



Jenna Korhonen

## Seesteisiä siirtymiä ja oivaa odottelua

Musiikki varhaiskasvatuksen siirtymä- ja odotustilanteiden helpottajana

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Musiikkipedagogi (AMK)

Musiikin tutkinto-ohjelma

Opinnäytetyö

16.5.2022

## Tiivistelmä

Tekijä:	Jenna Korhonen
Otsikko:	Seesteisiä siirtymiä ja oivaa odottelua. Musiikki varhaiskasvatuksen siirtymä- ja odotustilanteiden helpottajana
Sivumäärä:	43 sivua + 3 liitettä
Aika:	16.5.2022
Tutkinto:	Musiikkipedagogi (AMK)
Tutkinto-ohjelma:	Musiikin tutkinto
Suuntautumisvaihtoehto:	Varhaisiän musiikkikasvatus ja taiteen soveltava käyttö
Ohjaaja:	MuT Annu Tuovila
Arviointi:	MuM Hanna-Maija Aarnio

---

Opinnäytetyöni käsittelee musiikin käyttöä päiväkodin siirtymä- ja odotustilanteissa. Musiikkia käytetään kokemuksi mukaan edelleen varhaiskasvatuksessa harmillisen vähän, vaikka se helpottaisi usein haastaviksi koettuja siirtymiä ja odottelutilanteita. Työssäni kerron musiikin käytöstä siirtymä- ja odottelutilanteissa musiikin ilmaisumuotojen eli laulun, soiton, kuuntelun, liikkeen ja taideintegraation keinoin. Musiikillinen toiminta siirtymissä ja odottelutilanteissa auttaa varhaiskasvattajaa myös tukemaan lapsen kehittyvää itsesäätelyä.

Opinnäytetyöni tuotteena kirjoitin varhaiskasvattajille tarkoitetun ideakirjasen, jossa on erilaisia musiikillisia harjoituksia arjen siirtymiin ja odottelutilanteisiin. Työni tavoite oli luoda helposti lähestyttävä ja sovellettava, matalan kynnyksen musiikkimateriaali, joka juurruttaa musiikkia osaksi varhaiskasvatuksen arkea.

Opinnäytetyötä varten haastattelin kuutta yksityisen helsinkiläisen päiväkodin varhaiskasvattajaa ja pyysin heitä kommentoimaan ideakirjaseni luonnosta. Haastattelut saivat ennen haastatteluja tutustua luonnosvaiheen ideakirjaseen ja haastattelut toteutin teemahaastatteluina puhelimitse.

Haastattelujen perusteella ilmeni, että ideakirjasen harjoituksille oli tarvetta. Varhaiskasvattajat olivat myös ilahtuneita siitä, että vinkit arjen helpottamiseen oli kirjoitettu yksiin kansiin. Ideakirjasen harjoituksia keuhuttiin selkeiksi ja kattaviksi. Haastatteluissa varhaiskasvattajat alkoivat heti pohtia harjoitusten siirtämistä käytäntöön omissa ryhmissä sekä ideoimaan, miten ideakirjasta voisi jatkokehittää.

Opinnäytetyöni yhdistää musiikkipedagogisen osaamisen soveltamisen varhaiskasvatukseen. Lisäksi työni havainnollistaa, miten musiikin avulla voidaan helpottaa varhaiskasvatuksen arjen sujuvuutta.

Avainsanat: Varhaisiän musiikkikasvatus, musiikki, varhaiskasvatus, päiväkot

## Abstract

Author:	Jenna Korhonen
Title:	Peaceful Transitions and Wonderful Waiting: Music as a Facilitator of Transitions and Waiting Situations in Early Childhood Education
Number of Pages:	43 pages + 3 appendices
Date:	16 May 2022
Degree:	Bachelor of Music Pedagogy
Degree Programme:	Music
Specialisation option:	Early Childhood Music Education and Community Music
Supervisor:	Annu Tuovila, DMus
Examiner:	Hanna-Maija Aarnio, MMus

---

My Bachelor's project deals with using music transition and waiting situations at nurseries. Music, in my experience, is still very little used in early childhood education, although it could facilitate situations that are often perceived as challenging. In my thesis, I discuss the use of music in transition and waiting situations by means of musical forms of expression: singing, playing, listening, movement and arts integration. Musical activities in transitions and waiting situations also help the early childhood educator to support the child's evolving self-regulation.

As part of my project, I wrote an idea booklet for early childhood educators with various musical exercises for everyday transitions and waiting situations. The goal of my work was to create an easily approachable and applicable, low-threshold musical material that can help to root music as part of everyday life at nurseries.

For my project, I interviewed six early childhood educators of a private Helsinki nursery and asked them to comment on the draft of my idea booklet. The interviewees read the draft idea book before I conducted the interviews as themed interviews over the telephone.

Based on the interviews, it became apparent that there was a need for exercises I introduced in the idea booklet. Early childhood educators were also delighted that tips for making everyday life easier were collected in one publication. Exercises in the idea booklet were praised for being clear and comprehensive. In the interviews, early childhood educators also immediately began to consider transferring the exercises into practice in their own groups, as well as to brainstorm how to further develop the idea booklet.

My project is an example of how music pedagogical competence can be applied in early childhood education. In addition, my work illustrates how music can be used as a gateway to make the daily of a nursery easier.

Keywords: Early childhood music education, music, early childhood education,  
nursery

## Sisällys

1	Johdanto	1
2	Varhaiskasvatuksen arjen rakenteet	4
2.1	Päivän kulku	4
2.2	Siirtymätilanteet	4
3	Lapsen itsesäätelyn tukeminen varhaiskasvatuksessa	6
3.1	Lapsen itsesäätely	8
3.2	Aikuinen lapsen itsesäätelyn tukena varhaiskasvatuksessa	9
3.3	Itsesäätelyn ja vireystilojen hallitseminen musiikin avulla	10
4	Musiikillinen toiminta lapsen kanssa	13
4.1	Lasten musiikillisen ilmaisun kehittyminen päiväkodissa	13
4.2	Musiikillisen ilmaisun monet muodot	15
4.2.1	Laulaminen	15
4.2.2	Soittaminen	16
4.2.3	Kuunteleminen	17
4.2.4	Liikkuminen	19
4.2.5	Taideintegraatio	20
4.3	Musiikin integroiminen varhaiskasvatuksen arkeen	20
5	Ideakirjanen päivän siirtymä- ja odotustilanteisiin	21
5.1	Musiikillisia siirtymiä soivan päivän avulla	22
5.2	Monipuolista äänenkäyttöä, lorua ja laulua	23
5.3	Tarkkaa kuuntelua	24
5.4	Liikettä ja hienomotoriikkaa	25
5.5	Rytmejä ja kehosoittoa	26
6	Varhaiskasvattajien ajatuksia ideakirjasesta	27
6.1	Haastateltavien kokemuksia siirtymätilanteista	28
6.2	Musiikin käyttö omassa työssä	29
6.3	Ideakirjasen ideoiden toteuttamisesta ja soveltamisesta työhön	30
6.4	Ideakirjasen selkeys ja lähestyttävyyys	31
6.5	Varhaiskasvattajien yleistä palautetta ja jatkokehitysideoita	33
6.6	Ideakirjasen muokkaus haastattelujen perusteella	34

7	Pohdinta	35
	Lähteet	37
	Liitteet	40
	Tiedote opinnäytetyöstä	40
	Tutkimukseen suostumisen lomake	41
	Haastattelukysymykset	43

# 1 Johdanto

Opinnäytetyöni käsittelee musiikin käyttöä päiväkodin erilaisissa siirtymä- ja odotustilanteissa. Työni tavoite on luoda mahdollisimman helposti lähestyttävä, matalan kynnyksen musiikkimateriaali päiväkodissa työskentelevien varhaiskasvattajien käyttöön. Tavoitteena on myös materiaalin avulla osoittaa, kuinka vaivattomasti musiikki on mahdollista saada osaksi varhaiskasvatuksen siirtymä- ja odotustilanteita. Opinnäytetyön tuotteena koostin päiväkodin erilaisiin odotus- ja siirtymätilanteisiin soveltuvan ideakirjasen, jossa on erilaisia musiikillisen ilmaisun moniin muotoihin pohjautuvia, pieniä ja mahdollisimman helposti toteutettavia harjoituksia.

Lapsi kohtaa varhaiskasvatuksen ryhmätilanteissa jatkuvasti hetkiä, joissa hänen täytyy osata maltaa mielensä, pysähtyä tai odottaa. Päiväkotiarjen siirtymätilanteissa lapsi harjoittelee impulssikontrollia ja toiminnanohjauksen taitoa, kun hänen odotetaan pystyvän pitämään ohjeita ja sääntöjä mielessään ja toimimaan odotusten mukaisesti. (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020, 22.)

Lapsen taito säädellä omaa toimintaansa vahvistuu pikkuhiljaa, kun lapselle annetaan siihen mahdollisuus ja sitä harjoitellaan aktiivisesti. Lapsi saattaa päiväkotipäivän aikana joutua niin sanotun tunnekaappauksen valtaan eli tällöin lapsen käytös voi muuttua levottomaksi, uhmakkaaksi, aggressiiviseksi, vetäytyneeksi tai ahdistuneeksi. Tämä johtuu siitä, että päiväkotien säännöt, rutiinit, ristiriidat, kasvavat vaatimukset ja monet uudet asiat saavat syvällä ihmisen biologiassa olevan reaktiivisuuden heräämään. (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020, 28.)

Olen itse valmistunut Diakonia-ammattikorkeakoulusta sosionomiksi ja varhaiskasvatuksen opettajaksi vuonna 2016 ja työskennellyt päiväkodissa eri ikäisten ryhmissä nelisen vuotta ennen musiikkipedagogiopintojeni aloittamista. Aihe on minulle tärkeä, sillä ensimmäisten työvuosieni ryhmät olivat ääriään myöten täynnä ja osittain todella haastavia. Tuolloin yritin jatkuvasti keksiä erilaisia luovia keinoja helpottamaan lapsiryhmän arjen sujumista.

Pienten ryhmässä työskennellessäni aloin pikkuhiljaa toteuttaa jokaisen siirtymän ja odotustilanteen musiikin keinoin. Aloitin musiikilliset siirtymäkokeiluni heti elokuussa toimintakauden alussa ja jo kuukauden jälkeen oli havaittavissa, että lapset alkoivat hahmottaa, mitä eri musiikilliset viestit tarkoittivat. Kaikki alkoi siivouslaulusta ja aamupiiriin siirtymismusiikista. Siivouslaulun soidessa kaikki alkoivat siivota ja aamupiiriin rauhoituttiin koko toimintakauden ajan saman klassisen kappaleen soidessa. Pikkuhiljaa aloin lisätä musiikkia arjen siirtymiin. Ruokapaikoille siirryttiin rytmikkäiden taputusten saattelemana, riisumaan unia varten rauhoittavan lastenlaulun avulla ja unille mentäessä lauloin koko toimintakauden Sinistä unta. Odotustilanteissa laulettiin lasten toivelauluja ja leikittiin laululeikkejä, improvisoitiin omia kappaleita, soitettiin kehorytmejä ja liikuttiin.

Ideakirjaseen tavoitteena oli tehdä mahdollisimman matalan kynnyksen materiaali, joka olisi vaivaton ottaa varhaiskasvatukseen arjessa käyttöön. Lisäksi ideakirjan tavoite oli antaa harjoitusten avulla vinkkejä juurruttaa musiikillista toimintaa helposti osaksi arkea. Matalaa kynnystä ja helppoutta olen miettinyt niin, että harjoitukset eivät vaadi minkäänlaista materiaalia, kuten instrumentteja. Kaikki laulut voi myös lorutella, joten harjoituksia tehdessä ei tarvitse osata laulaa. Laulu- ja lorumateriaalin olen yrittänyt mieltää sellaiseksi, joka on mahdollisesti jo monelle varhaiskasvattajalle entuudestaan tuttua. Lisäksi halusin kirjoittaa kaikki ohjeistukset mahdollisimman lyhyiksi ja selkeiksi ja selkiyttää osaa ohjeista vielä harjoituksiin liittyvillä esimerkkikuvilla. Ideakirjaseen harjoitukset olen jaotellut neljään eri kategoriaan: monipuolinen äänenkäyttö, johon sisältyy myös laulu ja loruttelu, tarkka kuuntelu, liike ja hienomotoriikka sekä rytmittely ja kehosoitto.

Ideakirjaseen kommentointia varten toteutin haastattelut teemahaastatteluina. Teemahaastattelussa edetään tiettyjen, ennalta suunniteltujen teemojen avulla (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006). Opinnäytetyöni tapauksessa teemat olivat haastattelukysymysten muodossa. Valitsin teemahaastattelun metodiksi, koska halusin antaa tiukan kysymyksiin vastaamisen sijaan tilaa myös haastateltavien vapaalle puheelle. Teemahaastattelussa on aihepiiriin tutustumisen poh-



jalta valmistellut teemat, jotka ovat kaikille haastateltaville samoja. Teemoissa liikutetaan joustavasti ilman tiukkaa etenemisreittiä ja haastattelussa pyritään huomioimaan ihmisten tulkinnat ja heidän merkityksenantonsa. Teemahaastattelussa annetaan tilaa myös haastateltavan vapaalle puheelle. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Haastateltaviksi valikoitui kahdesta yksityisestä helsinkiläisestä päiväkodista kuusi varhaiskasvattajaa. Haastateltavissa oli sekä opettajia että lastenhoitajia. Kasvattajat saivat ennen haastatteluja luettavakseen ideakirjaseni ensimmäisen luonnoksen. Haastattelukysymykset eli teemat valitsin opinnäytetyöni tavoitteiden perusteella. Kaksi ensimmäistä kysymystä koskivat arjen rakenteita eli millaisiksi varhaiskasvattajat kokevat siirtymä- ja odotustilanteet ja käyttävätkö he musiikkia työssään. Seuraavissa kysymyksissä pureuduttiin ideakirjasen luonnoksen selkeyteen, lähestyttävyyteen ja sovellettavuuteen. Lopuksi haastateltavat saivat vapaasti kertoa toiveita, ajatuksia, palautetta ja kommentteja luonnokseen liittyen.

