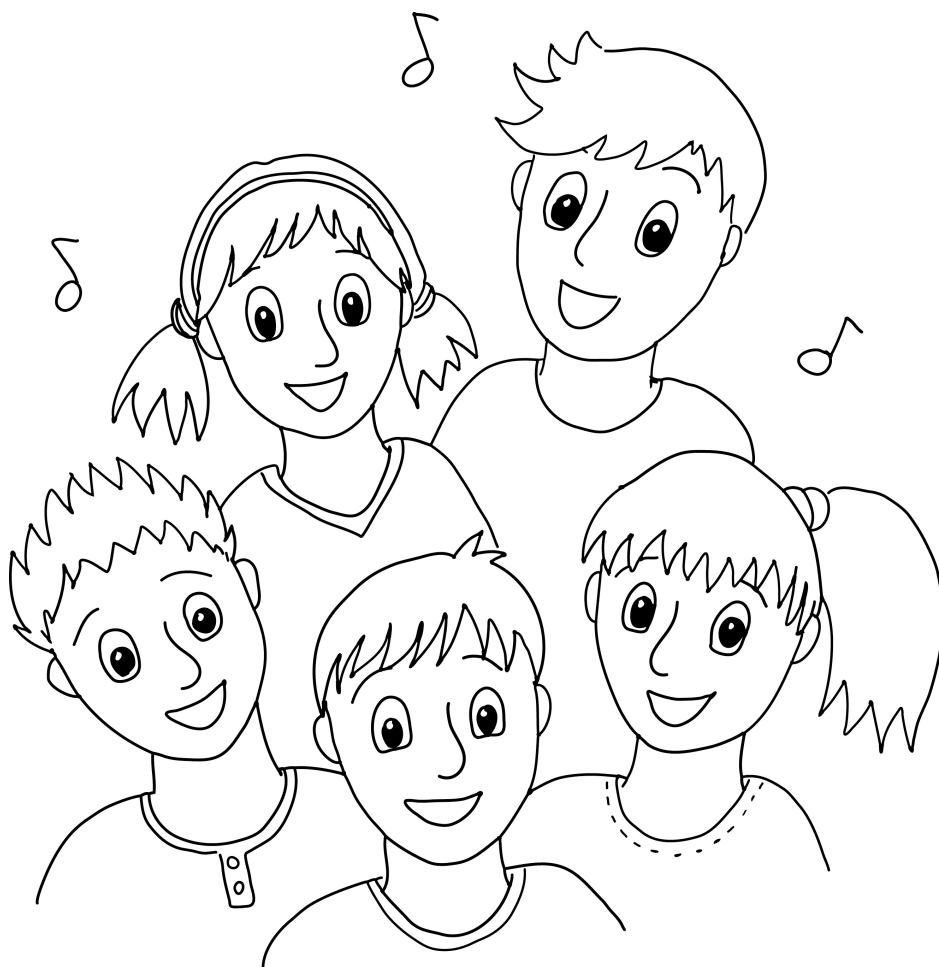
Jatkossa oppaaseen voisi sisällyttää monipuolisemmin harjoituksia kustakin äänenkäytön osa-alueesta. Harjoitukset voisivat myös kehittyä asteittain haastavimmiksi, toisin kuin nyt jolloin kaikki harjoitukset ovat kehitelty samalle vaikeusasteelle. Tätä varten pitäisi tutkia, miten harjoituksia voisi vaikeuttaa ja kulkisiko vaikeusaste yhdessä ikäkehityksen kanssa. Tässä voisi myös tutkia muita luokka-asteita ja kehittää harjoituksia heille sopivimmiksi. Opas voisi olla sisällöltään myös monipuolisempi ja sisältää esimerkiksi harjoituksia laulurekistereistä, tai muista äänenkäytön osa-alueista. Opas voisi sisältää muutakin kuin äänenkäyttöön liittyviä tehtäviä ja oppaassa voisi esimerkiksi rohkaista säveltämään ja improvisoimaan.

