



Maria Repo

Liike ja kehollisuus alle kouluikäisten soittotaitojen tukijana

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Musiikkipedagogi (AMK)

Musiikin tutkinto-ohjelma

Opinnäytetyö

1.12.2022

Tiivistelmä

Tekijä:	Maria Repo
Otsikko:	Liike ja kehollisuus alle kouluikäisten soittotaitojen tukijana
Sivumäärä:	51 sivua + 4 liitettä
Aika:	1.12.2022
Tutkinto:	Musiikkipedagogi (AMK)
Tutkinto-ohjelma:	Musiikin tutkinto
Suuntautumisvaihtoehto:	Varhaisiän musiikkikasvatus ja taiteen soveltava käyttö
Ohjaaja:	Annu Tuovila MuT
Arviointi:	Sanna Vuolteenaho MuM

Opinnäytetyöni käsittelee kehon ja liikkeen mahdollisuuksia alle kouluikäisten soiton taitojen tukijana. Kehollisuus ja liike voivat auttaa lasten musiikin opetusta merkittävästi, mutta niitä saatetaan silti käyttää opetuksessa yksipuolisesti ja vähän. Siksi käsittelen työssäni alle kouluikäisiä oppijoina sekä soiton ja erityisesti soitinvalikoiman merkitystä tämän ikäisten musiikin opetuksessa. Työssä käsittelem kysymyksiä: Mitkä ovat olennaisimpia taitoja soiton kannalta? Millä kehollisilla keinoilla voidaan tukea alle kouluikäisten soittotaitoja ja niiden harjoittelua? Millä tavoin soiton opiskelu hyötyisi kehollisemmasta ja liikettä sisältävästä opetuksesta? Mitä seikkoja opettajan tulee ottaa huomioon alle kouluikäisten opetuksessa?

Määrittelin opinnäytetyöni lähtökohdaksi neljä soiton perusvalmiutta: motoriiikka, koordinaatio, pulssin hahmotus ja rytmin hahmotus. Keräsin yhteen ja kehitin itse kehollisia ja liikettä sisältäviä harjoituksia alle kouluikäisten musiikinopetukseen. Testasin harjoitteiden toimivuutta ohjaamalla kolme musiikkileikkikoulutuntia 4-5 -vuotiaiden musiikkileikkikouluryhmässä. Kuvasin valitsemani harjoitukset sanallisesti ja demonstraatiovideoilla sekä koostin erillisen aineistopankin harjoituksista. Liitin harjoituksiin myös niihin sopivaa musiikkia.

Työn tuloksina ovat soitintaitojen neljän perusvalmiuden määrittely sekä konkreettinen materiaalipankki, jossa on valmiita kehollisia harjoituksia, joita musiikin opettajat voivat käyttää osana opetustaan. Harjoitukset tukevat soiton perusvalmiuksien kehittymistä ja lapsen oppimista. Harjoitukset on suunniteltu ja kokeiltu ryhmäopetuksen puitteissa, mutta niitä voi hyvin soveltaa myös yksilöopetukseen. Työn aikana nousi esiin myös pedagogisia seikkoja, joita alle kouluikäisten kanssa toimiessa tulee huomioida, kuten lasten keskittymiskyky, toiminnan vaatavuuden tasapaino ja lapsiläheisyys.

Opinnäytetyöni tuo ammattialalle uutta tietoa soitintaitojen perusvalmiuksista. Se haastaa opettajat pohtimaan soiton opetuksen työtapoja ja rakentamaan opetusta lapsen valmiuksien ja taitojen perustalle.

Avainsanat: Kehollisuus, liike, soitto, soitintaidot, kokonaisvaltainen oppiminen, lapsilähtöisyys

Abstract

Author: Maria Repo
Title: Movement and the Body as Supporters of Instrumental Playing Skills of Under School Aged Children
Number of Pages: 51 pages + 4 appendices
Date: 1st December 2022

Degree: Music of Music Pedagogy
Degree Programme: Music
Specialisation option: Early Childhood Music Education and Community Music
Supervisor: Annu Tuovila, DMus
Examiner: Sanna Vuolteenaho, MMus

My thesis examines the possibilities of using the body and movement to support the instrument playing skills of under school aged children. Using the body and movement can be extremely helpful in teaching music to children. However, they might be used in teaching very little and in a one-sided way. In my thesis, I describe under school aged children as learners and reflect on the significance of instrumental playing and the selection of instruments while teaching children of this age group.

As the basis of my thesis, I defined four basic skills of playing: motor skills, coordination, awareness of pulse and awareness of rhythm. I collected and developed age-appropriate exercises for under school aged children that make use of the body and movement. I tested the exercises by teaching three music playschool classes for a group of 4-to-5-year-old children. I described the chosen exercises in writing and filmed them and collected the filmed exercises into a material bank. I also suggested music that could go along with the exercises.

The results of the thesis include the definition of the basic skills of instrumental playing and a material bank with exercises that music teachers can use in their tuition. The exercises support the development of the basic skills of playing and children's learning. The exercises were developed for and tested in a group setting but can be modified to one-on-one teaching as well. Some pedagogical aspects that need to be considered when working with children of this age group also came up during the process, such as the ability to concentrate, suitable challenge in the activities and child centeredness. My thesis brings new information about the basic skills of instrumental playing to the field. It challenges teachers to consider their teaching methods and to build tuition more closely around the skills that children already possess.

Keywords: Movement, body, playing, instrument playing skills, holistic teaching, child-centeredness

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Työn synty ja prosessin kuvaus	2
2.1	Työn synty	2
2.2	Prosessin kuvaus	4
2.3	Tutkimusaineisto	6
3	Kehollisuus, liike ja osallisuus soitossa	8
3.1	Kehollisuus	8
3.2	Kehon ja musiikin yhteys	10
3.3	Liikunta on lapsen musisointia	10
3.4	Soitto on liikettä	11
3.5	Opetuksen tehostaminen liikkeellä	13
3.6	Soitinvalikoima musiikkileikkikoulussa	15
4	Soittamisen valmiudet ja perustaidot	18
4.1	Motoriikka ja kehontuntemus	18
4.2	Koordinaatio	21
4.3	Pulssi	21
4.4	Rytmi	22
4.5	Kehitystaso materiaalipankin harjoitusten pohjana	23
5	Materiaalipankin harjoitukset	24
5.1	Motoriikka ja kehontuntemus	25
5.1.1	Liiku musiikkiin	25
5.1.2	Kehonosien tunnistus	26
5.1.3	Tasapaino ja kappaleen muoto	26
5.1.4	Liike – Stop	26
5.1.5	Laululeikit	27
5.1.6	Sormipatsaat	27
5.1.7	Niveltanssi	28
5.1.8	Käden muotoilu	29
5.2	Koordinaatio	30
5.2.1	Taputusleikit ja kehorytmiikka	30
5.2.2	Kehon keskilinjan ylitys	31

5.2.3	Peili	32
5.2.4	Kehon puolten eriyttäminen	33
5.3	Pulssi	34
5.3.1	Pulssiin kulkeminen	34
5.3.2	Pulssi pallolla	35
5.3.3	Pulssiympyrä	36
5.3.4	Metriten askellus ja taputus	36
5.4	Rytmi	37
5.4.1	Rytmi keholla	37
5.4.2	Kaikurytmejä kehorytmein	38
5.4.3	Rytmin näyttäminen	38
5.4.4	Rytmit rooleina	39
6	Kehollisten harjoitusten arviointi	39
6.1	Soittotaitojen tukeminen	40
6.2	Soveltuvuus ikäryhmälle	41
6.3	Yhteys soittoon ja musiikillisiin tavoitteisiin	42
6.4	Harjoitusten käytettävyys	42
6.5	Opetuksessa huomioitavaa	43
7	Pohdinta	44
	Lähteet	49
	Liitteet	52
	Ohjauksen arviointilomake	52
	Suostumus tutkimukseen osallistumisesta - ohjausryhmä	53
	Suostumus tutkimukseen osallistumisesta – ohjausta seuraava opettaja	54
	Tiedote opinnäytetyöstä – ohjausryhmä ja ohjausta seuraava opettaja	55

1 Johdanto

Tämä opinnäytetyö käsittelee kehollisuutta ja liikettä osana musiikin opetusta ja niiden mahdollisuuksia soiton opetuksen tukena. Opinnäytetyössä kokosin yhteen sekä kehitin itse liikunnallisia harjoitteita, joiden harjoittelu tukee myös soittoon liittyvien taitojen oppimista. Harjoitteiden kohderyhmänä ovat alle kouluikäiset lapset. Testasin harjoitteiden opettamista musiikkileikkikouluryhmälle ja kokosin testaamani harjoitukset yhteen materiaalipankiksi, josta musiikkipedagogit voivat löytää valmiita ideoita soiton kehollistamisesta. Materiaalipankin harjoitukset eivät ole sidottuja tiettyyn soittimeen, vaan niitä voi hyödyntää kaikenlaisen soiton opetuksen osana.

Tästä opinnäytetyöstä ja materiaalipankista voivat hyötyä varhaisiän musiikkikasvattajat, joille työ ja materiaalipankki tarjoavat tietoa erityisesti siitä, millä tavoin kehollisuus ja liike ovat yhteydessä soittoon ja millaisilla keinoilla soittoa voitaisiin harjoitella myös musiikkileikkikoulussa kehollisesti. Nämä tavat toimivat myös esimerkiksi soitinkaruselli- tai soitinvalmennusryhmissä, joissa tavoitteena on valmistella oppilaita soitinopintoihin. Lisäksi työstäni on erityistä hyötyä instrumenttiopettajille, jotka työskentelevät pienten oppilaitten kanssa. Heille työ tarjoaa tietoa alle kouluikäisen taidoista, kehityksestä ja oppimisesta sekä tapoja monipuolistaa opetusta myös kehollisesti tapahtuvaksi. Toki työstäni voi olla hyötyä myös muille lasten ja musiikin kanssa työskenteleville.

Johdannossa esittelen lyhyesti opinnäytetyöni teeman sekä kuvaan työn sisällön. Luvussa kaksi kuvaan työn syntyä sekä työn toteuttamisen prosessia. Kerroin tässä luvussa myös tutkimusaineistosta, jota keräsin työn aikana. Luvussa kolme esittelen kehollisuuden käsitteen sekä avaan yhteyttä kehollisuuden, liikkeen ja musiikin välillä. Keskityn kehollisuuden sekä liikkeen käytön hyötyihin erityisesti soiton opetuksen kannalta. Lisäksi avaan näkemyksiäni osallisuuteen liittyen, erityisesti musiikkileikkikoulujen soitinvalikoiman suhteen.

Luvussa neljä kerron taidoista, jotka määrittelin soittamisen perusvalmiuksiksi. Tässä luvussa esittelen myös sitä kehitystasoa, jota pidin mielessäni harjoituksia pohtiessani. Luvussa viisi kuvaan sanallisesti materiaalipankin harjoitukset. Luvussa on myös linkki kansioon, josta löytyy demonstraatiovideo jokaisesta materiaalipankin harjoituksesta. Luvussa kuusi arvioin materiaalipankin harjoitusten onnistuneisuutta tavoitteitteni kannalta. Pohdinnassa kerron ajatuksista ja näkemyksistä, joita minulle nousi työn aikana. Pohdin myös seikkoja, joita työssä olisi voinut parantaa, sekä miten työtä voisi lähteä työstämään eteenpäin.