Opinnäytetyössäni käsittelen aluksi päiväkotipäivän kulkua ja siihen sisältyviä erilaisia siirtymä- ja odotustilanteita. Kolmannessa pääluvussa pohjustan ensin, mitä itsesäätelyllä tarkoitetaan, miten lapsen itsesäätely kehittyy ja miten varhaiskasvattaja voi tukea lapsen itsesäätelytaitojen kehittymistä päiväkotipäivän aikana. Luvun lopuksi kerron, miten itsesäätelyä voi helpottaa monipuolisen musiikillisen ilmaisun keinoin. Neljännessä pääluvussa kirjoitan, millaista musiikillista toimintaa lapsen kanssa voi harjoittaa ja miten varhaiskasvatussuunnitelmassa puhutaan musiikkitoiminnasta päiväkodissa. Luvun lopuksi avaan pedagogista taustaa ideakirjasen musiikillisille harjoituksille eli kerron musiikillisen ilmaisun monista muodoista. Musiikillisen ilmaisun monien muotojen pohjana olen käyttänyt musiikkikasvatuksen työtapoja: laulua, soittoa, kuuntelua, liikkumista ja taideintegraatiota. Viidennessä luvussa kerron tarkemmin ideakirjasen sisällöstä ja tarkennan, miksi olen valinnut juuri tietynlaisia harjoituksia kirjaseen. Kuudennessa pääluvussa varhaiskasvattajat pääsevät ääneen, kun kerron heidän ajatuksiaan ja kommenttejaan ideakirjamateriaalista haastattelujen perusteella. Lopuksi pohdin, miten työlleni asettamat tavoitteet toteutuivat.

## 2 Varhaiskasvatuksen arjen rakenteet

### 2.1 Päivän kulku

Varhaiskasvatuksessa päivät pyritään pitämään samanlaisina ja ennakoitavina. Jos muutoksia tulee, niistä kerrotaan lapsiryhmälle etukäteen eli ne pyritään ennakoimaan ajoissa. Lapsen elämänhallinnan ja turvallisuuden tunteen kokemus vahvistuu, kun arjessa on selkeä rakenne. Arjen selkeän rakenteen muodostavat mielekäs, säännöllinen ja johdonmukainen kasvatus ja arjen toiminnot. (Rautamies, Laakso & Poikonen 2011, 196.)

Päiväkodissa ryhmän päiväjärjestys löytyy usein kuvitettuna ryhmätilasta tai ryhmän ovesta. Viikko- ja päiväkalenteri, johon on selkeästi merkitty värein ja kuvin arjen rutiinit ja mahdolliset päivän erityistapahtumat auttavat lasta jäsentämään ja hallitsemaan erilaisia sosiaalisia ja oppimistilanteita (Rautamies, Laakso & Poikonen 2011, 196). Aamulla on aamupala, sitä ennen tulevilla lapsilla vapaata leikkiä, aamiaisen jälkeen lähdetään joko ulos tai pidetään ryhmän yhteinen piiri. Yhteistä kokoontumista kutsutaan ryhmästä riippuen aamu- tai päiväpiiriksi. Ennen lounasta ulkoillaan pihalla, ja sisällä saattaa olla erilaista pienryhmätoimintaa. Lounaan jälkeen siirrytään levolle tai päiväunille ja levon jälkeen on vapaata leikkiä, välipala ja iltapäivän loppuksi ulkoilua. Tällä peruskaavalla päiväkotipäivät varhaiskasvatuksessa muodostuvat. Ohjattu toiminta sijoittuu yleensä aamuun tai aamupäivään.

### 2.2 Siirtymätilanteet

Siirtymätilanteilla tarkoitetaan siirtymistä toiminnasta toiseen. Siirtymät näyttäytyvät päiväkodin arjessa osa-alueena, johon liittyy erityisen paljon haastavia kasvatustilanteita. (Ahonen 2017, 188.) Päivän rakenteen selkeitä siirtymiä ovat vapaasta leikistä aamupalalle siirtyminen, aamupalalta joko aamupiiriin tai pu-

kemaan ja ulos, sisälle tulo ulkoa, käsienpesu ja vessassa käynti, lounaalle siirtyminen, lounaan odottaminen, levolle siirtyminen, levolta vapaaseen leikkiin ja leikistä jälleen välipalalle ja lopuksi pukemaan ja ulos. Siirtymiä on siis päivän aikana paljon, ja osalle lapsista toiminnasta toiseen siirtyminen on ennakoidusta ja samana toistuvasta päivärytmistä huolimatta haastavaa.

Siirtymätilanteiden ongelmallisuus piilee monesti odottamisessa ja siinä, etteivät lapset tiedä, miten heidän tulisi toimia. Odottaminen tuntuu provosoivan haastavia kasvatustilanteita ja aivan erityisesti niitä lapsia, joiden sosiaalisemotionaalisen tuen tarve näkyy aggressiivisena, levottomana tai uhkaavana käytöksenä. Siirtymätilanteet voivat onnistua myös mukavasti silloin, kun ryhmän aikuiset kehittelevät tai keksivät siirtymätilanteeseen lapsia aktivoivaa toimintaa. (Ahonen 2017, 190.)

Ideakirjaseen kirjoittamani harjoitukset ovat edellä mainittua, siirtymätilanteessa tapahtuvaa, lasta monipuolisesti eri tavoin aktivoivaa toimintaa. Harjoitukset aktivoivat lasta siirtymätilanteessa paitsi laulamaan ja loruttelemaan yhdessä aikuisen kanssa, myös liikkumaan ja käyttämään kokonaisvaltaisesti omaa kehoa ja ääntä. Ideakirjaseen harjoitusten on nimenomaan tarkoitus antaa varhaiskasvattajille musiikillisia välineitä tukea ja kannatella lasta halki odottamisen ja siirtymien.

Siirtymätilanteissa lapset tuntuvat hyötyvän suuresti siitä, että niihin liittyy mahdollisuus johonkin tiettyyn tekemiseen tai puuhaan. Varsinkin silloin, kun on jo itse valmis ja joutuu odottelemaan muita. Tällöin puhutaan niin sanotusta ympäristön muokkaamisesta tilanteeseen sopivaksi. Ympäristö voidaan muokata tietynlaisin ärsykkein auttamaan lasta suuntamaan keskittymisensä seuraavaan toimintaan. Ärsyke voi olla esimerkiksi visuaalinen, mutta yhtä lailla rutiini tai tapa, joka liittyy tiettyyn hetkeen päivästä. Ruokailuun voidaan laskeutua ruokailorun avulla, yhteiseen keskittymistä vaativaan hetkeen voidaan rauhoittua aina saman laulun avulla ja siivous aloittaa siivouskellon avulla. (Saarinen 2020, 21.)

Kun erilaisista, lasta siirtymä- ja odotustilanteissa aktivoivasta toiminnasta tehtäisiin päivittäinen rutiini, saattaisivat myös haastavat kasvatustilanteet vähentyä. Sosiaalisemotionaalista tuen tarvetta aggressiolla, levottomalla ja uhkaavalla käytöksellä ilmaisevat lapset pystyvät ideakirjaisen harjoitusten avulla kohdentamaan mahdollisesti helpommin energiaansa tiettyyn, toistuvaan toimintaan. Näin he myös olisivat tietoisempia siitä, miten siirtymä- ja odotustilanteissa toimitaan.

Arjen perusrakenteista poiketen siirtymiä ovat lisäksi esimerkiksi retkille lähdöt, juhliin tai koko päiväkodin yhteiseen toimintaan, esimerkiksi lauluhetkeen siirtymiset. Kokemukseni perusteella erityisesti rutiinista poikkeavat tilanteet vaativat erityistä herkkyyttä siirtymien suhteen, sillä lapset ovat innoissaan päivän poikkeavasta toiminnasta tai heitä saattaa jännittää. Tämä näkyy monesti ylivilkkautena tai vetäytymisenä. Kyky mukautua muutoksiin on sidoksissa lapsen temperamenttiin ja lapsen sosiaalisemotionaalisiin valmiuksiin. Yhdelle lapselle päiväohjelman muutos voi olla virkistävää ja toiselle stressaavaa, jolloin stressi voi näkyä uhmakkaana käytöksenä tai vetäytymisenä. (Ahonen 2017, 197.)

### **3 Lapsen itsesäätelyn tukeminen varhaiskasvatuksessa**

Itsesäätelyn taitoa tarvitsevat kaikenikäiset ihmiset ja se on läsnä arkipöydässä jokaisessa hetkessä tavalla tai toisella. Itsesäätely on halki elämän kehittyvä taito ja sitä voidaan tietoisesti työstää. Itsesäätely voidaan näkökulmasta riippuen määritellä hieman eri tavoin, mutta yleisesti se voidaan käsittää ihmisen kyvyksi säädellä tunteita, käyttäytymistä ja kognitiivisia toimintoja. Kognitiivisia toimintoja ovat esimerkiksi muistiin, tarkkaavaisuuteen ja toiminnan suunnitteluun liittyvät käytänteet. (Matilainen & Puustinen 2021, 27.) Itsesäätelytaito voidaan luokitella myös yhdeksi tärkeimmistä sosiaalisemotionaalisista taidoista (Ahonen 2017, 18).

Itsesäätely liittyy olennaisesti myös ihmisen toiminnanohjaukseen, jota voidaan pitää itsesäätelyn välineenä. Toiminnanohjauksella tarkoitetaan keinoja, joilla

haluttu tai tarkoitettu tavoite pyritään saavuttamaan pintaan pyrkivistä tunteista huolimatta. Toiminnanohjaus estää niin sanotun tunnekaappauksen eli tilanteessa tunteiden valtaan joutumisen. Sen avulla voidaan vähentää impulsiivisuutta, ylläpitää tarkkaavaisuutta ja käsitellä tietoja muistinvaraisesti. (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020, 30.)

Itsesäätelyn ja toiminnanohjauksen ymmärtämisessä on keskeistä hahmottaa aivojen eri osien toimintaa. Itsesäätelyn keskeisimmät rakenteet sijaitsevat aivojen etuotsalohkossa, aivorungossa ja limbisessä järjestelmässä. Toiminnanohjaus edellyttää riittävää aivojen etuotsalohkon aktiivisuutta, jolloin se mahdollistaa harkinnan, mielen malttamisen, odottamisen ja mielihyvän viivyttämisen (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020, 30). Aivojen syvissä osissa sijaitsevan aivorungon tehtävä on valvoa sisäistä tasapainoa osana autonomista hermostoa. Aivojen limbinen järjestelmä taas kytkee mukaan voimakkaat, vuorovaikutuksen sävyttämät ja osittain kulttuurisesti määräytyneet tunteet. (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020, 40.)

Itsesäätely voidaan nähdä jatkumona, jolla jokainen meistä liikkuu jatkuvasti. Se ei ole päällä- tai poistilassa, vaan pikemminkin liukuva taito, joka riippuu ihmisen sen hetkisistä voimavaroista. Kuormittuneena itsesäätely vaatii meiltä enemmän ponnisteluja ja toisinaan itsesäätelyn taidot toimivat sujuvasti, toisinaan taas itsesäätely on aikuisellekin vaikeaa. (Matilainen & Puustinen 2021, 27–28.)

Itsesäätely on siis mukautuva ja monitahoinen taito ja sen mahdollistaa opeteltu hyvä toiminnanohjaus. Säätely muuttuu jatkuvasti nivoutuen aivojen neurobiologiseen kehitykseen. Itsesäätelyn prosessi on mukana kaikessa toiminnassa. Se auttaa sovittamaan sisäistä tasapainoa ja käyttäytymistä tilannekohtaisesti. (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020, 27.)

Itsesäätely voidaan erotella kahteen erilaiseen säätelyn taitoon: automaattiseen ja opittuun sekä harjoiteltavaan taitoon. Automaattisessa itsesäätelyssä ihminen osaa sopeuttaa toimintansa ympäristöönsä ilman erillistä aktiivista ponnistelua.

Säätely on niin automatisoitunut, ettei ihminen välttämättä edes huomaa sitä itse. Harjoiteltavat säätelytaidot voivat harjoittelemalla muuttua lopulta myös automaattisiksi. (Matilainen & Puustinen 2021, 29.) Automaattinen itsesäätely voi olla esimerkiksi ympäristön hälinän sulkemista pois samalla, kun juttelee jonkun kanssa. Harjoiteltavalla itsesäätelytaidolla voidaan tarkoittaa esimerkiksi vuoron odottamisen opettelemista.

### 3.1 Lapsen itsesäätely

Itsesäätelytaidoilla tarkoitetaan lapsen kohdalla kykyä säädellä omia tunteita, käytöstä ja kognitiivista toimintaa tilanteen edellyttämällä tavalla (Ahonen 2017, 18). Lapselle itsesäätely tarkoittaa siis alituista tasapainoilua erilaisten toimintaimpulssien välillä. Toimintaimpulssit voivat niin kiihdyttää kuin hillitä lapsen sisäistä ja ulospäin näkyvää toimintaa. (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020, 27.)

Aivosäätelyn ensiaskeleet otetaan aivan pienenä. Jo pieni vauva pystyy tunnistamaan ihmisiä ja heidän tapojaan toimia, sekä oppii säätelemään esimerkkien myötä lyhytkestoisesti sisäisiä tuntemuksiaan ja toimintaansa. Lapsen itsesäätelytaitojen kehittyminen vaatii kuitenkin sen, että aikuinen toimii ensin lapsen niin sanottuna ulkoisena säätelijänä ja ohjaa tämän jälkeen lapsen säätelyä pikkuhiljaa itsenäisempään suuntaan. (Isomäki & Uusitalo 2017, 99.)

