

**Niina Ahola**

**LAULUN TEKNIKKAHARJOITTELUN MERKITYS LASKEN  
TEN LAULUMOTIVAATIOON ALAKOULUSSA**

**Opinnäytetyö**

**CENTRIA-AMMATTIKORKEAKOULU**

**Musiikkipedagogi**

**Toukokuu 2020**

**TIIVISTELMÄ OPINNÄYTETYÖSTÄ**

<b>Centria-ammattikorkeakoulu</b>	<b>Aika</b> Toukokuu 2020	<b>Tekijä/tekijät</b> Niina Ahola
<b>Koulutusohjelma</b> Musiikkipedagogi		
<b>Työn nimi</b> Laulun tekniikkaharjoittelun merkitys lasten laulumotivaatioon alakouluissa		
<b>Työn ohjaaja</b> Lasse Penttinen ja Annika Mylläri		<b>Sivumäärä</b> 18
<b>Työelämäohjaaja</b>		
<p>Opinnäytetyön tavoitteena oli olla katsaus laulun tekniikkaharjoittelun vaikutuksesta lasten laulumotivaatioon alakouluissa. Työssä tarkasteltiin asioita, jotka tekevät laulunopetuksesta alakouluissa tärkeää, ja sen jälkeen kirjattiin huomioita laulutekniikan harjoittelun vaikutuksista laulumotivaatioon.</p> <p>Taustatietona työssä kerrottiin nykypäivän laulunopetuksen tilanteesta alakouluissa sekä määriteltiin, mitä motivaatio on. Työ tiivistyi haastatteluihin, jotka tehtiin alakouluissa musiikkia ja laulutekniikkaa opettaville opettajille, sekä niiden pohdintaan. Haastatteluiden tarkoitus oli saada selville, ovatko laulun tekniikkaharjoittelua opetuksessaan käyttäneet opettajat huomanneet sillä olevan vaikutuksia laulumotivaatioon.</p> <p>Työssä tultiin siihen tulokseen, että laulutekniikan opettaminen alakouluissa on ehdottoman tärkeää sekä musiikillisen äänenkäytön, että useiden tulevaisuuden taitojen kannalta. Laulutekniikan opettamisella voitiin nähdä vaikutuksia myös laulumotivaation paranemiseen.</p>		
<b>Asiasanat</b> Laulunopetus, laulun tekniikkaharjoittelu, lasten laulunopetus, laulaminen, motivaatio		

**ABSTRACT**

<b>Centria University of Applied Sciences</b>	<b>Date</b> May 2020	<b>Author</b> Niina Ahola
<b>Degree programme</b> Music educator		
<b>Name of thesis</b> The importance of singing technique practice on children's singing motivation in primary schools		
<b>Instructor</b> Lasse Penttinen and Annika Mylläri		<b>Pages</b> 18
<b>Supervisor</b>		
<p>The goal of this thesis was to analyse the impact of technical exercises on children's singing motivation in primary schools. This study examined the causes that make teaching singing in the primary school important. The study also observed how practicing vocal techniques affect singing motivation.</p> <p>The thesis starts by explaining the current situation of teaching singing in primary schools and with the definition of motivation. The work continues with interviews of teachers who teach music and singing techniques, and at the end of the thesis there is deliberation. The meaning of the interviews was to find out if teachers, using technique exercises in their teaching, have noticed the practises to have some effects on singing motivation.</p> <p>The work concluded that teaching singing techniques in primary schools is absolutely necessary for the singing voice and for voice control in the future. Teaching singing techniques also seems to have an effect on improving singing motivation.</p>		

<p><b>Key words</b> children's vocal teaching, motivation, singing, technique exercises, vocal teaching</p>
---

**TIIVISTELMÄ  
ABSTRACT  
KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELY  
SISÄLLYS**

<b>1 JOHDANTO .....</b>	<b>1</b>
<b>2 LASTEN LAULUNOPETUKSEN HISTORIAA .....</b>	<b>2</b>
<b>3 LASTEN LAULUNOPETUS NYKYPÄIVÄNÄ.....</b>	<b>3</b>
<b>4 MIKSI LAULUNOPETUS ON TÄRKEÄÄ?.....</b>	<b>5</b>
<b>4.1 Laulamisen merkitys ihmiselle .....</b>	<b>5</b>
<b>4.2 Laulunopetuksen merkitys alakoulussa .....</b>	<b>6</b>
<b>5 MOTIVAATIO.....</b>	<b>8</b>
<b>6 HAASTATTELUT.....</b>	<b>10</b>
<b>6.1. Haastatteluiden toteutus .....</b>	<b>10</b>
<b>6.2 Opettaja 1:n haastattelu.....</b>	<b>10</b>
<b>6.3 Opettaja 2:n haastattelu.....</b>	<b>11</b>
<b>6.4 Opettaja 3:n haastattelu.....</b>	<b>12</b>
<b>6.5 Haastatteluiden yhteenveto.....</b>	<b>13</b>
<b>7 POHDINTAA .....</b>	<b>15</b>
<b>LÄHTEET .....</b>	<b>17</b>

## 1 JOHDANTO

Olen jo useamman vuoden pohtinut, miksi alakoulun oppilas kokee laulamisen usein niin, ettei haluaisi tehdä sitä: vaikeaksi, tylsäksi tai jotenkin muuten epämiellyttäväksi. Olen tehnyt luokanopettajan sijaisuuksia monen vuoden ajan 0-6-luokkalaisille ja opettanut näille luokille paljon myös musiikkia. Luokassa on aina useampi oppilas, joka ei tahdo osallistua laulamiseen. On tietenkin ymmärrettävää, etteivät kaikki pidä laulamisesta, kuten ei kaikesta muustakaan tekemisestä, mutta lasten perustelut kertovat minulle sen, että asia voisi usein olla korjattavissa. Olen kuullut perusteluna esimerkiksi “en osaa laulaa”, “minulla on ruma ääni” tai “laulu on liian korkea”. Olen alkanut pohtia oman kehon tuntemisen ja sitä kautta laulun tekniikkaharjoittelun merkitystä lasten laulamisesa.

Minusta olisi tärkeää, että lapset tietäisivät, missä ja miltä laulamisen kuuluisi tuntua. Minulla on jäänyt omista koulun musiikintunneista mieleeni se, että opettajat käskivät aina laulaa kovempaan ääneen. Muuten laulamiseen ei juuri puututtu. Edelleen opettajat pyytävät usein lapsia ainoastaan lisäämään äänenvoimakkuutta laulaessa. Kun lapsi kuuntelee omaa ja luokkatovereidensa laulamista, olisi tämän mielestäni paljon tärkeämpää keskittyä ihan muihin asioihin kuin äänenvoimakkuuteen. Itseasiassa mielestäni lasten ei lähtökohtaisesti tulisi keskittyä siihen, miltä laulaminen kuulostaa, vaan miltä se tuntuu ja millainen tunne siitä tulee.

