



Oppimateriaali 6-8-vuotiaille lapsille laulun opiskeluun

Pilvi Antinmaa

OPINNÄYTETYÖ
Toukokuu 2020

Musiikin tutkinto-ohjelma
Musiikkipedagogi AMK

TIIVISTELMÄ

Tampereen ammattikorkeakoulu
Musiikin tutkinto-ohjelma
Musiikkipedagogi AMK

ANTINMAA, PILVI

Oppimateriaali 6-8-vuotiaille lapsille laulun opiskeluun

Opinnäytetyö 47 sivua, joista liitteitä 8 sivua
Toukokuu 2020

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tarjota oppimateriaali 6-8-vuotiaille lapsille laulun yksilöopetukseen huomioiden heidän kehitystasonsa ja oppimisen edellytykset. Laulunopetuksessa ei juurikaan ole tarjolla Suomen kansanlauluperinnettä kunnioittavaa materiaalia lasten suuhun sopivilla sanoilla ja tällä työllä haluttiin tuoda mahdollisuus opettaa myös suomalaista musiikkihistoriaa. Tilaus tälle työlle nousi henkilökohtaisista ja kollegoiden tarpeista entistä nuorempien lasten halutessa laulutunteja, vaikka käytännössä 6-8-vuotiaille ei vielä juurikaan ole tarjolla yksilöopetusta. Useiden oppilaitosten opetussuunnitelmia läpikäydessä kävi ilmi, että esikouluikäiset lapset olivat vielä mukana muskaritoiminnassa ja alkoivat saada muista instrumenteista poiketen yksilöopetusta aikaisintaan 7-vuotiaasta lähtien. Esi- ja alakoulun ensimmäistä ja toista luokkaa käyvien lasten osuus laulunopettajien kohderyhmänä oli vanhemmilta saatujen yhteydenottojen perusteella selvästi kasvussa. Tämän materiaalin ja opinnäytetyön toivottiin antavan avaimia opetukseen ja rohkeutta aloittaa yksilötunnit entistä nuorempien laulajien kanssa. Työssä syvennyttiin erityisesti esiopetusikäisten ja koulun 1. ja 2. luokkaa käyvien lasten anatomiaan äänenmuodostus- ja hengityselimien osalta, lasten ääneen ja kehitykseen sekä oppimiskäsityksiin, joihin laadittu oppimateriaali pohjattiin.

Oppimateriaaliksi valittiin suomalaisia kansanlauluja uusilla, eläinaiheisilla sanoituksilla, jotta voitaisiin jatkaa musiikkiperinteiden ja suomalaisen musiikin historian opettamista nykylapsille. Oman kulttuurihistoriansa tunteminen avaa ymmärrystä nykypäivän ilmiöille ja selittää suomalaisen musiikkitarjonnan molli-painotteisuuden ja lyriikoiden surumielisyyden. Kevyen musiikin ja popin vaikutukset näkyvät lasten lauluvalinnoissa tunteilla, eivätkä perinteiset lastenlaulut ja vaikeasti ymmärrettävät kansanlaulut enää kiinnosta lapsia. Opinnäytetyössä haluttiin kuitenkin tuoda vaihtoehto pop-musiikkigenren rinnalle rikastuttamaan ja avaamaan Suomen kulttuuriperintöä sekä lisätä tietoa 6-8-vuotiaiden kehityksestä ja oppimisedellytyksistä.

Laulunopetukselle syntynyt tarve johtuu niin peruskouluopetuksen vähentyneistä taideaineiden opetusresursseista ja osaamisesta kuin sosiaalisen median ja television myötä nousseiden ilmiöiden kuten YouTube-kanavien ja laulukilpailuiden suosioista. Laulunopetus vaatii lisää tietoa ja vaihtoehtoja olemassa olevien materiaalien rinnalle 6-8-vuotiaiden lasten opettamiseksi. Oppimateriaalin käytännön kokeilu jäi vielä tutkimatta, mutta suunnitelma sen toteuttamiseksi on jo olemassa.

Asiasanat: lapset, laulaminen, opetus, ääni, oppimateriaali

ABSTRACT

Tampereen ammattikorkeakoulu
Tampere University of Applied Sciences
Degree Programme in Culture and Arts, Music
Music pedagogue

ANTINMAA, PILVI
Teaching Materials for Children Aged 6 to 8 Years

Bachelor's thesis 47 pages, appendices 8 pages
May 2020

The purpose of this bachelor's thesis was to create materials for children at the age of 6 to 8 in private singing lessons by taking into account their advancement and learning ability. When reading the terms of studying in different learning institutions of music, it was discovered that the possible age to start singing lessons in general was at the age of 7 at the earliest. This was quite different from other instruments. It seemed that the general assumption was that children under the age of 7 were still attending music school for young children where children learnt the basics of music through play activities, unlike other children of different choices of the main instrument. A sudden change of the teaching field was emerged when parents started to have contact with teachers. The aim was to give more tools to teachers by creating material which included Finnish traditional songs with appropriate lyrics for children. This thesis focused on preschool and elementary school's first- and second year students' vocal anatomy, respiratory system, voice and evolution as well as the conceptions of learning.

The material was chosen from the Finnish folk songs, and the lyrics were written with new, animal theme contents to enable to teach the Finnish traditions and history of music to the next generation. To be able to understand the phenomena of today, it is important to understand the past. It explains the traditions of today's music and the melancholy of Finnish music. Traditional music itself is not exactly the kind of music children would prefer to learn. One of the reasons is that the lyrics are difficult to understand and for that reason the lyrics were written from the point of view of young children. There also arose a need to provide new teaching materials in addition to pop-music and children's songs. This thesis increases information about the physical development and conceptions of learning at the age of 6 to 8 so the teachers would have more information about the children under this age to support of their own teaching.

The need for singing teaching is due to the reduced teaching resources and skills in the arts of primary school education as well as the popularity of phenomena that has increased with social media and television, such as YouTube channels and singing competitions. Singing instruction requires more information and alternatives to existing materials to teach 6-8-year olds. The practical application of the learning material has not yet been studied, but a plan for its implementation already exists.

Key words: children, singing, teaching, voice, teaching material

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	5
2	LASTEN LAULUNOPETUS HISTORIASTA NYKYPÄIVÄÄN	7
	2.2 Lasten laulunopetus musiikin oppilaitoksissa	9
3	LAPSEN LAULAMINEN	12
	3.1 Lapsen ääntöelimistö	12
	3.1.1 Hengityselimistö	13
	3.1.2 Kurkunpää	15
	3.1.3 Ääntöväylä ja artikulaatioelimistö.....	15
	3.2 Lapsen äänestä.....	16
	3.2.1 Lapsen ääniala	17
	3.3 Lauluasento	19
4	LAPSEN KEHITYS JA OPPIMINEN	21
	4.1 Fyysinen kehitys	21
	4.2 Psykososiaalinen kehitys.....	22
	4.3 Kognitiivinen kehitys	24
	4.4 Lapsi oppijana	25
	4.4.1 Behavioristinen oppimiskäsitys	25
	4.4.2 Kognitiivinen oppimiskäsitys	26
5	OPPIMATERIAALI	29
	LÄHTEET.....	38

1 JOHDANTO

Lapsen laulaminen on yhtä luonnollinen tapahtuma kuin leikkiminen tai lukemaan oppiminen. Laulu yhdistää ihmisiä maailmanlaajuisesti ja on osa kaikkien kulttuurien historiaa ja nykypäivää. Ei varmaankaan ole yhtään tapahtumaa tai tilaisuutta, jossa laulu ei voisi olla tai ole luonnollinen osa niiden sisältöä. Musiikki liittyy yksilön yhteisöön ja sen kokemusmaailmaan ja tarjoaa mahdollisuuden sosiaaliseen kanssakäymiseen muiden ihmisten kanssa. Tämä kontaktin tarve toisen ihmisen kanssa on ihmiselle ja ylipäätään olemassaololle täysin fundamentaalinen (Koelsch 2012, 208-211).

Valitettavasti kuitenkin monet ihmiset ajattelevat, etteivät osaa laulaa ja näin ollen eivät edes pyri oppimaan ja opettelemaan tätä taitoa. Laulunopetuksen vähentyminen peruskouluissa vuosikymmenten kuluessa sekä koulussa pidetyt laulukokeet ovat väistämättä vaikuttaneet ihmisten halukkuuteen ja uskallukseen laulaa. Laulaminen on kuitenkin erityisesti lapsen kielen kehitykselle edullista. Opettajakollegoiden kanssa keskusteluissa tulee ilmi lasten lisääntyneet ongelmat sujuvassa lukemisessa ja kirjoittamisessa, sekä kielen rikkaassa käytössä. Lukihäiriö eli lukemisen ja kirjoittamisen vaikeus on perinnöllistä, eikä sillä ole tekemistä yleisälykkyyden kanssa, mutta musiikista on todettu olevan hyötyä myös tämän häiriön kuntoutuksessa ja sen hoidon tukemisessa (Virtala 2015). En usko, että selittäväksi tekijäksi riittää vain yksi ilmiö vaan uskon, että kielellisten oppimishaasteiden taustalla on monia tekijöitä, eikä niistä vähäisimpänä lasten laulamisen väheneminen.

Musiikin positiiviset vaikutukset unohdetaan siis valitettavan usein tai niitä ei arvosteta lapsen kasvun ja kehityksen osana, kuten lukemaan ja laskemaan oppimista. Useissa tutkimuksissa on kuitenkin kyetty kiistatta osoittamaan musiikin aivoja aktivoivista vaikutuksista, jotka näkyvät erityisesti lapsilla (Virtala 2015). Musiikki tukee kuulollista ja kielellistä kehitystä ja tämä on taustalla myös Suzuki-metodin toiminta-ajatuksessa, jota sivuan työssäni. Musiikki lievittää stressiä, ja erityisesti laulaminen tukee emotionaalista- ja kognitiivista toimintakykyä. Laulamisella voidaan kohentaa mielialaa ja myös virkistää jopa dementiaa sairastavan muistia (Soinila 2018). Musiikilla on siis muitakin kauaskantoisia vaikutuksia kuin

kulttuuriperinnön vaaliminen ja siirtäminen tuleville sukupolville ja parasta on, että laulamaan oppiminen on samalla tavalla opeteltavissa oleva taito kuin pianon soitto tai palloilulajit.

Lasten laulunopetuksen sopivasta aloitusiästä keskustellaan pedagogien keskuudessa paljon, eikä vähiten siitä syystä, että lapsen tavoitteellisessa laulunopetuksessa mielikuvat monesti muodostuvat sosiaalisessa mediassa ja talenttikilpailuissa esiintyvistä ”ihmelapsista”. Kuitenkaan tämä mielikuva ei ole vain positiivisia tunteita herättävä ilmiö, vaan jopa negatiivisella ammatikseen laulua opettaville. Tällainen vastakkainen, kielteinen mielikuva muodostuu usein siitä, että talenttikilpailuissa esiintyvät lapset imitoivat aikuisten laulutyylisiä ja tapoja. He siis laulavat ikäisilleen jo äänialallisesti eli ambituksellisesti ja lauluteknisesti, mutta myös sanoitusten osalta sopimattomia kappaleita. Itse kuitenkin ajattelen Susanna Tenkanen-Lindemanin tavoin (Tenkanen-Lindeman 2014, 8-10), että juuri näistä syistä lapsilla pitää olla mahdollisuus opiskella laulua ikätaso ja fyysiset edellytykset huomioon ottaen, jotta välttyttäisiin muun muassa vakavilta ja peruuttamattomilta fyysisiltä vahingoilta ääntöelimistössä, rikastutettaisiin kieltä sekä tuettaisiin lapsen oikeutta olla lapsi myös laulaessa.

Opettajan näkökulmasta lasten laulunopetuksen haasteet eivät ole pelkästään lapsen rakenteellisissa eli anatomisissa ominaisuuksissa, vaikka niiden ymmärtäminen on oleellinen osa turvallista laulunopetusta. Pedagogin haasteena on tarjota monipuolinen oppimiselämys, joka on perustellusti toteutettu lapsen kehitystason ja oppimiskyvyn mukaisesti. Opettajan tulee siis ymmärtää mitkä seikat vaikuttavat lapsen oppimiseen, huomioida oppijan yksilöllisyys ja luoda tavoitteet oppimiselle. Tavoitteiden sisältö koostuu niin opetushallituksen määrittelemästä opetussuunnitelmasta kuin yksilön ja oppilaitosten omista tavoitteista. Opettajan tulee mielestäni kyetä arvioimaan ja tarkastelemaan omaa opettajuuttaan eli sitä, mitä opettaa, miten opettaa ja miksi opettaa ja peilata tätä prosessia asetettuihin tavoitteisiin ja opetussisältöihin.