Anatomisesti ihmisen tärkein toiminnan säätelijä on aivojen etuotsalohko (Isomäki & Uusitalo 2017, 100). Etuotsalohko auttaa kontrolloimaan ja jarruttamaan impulsseja ja tunteita. Otsalohko on lapsilla kuitenkin vasta rakenteilla ja tästä syystä se väsyä helposti ja menettää ohjaavan otteensa. (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020, 27–28.) Otsalohkot kehittyvät tavanomaisesti vain, jos lapsella on mahdollisuus monipuoliseen vuorovaikutukseen. Aivojen rakenteellisen kehityksen näkökulmasta säätelytaidot opitaan pääsääntöisesti lapsuuden ja nuoruuden aikana. (Isomäki & Uusitalo 2017, 100–101.)

Lapsen itsesäätelytaitojen kehittymistä lapsen toiminnassa voidaan pohtia myös ikäkausittain jaoteltuna. Ikäkaudet jaotellulle ovat alle kaksivuotias, 2–3-vuotias,

3–5-vuotias ja 5–6-vuotias. Alle kaksivuotiaan itsesäätely perustuu lähinnä aikuisen säätelytukeen. Tarkkaavaisuuden ylläpito ja muistaminen onnistuvat kuitenkin jo lyhyen aikaa. Pieniä merkkejä itsenäisestä käyttäytymien ja tunteiden säätelystä on jo nähtävissä. 2–3-vuotiaalla itsesäätely alkaa sisäistyä ulkoisesta aikuisen avulla tehdystä säätelystä omaksi, sisäiseksi kontrolliksi. Lapsi alkaa mukautua ja sisäistää aikuisen ohjeita ja pyyntöjä. 3–5-vuotiaan itsesäätelytaidot lisääntyvät nopeasti, kun aivot kehittyvät. Lapselle alkaa kehittyä ymmärrys siitä, että toisilla on ajatuksia ja tunteita, jotka voivat erota omista ajatuksista ja tunteista. 5–6-vuotiaalla keskushermosto kehittyy voimakkaasti ja vahvistaa myös itsesäätelytaitoja. Toisten lasten näkökulman ymmärtäminen helpottuu ja lapsesta alkaa tulla vähemmän itsekeskeinen. Ajattelun taidot kehittyvät, ja lapsi kykenee jo arvioimaan omaa ajatteluaan. Itsesäätelytaitojen käyttö eri tilanteissa alkaa olla koko ajan varmempaa. (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020, 97–98.)

### 3.2 Aikuinen lapsen itsesäätelyn tukena varhaiskasvatuksessa

Varhaiskasvatusvuosien yksi tärkeä tehtävä on oppia riittävät itsesäätelytaidot. Koska varhaiskasvatusikäinen lapsi viettää suurimman osan valveillaoloajastaan päiväkodissa, ovat siellä olevat aikuiset, kasvattajat, avainasemassa itsesäätelytaitojen kehittymisen prosessissa. Varhaiskasvatuksen pedagogisten rakenteiden ja käytänteiden pitäisi olla sellaisia, että ne mahdollistavat itsesäätelytaitojen opettelemisen osana jokapäiväistä toimintaa. (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020, 95.) Olennaista lapsen säätelytaitojen kehittymiselle on aikuisen virittäytyminen lapsen tasolle ja aikuisen kyky olla lapselle rauhallinen ja kuunteleva tuki. Aikuisten rauhallisuus on erityisen tärkeää, sillä rauhallisuus välittyy hermostollisesti ihmiseltä toiselle. (Matilainen & Puustinen 2021, 29.).

Ideakirjanen antaakin ideoita siitä, miten musiikin avulla varhaiskasvatuksen päivittäin toistuviin siirtymiin ja odotteluihin voidaan tuoda itsesäätelyä tukevaa ja harjoitettavaa toimintaa. Ideakirjasessa olen kirjoittanut jokaisen harjoituksen alle paitsi musiikin ilmaisukanavan myös sen, onko harjoituksen tarkoitus olla

lasta virittävää, keskittymistä tukevaa vai rauhoittavaa. Erilaiset, kirjaseen musiikilliset harjoitukset siis nimenomaan auttavat lasta laskemaan kierroksia, lisäämään tarkkaavaisuutta eli auttamaan keskittymisessä ja virittäytymään tietyn toiminnan äärelle.

Aikuinen on lapselle paitsi tärkeä säätelyn tuki myös säätelyn malli. Aikuinen mallintaa rauhallisella läsnäolollaan ja sensitiivisellä kohtaamisellaan lapselle vahvoja säätelytaitoja ja antaa viestin turvallisesta ympäristöstä, jossa lapsi voi kasvaa ja kehittyä. (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020, 95.) Sensitiivinen aikuinen tunnistaa lapsen tunteita ja kohtaa lapsen aidon empaattisesti. Tällöin aikuinen tavoittaa lapsen emotionaalisen hyvinvoinnin tarpeet (Ahonen 2017, 72.)

Päiväkodeissa tapahtuva lasten ja aikuisten välinen tunnepitoinen, eloisa ja ilmeikäs vuorovaikutus muokkaa jatkuvasti lapsen taitoja ja itsesäätelyn kehitystä. Kasvattajan tunnepitoinen läsnäolo ja lapsen aloitteisiin vastaava huolenpito vahvistavat kiihtymyksen ja tyyntymyksen välistä tasapainoa. Tärkeintä on, että lapsi tulee kuulluksi ja nähdyksi ja häntä rauhoitellaan ja aktivoidaan tarvittaessa. (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020, 79.)

Auttaakseen ja tukeakseen lapsen itsesäätelyä aikuinen tarvitsee itsekkin monenlaisia taitoja ja tietoja. Keskeisiä taitoja ovat itsereflektiotaidot, taito kohdata ja olla aidossa vuorovaikutuksessa sekä kanssasäätelytaidot. Jotta aikuinen pystyy käyttämään näitä taitojaan, on hänellä oltava riittävästi taustatietoa tunteista, ajatuksista ja käyttäytymisestä sekä tietenkin lapsen ikätasoisesta kehityksestä. Aikuisen kyky reflektoida omia tunteitaan, ajatuksiaan ja käytöstään on kasvattajan taitojen ydintä. Oman toiminnan vaikutus lapseen on tärkeä jatkuvan pohtimisen ja arvioinnin kohde. (Matilainen & Puustinen 2021, 55.)

### 3.3 Itsesäätelyn ja vireystilojen hallitseminen musiikin avulla

Musiikilla on voima vähentää stressiä, lievittää ahdistuneisuutta, masennusta ja kipua. Musiikilla on voima palauttaa ylikierroksilla käyvä elimistö normaalitilaan. Palautumisen aikana ihmisen verenpaine laskee, sydämen syke hidastuu ja



stressihormonien taso laskee. Musiikin kuuntelu auttaa myös kognitiivisten toimintojen edistämässä, kuten tarkkaavaisuudessa, oppimisessa ja kommunikaatioaidoissa. Lisäksi musiikki auttaa tunnetilojen säätelyssä aktivoimalla tunnetiloja säätelevää, aivojen limbistä järjestelmää. (Soinila 2018.)

Kierroksilta palautuminen ja kognitiivisten toimintojen edistäminen viittaavat siis kaikki musiikin vahvaan voimaan itsesäätelyn tukemisessa. Suvi Saarikallio toteaa artikkelissaan (2013, 39–41), että musiikkia voidaan pitää tunteiden säätelyn ohella myös laajemman itsesäätelyn keinona ja edesauttajana. Musiikista saadaan itsehallinnan tunnetta vahvistavia ja voimauttavia kokemuksia.

Musiikillinen toiminta harjoittaa siis loistavasti myös lapsen kognitiivisen itsesäätelyn taitoja, kuten muistia, tarkkaavaisuutta ja toiminnan suunnittelua. Huotilainen (2019, 227) kuvaakin musiikkia aivojen monipuoliseksi kuntosaliksi täynnä erilaisia harjoituslaitteita. Harjoituslaitteita ovat esimerkiksi laulu, soitto, taputus, tanssi ja loruttelu. Kaikki nämä laitteet tukevat lapsen havaitsemistaitoja, tarkkaavaisuutta ja muistia. Kaikki nämä ”kuntosalilaitteet” ovat myös ideakirjaseen harjoituksissa käytössä.

Huotilaisen mukaan (5.3.2020) musiikki viihdyttää eli pitää yllä positiivista mielialaa, piristää, uudistaa ja antaa energiaa esimerkiksi stressin keskellä, antaa voimakkaita tuntemuksia ja auttaa unohtamaan ei-halutut tunteet tai ajatukset. Lisäksi musiikki auttaa ilmaisemaan vihaa ja surua ja hyväksymään erilaisia tunteita. Musiikki voi siis auttaa lasta kokemaan ja kokeilemaan turvallisesti myös ns. epämiellyttäviä tunteita, kuten surua, ikävää tai pelkoa.

Musiikilla voidaan niin sanotusti myös tahdistaa lapsen aivojen fysiologista toimintaa, oli kyseessä sitten tarkoitus rauhoittaa, piristää tai inspiroida lasta. Musiikki yleensä kiinnostaa leikki-ikäisiä lapsia ja musiikki vaikuttaa heidän toimintaansa tehokkaasti eli rauhallinen musiikki tynnyttää ja vauhdikas musiikki saa lapsen motorisesti aktiiviseksi ja iloiseksi. Taitava kasvattaja osaakin käyttää mainittuja ominaisuuksia lapsen fysiologisen tilan säätelyssä. (Huotilainen 2019, 145.)

Ideakirjaseen harjoituksia voi siis ajatella paitsi itsesäätelyn apuvälineenä, myös lapsen aivojen fysiologisten toimintojen säätelijänä. Varhaiskasvattaja voi valita harjoituksista kulloiseenkin tilanteeseen sopivan harjoituksen riippuen siitä, tarvitseeko lapsiryhmä juuri sillä hetkellä rauhoittavaa, piristävää eli virittävää vai keskittymistä tukevaa toimintaa. Rauhoittavissa harjoituksissa on esimerkiksi kosketusta, hienomotorista toimintaa ja rauhoittavaa laulua tai lorua. Virittävässä harjoituksissa tarvitaan valppautta, kuten esimerkiksi tarkkaa kuuntelua. Keskittymistä tukevissa harjoituksissa hyödynnetään esimerkiksi soittamista ja aikuisen perässä toistamista.

Aivojen fysiologisella toiminnalla viitataan siis erilaisiin vireystiloihin. Vireystila tarkoittaa valveillaolon ja reagoinnin tilaa ja se on sekä kehon että mielen valppautta. Vireystilalla on vahva yhteys ihmisen kehoon ja se vaikuttaa esimerkiksi sykkeeseen ja hengitystiheyteen. Jos ihminen on kovin ylivirittyneessä tilassa, ei uuden oppiminen esimerkiksi onnistu, mutta vaaratilanteissa ylivirittyneisyys on hyödyksi. Alivirittyntä tilaa taas tarvitaan lepoon ja nukahtamiseen. Kaikki vireystilat ovat siis tarpeellisia, mutta eivät tarkoituksenmukaisia kaikissa päivän tilanteissa ja hetkissä. (Saarinen 2020, 14.)

Aivojen fysiologisella tilalla Huotilainen (5.3.2020) viittaa niin sanottuun oppimiseen U-käyrään, jossa vasemmalla puolella ovat stressaavat ja oppimista hidasdastavat tekijät ja oikealla puolella oppimista ja lapsen jaksamista tukevat asiat. Vasemmalla puolella ovat stressi, pelko, kiusaaminen, melu, väsymys, kyynisyys, uupumus ja heikko tai lyhyt uni. Oikealla puolella taas laadukas uni, palautuminen, oppiminen, rauha, innostus, sosiaalisuus ja tekeminen. Jos lapsen fysiologinen tila on käyrän vasemmalla puolella, on hän pahimmillaan ylivirittyneessä taistele ja pakene -tilassa. Tämä tila ilmenee leikki-ikäisessä lapsessa kielteisinä, aggressiivisina ja energisinä käytösmaalleina, välillä myös paikalleen jähmettymisenä. Oikealla puolella ollessaan lapsi on joko myönteisessä, vähäaktiivisessa tilassa eli kokee tekemisen mielekkääksi: oppii, leikkii ja puuhailee tai parhaimmillaan on ns. flow-tilaksikin kutsutussa tunnelmassa. Virtaavassa tilassa lapsi ei koe minkäänlaista uhkaa, vaan kokee hallitsevansa tilannetta ja ohjaa omaa toimintaansa. (Huotilainen 2019, 139, 141, 143.)

## 4 Musiikillinen toiminta lapsen kanssa

Musiikin opettamisessa olennaista on hyväksyä oppijan, eli tässä tapauksessa lapsen, luovuus, olla sensitiivinen lapsen tarpeille ja näin hoivata lapsen vasta rakentuvaa musiikkisuhdetta (Huhtinen-Hildén & Pitt 2018, 21). Lasten valmiudet musiikin hahmottamiseen kehittyvät leikinomaisen ja kokonaisvaltaisen musiikillisen toiminnan kautta. Opettaja voi toteuttaa elämyksellisiä ja iloa tuottavia musiikkituokioita, vaikka hänellä ei olisikaan musiikkialan koulutusta tai harrastuneisuutta. (Seppänen, Lindberg-Piironen & Tarvonen 2017, 214–215.)

Musiikillinen toiminta auttaa lasta laaja-alaisesti. Se tukee lasta kasvamaan omaan persoonalliseen musiikilliseen ilmaisuun ja sen käyttöön. Musiikillinen toiminta virittää lasta itsen ja toisten herkkään kuunteluun ja kuuntelun kautta oppimiseen. Lisäksi musiikillisen toiminnan voidaan ajatella olevan ihmiseksi kasvamista musiikin avulla. (Ruokonen 2016, 77.)