2 Työn synty ja prosessin kuvaus

Tässä luvussa kuvaan työn syntymisen taustaa ja prosessin etenemistä sekä esittelen aineiston, johon työni pohjaa. Kerron ajatuksista ja kokemuksista, jotka vaikuttivat niin työn aihevalintaan kuin työn sisältöön. Kerron myös työprosessin vaiheista ja sen etenemisestä. Prosessiini kuului työn suunnittelu, käytännön testaus, materiaalipankin koostaminen ja työn kirjallisen raportin kirjoittaminen. Lopuksi esittelen aineiston, jonka perusteella olen koostanut työtäni ja johon viittaaan työn tuloksia raportoidessani.

2.1 Työn synty

Päätin opinnäytetyössäni yhdistää kaksi eniten minua puhutellutta aihetta ja lähteä tutkimaan kehon sekä soittamisen välistä yhteyttä ja sen tukemista. Kehollisuus ja soittaminen ovat olleet elämässäni läsnä jo aiemmin. Ohjasin pienten lasten liikuntaa usean vuoden ajan jo ennen musiikkipedagogin opintojani, minkä vuoksi minulla on liikunnan ohjaamisesta sekä motoriikan, erityisesti karkeamotoriikan, tukemisesta paljon tietoa jo etukäteen. Lisäksi tiesin jo työtä suunnitellessani olevani menossa vaihto-opintoihin, joiden aikana tulisin osallistumaan Dalcroze-pedagogiikkaan pohjautuviin opintoihin. Lisäksi eräs tutkimme opettajista ehdotti minulle, että musiikkiliikunta voisi olla oivallinen aihe opinnäytetyölleni, mikä osittain myös ohjasi aiheeni valintaa.

Osallisuus on tunne merkityksellisyydestä, sekä siitä, että on osa jotakin, johon kykenee vaikuttamaan. Se ei ole sama asia kuin osallistuminen. Kyky vaikuttaa on olennainen osa osallisuutta. (Huhtinen-Hildén & Karjalainen 2019, 13.) Osallisuus on itselleni pedagogina tärkeä arvo ja olen huomannut, että sen tärkeys on nostettu esiin viime vuosina myös yhteiskunnallisesti. Osallisuus ei ole kuitenkaan pelkästään arvo, vaan siitä on myös hyötyä sekä opetukselle että laajemmin yksilölle. Ihmisen psykologisiin perustarpeisiin lukeutuvat autonomia, kokemus kyvykkyydestä sekä yhteenkuuluvuus. Ryanin ja Decin itseohjautuvuusteorian mukaan näiden tarpeiden täytyessä ihminen motivoituu sisäisesti. Myös merkityksellisyyden kokemus on motivoivaa. Tämä tarkoittaa, että osallisuus voi toimia opetuksen motivoijana. Lisäksi osallisuudella on yhteys yksilön hyvinvointiin ja käsitykseen omista kyvyistään. (Isola ym. 2017, 15; Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019; Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2021.) Uskoisin, että osallisuuden kokemus alkaa rakentua jo lapsuudessa, jolloin myös lasten kanssa työskentelevien olisi tärkeää tukea sen muodostumista. Lasten osallisuus on seikka, josta minulla on ollut pedagogisia näkemyksiä jo ennen musiikkipedagogin opintojani.

Olen valmistunut sosionomiksi vuonna 2017. Tuolloisen opinnäytetyön jälkeen mieleeni jäi vahvasti ajatus siitä, että myös pienten lasten kanssa voitaisiin käyttää erilaisia soittimia monipuolisemmin kuin olen usein nähnyt käytettävän. Olen työskennellyt musiikkileikkikouluopettajana sekä varhaiskasvatuksen opettajana päiväkodeissa eri pituisissa sijaisuuksissa. Työkokemukseni on vahvistanut ajatteluni siitä, että myös alle kouluikäisillä lapsilla tulisi olla enemmän ja monipuolisemmin mahdollisuuksia soittoon.

Työn syntyyn vaikutti myös huomio työn tarpeellisuudesta. Tietoa soiton ja kehollisuuden yhteydestä ei tuntunut löytyvän. Halusin työssäni pohtia erityisesti soiton perusvalmiuksia, mutta en löytänyt yhtään tutkimusta aiheesta. Lisäksi tunnistan erityisesti instrumenttiopetuksessa pedagogiikan kehittämisen tarpeen. Kokemukseni omilta soittotunneiltani on staattinen ja opettajajohtoinen. Keskustelut opiskelijakollegoiden sekä muutamien kokeneiden pedagogien

kanssa vahvistavat kuvaa siitä, että pienten lasten soitinopetuksessa ei paljoakaan hyödynnetä kokonaisvaltaista oppimista tai kehollisuutta. Tieto tästä aiheesta on siis myös kentällä tarpeellista.

Työn pedagogiseen ajatteluun on erityisesti vaikuttanut Dalcroze-pedagogiikka, kansainväliseltä nimeltään eurytmiikka, johon syvennyin vaihto-opintojeni aikana. Myös suomalainen musiikkiliikunta pohjaa vahvasti tähän suuntaukseen. Dalcroze-pedagogiikka on tapa opettaa musiikkia kehon kautta. Lähestymistapaa ohjaavat kolme mottoa: ”näytä mitä kuulet”, ”näytä mitä näet” sekä ”näytä mitä kuvittelet” ja pääaisteihin kuuluvat kuulo, näkö, kosketus, kinesteettinen aisti sekä tasapaino. Dalcrozen näkemys oli, että jokaista musiikillista elementtiä on mahdollista lähestyä liikkumisen kautta. (Juntunen, Perkiö & Simola-Isaksson 2010, 11; Kivelä-Taskinen & Setälä 2006, 55; Nivbrant Wedin 2015, 13, 15, 34.)

Vaikutuin vaihto-opinnoissani eurytmiikan tuntien sisällöstä sekä uudesta tavasta oppia ja opettaa musiikkia. Sain myös eurytmiikan opettajalta lainaan Eva Nivbrant Wedinin kirjan ”Playing Music with the Whole Body – eurythmics and motor development”, joka vaikutti minuun suuresti.

2.2 Prosessin kuvaus

Opinnäytetyön prosessi käynnistyi aiheenvalinnalla ja alustavan suunnitelman luomisella, jotka toteutin kesällä ja alkusyksystä 2021. Tämän jälkeen pyrin tutustumaan aineistoon soiton vaatimista valmiuksista, mutta koska tietoa aiheesta ei löytynyt, päädyin määrittelemään soittamisen perusvalmiudet omien näkemysteni mukaan. Luokittelin soittamisen valmiudet neljään kategoriaan: motoriikka ja kehontuntemus, koordinaatio, pulssi ja rytmi. Näen nämä kategoriat soittotaidon pohjana ja olen perustellut näitä valintoja luvussa 5 - Soittamisen valmiudet ja perustaidot.

Harjoituksia ei ole liitetty tiettyihin instrumentteihin vaan niitä voi soveltaa pedagogin näkemysten mukaan. Puhallinsoitinten sekä laulun tarkastelu on rajattu

tästä työstä pois, jotta työ ei olisi laajentunut myös keuhkoihin ja hengitystekniisiin seikkoihin. Soittamisen valmiuksien luokittelun jälkeen lähdin ideoimaan kunkin kategoriaan sopivia harjoituksia. Harjoituksia kertyi reilusti yli tarpeitteni ja lopulta valitsin niistä vain osan, jotka sisällytin työhöni.

Harjoitusten ideoinnin jälkeen löysin erään 4-5 -vuotiaiden musiikkileikkikoulu-ryhmän, jossa pääsin kokeilemaan harjoitusten toimivuutta ja tavoitteeseen vastaavuutta. Kävin ensin havainnoimassa ja tutustumassa ryhmään ja tämän jälkeen ohjasin musiikkileikkikoulutuokioita valikoimiini harjoituksiin perustuen kolme kertaa. Jokaisen kerran jälkeen kirjoitin oppimispäiväkirjaan tuntemuksiani yleisesti tunnin kulusta sekä harjoituksista. Tunteja seurasi ryhmän varsinainen opettaja, jolle olin laatinut arviointilomakkeen tuntien seuraamista varten jokaiselle ohjaukskerralle. Lisäksi kävimme muutamia päiviä jokaisen kerran jälkeen ryhmän opettajan kanssa palautekeskustelun tuokiosta.

Aikani ei riittänyt kokeilemaan kaikkia materiaalipankin harjoituksia varsinaisessa testiryhmässä. Siksi päädyin kokeilemaan osaa harjoituksista samankäisten lasten musiikkileikkikouluryhmässä, jossa toimin alkuvuodesta sijaisena. Kirjoitin tämän ryhmän kanssa tekemistäni havainnoista joitakin oppimispäiväkirjaan.

Tuokioiden ohjaamisen jälkeen aloin koostaa materiaalipankkia. Kävin kaikki kokeilemani sekä ideoimani harjoitukset läpi ja valitsin niistä lopulliset materiaalipankkiin tulevat harjoitukset. Kirjoitin harjoituksista kuvaukset ja kuvasin niistä lyhyet demonstraatiovideot. Etsin myös musiikkia, joka tukisi jokaisen harjoituksen toteutusta ja liitin nämä ehdotukset kirjallisiin harjoitusten kuvauksiin. En liittänyt musiikkia itse demonstraatiovideoihin, koska tämä olisi aiheuttanut tekijänoikeudellisia haasteita. Näin videoita katsellessa ei myöskään synny vain tiettyyn musiikkiin liittyvää kuulokuvaa harjoituksesta. Kokosin harjoitusten demonstraatiovideot tämän työn liitteiksi.

Materiaalipankin koostamisen lisäksi kirjoitin opinnäytetyön kirjallisen osuuden pääasiassa harjoitusten testaamisen jälkeen. Hain tietoa pääosin lukemalla kirjallisuutta aiheesta. Orientoituakseni tähän työhön ja sen aiheeseen kuulin myös näkemyksiä kehollisuudesta ja kehon käytöstä musiikin opetuksessa aiheeseen perehtyneiltä pedagogeilta. Heidän näkemyksensä ja keskustelumme vaikuttavat myös työhöni ja toimivat ajatteluni pohjana.

2.3 Tutkimusaineisto

Keräsin työn tutkimusaineiston kolmesta tiedonlähteestä: oppimispäiväkirjasta, ohjaustani seuranneen opettajan täyttämistä arviointilomakkeista sekä opettajan kanssa käymistäni palautekeskusteluista. Näiden aineistojen perusteella pyrin pohtimaan materiaalipankin harjoitusten tarkoituksenmukaisuutta sekä toimivuutta. Harjoitusten tarkoituksenmukaisuutta sekä toimivuutta pohdin seuraavien kysymysten avulla: Miten harjoitukset tukevat soitintaitojen kehittymistä? Miten harjoitukset soveltuvat ikäryhmälle? Millä tavoin harjoitukset ovat yhteydessä soittoon ja musiikillisiin tavoitteisiin? Miten harjoitukset soveltuvat käytäntöön? Oppimispäiväkirja, ohjaustani seuranneen opettajan täyttämät arviointilomakkeet sekä opettajan kanssa käymäni palautekeskustelut toimivat myös pohjana sille tiedolle, jota kuvaan työn tuloksissa. Tässä pyrin perustelemaan, miksi valitsin juuri nämä menetelmät aineistooni ja mitä ne sisälsivät.