Tässä opinnäytetyössä haluan pohtia, millainen rooli laulun tekniikkaharjoittelulla on lasten laulumotivaation suhteen alakouluissa. Laulumotivaatioon vaikuttavia asioita tiedetään jo paljon. Lapsen ennakko-oletukseen ja asennoitumiseen laulamista kohtaan vaikuttavat esimerkiksi lapsen kasvatus ja siihenastiset musiikkikokemukset. Lisäksi tiedetään jo keinoja, joilla lisätä lapsen intoa laulamista kohtaan, kuten liikunnan yhdistäminen laulamiseen. Kokoan työhöni esimerkkejä myös näistä, mutta haluan keskittyä nimenomaan tekniikkaharjoittelun osuuteen motivaation lisäämisessä. Tahdon ottaa selvää, kuinka paljon tekniikkaharjoittelua opetetaan alakouluissa ja onko sillä huomattu olevan jonkinlaisia vaikutuksia.

Tärkeä lähteeni lasten tekniikkaharjoitteluun liittyen on Timo Pihkasen Opas lasten laulamiseen. Tutkin myös paljon opinnäytetöitä, joissa on tutkittu lasten laulamista ja laulunopetusta. Omia pohdintojani tukevat haastattelut, jotka olen tehnyt muutamalle opettajalle, joiden tiedän opettavan alakouluissa musiikkia sekä sisällyttävän opetukseensa laulun tekniikkaharjoittelua.

## 2 LASTEN LAULUNOPETUKSEN HISTORIAA

Timo Pihkanen kertoo aikuisten ohjaamalla lasten laulamisella olevan vuosituhansia pitkät perinteet. Jopa Vanhassa Testamentissa on viittauksia tästä. Pihkanen uskoo lasten tietenkin laulaneen kotona leikeissään, juhlissa ja niin edelleen, mutta varsinainen tavoitteellinen opetus on sijoittunut lähinnä kirkon ja koulun piirissä annettuun opetukseen. Varsinkin Keski-Euroopassa lasten laulunopetuksen keskittyviä olivat poikakuorot. Kirkon piirissä ohjenuorana toimi naisten vaitiolo seurakunnan kokouksissa, joten myös lasten laulunopetus rajoittui poikalapsiin. (Pihkanen 2011, 7.)

Keskiajalla laulu oli yksi kolmesta kouluaineesta. Sen opetus pohjautui lähinnä kirkolliseen musiikkiin, joten sen suosio lähti laskuun 1700-luvun vaihteessa maallisen musiikin yleistyessä. Sen myötä kouluihin tuli soitinmusiikki ja kirkkoihin urut, eikä urkujen pääosin säestäessä kirkollisia menoja kirkkopoi- kien laulua enää tarvittu jumalanpalveluksissa. (Kartiovaara 2015, 19.) Pihkasen mukaan laulun asema heikentyi merkittävästi siirryttäessä kansakoululaitoksesta peruskoulujärjestykseen. Oppiaineen nimi muuttui laulusta musiikiksi ja opetussuunnitelman sisältö muuttui. Laulun asema alkoi laskea muiden työpajojen rinnalla. (Pihkanen 2011, 7.)

### 3 LASTEN LAULUNOPETUS NYKYPÄIVÄNÄ

Koulujen ja kirkkojen laulunopetuksen vähennyttyä, tilalle ovat tulleet musiikkiopistot, musiikkikoulut ja taiteen perusopetus. Lapset laulavat yhä nuorempina aikuisten ohjaamana myös esimerkiksi lastentarhoissa ja musiikkileikkikouluissa. Pihkanen puhuu myös erilaisista tietotekniikkalaitteista, joiden avulla hyvin pienetkin lapset nykyään laulavat. Esimerkkinä näistä ovat karaokelaitteet ja –pelit, kuten Sing Star. Ongelmana Pihkanen näkee näissä sen, että peleissä arvioidaan ja kehitetään todella suppeaa laulamisen osa-aluetta, eikä esimerkiksi äänen väriin tai vuotoisuuteen puututa. Hän kuitenkin näkee positiivisena sen, että tällaiset pelit innostavat lapsia laulamaan. (Pihkanen 2011, 8.)

Lasten laulunopetusta tarkastellessa Pihkanen toteaa huomionarvoiseksi seikaksi muun muassa opettajien koulutuksen epämääräisyyden. Laulua opettavien pedagogien koulutusohjelmissa ei juurikaan käsitellä lasten laulunopetusta, vaikka muuten esimerkiksi laulunopettajien ja kuoronjohtajien koulutuksen taso Suomessa on kansainvälisestikin korkeaa. (Pihkanen 2011, 8.) Myös Susanna Tenkanen-Lindeman on huolissaan siitä, ettei laulopedagogien opintoihin sisälly opintoja lasten laulunopetuksesta. Hän ilmaisee huolensa myös siitä, ettei lapsia välttämättä ohjeisteta laulamissa koulun musiikin tunneilla. (Tenkanen-Lindeman 2014, 12.)

Matilda Kangas on tarkastellut kandidaatintutkielmassaan peruskoulun opetussuunnitelmia viime vuosilta musiikin ja laulunopetuksen osalta. Hänen mukaansa laulunopetusta ja oikeaa äänenkäytön hallintaa pidetään nykypäivänä selvästi tärkeänä osana musiikin opetusta, sillä se mainitaan useampaan otteeseen sekä 1–2, että 3–6 vuosiluokkien opetussuunnitelmassa. Opetussuunnitelman väljyyden vuoksi hän kuitenkin kokee, että opettajilla on vapaus valita kokonaisuuksia omien taitojensa mukaan, jolloin laulu jää usein opetuksessa taka-alalle. (Kangas 2017, 26.)

Oman kokemukseni mukaan alakoulujen musiikkia opettavilla opettajilla on usein vain vähän kokemusta ja osaamista musiikista, jolloin musiikintunnit jäävät melko yksipuolisiksi kaikin puolin. Lasten kanssa laulamien ei sinänsä onneksi vaadi sen kummempaa osaamista tai resursseja, mutta toki laulaminen jää tällöin kovin yksipuoliseksi. Näkemykseni on, että jos laulamiseen ei koskaan oteta mitään lisätehosteita — kuten liikettä, eri tunnetiloja tai mietitä, miltä se tuntuu ja miksi sitä tehdään — siitä tulee tylsää suorittamista.

Musiikintunteja on alakouluissa hyvin vähän, jolloin laulaminenkin jää vähäiseksi. Laulamista olisi usein helppo yhdistää muidenkin aineiden tunteihin, jolloin se pysyisi luonnollisena osana tekemistä ja äänenkäyttöä. Oikeastaan mistä aiheesta vain on tehty lauluja, mutta harva opettaja kuitenkaan tekee

näin, ellei itse koe laulamista itselleen luontevaksi ja omaksi jutukseksi. Lauluäänen käyttämisen ollessa vähäistä, siitä tulee helposti kovin vieras asia ja jonkinlainen suoritus. Huomaan monella jo lapsena olevan varsinkin yksilaulamisesta pelottava mielikuva ja ajatus, että siinä voi helposti epäonnistua.