Musiikilla on yhteyksiä lapsen keskittymiskykyyn, kielellisiin, fyysisiin, psyykkisiin ja sosiaalisiin valmiuksiin. Musiikillisen toiminnan kautta voidaan edistää lapsen mielikuvista, itseluottamusta, minäpystyvyyttä, kuten myös fyysisten, sosiaalisten, kognitiivisten ja emotionaalisten vahvuuksien ja taitojen kehittymistä. Lisäksi musiikillisen yhteistoiminnan avulla kehittyvät lapsen kyky ottaa toisia huomioon, ongelmanratkaisu ja mahdollisuus saavuttaa emotionaalinen tasapaino. (Ruokonen 2016, 13.) Kaiken tämän perusteella voi siis todeta, että musiikkikasvatus ja musiikillinen toiminta auttaa lasta vahvistamaan ja kehittämään itsesäätelyyn vaadittavia taitoja.

### 4.1 Lasten musiikillisen ilmaisun kehittyminen päiväkodissa

Päiväkodissa tapahtuva musiikkitoiminta on mielestäni yhtä lailla musiikkikasvatusta, herättelyä musiikin ihmeiden äärelle, vaikkei sitä toteutakaan koulutettu musiikkipedagogi tai musiikkikasvattaja. Keinot musiikin käyttöön varhaiskasvatuksessa ovat monenlaiset ja useiden kasvattajien käyttämät lorut ja laulut ovat musiikkikasvatusta parhaimmillaan. Lauluissa ja loruissa lapsi kuulee ja tottuu

eri melodioihin, sanarytmeihin, tempoihin ja kuulee kasvattajalta muunkinlaista äänenkäyttöä kuin pelkkää tavallista puhetta. Laulu on lapselle musiikillinen elämys, jonka luomisesta vastuu on laulavalla tai laulua opettavalla aikuisella. Laulun sanat ja sävelmä luovat yhdessä laulun tunnelman ja aikuinen välittää laulun tunnelman ja emotion laulaessaan lapselle. (Ruokonen 2016, 150.) Monessa ryhmässä myös kuunnellaan musiikkia joko cd:ltä tai puhelimesta.

Keskeisen osan päiväkodin oppimisympäristöä musiikillisessa mielessä muodostavat siis aikuisen hyvä loru- ja lauluvarasto. Kun aikuinen osaa riittävästi laulumateriaalia ulkoa, hän pystyy sisällyttämään laulamista ja loruttelua osaksi oppimisprosessia ja lapsen arjen tilanteita. (Ruokonen 2016, 157.)

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2018) luova toiminta on liitetty Ilmaisun monet muodot -otsikon alle. Suunnitelmassa todetaan, että varhaiskasvatuksen tehtävänä on tukea tavoitteellisesti lasten musiikillisen, kuvallisen, sanallisen ja kehollisen ilmaisun kehittymistä. Taidekasvatus pitää suunnitelman mukaan sisällään niin spontaania kuin ennalta suunniteltua toimintaa. Avainasemassa ilmaisussa ja oppimisessa ovat kokeilu, tutkiminen ja tekemisen eri vaiheiden harjoittelu sekä vaiheiden dokumentointi. Jokaisen lapsen yksilöllistä ilmaisua tuetaan ja lisäksi annetaan tarpeeksi aikaa ja tilaa lasten yhteisille luoville prosesseille. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 43.)

Suunnitelman (2018, 43) mukaan ”musiikillisen ilmaisun tavoitteena on tuottaa lapsille musiikillisia kokemuksia sekä vahvistaa lasten kiinnostusta ja suhdetta musiikkiin”. Suunnitelmassa kehoitetaan ohjaamaan lapsia elämykselliseen kuunteluun ja ääniympäristön havainnointiin. Lasten valmiuksia hahmottaa musiikkia kehitetään leikinomaisen toiminnan kautta lasten kanssa laulamalla, loruttelemalla, erilaisten soittimien kokeilulla, musiikin kuuntelulla ja musiikin mukaan liikkumisella. Lapsille annetaan kokemus perussykkeestä, sanarytmeistä ja kehosoittamisesta ja heitä rohkaistaan käyttämään mielikuvitustaan ja ilmaisemaan musiikin herättämiä ajatuksia ja tunteita. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 43.)

## 4.2 Musiikillisen ilmaisun monet muodot

Musiikkikasvatuksessa puhutaan musiikkikasvatuksen työtavoista ja pohjaideakirjasten harjoitusten musiikillisen ilmaisun moniin muotoihin tulee sieltä. Musiikillisen ilmaisun monet muodot musiikkikasvatuksen työtapojen jaottelun pohjalta ovat laulaminen, soittaminen, liikunta, kuuntelu ja niin sanottu taideintegraatio eli muiden taiteiden yhdistäminen musiikkiin. Laulun alle mahtuvat puhe, loruttelu, äänenkäyttö ja oma ääni. Soitto koskee niin kehosoittoa, erilaista rytmittelyä kuin varsinaista instrumenttien soittoa. Nämä ilmaisumuodot antavat erilaisia lähestymistapoja vaikkapa laulun opetukseen. Esimerkiksi sama laulu voidaan ensin lorutella, sitten liikkua ja lopuksi laulaa, kun sanat ja rytmi ovat jo tutut.

Eräänlaisena yläkäsitteenä voidaan pitää omaa keksimistä ja improvisaatiota, jonka saa sovellettua jokaiseen ilmaisumuotoon. Esimerkiksi kaikuleikeillä ja imitaatioharjoituksilla lasta herätellään oman keksimisen ja improvisoimisen äärelle (Perkiö 2010, 29). Lapsi oppii samalla musiikin elementtejä eli rytmiä, kuten sykettä ja sanarytmejä, melodioita, harmonioita, musiikin muotoa, sointiväriä, erilaista dynamiikkaa ja tempoa. Musiikkia siis opitaan työtapojen avulla ja niitä yhdistelemällä. Samalla opitaan myös musiikin peruskäsitteitä ja kieltä luontevasti musisoiden, leikkien, improvisoiden ja musiikkia integroiden. (Ruokonen 2016, 146.)

### 4.2.1 Laulaminen

Lapsella oman äänen kokeilu lähtee varhaisista jokerteluista ja rytmikkästä höpöttelystä. Myöhemmin lapsi laulaa spontaanisti omia laulujaan tai monta erilaista laulua potpurityyliin. Näissä lapsen itse kehittelemissä potpureissa on monesti osia jo jostain opitusta laulusta. Omat laulelmat saattavat olla lapselle osa ajattelua, muistamista ja lapsen sen hetkistä leikkiä, vaikka ne voivat kuulostaa aikuisen korvaan täysin satunnaisilta. (Huhtinen-Hildén & Pitt 2018, 143.)

Työtapana laulaminen käsittää paitsi itse laulamisen, myös puheen. Oma ääni on erilaisten äänellisten kokeilujen lähtökohta ja erilaiset äänileikit valmentavat

lasta puhe- ja lauluilmaisuun. (Perkiö 2010, 29.) Laulaminen on jokaiselle ihmiselle kuuluva luonnollinen musiikillisen ilmaisun muoto. Laulamisen voi liittää ihan kaikenlaiseen oppimiseen, arjen toimintoihin ja juhlaan. Laulujen valinnassa on hyvä pohtia niiden kielen oppimista tukevaa vaikutusta sekä samalla niistä saatavaa apua jonkin arjen taidon oppimiseen. (Ruokonen 2016, 147.)

Päiväkodissa työskennellessäni huomasin, miten monipuolisesti laulamista ja ääntä voi käyttää eri tilanteissa. Koen, että päiväkodissa oman äänen käyttöä on turvallista lähteä kokeilemaan yhdessä lasten kanssa. Lapset nauttivat, kun aikuinen heittäytyy esimerkiksi lasten hassutteluihin ja leikkeihin myös äänellisesti. Vaikka varhaiskasvattaja olisi omasta äänestään epävarma, voi yhteinen kokeilu lasten kanssa avata oman äänen käytölle aivan uusia mahdollisuuksia. Töissä kannustin aina kaikkia kollegoita käyttämään ääntään rohkeasti. Lapsi ei huomaa tai tuomitse, jos laulu menee niin sanotusti nuotin vierestä. Lapset vaikuttavat yleensä vain nauttivan aikuisen kanssa yhdessä laulamista ja oman kokemukseni mukaan laulu avaa lapsen ja aikuisen välille yhteyden, mitä pelkällä puheella ei välttämättä voi saavuttaa.

Laulaminen oli itselleni päiväkodissa työskennellessäni erityisesti odotustilanteissa ja ohjeiden annossa todella omiaan. Sadekelillä, kun lasten kanssa piti odotella sisälle pääsyä, kokoontuimme esimerkiksi pihan katokseen ja lauloimme lasten toivelauluja. Pukemisohteet laulaen saivat pukemishaluttoman lapsen pukemaan, ja laululla ohjaaminen esimerkiksi käsienpesussa toimi todella tehokkaasti. Havaitsin myös, kuinka hauskaa lapsista on kokeilla erilaisia suusta lähteviä ääniä ja näin samalla tutustua omaan ääneensä ja sen mahdollisuuksiin. Lasten kanssa on päristelty, puhalleltu, suhisteltu, maiskuteltu ja kokeiltu kuinka korkealle ja matalalle oma ääni yltää.

#### 4.2.2 Soittaminen

Soittamiseen johdattelu tapahtuu kokeilun ja imitaation kautta. Lasten kanssa etsitään yhdessä sykettä, erilaisia rytmejä, ostinatoja ja melodioita. Hyviä tapoja näiden löytämiseen ovat esimerkiksi erilaiset musiikkileikit, soivat sadut, pienet

rytmi- ja soittoharjoitteet sekä aktiivinen musiikin kuuntelu. (Seppänen, Lindberg-Piironen & Tarvonen 2017, 213.)

Soittaminen kannattaa aina aloittaa kehosoitimmista. Kehosoitolla lapsi saa musiikin rytmin ja sykkeen tuntumaan kehossaan, jolloin rytmi on helpompi siirtää soittimen soittamiseen. (Ruokonen 2016, 158.) Kehosta lähtee lukemattomia erilaisia ääniä, koska jokaisen ihmisen keho soi omalla kauniilla tavallaan. Yleisimmin käytetyt kehosoitimen äänet ovat taputus, napsutus, suhistus, tömistys, läpsytyt ja silitys. Myös suusta lähtee monenlaisia hauskoja ääniä, kuten maiskutusta, pärinää, suhinaa ja puhaltelua. Suulla tehtävät soitto- tai ääniharjoitukset auttavat lasta suun motorisessa ja kielellisessä kehityksessä. Harjoitusten avulla voidaan myös ohjata lasta oikeanlaiseen äänenkäyttöön. (Seppänen, Lindberg-Piironen & Tarvonen 2017, 218.)

Keholla soittaminen on siitäkin syystä helppo toteuttaa, koska sen soittaminen ei vaadi erityisiä järjestelyjä tai soitinten hakua. Päiväkodissa kehosoitto on helppo ottaa mukaan päivän eri tilanteissa. Itse olen käyttänyt keholla soittamista muun muassa päiväpiireissä, jonotustilanteissa, ulospääsyä odottaessa, ruokaa odottaessa ja leikeissä. Kehosoittoideat olen pitänyt aina mahdollisimman yksinkertaisina, jotta lapsen olisi helppo ja vaivaton tulla niihin mukaan. Yleensä olen lasten kanssa tömistellyt jaloilla, rummuttanut reisiin ja taputtanut käsiin tai sormiin. Olen myös ”soittanut” lapsia eli vaikkapa rytmitellet tai laulanut jotain laulua ja samalla taputellut lapsia vaikkapa päälakeen. Myös erilaisten ääntelyjen, kuten päristelyn, sihinän ja suhinan tai maiskuttelun, kokeilu on ollut lapsista hurjan hauskaa.

#### 4.2.3 Kuunteleminen

Perkiö (2010, 29) kirjoittaa Musiikkia liikkuen -kirjassa, että ”silta oman musiikin tekemisen ja kuuntelun välille rakentuu aktiivisen musiikin kuuntelun kautta”. Musiikin kokemisen keskeinen lähtökohta onkin kuuntelulle herkistyminen. Lapsen kyky kuunnella aktiivisesti erilaisia ympärillä kuuluvia ääniä ja musiikkia

avaa lapselle tien musiikin maailmaan. Kuuntelukasvatus ääniä täynnä olevassa nyky-yhteiskunnassa korostuu ja hiljaisten hetkien järjestäminen päiväkodissa on myös osa musiikkikasvatusta. Hiljaisten hetkien järjestäminen päivän aikana antaa mahdollisuuksia erilaisten, päiväkodista ja sen ulkopuolelta kuuluvien äänien havainnointiin, tutkimiseen ja tiedottamiseen. (Ruokonen 2016, 164.)

Päiväkotipäivän aikana melutaso nousee välillä korkeaksi ja taustahälyä voi olla pahimmassa tapauksessa koko ajan. Siksi hiljaisuuden ja hiljaisten hetkien merkitys korostuu. Töissä ollessani aloitimme aina aamupiirin yhteisillä hengittelyillä soittokellon avulla. Hiljennyimme hetkeksi kuuntelemaan vain soittokellon hiljalleen katoavaa kaikua. Ennen välipalaa teimme monesti saman, jonka jälkeen kuuntelimme lasten kanssa esimerkiksi, miltä kuulostaa maidon kaataminen laisiin tai näkkileivän voiteleminen. 3–5-vuotiaiden ryhmässä työskennellessäni kuuntelimme myös joka päivä aamupiirin hengittelyjen aikana, mitä ääniä päiväkodista kuuluu. Lapset saivat kertoa hengitysten lopuksi, minkälaisia ääniä kuulivat. Oli hauskaa huomata, miten erilaisiin ääniin lapset kiinnittivät huomiota: yksi kuuli keittäjän touhut keittiössä, toinen kaverin hengityksen ja kolmas ilmastoinnin hurinan.