2 LASTEN LAULUNOPETUS HISTORIASTA NYKYPÄIVÄÄN

Lasten ohjatulla laulamisella on vuosituhansia pitkät perinteet. Tästä voimme löytää viitteitä jo vanhasta testamentista (Pihkanen 2011, 7). Tätä tavoitteellista laulunopetusta on tapahtunut niin kirkossa kuin koulussakin. Erityisesti poikakuorot olivat vuosisatoja lasten laulunopetuksen kulmakiviä Keski-Euroopassa ja sieltä nousivat keskiajalla aikakauden parhaat säveltäjät. Syy, miksi laulunopetus keskittyi vain poikakuoroihin, johtuu siitä, että kirkolliseen äänenkäyttöön oli lupa vain miessukupuolella kirkollisissa tapahtumissa.

Myös Suomessa lasten laulamisella on pitkät perinteet jo 1270-luvulta lähtien. Vuonna 1276 perustettiin Turun tuomiokapituli ja hieman myöhemmin sen yhteyteen perustettiin katedraalikoulu. Koulussa tuli opetella laulua tunti päivässä, sekä lisäksi oli osallistuttava jumalanpalvelusmusiikkiin. Tuolta ajalta on säilynyt merkittävimpana laulumusiikin opetusmateriaalina Piae Cantiones-kokoelma, jota käytetään yhä esimerkiksi ensemble-laulun opetuksessa. Laulumusiikin opetuksen merkitys säilyi vuosisatoja koululaitoksissamme ja voitaneen sanoa, että erityisesti 1800-luvulla vaikuttaneet Uno Cygnaeus ja Aksel Törnudd vaikuttivat merkittävästi laulunopetukseen Suomessa. Edellä mainitut olivat laulunopetuksen mutta myös yleisesti koululaitoksemme kehittäjiä. He julkaisivat laulukirjoja, opetusoppaita, ohjasivat kuoroja ja toimivat laulunopettajina. Kansa- ja oppikoulussakin laulaminen oli pääpainona yhdessä säveltapailu- ja nuotinlukuharjoitusten kanssa ja nykyisin musiikki-nimellä kulkeva oppitunti olikin tuolloin vielä lukujärjestyksessä nimellä laulu. Laulunopetuksen muutos tapahtui kouluissa 1970-luvulla, jolloin tehtiin peruskoulu-uudistus. Silloin laulusta oppiaineena tuli musiikki ja opetussisältöjen painopisteet muuttuivat (Tenkanen-Lindeman 2014, 5).

2.1 Lasten laulunopetus varhaiskasvatuksessa ja perusopetuksessa

Lasten laulaminen alkaa usein jo kotona ilman erityisempää opettamista vain kuunnellen, havainnoiden ja tunnistaen melodioita. Krakfors (1985, 28) kirjoittaa, että pieni vauva kokeilee omaa ääntään ja sen mahdollisuuksia äännelemällä eri tavoin. Siihen innostaa niin ympäriltä kuullut muiden ihmisten äänet kuin kasvatustajien tarjoamat musiikilliset virikkeet, kuten esimerkiksi kehtolaulut. Jo kotona

voidaan harjoitella erilaisia ääniä ja sävelkorkeuksia, vaikka matkimalla eri eläinten ääniä tai muskarilaulujen avulla. Varhaiskasvatuksessa musiikillinen ohjaus ja opetus on osa varhaiskasvatussuunnitelmaa. Jokaisella päiväkodilla on kuitenkin vapaus itse suunnitella oma musiikkikasvatuksensa toteutus. Usein se sisältää erilaisia leikkejä, konserttikäyntejä, soittimiin tutustumista ja lasten oman mielikuvituksen hyödyntämistä. Musiikin maailmaan syventyminen tarkoittaa myös erilaisiin rytmeihin ja nyansseihin tutustumista, joita voidaan harjoitella musiikkisatujen ja loruleikkien keinoin niin kotona kuin päiväkodissa. (Ruokonen, Rusanen & Välimäki 2009, 22-25.) Lapsi tarvitsee toistoja ja harjaantumista kyetäkseen toistamaan kuultuja melodioita, ja siksi muskareissa usein käytetään näitä keinoja yhdistellen liikettä ja/tai soittimia opeteltaviin lauluihin. Myös toisten lasten ja aikuisten laulun kuuleminen ja kuunteleminen auttavat pientä lasta hahmottamaan melodiakulkuja.

Laulamaan oppiminen tapahtuu yhdessä puheen kehityksen kanssa. Lapsen ja aikuisen välinen laulaminen tukevat lapsen tunnekasvatusta ja sosiaalisten tilanteiden hallintaa, ja kehittää lapsen sosiaalista ja kognitiivista kehitystä, sekä tunnetaitoja (Koelsch 2012, 210). Siksi kasvattajan rooli lapsen laulamaan oppimisessa on niin tärkeää. Aikuinen voi opettaa lauluja muun muassa unilaulujen kautta tai spontaanisti leikin lomassa. Kolmevuotias lapsi oppii jo kokonaisia, lyhyitä lauluja ja oppii käyttämään niissä omia sanoituksia, jotka voivat kummuta päivän tapahtumista, mielikuvituksesta tai ajatuksista. Ruokonen ym. (2009) kirjoittavat, että tätä prosessia tulisi aikuisenkin tukea esimerkiksi laulamalla lapsen mukana melodioita ja omilla sanoillaan. (Ruokonen ym. 2009, 24-25.) Varhaiskasvatussuunnitelmassa kirjoitetaan näin:

”Varhaiskasvatuksen **musiikillisen ilmaisen** tavoitteena on tuottaa lapsille musiikillisia kokemuksia sekä vahvistaa lasten kiinnostusta ja suhdetta musiikkiin. Heidän kanssaan lauletaan, loruillaan, kokeillaan erilaisia soittimia, kuunnellaan musiikkia ja liikutaan musiikin mukaan. Lapset saavat myös kokemuksia musiikin tekemisestä yhdessä sekä pienimuotoisten musiikkiesitysten harjoitteluprosesseista ja esiintymistilanteiden tuomasta onnistumisen ilosta.” (Opetushallitus 2018.)

Tämä velvoittaa varhaiskasvattajat opettamaan ja tutustuttamaan lapsia musiikkiin ja myös toimimaan omassa ohjauksessaan niin, että kaikilla lapsilla on tasa-puolinen mahdollisuus oppia ja tulla ohjatuksi.

Peruskoulussa, kuten varhaiskasvatuksessakin, musiikin opiskelu on jokaisen lapsen perusoikeus. Musiikkipedagogin tehtävä on taata, että tämä perusoikeus toteutuu ja siksi hänen on myös jatkuvasti kehitettävä ammattitaitoaan ja toimintaympäristöään. Musiikin opetukselle peruskoulussa annetaan tavoitteeksi ”luoda pedagogisesti monipuolisia ja joustavia musiikin opiskelukokonaisuuksia, joissa musiikin opetuksen erilaiset työtavat ja vuorovaikutustilanteet sekä yhteis-musisointi ja muu musiikillinen yhteistoiminta on mahdollista” (Opetushallitus 2014). Peruskoulun 1. ja 2. luokan musiikinopetuksen tehtävänä on tukea kinesteettisen ja auditiivisen hahmottamiskyvyn, terveen äänenkäytön ja myönteisen musiikkisuhteen kehittymistä. Oppimisen perustana on laulaminen, soittaminen, säveltäminen, musiikkiliikunta ja kuuntelu, joita harjoittelemalla saadaan yhteisiä kokemuksia ja keskustellaan niistä. Yhtenä sisältöalueena on musiikin opetuksen ohjelmisto, jossa kiinnitetään yhtenä osa-alueena huomiota oppilaiden omaan kulttuuriin ja kulttuuriperinnön vaalimiseen (Opetushallitus 2014). Kuitenkaan missään opetussuunnitelman kohdassa ei avata enempää, mitä terve äänenkäyttö on tai mitä oman kulttuuriperinnön vaaliminen käytännössä tarkoittaa. Toisin sanoen vastuu on opettajalla, miten hän laulua ja tervettä äänenkäyttöä opettaa vai opettaako lainkaan. Tässäkin mielessä on siis perusteltua, että lapsille tulisi tarjota mahdollisuus laulutunteihin muuallakin kuin koulussa. On täysin mahdollista, ettei luokanopettajalla ole kykyä eikä uskallusta ohjata musiikkitunteja laulamalla, jos koulussa ei ole musiikkipedagogiikkaan suunnannutta opettajaa.

2.2 Lasten laulunopetus musiikin oppilaitoksissa

Suomessa on pitkät perinteet musiikkioppilaitosten osalta, sillä jo 1800-luvun lopulla perustettiin Helsingin musiikkiopisto. Alun perin musiikkioppilaitosten tehtävä oli kouluttaa vain musiikin ammattilaisia, mutta vuosikymmenten kuluessa niiden tehtäväksi on tullut tarjota musiikin yleissivistävää koulutusta kaikille. Suo-

messa on monia musiikkiopistoja ja -oppilaitoksia, joista osan toiminta on yhteiskunnan tukemaa taiteen perusopetusta tai musiikin laajaa oppimäärää toteuttavaa (Musiikki taiteen perusopetuksessa. Opetushallitus)., osa puolestaan vapaan sivistystyön tarjoamaa (Vapaa sivistystyö. Opetushallitus). ja osa taas puhtaasti yritystoimintaa eli yksityisen sektorin tuottamaa. Huolimatta siitä, mihin näistä kategorioista musiikin opetusta tarjoava oppilaitos kuuluu, useimmat niistä ovat sitoutuneet noudattamaan taiteen perusopetuksen laatuksiteerien toteuttamista. Kenttä, jolla lapsia opetetaan laulamaan, on laaja ja useimmilla opetuspisteillä on myös selkeät linjaukset siitä, minkä ikäisille lapsille laulua aletaan opettaa. Monet oppilaitokset tarjoavat vain yhteismusisointina lasten laulunopetusta, vaikka todellisuudessa mitään estettä opetuksen aikaisellekaan aloittamiselle ei ole (Pihkanen 2011a, 15). Huomioitavaa kuitenkin lapsen laulunopetuksessa on lapsen fyysinen kasvu, kehitystaso ja sopivan laulumateriaalin valinta.

Yksi lasten yksilöllisen laulunopetuksen varhaisista kehittäjistä Suomessa on ollut Päivi Kukkamäki, joka kehitti lasten laulunopetukseen laulusuzuki-menetelmän. Hän opiskeli Suzuki-metodia Japanissa ja teki aiheesta väitöskirjan Sibelius-Akatemian DocMus-yksikköön. Laulusuzuki-menetelmän perusajatuksena on aloittaa musiikinopetus varhaisimmillaan jo lapsen ollessa kohdussa. Perheen osallistuminen ja yhteistyö ovat tärkeitä ja vanhempien valmennus metodiin on keskeistä. Yksinlaulun ohjaus voidaan aloittaa jo 3-vuotiaana, joka on varsin poikkeuksellinen aloitusikä verrattuna muihin musiikkioppilaitoksiin ja menetelmiin Suomessa. Muihin verraten poikkeuksellista on myös vieraskielisen lauluohjelmiston harjoittelu, joka aloitetaan jo 2-vuotiaana laulun ryhmäopetuksessa. Kansainvälisyyskasvatus kuuluu olennaisesti laulusuzuki-menetelmään. Yleisesti Suzuki-menetelmään sisältyvät musiikkiopistojen tavoin konserttimuotoiset tasosuoritukset ja esiintymiset. Menetelmässä on myös omat laulutaidolliset harjoitukset ja tunteja äänitetään kuulokuvan kehittämiseksi. Menetelmää voi opiskella hakemalla Laulusuzukin verkkosivujen kautta erikoistumisopintoihin Suomeen tai kansainvälisiin oppilaitoksiin (Kukkamäki 2011-2019).

Muutoin lasten laulunopetuksesta on kovin vähän yksityiskohtaista opetussisältöä tai -suunnitelmaa saatavilla musiikkioppilaitoksissa. Toiminta on pitkälti ryhmäopetus pohjaista sekä kuorotoimintaa, ja pääsääntöisesti laulun voi valita pää-

aineekseen vasta 15 vuoden iässä, minkä totesi myös Tenkanen-Lindeman opin-
näytetyössään (2014, 7). Tampereen konservatoriossa on haluttu vuodesta 2012
lähtien alkaa kehittää lasten laulunopetusta ja tätä kasvatustyötä ovat ansiok-
kaasti tehneet vuoteen 2019 asti Susanna Tenkanen-Lindeman, Tarja Mäki-Lat-
vala ja Petri Antikainen, joista ensin mainittu on tehnyt myös Musiikkipedagogi
(YAMK)-koulutuksessaan kokemuspohjaisen oppinäytetyön lasten laulunopetuk-
sesta.