Laatimastani oppaasta kehittyi pieni opetusvihkonen, joka on käyttökelpoinen lasten laulunopetuksessa, mutta opetus ei voi täysin nojata oppaan käytölle. Opas on kuitenkin hyvä esimerkki siitä, millä lailla lasten laulunopetusta voi lähestyä. Jatkossa opasta voisi kehittää lisää ja tehdä siitä monipuolisemman. Tällä hetkellä opas toimii hyvänä tukena omalle opetukselleni sekä muille laulunopettajille, jotka tarvitsevat nopeaa ja helposti käytettävää materiaalia lasten laulunopettamiseen.

## Lähteet

- Ahonen, K. 2004. Johdatus musiikin oppimiseen. Helsinki: Finn Lectura.
- Alakoskela, H., Leppälä, E. & Veikkola, S.M. 2009. Laulun opetussuunnitelman kehittäminen lapsille ja nuorille. Tampereen ammattikorkeakoulu. Ammatillinen opettajakorkeakoulu. Kehittämishanke. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/8048/Alakoskela.Heli\\_Leppälä%3fElisa\\_Veikkola.Satu-Maarit.pdf?sequence=2](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/8048/Alakoskela.Heli_Leppälä%3fElisa_Veikkola.Satu-Maarit.pdf?sequence=2). 11.8.2015.
- Arola, A., Honkanen, R., Huttunen, T., Jokelainen, H., Koskela, I. & Marttila, N. 2011. Saa laulaa 3. Helsinki: Otava.
- Jääskeläinen, K. & Kantala, J. 2003. Vivo. Piano-alkeiskirja. Helsinki: Otava.
- Kiiski, L., Manninen, T. & Lannes-Tukiainen, S. 2003. Viuluni soi. Viulukoulu 1. Helsinki: WSOY.
- Lindberg-Piiroinen, A. & Tynninen, J. 1995. Musica 1 - 2. Helsinki: WSOY.
- Nurmi, J.E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. 2006. Ihmisen psykologinen kehitys. Helsinki: WSOY.
- Nurmiranta, H., Leppämäki, P. & Horppu, S. 2009. Kehityspsykologiaa lapsuudesta vanhuuteen. Helsinki: Kirjapaja.
- Pihkanen, T. 2011. Opas lasten laulamiseen. Helsinki: Sulasol.
- Rödström, M. 1992. Lapsen kehitys 7 - 12 vuotta. Keuruu: Otava.
- Tenkanen-Lindeman, S. 2014. Lasten kanssa laulaen. Laulopedagogin kokemuksia lasten laulunopetuksesta. Metropolia ammattikorkeakoulu. Musiikin koulutusohjelma. Opinnäytetyö. [http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/76220/Tenkanen-Lindeman\\_Susanna.pdf?sequence=1](http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/76220/Tenkanen-Lindeman_Susanna.pdf?sequence=1). 11.8.2015.

# LASTEN LAULUOPAS



SIIRI LAINE

## Lasten lauluopas

### Oppaan käyttäjälle

Hei aloitteleva laulaja! Tämä opas johdattaa sinut laulun ihmeelliseen maailmaan. Oppaassa kerrotaan, mistä ääni saa alkunsa ja miten voit harjoitella laulamista. Hauskojen harjoitusten kautta pääset kokeilemaan, millä eri tavoin äänesi toimii ja kuinka se tuntuu kehossasi.

Harjoituksia voit kokeilla itse, tai yhdessä opettajasi kanssa. Muista heittäytyä reippaasti mukaan! Näin opit parhaiten. Muista myös että laulamisen kuuluu tuntua hyvältä. Kuuntele itseäsi ja seuraa aistejasi laulaessasi. Ja ennen kaikkea, nauti äänestäsi!

Iloisia hetkiä laulun parissa!

Joensuussa 10.12.2015 Siiri Laine

## Lasten lauluopas

### Sisältö

#### 1. Lauluasento

1. Retki
2. Hyvä lauluasento
3. Erilaisia asentoja

#### 2. Hengitys

1. Ilmapalloja ja isäntämiehiä
2. Käärmeet

#### 3. Kurkunpää

1. Kirppu ja härkä

#### 4. Resonanssi

1. Ääni silmien takana
2. Iloisesti vai surullisesti

#### 5. Artikulaatio

1. Kasvojumppa
2. Sanoja sikin sokin
3. Pieni suu vai iso suu

## Lasten lauluopas

### Lauluasento

Laulajana sinä itse olet soitin. Jotta soittimesi pysyisi kunnossa laulun aikana, se kannattaa lämmitellä ja siitä kannattaa pitää huolta. Virkeänä ja reippaana laulaminen onnistuu parhaiten.