Musiikin kuuntelun avulla lapset oppivat kohtaamaan erilaisia musiikkityylejä ja näin heidän yleinen musiikin tuntemuksensa kasvaa. Kuuntelukokemuksista kannattaa myös aina keskustella ja kuunneltavasta kappaleesta kertoa jotain lapsille. Yhteisellä keskustelulla ja tiedolla kappaleesta lapset kehittyvät musiikin arvioinnissa. Myös luova musiikillinen ilmaisu ja ajattelu kehittyvät kuuntelun kautta. Paras pohja kuuntelukasvatukselle ovat lapsen omat mielenkiinnon ja mieltymyksen kohteet, joista kuunteluelämyksiä on hyvä lähteä laajentamaan. (Ruokonen 2016, 164–165.)

Itse olen huomannut, että kun kuunneltava musiikki on lapselle mieluista ja hänen toivomaansa, kuuntelu helpottuu. Varsinkin, jos käsillä on rauhattomampi tilanne. Olen opetellut lastenohjelma Ryhmä Haun tunnusmusiikin ja käyttänyt



sitä esimerkiksi pukemistilanteessa laulaen ja lapset ovat kuunnelleet. Ikisuosikki Frozenin Taakse jää -kappaleesta lapset lumoutuvat lähes aina tai Ninjagon tunnusmusiikista. Kun kuunneltavana on tuttu melodia, osa lapsista lumoutuu aivan paikoilleen ja osa toki laulaa tai hyräilee mukana. Tutulla melodialla on ihmeellinen voima. Samaa on havaittavissa, kun lapset toivovat heille tärkeitä lastenlauluja, kuten Tuiki, tuiki tähtöstä tai Pienen pientä veturia.

#### 4.2.4 Liikkuminen

Musiikkiliikunta tarjoaa työtapana jokaiselle mahdollisuuden musisoida eri tavoin liikkuen. Liikkeellä voidaan ilmaista niin musiikin tunnelmia, sykettä kuin muotoakin (Perkiö 2010, 29). Opettajan oma luova heittäytyminen musiikkiliikuntaan antaa lapselle kohtaamisen, ilmaisun ja liikkeen mallin sekä kannustaa lasta kokeilemaan itse. Musiikkiliikunnassa keskitytään liikunnan keinoin musiikin aktiiviseen kuunteluun, musiikin muodon hahmottamiseen ja tunnelman ja sointivärien tunnistamiseen kehollisesti. Samalla musiikkiliikunta tutustuttaa lapset erilaisiin aika-arvoihin ja tahtilajeihin, soitinten tunnistukseen ja antaa impulssin omien musiikillisten kokonaisuuksien tuottamiseen sekä improvisointiin. (Seppänen, Lindberg-Piironen & Tarvonen 2017, 275–276.)

Musiikkiliikunnan kautta lapsi oppii myös jäsentämään kehonkuvaansa ja kehittyy liikkeiden hallinnassa, koordinaatiossa ja kehollisessa ilmaisussa. Myös psyykomotoriset taidot kehittyvät, kun musiikkiliikunnassa käytetään rytmittajun kehittämiseen tähtääviä harjoituksia. Liikkumisen ja kehorytmiikan avulla lapsi oppii ilmaisemaan musiikin perussykettä ja melodiarytmiä. Tapoja kokea musiikin rytmi liikkuen on monia, kuten kävely, marssi, juoksu, laukka, hyppy tai keihänsä. Musiikkiliikunnan avulla kehitetään niin kuuntelutaitoa, rytmittajua kuin liikkeiden koordinaatiota. Monipuolinen musiikkiliikunta rakentaa lapsen kokonaisvaltaista minäkäsitystä. (Ruokonen 2016, 167–168.)

Päiväkodissa musiikkiliikunnan eri muotoja on helppo sisällyttää päivän kulkuun. Paikasta toiseen voi esimerkiksi siirtyä lorun, laulun tai ääntelyn avulla

edeten. Samalla lapset saavat kokeilla erilaisia tapoja liikkua ja paikasta toiseen siirtymisestä tulee hauskaa.

#### 4.2.5 Taideintegraatio

Inkeri Ruokonen toteaa artikkelissaan Musiikki varhaiskasvatuksessa -käsikirjassa (2017, 305), että niin sanottu taiteidenvälisyys kuuluu perinteisesti suomalaiseseen varhaisiän musiikkikasvatukseen. Se tarjoaa laaja-alaisemman ja kokonaisvaltaisemman näkökulman musiikinopetukseen. Taiteiden välinen lähestymistapa auttaa näkemään maailman kokonaisempana, monimuotoisempana ja vaihtelevampana, kuin vain yhden taiteenlajin kautta tarkasteltuna. Taideintegraatiolla voidaan tarkoitaa esimerkiksi sadun ja musiikin yhdistämistä, musiikki-maalaamista, laulupiirtämistä tai erilaisia draamaharjoituksia musiikkia apuna käyttäen.

### 4.3 Musiikin integroiminen varhaiskasvatuksen arkeen

Mitä pienemmästä lapsesta puhutaan, sen tärkeämpää aikuisen olisi liittää musiikki lapsen päivittäisiin toimintoihin. Musiikin vaikutus varhaislapsuudessa on eheyttävää, sillä lapsen musiikillinen kehitys on suoraan yhteydessä siihen ympäristöön, jossa hän elää. Tästä syystä onkin erityisen tärkeää puhua laaja-alaisesta ja eheyttävästä musiikkipedagogiikasta ja musiikin integroimisesta koko varhaiskasvatuksen toimintaan. (Ruokonen 2017, 309.)

Taidekasvatuksen integroimista varhaiskasvatukseen voidaan tarkastella neljällä tasolla: integrointi arjen perushoitotilanteisiin, lapsilähtöinen integrointi, pedagogisesti painottunut taiteiden integrointi oppimaan oppimisessa ja opetus-suunnitelmallinen integrointi musiikkikasvatuksessa. Ensimmäisellä tasolla taide, tässä tapauksessa musiikkikasvatus, otetaan mukaan arjen tilanteisiin, esimerkiksi perushoitotilanteisiin ja lepohetkiin. Toisella tasolla rikastutetaan lapsesta lähtevää toimintaa taiteen avulla. Kolmannella tasolla ovat taidepedagogiset tuokiot ja neljäs taso avaa tien eheytettyyn opetussuunnitelmaan. (Ruo-

konen 2017, 309.) Opinnäytetyöni kannalta oleellisia integroinnin tasoja ovat tasot yksi ja kaksi eli musiikkikasvatuksen integroiminen arjen tilanteisiin ja integroiminen lapsilähtöiseen toimintaan.

Ensimmäisellä tasolla on siis kyse niin sanotusta primääristä integroinnista, jossa musiikki liitetään kaikkiin arkipäivän tilanteisiin. Laulu, hyräily, lorut, tanssiminen ja kuuntelu voidaan liittää moniin arjen vuorovaikutustilanteisiin. Lapsen rytmikasvatus lähtee tehokkaasti liikkeelle arjen tilanteiden yhteyteen liitetyillä lorujen, kehorytmileikkien ja laulujen toistolla. Toisen tason musiikillinen integrointi tarkoittaa käytännössä lapsen rohkaisua hänen ehdoillaan yhä monipuolimpaan musiikilliseen ilmaisuun ja toimintaan. (Ruokonen 2017, 310.)

## **5 Ideakirjanen päivän siirtymä- ja odotustilanteisiin**

Musiikin integroimisen näkökulmasta ideakirjasen harjoitusten taustalla on ajatus musiikillisen toiminnan juurruttamisesta osaksi varhaiskasvatuksen arjen rakenteita. Opinnäytetyöni tuotteena koostamani ideakirjanen sisältää 17 erilaista, musiikillisen ilmaisun monia muotoja yhdistelevää harjoitusta. Ideakirjasen tarkoitus on nimenomaan antaa vinkkejä, ideoita ja ennen kaikkea rohkeutta juurruttaa jokin tapa tai rutiini päivän siirtymiin ja odotteluihin. Ideakirjaseen olen kirjannut ylös harjoituksia, joita olen jo käyttänyt työskennellessäni varhaiskasvatuksen opettajana. Näiden lisäksi kirjasessa on myös täysin uusia harjoituksia, jotka ovat saaneet inspiraationsa jo toimiviksi todettujen harjoitusten pohjalta.

Ideakirjasen harjoituksissa käytetään paljon kehoa, hienomotoriikkaa, omaa ääntä, kuuntelua ja keksimistä. Harjoitusten otsikon alle olen aina kertonut, mitä musiikin ilmaisumuotoa harjoituksessa käytetään. Jokaisen harjoituksen voi tilanteesta riippuen tehdä eri nopeuksilla ja äänenvoimakkuuksilla. Vaikka harjoituksissa yhdistyykin usein monta eri ilmaisumuotoa, olen jaotellut ne tämän pääluvun alaluvuissa sekä itse kirjasessa neljän eri otsikon alle, jotka ovat: Musiikillisia siirtymiä soivan päivän avulla, Monipuolista äänenkäyttöä, laulua ja loruja, Tarkkaa kuuntelua sekä Liikettä ja hienomotoriikkaa.

Työssäni varhaiskasvatuksen opettajana huomasin, miten vaikeaa monella kollegalla oli ottaa musiikki käyttöön työssään, tai musiikin käytön ajateltiin tarkoittavan vain laulamista ja soittamista. Ajatus tuntui monella olevan, että koska en osaa, en uskalla tehdä. Monelta kollegalta kuulin, että kouluaikoina saatu palaute ja oma käsitys itsestään epämusikaalisena vaikuttivat paljon siihen, paljonko musiikkia halusi omassa työssään käyttää. Juuri tästä syystä olen halunnut miettiä harjoitukset mahdollisimman helposti toteutettaviksi, matalan kynnyksen toiminnaksi, jotka antaisivat varhaiskasvattajalle rohkeutta ottaa musiikki osaksi työtään. Harjoituksiin ei tarvita erillistä välineistöä, kuten soittimia, eikä työntekijän tarvitse olla millään lailla musikaalinen. Ainut poikkeus välineistön käyttöön on ensimmäinen harjoitus soivasta päivästä.

Myös Minna Huotilainen kannustaa haastattelussaan Musiikki monipuoliseen käyttöön (2020) varhaiskasvatus-, hoito-, ja kasvatusalalla työskenteleviä ottamaan musiikin rohkeasti käyttöön työssä. Hänen mukaansa kannattaa unohtaa kouluaikojen palautteet huonosta lauluäänestä tai rytmitajusta, koska musiikkia voi hyödyntää niin monella tavalla. Lisäksi hän toteaa haastattelussa, että varhaiskasvatus-, opetus-, ja hoitoalalla musiikkikoulutuksesta olisi valtava hyöty. Musiikki pitäisi hänen mielestään ymmärtää samalla tavoin kuin liikunta: sitä pitäisi harjoittaa koko elämän. (Huotilainen 2020)

Kukin voi lähteä vahvistamaan omia musiikillisia kykyjään omasta yksilöllisestä taito- ja tahtotilanteestaan käsin, asenne ratkaisee. Aikuiselle itsensä kehittämisen ainoaksi esteeksi saattaa muodostua juuri tuo väheksyvä käsitys omista musiikillisista mahdollisuuksista. Syvälle iskostuneen asenteen ja käsityksen voi voittaa vain madaltamalla itsekritiikkiä ja heittäytymällä rohkeasti musiikin vietäväksi omalla tavallaan sekä antamalla omien taitojen karttumiselle aikaa. (Lindberg-Piiroinen, Ruokonen 2017, 16.)

## 5.1 Musiikillisia siirtymiä soivan päivän avulla

Ideakirjaseen ensimmäinen harjoitus on nimeltään Soiva päivä. Ajatus soivasta päivästä muodostui itselleni käyttöön työssäoloaikana, kun pohdin miten suuren

1–3-vuotiaiden ryhmän päivää voisi rauhoittaa ja siirtymiä helpottaa. Aloitin kokeiluni aluksi etsimällä ryhmälle siivouslaulun ja alkamalla laulamaan Sinistä unta aina lepoaikalle siirryttäessä. Tämän aloitin heti elo-syyskuussa eli toimintakauden alussa. Pikkuhiljaa lisäsin musiikkia eri siirtymiin, jolloin moni päivän siirtymä hoitui puhelimesta tai kaiuttimesta soitetun tai itse laulettun musiikin avulla. Soivan päivän ideana on siis toteuttaa päivän siirtymiä aina saman, ennalta valitun kappaleen avulla. Aluksi ideaa voi kokeilla muutamassa siirtymässä esimerkiksi siivouksessa ja päiväpiiriin siirtymisessä ja lisätä pikkuhiljaa musiikkia useampiin siirtymiin.

Omassa ryhmässäni erilliset kappaleet olivat lopulta siivoukselle, päiväpiiriin siirtymiselle, ruokapöydästä riisumiseen menolle ja lepohuoneeseen siirtymiselle. Kappaleiden tunnelmat virittivät lapsia juuri oikeaan vireystilaan ja tunnelmaan. Tällöin myös omaa ääntä eli siis puhetta tarvitsi käyttää vähemmän. Huomasin itse käytännössä, että harjoitus rohkaisi lapsia aktiiviseen kuunteluun ja muutti musiikin lapsen päässä viestiksi seuraavasta toiminnasta.

## 5.2 Monipuolista äänenkäyttöä, lorua ja laulua

Olen halunnut harjoituksissa tuoda esille paitsi laulua ja loruttelua, myös monipuolisia tapoja käyttää ääntä ja auttaa lasta tutustumaan omaan ääneensä. Äänenkäytöllä tarkoitan siis myös tapaa hengittää: siitähän kaikki ääntely lähtee. Puuskun ja puhallan -niminen harjoitus lähteekin juuri hengittämisestä. Harjoitukseen olen kirjannut erilaisia tapoja puhalttaa. Aluksi aikuisen käsi tai lapsen oma käsi on joko nyrkissä tai auki ja se pitäisi saada puhaltamalla auki tai kiinni. Pienempää puhallusta eli varovaisempaa hengitystä taas tarvitaan, jos aikuisella tai lapsella onkin pelkkä yksi sormi pystyssä ja se pitäisi saada varovaisilla puhalluksilla takaisin nyrkkiin piiloon. Harjoituksen voi toteuttaa myös niin, että lapsi pitää itse kättä nyrkissä ja nyrkkiin puhalletaan pikkuhiljaa niin, että joka puhalluksella nousee yksi sormi pystyyn, kunnes koko käsi on valmis.