Työssään Tenkanen-Lindeman oli tehnyt havainnon, että kouluikään tullessaan
lasten oikeaoppinen laulu- ja hengitystekniikka alkavat hävitä, ja tämän pohjalta
nousi selvä tarve varhaisemmalle laulunopetuksen aloitustilalle, jopa jo ennen
kouluikää aloitettavaksi. Kuitenkin työssään Tampereen konservatoriolla Tenka-
nen-Lindeman päätyi monilta osin resurssikysymysten vuoksi valitsemaan laulu-
koulun aloitustilaksi 9 vuotta eli vaiheen, jossa lapsi menee peruskoulun kolman-
nelle luokalle. Laulukoulun opetussuunnitelman mukaisesti oppilas harjoittelee
oman kehon eli instrumentin tuntemista, syvähengitystä, äänen sointia ja sitä,
missä kaikkialla sointi tuntuu, laulun tekstien kautta artikulaatiota ja tulkintaa sekä
ilmaisua huomioiden lapsen kehitystason ja terminologian. Ohjelmistona käyte-
tään eri maiden kansanlauluja, sillä ne sopivat melodiakuluiltaan ja ambituksel-
taan lasten laulunopetukseen tarjoten myös sopivasti haasteita. Laulukoulun en-
simmäisen kahden vuoden aikana opetusta saadaan viikossa 45 minuuttia ryh-
mäopetusmuotoisena, minkä jälkeen tuntiaika kasvaa seuraavaksi kahdeksi vuo-
deksi 60 minuuttiin. Tämä opetusaika voidaan jakaa niin, että lapsella on mah-
dollisuus saada yksilöopetusta 20 minuutin ajan. Yläkouluun siirtyessään kuluva
kolmen vuoden ajan nuori saa henkilökohtaista opetusta 30 minuuttia viikossa.
Musiikkiopistotasoisesta opetuksen tavoitteiden mukaisesti lapset antavat edisty-
misnäytteet toisen ja neljännen vuoden jälkeen ja lopulta yläkouluun yhdeksän-
nellä luokalla ollessaan ja äänenmurroksen niin salliessa suorittavat laulun ½ pe-
ruskurssin. Lasten edellytetään osallistuvan myös musiikin perusteiden opetuk-
seen sekä lapsi- tai nuorisokuoro toimintaan (Tenkanen-Lindeman 2014, 27, 29-
30).

3 LAPSEN LAULAMINEN

Tässä luvussa käsittelen ihmisen anatomiaa ja siihen liittyviä toimintoja vertaillen niitä hieman ihmisen fyysiseen kehitykseen ja käyden lyhyesti läpi hyvän lauluasennon ja sen merkityksen. Luku syventää tietoa erityisesti laulamiseen osallistuvien elinten ja toimintojen osalta ja tarjoaa ymmärrystä siitä, miten monimutkainen prosessi niinkin luonnollinen asia kuin laulaminen on, muttei pureudu lauluteknisiin asioihin. Laulutekniikoiden puuttuminen työstäni johtuu siitä, etten koe tarpeelliseksi enkä lapsen äänen edun mukaiseksi alkaa muokata ääntä kohti jotakin tiettyä äänenmuodostustekniikkaa. Lasten laulunopetuksessa tulisi tukea lapsen luonnollista ääntä ja äänentuottoa, ei muokata sitä aikuisen äänen kaltaiseksi (Tenkanen-Lindeman 2014, 9-10).

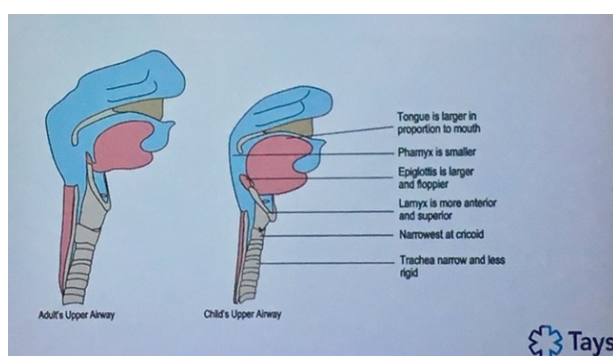
3.1 Lapsen ääntöelimistö

Toiminnallisesti tavassa tuottaa ääntä ei tosi asiassa ole eroa lasten ja aikuisten välillä, joka saattaa tulla monille yllätyksenä. Ääntöelimistöksi kutsutaan äänentuottoon osallistuvaa ihmiskehon elimistöä, jota voidaan kutsua Pihkasen mukaan myös äänielimistöksi, jolloin se kattaa laajemman anatomisen kokonaisuuden. Äänielimistö pitää sisällään hengityselimistön, kurkunpään, artikulaatioelimistön ja ääntöväylän (Pihkanen 2011a, 9).

Vaikka äänielimistön toiminnallisuudessa ei ole eroja, rakenteellisesti niitä kuitenkin on, johtuen kokoon ja kasvuun liittyvistä tekijöistä, joista havainnollistava kuva alla (KUVA 1). Anatomisista eli rakenteellisista eroista voisi mainita lapsen kielen koon, joka on suhteessa suun kokoon suurempi kuin aikuisilla. Kurkunpää on lapsella korkeammalla ja edempänä ja sen rustorakennelmien luutumisprosessit jatkuvat aina 30 ikävuoteen asti. Laskeutuessaan kurkunpää turvaa äänihuulille tilan, jossa ne pääsevät vapaasti värähtelemään. Lapsen äänihuulten limakalvo-kerros on paksumpi ja äänihuulten pituus lyhyempi kuin aikuisella. Koistinen kirjoittaa Äänitimpurin käsikirjassaan, että tutkimusten mukaan äänihuulten pituus vaikuttaa äänialueen laajuuteen (Koistinen 2005, 47, 49, 51). Ikäriippuvaiset rakenteelliset erot eivät kuitenkaan vaikuta teknisesti äänen tuottamiseen, vaikka

kurkunpään laskeutuminen on äänentuottotapahtumassa varsin merkittävässä roolissa.

Pihkasen (2011a, 9) jaottelu poikkeaa jonkin verran esimerkiksi anatomian oppikirjoista, sillä usein hengityselimistöön sisälle kuuluvat kaikki edellä mainitut äänielimestön osat (Bjälje, Haug, Sand, Sjaastad & Toverud 2005, 301). Yhdyn kuitenkin tässä yhteydessä Pihkasen ajatukseen siitä, että äänielimestö on järkevää jakaa hieman poikkeuksellisiin osiin, koska lauluteknisesti nämä äänielimestön osat kannattaa avata omina kokonaisuuksinaan. Ei pidä kuitenkaan unohtaa, että itse äänentuottoon osallistuvat olennaisesti myös tuki- ja liikuntaelimestö sekä hermosto (Koistinen 2003, 12).



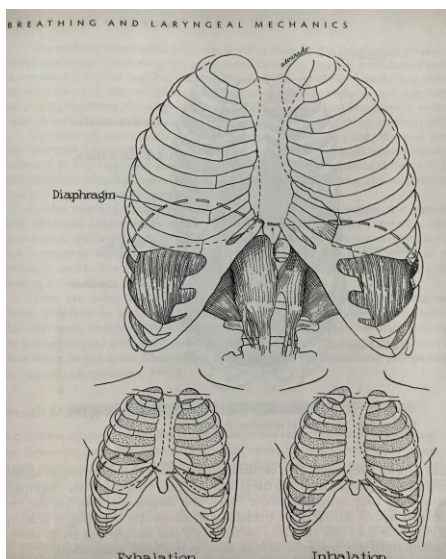
KUVA 1. Aikuisen ja lapsen äänielimestöt. (Fuhrman & Zimmerman, 2016.)

3.1.1 Hengityselimestö

Hengityselimestö koostuu keuhkoista, keuhkoputkesta ja henkitorvesta. Niiden tärkein tehtävä on huolehtia riittävästä keuhkotuuleuksesta eli ilman edestakaisesta kuljetuksesta ilmakehän ja keuhkorakkuloiden välillä. Hengitys on kaksivaiheinen: sisäänhengityksessä tahdonalaiset luustolihakset huolehtivat ilman kuljetuksesta keuhkoihin ja uloshengityksessä samat lihakset veltostuvat. Uloshengitys tapahtuu yleensä passiivisesti. Noin kahdeksan ikävuoden kohdalla lapsen tapa hengittää muuttuu. Luonnollinen syvähengitys eli fysiologisesti oikein tapahtuva hengitys tapahtuu silloin, kun rintakehä, pallea ja vatsa toimivat tasapainoisesti. Tenkanen-Lindemanin empiirisen havainnoinnin ja Phillipsin kirjallisuuslähteisiin perustuva pohdinta osoittavat, että lapsen oikeanlainen hengitys katoaa

alakouluikässä noin toiselta luokalta lähtien. Siihen liittyvät niin anatomiset, kasvuun liittyvät muutokset kuin myös passiivisuuden lisääntyminen liittyen koulu maailmassa alkavaan istumisen kulttuuriin (Phillips 2014, 144; Tenkanen-Lindeman 2014, 11). 6-8-vuotiaiden laulunopetuksessa olen huomannut, että hengitystä mietittäessä on hyvä tunnistaa, minne hengitys kulkee ja miltä hengittäminen tuntuu. Niitä voi tarkastella laulaessa, puhuessa ja erilaisia ääniä päästellessä. Hyvin usein lapset tunnistavat hengityksen laskeutuvan vatsaan asti, hengittääkö paljon vai vähän ja riittikö hengitys tarvittavan toiminnon loppuun saattamiseksi. Mielestäni tällaiset havainnot ja kokeilut yleensä riittävät hengityksestä puhuttaessa tämän ikäisten tunnilla. Siitä huolimatta on tärkeää käydä läpi konkreettisesti, mitä laulutunnilla hengityksen yhteydessä fyysisesti tapahtuu.

Laulaessa hengitysilhakset toimivat tietoisien toiminnan tuloksena. Niin sisäänkuin uloshengityskin toimivat kontrolloidusti, jolloin hengitystapahtumassa kontrolloidaan kylkivälilihasten, pallean ja vatsalihasten toimintaa. Sisäänhengityksessä pallea laskeutuu/supistuu, alemmat kylkiluut laajenevat ulospäin ja näin ollen myös vyötärölinja laajenee ja vatsalihakset rentoutuvat. Uloshengityksessä puolestaan pallea kohoaa/rentoutuu ja alemmat kylkiluut painuvat sisäänpäin ja vatsalihakset supistuvat. (Phillips 2014, 146) (KUVA 2).



KUVA 2. Hengitystapahtuma (Phillips 2014, 147)

Laulaja hengittää yleensä suun kautta kontrolloidusti, koska silloin virtausvastus on nenäontelon kautta hengittämiseen verrattuna pienempi ja hengitys näin ollen

nopeampaa. Se on erityisen mielekäs tapa silloin, kun fraasin aikana on mahdollisuus vain pikaiseen hengitykseen. Suu- ja nenäonteloa käsittelen tarkemmin hieman myöhemmin tässä luvussa.

3.1.2 Kurkunpää

Kurkunpää on rakenteeltaan monimutkainen putki ja se liittyy nielun henkitorveen. Se muodostuu monista lasi- ja kimmoruston rustorakenteista. Lisäksi sen liittäviin rakenteisiin kuuluvat erilaiset lihakset, nivelsiteet ja kalvot. Kurkunpään yläpäässä sijaitsee kurkunkansi, joka on osa kurkunpään rakennetta. Sen puoli välissä on kilpirusto, jonka etureuna muodostaa aataminomenan ja sen alapuolella puolestaan rengasrusto, jota kutsutaan myös sormirustoksi. Kurkunpäässä on myös äänihuulet, joilla voidaan säädellä ääniraon suuruutta. Säättely tapahtuu ilmavirtaa kontrolloimalla, jolloin ilman virratessa äänihuulet värähtelevät ja syntyy ääntä.

Äänihuulten tulisi sulkeutuessaan painautua toisiinsa tiiviisti ja tasaisesti, jotta välttyttäisiin rasitusmuutoksilta äänihuulten limakalvoilla. Ääniaaltojen taajuus on riippuvainen äänihuulten pituudesta, paksuudesta ja kireydestä sekä lauletaessa laulettavan sävelen korkeudesta. Äänenmurroksessa pojilla äänihuulten pituus kasvaa ja ne paksuuntuvat yhdessä kurkunpään kasvun kanssa. Tästä syystä miehillä on yleensä matalampi ääni kuin naisilla. Äänihuulet kiinnittyvät takaosistaan kolmiomaisiin kannurustoihin, joiden erilaisten asemien ja asentojen seurauksena äänihuulet muuttavat pituuttaan ja ääniraon kokoa (Koistinen 2005, 47-51).