Myös Ruokolainen ja Jahkola ovat huomanneet laulamisen olevan nykyään vain pieni osa koulun musiikintunteja. Heidän mielestään on tämän vuoksi selvää, ettei äänenkäyttöön tule samanlaista luontaista suhdetta, kuin kansakoulun aikana laulun ollessa oma itsenäinen aineensa. He kertovat useissa peruskouluissa musiikin opetuksen painottuvan nykyisin kevyen musiikin tyyllilajeihin, bändisoittimien soittamiseen sekä mikrofonilla vahvistettuun laulamiseen. (Ruokolainen & Jahkola 2016.)

Aiemmin mainitut erilaiset laulupelit ja mikrofonilla laulaminen vahvistavat mielestäni lapsilla liikaa juuri sitä mielikuvaa, että kuunnellaan kriittisesti, miltä laulaessa kuulostetaan. Mikrofonin tuo toki usein mielenkiintoa ja hyvää vaihtelua laulamiseen musiikintunneilla, mutta tällöin lapsi keskittyy siihen miltä kuulostaa, eikä siihen miltä laulaminen tuntuu. Mielestäni mikrofonin olisi hyvä väline sen jälkeen, kun oppilas osaa käyttää ääntään vaivattomasti ilman mikrofonin. Lapsen on tärkeää ensimmäiseksi myös hyväksyä oma äänensä ja osata kuunnella sitä mielenkiinnolla ja avoimin mielin; Olla rohkea kokeilemaan erilaisia ääniä ja hyväksyä niin sanotut rumatkin äänet. Tämän jälkeen mikrofonin laulaminen antaa varmasti paljonkin, ja se avaa vielä lisää mahdollisuuksia kokeilla erilaisia ääniä ja äänenkäyttötapoja ja olla luova.

Usein ajatellaan, että lasten ääntöelimistö on kehittymätön, minkä vuoksi lapsille ei pitäisi opettaa laulutekniikkaa. Väitettä on perusteltu muun muassa sillä, että useissa tutkimuksissa pienten lasten on havaittu käyttävän suppeita intervaleja. (Ahonen 2002.) Tämän vuoksi esimerkiksi musiikkiopistoissa lasten laulunopetuksen ikäraja on pitkään ollut 15 vuotta. Ahonen kuitenkin toteaa, että lapsella on jo hyvinkin pienenä edellytyksiä käyttää ääntään laajalla alueella. Davidsonin tutkimuksessa kävi ilmi, että lasten jäljitellessä melodiaa, he kykenivät laulamaan laajempaa kontuuriskeemaa. Kontuuriskeemalla Davidson tarkoittaa lasten melodisina kehyksinä käyttämiä sävelrakenteita, joita lapset ovat omaksuneet sekä keksineet. Ilman esimerkiksi aikuisen laulamaa mallisuoritusta lapset taas supistivat suuremmat intervallit omaan kontuuriskeemaansa sopiviksi. Davidsonin mukaan vaikuttaa siis siltä, ettei lasten äänenkäyttö johdu fysiologisista esteistä, vaan pikemminkin kognitiivisista rajoitteista. (Davidson 1985 [Ahonen 2002].)



## 4 MIKSI LAULUNOPETUS ON TÄRKEÄÄ?

Tässä luvussa käsittelen sitä, miksi laulaminen ylipäätään on tärkeää ihmiselle ja erityisesti alakouluikäiselle lapselle. Lisäksi tarkastelen, miksi laulunopetusta tulisi sisällyttää alakoulun opetukseen. Miten se hyödyttää itse laulamista ja mihin muihin osa-alueisiin se vaikuttaa.

### 4.1 Laulamisen merkitys ihmiselle

Ennen kuin mietitään laulunopetuksen tärkeyttä, on oleellista pohtia, miksi laulaminen ylipäätään on merkityksellistä. Laulaminen on aina ollut osa ihmisten elämää. Laulua voidaan pitää eräänä musisoinnin muotona, mutta myös mm. tapana ilmaista ja käsitellä tunteita kuten surua, iloa, rakkautta ja eron aiheuttamia tunteita. (Hongisto-Åberg, Lindeberg-Piironen, Mäkinen 1993; Partanen 1996, 108.) Laulamisen tekniikkaharjoitteluun ja sitä myötä esimerkiksi hengityksen ja tien hallintaan liittyvät kokemukset tuovat mukanaan jopa terapeuttisia vaikutuksia, rentoutumista ja ahdistuksen purkautumista. Laulun avulla ihminen voi löytää yhteyden itseensä. (Siltavuori 2017, 3.) Partanen kertoo, että laululla voidaan parantaa itsetuntoa, sillä sen avulla ihminen voi elää vapaasti mielikuvissaan. Laulu on myös tapa palata muistoihin. (Partanen 1996, 108.) Tässä tuli esiin jo todella monta osa-aluetta, joihin laulutaito vaikuttaa. Laulaminen on siis valtava voimavara käsitellä tunteita ja rentouttaa sekä mieltä että kehoa.

Yksilöllisten seurausten lisäksi musiikilla voidaan nähdä myös yhteisöllisiä vaikutuksia. Laulamisen yhteydestä sosiaalisen kanssakäymisen apuna puhutaan paljon. Partanen puhuu yhteislaulusta, jonka tavoitteet ovat muun muassa yhdessäolon tunteen kokeminen ja ihmissuhteiden käsittely. Hänen mukaansa yhteislaulun aikana voi tuntea olevansa yksi joukosta omana itsenäänä. Laulaessa saa lähettää viestejä toisille ihmisille ja sanoa enemmän kuin puhumalla pystyy sanomaan, sekä puhua siitä, mistä ei muuten uskaltaisi. Laulussa ei myöskään tarvitse olla rehellinen, vaan monet asiat voi panna laulun tekijän piikkiin. (Partanen 1996, 108.) Myös Hongisto-Åberg ym. Toteavat laulamisen luovan tunnelmaa ja yhdistävän ihmisiä, jolloin sitä voidaan käyttää tietoisestikin yhteishengen luomiseen ja säilyttämiseen. Sen lisäksi, että laulaminen itsessään on kulttuuriperintö, sen avulla omaksumme maamme kulttuuria sekä välitämme sitä seuraaville sukupolville. (Hongisto-Åberg ym. 1993, 106; Vainonen 2018, 20.)

## 4.2 Laulunopetuksen merkitys alakoulussa

Tietoa lasten laulunopetuksesta alakouluissa on löydettävissä todella vähän. Löytämäni tieto vahvistaa sitä, että laulunopetus alakouluissa on melko vähäistä ja sitä, että se olisi kuitenkin tärkeää.