Hengittämisestä päästään myös erilaisiin lapsen keksimiin tai yhdessä mietittyihin ääntelyihin sekä äänenkäytön tasoihin. Äänimittari-harjoituksen voi tehdä ennalta sovitun äänen, ääntelyn tai tutun laulun avulla. Idea on, että aikuinen muodostaa käsivarresta ja etusormestaan niin sanotun äänimittarin. Kun äänimittarin sormi menee käsivartta pitkin ylös, valittu ääntely tai laulu voimistuu ja kun taas alaspäin se hiljenee.

Taidetta ilmassa ja Lapset soittimena -harjoituksissa ollaan myös erilaisten äänten äärellä. Taidetta ilmassa -harjoituksessa lapset saavat keksiä tai yhdessä aikuisen kanssa miettiä, millaista ääntä voisi lähteä kynästä, isosta ja pienestä sudista sekä maalausvälineistä. Harjoituksessa havainnollistuu ja konkretisoituu käsillä tehtyjen maalausvälineiden avulla äänenvoimakkuus ja äänien erilaisuus. Lapset soittimena -harjoituksessa lapset keksivät joko yhdessä aikuisen kanssa tietyn äänen, tai jokainen lapsi keksii itselleen yhden ja saman äänen, joka lapsesta lähtee, kun aikuinen ”soittaa” lasta.

Hengittämisestä ja erilaisista ääntelyistä päästään loruihin ja laulamiseen. Taidetta ilmassa, Etanan sääennustus ja Hyönteiset ja kehonosat voi kaikki tehdä joko pelkästään lorutellen tai laulaen. Hyönteiset ja kehonosat -harjoituksessa on aluksi vielä keksittävä, millaista ääntä valitusta hyönteisestä lähtee, ennen kuin loru tai laulu alkaa.

### 5.3 Tarkkaa kuuntelua

Aktiiviseen tilan ja toisten kuunteluun virittäviä harjoituksia on ideakirjasessa kolme. Mitä päiväkodista kuuluu? -harjoituksessa lasten on tarkoitus kuunnella, mitä eri ääniä päiväkodista kuuluu. Kuunteluajan jälkeen lapset saavat vuorotellen kertoa, mitä ovat kuulleet. Harjoituksen voi toteuttaa myös niin, että jokainen on vuorollaan pääkuuntelija ja kertoo kuunteluvuoronsa jälkeen, mitä kaikkea kuuli.

Tarkkaa kuuntelua vaatii myös Toista mitä kuulet -harjoitus, jossa lasten on tarkoitus toistaa perässä aikuisen tekemä ääni tai esimerkiksi kehorytmi. Kun toi-

minta alkaa olla tuttu, myös lapset voivat kukin vuorollaan tehdä haluamansa äänen ja muu ryhmä toistaa sen aikuisen kanssa perässä. Lapsilta voi lisäksi kysyä, montako osaa ääniviestissä oli, esimerkiksi montako taputusta tai äännähtelyä lapset kuulivat. Tällöin kuuntelua saadaan vieläkin aktiivisemmaksi ja mukaan saadaan laskeminen.

Rytmi- ja ääniviesti -harjoituksessa idea on samankaltainen, kun edellä mainitussa harjoituksessa. Tällä kertaa lähetetään taputtaen rytmiviesti eteenpäin seuraavalle. Aikuinen voi aloittaa esimerkiksi yhdestä taputuksesta, jonka antaa eteenpäin ja viestin pitäisi pysyä samana koko ketjun ajan. Harjoituksen voi toteuttaa samalla tavoin myös äänellä, esimerkiksi yksi "shh" ja tämän viestin pitäisi pysyä samana koko ketjun ajan.

#### 5.4 Liikettä ja hienomotoriikkaa

Ideakirjasessa on myös muutama harjoitus liikkumiselle, jotka sisältävät niin karkea- kuin hienomotoriikkaa. Isompia liikkeitä eli karkeamotorisia harjoituksia musiikin avulla ovat Venytellään ja Liikkuen ja äännellen. Molemmissa harjoituksissa on tarkoitus yhdistää liikkeeseen myös jokin ääni. Venyttelyssä venytellään paikoillaan äänien avulla eri suuntiin: ylös, alas, sivuille ja lopuksi ravistellaan koko keho. Harjoituksen on tarkoitus myös havainnollistaa äänen tasoja liikkeen avulla eli kun kurkotetaan ylös, kuuluu korkeaa ääntä, kun alas niin matalaa ääntä ja sivuille venytellään suhisten. Loppuravistelussa ääntä saa päästellä vapaasti. Liikkuen ja äännellen -harjoituksessa on tarkoitus siirtyä paikasta toiseen eri tavoin liikkuen ja äännellen. Olen kirjannut harjoitukseen esimerkiksi hiiren pienet askeleet ja piipityksen ja avaruusraketin ja suhinan.

Hienomotoriikkaa tukevia musiikillisia harjoituksia on kirjasessa kaksi. Ajourataharjoituksessa lapsi avaa toisen kätensä "ajoradaksi" ja toisen käden etusormesta tulee "auto". Etusormi kulkee toisen käden sormien muodostamaa rataa pitkin. Harjoituksen aluksi voidaan päättää, millainen ajoneuvo on kyseessä ja millaista ääntä se päästää. Harjoituksen voi tehdä joko vain äännellen tai jonkin tutun laulun tai lorun avulla. Lisämausteen tuo, jos ajoneuvon ääni, laulu tai loru

voimistuu, kun ajoneuvo ajaa sormeja ylöspäin ja hiljenee, kun ajetaan sormeja alaspäin.

Sormet moikkaa -harjoituksessa laitetaan kädet vastakkain ja jokainen sormi tervehtii vastakkaista sormeja lorun avulla vuorotellen alkaen peukaloista. Haastetta voi saada siten, että sormet ”halaavatkin” toisiaan eli menevät ristiin. Harjoituksessa voi käyttää apuna keksimääni sormilorua.

## 5.5 Rytmejä ja kehosoittoa

Työkokemukseni perusteella kaikenlainen rytmittely, taputtelu ja vaikkapa esineisiin koputtelu on ollut helppoa sisällyttää ryhmän arkeen, ja lapset lähtevät siihen yleensä hyvin herkästi mukaan. Ideakirjasessa on kolme selkeästi rytmittelyyn ja soittamiseen liittyvää harjoitusta.

Yksinkertaisimmillaan rytmin käyttö ja soittaminen voi olla sitä, että taputetaan rytmikkäästi seuraava ohje siirtymään tai kulloiseenkin tilanteeseen liittyen. Päivän siirtymien yksinkertaiset ohjeet voikin pelkän puheen sijasta taputtaa esimerkiksi ”tule jonoon” tai ”pese kädet”. Kun tätä on toistettu jonkin aikaa, lapset alkavat tulla mukaan ohjeiden taputtamiseen. Omassa ryhmässä päivittäin toistuva ja lapset mukaan saava oli ennen ruokailuja toistuva ”mene omalle paikalle”, mitä taputtelimme lasten kanssa niin kauan, kunnes kaikki olivat istuutuneet. Näin taputtelusta voi tulla yhteinen, lyhyt ja hauska soittohetki.

Taputukset ja rytmin saa kätevästi mukaan myös päiväkodissa paljon toistuviin pukemis- ja riisumistilanteisiin. Puetaan tai riisutaan rytmittellen -harjoituksessa taputetaan tavuttaen puettavan tai riisuttavan vaatekappaleen nimi, esimerkiksi suk-ka. Samalla sanojen tavutus tulee tutuksi. Lasten taitotasosta riippuen voidaan aloittaa ensin joko yhdestä vaatekappaleesta tai taputtaa useampi.

Kehosoittimen soittamiseen päästään Kehosoitto-orkesteri -harjoituksessa. Kehosoittimiksi olen valinnut jalkabassorummut, reisirummut, vatsaguiron ja sormikapulat. Aluksi voidaan kuunnella, miltä kehosoitinmet kuulostavat ja tämän jälkeen lähteä soittamaan esimerkiksi Apinaorkesteri-laulun sanoja lorutellen tai



laulaen. Laulua voi lorutella tai laulaa neljä kertaa niin, että kehosoitin vaihtuu joka kerralla. Viidennellä kerralla lapset saavat esimerkiksi päättää, mitä kehosoitinta yllä olevista soittavat. Harjoituksen voi toteuttaa myös pelkästään kuuntelu- ja soittoharjoituksena ilman lorua tai laulua.

## **6 Varhaiskasvattajien ajatuksia ideakirjasesta**

Opinnäytetyötäni varten tarvitsin haastateltavia varhaiskasvattajia ideakirjasen luonnoksen kommentointia varten. Tutkimusluvan saadakseni soitin ensin saman toimijan yksityisiä päiväkoteja hallinnoivalle toimitusjohtajalle. Hän antoi puhelimesta tutkimusluvan. Erillistä lupalomaketta päiväkotien puolesta ei ollut, eikä sitä toimitusjohtajan mukaan tarvittu. Toimitusjohtaja ehdotti minulle puhelimesta tutkimukseen sopivat päiväkodit kerrottua opinnäytetyöstä. Tiedotteen tutkimuksesta (ks. liite 1) ja tutkimukseen suostumuksen lomakkeen (ks. liite 2) lähetin päiväkodeille sähköpostitse ja tutkimukseen suostuneet osallistujat lähettivät minulle lupalomakkeen skannattuna pdf-tiedostona sähköpostitse takaisin.

Haastattelin kahtena päivänä, 17-18.3.2022, kuutta varhaiskasvattajaa kahdesta yksityisestä päiväkodista. Molemmat päiväkodit ovat saman toimijan hallinnoimia. Haastateltavat työskentelivät eri-ikäisten lasten kanssa, joiden ikähaarukka on 1–6 vuotta. Haastatteluja varten kasvattajat saivat luettavakseen ideakirjaseni luonnoksen puolitoista viikkoa ennen haastatteluja.

Haastattelun kysymykset (ks. liite 3) liittyivät kasvattajan tämänhetkisiin kokemuksiin siirtymä- ja odotustilanteiden sujuvuudesta, musiikin käytöstä työssä tällä hetkellä sekä kommentointiin ideakirjasen toimivuudesta ja käyttöönoton mahdollisuuksista. Haastattelut toteutin puhelimitse teemahaastatteluina, jotka myös äänitin. Puhelinhaastattelun aluksi kerroin vielä kaikille haastateltaville, ettei heitä voi tunnistaa lopullisesta opinnäytetyöstä.

Haastattelujen jälkeen litteroin äänitetyn aineiston. Litteroinnissa yhdistelin kahta eri litteroinnin tapaa: peruslitterointia sekä sanantarkkaa eli eksaktia litterointia. Peruslitteroinnissa puhe litteroidaan sanantarkasti, mutta siitä jätetään täytesanat pois. Sanantarkassa litteroinnissa taas litteroidaan myös kaikki ylimääräiset sanat ja äännähdykset. Litterointi onkin hyvä tehdä mahdollisimman kattavasti, eikä siitä kannata jättää pois kohtia, jotka eivät tunnu litterointihetkellä omalle tutkimukselle relevanteilta. (Kvalitatiivisen datan käsittely.)

## 6.1 Haastateltavien kokemuksia siirtymätilanteista

Haastattelujen perusteella varhaiskasvattajien kokemukset siirtymätilanteista omassa työssä vaihtelivat. Osa koki siirtymät todella sujuviksi ja helpoiksi, osa taas kertoi kokevansa lähes päivittäin haasteita siirtymissä. Sujuvien siirtymien syyksi haastateltavat mainitsivat esimerkiksi lasten iän ja toimivan ryhmän:

”Siirtymät on näiden isojen kanssa nyt todella helppoja sinänsä verrattuna vähän pienempiin, koska heille päiväkotirutiini ja rytmi on niin selkeä ja vahva jo heidän niin monen vuoden taustalla, että he tietää kyllä, miten mennään.”

Siirtymien sujuvuutta helpottivat myös hyvä tiimi ja erilaiset käytänteet, kuten pienryhmissä siirtyminen:

”Pääsääntöisesti kyllä rauhallisiksi, meillä on aika hyvä tiimi ja lapset on kyllä rutinoituneet tänne meidän tapoihin, niin on mennä kyllä tosi mukavasti. Me ollaan pyritty kaikki siirtymiset ylipäättänsä hoitamaan pienryhmissä, että siirrytään pienryhmissä niin se aika paljon vaikuttaa.”

Haastaviksi siirtymätilanteet kokevat haastateltavat taas mainitsivat, että haasteet vaikuttivat liittyvän omaan vireystilaan, aikuisten toimintaan tilanteessa ja ryhmän käytänteisiin.

”Mä koen [siirtymät] aika haastaviksi välillä semmoiseksi, että ne vaatii iteltä paljon semmosta, että pitää olla hereillä ja valppaana niissä tilanteissa.”

”Oikeestaan jakaantuu vähän, että jos on koko henkilökunta paikalla ja tavallaan kaikki tietää henkilökunnasta oman paikkansa, niin silloin ne [siirtymät] sujuu ihan rauhallisesti. Että se vaatii tavallaan kyllä sen. Tämä musta erityisesti pienten ryhmässä, että henkilökunnan sitoutumisen ensinnäkin siihen.”

## 6.2 Musiikin käyttö omassa työssä

Haastattelussa (ks. liite 3) kysyin, käyttävätkö varhaiskasvattajat musiikkia siirtymä- ja odotustilanteissa tällä hetkellä ja jos, niin miten. Osalle haastateltavista musiikin käyttö siirtymä- ja odotustilanteissa oli selvästi rutinoituneempaa ja päivittäistä, ja osalle satunnaisempaa. Yleisimmät vastaukset olivat, että kasvattajat lauloivat päivän aikana tai soittivat musiikkia esimerkiksi puhelimen kautta:

”Mä laulan tosi paljon, mutta niin laulaa nämä mun työkaveritkin, että aika paljon laulua. Välillä sitten musiikkia laitetaan päälle.”