3.1.3 Ääntöväylä ja artikulaatioelimistö

Äänihuulista syntynyt ääni ja ilmavirta etenevät kurkunpäästä kohti nieluonteloa. Se on osa ääntöväylää eli puhe-eliimiä, jotka ovat kurkunpään yläpuolella. Puheelimet voidaan jakaa kolmeen osaan: nieluontelo, nenäontelo ja suuontelo. (Pihkanen 2011, 11). Niissä tapahtuu artikulaatio eli ääntäminen liikkuvien osien eli pehmeän suulaen, kielen ja huulten avulla. Pehmeää suulakea kutsutaan myös

kitapurjeeksi ja sen liikkeet muuttavat niin ääniväylän muotoa kuin äänen ja ään-
teiden syntyä. Sitä nostamalla saadaan tilaa nieluun ja kyetään lisäämään reso-
nanssia. Tosin tästä on hieman ristiriitaista tietoa ja siksi suositellaan käyttämään
välillisiä metodeja, kuten mielikuvia haukotuksesta tai hymyn tunteesta eikä var-
sinaisesti puhuta kitapurjeen nostamisesta, kuten Phillips oppaassaan kirjoittaa
(2014, 175).

Kieltä liikuttamalla saadaan puolestaan muutettua tilaa niin kitapurjeessa kuin
nielussa. Kieltä liiallisesti taakse liikuttamalla tullaan ahtaantaneeksi nielua, jolloin
ääni ei pääse kulkemaan resonanssitiiloihin. Lasten tärkeimmät resonanssitiilat si-
jaitsevat pään onteloissa, jolloin kieli kurkkuun jäädessä kiristää kurkunpään ja
tekee korkeiden äänten muodostuksen mahdottomaksi (Pihkanen 2011a, 43).
Kielen pään tulisi levätä alveoliharjanteella alaetuhampaiden takana, jotta nielu
pysyisi vapaana ja tilavana. Kielen takaosa puolestaan tulisi pitää edessä ja pyö-
ristää kaarevaksi varmistaen sen olevan pois nielusta. Näin myös varmistetaan,
että vokaaleja muodostettaessa nielu-, suu- ja nenäonteloissa on riittävästi tilaa
äänen resonointiin. Ääntöväylän onteloiden tärkein tehtävä on siis resonanssin
synnyttäminen ja tämä voidaan kuulla äänen voimakkuuden ja sävyjen muutok-
sina (Pihkanen 2011a, 11).

3.2 Lapsen äänestä

Yleisesti voidaan sanoa, että terve ääni koostuu rentoudesta, kantokyvystä, sel-
keydestä, miellyttävästä väristä, intonaatiosta ja pakottomuudesta. Siihen sisäl-
tyy myös oikea hengitystekniikka, joka on hyvin olennainen osa kestäväää ja ter-
vettä äänen käyttöä unohtamatta hyvää lauluasentoa (Pihkanen 2011a, 11). Ää-
nen tulisi miellyttää niin käyttäjää itseään kuin kuulijaakin (Aalto & Parviainen
1987, 11). Normaalin ja hyvän äänen käsite itsessään on kuitenkin vahvasti kult-
tuurisidonnainen ja yhteiskunnallinen. Koistinen kirjoittaa kirjassaan äänen voi-
makkaasta nasaalisuudesta, joka länsimaissa katsotaan äänen kauneusvir-
heeksi, mutta Aasiassa se koetaan olevan normaalin äänen terve ominaisuus
(Koistinen 2005, 11).

Myös erilaiset laulutyyliä ihannoivat erilaisia asioita, kuten rekisterin vaihdokseen liittyviä äänen muutoksia. Esimerkkinä tästä voisi olla klassisessa laulussa käytetty bel canto -tyyli, jossa rekisterin vaihdoksista johtuva äänen muuttuminen pyritään häivyttämään kuulumattomiin (Pihkanen 2011a, 13). Äänen voidaan katsoa myös kertovan persoonallisuudesta, joka sinänsä ei itsessään ole täysin kelpo arvioinnin kohde, mitä tulee ihmisen yksilöllisiin ominaisuuksiin äänen väristä ja terveestä äänestä puhuttaessa. Se voi kuitenkin antaa opettajalle mahdollisuuden pohtia oppilaansa persoonallisuutta ja itsetuntoa ja antaa ehkä lisävälineen vahvistaa tervettä ja hyvin soivaa ääntä.

Terveestä, hyvästä ja vapaasta äänestä puhuttaessa on hyvä muistaa, että sen edellytyksenä on koko instrumentin käyttö, sen tunteminen sisältäpäin ja myös anatominen hahmottaminen, jota jo edellä käytiin läpi. Tämän teorian hallinta on tärkeää, kun opetetaan muita käyttämään ääntä. Opettajan tulee tietää mitä äänenmuodostusprosessissa tapahtuu, mistä se koostuu ja miten sen itse hahmottaa ja hallitsee. Erityisesti lasten kanssa törmätään usein siihen, että he kysyvät miksi joitain harjoitteita tehdään, miten harjoitella ja miltä harjoittelun pitäisi tuntua ja silloin opettajalla pitää itsellä olla käsitys kokonaisuudesta. Terveen ja hyvän äänen määrittely ei muutu, on sitten kyseessä lapsi tai aikuinen. Lapsella on yleensä luonnostaan varsin kuuluva ja kirkas ääni, mikä johtune heidän oikeasta hengitystekniikastaan, äänihuulten lyhyestä pituudesta ja koko kehon käytöstä lauluäänen tuoton yhteydessä.

3.2.1 Lapsen ääniala

Jotta lapsia voidaan opettaa laulamaan oikein ja heidän ääntöelimistöään kunnioittaen, täytyy opetuksessa olla selvillä, miltä alueelta lapsia on turvallista laulattaa. Koistinen kirjoittaa 7-13-vuotiaiden kokonaisäänialan kulkevan noin g:n ja g² välillä. Kokonaisääniala tarkoittaa siis aluetta, jolta ääntä pystytään tuottamaan täsmällisesti ilman kvaliteettivaatimuksia. Karkeasti voidaan siis arvioida, että 7-vuotias pystyy laulamaan C-duuriasteikon alueella. Iän myötä kokonaisäänialue laajenee noin yhden sävelaskeleen verran vuodessa niin ylös- kuin alaspäinkin. Jos taas puhutaan musikaalisesta äänialueesta, sillä alueella pyritään tuottamaan ääni hyvin soivana (Koistinen 2003, 95; Phillips 2014, 97).

Lasten ääntä verrataan usein naisääneen, mutta tämä ei ole järkevää, sillä lapsen ääni ei ole suoraan verrannollinen korkeudessaan naisääneen. Molempien äänet liikkuvat yksiviivaisen oktaavin alueella, mutta Koistisen (2003, 93) mukaan naisääni pysyttelee sen alemmalla alueella ja lapsiääni taas noin kvarttia korkeammalla. Lapsen ääni on kapeampi, heleämpi, yläsävelpainotteisempi ja erityisesti pojilla metallisempi kuin naisääni.

Kaija Tanskanen (1992, 20-21) puolestaan on lasten äänialaa tutkiessaan päätenyt siihen, että eri ikäryhmillä on omat optimiäänienkorkeudet eli suotuisat alueet, joilta laulaa. Hän on kehittänyt termin optimilaulattamiskorkeus, jossa kokonaisääniala on c1-c3. Tämä kokonaisääniala jakautuu seuraavasti: matala-ala: c1-fis1, keskiala: fis1-fis2, korkea-ala: fis2-c3. Optimi laulukorkeus saadaan olettamalla lapsen kokonaisäänialan olevan kaksi oktaavia. Se jaetaan kahteen yhtä suureen osaan, joiden väliin jää yksi tai kaksi keskisäveltä. Niiden molemmin puolin kerätään sävelet oktaavin alalta ja saadaan lapselle optimi laulattamiskorkeus, jonka oletuksena on olemassa oleva oktaavin käyttöala. Ikäryhmässä 6-8-vuotiaat, joka on opinnäytetyöni kohderyhmä, kokonaisääniala on sama kuin Koistisella eli c1-c3, jolla oppimateriaalini laulut pääsääntöisesti liikkuvat, ja optimit laulattamisoktaavit e1-e2, f1-f2, g1-g2 (Tanskanen 1992, 5). Sävellajit on valittu silmällä pitäen ajatusta, että niitä on mahdollista tarpeen mukaan transponoida eli muuttaa sävellajia sävelaskeleen ylemmäs tai alemmas lapsen yksilöllisen äänialan mukaan.

3.2.2 Lapsen äänen rekisterit

Lapsen äänestä puhuttaessa ei sovi unohtaa äänen rekistereitä, joista ei ole lasten kohdalla täysin yhtenevää käsitystä. Rekisteri tarkoittaa ihmisäänessä samalla tavalla tuotettujen, perättäisten ja erikorkuisten säveltasojen sarjaa, jossa kvaliteetti eli perusäänien laatu pysyy samanlaisena. Yksinkertaistettuna äänen rekisteri on samanlaiseen ja tasaisen laadukkaaseen äänentuottoon kykenevä alue. Karkea jako lapsen äänen rekistereistä voidaan tehdä jakamalla ne kolmeen osaan: ala-, keski- ja ylärekisteri, vaikkakin tästäkin on eriäviä mielipiteitä. Niiden voidaan katsoa soivan anatomisesti eri paikoissa, mikä tarkoittaa sitä, että

alarekisteri resonoi rinnassa, ylärekisteri pääalueella ja keskirekisteri on sekoitus näitä molempia. Todellisuudessa kyse on kuitenkin äänihuulten toiminnasta. Ylärekisterillä lauletaessa tai niin sanotulla pää-äänellä lauletaessa äänihuulet venyvät pituutta ja ohenevat, alarekisterissä ne taas lyhenevät ja paksuuntuvat, kun puolestaan keskirekisterissä ne hyödyntävät vaihdellen molempien rekistereiden lihastyötä (Phillips 2014, 90).

Miksi sitten rekistereistä pitää puhua ja ottaa ne huomioon? Lapset, jotka eivät saa ohjausta laulamiseen, laulavat yleensä rintaäänellä. Se on kuitenkin puherekisteri ja sen jatkuva käyttö laulamissa saattaa aiheuttaa pahimmillaan pysyviä vaurioita äänihuuliin (Phillips 2014, 92). Kaikkien kolmen rekisterin käytön hallitseminen helpottaa joidenkin asiantuntijoiden mukaan myös äänenmurroksesta selviämistä, jolloin niiden käytön opetteluun voisi katsoa olevan yleisestikin hyvin hyödyllistä (Rutkowski & Runfola 2010, 1). Ei ole myöskään järkevää laulattaa lapsia yksipuolisesti pää-äänellä, koska se taas johtaa keskialueen kehittymättömyyteen ja äänen puhtauden ja laadun laskuun.

3.3 Lauluasento

Hyvä lauluasento ei ole lapsellekaan itsestänselvyys varsinkaan, kun nykyihmisen passiivinen elämäntapa vaikuttaa jo lastenkin keuhonhallintaan ja liikkumiseen. Hyvä lauluasento on perusedellytys terveen ja hyvän äänen tuottamisessa, sillä sen avulla vaikutamme hengityksen ja koko ääntöelimistön toimintaan. Hyvässä lauluasennossa jalat ovat pienessä haara-asennossa ja polvissa on pieni jousto. Jalat ovat ikään kuin puun juuret, jotka jalkapohjien avulla aistivat koko jalkaterän olevan tukevasti maassa. Tällöin jalkaterät yleensä automaattisesti haakeutuvat pieneen ulkokiertoon, mutta asentoa ei pidä pakottaa, jotta jalkojen tuesta ei tule pakotettua ja jäykkää eikä se aiheuta muita rangan asentoa vahingoittavia ongelmia. Lapsen kanssa voi käyttää mielikuvia apuna hyvän jalkapohjatuntuman löytymiseen esimerkiksi vertaamalla jalkoja puun juuriin ja hakea sitä kokeilemalla painopisteen vaihtelua niin, että tukeva ja tasainen seisoma-asento löytyy. Polvien pieni jousto auttaa lantiota laskeutumaan paikalleen ja estää notkoselkäisyyttä (Koistinen 2005, 18).

Lantion luonnollisen asennon tulisi olla vapaa ja liikkuva. Siinä istuinkyhmyt osoittavat kohti kantapäitä ja maata. Istuinkyhmyt löytyvät istumalla käsien päällä ja tuntemalla kämmeniä vasten kovat, luiset kyhmyt. Lantion asento vaikuttaa lihasketjuihin niin ylä- kuin alavartalossa ja voi virheasunnoissa aiheuttaa monia ongelmia niveliin ja ylimääräistä rasitusta lihaksille (Koistinen 2005, 21). Näiden seikkojen vuoksi hyvä ja vapaa lantion asento on tärkeää löytää oikeaa lauluasentoa haettaessa.