Arviointilomakkeet sisälsivät kysymyksiä siitä, sopivatko harjoitukset ikäryhmälle, harjoiteltiinko harjoituksissa soittotaitojen valmiuksia sekä soveltuvatko harjoitukset musiikin opetukseen. Nämä lomakkeet löytyvät myös työn liitteistä (ks. liitteet). Lomakkeet aineistonkeruumenetelmänä palvelivat aineiston objektiivisuutta sekä toivat ammatillista näkökulmaa työhöni. Objektiivisuus on edellytys tuotetun tiedon luotettavuudelle ja näin ollen erittäin merkityksellistä kaikentyyppiselle tutkimukselle (Jukola 2016, 290). Tämän vuoksi oli tärkeää, että toimintaani ja harjoituksia arvioi itseni lisäksi myös toinen henkilö. Ammatillinen näkökulma siitä, soveltuvatko harjoitukset tarkoitukseensa, on mielestäni työlle tärkeää, minkä vuoksi ohjaajan arviointi oli olennainen osa tiedonkeruuta.

Koin, että harjoitusten tarkoituksenmukaisuuden arvioinnin kannalta lomakkeiden kohdennetut kysymykset aiheesta olivat paras tapa kerätä tietoa. Lomakkeista saatava sisältö on myös konkreettista sekä mitattavissa olevaa, kun samoja asioita arvioidaan useampaan kertaan. En äänittänyt tai videokuvannut harjoituksia. Koin tämän antavan vanhemmille turvallisemman kuvan opinnäytetyöhön osallistumisesta. Äänitykseltä en olisi voinut tarkastella lasten toimintaa tai harjoitusten toimivuutta käytännössä mitenkään ja kamera opetustilanteessa olisi saattanut viedä lasten huomiota merkittävästi ja vaikuttaa siten ohjauksen sujuvuuteen. Näistä syistä käytin aineistonkeruumenetelmänä arviointilomakkeita.

Arviointilomakkeiden lisäksi tiedonkeruumenetelmänä toimivat ohjausta seuranneen opettajan kanssa käydyt palautekeskustelut. Tämä tiedonkeruumenetelmä oli tarkoitettu täydentämään lomakkeista saatavaa tietoa. Opinnäytetyön aikana sisällön olennaiseksi osaksi muodostui myös pedagoginen palaute ohjauksesta sekä pedagogisista valinnoistani. Palautekeskustelut kestivät noin 50 minuutista hieman yli tuntiin ja ne käytiin puhelimitse. Keskustelujen aikana ohjausta seurannut opettaja kertoi tarkemmin mielipiteensä tunnin kulusta sekä sen aikana tehdystä toiminnasta. Tein muistiinpanoja opettajan kertoman perusteella keskustelujen aikana ja tallensin niiden sisällön tällä tavoin. Tutkimuksen objektiivisuuden sekä tarkkuuden kannalta olisi ollut parempi, että olisin äänittänyt keskustelut ja tarkastellut äänityksiä aineistona. Valitettavasti tämä ei toteutunut, vaan keskustelut tallentuivat aineistoon muistiinpanojen muodossa.

Kolmas aineistonkeruumenetelmäni oli oppimispäiväkirja. Kirjoitin jokaisen ohjatun tuokion jälkeen oppimispäiväkirjaan ajatuksiani tunnin kulusta, omasta toiminnastani sekä harjoitusten toimivuudesta. Kirjoitin päiväkirjaan myös muutamman havainnon yhdestä kerrasta, jolloin olin kokeillut opinnäytetyön harjoituksia myös varsinaisen tutkimusryhmän ulkopuolisessa ryhmässä, ja havaintoja näiden kahden ryhmän välisistä eroista. En kirjoittanut ryhmän havainnointikerrasta oppimispäiväkirjaan. Oppimispäiväkirja toimi tiedonkeruumenetelmänä omien havaintojeni ja ajatusteni tallentamisessa.

3 Kehollisuus, liike ja osallisuus soitossa

Tässä luvussa pyrin perustelemaan, minkä vuoksi kehollisuuden ja liikkeen yhdistäminen musiikin opiskeluun, erityisesti soiton opintoihin, on tärkeää. Musiikilla ja liikkeellä on ollut aina suhde toisiinsa. Keho on elämämme ensimmäinen instrumentti ja sen käyttö on mahdollista jokaiselle. (Punkanen 2011, 58; Siegel 2009, 1; Nivbrant Wedin 2015, 52.) Kuitenkin olen havainnut, että musiikkia opiskellessa, erityisesti instrumenttiopinnoissa, musiikki ja liike erotetaan usein toisistaan. Instrumenttia soitetaan paikallaan, kehoa käytetään minimaalisesti ja suoritetaan vain soitolle välttämättömät liikkeet. Varhaisiän musiikkikasvatuksessa keho ja liikkuminen kulkevat usein vahvasti osana opetusta ja tunteja, mutta keskittymisen kohteena on usein muiden musiikillisten taitojen, kuin soittamisen, oppiminen tai esimerkiksi energian purkaminen. Kehollisuus on kuitenkin vahvasti liitoksissa soittamiseen monin eri tavoin, minkä vuoksi sitä voitaisiin hyvin hyödyntää myös soittamista opettaessa.

Lisäksi puhun instrumenttivalikoimasta musiikkileikkikoulussa ja sen yhteydestä osallisuuteen musiikin opetuksessa. Perustelen soitinvalikoiman laajuuden tärkeyttä musiikin opetuksen tavoitteiden sekä oppimisen tehostamisen kannalta. Lisäksi esitän muutamia ehdotuksia siitä, miten instrumenttivalikoimaa musiikkileikkikoulussa voitaisiin laajentaa.

3.1 Kehollisuus

Kehollisuudella tarkoitetaan kehon kautta kokemista tai oppimista. Kehollisuuden voidaan myös liittää termi 'somaattinen', joka laajentaa käsitteen tarkoittamaan myös kehotietoisuutta. Kehotietoisuus tarkoittaa kykyä havainnoida omaa kehoa sekä huomata ja tunnistaa sen tuntemukset ja niissä tapahtuvat muutokset. Lisäksi siihen liittyy oman kehon tunteminen myös rakenteellisesti. (Anttila 2013, 31-33; Hyytinen 2016, 9; Juntunen, Perkiö & Simola-Isaksson 2010, 61, 63, 69.) Tämä tarkoittaa esimerkiksi oman kehon eri osien, sekä ulkoisten että sisäisten, nimien tuntemista.

Kehotietoisuutta voivat olla esimerkiksi havainnot siitä, millaiselta oma keho tuntuu, mistä osista se koostuu, millä tavoin se liikkuu ja millaiselta keho näyttää. Nämä voivat olla sekä fyysisiä seikkoja, kuten kipua tai lihasjännityksiä, että tunteiden tuottamia reaktioita, kuten pelkoa tai helpotusta. On tärkeää kyetä kuuntelemaan omaa kehoa ja sen lähettämiä viestejä. Kehotietoisuudella on erityisen positiivisia vaikutuksia esimerkiksi tasapainoon, koordinaatioon, keskittymiseen ja itsetuntemukseen. (Anttila 2013, 31-33; Juntunen, Perkiö & Simola-Isaksson 2010, 63; Hyytinen 2016, 8; Lindeberg-Piironen & Ruukonen 2017, 281.)

Kehollisuuden ja kehotietoisuuden kannalta liikkuminen ja se, miltä se tuntuu, on nähdäkseni olennainen seikka. Kehotietoisuutta voikin kehittää nimeämällä omia liikkeitään sekä keksimällä uusia liikkeitä. Kehotietoisuus on lisäksi lähtökohta kehonhallinnalle, minkä vuoksi se on tärkeää. Kehonhallinnalla viitataan taitoon muunnella liikkeen elementtejä, kuten aikaa, tilaa ja voimaa. Siihen vaikuttavat kehon tuntemisen ja tiedostamisen lisäksi lihastasapaino ja tasapaino. Kehonhallinta on käytännössä syvien lihasten oikeanlaista käyttöä ja kykyä hallita kehon eri osien liikkeitä. (Juntunen, Perkiö & Simola-Isaksson 2010, 63; Lindeberg-Piironen & Ruukonen 2017, 281; Hyytinen 2016, 10.)

Kinesteettinen aisti on kehollisuudelle tärkeää. ”Aisti” on varsinaisesti monta aistijärjestelmää, jotka tekevät yhteistyötä keskenään. Se kerää kehon proprioseptoreilta (vestibulaarijärjestelmään kuuluva elin) tietoa kehon muodosta ja liikkeestä ja lähettää tämän tiedon aivoihin. Tietoon voi sisältyä esimerkiksi tietoa lihasten jännityksestä, ryhdistä tai vaikkapa käden ja sormien muodosta. Kinesteettinen aisti on lihasmuistille ja liikesarjojen automaatiolle välttämätön ja sen avulla voimme ohjata liikkeitämme ja asentojamme. (Juntunen, Perkiö & Simola-Isaksson 2010, 24; Kivelä-Taskinen 2008, 12; Nivbrant Wedin 2015, 265-267.)

3.2 Kehon ja musiikin yhteys

Liikkeellä ja musiikilla on välitön yhteys toisiinsa. Keho reagoi ääneen luonnostaan muun muassa fyysisesti, kuten naputtamalla jalalla sykkeeseen, jännittämällä hartioita tai keinumalla musiikkiin. Musiikki vaikuttaa kehoon myös fysiologisesti. Musiikki vaikuttaa muun muassa hengitykseen, sykkeeseen sekä stressitasoihin ja musiikkia aistitaan kuuloaistin lisäksi tuntoaistilla. (Kivelä-Taskinen 2008, 43, 51; Nivbrant Wedin 2015, 39; Punkanen 2011, 53, 58.)

Myös aivoissa tapahtuu reaktioita ollessamme tekemisissä musiikin kanssa. Motoriikan alue sekä liikeaivokuori aktivoituvat musiikista (Hyytinen 2016, 36). Musiikki siis stimuloi liikkumiseen liittyviä alueita aivoissamme ja sillä on tällä tavoin suora yhteys liikkeeseen. Musiikilla on myös vaikutusta mieleemme esimerkiksi tunteisiin vaikuttamisen ja niiden säätelyn kautta. Musiikin avulla voidaan luoda miellyttävää tunnelmaa sekä tuoda energiaa, mutta musiikki on myös tapa negatiivisten tunteiden purkamiseen sekä kokemusten ymmärtämiseen. Dalcroze näki, että kehollamme ja mielellämme on yhteys toisiinsa ja tämän yhteyden vahvistaminen tukee ihmisen kokonaisvaltaista hyvinvointia. (Huotilainen 2012, 101; Juntunen, Perkiö & Simola-Isaksson 2010, 23.) Kehollisuuden tuominen osaksi musisointia on mielestäni oivallinen tapa vahvistaa yhteyttä mielen ja kehon välillä. Näin ollen sen voidaan katsoa tukevan hyvinvointia kokonaisvaltaisesti.

3.3 Liikunta on lapsen musisointia

Liikkuminen on niin lasten kuin muutenkin ihmisten tapa tutkia maailmaa. Lapset osaavat tanssia ennen kuin he oppivat kävelemään, tutkivat ympäristöään liikkuen ja muodostavat käsityksensä maailmasta kosketuksen ja kehon kautta. Liike on lapsille luonnollinen reaktio musiikkiin ja he kokevat musiikin kokonaisvaltaisesti liikkeen kautta. Inkeri Simola-Isaksson onkin todennut liikunnan olevan lapsen tapa musisoida. (Heimonen 2019, 202; Juntunen, Perkiö & Simola-Isaksson 2010, 11, 61; Kivelä-Taskinen 2008, 43; Kivelä-Taskinen & Setälä

2006, 8; Melville-Clark 2006, 9, 24; Nivbrant Wedin 2015, 38.) Muun muassa tämän vuoksi kehollisuuden ja liikkeen yhdistäminen soiton opetukseen on erittäin perusteltua ja luonnollista.