”Ja sitten myöskin joskus laitan äänikirjan tai sitten rauhallista musiikkia ja sehän ne hiljentää.”

Pari haastateltavaa kertoi myös rytmittelevänsä ja loruttelevansa päivän eri tilanteissa:

”Ja rytmittely ja riimittely varsinkin on meillä tosi kova juttu, koska meillä me käydään aakkosia läpi, niin sitten kuulostellaan, että millä [kirjaimella] sana alkaa.”

”Mutta että suurimmaksi osaksi kyllä ite lauletaan ja lorutellaan ja mitä näitä nyt on tapoja erilaisia.”

Osa haastateltavista käytti musiikkia toisinaan ja haluaisi käyttää sitä enemmän:

”Ehdottomasti sitä [musiikkia] voisi tehdä enemmän, mutta tykkään kyllä laulaa ja, ja välillä sitten soittaa jotain musiikkia vaikka puhelimesta.”

”Käytän [musiikkia] toisinaan, erityisesti noiden meidän nuorempien kanssa. Nuorempien lasten, 3–4-vuotiaiden kanssa niin laulamista käytän joskus, hyvin vaihtelevasti, en edes viikoittain välttämättä, mutta joskus.”

Yksi haastateltava kertoi musiikin käytön olevan mieluinen työtapana, mutta hän koki sen käytön kanssa haasteita:

”Se [musiikki] on mulle sellainen mieluinen työtapana, mutta mä oon tosiaan kokenut sen aika haastavaksi, että pelkästään se että saisi ne siihen että hei lauletaanko joku laulu.”

### 6.3 Ideakirjasen ideoiden toteuttamisesta ja soveltamisesta työhön

Haastattelujen perusteella varhaiskasvattajat kokivat ideakirjasen ideat toteuttamis- ja soveltamiskelpoisina. Materiaalia kuvattiin muun muassa kattavaksi, onnistuneeksi, tosi hyväksi ja selkeäksi. Haastatteluissa tuli ilmi, että kirjasen ideoista jotkin olivat jo tuttuja ja käytössä arjessa:

”Hyvin monta niistä [ideoista] tunnistin tutuiksi, oli, oli uusia juttuja, mutta on tosi monta sellasta, mitkä on jo selkeesti meidän arjessa myöskin tuttuja.”

”Mä koen ite, että mä käytän tosi paljon näitä samoja, mitkä oli siinä.”

Yksi haastateltava oli myös miettinyt, että erilaisia ideoita siirtymiin pitäisi kirjata ylös.

”Mä oon itseasiassa miettinyt, että pitäisi itekin kerätä semmosta jotain vinkkirjasta. Tai mulla on ollut nyt mielessä, että kun jossain tulee eri ihmisiltä ja opettajilta jotain vinkkejä, että ne pitäisi kerätä johonkin, että muistaa käyttää.”

Varhaiskasvattajat alkoivat haastattelujen aikana heti myös pohtia ideakirjasen käytäntöön soveltamista eri tavoin, mikä oli ilahduttavaa. Ideoita tuli esimerkiksi käyttötilanteista ja oppimisympäristöön liittämistä kuvien:

”Niin tätä [ideakirjasta] voisi tehdä jopa pöydässä, mennä jo pöytiin istumaan. Tai sitten jatkaa sitä aamupiiriä tavallaan uudella hommallalla.”

”Ehkä että, miten sitten käytäntöön siirtäisi, että voisiko osaa näitä ideoita olla jollain lailla oppimisympäristössä esillä. Esimerkiksi vaikka jotain kuvia seinällä.”

Käyttöideoita tuli myös ryhmän kulloiseenkin teemaan ja lasten mielenkiinnon-kohteisiin liittyen:

” Heti tuli esimerkiksi näihin meidän [teemoihin], kun meilläkin on nyt tämä avaruusteema. Niin täältä [ideakirjasesta] saa monista tavallaan sovellettua tuohon teemaan ja näiden meidän lasten mielenkiinnon kohteiden mukaan aika helposti.”

Soveltamiseen ja toteuttamiseen liittyen eniten rakentavaa palautetta sain siitä, että ideakirjasessa voisi olla selkeämmin jaoteltuna ideat eri-ikäryhmille tai soveltamisvinkit ideoiden käyttöön eri-ikäisten kanssa:

”Mun mielestä sellainen eri ikäryhmille olisi semmoinen oma [sovel-lus]. Esimerkiksi ne rytmijutut, että ne on liian hankalia, mutta mulla tuli kyllä kanssa mieleen, että lapsethan on hirveän erilaisia.”

Haastateltavat myös pohtivat, miten osa ideakirjasen harjoituksista on heidän mielestään selkeästi isommille ja osa toimii myös pienempien kanssa:

”Niin osa näistä on, että joo nämä menisi hyvin mineille ja nämä menisi tuonne [isommille].”

”Mä mietin, kun mä oon tässä pienten puolella, että jotkut tietyt jutut voisi olla vähän haastavia, mutta jos mä olisin tuossa isojen puolella, niin ne toimisi siellä varsin hyvin.”

#### 6.4 Ideakirjasen selkeys ja lähestyttävyyys

Kaikki haastateltavat pitivät ideakirjasen ideoita selkeinä ja lähestyttävinä. Vain muutamalta sain palautetta jonkin yksittäisen harjoituksen ohjeen selkeydestä. Kokonaisuudessaan hekin olivat kokeneet kirjasen muuten selkeäksi ja ymmärrettäväksi kokonaisuudeksi. Haastateltavien mielestä olin osannut kirjata ja avata harjoitukset ideakirjaseen hyvin ymmärrettävästi:

”Tämä [ideakirjanen] oli tosi selkeästi mun mielestä kirjattu ja kuvailtu.”

”Ehdottomasti, mun mielestä nämä [harjoitukset] on hyvin tähän avattu.”

Yksi haastateltava totesi, että vaikka harjoitukset oli ytimekkäästi kirjattu, niistä hahmotti, mitä pitää tehdä:

”Mun mielestä ne [harjoitukset] on ytimekkäitä, mutta sä olet kuitenkin selittänyt auki kuitenkin, että hahmottaa. Ja kyllähän niistä hahmottaa kanssa sen, että miten nämä on sovellettavissa.”

Yksi haastateltava mainitsi myös pitävänsä siitä, kuinka yksinkertaisia asioita kirjasessa oli:

”Tavallaan, että hyvinkin yksinkertaisia asioita, mitä ei tässä arjen hulinassa tule edes mieleen. Mä aina ite kyllä tykkään tämmöisestä, että totta tämmöistähän voisi tehdä vaikka joka päivä.”

Pari haastateltavaa kertoi lisäksi, että osa kirjaseen harjoituksista oli jo tuttuja tapoja heille. He kokivat, että myös kasvattaja, jolle harjoitukset ovat täysin uusia, ymmärtäisi, mitä tehdä:

”Mulle ehkä oli osa tosi tuttuja tapoja, niin kyllä sä olit sen [kirjoittanut], että jos on jotain uusia juttuja jollekin, niin varmasti tulee se esiin sitten, että nappaa varmaan sen pointin.”

”Kyllä sain selvää ja osa näistä oli itseasiassa tuttujakin.”

Sain myös kommentin lähestyttävyyteen ja helppokäyttöisyyteen liittyen siitä, miten hyvä oli, että harjoituksissa mainittiin ensin käytettävä työtapo, josta lähteä liikkeelle:

”Ja mä tykkään siitä, että tässä [harjoituksessa] on työtapo mainittu ihan ykkösenä eli siitä lähdetään. Ja sitten tästä voi, kun kirjasta käyttää niin voi täältä, että noniin, mäpä haluankin jonkun mikä on äänenkäyttöön liittyvä ja näin poispäin. Eli että se heti nousee tästä, että mitä työtapaa käytetään minkin lorun minkinloruttelun sun muiden kautta. Niin tämä oli musta tosi hienosti ajateltu.”

Lisäksi mainittiin, miten hyvä on, ettei harjoitusten tekemiseen tarvitse mitään instrumentteja tai muuta materiaalia:

”Sit oli kivaa musta just se et tää ei niinkun vaadi sellasta, et pitäis olla jotain, vaikka instrumentteja tai jotain muuta materiaa niinku

käytössä, että nää oli aika sellain kuitenkin sellasia helposti lähestyttäviä ideoita.”

Tää oli musta tosi hyvä, et ei tässä tarvita mitään, et keho on soittimena ja, ja sitten muuten äänen kanssa ja kuuntelulla ja näin pois-päin.

Yhden palautteen käytäntöön soveltamisesta sain siitä, että mitä jos ei tiedä mainitun laulun melodiaa, että mistä sen sitten löytää.

”Ehkä ainut on semmonen et tietysti just täs oli niinku jotain laulua ja jos se ei oo sulle tuttu niin sit, et mikäköhän se melodia on, ni tietysti tämmönen mut nehän todennäköisesti löytyy kaikki jostain, et sit voi googlettaa.”

## 6.5 Varhaiskasvattajien yleistä palautetta ja jatkokehitysideoita

Haastattelujen lopuksi kysyin haastateltavilta, olisiko heillä toiveita siitä, mitä ideakirjaseen voisi vielä laittaa lisää, ja haluavatko he vielä antaa jotain yleistä palautetta materiaalista. Palaute oli kannustavaa ja positiivista.

”Tämä oli jotenkin hyvin ajateltu kokonaisuus mun mielestä, että semmoinen yleinen palaute.”

”Tästä on varmasti hyvä jatkaa ja toivottavasti tämä pääsee käyttöönkin.”

Oli lisäksi ilahduttavaa kuulla haastateltavilta jo haastattelujen aikana, että ideakirjan harjoitukset pääsevät kokeiluun ja käyttöön varhaiskasvattajien omissa ryhmissä. Haastateltavat, jotka olivat aiemmin maininneet käyttävänsä musiikkia satunnaisesti tai vähän, kertoivat nyt, miten haluavat ottaa ideakirjaseen harjoituksia käyttöön:

”Mä tykkäsin siitä, mikä oli ideakirjasessa, että niitä ajetaan niitä sormia ylös ja alas. Mä en ole vielä kokeillut, mutta otan sen kyllä käyttöön.”

”Tosi kiva kokonaisuus ja otan täältä heti käyttöön itselleni muutama.”

Todella moni varhaiskasvattaja alkoi haastattelun lopuksi jatkokehittelä materiaalin käyttöä. Eniten ehdotuksia tuli siitä, miten ideakirjasen harjoituksista olisi kätevää saada omat kuvakortit loru- tai laulukorttien tapaan:

”Mulla on sulle jatkoidea, että näistä tehtäisiin sellainen paketti, jotka olisi sellasia, ihan konkrettisia, vaikka kuvakortteja, laminoituja kuvakortteja ja niissä olisi esimerkiksi ikäryhmittäin värikoodit.”

”Sulla voisi olla se kortti ja se kuva, vaikka siinä toisella puolella ja siinä se loru toisella puolella.”

”Tämä on tosi hyvä paketti jo tällaisenaan, mutta että jos tätä haluaa vielä tästä viedä eteenpäin, niin tosiaan voisiko tässä olla vaikka niitä kuvia tai kortteja.”

Haastateltavat kokivat, että kuvakorttien avulla materiaali olisi vielä helpompi ottaa lasten kanssa käyttöön. Näin lapsetkin voisivat kuvien perusteella valita eri harjoituksia.

## 6.6 Ideakirjasen muokkaus haastattelujen perusteella

Kaiken haastatteluista saamani palautteen ja ideoiden perusteella muokkasin ideakirjasen esipuhetta niin, että perustelin miksi en ole jaotellut harjoituksia tiettyille ikäryhmille. Harjoitusten soveltuvuudesta eri ikäryhmille tuli sen verran ajatuksia ja palautetta. Oma näkemykseni on ideakirjasta tehdessä ollut se, että ryhmän omat varhaiskasvattajat ja viime kädessä ryhmän opettaja pedagogina osaavat soveltaa harjoituksia omalle ryhmälle sopiviksi.

Lisäksi palautteen perusteella ideakirjaseen tuli kuvat. Tätä olin alun perin ajatellut, mutta nyt tein kuvat sillä ajatuksella, että ne sopivat myös mahdollisesti tuleviin kuvakortteihin. Selkiytin myös muutaman harjoituksen tekstiä ymmärrettävämmäksi.



## 7 Pohdinta

Opinnäytetyötä tehdessäni sain viimein kirjoittaa yksiin kansiin kaikki päiväkotityöaikana tulleet ideat ja pohdinnat musiikin käyttämisestä siirtymä- ja odotustilanteissa. Nelisen vuotta sitten töissä käyntiin lähtenyt oma kokeilu päiväkotien helpottamiseksi musiikin keinoin kulminoitui opinnäytetyöprosessiin ja siitä syntyneeseen ideakirjamateriaaliin.

Opinnäytetyöprosessissa minulle hahmottui, kuinka paljon niin sanottua hiljaista tietoa ja ideoita itselläni oli päiväkodin siirtymä- ja odottelutilanteissa toimimisesta. Harjoituksia oli helppo kirjoittaa ja ideoita lisää, kun tiesi, millaista päiväkotiarkea on ja millaiset harjoitukset ovat töissä toimineet. Koin innostavaksi prosessissa sen, että sain yhdistää laajasti omaa pedagogista osaamista ja tietoa niin varhaiskasvatuksesta kuin musiikkipedagogiikasta. Pedagogina opin siis itsestäni ja osaamisestani, sekä vielä paremmin kahden tutkintoni yhdistämisestä ja yhteensopivuudesta.