Vainonen toteaa monen muunkin korostaman asian, ettei terveestä äänenkäytöstä ole hyötyä pelkästään laulamissa, vaan jokapäiväisessä puhumisessa, mikä tekee terveestä ja luontevasta äänenkäytöstä laulunopetuksen tärkeimmän tavoitteen. Hän on poiminut vuosien 1985–2014 opetussuunnitelmista kohtia, jotka ovat hänen mielestään asioita, mitkä tekevät laulunopetuksesta merkittävää. Hän mainitsee oppilaan tunne-elämän kehittämisen, itsensä ilmaisun laulamisen avulla, laulamisen ilon, sekä kulttuuriperinteen vaalimisen. (Vainonen 2018, 20.)

Laulujen sisältämät roolit auttavat ilmaisemaan itseään ja tunteitaan. Erilaiset roolit ovat mahtava apuväline etenkin aralle lapselle. (Krokkfors 1985, 8.) Usein luokassa, niin kuin myös perheessä ja kaveriporukassa on joukossa ujompi lapsia, jotka eivät saa arjen tiimellyksessä tilaa tuoda esiin omia tunteitaan. Tunnilla laulettaessa jokainen saa olla äänessä, eikä arkojen lapsien tarvitse yrittää saada tilaa äänelleen. Jotkut lapset kokevat esimerkiksi vihan tai pettymyksen tunteen jotenkin kiellettyinä, eivätkä näytä niitä. Laulaessa heillä on lupa tuntea näitä tunteita tai kokeilla olla hetki jossain muussa roolissa, mikä voi rohkaista lasta myöhemmissäkin tilanteissa tai purkaa sisällä olevia stressaavia tunteita.

Ryhmässä laulaminen luo yhteenkuuluvuuden tunnetta (Krokkfors 1985, 8). Yhteenkuuluvuuden tunteen ja ryhmähengen nouseminen parantaa luokan ilmapiiriä ja vuorovaikutusta. Ujotkin lapset rohkaistuvat yhdessä tekemiseen, kun rooli on kaikilla sama ja tasavertainen. Laulaminen myös laajentaa sanavarastoja, sekä kehittää muistia, loogista ajattelua ja mielikuvitusta (Krokkfors 1985, 8).

Olen samaa mieltä Hongisto-Åberg ym. kanssa siitä, että laulamisen tulisi tänäkin päivänä olla jokaisen ihmisen voimavara sekä mahdollisuus ilmaista itseään (Hongisto-Åberg ym. 1993, 106). Musiikin tajua ja tunnistamista tai laulamista pidetään monien taitona, vaikka toisaalta uskotaan, etteivät kaikki osaa laulaa. (Hyypä 2013). Myös Kartiovaara kertoo kokemuksiansa pohjalta, että laulua arvostetaan ja sillä on oma paikkansa, etenkin koulun perinteisissä juhlissa ja tapahtumissa, mutta laulutaidosta kuitenkin ajatellaan, että sitä joko on lapsesta asti tai ei ole. Monet tuomitsevat näin itsensä laulutaidottomiksi täysin syyttä. Kartiovaara vertaa laulua muihin taideaineisiin, jotka ovat opittavissa oikeanlaisella harjoittelulla. (Kartiovaara 2015.) Hyypäkin toteaa tämän uskomuksen joidenkin laulutaidottomuudesta

vääräksi esimerkiksi afrikkalaiseen alkuperäisväestöön liittyvän tutkimuksen perusteella. Tutkimuksessa on osoitettu, että jokainen osaa laulaa, tanssia sekä luoda musiikkia. (Hyyppä 2013.) Toivoisin voivani kumota väitteen laulutaidon synnynnäisyydestä laulunopetuksella ja etenkin sen tekniikkaharjoittelulla. Tekniikkaharjoittelun avulla lapset pääsevät huomaamaan, millaisista fysiologisista ja harjoiteltavista asioista laulaessa on kysymys synnynnäisen lahjakkuuden sijaan.

Tenkanen-Lindeman kysyy, miksi laulunopetusta ei tarjottaisi lapselle ohjatusti jo lapsuusvuosista lähtien sen luonnollisen ilmaisukeinon vuoksi. Hän ottaa esiin myös varhain muodostuvat äänenkäytön maneerit, joita pystyttäisiin välttämään äänenkäyttöä opettamalla. (Tenkanen-Lindeman 2014, 6.) Varhaiskasvatuksen, sekä koulujen opettajilla on suuri vastuu äänenkäytön, sekä laulamisen taidon kehittämisessä, sekä rohkaisussa oman äänen ja erilaisten äänenkäyttötapojen löytämiseen (Hongisto-Åberg ym. 1993, 106).

Puhuttaessa laulunopetuksesta alakouluissa on tietenkin tärkeää huomata, että laulunopetus on muutakin kuin tekniikan harjoittelua ja mikä minun mielestäni on tärkeää, tekniikkaharjoittelu on muutakin kuin teknisiä ja lihasten toimintaan liittyviä teoreettisia asioita. Tekniikkaharjoitteluun kuuluu nimenomaan esimerkiksi erilaisten tunnereaktioiden kuvittelu. Orvastokin huomauttaa laulun oppimisen olevan paljon muutakin, kuin anatomian hallitsemista, vaikka siihen on hyödyllistä jossain vaiheessa tutustua. Laulu on hänen mukaansa kuitenkin osittain refleksi, minkä vuoksi anatomiaan ei tulisi keskittyä liikaa. Mielikuvilla elimistö saadaan huijatuksi toimimaan oikein lihas- ja hermoliikkeiden osalta ja toistolla lihastyöskentely saadaan jäämään pysyvästi kehon muistiin. Myös itse musiikki voi niin sanotusti huijata elimistöä ja saada jonkun lauluteknisen asian toimimaan. (Orvasto 2013, 63.)

## 5 MOTIVAATIO

Etsiessäni keinoja lisätä lasten laulumotivaatiota, minun täytyy määritellä itselleni, mitä motivaatio on. Mietin myös, mitä tarkalleen ottaen haluan lasten tekevän tai mitä seurauksia haluan motivaation parantumisella olevan. Mitkä ovat minun tavoitteeni laulunopetuksessa?

Ryan kuvaa motivaation koskevan energiaa, suuntaa, pysyvyyttä sekä tasa-arvoa. Kaikkia aktivoinnin ja aikomuksen puolia. Motivaatio on ollut pitkään tärkeä tutkimusaihe psykologiassa, sillä se on biologisen, kognitiivisen sekä sosiaalisen sääntelyn ydin. Ryan mainitsee tärkeämmäksi seikaksi motivaation arvostuksessa kuitenkin sen seuraukset. Motivaatio tuottaa, minkä vuoksi se on erityisen merkittävä toimimaan panevissa rooleissa, kuten opettajana, esimiehenä, valmentajana ja terveydenhuollon tuottajana. (Ryan & Deci 2000, 69.)