Hyvässä lauluasennossa hartiat ovat takana ja alhaalla, rintakehä on avoin ja selkä suora. Kädet ovat rentoina sivuilla, niska pitkä ja leuka vapaasti vaakatasossa (Pihkanen 2011a, 40). Kaikkien näiden toimintojen ylläpito vaatii hyvää lihastasapainoa, joka yleensä lapsilla on luonnostaan. Kuitenkin kappaleen alussa mainitsemani passiivinen elämäntyyli vaikuttaa jo lastenkin lihastasapainoon, jolloin tätä ei voi vain ohittaa. Lasta kannattaa siis liikuttaa laulutunnillakin tehden toiminnallisia äänenavaus-, lihas- ja vartalonlämmittelyharjoitteita ja hakien hyvän asennon esimerkiksi ääriasentojen kautta (Sihvo 2006, 22-30). Liikettä kannattaa ottaa mukaan myös lauletaessa, jotta vartalo ei jäykistyisi ja hengitystahtuma jäisi pinnalliseksi.

4 LAPSEN KEHITYS JA OPPIMINEN

Ihmisen kehitys voidaan jakaa kolmeen eri osa-alueeseen, joista fyysinen kehitys sisältää kasvun ja liikkeiden kehityksen. Kognitiivinen kehitys sisältää ajattelun, muistin, havaintojen ja kielellisen kehityksen, ja psykososiaalinen kehitys yksilön kokonaispersoonallisuuden ja vuorovaikutussuhteiden kehityksen. Kehityksen osa-alueet auttavat ymmärtämään sen monimuotoisuutta ja sitä, ettei mikään kehityksen osa-alue toimi itsenäisesti, vaan ne ovat kiinteässä yhteydessä toisiinsa (Himberg, Laakso, Peltola, Näätänen & Vidjeskog 2003, 13). Lapsen kehitys ja oppimisen herkkyykskaudet kulkevat käsi kädessä ja tämä tulisi huomioida myös opetuksessa. Lasta pitäisi ohjata ja opettaa ikätasolle sopivien materiaalien turvin, harkitusti tavoitteita asettaen ja optimaalisin aikamäärin. Tämän vuoksi koen olennaiseksi yhdistää tähän kappaleeseen sekä lapsen kehitysvaiheet että oppimisenkin.

4.1 Fyysinen kehitys

Fyysiseen kehitykseen kuuluu kasvutapahtuman lisäksi monien motoristen taitojen oppiminen ja kouluiässä myös koulumatkoista johtuvan fyysisen rasituksen kestävyys. Lapsen kasvaessa hän kypsyy lisäksi taitojen osalta, kuten pukeutumisessa, kirjoittamisessa ja askartelussa. Fyysinen kasvu tapahtuu niin sanotusti kahteen suuntaan eli päästä jalkoihin ja keskialueelta reunoille. Esikouluikään mennessä lapsen aivot ovat saavuttaneet 90% lopullisesta koostaan (Vilkkö-Riihelä 2003, 205, 237).

Lapsen taitojen oppimisessa on herkkyykskautensa, vaikkei näiden taitojen oppiminen olekaan mahdotonta herkkyykskauden mentyä ohi. Kuitenkin kaikkein monimutkaisimpien motoristen taitojen oppiminen onnistuu parhaiten, kun niiden harjoittelu aloitetaan herkkyykskausien mukaisesti. Kouluikäisenä lapsi oppii taitavasti liikkeidensä hallintaa ja ylipäätään harjoittamaan moninaisia taitoja, jolloin kouluikä on hyvä aika alkaa luoda perustaa taidoille, kuten laulu, pianonsoitto, luistelu ja jalkapallo. Taitojen oppimisessa on olennaista se, etteivät ne vaadi

suuremmin voimaa tai täsmällistä nopeuden arviointia (Himberg ym. 2003, 34-37, 77-78).

Motorinen levottomuus ja nopeasta kasvusta johtuva kömpelyys ovat ominaisia fyysisen kehityksen piirteitä 6-vuotiaalle lapselle. Tämän vuoksi laulutunnilla olisi hyvä huomioida kehon lämmittelyssä, mitä lapselta voi ja kannattaa vaatia. Liike ja leikki saattavat helpottaa lapsen olemista tunnilla, jolloin niiden yhdistäminen lauluopetukseen tukee tavoitteellista laulun opiskelua. Liike ja leikki myös omien havaintojeni mukaan rentouttavat tunnin kulkua. Koulun aloitusiässä eli 7-vuotiaana lapsen koordinaatio ja motoriset taidot paranevat esikouluvuoteen verrattuna jo merkittävästi (Himberg ym. 2003, 36, 78). Tämän havaitsin omissakin oppilaissa esimerkiksi koordinaatiota vaativien tehtävien suorituksissa. Siinä missä 6-vuotiaana lapselle tuotti haasteita vastakkaisen jalan ja käden hakeutuminen vastakkain, 7-vuotiaana tämä onnistui sekä vartalon etu- että takapuolella tehtynä.

4.2 Psykososiaalinen kehitys

Psykososiaalisen kehityksen pohjana on lapsen vuorovaikutussuhteiden kehitys ja kiintymyssuhteet. Se, miten lapsen varhainen vuorovaikutus on kehittynyt ja miten hän on solminut tunnesiteensä kiintymyssuhteessa aikuiseen, useimmiten tässä tapauksessa äitiin, heijastuu hänen myöhempiin ihmissuhteisiinsa.

Tätä aikuisen ja lapsen kiintymyssuhdetta tutkivaksi menetelmäksi on kehitetty vierastilannemenetelmä, jossa lapsi on leikkihuoneessa vanhemman ja/tai vieraan aikuisen kanssa. Kiintymyssuhteen laatu tulee ilmi lapsen tavassa käyttää vanhempaansa turvallisuuden antajana. Näitä eri kiintymyssuhteen laatuja ovat turvallinen kiintymys (lapselle muodostunut käsitys, että häntä rakastetaan), turvaton kiintymys (lapsi yrittää saada huomiota negatiivisella käytöksellä), välttelevä kiintymys (lapsi ei luota saavansa aikuiselta lohdutusta eikä näin ollen osoita negatiivisia tunteita eikä ole huomaavinaan aikuisen poistumista huoneesta) ja epäjohdonmukainen kiintymys (lapsi hakee turvaa vanhemmasta, mutta käyttäytyy välttelevästi päästyään vanhemman luo). Lapsen kiintymyssuhteen laatu ku-

ten myös vanhempien kasvatustyyli ennakoivat tutkijoiden mukaan hänen myöhempää vuorovaikutustaan ja yhteistoiminallisuutta muiden ihmisten kanssa (Himberg ym. 2003, 50-61).

Näillä kiintymyssuhdeteorioilla on merkitystä opettajan ja oppilaan väliseen vuorovaikutussuhteeseenkin. Jotta laulutunneille voidaan luoda avoin ja turvallinen oppimisympäristö, pitää lapsella olla kyky luottaa ohjaavaan aikuiseen, opettajan ja oppilaan täytyisi kyetä jatkuvaan palautteen antoon ja opettajan tulisi kyetä tukemaan lapsen minäkuvan kehitystä (Pihkanen 2011b, 64-65).

Kouluikään mennessä lapselle on muodostunut käsitys jo ainakin pintatason minuudesta, toisin sanoen sanoin ilmaistavissa oleva käsitys sukupuolesta, ruumiinkuvasta ja älykkyydestä (Himberg ym. 2003, 73) ja tähän liittyen käsitys myös itsetunnosta, itsearvostuksesta ja itseluottamuksesta. Onnistumisen kokemukset muokkaavat lapsen itsetuntoa ja samoin palaute, jota hän saa aikuiselta omasta toiminnastaan, olemisesta ja haasteiden tai ongelmien ratkaisusta. Kouluikä alussa perheen ja lähipiirin vaikutus on suuri ja kaikenlainen kiusoittelu aiheuttaa herkästi loukkaantumista. Lapsuuden konkreettiset pelot muuttuvat sosiaalisiksi peloiksi muun muassa jännitykseksi esiintyä ja kritiikin peloksi (Vilkko-Riihelä 2003, 241). Kouluikässä lapsen odotetaan pystyvän toimimaan yhdessä muiden kanssa ja hänelle on tärkeää tulla hyväksytyksi opetusryhmässään (Himberg ym. 2003, 72-73). Himberg ym. (2003, 82) kirjoittavat oppikirjassaan näin:

”Vuorovaikutussuhteissa lapsi jäsentää käsityksiään sosiaalisesta maailmasta ja itsestään sen osana.”

Näin ollen palautteen antamiseen tulisi kiinnittää huomiota ja sen tulisi kuten jo edellä mainittu, olla molemminpuolista. Opettajan tulisi pyrkiä luomaan turvallinen ja epäonnistumisetkin salliva opetusympäristö, jossa on sijaa opettajankin epäonnistumiselle.

Kouluikä alussa lapsen adjektiivien käyttö on yleensä erittelemätöntä ja hän kuvailee asioita sanoilla ”hyvä” ja ”kiva”. Hän keskittyy niihin ulkoisten seikkojen kuten silmien ja hiusten värin kautta. Tästä syystä laulutunnilla voisi olla järkevää kysyä esimerkiksi hengitysharjoituksia tehtäessä missä harjoitus tuntui, ennen

kuin miltä se tuntui. Leikin yhdistäminen auttaa omien kokemusteni mukaan myös tunnetilojen kuvaamiseen. Se on lapselle luontainen tapa ilmaista tunteita, joiden konkreettinen käsittely on useimmiten esi- ja alakoulun ensimmäisen ja toisen luokan kävijöille vielä haastavaa ja jopa häpeää aiheuttavaa. Käytän usein tuntien alussa säveltasoja hakiessani eläinten ääntelyitä esimerkkinä. Näihin on helppo yhdistää tunneilmaisuja kuten iloinen koira, yksinäinen lintu, unelias kissa ja niin edelleen. Lapsi löytää tällaisen leikin avulla erilaisia tunnetiloja ja samaisuu niihin nimenomaan eläinhahmojen avulla.

4.3 Kognitiivinen kehitys

Koulukypsyyden merkinä kognitiivisissa toiminnoissa voidaan pitää näön ja kuulon riittävän hyvää kehitystä, ja lapsen tulee osoittaa myös kielellisiä kykyjä muun muassa noudattamalla ja toimimalla annettujen ohjeiden mukaisesti. Lisäksi hänen tulisi alkaa oppia lukukäsitteitä, lisäämistä ja vähentämistä ja käsitteitä sekä symboleita. Kouluiän alussa ajattelu on vielä melko lapsenomaista mielikuvien ollessa sidoksissa tunteisiin ja ajattelun ollessa elämysvaltaista. Lapsi innostuu elävästi kerrotuista hurjista seikkailuista ja saduista, vaikka samalla alkaa kehittyä tarve ymmärtää maailmaa ja muita ihmisiä, kriittisestikin arvioiden. Opettaja on kuitenkin vielä uskottava auktoriteetti ja näin ollen vaikuttaa lapseen helposti (Vilkko-Riihelä 2003, 239; Himberg ym. 2003, 80).

Kouluiän alussa aivotoinnukset kehittyvät merkittävästi ja erityisesti aivojen etuosan kypsymisellä on tärkeä merkitys (Himberg ym. 2003, 78). Ulkoa oppiminen onnistuu helposti ja lapsi oppii jäljittelemällä ja tekemällä (Vilkko-Riihelä 2003, 239). Oppiminen tapahtuu vahvasti kielen kautta: tutkimusten mukaan 7-8-vuotiaat hallitsevat jo äidinkieliensä rakenteet ja muodot, vaikka kielen tulkitsemisessa saattaa vielä olla vaikeuksia ilmausten ollessa ironisia, humoristisia ja abstrakteja merkityksiltään. Siksi onkin perusteltua, että laulutunneilla käytettävä oppimateriaali olisi kieleltään rikasta, mutta mahdollisimman konkreettisesti ymmärrettävää, lapsen suuhun sopivaa. Lapsi oppii odottamaan omaa vuoroaan ja vuorovaikutustaidot kehittyvät muutenkin, muun muassa vuorovaikutuksen ylläpidon osalta (Himberg ym. 2003, 78-79).

4.4 Lapsi oppijana

Oppiminen käsitteenä tarkoittaa jonkin asian muuttumista, opetuskontekstissa uuden asian omaksumista ja taitojen kehittymistä. Oppiminen voi olla tavoitteellista ja tarkoituksellista tai tiedostamatonta ja automaattista. Se tapahtuu vuorovaikutuksessa muiden ihmisten, kulttuurin ja ympäristön kanssa ja se on välttämätöntä uusien taitojen hankkimisessa ja ylipäättään elämässä selviytymisessä (Haapsalo ja Erämies 2017). Oppimiskäsityksistä on useita erilaisia jakoja, mutta tässä käsittelen niistä ne, jotka omissa TAOKK:n pedagogisissa opinnoissani tulivat esille. Lapsen kehitys- ja herkkyysvaiheet ohjaavat ja helpottavat oppimista, mutta haastavat myös opettajaa ja ohjaavaa aikuista, koska lapsuudessa uusia motorisia taitoja, fyysisiä ja sosiaalisen ympäristön muutoksia tulee jatkuvasti eteen lapsen kasvaessa, kehittyessä ja siirtyessä päiväkodista koulun eri opetusasteille.