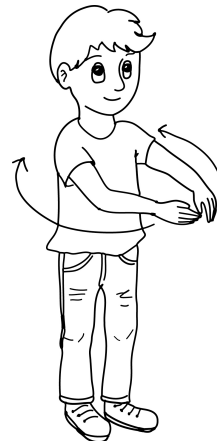
#### 1. Harjoitus – Retki



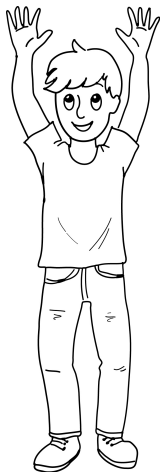
Kuvittele olevasi retkellä. Retki alkaa kävelemällä reippaasti paikallasi. Nostelee jalkojasi ja heiluta käsiäsi kävelyn tahdissa.



Kävely vaihtuu paikallaan juoksuksi. Voit hölkätä. Ei tarvitse juosta kovaa.

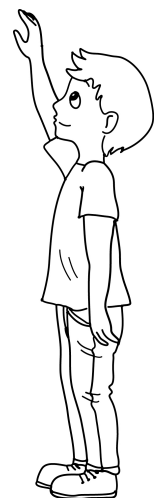


Seuraavaksi vastaan tulee joki. Joki täytyy ylittää uimalla rintauintia. Muista uida isoilla vedoilla, sillä virtaus on voimakas.



Joen vastarannalla on vaikeakulkuinen metsä. Vuorotellen mene kyykkyy väistäaksesi oksia ja hyppää kivien ylitse.

Retki päättyy ja lopussa odottaa omenapuu. Kurota vuorotellen molemmilla käsilläsi oksia, jotta voit poimia herkullisia omenoita.





## Lasten lauluopas

### 2. Harjoitus – hyvä lauluasento

Seuraavaksi varmista että lauluasentosi on hyvä.

Pää ja niska ovat suorassa.

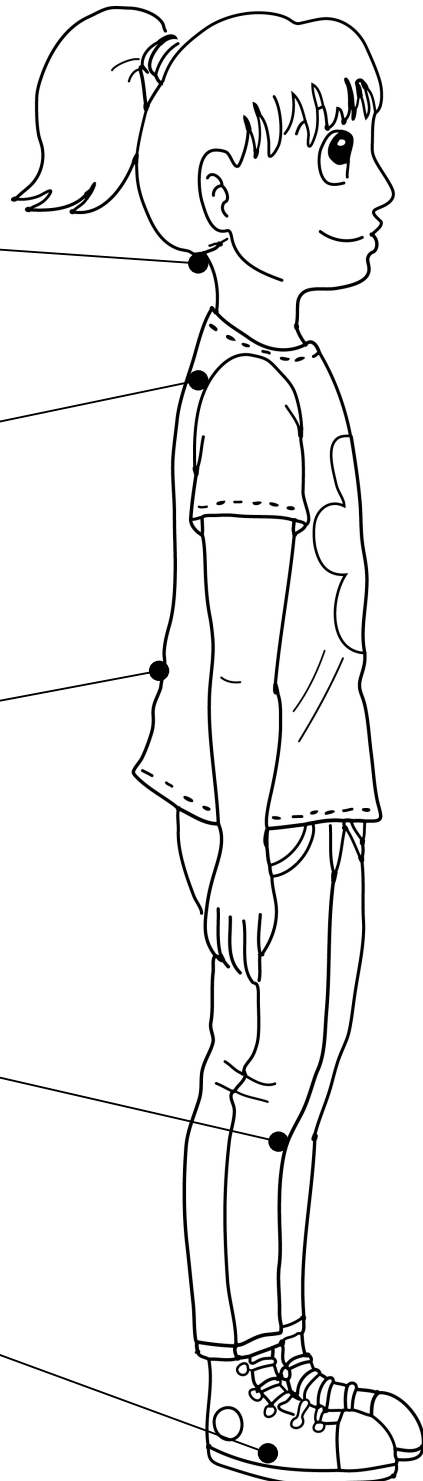
Hartiasi ovat rennot ja ryhtisi on hyvä.