Suomalaisten motivaatiotutkijoiden Peltosen ja Ruohosen määrittelemänä motivaatio on yksilön psyykinen tila, joka säätelee sen vireyden, jolla jokin toiminta suoritetaan määrättyssä tilanteessa. (Peltonen & Ruohotie 1992, 10). Laulaessa vireystilalla on valtava merkitys siihen, miltä laulamisen tuntuu ja millaisena ääni tulee kehosta ulos. Esimerkiksi passiivinen tai epävarma mielentila laulamaan ryhdyttäessä saa helposti koko kehon huomaamatta jumiin, jolloin äänentuotto on vaikeaa ja raskasta. Innostuneessa mielentilassa taas kroppa on huomattavasti otollisemmassa lähtötilanteessa äänentuotolle.

Peltonen ja Ruohotie korostavat motivaatiolla olevan aina jokin päämäärä. Motivaatio lähtee liikkeelle yksilön halutessa jotain, ja sen muodostumiseen vaikuttavat yksilön motiivit (Peltonen & Ruohotie 1992). Ihmisillä on erilaisia motiiveja tehdä asioita. Eri asiat saavat ihmisen esimerkiksi auttamaan naapurin tai urheilemaan. Yhtä lailla laulamiseen on ihmisillä erilaisia syitä. Tämän vuoksi on mielestäni tärkeää tarjota lapsillekin eri näkökulmia laulamisen merkitykseen. Joku innostuu mahdollisuudesta esiintyä, joku yhteisöllisyyden tunteesta, joku laulamisen aikaansaavasta rennosta olotilasta ja niin edelleen. Peltonen ja Ruohotie tarkentavat vielä motiivien koostuvan muun muassa yksilön tarpeista, halusta, sisäisistä yllykkeistä, luonnollisista vieteistä sekä ympäröivästä maailmasta tulevista palkkioista ja rangaistuksista. (Peltonen & Ruohotie 1992).

Peltonen ja Ruohotie mainitsivat ympäriltä tulevat palkkiot ja rangaistukset motiivien lähteinä. Lasten laulamiseen ei mielestäni missään nimessä saa liittyä rangaistuksia. Tätä mieltä ovat varmasti nykyään kaikki muutkin laulua opettavat. Palkkioita voivat olla esimerkiksi opettajan ja muiden oppilaiden kehu ja ne ovat tietenkin todella tärkeitä. Kuitenkin tärkein motiivin lähde laulamiseen täytyy mielestäni tulla

ihmisen sisäisistä yllykkeistä ja haluista. Byman (2002) korostaa motivaatiota määriteltäessä intentio-käsitteen merkitystä. Toiminnan tavoitteiden lisäksi se käsittää ne keinot, joiden avulla haluttuun tulokseen pyritään pääsemään. Sen lisäksi, että yksilöllä on tavoitteita, on tämän oltava valmis sitoutumaan työskentelyyn niiden saavuttamiseksi. (Byman 2002.)

## 6 HAASTATTELUT

Tässä luvussa kuvaan työni aineistonkeruuprosessia, toisin sanoen haastatteluiden toteuttamista. Kuvaan haastateltavia ja kokoan yhteen haastatteluiden tulokset, sekä ajatukseni niiden pohjalta.

### 6.1. Haastatteluiden toteutus

Valitsin haastateltaviksi opettajia, joiden tiesin opettavan musiikkia alakouluissa, sekä opiskelleen äänenkäyttöön liittyviä asioita ja käyttävän niitä osana opetustaan. Kaikki haastateltavat työskentelevät tällä hetkellä peruskoulun luokanopettajina. Halusin selvittää, kuinka paljon ja millä tavalla he yhdistävät laulun tekniikkaharjoittelua lasten musiikinopetukseen, sekä kuinka tärkeänä osana he sitä pitävät. Halusin tarkastella haastatteluissani nimenomaan tekniikkaharjoittelun ja laulumotivaation yhteyttä. Taivoitteenani oli selvittää, ovatko opettajat jo nähneet tekniikkaharjoittelulla olevan vaikutuksia lasten motivaatioon. Tein haastattelut jokaiselle opettajalle puhelimitse. Nauhoitin puhelut itselleni puhtaaksi kirjoitusta varten.

### 6.2 Opettaja 1:n haastattelu

Opettaja 1 kertoo olevansa opettanut laulutekniikkaa koulun musiikintunneilla alakoululaisille ykkösluokkalaisista lähtien. Hän kertoo, että tekee musiikin tunneilla säännöllisesti tekniikkaharjoitteluja ennen laulamaan ryhtymistä. Harjoittelu sisältää esimerkiksi hengitysharjoituksia, pärinää r-kirjaimella ja huulilla sekä erilaisten äänien matkimista. Tukea on havainnoitu muun muassa “läähättämällä” ja tunustelemalla kylkien liikettä eri äänenvoimakkuuksin lauletaessa. Opettaja 1 toteaa, ettei kuitenkaan “markkinoi” harjoituksia lapsille tekniikkaharjoitteluna, vaan esimerkiksi äänen avauksena tai lihaksien lämmittelyä tunnin alussa. Usein harjoittelu tehdään leikin kautta.

Opettaja 1:n mielestä tekniikkaharjoittelun konkretisoituminen lapsille vaatii aikaa, joten esimerkiksi vuodessa ei välttämättä vielä näe kovin paljoa selkeitä vaikutuksia laulumotivaation kannalta. Hän toteaa, että edistyminen voisi olla näkyvämpää esimerkiksi kuorossa, johon hakeutuu ne oppilaat, jotka jo valmiiksi haluavat oppia laulamaan. Hän näkee kuitenkin mahdollisena, että tekniikkaharjoittelukin voisi saada sellaisen lapsen kiinnostuksen syttymään, joka ei ole kiinnostunut laulamisesta.

Opettaja 1 korostaa vielä, kuinka tärkeää on, että tekniikkaharjoitukset “markkinoidaan hyvin” lapsille. Opettajalla on tärkeä rooli innostaa ja houkutella lapsia tekemään myös tekniikkaharjoituksia, vaikka he eivät heti olisi asiasta kiinnostuneita.

Opettaja 1 on vahvasti sitä mieltä, että alakoulun musiikintunteihin tulisi sisällyttää laulutekniikan harjoittelua. Hänen mukaansa kaikkien lasten tulisi oppia käyttämään ääntään ja laulamaan ilman, että äänihuulet rasittuvat. Tekniikkaharjoittelun kautta laulamisesta kiinnostuneet lapset pääsevät kehittämään ääntään lisää ja ne, joita ei laulaminen niin kiinnosta, pystyvät jatkossakin kuitenkin käyttämään ääntään ilman rasitusta. Noora toteaa, että jos on lapsesta asti käyttänyt ääntään oikein ja hyvin, siitä on apua hänelle tulevaisuudessakin esimerkiksi opinnoissa ja työelämässä.