Haastattelukysymyksiä laatiessa olisin voinut tarkemmin kohdentaa ne koskemaan siirtymä- ja odottelutilanteiden lisäksi myös työni yhtä isoa päälukua eli itsesääätelyä. Itsesääätely on työssäni ja ideakirjasessa yksi iso teema ja nyt en kysynyt siitä haastatteluissa mitään. Olisi ollut mielenkiintoista kuulla varhaiskasvattajien ajatuksia itsesäätelystä siirtymä- ja odotustilanteissa.

Pohdin myös, että olisin halunnut pitää tutkimukseen osallistuneille päiväkoille pienen koulutuksen ideakirjasen käytöstä ja tämän jälkeen haastatella varhaiskasvattajia. Koulutusidea jäi kuitenkin prosessista pois koronapandemian aiheuttaman epävarmuuden vuoksi. Olisin myös voinut tehdä niin, että ennen haastatteluja olisin antanut materiaaliin tutustumiselle enemmän aikaa. Ohjeeksi olisi voinut laittaa, että materiaalin tutustumiseen kuuluu lukemisen lisäksi myös jonkin harjoituksen testaaminen käytännössä. Tällöin olisin saanut käytännön tietoa siitä, miten harjoitukset ovat toimineet ryhmissä.

Kehitysideoista huolimatta onnistuin mielestäni tavoitteessani luoda helposti lähestyttävä ja sovellettavissa oleva, matalan kynnyksen musiikkimateriaali. Haastatteluista huokui, että kyseisenlaiselle materiaalille oli selkeä tarve ja tilaus. Varhaiskasvattajat vaikuttivat arvostavan sitä, että saivat yksissä kansissa olevan paketin selkeitä ja yksinkertaisia vinkkejä sujuvoittamaan arkea.

Ideakirjamateriaalia voisi hyvin lähteä jatkojalostamaan haastatteluissa esiin nousseiden ideoiden pohjalta. Ideakirjasta voisi luoda verkkoaineiston, jossa olisi opettajamateriaali eli nykyinen ideakirjaseinän tekstiosio, sekä tulostettavat kortit harjoituksista. En halua lähteä kaupallistamaan, painattamaan tai myymään kirjasta, koska haluan, että materiaali on helposti saatavilla ja käytettävissä.

## Lähteet

Ahonen, L. 2017. Haastavat kasvatustilanteet. Lämpimän vuorovaikutuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus.

Huhtinen-Hildén, L. & Pitt, J. 2018. Taking a Learner-Centred Approach to Music Education. Pedagogical pathways. New York: Routledge.

Huutilainen, M. 2019. Luovuuden merkitys varhaiskasvatuksessa – neurotieteen näkökulma. Teoksessa L. Huhtinen-Hildén, M. Lamppu (toim.) Sukkasäkkisoittimia ja spontaania kurarumbaa – Luovaa toimintaa varhaiskasvatuksessa. Helsinki: Merropolia Ammattikorkeakoulu. 29–37

Huutilainen, M. 2020. Musiikki monipuoliseen käyttöön. Haastattelu. Viitattu 10.3.2022. <https://www.uniarts.fi/artikkelit/haastattelut/musiikki-monipuoliseen-kayttoon/>

Huutilainen, M. 2019. Näin aivot oppivat. Jyväskylä: PS-kustannus.

Isomäki, H. & Uusitalo, N. 2017. Aivotaidot. Käytä päätäsi paremmin. Helsinki: Gummerus.

Kvalitatiivisen datan käsittely 2022. Aineistohallinnan verkkokäsikirja. Verkkojulkaisu. Tampereen yliopisto 2022. Viitattu 23.4.2022.

<https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/aineistohallinta/kvalitatiivisen-datan-kasittely/#litterointi>

Lindberg-Piiroinen, A. & Ruokonen, I. 2017. Musiikki ja me. Teoksessa A. Lindberg-Piiroinen, I. Ruokonen (toim.) Musiikki varhaiskasvatuksessa -käsikirja. Helsinki: Classicus. 13–27.

Matilainen, M. & Puustinen, M. 2021. Malti ja Sinni. Harjoitteita itsesäätelytaitojen oppimiseen. Jyväskylä: PS-kustannus.

Minna Huutilaisen luento Metropolia ammattikorkeakoulussa 5.3.2020

Perkiö, S. 2010. Orff-pedagogiikka. Teoksessa M-L. Juntunen, S. Perkiö & I. Simola-Isaksson (toim.) Musiikkia liikkuen. Musiikkiliikunnan käsikirja 1. Helsinki: Wsoypro Oy. 28–36.

Rautamies, E., Laakso, M-L. & Poikonen, P-L. 2011. Haastavasti käyttäytyvä lapsi kodin ja päivähoiton kasvatusyhteistyö koetuksella. Teoksessa T. Aro & M-L. Laakso (toim.) Taaperosta taitavaksi toimijaksi. Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Porvoo: Bookwell Oy. 192–215.

Ruokonen, I. 2016. Esi- ja alkuopetuksen musiikin didaktiikka. Finn Lectura.

Ruokonen, I. 2017. Integraatio ja eheyttäminen. Kasvamista musiikin avulla. Teoksessa A. Lindberg-Piironen & I. Ruokonen (toim.) Musiikki varhaiskasvatuksessa -käsikirja. Helsinki: Classicus. 305–16.

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Verkkojulkaisu. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaristo. Viitattu 23.4.2022. [https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L6\\_3\\_2.html](https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_3_2.html)

Saarikallio, S. 2012. Musiikki on kokemuslaji. Teoksessa P. Jordan-Kilkki, E. Kauppinen & E. Korolainen (toim.) Musiikkipedagogin käsikirja. Vuorovaikutus ja kohtaaminen musiikin opetuksessa. Tampere: Juvenes Print-Suomen Yliopistopaino Oy. 37–45.

Saarinen, S-L. 2020. Piupalipotti. Vakautta ja virtaa vireystilojen ja tunteiden säätelyssä. Helsinki: MeTree Educating.

Sainio, T., Pajulahti, R. & Sajaniemi, N. 2020. Näin tuet lapsen itsesäätelyä. Hyvinvoinnin pedagogiikkaa varhaiskasvatuksessa. Jyväskylä: PS-kustannus.

Seppänen, E., Tarvonen, L. & Lindberg-Piiroinen, A. 2017. Musiikkiliikunta. Teoksessa A. Lindberg-Piiroinen, I. Ruokonen (toim.) Musiikki varhaiskasvatuksessa -käsikirja. Helsinki: Classicus. 273–304.

Seppänen, E., Lindberg-Piiroinen, A. & Tarvonen, L. 2017. Soittaminen. Teoksessa A. Lindberg-Piiroinen & I. Ruokonen (toim.) Musiikki varhaiskasvatuksessa -käsikirja. Helsinki: Classicus. 213–272.

Soinila, S. 2018. Musiikki antaa aivoille siivet. Artikkel. Viitattu 10.3.2022.

<https://www.aivoliitto.fi/aivoterveys/mieli/musiikki-antaa-aivoille-siivet#73724c23>

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018. Opetushallitus. Viitattu

12.3.2022. [https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman\\_perusteet.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet.pdf)

## Liitteet

### Tiedote opinnäytetyöstä

Tiedote opinnäytetyöstä ja sen sisällöstä päiväkodeille

Hyvä päiväkotien X tai X yksikön työntekijä,

Olen Jenna Korhonen ja opiskelen Metropolia Ammattikorkeakoulussa musiikkipedagogin tutkintoa.

Opintoihini kuuluvassa opinnäytetyössäni selvitän, miten musiikkikasvatuksen työtapoja käyttäen voidaan helpottaa päiväkodin siirtymä- ja odotustilanteita ja lapsen itsesäätelyä. Selvityksen ja aiemman varhaiskasvatuksen opettajan työni pohjalta koostan ideakirjasen siirtymä- ja odotustilanteisiin. Opinnäytetyöhöni kuuluvien haastattelujen tarkoitus on arvioida ideakirjasen luonnosta.

Opinnäytetyössä kerätään tietoa haastattelun avulla ideakirjasen kehittämiseksi. Toivon haastateltaviksi niin varhaiskasvatuksen opettajia kuin lastenhoitajiaakin. Haastateltavilla ei tarvitse olla musiikkiosaamista ennestään. Tiedonkeruu tapahtuu puhelinhaastatteluna etukäteen saatujen haastattelukysymysten ja opinnäytetyön ideakirjasen pohjalta viikolla 11 eli 14-18.3.2022. Puhelinhaastattelut äänitetään tabletille siten, että puhelut puhutaan kaiutintoiminnolla ja vieressä oleva tabletti äänittää koko puhelin keskustelun. Haastattelut pyrin pitämään lyhyinä, maksimissaan 10 minuutin mittaisina.

Tutkimukseen osallistuvien henkilöiden nimi tai kuva eivät tule esiin opinnäytetyössä eikä heitä voida tunnistaa tuloksista kerrottaessa. Sitoudun huolehtimaan aineiston käsittelystä huolellisesti. Opinnäytetyön valmistuttua aineisto hävitetään asianmukaisella tavalla.

Vahvistaisitko suostumuksesi erillisen lomakkeen allekirjoituksellasi. Voit myös halutesasi kysyä lisätietoja sähköpostitse tai puhelimitse.

Kiitos!

Opinnäytetyön tekijän nimi Jenna Korhonen

Opinnäytetyön ohjaaja Metropolia Ammattikorkeakoulussa:  
Annu Tuovila, MuT

## Tutkimukseen suostumisen lomake

Suostumuslomake tutkimukseen osallistumiseen

**Tutkimuksen nimi: Musiikkikasvatus helpottamassa päiväkodin siirtymä- ja odotustilanteita**  
**Tutkimuksen toteuttaja:** Metropolia Ammattikorkeakoulu Oy, Jenna Korhonen, opinnäytetyöohjaaja Annu Tuovila

Minua [tutkittavan nimi] on pyydetty osallistumaan yllämainittuun tutkimukseen, jonka tarkoituksena on käsitellä musiikin käyttöä päiväkodin arjen siirtymätilanteissa. Selvitän työssäni, miten musiikkikasvatuksen työtapoilla eli laululla, soitolla, liikkumisella, kuuntelulla ja taideintegraatiolla voidaan helpottaa lapsiryhmän siirtymiä sekä odotustilanteita ja näin tukea myös lapsen kehittyvää itsesääätelyä.

Opinnäytetyön tuotteena koostan päiväkodin erilaisiin siirtymätilanteisiin soveltuvan pienen ideakirjansen, jossa on erilaisia musiikkikasvatuksen työtapoihin pohjautuvia, pieniä ja mahdollisimman helposti toteutettavia ideoita. Jaottelen ideat työssäni kolmeen osaan: virittäviin, keskittymistä tukeviin ja rauhoittaviin. Ideoiden on tarkoitus olla mahdollisimman helposti toteutettavia ja lähestyttäviä. Valmiiseen opinnäytetyöhön kuuluu varsinaisen opinnäytetyötekstin lisäksi siis liitteenä tuo ideakirjanen päiväkotien henkilöstön käyttöön. Ideat kirjaseen ovat omia, jo työssä hyväksi todettuja tai kokemuksen pohjalta idean saaneita, uusia ideoita.

Olen saanut tutkimustiedotteen ja ymmärtänyt sen. Tiedotteesta olen saanut riittävän selvityksen tutkimuksesta, sen tarkoituksesta ja toteutuksesta, oikeuksistani sekä tutkimuksen mahdollisesti liittyvistä hyödyistä ja riskeistä. Minulla on ollut mahdollisuus esittää kysymyksiä ja olen saanut riittävän vastauksen kaikkiin tutkimusta koskeviin kysymyksiini.

Olen saanut tiedot tutkimukseen mahdollisesti liittyvästä henkilötietojen keräämisestä, käsittelystä ja luovuttamisesta ja minun on ollut mahdollista tutustua tutkimukseen liittyvään tietosuojaselosteeseen.

Minua ei ole painostettu eikä houkuteltu osallistumaan tutkimukseen.

Minulla on ollut riittävästi aikaa harkita osallistumistani tutkimukseen.

Ymmärrän, että osallistumiseni on vapaaehtoista ja että voin peruuttaa tämän suostumukseni koska tahansa syytä ilmoittamatta. Olen tietoinen siitä, että mikäli keskeytän tutkimuksen tai peruutan suostumukseni, minusta keskeyttämiseen ja suostumukseni peruuttamiseen mennessä kerättyjä tietoja ja näytteitä voidaan käyttää osana tutkimusaineistoa.

**Allekirjoituksellani vahvistan osallistumiseni tähän tutkimukseen.**

**Jos tutkimukseen liittyvien henkilötietojen käsittelyperusteena on suostumus, vahvistan allekirjoituksellani suostumukseni myös henkilötietojeni käsittelyyn. Minulla on oikeus peruuttaa suostumukseni tietosuojaselosteessa kuvatulla tavalla.**

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_ . \_\_\_\_ . \_\_\_\_\_

Allekirjoitus:

\_\_\_\_\_

Nimenselvennys:

\_\_\_\_\_

Alkuperäinen allekirjoitettu tutkittavan suostumus sekä kopio tutkimustiedotteesta liitteineen jäävät tutkijan arkistoon. Tutkimustiedote liitteineen ja kopio allekirjoitetusta suostumuksesta annetaan tutkittavalle.



## Haastattelukysymykset

Teemahaastattelukysymykset puhelinhaastatteluja varten

1. Millaiseksi koet siirtymätilanteet työssäsi tällä hetkellä?
2. Käytätkö siirtymä- ja odotustilanteissa musiikkia, jos käytät niin miten? Laulatko, soitatko, rytmiteletkö jne.?
3. Ovatko ideakirjaseen ideat mielestäsi toteuttamis- ja soveltamiskelpoisia omassa työssäsi? Perustele miksi.
4. Koetko ideakirjaseen ohjeet tarpeeksi selkeiksi ja helposti lähestyttäviksi?
5. Toivoisitko ideakirjaseen vielä jotain lisää, mitä?
6. Palautetta, kommentteja, ajatuksia?