4.4.1 Behavioristinen oppimiskäsitys

Behavioristisessa oppimiskäsityksessä oppija on passiivinen opetukseen osallistuja, jossa opettajan tehtävä on siirtää malleja suoraan oppilaalle. Opetus on tällöin ulkoa säädeltävää käyttäytymisen muuttamista, jossa vahvistetaan ja palkitaan toivottuja tuloksia eli opitaan yrityksen ja erehdyksen, toistojen kautta. Toisin sanoen käyttäytymisen seuraukset saavat aikaan oppimisen. Käytännössä tämän oppimiskäsityksen pohjalta opettaja palkitsee oppilastaan muun muassa tuntiaktiivisuudesta, ajoissa palautetuista tehtävistä, lapsen kohdalla sanojen oppimisesta ja palaute tai arviointi annetaan välittömästi suorituksen jälkeen (Vilkko-Riihelä 2003, 326). Erityisesti musiikinopetuksessa toistot ja saatu palaute muokkaavat oppimistapahtumaa. Opettaja kiittää onnistuneista toistoista, mutta vaatii lisäharjoittelua, jos lopputulos ei ole toivotun kaltainen. Tasosuorituksista annetaan välitön palaute ja sen pohjalta nousee taas uusia oppimisen tavoitteita. Behavioristista oppimiskäsitystä on kritisoitu sen liian yksiviivaisesta tulosten siirtämisestä eläinkoetilanteista ihmisten toimintaa selittäväksi näkemykseksi. Tutkimustilanteissa ei ole riittävästi huomioitu yksilön todellista kykyä sisäistää toimintaansa. Huolimatta kritiikistä tämän tyyppistä oppimiskäsitystä

hyödynnetään musiikinopetuksessa, jossa oppilas oppii asioita mallin avulla. Behavioristinen oppimiskäsitys on ollut merkittävä myötävaikuttaja opetuksen ja oppimisen kehitykselle erityisesti sen myöhäisen tutkijan F. B. Skinnerin ansiosta ja sen avulla on kehitetty oppimismenetelmiä ja ohjelmoitua opetusta (Vilkko-Riihelä 2003, 337).

4.4.2 Kognitiivinen oppimiskäsitys

Kognitiivinen oppimiskäsitys puolestaan näkee oppijan aktiivisena uuden tiedon käsittelijänä, joka ohjaa oppimista sisältäpäin. Opettajan tehtävänä on motiivoida ja ohjata oppimista, sekä pohjustaa opittavaa asiaa. Oppiminen tapahtuu kielen ymmärtämisen ja ajattelun, sekä sisäisten mallien avulla. Oppimista tapahtuu myös vuorovaikutuksessa muihin nähden, kun taas edellä läpikäydyssä behavioristisessa näkemyksessä oppiminen tapahtuu auktoriteetin kautta. Oppija ottaa vastuun omasta oppimisestaan kehittämällä itselleen tapoja, joilla oppia.

Oppimiseen katsotaan vaikuttavan aikaisemmat kokemukset oppimisesta, oppijan omat tulkinnat oppimistilanteista sekä oppijan tausta, kulttuuri ja muut ympäristövaikutukset oppimisvirikkeineen ja malleineen (Vilkko-Riihelä 2003, 336). Oppiminen tapahtuu paitsi muiden kanssa vuorovaikutuksessa, myös oman psyykkisen työn avulla, strategioita kehittämällä sekä oppimismotivaatiota ja -orientaatiota muuttamalla. Musiikin opetuksessa kognitiivista oppimiskäsitystä hyödynnetään esimerkiksi luokkatunneilla, joissa muut kuulevat ja näkevät toistensa tekniikoita, yksilöopetuksessa oppilaan hakiessa oikeaa tekniikkaa opettajan avulla sekä esiintymistilanteissa käyttämällä mielikuvia tai muita erilaisia stressinhallintakeinoja jännityksen helpottamiseksi.

4.4.3 Konstruktivistinen oppimiskäsitys

Konstruktivistisessa näkemyksessä tiedon katsotaan rakentuvan vanhan tiedon päälle, käyttäen aiemmin opittua uuden tiedon pohjana. Tieto muuttuu jatkuvasti oppijan ja tilanteen mukaan, mutta se voi muuttua vain suhteessa aikaisempaan tietoon. Konstruktivistisessä oppimiskäsityksessä puhutaan assimilaatiosta eli

sulauttamisesta sekä akkommodaatiosta eli mukauttamisesta. Näiden toimintojen kautta lapsi siis jäsentää tietorakenteitaan ja myös muuttaa niitä jatkuvasti. Musiikin opiskelussa uudet ja seuraavan tason kappaleet sulautetaan ja mukautetaan aikaisemmin opittujen kappaleiden tekniikoita hyödyntäen, jolloin musiikin tasosuoritukset ovat mahdollisia ja oppilas etenee instrumenttinsa opiskelussa. Tätä ei kuitenkaan voi tapahtua vain opiskelijan itsensä toteuttamana, vaan opettajan tehtävänä on luoda sellainen oppimisympäristö, jossa voi kysyä ja kyseenalaistaa ja antaa palautetta.

Joidenkin lähteiden mukaan konstruktivistisesta oppimiskäsityksestä voisi erottaa vielä omaksi käsitykseksen kontekstuaalisen oppimiskäsityksen, mutta tämän näkemyksen voi tulkita olevan myös kaikkein tiukin konstruktivismin muoto. Kontekstuaalisessa oppimiskäsityksessä opettaa-käsite ei ole edes mahdollinen. Siinä opettaja toimii ohjaajana ja virikkeiden antajana ja suuntaa oppijan oppimistapahtumaa kohti tavoitteita. Nykyisen peruskoulun opetussuunnitelman voisi katsoa pohjautuvan tämän kaltaiselle oppimisenäkemykselle, sillä siinä katsotaan opiskelijan olevan vastuussa oppimisestaan ja opettajan antavan virikkeitä ja ohjausta oppimistavoitteiden saavuttamiseksi. Tämä vaatii kuitenkin lapselta jo hyvin pitkälle kehittyneitä kykyä säädellä omaa toimintaansa, kykyä itse rakentaa tietoa aiemmin opitun päälle ja sulauttaa ja mukauttaa sitä opittavaan tietoon (Viikko-Riihelä 2003, 337). Musiikinopetuksessa sulauttamista ja mukauttamista tapahtuu esimerkiksi tasosuoritusten välillä. Uusien ja haastavampien kappaleiden harjoittelu ja oppiminen vaativat aikaisemmin opitun tekniikan siirtämistä seuraaviin kappaleisiin.

4.4.4 Humanistinen oppimiskäsitys

Humanistisessa oppimiskäsityksessä tärkeintä on oppijan kasvaminen ja kehittyminen persoonana. Oppimisen tavoitteet ovat yksilöllisiä ja niissä on tärkeää huomioida yksilön tarve sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Opettaja on sivustaseuraaja, joka tukee oppijan omaa aktiivista toimintaa, kokemuksellisuutta, ”minän” kasvua, luovuutta, itseohjautuvuutta ja luontaista itsensä toteuttamisen tarvetta. Oppija on samalla vapaa, mutta vastuullinen omasta oppimisestaan ja opiskelee näin ollen oman yksilöllisen opetussuunnitelmansa mukaisesti.

Valmiita oppimateriaaleja ei ole, vaan sisällöt tulevat oman opetussuunnitelman pohjalta. Opettajan palaute ja arviointi hyödyntää opiskelijan itsearviointia ja yksilöllisiä oppimisprosesseja välttämällä vertailua muihin (Lehtonen 2017.) Monella tapaa laulussa hyödynnetään tämän kaltaista oppimiskäsitystä. Tekstin tulkinta tapahtuu oman kokemuspohjan, tunteiden ja ymmärryksen kautta sisäistämällä teksti. Laulu vaatii aina esiintyjän ja yleisön vahvan vuorovaikutuksen, sillä yleisön luoma tunnelma ja vastaanotto vaikuttavat vahvasti laulajan tulkintaan. Laulun opiskelussa oman äänensä ja vartalonsa hallinta ja ymmärtäminen ovat olennaisessa roolissa lauluäänien kehittämisessä.

4.4.5 Sosiokulttuurinen oppimiskäsitys

Sosiokulttuurisessa oppimiskäsityksessä oppiminen tapahtuu yksilön ja yhteisön vuorovaikutuksessa oppijan omaa ja ympäröivää kulttuuria heijastaen. Oppija osallistuu yhteisön toimintaan ja hänellä on omia tiedollisia rakenteita, joita hän hyödyntää käytännön harjoittelussa, laulajien kohdalla esimerkiksi lavatyöskentelyssä. Käytännön harjoittelu puolestaan muovaa näitä rakenteita uusiksi ammatillisuutta kehittäviksi toiminnoiksi.

Oppimisessa on tavoitteita, joita ohjaavat kriteerit, mutta oppimistapahtumaa säätelee se, mitä opiskelija itse tekee saavuttaakseen käytännön vaatimat taidot. Tätä tapahtuu nimenomaan musiikin ammattiopinnoissa, mutta myös aikaisemmin esimerkiksi kotiharjoittelun muodossa. Oppilas on itse vastuussa, toki toivottavasti vanhempien tätä itseohjautuvuutta tukiessa, omasta harjoittelustaan. Oppimisen ja toiminnan pohdinta on uusiin tehtäviin valmistautumista, uusien toimintamallien rakentamista ja niiden kokeilemistä käytännössä, kuten konsertti- tai tasosuoritustilanteissa.

5 OPPIMATERIAALI

Oppimateriaalin valintaprosessi oli alusta asti hyvin selkeä jo pelkästään tekijän-oikeudellisista lähtökohdista katsoen. Itselläni ei ollut kykyä alkaa laatia sävellyks-prosessin kautta uutta oppimateriaalia ja kuten jo edellä mainitsin, halusin opet-taa suomalaista kansanlauluperinnettä lapsille heille ymmärrettävillä sanoituk-silla. Koin myös tärkeäksi tarjota laajempaa käsitystä laulumusiikin sisällöstä kuin mitä populäärimusiikki radion, television ja sosiaalisen median, kuten YouTuben kautta tarjoaa.

Oppimateriaalin valintaprosessia läpikäydessäni luin useammasta lasten laulun-opetusta käsittelevästä opinnäytetyöstä ja kirjasta, kuinka lauluohjelmiston moni-puolistaminen muuhunkin kuin pop-musiikkiin ja lasten lauluihin ja ylipäätään se, mitä ohjelmistoa lapsilla lauljetaan, on koettu tarpeelliseksi monien pedagogien keskuudessa. Tähän viittasin myös luvussa 2.2., jonka perustin pitkälti Tenka-nen-Lindemanin kehittämistyön havaintoihin ja tuloksiin. Lapsikuoro-ohjelmistoa löytyy, mutta yksinlauluohjelmisto lapsille on rajallinen. Lapsen tulisi sisäistää tekstin merkitys, jotta laulun esittäminen olisi mieluista ja vivahteikasta. Näin to-tesivat muun muassa Tenkanen-Lindeman (8, 34, 2014), Pihkanen (74, 2011b) ja Koistinen (96, 2005).

Mitkä sitten ovat lapselle ymmärrettävät sanoitukset? Paajala (2015, 22-24) viit-taa työssään Bettelheimin (1992) havaintoon, että lapset samaistuvat helposti satuihin ja erityisesti eläinaiheisiin tarinoihin. He hakevat satujen hahmoista sa-maistumisen kohteita sen mukaan kuka herättää heissä myötätuntoa ja kuka vas-tenmielisyyttä, mutta saduilla on muitakin lapsen ajattelua ja psyykkistä kehitystä tukevia tarkoituksia. Yksi isoimmista satujen merkityksistä on lapsen tunnekas-vatus ja Opetushallitus on julkaissut tunnetaitomateriaalin tätä tarkoitusta varten (Opetushallitus 2013). Satujen käyttö on näin ollen tavoitteellisempaa ja entistä perustellumpaa.