Selkäsi on suorana.

Polvet ovat rennot, eivätkä lukossa.

Molemmat jalat ovat tukevasti maassa.

Olosi tulisi olla rento mutta reipas!



## Lasten lauluopas

## 3. Harjoitus – erilaisia asentoja

Valitse opettajan kanssa mieleisesi laulu tai käytäkää tätä esimerkkilaulua.

## Hepokatti

Amerikkalainen kansanlaulu

O-li he-po-kat-ti maan-tiel-lä poi-kit-tain, ja-la -jal -lai - ja-la-ja-la - vei, ja se

5 kai - ve - li ha-ra-val-la ham-pai-taan ja - la - jal - lai - ja - la - ja - la - vei. Ja - la -

9 vei, ja - la - vei, ja - la - jal - lai - ja - la - ja - la - vei. Ja se

13 kai - ve - li ha-ra-val-la ham-pai-taan, ja - la - jal - lai - ja - la - ja - la - vei.

Laula kappale läpi ensin jäykässä asennossa. Yritä jännittää koko kehoasi. Et saa olla rentona mistään kohdasta.

Seuraavaksi laula kappale vetelässä asennossa. Olet kuin kypsää spagettia ja ryhtisi on velto.

Kolmannella kerralla laula kappale hyvässä ja ryhdikkäessä lauluasennossa. Voit vielä kerrata harjoituksen 2. avulla, millainen hyvä lauluasento oli.

Huomasitko missä asennossa oli mukavinta laulaa? Entä missä asennossa laulu kuului parhaiten?

## Lasten lauluopas

### Hengitys

Laulamiseen tarvitsemme hengitystä, sillä ääni syntyy kurkussa uloshengityksen aikana. Hengittämisen tulisi olla rentoa ja syvää. Jos hengitämme kireästi ja pinnallisesti, laulaminen ei tunnu aina mukavalta.

Kun hengität rennosti ja syvään voit huomata, kuinka keskivartalosi pullistuu.

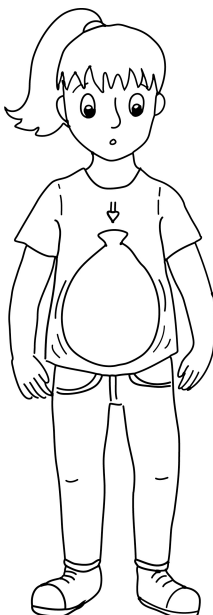
Seuraavat harjoitukset kannattaa tehdä opettajan kanssa. Opettaja osaa ohjata sinua, jos hengityksen aistiminen on vaikeaa.

#### 1. Harjoitus – ilmapalloja ja isäntämiehiä

Tässä harjoituksessa kannattaa olla rauhallinen. Keskity siihen, miltä kehossasi tuntuu. Tarkoituksena on oppia aistimaan, missä hengitys tuntuu silloin kun hengitetään syvään ja rauhallisesti.

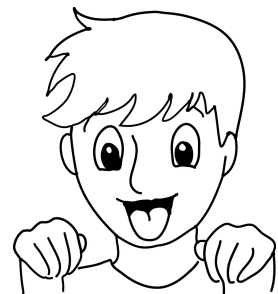
Kokeile tunnetko pullistumisen alaselässä, kyljissä ja hieman vatsassa kun:

1. Kuvittelet nuuhkivasi ruusua.



2. Kuvittelet, että vatsasi on täyttyvä ilmapallo. Muista pitää vatsa rentona.

3. Matkit lähättävää koiraa.



**Lasten lauluopas**

Voit kokeilla pullistumista myös ”isäntämiehen asennossa”. Istu tuolin reunalle, niin että jalkapohjat ovat tukevasti maassa. Nojaa käsivarsillasi polviin. Muista pitää selkä ja niska suorana. Tunnetko nyt pullistumisen selässäsi?



Hengitä rauhassa ja laula seuraava laulupätkä. Laula hitaasti ja rauhassa. Laula koko pätkä yhdellä hengityksellä. Tuntuuko laulaminen helpolta?