Musiikin ja liikkeen yhdistäminen on myös yksinkertaisesti hauskaa. Olen huomannut lapsia ohjatessani, että he nauttivat suuresti liikkumisesta, minkä takia liikkeen sisällyttäminen musiikin ja soiton opetukseen on varmasti myös motivoivaa. Esimerkiksi hipan kaltaiset leikit ovat jo noin kolmivuotiaille lapsille omien huomioitteni mukaan todella yleisiä. Vetämiäni tuokioita seuranneen musiikkipedagogin mukaan juokseminen sekä liiku-stop -leikit ovat ikään katsomatta kaikkien lasten mielestä todella hauskoja. Myös eläiminä liikkuminen, jota tuokioilla teimme lasten kanssa, sujui heiltä todella luontaisesti. Liikkeen ja musiikin yhdistäminen tarjoaa siis erityisesti lapsille helpon tavan oppia musiikkia heille luonnollisella tavalla.

Liikkuminen ja lasten motorikan kehittäminen on erityisen tärkeää, sillä murrosiän jälkeen tiettyjä taitoja on vaikeampi kehittää. Nuorena opittuja taitoja on myöhemmin helpompi käyttää, esimerkiksi tapaa käyttää kehoa ja liikkua on helpompi muokata lapsena. Tämän vuoksi huomion kiinnittäminen lasten kehollisuuteen mahdollisimman aikaisin on hyvin tärkeää. Kokonaisvaltaiseen kehon käyttöön keskittyminen on oleellista muun muassa sen vuoksi, että soittaja ei koskaan soita pelkästään sormillaan, vaan käyttää soittamiseen koko kehoaan. Mitä paremmin soittaja hallitsee kehoaan, sitä helpompi hänen on hallita soittoaan. Musiikin opettajan tehtävä on tukea lapsen oppimista ja kasvua. Tämä onnistuu helposti esimerkiksi lisäämällä opetukseen monipuolista musiikkiliikuntaa. (Hyytinen 2016, 6, 9, 11; Lindeberg-Piironen & Ruokonen 2017, 214, 273, 353; Nivbrant Wedin 2015, 269-270; Porander 2012, 141.)

3.4 Soitto on liikettä

Myös soitolla on itsessään vahva yhteys kehollisuuteen ja liikkumiseen. Instrumenttia soittaessaan muusikko saa kehollisen kokemuksen, sillä soittimesta

lähtevä värähtely kohdistuu myös soittajan kehoon. Lisäksi musisointi itsessäänkin sisältää jonkinlaista liikettä (Nivbrant Wedin 2015, 280). Esimerkiksi rumpujen soittaminen edellyttää käsien sekä jalkojen liikuttamista, samoin pianonsoitto. Viulua ja monia muita jousisoittimia soittaessa soittaja liikuttaa molempia käsiään ja usein myös keskivartaloaan.

Instrumentin hallinta edellyttää oman motoriikan hallintaa (Nivbrant Wedin 2015, 286). Näin ollen motoristen taitojen harjoittelu ja kehittäminen tukee väistämättä myös soiton edellyttämiä taitoja. Kehollisuus on osa musisoinnin ydintä ja voidaan jopa ajatella, että itse asiassa juuri keho on jokaisen muusikon varsinainen instrumentti (Lindeberg-Piironen & Ruokonen 2017, 218; Hyytinen 2016, 6, 37). Keho on se kanava, jonka kautta välitämme mielessämmme olevan musiikin maailmaan ja juuri henkilökohtainen tapa käyttää kehoa musiikin tuottamiseen tekee soitosta yksilöllistä ja ainutlaatuista.

Hyvä kehon käyttö muodostaa vaaditun pohjan soitolle ja se linkittyy hyvään instrumenttitekniikkaan. Se helpottaa instrumenttitekniikkaan liittyviä haasteita, kuten soittoasennon korjaamista tai hengitystekniikan havainnointia. Kehotietoisuuteen liittyvä oman kehon tunteminen ja sen parempi ymmärrys voi johtaa myös parempaan kykyyn tunnistaa soittoteknisten haasteiden syitä. Hyvä kehon käyttö voi myös bonuksena lisätä soittajan itseluottamusta sekä helpottaa vuorovaikutusta yhteissoittotilanteissa. Voidaan myös nähdä, että parempi yhteys omaan kehoon luo syvemmän yhteyden sekä itse musiikkiin että omaan instrumenttiin. (Porander 2012, 138, 140; Hyytinen 2016, 6, 9, 11.) Tämä on nähdäkseni myös lähes jokaisen muusikon pyrkimys: mahdollisimman syvä suhde musiikkiin, jotta voisi havaita sen kaikki vivahteet ja kanavoida sitä oman instrumentin kautta mahdollisimman hyvin.

Kehollisuus on jo itsessään rakennettu sisään soittamiseen. Soiton opetuksessa tulisikin huomioida kehon käyttöä enemmän. Yksi syy sille, miksi kehoa ei käytetä musiikin opetuksessa tarpeeksi, voi olla, että ihmiset eivät muutenkaan nykypäivänä käytä kehoaan. Esimerkiksi lapset liikkuvat entistä vähemmän ja hei-

dän liikkeensä ovat monotonisempia. Tämä vaikuttaa todennäköisesti myös lasten soittotaitoihin. Soiton kannalta motoriset taidot ovat kuitenkin niin tärkeitä, ettei niitä voida sivuuttaa. (Hyytinen 2016, 6; Nivbrant Wedin 2015, 263, 285.) Tämä on mielestäni erittäin vahva peruste kehollisuuden sekä liikkeen käyttöön myös soitintaitojen opettamisessa.

3.5 Opetuksen tehostaminen liikkeellä

Kehollisuuden ja liikkeen käyttö musiikin opetuksessa on mielestäni perusteltua myös niiden hyötyjen vuoksi, joita se tuo oppimiseen. Kehollisesti koettu on aina syvempää kuin ajattelun tasolla tapahtuvat asiat, sillä kehon osallisuus oppimisessa syventää oppimiskokemusta. Tämä johtuu siitä, että liikkuminen ja myös muiden liikkeen näkeminen samanaikaisesti aktivoi useita aisteja samaan aikaan. Kun useimmat aistit aktivoituvat aivoissa samanaikaisesti, on myös aivojen aktivoitunut alue suurempi kuin jos saisimme tietoa vain yhden aistin kautta. Tämä johtaa syvempään kokemukseen ja ymmärrykseen ja helpottaa oppimista. Musiikkiin liikkuminen luo myös lihasmuistoja, jotka omalta osaltaan auttavat syvemmän ymmärryksen syntymistä ja palautuvat kehoomme kohdassamme vastaavan tilanteen. Kokonaisvaltainen lähestymistapa musiikkiin siis lisää musiikin oppimista. Motoriikkaa käyttämällä tehdään opeteltavista asioista oppilaille helpompia, mikä saattaa pitkällä tähtäimellä nopeuttaa asioiden oppimista ja näin ollen ”lisätä” käytettävissä olevaa aikaa. (Juntunen, Perkiö & Simola-Isaksson 2010, 11, 24; Lindeberg-Piironen & Ruokonen 2017, 273; Melville-Clark 2006, 24; Nivbrant Wedin 2015, 13-14, 33-34, 40, 218, 285.)

Musiikin kokeminen jonkin muun kuin auditiivisen aistin kautta voi olla joskus todella merkityksellistä. Useampien aistien käyttö mahdollistaa oppilaalle saman asian prosessoinnin monin eri tavoin. Oppilas voi keskittyä useaan aistihavaintoon samanaikaisesti tai valita keskittyvänsä vain yhden aistin kautta saamaansa tietoon. Osalle oppilaista on helpompaa vastaanottaa tietoa jonkin aistin kuin muiden aistien kautta. (Nivbrant Wedin 2015, 218.) Täten musiikkiin liikkuminen mahdollistaa oppimista myös erilaisille oppijoille.

Musiikkiin liikkuminen auttaa myös musiikillisten asioiden konkretisoimiseen ja ymmärtämiseen. Liike tekee musiikista konkreettista ja näkyvää. Abstrakteja käsitteitä, kuten aika, korkeus tai soinnut, voidaankin hahmottaa liikkuen. Tästä esimerkkinä vaikkapa fraasin pituuden konkreettinen näkeminen sen aikana liikkutuna matkana tai kehon konkreettinen koskettaminen kappaleen sävelkorkeuden mukaan. Lisäksi kehon kautta koetut asiat, kuten vaikkapa kehoperkusiona toteutettu rytmi, ovat helposti siirrettävissä enemmän hienomotoriikkaa vaativaan soittamiseen. (Juntunen, Perkiö & Simola-Isaksson 2010, 20; Kivelä-Taskinen 2008, 43; Kivelä-Taskinen & Setälä 2006, 8-9; Nivbrant Wedin 2015, 37, 219-220.)

Liike auttaa oppimiseen valmistautumisessa sekä siihen keskittymisessä. Liikkuminen valmistaa kehoa ja mieltä uusien asioiden vastaanottamiselle ja herättää, piristää sekä helpottaa keskittymistä. Lisäksi käytännön tekeminen mahdollistaa myös aktiivisen osallistumisen pelkän passiivisen vastaanoton sijaan. (Kivelä-Taskinen & Setälä 2006, 8; Nivbrant Wedin 2015, 33, 279.) Täten voitaisiin nähdäkseni argumentoida myös, että liikkeen ja kehollisuuden kautta tapahtuva oppiminen on myös osallistavampaa kuin ilman sitä tapahtuva oppiminen.

Useiden eri tapojen käyttö opetuksessa tekee siitä myös mukavampaa ja tehokkaampaa (Kivelä-Taskinen & Setälä 2006, 8; Nivbrant Wedin 2015, 219, 279). Tekemisestä nauttiminen on erityisesti lapsilla tärkeää motivaatiolle. Lasten tulee kokea, että tekeminen on hauskaa. Ilo on myös itsessään asia, joka motivoi, mutta tämän lisäksi se parantaa oppimista. (Juntunen, Perkiö & Simola-Isaksson 2010, 11, 13, 61; Nivbrant Wedin 2015, 297-298.) Olen havainnut, että lapset nauttivat erilaisesta liikkumisesta paljon ja, kuten ylempänä totesin, se on heille myös luontainen toiminnan muoto. Näin ollen liike osana musiikin opetusta on tärkeää oppilaiden motivaation ja sen kautta oppimisen tehostamisen kannalta. Liikkeen ja kehollisuuden käyttö osana opetusta voi siis tehostaa musiikin oppimista monin tavoin ja on tämän vuoksi myös hyvin perusteltua.

3.6 Soitinvalikoima musiikkileikkikoulussa

Soittaminen on tärkeä osa musiikin opintoja ja se kiinnostaa lapsia suuresti. Arvioni mukaan erityisesti noin viisivuotiaat ja sitä vanhemmat lapset tuntuvat olevan kiinnostuneita nimenomaan melodiasoittimista ja sellaisista soittimista, joita ei välttämättä pidetä perinteisinä musiikkileikkikoulun soittimina. Esimerkkeinä näistä ovat piano, kitara sekä muut soittimet, joita lähdetään usein opiskelemaan vasta musiikkileikkikoulun jälkeen. ”Bändisoitto” on ollut myös toive, jota ryhmissäni olleet lapset ovat välillä esittäneet minulle.

Perinteisesti musiikkileikkikoulun soittimisto koostuu pienperkussioista (kuten rytmikapuloista, marakasseista, quiroista ja esimerkiksi triangeleista), muutamista rummuista (yleisimmät djembe sekä kehärumpu), kanteleista ja ksylofoneista, joiden lisäksi mukana on usein yksi tai muutama kellopeli. Lisäksi mukana saattaa olla opettajan ja opetuspaikan mukaan muitakin soittimia, kuten melodika tai nokkahuilu ja erilaiset muut rytmisoittimet. Havaintojeni mukaan nykyään yleistymässä on myös ukulelen käyttö opettajan säestyssoittimen lisäksi myös lasten soittimena.