Satujen ja tässä yhteydessä laulumateriaalin sisällön käsittely voi olla niinkin yk-sinkertaista kuin keskustelu lapsen kanssa tekstin herättämistä tunteista. Osaan valitsemistani kansanlauluista kirjoitin kokonaan uudet sanat, osin hyödynsin jo

olemassa olevia sanoituksia, ja osa kappaleista sai pienillä muokkauksilla kokonaan uuden merkityksen. Hämmästyin, miten haastavaa erityisesti itselle tutumpiin lauluihin oli kirjoittaa uudet, sadunomaiset sanat. Muokkaustyötä piti tehdä ihan viime metreille asti.

Ohjelmiston valinnassa melodian merkitys on ihan yhtä tärkeä kuin tekstisisältö. Kansanlaulumme ovat melodiakuluiltaan kauniita ja osin myös aika haastavia. Koistinen (2005, 94) kehottaa harjoituttamaan kansanlauluohjelmistoa, sillä niitä on helppo muokata moniääniseksi ja näin tutustuttaa lapsia yhdessä laulamiseen. Koistinen (2005, 94) kirjoittaa, että lapsille tulisi opettaa musiikin peruskäsitteitä kuten kolmisointu, duuri ja molli ja erilaisia intervaleja.

Nämä kaikki peruselementit tulevat eteen kansanlauluissa ja niitä voi harjoituttaa jo äänenavauksen yhteydessä. Mutta miten valita laulut niin, että niissä on haasteita, mutta eivät ole mahdottomia? Haastavat, mutta eivät lannista? Lähtökohdani oli etsiä erilaisia intervaleja hyödyntäviä lauluja, jotka pääsääntöisesti kulksivat oktaavin alueella. Oppimateriaalin kohderyhmä on vielä osin lukutaidotonta niin sanojen kuin nuotinluvun osalta, joten nuottikuvan tulisi olla helposti hahmotettava, riittävän lyhyt, ja silti kiinnostava ja haasteita tarjoava. Läpikävin useita kansanmusiikin kokoomateoksia ja joukosta valikoituivat seuraavat kappaleet:

1. Pienet sammakot
2. Aamulla varhain
3. Alla maailman taivaan
4. Kun linnut ne raitilla laulelivat
5. Kun kävelin kesäillalla
6. Pupuperheen eväsretki
7. Metsän eläinten puuhat
8. Kesäyön taikaa

Kappaleet ovat eri tasoisia, jotta ne vastaisivat myös oppilasmateriaalin tarpeisiin. Halusin, että laulujen valinnassa otetaan huomioon aloittelevien laulajien kannalta miellyttävät melodiakulun suunnat ja toisaalta myös mahdollisuus haastaa laulajaa. Pedagogin opinnoissamme kävimme substanssipedagogiikan kursseilla läpi aloittelevien laulajien optimaalista melodian laulatussuuntaa, joka

vasta-alkajilla kulkisi ylhäältä alaspäin. Pysin huomioimaan tämän erityisesti oppimateriaalin ensimmäisissä lauluissa, mutta ajatus oli taustalla koko materiaalin valintaprosessin ajan.

”Pienet sammakot” on mielestäni hyvä aloituskappale oppimateriaalille. Se on monille lapsille tuttu laulu ja siihen on helppo yhdistää leikki mukaan. Melodia lähtee miellyttävältä korkeudelta ja hyödyntää niin terssejä kuin alaspäin kulkevaa asteikkoakin. Alaspäin kulkeva melodia ja terssit ovat hyviä keinoja aloittelevan laulajan kanssa haettaessa esimerkiksi eri sävelkorkeuksia varsinkin, jos laulaminen on vieraampaa tai lapsi ei luontaisesti laula oikein. Lisäksi laulamiseen tarvittava tila on helppo hakea ylhäältä alas mentäessä ennen kuin alhaalta ylös lauletaessa.

Järjestyksessä toiseksi valitsin ”Aamulla varhain” sen melodian vuoksi. Se hyödyntää samoja elementtejä kuin ”Pienet sammakot”, mutta lisäksi siinä on jo hieman isompia hyppyjä ja se on kirjoitettu mollisävellajiin, niin kuin monet muutkin kansanlaulut. Tähän kappaleeseen oli todella vaikeaa keksiä sanoitus, itse asiassa tämä oli viimeinen laulu, johon ne sain luotua. Pohdin paljon sanarytmejä ja tarinan luontevaa kulkua, jotta ne eivät vaikuttaisi epäloogisilta ja väkisin luoduilta. Halusin, että sanat ja tarina tuntuvat myös itsestä uskottavilta ja ne kunnioittaisivat kappaleen rakennetta mahdollisimman paljon. Valmistavana lauluna voi käyttää materiaalin ensimmäistä kappaletta ja vähän vertailla nuottikuvia toisiinsa löytääkseen yhteneväisyyksiä ja eroja.

”Täällä Pohjantähden alla” valinta ja sanoittaminen oli selkeää. Tarina ja ajatus tietyn toistuvan teeman kantamisesta koko kappaleen ajan oli heti hyvin voimakas ja rytmisesti kappaleen sanoittaminen oli helppoa. Uudeksi nimeksi se sai ”Alla maailman taivaan”. Halusin tuoda ainakin yhteen lauluun muitakin kuin lapsille jo tuttuja metsäneläimiä. Tähän Pohjantähden kautta aukeavaan mielikuvaan kaikille yhteisestä taivaasta ajatuksiini tuli kertoa maailman muutamista muista eläimistä, joiden kuvien katselua voisi hyödyntää tunnin kevennyksenä tilanteen niin vaatiessa. Melodia on yksinkertainen, mutta sen haaste on kertosäkeen kvinttihypyssä, joka on kappaleen matalin ääni ja toisaalta siitä jatkuvassa oktaavisoinnussa. Näissä kuluissa on tärkeää pitää alun intensiteetti, jotta

ääni ei romahda alimmalla äänellä. Kun intensiteetin saa kannateltua, on oktaaviasemassa kulkeva nelisointu yleensä tämän jälkeen helppo laulaa. Intervallihyppyä voi harjoittaa vaikka ensin ylöspäin tutun laulun kuten ”Tuiki, tuiki tähtösen” avulla ja sitten alaspäin esimerkiksi ”Konkkis, konkkis, koira metsään meni”-laululoron avulla. Aina kannattaa hyödyntää myös lapsen omaa lauluvarastoa, koska tutun laulun avulla intervallien laulaminen usein helpottuu.

Seuraava kansansävelmä kokoaa edellä opittuja kokonaisuuksia ja samalla esitellään jo seuraavan kappaleen haasteita. Neljäs laulu ”Kun linnut ne raitilla laulelivat” eli ”Kun poijat ne raitilla laulelivat” on alkuperäisiltä sanoiltaan hyvin pohjalainen ja halusin tässä säilyttää pitkälti alkuperäisen kansanlaulun sanat muuttamalla ihmiset eläinhahmoiksi ja toisen säkeistön kertauksen sanoituksen. Kappaleeseen lähdetään kohotahdilla, joka on uusi asia verrattuna aikaisempiin lauluihin. Kohotahdin avulla voi oppilasta ohjata jo itse määrittelemään, milloin hän haluaa aloittaa kappaleen, miten hän näyttää pianistille lähdön ja musiikin perusteiden kautta selittää, mistä kohotahti alkuun lainataan. Laulun juju on dominanttiin eli huippusäveleen päättyvä melodia, jota käytetään seuraavassakin laulussa. Lapset ovat yleensä tottuneet siihen, että laulu päättyy toonikaan eli perussäveleen, mutta halusin herkistää korvaa kuulemaan ja tuoda ylipäätään oppimateriaalissa esille, ettei näin aina ole. Tässä laulussa on toki mahdollista sovittaa se uudelleen niin, että melodia päättyy toonikaan, jos dominanttilopetus häiritsee lasta ylitsepääsemättömästi.

”Kun kävelin kesäillalla” oli toinen kappale, jonka säästin sanoituksellisesti alkuperäisessä asussaan. Sanoitus on helppo ymmärtää ja toimiva lastenkin suulla laulettuna. Toisen säkeistön loppua kyllä pohdin pitkään, mutta tulin siihen tulokseen, ettei siinä ole mitään sellaista, joka pakottavasti vaatisi muokkausta. Ambitus laajenee ja tässä on haastetta jo melodiakulun suhteen muutenkin. Helpottavana tekijänä alhaalta ylöspäin kulkevassa melodiassa on kuitenkin se, että hengityspaikkoja on usein ja niille on mahdollista antaa aikaa, koska fraasit alkavat aina kohotahdin omaisesti. Äänenavauksessa voi taas hyödyntää lapsen oman lauluvaraston materiaaleja, jossa on samankaltaisuutta uuteen lauluun verraten. Toki jos ylöspäin menevissä melodiakuluissa on ollut haasteita, kannattaa miettiä, kannattaako sitä lihasmuistia herätellä uudestaan vai kokeileeko jotain muuta tapaa lähestyä uutta laulua.

Kuudes laulu on ollut yksi omista lapsuuden suosikeista ja sen sanoituksen muuttamista mietin pitkään. Se alkoi kuitenkin syntyä niin helposti, että halusin sanoittaa sen sadunomaiseksi ja leikin mahdollistavaksi. Kappale on alun perin ”Yksi ruusu on kasvanut laaksossa”, mutta oppimateriaalissa se kulkee nimellä ”Pupuperheen eväsretki”. Ambitus haastaa jo enemmänkin laulanutta lasta sen ollessa puolitoista oktaavia, mutta kuten monissa kansanlauluissa, laulamista helpottaa selkeät ja usein toistuvat hengityspaikat. Hyvä puoli alkuperäisessä tekstissä on se, että sanoitus on helposti ymmärrettävä, jolloin ne voi tarvittaessa ottaa käyttöön, jos pupuperheen tarina tuntuu liian lapselliselta. Oppimateriaalin tarkoitus on siis se, että lapsen kasvaessa ja kielen ymmärryksen syvetessä, alkuperäiset sanat voitaisiin ottaa käyttöön kaikissa lauluissa ja näin saada niille uusi merkitys. Ajatus on sovittaa oppimateriaalin laulut myöhemmin kahdelle laulajalle tai ryhmälle ja tehdä niihin stemmat, jotka mahdollistavat moniäänisen laulun.

Toiseksi viimeisenä kappaleena on ”Metsän eläinten puuhat”, jonka alkuperäinen nimi on ”Tuuli se taivutti”. Tässä tulee jo eteen oktaavin intervallihyppy, joka on varsin iso hyppy isommallekin laulajalle. Kuten kaikkia intervaleja, oktaavia olisi hyvä harjoitella äänenavauksessa erilaisten liukumisharjoitteiden kautta, äänellä leikkien, jotta nuottikuva ei säikäytä lasta. Vaikka lapsi ei nuotteja osaisikaan, hänen hahmotuskykynsä riittää jo havainnoimaan hypyn olevan iso eikä ole tarkoituksenmukaista saada lasta jännittämään tätä hyppyä. Siksi leikinomaisesti, äänellä hassutellen ja liu’utellen, voisi nuottikuvaa hieman helpottaa.

”Kesäyön taikaa” eli ”Karjalan kunnaila” on mielestäni koko sarjan haastavin kappale ja on perustellusti viimeisenä. Koska siinä on melodiakulullisesti paljon hyppyä, sitä voi harjoittaa hakemalla laulaessa mielikuvaa esimerkiksi kellumisesta vedessä. Mielikuvan tarkoitus on kehittää kannattelun ajatusta eli sitä, että vaikka melodia visuaalisesti kulkee ylös ja alas, lauluteknisesti sen pitäisi pysyä koko ajan samassa tasossa. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että ääni ei saa romahtaa, vaan tila täytyy pitää koko laulun ajan.

Kuten Tuhkala (2016, 64) totesi haastatteluidensa perusteella, tärkeintä on herättää lapsen kiinnostus musiikkiin ja ylipäätään musiikin ilon löytäminen. Laulaminen on yksi musiikin muodoista, joka on aina valmiina mukana. Tämä oppimateriaali tarjoaa toivottavasti taas yhden lisän lasten lauluohjelmistoon ja innostaa

opettajia sadunomaisten sanojen kautta lisäämään leikillisyyttä ja keveyttä lasten laulunopetukseen samalla, kun jatkavat suomalaista kansanlauluperinnettä omille lauluoppilailleen.

6 POHDINTA

Opinnäytetyöni aihe osoittautui työn edetessä yllättävän haasteelliseksi. 6-8-vuotiaiden lasten tavoitteellisesta laulunopetuksesta ei ole juurikaan tutkimustietoa suomalaisissa julkaisussa, joten musiikin ja laulamisen hyötyjä piti käsitellä pitkälti teoriatiedon, psykologian, kasvatustieteiden ja anatomian aineistoja hyödyntäen. Tämän työn pohjalta nousi ajatus ja polte siihen, että oppimateriaalia laajentaisi ja aloittaisi teoreettisen ja empiirisen tutkimuksen sen käytäntöön soveltamisesta ja vaikutuksista, jotka nyt työstä kokonaan puuttuvat. Tarkoitukseni on aloittaa oppimateriaalin käyttö omien oppilaideni kanssa ja samalla kerätä aineistoa siitä, miten materiaali käytännön opetuksessa toimii.