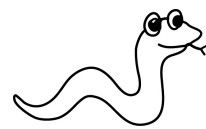
## Lasten lauluopas

### 2. Harjoitus - käärmeet

Laulaessa sinun täytyy myös säännöstellä ulos tulevaa ilmaa. Ääni loppuu kesken jos päästät kerralla kaiken ilman ulos. Ilmaa säännöstellään lihaksilla. Seuraavassa harjoituksessa etsitään näitä lihaksia.

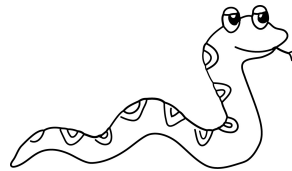
Aseta kätesi vyötäröllesi. Muista pitää hartiat rentoina. Muista myös pitää tämä harjoitus lyhyenä. Liika siihenä saattaa muuten alkaa pyörryttämään.

1. Sihise pikkukäärmeen lailla lyhyitä sihahduksia. Tunnetko liikettä kyljissäsi ja vatsasi sisällä?



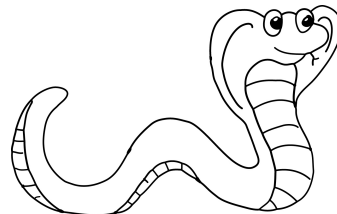
SH... SH... SH...

2. Sihise kuin keskikokoinen käärme, pidempiä ja voimakkaampia sihahduksia. Tunnetko edelleen liikettä kyljissä ja vatsassa?



SSH... SSH... SSH...

3. Iso käärme sihisee voimakkaasti. Matki isoa käärmettä. Tunnetko liikkeen voimakkaampana?



SSH... SSH...

4. Pitkä käärme sihisee tasaisesti ja pitkään. Koita sihistä 10 sekuntia. Miltä kyljissä nyt tuntuu? Liikkeen ei tarvitse olla yhtä voimakas.



SSSSSSSSSSSSSS...

**Lasten lauluopas**

Valitse opettajasi kanssa mieleisenne laulu tai käytäkää tätä esimerkkilaulua. Pidä mielessä, miltä vatsassa ja kyljissä tuntui käärme-harjoituksessa. Huudahda heihuudahdukset kunnolla. Tuntuuko vatsalihaksissa samalta, kuin käärmeharjoituksessa?

## Minun kultani

suomalainen kansanlaulu

Mi - nun kul - ta - ni kau - nis on vaik on kai - ta lui - nen.  
 5  
 Hei, luu - li - a, il - lal - la, vaik on kai - ta lui - nen. 1. lui - nen. 2.

2. Silmät sil on siniset,  
 vaik on kieronlaiset.  
 Hei, luulia, illalla,  
 vaik on kieronlaiset.

3. Suu on sillä supukka,  
 vaik on toista syltä.  
 Hei, luulia, illalla,  
 vaik on toista syltä.

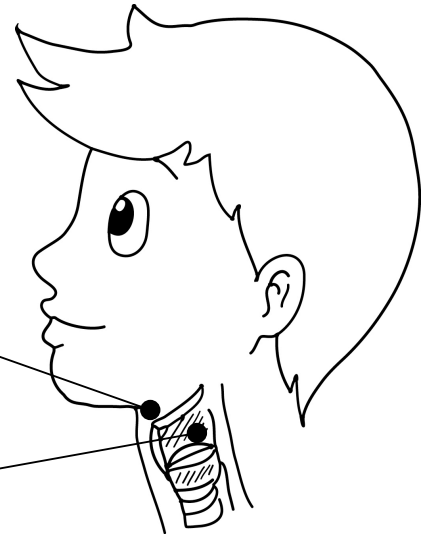
4. Kun minä vien sen markkinoille,  
 niin hevosetkin nauraa.  
 Hei, luulia, illalla,  
 hevosetkin nauraa.

## Lasten lauluopas

### Kurkunpää

Kurkunpää sijaitsee kurkussasi. Jos koitat kädellä kevyesti kaulalta ja haukottelet, tunnet kuinka kurkunpää liikkuu.