Soitinvalikoiman perusteena voidaan nähdä muun muassa sointiväri, soittimien hallittavuus ja soittokokemuksen positiivisuus. Uskon, että soitinvalikoimaa kuitenkin rajaavat tietyt näkemykset sekä opettajan käsitykset omista taidoistaan. Nämä käsitykset vaikuttavat varmasti opetuksen instrumentistoon niin, että opettaja ei käytä tai opeta instrumentteja, joita ei koe itse hallitsevansa. Monet musiikkileikkikoulun ja muun musiikin alkuopetuksen opettajat ovat kuitenkin todella taitavia instrumentalisteja omilla soittimillaan, mutta eivät hyödynnä niitä opetuksessaan muuten kuin korkeintaan säestykseen. Tällöin kyse voi olla kokemus lasten taitojen riittämättömyydestä tai pedagogisten opetuskeinojen puutteesta.

Kokemukseni mukaan yksi soitinvalikoimaa rajaava näkemys on soittimien jaottelu ’lasten soittimiin’ ja ’aikuisten soittimiin’. Jälkimmäiseksi mainittuja tunnetaan myös pitävän ’oikeina soittimina’. ’Ei niin arvokkaihin’ soittimiin kuuluvat

kokemukseni mukaan monet pienperkussosioittimet, kuten marakassit, rytmikapulat ja erilaiset rummut. Nämä soittimet ovat monien musiikkityylien perusta. Soittimien tällainen jaottelu voi luoda lapsille kuvan, että heidän taitonsa eivät riitä 'oikeiden' soittimien soittoon, mikä saattaa olla haitallista lasten itsetunnolle. Tällainen ajattelutapa on mielestäni lapsia sekä heidän asemaansa ja taitojaan alentavaa ja voi alentaa lasten näkemystä joistain soittimista ja nostaa toisia soittimia tahattomasti teennäiselle jalustalle.

Soitinvalikoiman laajentaminen auttaa musiikin opetuksen tavoitteiden saavuttamisessa. Taiteen perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa musiikin olennaisimmaksi tavoitteeksi määritellään hyvän musiikkisuhteen luominen sekä lähtökohdat musiikin elinikäiselle harrastamiselle. Lisäksi oppilaiden omasta tahdosta lähtevää harrastamista tulee tukea ja olennaisia seikkoja ovat ilo ja oppilaiden itsensä toteuttamisen vapaus. (Opetushallitus 2017, 41.) Oppilaitten itsensä toteuttamisen kannalta lasten suurempi kuuleminen soittimiston osalta toteuttaisi tätä tavoitetta. Opetussuunnitelman perusteissa kerrotaan myös, että taiteen opintojen tulisi tukea oppilaitten osallisuuden kokemuksen muodostumista (Opetushallitus 2017, 10, 12). Soitinvalikoiman laajentaminen lasten toiveiden mukaisesti tukisi myös tätä tavoitetta.

Erytisesti varhaisiän musiikkikasvatuksen piirissä tärkeä tavoite on myös lapsen altistaminen monenlaiselle musiikille ja tällä tavoin musiikillisen korvan laajentaminen. Tämä voi tarkoittaa pelkästään eri musiikkityylien kuuntelua, mutta sitä voitaisiin tukea myös soitolla. Kun lasten kanssa tutustutaan uuteen soitimeen, on samalla luontevaa tutustua myös siihen tai niihin musiikkityyleihin, joihin kyseinen soitin tavallisesti liitetään. Useampien soitinten käyttö opetuksessa tarjoaa siis mahdollisuuden lapsen musiikillisen maailman laajentamiselle ja palvelee myös näin musiikkikasvatuksen tavoitteita.

Onnistumisen kokemukset ovat tärkeitä lapsille. Onnistumiset luovat pystyvyyden tunnetta, itseluottamusta sekä motivoivat harjoitteluun ja oppimiseen. (Nivbrant Wedin 2015, 298.) Nämä ovat mielestäni tärkeitä seikkoja lapsen mu-

siikkisuhteelle, musiikin oppimiselle, lapsen musiikilliselle tulevaisuudelle ja lapselle itselleen. Lapselle kokemus siitä, että hän saa ja osaa soittaa jotain soitinta, johon ei ole saanut muissa ympäristöissä koskeakaan, voi olla todella merkittävä kokemus. Tämä voi tuottaa lapselle paljon iloa ja vaikuttaa merkittävästi esimerkiksi kuvaan hänen omista taidoistaan. Lisäksi, koska tilanne on todennäköisesti luonut onnistumisen kokemuksen, on lapsi nyt myös motivoituneempi harjoittelemaan sekä oppimaan lisää (Nivbrant Wedin 2015, 298). Kun soittamista ja erilaisia soittimia lähestytään tarpeeksi matalalta kynnykseltä sekä harjoittelun näkökulmasta, myös 'vaikeampien' soittimien soittaminen voi tuottaa onnistumisen kokemuksia. Tällä tavoin lapset saavat kosketusta jo valmiiksi niihin soittimiin, joita he mahdollisesti lähtevät opiskelemaan musiikkileikkikoulun jälkeen, jolloin oppimiseen tullaan jo lähtökohtaisesti helpommasta tilanteesta.

En tarkoita, että lapsille voi tai kannattaa antaa käsiinsä mitä tahansa soittimia. Esimerkiksi lasten motoriset valmiudet tulee ottaa huomioon opetuksessa (Nivbrant Wedin 2015, 223). Tämä ei kuitenkaan tarkoita, etteikö eri soitinten vaatimia valmiuksia, kuten käsien hienomotoriikkaa, voitaisi opetella. Tästä opinnäytetyöni antaa myös esimerkkejä. Kun lasten taidot ovat riittävän hyvät, uusia soittimia voitaisiin mahdollisuuksien mukaan alkaa harjoitella. Erilaisiin motorisesti haastaviinkin soittimiin voidaan myös helposti tutustua opettajan johdolla. Tällöin lähtökohtana on, miten eri soittimia kohdellaan ja kosketaan ja millä tavoin niistä saa parhaimman soinnin. Opettajan on esimerkiksi helppo esitellä lapsille omia säestyssoittimiaan ja soittimiin voisi päästä tutustumaan lähemmin esimerkiksi pienenä hetkenä vaikkapa juuri ennen tunnin loppua. Sen lisäksi, että tällä tavoin lapsi saa konkreettisen kokemuksen siitä, miten kyseistä soitinta kohdellaan ja soitetaan sekä miltä soittaminen tuntuu, hän pääsee kokemaan pystyvyyden tunnetta sekä tasa-arvoa, kun hänkin sai kokeilla samaa soitinta kuin mitä opettaja soittaa.

Kysymys ei ole siitä, että musiikkileikkikoulutuntien aikana tulisi soittaa eri instrumentteja jatkuvasti tai ettei instrumenttitunneilla painotuksen tulisi olla juuri instrumentin soitossa. Tarkoitus on tarjota opettajille keinoja harjoituttaa soitto-

taitoja tuntien lomassa liikunnan ja kehon kautta. Kun soittaminen sitten aloitetaan joko musiikkileikkikoulussa tai instrumenttitunnilla, voidaan sekä soittamista että opetusta suunnata enemmän lasten toiveiden suuntaan. Tällöin toteutuu todellinen oppijälhtöisuus, jonka tulisi olla mielestäni kaikkien opettajien ja kaiken opetuksen lähtökohta.

4 Soittamisen valmiudet ja perustaidot

Soittamisen valmiuksina tarkoitan taitoja, joita soitto vaatii. Nämä taidot ovat olennaisia kaikkien instrumenttien soitossa ja niiden vahvistaminen auttaa kehittämään soittoa eteenpäin. Olen tässä työssä luokitellut soittamisen valmiudet neljään kategoriaan: motoriikka ja kehontuntemus, koordinaatio, pulssi ja rytmi. Näihin kategorioihin olen luokitellut myös työn materiaalipankin harjoitukset.

Määrittelin nämä taidot perustaidoiksi, joita soitto vaatii, koska niillä on vahva yhteys soittamiseen ja ilman näitä taitoja soitto tai sen aloittaminen on todella haastavaa. Toki on myös paljon muita olennaisia taitoja, joita hyvä soitto edellyttää, mutta en käsittele niitä tässä työssä. Tässä luvussa määrittelen kunkin näistä kategorioista ja kerron, millä tavoin juuri kyseinen taito on tärkeää soitto-aidolle ja minkälaisia harjoituksia olen tähän taitoon liittänyt materiaalipankissa.

4.1 Motoriikka ja kehontuntemus

Motorisilla taidoilla on olennainen rooli soitossa, minkä vuoksi niiden harjoittelu ja vahvistaminen on soittamisen kannalta olennaista. Motorisilla taidoilla tarkoitetaan ihmisen kykyä liikkua. Motoriset taidot ovat jaoteltavissa kahteen luokkaan: karkeamotoriikkaan ja hienomotoriikkaan. Karkeamotoriikalla tarkoitetaan sellaisia liikkeitä, joissa käytetään suuria lihasryhmiä, kun taas hienomotoriikka viittaa pienten lihasryhmien hallintaan. Karkeamotorisia liikkeitä ovat esimerkiksi käveleminen, hyppääminen, heittäminen tai pyöriminen, hienomotoriikkaa käytäviä liikkeitä taas esimerkiksi sormien tai vaikkapa suun liikkeet. (Kivelä-Taskinen 2008, 25; Nivbrant Wedin 2015, 268-269, 285; Porander 2012, 139-140.)

Karkeamotoriikan harjoittelu on tärkeää, sillä karkeamotoriikka kehittyy asteittain ennen hienomotoriikkaa. Karkeamotoriset taidot ovat siis perusta hienomotoriikalle. Tämä tarkoittaa, että mikäli karkeamotoriset taidot ovat heikkoja, hienomotoristenkin taitojen hallinta on vaikeampaa. Yksi tärkeä karkeamotorinen taito, joka liittyy vahvasti soittoon, on tasapainon ylläpito. (Hyytinen 2016, 12; Kauranen 2011, 346; Kivelä-Taskinen 2008, 25; Nivbrant Wedin 2015, 267, 269-270, 292; Porander 2012, 139-140.)

Tasapaino tarkoittaa taitoa hallita kehon asentoa, massaa tai painopistettä sekä paikallaan (staattinen) että liikkeessä (dynaaminen). Tasapaino koostuu eri aistien, kuten näkö- ja tuntoaistin, vestibulaarijärjestelmän (aistijärjestelmä, joka kerää muun muassa sisäkorvalta tietoa liikkeistä) keräämästä tiedosta sekä lihasten tekemästä työstä tasapainon hallinnassa. Tasapainon harjoittelu on alle kouluikäisten kanssa erittäin tärkeää, sillä sen vahvin kehitys tapahtuu ennen lapsen kahdeksatta ikävuotta. (Kauranen 2011, 180; Kivelä-Taskinen 2008, 26, 30-31, 40; Nivbrant Wedin 2015, 267.)

Soittamisen kannalta tasapaino on olennaista, sillä soitto pohjautuu tasapainossa olevaan soittoasentoon. Mikäli oppilaalla on huono tasapaino, se vie energiaa ja keskittymistä muilta olennaisilta seikoilta. Lisäksi tasapaino luo rentoutta soittoon ja on yhteydessä rytmikykyyn. (Kivelä-Taskinen 2008, 26; Kivelä-Taskinen & Setälä 2006, 14; Nivbrant Wedin 2015, 267.)