Kirjoitusprosessin aikana oli hyvin mielenkiintoista huomata, kuinka paljon laulunopettajat ja -ohjaajat käyttävät kansanlauluja opetuksessaan. En osaa sanoa, aiheuttavatko kansanlaulujen sanat ihmetystä lasten keskuudessa, käydäänkö niiden merkitykset niin hyvin läpi, ettei hämmennystä synny vai ajatellaanko niiden olevan niin olennainen osa kansanlauluperinteen opetusta, ettei sanojen sisällöille koeta olevan muokkauksen tarvetta. Itse ajattelen, että kansanlaulujen opettamisen mielekkyyttä lisäisi sanoitusten muokkaus vastaamaan lapsen kehityksen tasoa ja kielen ymmärrystä ja siihen ajatukseen perustin myös työni oppimateriaalin. Teoreettisen aineiston pohjalta uskallan esittää oletuksen, että sanoilla on kansanlauluissakin merkitys lasta innostettaessa oppimaan. Sadunomaisuus on näin ollen varsin perusteltu oppimista edistävä keino.

Ylipäätään satujen merkitys lapselle tuli itselleni yllätyksenä. Sadunomaiset sanat eivät ole siis pelkästään keino saada lapset laulamaan ja innostumaan kansanlauluista, vaan niillä on todellinen merkitys lapsen kehitykselle. Oli mahtavaa saada teoriaa tukemaan valintaani koskien laulujen sanoitusten sisältöä. Jo työn suunnittelua aloittaessani minulla oli ajatus, että oppimateriaali säilyisi opetuksen mukana myös lapsen kasvaessa. Sanavaraston rikastuessa ja tekstin ymmärryksen kehittyessä on mielestäni perusteltua alkaa tutustua ja laulaa kansanlauluja alkuperäisillä sanoilla. Kun laulut lämmitellään uudelleen, ei teknisiin asioihin tarvitse välttämättä käyttää niin paljon tuntiainaa kuin ennen, vaan sitä jää enemmän

sanojen merkitysten läpikäymiseen. On mielenkiintoista nähdä, jos saan oppimateriaalin sisällytettyä onnistuneesti opetukseeni, miten lapsen kasvaessa suhtautuminen koko kappaleeseen muuttuu, kun sanoitukset vaihtuvat.

Koska opinnäytetyön aihealue osoittautui laajaksi ja helposti rönsyilyyn taipuvaksi, jouduin kirjoittamaan paljon asioita uudestaan, muokkaamaan ja supistamaan. Tämä edesauttoi loogisten asiayhteyksien muodostumista, mutta oli myös todettava, että opinnäytetyön teoreettista lähtökohtaa olisi voinut laajentaa vielä käymällä läpi erilaiset oppimistyyli. Toisaalta oli perusteltua jättää niiden käsittely seuraavaan työhön, koska oppimateriaalin käytännön testaus ei ollut tämän työn aikataulun puitteissa mahdollista, eikä näin ollen erilaisten oppimistyylien läpikäyminen olisi tuottanut sisällölle lisäarvoa.

Prosessin aikana havaitsin, ettei juuri kukaan ollut käsitellyt ääntöelimistön rakenteita ja vertaillut niiden eroja lasten ja aikuisten välillä. Asian kiinnostavuuden myötävaikuttajana on ehdottomasti työni leikkaussalisairaanhoitajana, jonka keskiössä ovat juuri nämä anatomiset rakenteet. Koin suunnattoman mielenkiintoiseksi rakenteiden vertailutyön ja tietyllä tapaa ristiriitaiseksi monissa aineistoissa esiintyvän toteamuksen, että laulutapahtuma ei eroa teknisesti millään tavalla aikuisen ja lapsen välillä. Mielestäni tämä ei pidä kiistatta paikkaansa ja siitä yhtenä esimerkkinä voi nostaa esiin hengityksen. Kuten jo aiemmin totesin, monet laulopedagogit ovat työssään huomanneet luonnollisen syvähengityksen katoavan alakoulun myöhemmillä vuosiluokilla. Siihen saakka, kun tämä katoaminen tapahtuu, hengitykseen ei tarvitse juuri puuttua muuten kuin hengityspaikkojen osalta, mutta aikuisten kohdalla hengitys on täysin fundamentaalinen osa laulutuntien sisältöä. En usko, että pelkästään ihmisen passivoituminen vaikuttaa hengityksen muuttumiseen. Uskon, että siihen vaikuttavat myös lapsen nopea pituuskasvu ja anatomisten rakenteiden muutokset. Tätä ilmiötä olisi jatkossa mielenkiintoista tutkia tarkemmin nimenomaan kasvun ja anatomian kautta.

Lauluteknisesti hengityksen lisäksi on olennaista myös ymmärtää äänihuulten toimintaa ja niiden eroja aikuisten ja lasten välillä. Olen tyytyväinen, että työssäni onnistuin nostamaan näitä eroja esiin niin rakenteiden kuin toiminnallisuuden näkökulmista, havainnollistaen niitä kuvin ja teorian kautta. Rakenteiden hahmottaminen ja niiden yhdistäminen laulutekniikkaan, äänen sointiin ja artikulaatioon eli

sanojen lausumiseen ovat laulunopettajan ammattitaidon olennaisia osaamisaluita, eikä niitä voi mielestäni laulun tavoitteellisessa opettamisessa jättää huomiotta.

Jatkoon kehitettävää jäi siis vielä jonkin verran ja erityisesti oppimateriaalin sisältöä pitäisi laajentaa. Lähteitä olisi voinut olla enemmän, mutta kevään poikkeusolot eivät tässä hetkessä mahdollistaneet kirjastojen materiaalien läpikäyntiä. Käytin paljon verkkolähteitä, joiden luotettavuutta arvioin niiden julkaisijan, julkaisun tuottajan ja sisällön perusteella. Haasteita lähteiden löytämiselle lisäsi myös niiden puuttuminen. 6-8-vuotiaiden laulunopetuksesta ei ole Suomessa juurikaan tehty julkaisuja muuten kuin kuoro- ja ryhmäopetuksen kautta. Toivon saavani vielä mahdollisuuden jatkaa materiaalin käytännön kokeilua ja tutkimista, joista toivon saavani mitattavia ja arviointia mahdollistavia tuloksia tämän työn merkityksen ja tarpeellisuuden tueksi. Työn jatkaminen vaatii opetustyön jatkuvuutta, lisää oppilaita ja tutkimuksen toteutuksen taitoja ja välineitä. Toivon, että saan jatkossakin tehdä työtä lasten parissa ja minulle avautuisi mahdollisuus hyödyntää tämän työn tekoprosessin lisäämää ammattitaitoa laulunopettajan ammattisani. Oppimateriaalini ei löydy työn liitteestä, vaan sitä voi halutessaan tiedustella Tampereen ammattikorkeakoulun kirjastosta tai suoraan työn kirjoittajalta.

Lopuksi haluan esittää erityiset kiitokseni laulumateriaalin puhtaaksikirjoittamisessa auttaneelle ja sanoituksia arvioineelle Janne Salmenkankaalle, oikolukijoilleni Erika Freihoffille ja Ritva Rautiolalle, sekä opinnäytetyöni kannustavana ja ajatuksia herättelevänä ohjaajana toimineelle Hannu Pohjannorolle. Nöyrin kiitos teille kaikille!

LÄHTEET

Aalto, A-L. & Parviainen, K. 1987. Auta ääntäsi. Äänenkäyttäjän käsikirja. 5.painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Otava.

Erilaiset oppimiskäsitykset. Opettajankoulutuslaitos. Jyväskylän yliopisto. Luettu 15.4.2020.

<https://peda.net/jyu/okl/ko/ktkp010-biologia/eo>

Fuhrman and Zimmerman. Pediatric Critical Care. 2016. USA. LearnPICU. Luettu 4.5.2020.

<http://www.learnpicu.com/respiratory/upper-airway-abnormalities?tmpl=%2Fsystem%2Fapp%2Ftemplates%2Fprint%2F&showPrintDialog=1>

Haapsalo, M. & Erämies, S. 2017. Erilaiset oppimiskäsitykset. Opettajankoulutuslaitos. Jyväskylä.

<https://peda.net/jyu/okl/ko/ktkp010-biologia/eo>

Himberg, L., Laakso, J., Peltola, R., Näätänen, R., Vidjeskog, J. 2003. Kehittyvä ihminen. 1.-4.painos. Helsinki: WSOY.

Kerola, K., Kujanpää, S. & Kallio, A. 2007. Tunteesta tunteeseen. Tunnetaitoja oppii harjoittelemalla. Opetushallitus. Luettu 6.5.2020

<https://www.oph.fi/fi/oppimateriaali/tunteesta-tunteeseen-ohjaajan-opas/3-tunnetaitoja-oppii-harjoittelemalla>

Kilki, P., Kauppinen, E. & Korolainen-Viitasalo, E. (toim.) 2013. Musiikkipedagogin käsikirja: vuorovaikutus ja kohtaaminen musiikinopetuksessa. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy.

Koelsch, S. 2012. Brain and Music. UK. John Wiley&Sons, Ltd.

Koistinen, M. 2005. Tunne kehosi-vapauta äänesi. Äänitimpurin käsikirja. Sulasol. 3.painos. Helsinki: Vammalan kirjapaino Oy.

Kukkamäki, P. Laulusuzukimenetelmä 2011-2019. Luettu 12.12.2019.

<https://www.suzukivoice.com/fi/index>.

Krakfors, M. 1985. Lapsi ja musiikki. Laulaminen. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Helsinki: WSOY.

Lehtonen P. 2017. Pedagogiset perustaidot. Kasvatus, kehitys ja elämäntietä. Luento. Musiikkipedagogi 2015. TAMK. Tampere. Vaatii käyttöoikeuden.

<https://tabula.tamk.fi/course/view.php?id=6051>)

Musiikki taiteen perusopetuksessa (2017-). Opetushallitus. Luettu 08.12.2019. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/musiikki-taiteen-perusopetuksessa-2017>

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Opetushallitus. Luettu 16.12.2019
<https://eperusteet.opintopolku.fi/#/fi/perusopetus/419550/vuosiluokkakokonaisuus/428780/oppiaine/466343>

Phillips, K.H. 2014. Teaching kids to sing. USA. Schirmer: Cengage Learning.

Pihkanen, T. 2011a. Opas lasten laulamiseen. Sulasol. Tampere: Tammerprint.

Pihkanen, T. 2011b. Lapset laulavat. Tutkimus tavoitteellisesta lasten laulunopetuksesta ja opas opetuksen tueksi. Helsinki: Sibelius-Akatemia. Lisensiaa-tintyö.

Ruokonen, I., Rusanen, S. & Välimäki, A-L. (toim.) 2009. Taidekasvatus varhaiskasvatuksessa. Helsinki: Yliopistopaino Oy.

Runfola, M. & Rutkowski, J. 2010. Tips: The child voice. USA. Rowman & Littlefield Education.

Sihvo, M. 2006. Terve ääni. Äänenhoidon ABC. Helsinki: Kirjapaja Oy.

Soinila, S. 2018. Musiikki antaa aivoille siivet. Aivoliitto. Luettu 2.5.2020.
<https://www.aivoliitto.fi/aivoterveys/mieli/musiikki-antaa-aivoille-siivet>

Tanskanen, K. 1992. Lauluelimistön terveys 7-9 vuotiailla ja heidän laulamiensa matalien säveltasojen yhteys terveyden katoamiseen. Helsinki: Sibelius-Akatemia.

Tenkanen-Lindeman, S. 2014. Lasten kanssa laulaen. Laulupedagogin kokemuksia lasten laulunopetuksesta. Musiikin koulutusohjelma. Metropolia Ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö.

Tuhkala, S. 2016. Lasten laulunopetuksen ominaispiirteet. 7-12-vuotiaiden lasten lauluohjelmiston valinta. Musiikin tutkinto-ohjelma. Metropolia Ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö.

Vapaa sivistystyö. Opetushallitus. Luettu 08.12.2019.
<https://www.opi.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/vapaa-sivistystyo>

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018. Ilmaisun monet muodot. Opetushallitus. Luettu 8.12.2019.
<https://eperusteet.opintopolku.fi/#/fi/varhaiskasvatus/1266381/tekstikappale/1292052>

Vilkko-Riihelä, A. 2003. Psyhyke. Psykologian käsikirja. 1.-3. painos. Helsinki: WSOY.

Virtala, P. 2015. Aivotutkija laittaisi lapset muskariin. Yle. Luettu 2.5.2020.
<https://yle.fi/uutiset/3-8420649>