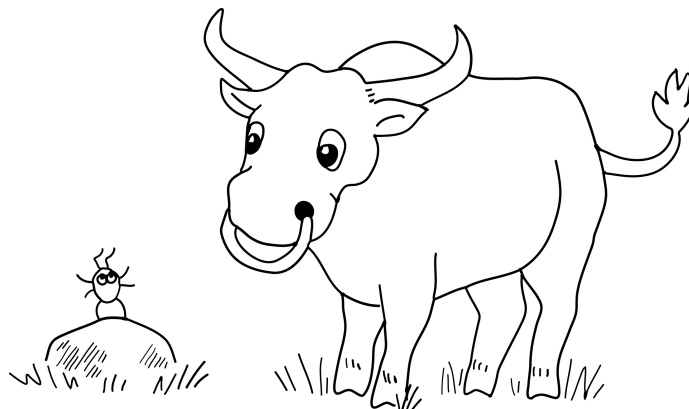
Kurkunpäässä sijaitsevat äänihuulet. Kun hengität ulos ja ilma osuu äänihuuliin, äänihuulet alkavat värähdellä. Näin syntyy puhetta tai laulua.



Kurkunpää ja äänihuulet voivat olla erilaisissa asennoissa. Silloin äänemme myös muuttuu. Laulaessa sinun ei tarvitse tarkkaan miettiä, missä asennossa kurkunpää on. Tärkeintä, että pidät kurkun rentona ja annat kurkunpään liikkua vapaasti.

### 1. Harjoitus – kirppu ja härkä

Seuraavassa harjoituksessa kokeillaan, miten kurkunpään asento muuttaa ääntäsi. Heittäydy leikkimielisesti mukaan harjoitukseen!



## Lasten lauluopas

## Kirppu ja härkä

Suomalainen kansanlaulu

1. Is - tui - pa ker - ran kirp - pu pai - ta - ni hel - mal - la,  
 2. Is - tui - pa ker - ran här - kä pel - lon lai - dal - la,

5 jut - te - li ja lau - loi täl - lä ta - val - la:  
 tuu - mai - li ja myl - vi täl - lä ta - val - la:

9 "Ois - pa mul - la voi - maa kuin suu - rel - la här - jäl - lä,  
 "Ois - pa mul - la jär - ki kuin pie - nel - lä kir - pul - la,

13 et - tei tart - tis ai - na pe - la - ta jär - jel - lä."  
 et - tei tart - tis ai - na jyl - lä tä voi - mal - la."

Laula kappaleen ensimmäinen säkeistö kirpun äänellä. Kirpun ääni on kimeä ja piipittävä. Oliko kurkunpääsi korkealla?

Laula seuraava säkeistö härän äänellä. Härän ääni on matala ja möreä. Missä asennossa kurkunpääsi oli nyt? Oliko se eri asennossa kuin kirpun äänellä?



## Lasten lauluopas

### Resonanssi

Resonanssi tarkoittaa äänen kajahtelua kehossasi. Kun laulat, keho ikään kuin toimii äänesi vahvistimena. Voit verrata kehoasi myös rumpuun. Ontto rumpu soi kumeasti ja tyynyillä täytetty rumpu soi vaimeasti. Samoin kehossasi on onttoja kohtia, missä äänesi pääsee soimaan.

Resonanssin voi tuntea. Laita käsi rintakehälle ja hymise. Tunnetko värähtelyä? Voit kokeilla samaa laittamalla kädet nenän vierelle. Siinäkin voi tuntua värinää.



#### 1. Harjoitus – ääni silmien takana

Äänen voi tuntea värähtelevän eri paikoissa. Eri paikoissa ääni soi eri tavalla. Jos haluaa laulaa kirkkaalla ja korkealla äänellä, voi äänen aistia tai kuvitella tuntuvan ”silmien takana”. Seuraavassa harjoituksessa haetaan tätä tunnetta.

- Kuvittele olevasi koiranpentu. Uikuta koiranpennun lailla kimeästi. Missä äänesi tuntuu? Tuntuuko se kasvojen alueella, tai silmien takana?
- Laula seuraava laulupätkä. Tuntuuko ääni samalta kuin koiran uikutusta matkiessa?



## Lasten lauluopas

## 2. Harjoitus – iloisesti vai surullisesti?

Valitse opettajasi kanssa jokin reipas laulu tai käytä tätä esimerkkilaulua.