Myös kehon keskuksen suurten lihasten kunto on tärkeää hyvän soittoasennon ylläpitämiselle. Näihin lihaksiin kuuluvat selkä- ja vatsalihakset, niin ulkoiset kuin syvät lihakset. Kun kehon keskus ja sen käyttö vahvistuvat, se vaikuttaa myös soittotekniikkaan merkittävästi. (Nivbrant Wedin 2015, 287; Hyytinen 2016, 8, 10, 15.) Tämän vuoksi myös yleinen karkeamotoristen taitojen harjoittelu on tärkeää, sillä se vahvistaa aina keskivartalon suuria lihaksia ja kehittää niiden hallintaa.

Materiaalipankin motoriiikka-kategorian harjoituksista karkeamotorisia taitoja kehittävät harjoitukset ”liiku musiikkiin”, ”tasapaino ja kappaleen muoto” sekä

”liike-stop”. Musiikkiin eri tavoin liikkuessaan lapsi harjoittelee karkeamotorisia taitojaan hyvin kokonaisvaltaisesti ja vahvistaa kehon suuria lihaksia. Tasapainoilu kappaleen muodon mukaan mahdollistaa tasapainon harjoittamisen eri asennoissa. ”Liike-stop” harjoituttaa myös tasapainoa, erityisesti mikäli pysähdykset ja liikkeelle lähdöt tapahtuvat epäsäännöllisesti (Nivbrant Wedin 2015, 287). Tasapainon kehitystä tukee näiden harjoitteiden tekemisen lisäksi lähes mikä tahansa liikkuminen, joka tapahtuu silmät kiinni. Silmät kiinni -toimimista kannattaa siis myös sisällyttää opetukseen tasapainotaitoja tukemaan. Lisäksi tässä kategoriassa on kehon eri osien tunnistamisen harjoitus, joka liittyy enemmän kehotietoisuuteen kuin karkeamotoriikkaan. Koin kuitenkin tämän harjoituksen sisällyttämisen harjoituksiin tärkeäksi sekä lasten kehityksen tukemisen että kehotietoisuuden kehityksen kannalta.

Soitto vaatii karkeamotoriikan lisäksi hyvää hienomotoriikkaa (Nivbrant Wedin 2015, 292). Lähes kaikkia instrumentteja soitetaankin sormin, esimerkkinä piano, puhallinsoittimet sekä kielisoittimet. Sormien lisäksi monille instrumenteille myös eri nivelten liikkeiden hallinta on olennaista. Näistä esimerkkinä ovat piano, erilaiset rummut, kitara sekä jousisoittimet. Koska hienomotoriikka on tärkeä osa soittoa, se on myös oma osionsa materiaalipankissa.

Hienomotoriikkaa kehittäviin harjoituksiin kuuluvat ”laululeikit”, ”käden muotoilu”, ”sormipatsaat” sekä ”niveltanssi”. Laululeikeissä tehdään sormien sekä käsien erilaisia liikkeitä ja ne ovat todella hyvä tapa kehittää lasten hienomotoriikkaa. ”Käden muotoilu” sekä ”sormipatsaat” -harjoituksissa keskitytään nimenomaan sormien hienomotoriikkaan, sormien toiminnan erotteluun ja kinesteettisen aistin käyttöön. ”Niveltanssi” keskittyy nivelten hienomotoriikan harjoitteluun. Hienomotorisia taitoja harjoitellessa on tässä työssä mainittujen harjoitusten lisäksi hyvä muistaa pitää mukana perinteisiä sormijumppa-harjoituksia, jotka kehittävät myös hienomotorisia taitoja tehokkaasti.

4.2 Koordinaatio

Koordinaatio on motorinen taito, joka vastaa liikkeen voimankäytöstä, ajoituksesta sekä suunnasta (Kivelä-Taskinen & Setälä 2006, 12, 15). Esimerkiksi liikkeiden ajoituksen, nopeuden ja keston säätteleminen on liikkeiden koordinoitua. Koordinaatiota tarvitaan soittoon, sillä voidakseen soittaa soittajan tulee kyetä koordinoimaan eri kehonosiensa liikettä (Nivbrant Wedin 2015, 289).

Materiaalipankissa koordinaatio on oma kategoriansa ja kaikki harjoitukset tämän kategorian alla kehittävät koordinaatiota. Näihin harjoituksiin kuuluvat ”kehorytmiikka ja taputusleikit”, ”keskilinjan ylitys”, ”kehon puolten eriyttäminen” ja ”peili”. ”Kehorytmiikka ja taputusleikit” -harjoituksessa harjoitellaan käsien ja jalkojen koordinoitua sekä myös silmä-käsi -koordinaatiota. Kehon keskilinjan ylittäminen kehittää koordinaatiota ja aktivoi aivoja laajasti, sillä tällöin molemmat aivopuoliskot joutuvat työskentelemään (Kivelä-Taskinen 2008, 16, 26). Raajojen erottelussa harjoitellaan koordinoimaan molempia käsiä ja jalkoja erikseen. ”Peili”-harjoitus keskittyy koko kehon koordinaatioon. Lisäksi eri tavoin ja eri suuntiin liikkuminen, mikä on materiaalipankissa luokiteltu karkeamotorisiin harjoituksiin, on koordinaatiota kehittävä (Nivbrant Wedin 2015, 289; Lindeberg-Piironen & Ruokonen 2017, 281).

4.3 Pulssi

Musiikillisista taidoista, joita soitto vaatii, koen olennaisimmiksi pulssin sekä rytmien hahmotuksen. Suurin osa musiikista, jonka kanssa olemme tekemisissä, perustuu pulssiin, joten sen hahmottaminen on tärkeää (Nivbrant Wedin 2015, 43). Itse näen pulssin musiikissa sinä elementtinä, joka pitää musiikkia yllä ja eteenpäin liikkuvana. Soittamiselle pulssi on tärkeää, sillä se on kaiken rytmikan perusta, tärkeää musiikin virtaavuudelle ja musiikin lukemiselle sekä perusvaatimus yhteissoitolle (Nivbrant Wedin 2015, 43).

Materiaalipankissa pulssia kehittäviin harjoituksiin kuuluvat ”pulssiin kulku”, ”pulssi pallolla”, ”pulssiympyrä” sekä ”metrinen askellus ja taputus”. Kaikki harjoitukset keskittyvät pulssin tuntuman hahmotukseen. ”Pulssi pallolla” ja ”pulssiympyrä” ovat erityisen hyödyllisiä ryhmäopetuksessa. ”Pulssi pallolla” -harjoituksen avulla on helppo saada kaikki ryhmän jäsenet saamaan kokemus yhteisestä pulssista. ”Pulssiympyrä” keskittyy myös ryhmän yhteiseen pulssin luomiseen, mutta siinä yksilöllä on enemmän vastuuta pulssin ylläpidosta. ”Metrinen askellus ja taputus” auttaa pulssin hahmotuksen lisäksi eri tahtilajien hahmottamisessa sekä tahdin ensimmäisen iskun löytämisessä.

4.4 Rythmi

Rythmi voidaan määritellä järjestetyksi liikkeeksi tai esimerkiksi vuorotteluksi iskullisten ja iskuttomien äänten välillä erilaisissa ajanjaksoissa (Kivelä-Taskinen & Setälä 2006, 54-55). Rytmien ymmärtäminen on soitolle todella olennainen seikka. Rythmiä on myös helppoa ja mielekästä oppia kehollisuuden ja liikkeen kautta (Kivelä-Taskinen & Setälä 2006, 8-9; Nivbrant Wedin 2015, 53; Juntunen, Perkiö & Simola-Isaksson 2010, 20).

Rythmiä kehittäviin harjoituksiin materiaalipankissa kuuluvat ”rythmi keholla”, ”rytmien näyttäminen”, ”rytmit rooleina” sekä ”kaikurytmit keholla”. ”Rythmi keholla” ja ”kaikurytmit keholla” -harjoituksissa hyödynnetään kehorythmiikkaa, jolloin oppilas sekä näkee että fyysisesti tuntee rytmin, samalla kun tekee sitä. ”Rytmin näyttäminen” ja ”rytmit rooleina” -harjoituksissa keskitytään rytmin tuntemiseen kehollisesti.

Kuten jo alussa mainitsin, soittotaitojen kehittämiseen kuuluu paljon muitakin taitoja kuin vain ne, jotka olen tässä maininnut. En löytänyt tutkittua tietoa siitä, mitkä taidot ovat perustana soitolle. Nämä valmiudet valitsin siksi, että näen ne perustana soittotaidolle ja esimerkiksi pulssin myös perustana lähes kaikelle musiikille. Näiden taitojen harjoittelulla ja kehittämisellä näen myös olevan merkittävä vaikutus soittotaitojen kehittämiseen.

4.5 Kehitystaso materiaalipankin harjoitusten pohjana

Materiaalipankin harjoitukset eivät ole suoraan suunnattuja millekään tietylle ikäryhmälle. Opettajan tulee kuitenkin tuntea lapsen kehitystä voidakseen sovitaa opetuksensa kullekin oppilaalle tai ryhmälle sopivaksi (Lindeberg-Piironen & Ruokonen 2017, 63). Tämän vuoksi on olennaista tietää, millaiselle taitotasolle harjoitukset perustuvat. Olen suunnitellut harjoitukset vastaamaan noin 4-5 -vuotiaiden motorisia ja musiikillisia taitoja.

Tämän ikäinen lapsi hallitsee kehonsa liikkeitä jo hyvin. Tämän ikäisen lempipuuhaa on juokseminen, minkä lisäksi lapsi osaa muun muassa hyppiä eri tavoin, laukata, kiipeillä ja liikkua eri tasoissa ja eri tavoin. Harjoiteltavia taitoja ovat muun muassa hyppiminen yhdellä jalalla, liikkeiden koordinaatio sekä samanaikaiset liikkeet, kuten taputtaminen ja kävely. Lisäksi myös tasapaino on tässä iässä vahvassa kehityksessä. (Kauranen 2011, 353; Kivelä-Taskinen 2008, 26, 78; Lindeberg-Piironen & Ruokonen 2017, 76, 79, 123; Mannerheimin Lastensuojeluliitto.)

Hienomotoriset taidot ovat kehittyneet niin, että lapsi osaa piirtää neliön, leikata saksilla sekä napittaa suuria nappeja. Silmä-käsi -koordinaatio on kehittymässä ja sitä tulisikin harjoitella. Lapsi harjoittelee piirtämään uusia kuvioita, kuten kolmion, jäljentämään numeroita ja kirjoittamaan oman nimensä. Lapsen sormet myös kasvavat ja käden koordinaatio paranee. Lapsen käsi kuitenkin väsy helposti, jos hän joutuu toistamaan samaa liikettä useaan kertaan. Yleisesti lapsen käsien hienomotoriikka on tässä vaiheessa huomattavasti edellä jalkojen hienomotorista hallintaa, mikä kannattaa muistaa musiikin mukaan liikkeessä. (Kivelä-Taskinen 2008, 41, 79; Koivunen & Lehtinen 2015, 161; Lindeberg-Piironen & Ruokonen 2017, 79; Mannerheimin Lastensuojeluliitto; Nivbrant Wedin 2015, 270.)