### 6.3 Opettaja 2:n haastattelu

Opettaja 2 kertoo laulun olevan itselleen vahva oma alue. Hän on toiminut alakoulun musiikkiluokan opettajana noin 20 vuotta ja on lisäksi opettanut musiikkia kaikille alakoulun luokille 1–6. Musiikkiluokat ovat 3.–6. luokkia ja opettaja 2 kertoo yhteiskuoron olevan hyvin suuri osa niiden opetusta. Opettaja 2 opettaa musiikintunneilla laulutekniikkaa riippuen siitä, mitä tunnilla tehdään. Laulutekniikkaa ei harjoitella laulujen ollessa äänialaltaan lapsille helppoja. Hänen mielestään äänentuottoharjoituksia ei tällöin tarvita, vaan näiden kappaleiden kanssa keskitytään esimerkiksi stemmalaulantaan ja äänen puhtauteen.

Opettaja 2:n mukaan lapset ovat yleensä motivoituneita siihen, mitä yhdessä tehdään, joten hänelle tekniikkaharjoitukset eivät lähtökohtaisesti ole olleet tavoite lisätä motivaatiota. Hän ajattelee niiden ennemminkin auttavan pääsemään päämäärään, kun on ensin asetettu jokin tavoite. Hän kertoo esimerkiksi oppilaiden kanssa tehdystä suuremmista lauluprojekteista, jotka ovat olleet haastavia äänenmuodostuksen kannalta. Kappaleet ovat sisältäneet esimerkiksi todella korkeita kohtia. Nämä kappaleet ovat onnistuneet todella hyvin, ja hän toteaa sen johtuvan nimenomaan äänenmuodostuksen ja tekniikan harjoittamisen ansiosta. Opettaja 2 toteaa, että tekniikkaharjoittelu vaikuttaa ilman muuta lasten motivaatioon, koska lapsetkin ymmärtävät, että se on apuväline.

Opettaja 2 on sitä mieltä, että alakoulun musiikintuntien pitäisi ehdottomasti sisältää opetusta laulutekniikasta, sillä kouluissa lauletaan monipuolisesti eri tyylilajeja, joissa tarvitaan erityyppistä äänenmuodostusta. Lasten kuuluu hänen mukaansa tietää, millä tavalla he saavat äänensä soimaan paremmin, il-

meikkäämmiin ja puhtaammiin. Monet kappaleet ovat myös äänialaltaan sellaisia, etteivät lapset koe pystyvänsä laulamaan niitä. Opettaja 2 toteaa loppuun vielä lasten tarvitsevan äänenmuodostusta sen takia, että he kykenevät tekemään sen asian, mitä he tarvitsevat ja mitä haluavat.

#### **6.4 Opettaja 3:n haastattelu**

Opettaja 3 on opettanut laulutekniikkaan liittyviä asioita vuosiluokille 1–6 toimiessaan luokanopettajana. Tällä hetkellä hän opettaa neljännen vuosiluokan musiikkiluokkaa, joiden kanssa hän kertoo harjoittelevansa säännöllisesti lauluteknisiä asioita.

Opettaja 3 toteaa, etteivät tekniikkaharjoitukset lähtökohtaisesti ole lapsille “ne kaikkein innostavimmat jutut”, vaikka ne tehdäänkin leikinomaisesti. Tekniikkaharjoittelun myötä lapset kuitenkin saavat usein jonkin asian toimimaan ja laulaminen alkaa sujua paremmin, tuntua helpommalta ja kuulostaa paremmalta. Hän on huomannut tämän motivoivan lapsia. Opettaja 3 toteaa musiikkiluokalla opiskelevien lapsien olevan jo valmiiksi todella motivoituneita ja kunnianhimoisia laulamista kohtaan. Hän kokee tekniikkaharjoittelun kuitenkin tuovan vielä lisää motivaatiota ja kunnianhimoa tekemiseen.

Opettaja 3 muistelee tutkimuksia, joissa on todettu lasten ja aikuistenkin laulamisen vähentyneen. Hänen mielestään alakoulun musiikintuntien pitäisi sisältää laulun tekniikkaharjoittelua, jotta laulaminen tuntuisi helpommalta ja sen kautta mielenkiintoisemmalta. Hänen mukaansa on tärkeää, että erilaisia ääniharjoitteita tehtäisiin musiikintuntien lomassa, mutta lähtökohtaisesti hän sanoo näkevänsä, että lapsille laulamiseen tärkeintä on vain itse laulaminen. Laulamisesta ei pidä tehdä lapsille liian vaikeaksi, vaan pysytellä yksinkertaisissa asioissa, kuten hyvän lauluasennon opettamisessa.

Äänen avaamisesta opettaja 3 toteaa, että lapsilla ääni usein jo on auki, koska he käyttävät kroppaansa koko ajan niin kokonaisvaltaisesti. Loppuun hän toteaa vielä olevan tärkeää, että kaikilla pienillä keinoilla saadaan lapsille ohjattua laulamista. Hän korostaa vielä oppimisympäristön tärkeyttä. Oppimisympäristön tulee olla turvallinen ja siellä tulee vallita hyvä yhteishenki, jotta lapset uskaltavat käyttää omaa ääntään ja tiedostavat, että jokaisen ääni on persoonallinen ja kaunis. Se tuo lapsille rohkeutta kokeilla omaa ääntään.



## 6.5 Haastatteluiden yhteenveto

Kaikki haastateltavat olivat yhtä mieltä siitä, että peruskoulujen musiikinopetuksen tulisi sisältää laulun tekniikkaharjoittelua. Keskustellessani kyseisten opettajien kanssa, tuli useaan otteeseen ilmi tekniikkaharjoittelujen toteutus leikin kautta. Laulun tekniikkaharjoittelu kuulostaa monen korvaan kovin tekniseltä ja yksipuoliselta, mutta myös aikuisten laulutunneilla tekniikkaharjoitukset liittyvät paljon erilaisiin liikkeisiin ja mielikuvaharjoituksiin, sekä tunteiden näyttelemiseen. Se, että tekniikkaharjoitukset tehdään lasten kanssa leikin kautta, on siis täysin luonnollista. Se ei itseasiassa eroa juurikaan siitä, millä tavalla aikuistenkin kanssa harjoitellaan erilaisia lauluteknisiä asioita.

Kuten haastatteluissakin kävi ilmi, on monia äänenkäyttöä vaikeuttavia asioita, jotka eivät ole suuria, vaan jotka ovat helppo ja nopeakin korjata. Tällainen tilanne on esimerkiksi se, että lapsi on laulanut ennen huonossa asennossa tai hengittäen hyvin pinnallisesti. Tällaiset asiat voivat tehdä laulamista epämukavaa, mutta saattavat korjaantua hetkessä vain tiedostamalla asian, jolloin äänenkäyttö helpottuu. Tämän vuoksi ajattelen, että tekniikkaharjoittelulla voisi olla hyvin nopeitakin vaikutuksia motivaatioon.

Haastatteluissa todettiin myös harjoittelun ”markkinoinnin” tärkeys. Olen samaa mieltä siitä, että sillä, kuinka asian esittää lapselle, on valtava merkitys. Oli kyse sitten mistä tekemisestä tahansa. Lapset innostuvat todella helposti asiasta kuin asiasta, kun aikuinen osaa esittää sen innostavasti ja hyväksyvän kannustavasti.