## Oman kullan silmät

suomalainen kansanlaulu

D

O - man kul - lan sil - mät si - ni - sen on har - maat,

5 D G

ne on mi - nun mie - les - sä - ni ai - na. (mel - kein ai - na)

9 G D

Jo - ka sun - nun - ta - ki, vä - liin vii - kol - la - ki,

13 Em A 1. D 2. D

ai - na kun vaan sil - mä - ni kiin - ni pai - nan. (jos vain pai - nan) pai - nan.

Laula ensimmäinen kerta surullisesti. Kasvosi ovat veltot ja ilmeesi vakava.

Laula toinen kerta iloisesti. Kasvoillasi on kirkas ilme ja tunnet olevasi hyvin onnellinen. Muuttuiko äänesi surulliseen ääneen verrattuna?

Iloisesti laulamalla suusi on enemmän auki. Samoin kasvojesi sisällä olevat ontelot, joissa ääni kajahtelee. Näin ääni pääsee soimaan kirkkaammin ja kuuluvammin.

## Lasten lauluopas

### Artikulaatio

Artikulaatio tarkoittaa sanojen ääntämistä. Selkeästi ääntämällä puheesta saa selvää. Huonosti ääntämällä puhe on taas epäselvää. Lauluissa on melkein aina sanoja. On tärkeää, että laulun sanat äännetään selkeästi. Muuten kuulija ei ymmärrä, mistä laulussa kerrotaan.

Artikulointiin tarvitaan muun muassa huulia ja kieltä. Kun huulet ja kieli liikkuvat hyvin, on sanojen muodostaminen helpompaa.

#### 1. Harjoitus - kasvojumppa

Tässä harjoituksessa voimistellaan ääntämiseen tarvittavia kehon osia. Tee liikkeet huolellisesti.

1. Voimistele kieltäsi. Työnnä kieli niin pitkälle ulos suustasi kuin saat. Laita kieli takaisin suuhusi. Toista tämä neljä kertaa. Pyöritä sen jälkeen kielelläsi ympyrää hampaitten edessä. Pidä suu kiinni. Vaihda välillä suuntaa.
2. Voimistele huuliasi. Laita huulet törölle, kuin olisit pusukala. Sen jälkeen avaa huulet leveään hymyyn. Voit ihan irvistää! Toista tätä neljä kertaa.
3. Voimistele vielä kasvosi kokonaan. Kuvittele jauhavasi valtavaa, sitkeää purukumia. Tämä jumppaa koko kasvojasi.

**Lasten lauluopas****2. Harjoitus – sanoja sikin sokin**

Tässä harjoituksessa harjoitellaan selkeää ääntämistä. Samalla myös vielä verrytelään kieltä ja huulia. Muista lausua sanat niin selkeästi kuin voit. Koita laulaa myös eri sävellajeissa.

li - li le - le la - la lo - lo lu - lu

bu - ba bo - ba buu

di - ri do - ri di - ri do - ri don don doo

## Lasten lauluopas

## 3. Harjoitus – pieni suu vai iso suu?

Valitse opettajasi kanssa kappale, jossa on paljon sanoja tai käytä tätä esimerkkilaulua. Laula kappale nopealla tempolla.

## Kiiriminna

suomalainen kansanlaulu

Täst se tul - loo sel - lai-nen jouk - ko, jot ei su - ru pai - na.

5 Ym - pä - ri maa - ta on kul - ke - neet ja i - lo - sii on ai - na.

9 Kii-ri-min-na kaa-ri-min-na kii-ri-min-na kai-raa kii-ri-min-na kaa-ri-min-na kai - raa

13 kii-ri-min-na kaa-ri-min-na kii-ri-min-na kai-raa kii-ri-min-na kaa-ri-min-na kai - raa.

Laula ensimmäinen kerta pikkuruisella suulla. Suusi ei saa liikkua juuri ollenkaan kun laulat.

Laula toisella kerralla selkeillä suun liikkeillä. Auo suutasi reippaasti. Muista kuitenkin olla liioittelematta suun liikkeitä.

Huomasitko kummalla kerralla ääni kuului paremmin. Saiko ensimmäisellä kerralla sanoista selvää?

Huomasit varmaan, että lausuminen on selkeämpää kun laulat reippaasti. Pienillä suun liikkeillä laulu ei kuulu kunnolla.