Musiikillisten taitojen osalta lapsi osaa muun muassa erottaa nopean ja hitaan, muuttaa tempoa ja reagoida tempoon, toistaa kaikurytmejä sekä tunnistaa eri instrumentteja äänen perusteella. Tämän ikäisten kanssa on todella tärkeää

harjoitella pulssia, sillä sen ymmärrys on kehittymässä. Myös rytmitaju on tässä vaiheessa vahvasti kehittymässä ja rytmien harjoittelun tulisi olla vahvasti osana opetusta. Lisäksi lapsen musiikillinen muisti on kehittymässä ja lapsi oppii tunnistamaan erilaisia musiikkityylejä. Lapsi oppii hahmottamaan tasa- ja kolmijaakoisuuden eron sekä yksinkertaisia musiikillisia muotorakenteita. (Kivelä-Taskinen 2008, 40, 53, 77, 79; Lindeberg-Piironen & Ruokonen 2017, 119, 122, 132-133.)

Tämän ikäinen lapsi nauttii laulamisesta ja osaa useita lauluja ulkoa, vaikka melodian tarkkuus on vielä kehittymässä. Lapsi on tässä vaiheessa myös hahmottamassa käsitteitä korkea-matala ja nouseva-laskeva. (Lindeberg-Piironen & Ruokonen 2017, 122, 133; Ruokonen 2020, 126.) Vaikka lapsi saattaa ymmärtää eron ylhäällä ja alhaalla -käsitteiden välillä ja osaa myös kehollisesti toteuttaa ne, hän ei välttämättä ole hahmottanut sävelkorkeudellista korkeaa ja matalaa.

On tärkeää huomioida, että vaikka materiaalipankin harjoitukset on suunniteltu näitä taitoja mielessä pitäen, niiden kehittyminen ei ole sidoksissa mihinkään tiettyyn ikään. Jokainen lapsi kehittyy lopulta yksilöllisesti ja omaa tahtiaan (Lindeberg-Piironen & Ruokonen 2017, 63). Tämän vuoksi materiaalipankin harjoituksia voidaan hyvin käyttää sekä hieman nuorempien että vanhempienkin lasten kanssa harjoitusten vaikeustasoa oppilaalle tai oppilaille sovittaen.

5 Materiaalipankin harjoitukset

Tässä luvussa esittelen materiaalipankin harjoitukset sanallisesti sekä tarjoan niiden toteutukseen sopivia musiikki-ideoita. Harjoitukset on suunniteltu ja kehitetty ryhmäopetuksen puitteissa, mutta niitä voi hyvin soveltaa myös yksilöopetukseen. Harjoitusten avulla opettaja, jolle yksilöopetus on tutumpaa, voi kehitellä ryhmäopetusta. Mainitsen joidenkin harjoitusten kohdalla, mille soittimille tämä harjoitus voisi erityisesti sopia. On kuitenkin hyvä huomioida, että harjoitukset eivät ole sidottuja tiettyihin soittimiin, vaan niiden harjoittelu hyödyttää yleisesti instrumenttivalmiuksien kehittymistä instrumentista riippumatta. Lisäksi

lähes kaikki harjoitukset tukevat myös vähintään yhden toisen valmiuden kehittymistä, eli luokittelut ovat suuntaa antavia. Olen kuvannut harjoituksista myös demonstraatiovideot, jotka löytyvät tämän työn liitteistä.

Seuraavaksi siirryn kuvaamaan harjoituksia kategorioittain. Jokainen harjoitus on selostettu omassa alaluvussa. Kerron harjoituksen kulun ja tarjoan myös ideoita varioida harjoitusta eri tavoin. Lopuksi tarjoan ehdotuksia harjoituksen tueksi sopivasta musiikista.

5.1 Motoriikka ja kehontuntemus

5.1.1 Liiku musiikkiin

Laita musiikkia soimaan tai ala laulaa laulua, jonka aikana voidaan liikkua eri tavoin. Ohjeista oppilas/oppilaat liikkumaan musiikin kanssa eri tavoin, tarvittaessa mallinna liikkeitä myös itse. Erilaisia liikkumistapoja ovat esimerkiksi erilaiset hyppyt (esim. tasajalkahyppy, yhdellä jalalla hyppy, loikka, laukka, hyppely), kävely, juoksu, ryömiminen, konttaaminen, karhukävely ja rapukävely. Erilaisia liikkumistapoja voi myös keksiä itse tai kysyä oppilailta. Vaihdelkaa musiikin aikana tai laulun säkeistöjen mukaan liikkumistapaa. Teemana liikkumiseen voivat toimia vaikkapa erilaiset eläimet.

Liikkumista voi muunnella esimerkiksi lisäämällä liikkeeseen eri tasot: matala, keskitaso ja korkea. Samaa liikettä voi kokeilla esimerkiksi ensin normaalisti, sitten mahdollisimman korkealla tai korkealle ja mahdollisimman matalalla ja matalalle. Toinen muuntelutapa on lisätä liikkumiseen eri suunnat: eteenpäin, taaksepäin ja sivuttain. Sivuttain liikkuessa on tärkeää, että sekä oikealle että vasemmalle liikkumista harjoitellaan tasapuolisesti. Lisäksi muuntelua voidaan tehdä liikkeen tai musiikin tempoa vaihtelemalla; samoja liikkeitä voidaan kokeilla todella nopeasti ja todella hitaasti sekä siltä väliltä.

Esimerkkejä musiikista: Tuntematon – Värileikki; Jukka Linkola – Lumikuningatar: ”Kevätkarnevaalit”

5.1.2 Kehonosien tunnistus

Tätä harjoitusta voidaan tehdä myös puhuen, ilman musiikkia. Valitse laulu, jossa esiintyy eri kehonosia. Lauluna voi myös toimia tuttu laulu, joka on sanoitettu uudelleen. Laulakaa laulua oppilaan/oppilaitten kanssa ja jokaisen kehonosan kohdalla koskettakaa kyseistä kehonosaa. Mitä useampia kehonosia oppilas/oppilaat tuntee/tuntevat, sitä enemmän voi myös esitellä uusia kehonosia. Laulua voi laulaa myös eri teemoilla, kuten jalkojen osat, käsien osat, keskivartalo, kasvojen osat tai nivelet. Harjoitusta voi varioida niin, että jokaisen kehonosan kohdalla kyseinen kehonosa liikkuu.

Esimerkkejä musiikista: Trad. – Jumppalaulu; Elina Laakso – Pää ja olkapää

5.1.3 Tasapaino ja kappaleen muoto

Valitse joku kappale tai laulu, jossa on erotettavissa selkeästi vähintään A ja B -osa. Harjoitusta varten olisi hyvä, että yksi osista olisi rauhallisempi. Ohjeista oppilas/oppilaat liikkumaan eri tavoin menevämmän tai menevämpien osan tai osien aikana ja rauhallisemman osan aikana tasapainoilemaan eri tavoin. Laita musiikki soimaan tai ala laulaa laulua ja mallinna itse liikkeitä mukana. Tasapainoiluna voi kokeilla esimerkiksi seisomista yhdellä jalalla ja vaihtelua oikean ja vasemman välillä, seisomista puolivarpailla tai lentokone-asentoa. Nuorempien oppilaitten kanssa voidaan ottaa tukea tuolista tai seinästä. Sekä liikkumistapaa että tasapainoilua voi vaihdella tai pitää toisen tai molemmat samana koko harjoituksen ajan.

Esimerkkejä musiikista: Säv. Essi Putkonen, San. Riikka Helske – Pöllöäidin pesässä (tasapainoilu c-osassa); Kari Mäkiranta – Ritareita Ja Linnanheittoja

5.1.4 Liike – Stop

Laita soimaan musiikkia ja lähtekää liikkumaan siihen oppilaan/oppilaitten kanssa. Voit myös itse soittaa jotain soitinta tai laulaa tai laulaa ja soittaa ja ohjeistaa oppilaan/oppilaita liikkumaan. Liikkumistapa voi pysyä samana tai sitä

voi muunnella. Liikettä voi muunnella myös ottamalla mukaan eri tasot, suunnan tai eri tempon. Näistä voi lukea lisää harjoituksesta "Liiku musiikkiin". Pysäytä välillä musiikki tai lakkaa soittamasta/laulamasta. Tällöin oppilaan/oppilaitten tehtävä on myös pysäyttää liike mahdollisimman nopeasti. Kun musiikki jatkuu, lähdetään taas liikkeelle. Pidä huoli siitä, että harjoitus pysyy reaktiivisena eivätkä oppilas/oppilaat lähde liikkeelle tai pysähdy liian aikaisin.

Kun harjoitus hallitaan todella hyvin, voi oppilaan/oppilaita ohjeistaa liikkumaan silloin, kun musiikkia ei kuulu, ja pysähtymään musiikin soidessa. Harjoitukseen voidaan myös lisätä kehotuntemusta: pysähtymisen jälkeen opettaja sanoo kuuluvasti jonkin kehonosan. Oppilaan/oppilaitten tulee koskettaa kädellä tätä kehonosaa tai painaa kehonosa lattiaan mahdollisimman nopeasti.

Esimerkkejä musiikista: Kari Mäkiranta – Hyönteisiä Etsimässä; Armas Järnefelt – Preludi

5.1.5 Laululeikit

Monissa laululeikeissä käytetään erityisesti lapsen hienomotoriikkaa vahvistavia liikkeitä laulun tukena. Niiden laulamien ja leikkiminen yhdessä on todella hyödyllistä. Valitse laulu ja opettele siihen kuuluva laululeikki tai keksi sellainen itse. Opetta leikki oppilaalle/oppilaille leikkiliikkeiden kera ja laulakaa ja leikkikää sitä tunneilla. Säännöllisin väliajoin lauluja voi vaihdella. Myös oppilailta kannattaa kysyä, mistä lauluista he pitävät ja käyttää niitä laululeikkien inspiraationa.

Esimerkkejä musiikista: Säv. Trad., San. Maisa Krokfors – Tuiki tuiki tähtönen; Tuntematon – Hämähäkki

5.1.6 Sormipatsaat

Tätä harjoitusta voidaan tehdä myös ilman musiikkia. Valitse harjoitukseen sovelsa musiikki. Laita musiikki soimaan ja ohjeista oppilas/oppilaat liikuttelevaan sormiaan eri muotoihin ja jähmettämään ne niihin, niin kuin käsistä olisi tehty

patsaat. Vaihdelkaa käsien muotoja ja kokeilkaa erilaisia patsaita. Mikäli valitussa musiikissa on selkeät A ja B -osat, voidaan valita toinen osista koko keholla, käsillä tai sormilla vapaasti liikuttavaksi ja toinen patsaiden teko-osaksi. Harjoitus voi toimia myös kuuntelutehtävänä, jolloin patsasta vaihdetaan annettun ohjeen mukaan. Esimerkiksi: Vaihda patsasta aina kun kuulet jonkun tietyn soittimen/aina kun alkaa uusi osa/aina kun melodia liikkuu alaspäin/ylöspäin/aina kun kuulet tietyn sanan ja niin edelleen. Kuunteluohjeita voidaan helpottaa tai vaikeuttaa oppilaan/oppilaitten ikään ja taitoihin nähden. Oppilaan/oppilaitten kanssa voidaan myös opetella yhdessä tiettyjä patsaita, jotka voivat suunnilleen vastata esimerkiksi sointu-otteita eri soittimilla.

Harjoitusta voidaan muunnella vaihtelemalla käsien yhtäaikaisuutta. Molemmat kädet voivat tehdä patsaita samaan aikaan tai niitä voidaan tehdä yksi käsi kerrallaan. Lisäksi voidaan muunnella sormien kontaktia; sormet joko saavat tai eivät saa koskettaa toisiaan. Samoin patsaita voidaan tehdä molemmilla käsillä erikseen tai voidaan ohjeistaa oppilasta/oppilaita luomaan molemmilla käsillä yksi käsien yhteinen patsas. Lisäksi voidaan keksiä muita lisäohjeita muuntelemaan, kuten sormien, kämmenten tai käsien tulee olla mahdollisimman kaukana toisistaan/lähellä toisiaan tai tietyn määrän sormia tulee olla koukussa/suorana tai toisissaan kiinni/toisistaan erillään. Lisäksi patsaille voidaan keksiä jokin teema, kuten eläimet, ruoka tai muodot.