Se, ettei tekniikkaharjoittelua aina tarvita ja että on paljon muitakin asioita, joihin tulee laulaessa keskittyä, on totta minunkin mielestäni. Vaikka tekniikkaharjoittelu on tärkeää ja mahdollisesti motivoiva tekijä, ei se yksistään palvele laulamisen tarkoitusta. Opettajan oppilastuntemus on tässä kohtaa tärkeää. Opettajan on tärkeää olla herkkä aistimaan, mitä kukin oppilas ja luokka tarvitsee ja mistä löytyy kellekin motivoivat tekijät kuhunkin hetkeen. Opettajan tulisi tunnustella tilannetta ja kyseistä ryhmää ja sen mukaan säädellä tekniikkaharjoitusten määrää. Esimerkiksi joillakin oppilailla motivaatio voi laskea, jos opettaja paasaa tekniikasta toistuvasti. Jotkut taas voivat olla hyvinkin motivoituneita itsensä kehittämiseen tekniikan saralla.

Mielestäni se, että laulun tekniikkaharjoittelu on apuväline päämäärään pääsemiseksi, on hienosti kiteytetty ajatus. Tekniikkaharjoittelu itsessäänkin voi olla mielenkiintoista ja hauskaa, mutta sen tarkoitus

on, että on mahdollista laulaa entistä monipuolisemmin ja monopuolisempia kappaleita, sekä saada laulamisesta jollain tavalla laajempi kokonaisuus. Tekniikkaharjoitusten myötä laulamisesta tulee lapselle helpompaa, eikä lapsi turhaudu kokiessaan, ettei osaa laulaa tai tiedä miten esimerkiksi korkea kohta suoritetaan. Kun itse äänentuotto ei vaadi suuria ponnisteluja, voidaan keskittyä muihin asioihin ja tunteuksiin, jolloin laulamisesta saadaan niin fyysisesti kuin henkisestikin syvällisempää.

Ensimmäisessä haastattelussa mainittiin opettajan tärkeä rooli asioiden esittämisessä ja asenteessa. Tämä liittyy myös ilmapiirin luomiseen. Opettajan on tärkeää omalla asenteellaan ja opetuksellaan luoda hyväksyvä ja kannustava ilmapiiri myös oppilaiden välille. Laulun tekniikkaharjoitteluun liittyy mielestäni oman äänensä hyväksyminen, mihin viimeisessä haastattelussa viitataan. Tekniikkaharjoittelun kautta, kuten laulaessa yleensä voidaan lisätä turvallisesti ja mielekkäästi harjoittelua itsensä ja oman äänensä esiin tuomisesta ja esiintymisestä.

## 7 POHDINTAA

Keräämieni tietojen ja haastatteluiden perusteella tulen siihen tulokseen, että laulun tekniikkaharjoittelu on tärkeä osa alakoulujen musiikinopetusta. Haastateltavista opettajista jokainen oli vahvasti sitä mieltä, että laulun tekniikkaharjoittelua tulisi sisällyttää alakoulujen musiikintunteihin. Tekniikkaharjoittelun yhteyttä motivaatioon ei varsinaisesti ole tutkittu, mutta kuten haastatteluissakin todettiin, on selvää, että laulamisen helpottuessa ja äänialan laajetessa mahdollistaen yhä monipuolisempien kappaleiden laulamisen, motivaatiokin kasvaa.

Vaikka musiikintunteja on alakoulujen opetussuunnitelmassa hyvin rajallisesti, on äänenkäytön harjoittelua ja ylipäänsä itse äänenkäyttöä mielestäni mahdollista lisätä opetukseen. Kuten jo aiemmin mainitsin, voi laulamista yhdistää muihinkin tunteihin kuin musiikkiin. Esimerkiksi uskonnon tunneille löytyy aina varmasti laulu, jolla voisi aloittaa tunnin. Hengitysharjoitukset taas vaikuttavat positiivisesti paljon muuhunkin kuin äänenkäyttöön, kuten terveyteen ja vireystilaan. Tehtävien lomaan voisi helposti ujuttaa viiden minuutin hengitysharjoituksen, millä saada tuntumaa ja rentoutta omaan kehoon.

Musiikille on alakouluissa vain vähän aikaa ja jokainen opettaja varmasti tahtoo käyttää sen tehokkaasti, jolloin laulutekniikkaharjoitukset tuntuvat monen mielestä vievän sijaa muulta musiikin opiskelulta. Itse kuitenkin olen sitä mieltä, ettei aika ole ongelma sisällyttää laulutekniikkaa musiikintunteihin. Kun lasten kanssa on muutaman kerran harjoiteltu hengityksen ja tuen perusasioita, ei niitä joka kerta tarvitse selittää ja käydä tarkasti läpi. Mielestäni olisi tärkeää, että tekniikkaharjoituksiin käytettäisiin aikaa muutamalla musiikin tunnilla niin, että lapset osaavat tunnistaa esimerkiksi laulun tukeen tarvittavia lihaksia omassa kehossaan. Tämän jälkeen oppilas todennäköisesti kiinnittämää huomiota eri asioihin ja eri tavalla, kuin ennen. Lapsi pystyy itse havainnoimaan hengitystään ja tukilihaksiaan äänentuoton kannalta ja tällöin esimerkiksi tehtävien lomassa nopeasti tehdyistä hengitysharjoituksista voidaan saada paljonkin hyötyä.

Alussa mietin, miksi lapset kokevat laulamisen vastahakoiseksi. Työtä tehdessäni on tullut ilmi moneen kertaan syy, että lapset kokevat laulamisen vaikeaksi esimerkiksi nykypäivän äänimallien vuoksi. Joka paikasta kuuluu laulua, jota on käsitelty ns. täydelliseksi. Esimerkiksi tv:ssä näkee myös paljon niin sanottuja ihmelapsia, jotka laulavat kuin aikuiset tähdet. Lapset vertaavat helposti ääntään kuulemiinsa malleihin ja kokevat, etteivät osaa laulaa. Tämä vahvistaa ajatustani siitä, että tekniikkaharjoittelulla

voidaan saada lapsen motivaatiota nousemaan ensinnäkin osaamisen tunteen ja toiseksi oman äänensä hyväksymisen ja arvostamisen kautta.

Pohtiessani omia tavoitteitani lasten musiikinopettajana, sekä laulunopettajana ja tarkastellessani näitä motivaatioteorioiden pohjalta, voisin ajatella, että ensimmäinen tavoitteeni on saada lapset kiinnostumaan laulamista tarjoamalla mahdollisimman monipuolisia motivaation lähteitä ja ottamalla huomioon lasten erilaiset lähtökohdat laulamiseen. Uskon, että laulun tekniikkaharjoittelu tarjoaa jo useamman motiivin, sillä sen avulla laulamista saadaan kokonaisvaltaisempaa ja se vaikuttaa niin psyykkisiin kuin fyysisiin tunteisiin. Se myös saa oman äänen kuulostamaan paremmalta, jolloin tulokset mahdollisesti motivoivat harjoittelemaan lisää ja luovat itsevarmuutta laulamiseen.

Laulun tekniikkaharjoittelu muodostuu niin monenlaisesta tekemisestä ja sillä on vaikutuksia niin useaan osa-alueeseen, että se jo itsessään on monen mielestä mielenkiintoista. Mielestäni tekniikkaharjoittelussa on tärkeää ja hienoa se, että se tekee hyvinkin nopeasti laulamista syvällisempää. Tekniikkaharjoittelu haastaa oppilaita tunnustelemaan itseään ja omaa kehoaan sekä tunteitaan aivan uudella ja yksityiskohtaisemmalla tavalla. Laulamiseen voi tekniikkaharjoittelun kautta hakea mukavaa ja rentoa tunnetta kehossa, iloista mielentilaa sekä ryhmässä tekemisen iloista henkeä. Tämän jälkeen avataan korvat aistimaan, miltä laulu ja musiikki kunkin mielestä kuulostaa.

Ääni on jokaiselle hyvin henkilökohtainen asia ja se heijastaa paljon asioita ihmisen sisältä. Äänestä kuulee, jos ihminen on esimerkiksi ahdistunut tai epävarma. Sisäiset tunteet ja esimerkiksi itsetunto vaikuttavat ääneen, mutta myös päinvastoin. Äänellä voi vaikuttaa näihin asioihin. Laulamista ja äänenkäytön harjoittelua tarkasteltaessa tulee usein esiin itsetunnon kohoaminen. Ääni on niin suuri osa ihmistä, että se vaikuttaa varmasti jokaiseen. Itse tahdon tekniikkaharjoittelun kautta rohkaista lapsia tunnustelemaan äänenkäytössä tapahtuvia asioita ja kuuntelemaan lauluääntä mielenkiinnolla kriittisyyden sijaan. On äärettömän tärkeää, että jokainen arvostaa omaa ääntään, samoin kuin esimerkiksi ulkonäköään, mielipiteitään ja arvojaan.

## LÄHTEET

- Ahonen, K. 2002. Kuinka esikouluikäiset valloittavat sävelvaruutta? Teoksessa Niikko, A. (toim.) *Esiopetusta linnan liepeillä* s. 49–63. Savonlinnan opettajankoulutuslaitos. Joensuun yliopisto.
- Byman, K. 2002. Voiko motivaatiota opettaa? Teoksessa Kansanen, P. (toim.) & Uusikylä, K. (toim.), *Luovuutta, motivaatiota, tunteita* s. 25–41. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hongisto-Åberg, M., Lindeberg-Piiroinen A., Mäkinen L. 1993. *Musiikki varhaiskasvatuksessa. Hip hoi musisoi!* Espoo: Fazer Musiikki Oy.
- Hyypä, M. T. 2013. Musiikin pauloissa. *Terveyskirjasto*. Saatavissa: [https://www.terveyskirjasto.fi/kotisivut/tk.koti?p\\_artikkeli=kpi00410](https://www.terveyskirjasto.fi/kotisivut/tk.koti?p_artikkeli=kpi00410). Viitattu 4.2.2020.
- Kangas, M. 2017. Laulamisen merkitys alakoulun musiikinopetuksessa. *Musiikkikasvatus*. Jyväskylän yliopisto. Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/53780/URN:NBN:fi:jyu-201705032179.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Viitattu 16.1.2020.
- Kartiovaara, S. 2015. Laulava ja liikkuva lapsi – toiminnallisen laulunopetuksen materiaalipaketti alakouluun. *Musiikin laitos*. Jyväskylän yliopisto. Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/46182/URN:NBN:fi:jyu-201506032169.pdf?sequence=1>. Viitattu 2.3.2020.
- Krokfors, M. & MLL. 1985. *Lapsi ja musiikki. Laulaminen*. Porvoo: WSOY.
- Kumpumäki, J. 2010. Mistä on motivaatio tehty? Oppilaiden näkemyksiä ja kokemuksia motivaatiosta peruskoulun kuudennella vuosiluokalla. *Opettajankoulutuslaitos*. Hämeenlinna. Saatavissa: <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/81907/gradu04538.pdf?sequence=1>. Viitattu 5.1.2020.
- Partanen, M. 1996. Yhteislaulu terapiavälineenä. Teoksessa H. Ahonen-Eerikäinen (toim.) *Taide psykososiaalisen työn välineenä*. Julkaisusarja B. Pohjois-Krajalan ammattikorkeakoulu. Joensuu.
- Peltonen, M & Ruohotie P. 1992. *Oppimismotivaatio. Teoriaa, tutkimuksia ja esimerkkejä oppimishalukkuudesta*.
- Pihkanen, T. 2011. *Opas lasten laulamiseen*. Tampere: Tammerprint.

Tenkanen-Lindeman, S. (2014). Lasten kanssa laulaen. Laulopedagogin kokemuksia lasten laulunopetuksesta. Metropolia ammattikorkeakoulu. Saatavissa: [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/76220/Tenkanen-Lindeman\\_Susanna.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/76220/Tenkanen-Lindeman_Susanna.pdf?sequence=1&isAllowed=y) Viitattu 2.12.2020.

Ruokolainen, P & Jahkola, E. 2016. Miten opettaa lapsi laulamaan terveesti? Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Saatavissa: <https://verkkolehdet.jamk.fi/openstage/2016/05/miten-opettaa-lapsi-laulamaan-terveesti/>. Viitattu 2.3.2020.

Ryan, R. M. & Deci, E. L. 2000. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist* (68–78). Saatavissa: [https://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/2000\\_RyanDeci\\_SDT.pdf](https://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/2000_RyanDeci_SDT.pdf). Viitattu 4.5.2020.

Orvasto, S-M. 2013. Laulamisen oppimisen mutkittleva tie. Tapaustutkimus laulamisesta ja eri tyylien omaksumisesta. Lahden ammattikorkeakoulu. Saatavissa: [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/60224/Orvasto\\_Salla-Maria.pdf?sequence=1](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/60224/Orvasto_Salla-Maria.pdf?sequence=1). Viitattu 3.4.2020.

Siltavuori, S. 2017. Jokaisen sisällä on oma laulu? Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/53912/URN-NBN-fi-jyu-201705122309.pdf?sequence=4&isAllowed=y>. Viitattu 3.4.2020.

Vainonen, E. 2018. "Laulunopetus on kulttuuriteko." Alakoulun opettajien kokemuksia laulunopetuksen muutoksista peruskoulun aikana. Filosofinen tiedekunta. Itä-Suomen yliopisto. Saatavissa: [https://epublications.uef.fi/pub/urn\\_nbn\\_fi\\_uef-20180487/urn\\_nbn\\_fi\\_uef-20180487.pdf](https://epublications.uef.fi/pub/urn_nbn_fi_uef-20180487/urn_nbn_fi_uef-20180487.pdf). Viitattu 5.2.2020.