Tämä harjoitus saattaa toimia erityisen hyvin esimerkiksi kielisoittimien, kuten ukulelen tai kitaran, soittajille. Harjoitus on kuitenkin käyttökelpoinen myös muita soittimia soittaville.

Esimerkkejä musiikista: Säv. Soili Perkiö, San. Hannele Huovi – Silkkiapina; Meksikolainen kansanlaulu ja -tanssi La Raspa

5.1.7 Niveltanssi

Valitse harjoitukseen sopiva musiikki ja laita se soimaan. Musiikin soidessa harjoitellaan eri nivelten liikuttamista. Harjoitus on helpointa aloittaa ohjeistamalla oppilasta/oppilaita aloittamaan liike yhdellä nivelellä ja vaihtamalla hetken

päästä toiseen niveleen käyden näin kehon eri nivelet läpi. Pyritään siihen, että liikkeellä oleva nivel ohjaisi liikettä, ja mikäli muukin keho liikkuu, niin tämä liike lähtee liikkuvasta nivelestä liikkeelle. Kehon eri niveliä, joita harjoituksessa voi kokeilla, ovat: ranne, nilkka, kyynärpää, olkapää, polvet, lantio, niska.

Harjoitusta voidaan varioida tekemällä liikettä molemmilla raajoilla samanaikaisesti tai yksi kerrallaan. Harjoituksen tultua tutuksi voidaan kokeilla myös liikuttaa useampaa niveltä samanaikaisesti. Harjoitukseen on helppo lisätä liikelaatuja esimerkiksi käytettävän musiikin mukaan: niveliä voi liikuttaa jäykästi, tahmeasti, terävästi, pehmeästi, sitkeästi tai rennosti. Lisää liikelaatuja voi keksiä itse. On hyvä visualisoida käytettävä termi oppilaille esimerkiksi mielikuvana: liikuta nilkkoja tahmeasti, kuin ne olisivat liimalla kiinni jossain. Jos keskitytään ranteen liikkeeseen, voidaan harjoitukseen lisätä myös jokin kevyt esine, jota nivel tanssittaa, kuten huivi, kapula, pieni pallo tai jokin vastaava. Jousisoittimien oppilaitten kanssa voidaan harjoitus tämän jälkeen muuntaa niin, että esineillä tehtävää liikettä suunnataan esimerkiksi enemmän jousikättä vastaavan liikkeen mukaiseksi. Lopulta mukaan voi ottaa myös varsinaisen jousen ja harjoitella sen tanssittamista ilman itse instrumenttia.

Tämä harjoitus saattaa toimia erityisen hyvin esimerkiksi jousisoittimien, kuten viulun ja sellon, soittajille. Harjoitus on kuitenkin käyttökelpoinen myös muita soittimia soittaville.

Tarvittavat välineet: halutessaan huivi, rytmi- tai rumpukapula, pieni pallo tai vastaava kevyt esine

Esimerkkejä musiikista: Frigg – Meltaus; Johannes Brahms – Hungarian Dance No. 7

5.1.8 Käden muotoilu

Tämä harjoitus tehdään pareittain. Laita rauhallista musiikkia soimaan ja asetu oppilaan lähelle seisomaan tai ohjeista oppilaat valitsemaan pari ja asettumaan lähekkäin. Oppilas/toinen parista nostaa toisen kätensä pään yläpuolelle ja

opettaja/toinen parista lähtee muovaamaan tämän käden asentoa niin, että muotoiltavan käden omaaja ei näe, minkälaiseen muotoon käsi ollaan muokkaamassa. Kädet voidaan asettaa myös selän taakse tai pyytää muotoiltavaa laittamaan silmät kiinni. Kun opettaja/kättä muotoileva pari on saanut muovattua käden haluamaansa muotoon, hän kertoo parilleen olevansa valmis. Oppilaan/toisen parista tehtävä on tämän jälkeen pyrkiä muokkaamaan toinen käsis-tään samaan muotoon, kuin mihin opettaja/pari on toisen käden muokannut. Muovailtua kättä ei saa katsoa, vaan oppilas toteuttaa käden mallintamisen ke-hotuntemustaan käyttäen. Lopuksi kädet otetaan esille ja katsotaan, tuliko niistä samannäköiset. Tämän jälkeen harjoitus on erityisesti ryhmäopetuksessa hyvä toistaa myös niin, että parit vaihtavat roolejaan.

Harjoitusta voi helpottaa ja vaikeuttaa oppilaan/oppilaitten tason mukaan. Harjoitusta on hyvä lähteä aluksi kokeilemaan niin, että opettaja näyttää molem-milla omilla käsillään jonkin käsien muodon ja oppilas/oppilaat yrittävät muotoilla omat kätensä juuri samalla tavoin. Aluksi omia käsiä voidaan katsoa. Tämän jäl-keen voidaan opettajan käsiä mallintaa niin, ettei omia käsiä katsota. Vasta sit-ten, kun oppilas/oppilaat onnistuvat muokkaamaan omia käsiään opettajan kä-sien muotoon, kannattaa siirtyä oppilaan/oppilaitten omien käsien muovaami-seen. Muotoilu on hyvä rajata aluksi esimerkiksi pelkästään sormiin ja myöhem-min lisätä myös kämmenen sekä käsivarren muotoilua. Harjoituksen hahmotta-mista voi helpottaa, jos käsien muotoilulle annetaan esimerkiksi jokin teema, ku-ten eläimet, dinosaurukset tai vaikkapa erilaiset örkit.

Esimerkkejä musiikista: Trad., Maija Kauhanen, Teppo Repo – Yötaivas; Hannu Kella – Käytävä

5.2 Koordinaatio

5.2.1 Taputusleikit ja kehorytmiikka

Taputusleikkejä ja kehorytmiikkaa hyödyntäviä harjoituksia voi hyvin keksiä itse tai oppilaan/oppilaitten kanssa yhdessä. Niitä kannattaa myös kokeilla pareittain

tai oppilaan kanssa yhdessä. Helppo lähtökohta voi olla jonkun lorun sovittaminen yksinkertaiseen taputusleikkiin, kuten: reidet, kädet yhteen, kädet parin käsiin ja kädet yhteen, jonka jälkeen taputetaan jälleen reisiä. Kehoa hyödyntämällä rytmikkäitä ”leikkejä” voi helposti tehdä yksinkin ja yhdistelmiä on lukematon määrä. Kehosta löytyviä erilaisia ääniä ovat muun muassa tömistykset, napsutus, erilaiset taputukset, sormien ropistelu eri kehon pinnoille sekä erilaiset suhistelut käsillä eri kehonosiin. Mikäli oppilas on/oppilaat ovat oikein taitavia näissä, voidaan joukkoon lisätä suulla tehtäviä ääniä, kuten suu-suhina, pärinä ja naksuttelu.

Taputusleikkejä pareittain voidaan muunnella muun muassa vaihtelemalla sitä, taputetaanko parin käsiin molemmilla käsillä yhtä aikaa vai vain yhdellä kädellä kerrallaan. Mikäli parin käsiin taputetaan vain yksi käsi kerrallaan, voidaan vaihdella sitä, taputtavatko oikea ja vasen käsi yhteen vai molempien oikea käsi yhteen. Sekä parin käsiin että reisiin taputettaessa voidaan myös vaihdella sitä, tapahtuuko taputus suoraan vai ristiin. Myös sitä, taputtavatko kämmenet vai kämmenselät voidaan vaihdella. Pelkästään reidet, omat kädet ja parin kädet -vaihtoehdoilla voidaan keksiä lukuisia yhdistelmiä taputtaa. Lisäämällä taputusleikkiin myös muita kehoperkussion ääniä, voidaan äänimaailmaa rikastuttaa ja leikkejä muunnella tai monimutkaistaa edelleen.

Tämä harjoitus saattaa toimia erityisen hyvin esimerkiksi rumpaleille tai pianisteille. Harjoitus on kuitenkin käyttökelpoinen myös muita soittimia soittaville.

5.2.2 Kehon keskilinjan ylitys

Tätä harjoitusta voidaan tehdä myös puhuen, ilman musiikkia. Valitse harjoitukseen sopiva laulu, jonka tahtiin liikkeitä voidaan tehdä. Vaihtoehtoisesti voidaan valita jokin kuunneltava instrumentaalikappale, jonka rytmissä harjoitusta tehdään. Ohjeista oppilasta/oppilaita esimerkiksi halaamaan itseään ja tämän jälkeen levittämään kädet leveälle, vartalo pysyy joko suorana tai kiertyy vuorotellen molemmille sivuille. Mallinna myös itse liikettä. Tehkää liikettä ja laulakaa

laulua samanaikaisesti. Muita harjoiteltavia liikkeitä voivat olla oikean tai vasemman käden kuljetus vastakkaiseen polveen tai varpasiin ja vieminen pään päälle tai käden puolen olkapäälle. Molempia käsiä kannattaa harjoitella saman verran. Voidaan kokeilla tehdä myös molemmat kädet samanaikaisesti. Istuessa jalkoja voidaan ristiä suorina toistensa yli niin, että vuorotellen molemmat jalat ovat päällimmäisenä. Valitkaa oppilaan/oppilaitten kanssa yksi liike kerrallaan ja toistakaa sitä laulun säkeistön ajan tai muun sopivan ajan verran. Toistot kannattaa tehdä musiikin sykkeessä, jolloin tuetaan samalla perussykkeen harjoittelua ja tuntua.

Esimerkkejä musiikista: Elina Laakso – Minä paijailen; Säv. Essi Putkonen, San. Riikka Helske - Jumppa

5.2.3 Peili

Tämä harjoitus tehdään pareittain. Laita rauhallista musiikkia soimaan ja asetu oppilaan kanssa vastakkain tai ohjeista oppilaat valitsemaan pari ja asettumaan navat toisiaan kohti. Toinen parista valitaan peiliksi ja toinen peilaajaksi. Peilaajan tehtävä on liikkua rauhallisesti paikoillaan ja peilin tehtävä on seurata peilaajan liikkeitä mahdollisimman tarkasti peilikuvana. Kannattaa ohjeistaa tekemään harjoitusta hitaasti, jotta peilin on helpompi seurata liikettä. Liike voidaan aluksi rajata johonkin kehon osaan, kuten pelkkiin käsiin tai jalkoihin. Harjoituksen tultua tutuksi ja sujuessa voidaan ohjeistaa liikkutamaan koko kehoa, kokeilemaan eri tasoja ja lopulta liikkumaan myös tilassa. Tämä vaatii kuitenkin ensin paljon harjoittelua sujuakseen. Kun harjoitusta on tehty jonkin aikaa, vaihdetaan rooleja. Oppilaalle/oppilaille voi halutessaan antaa myös jonkin mielikuvan kuvaamaan peilaajan liikettä, kuten: ”kuvittele, että olet maalaamassa käsilläsi suurta taulua”, ”kuvittele, että uit vedessä” tai ”kuvittele soittavasi jotakin soitinta”. Mielikuvalla voidaan hakea tietynlaista liikkeen laatua tai tiettyä toimintaa.

Esimerkkejä musiikista: Pyotr Tchaikovsky – Swan Lake: No.4 Pas de trois: Andante sostenuto; Erik Satie: Gnossiennes: No. 1 – Lent

5.2.4 Kehon puolten eriyttäminen

Tätä harjoitusta voidaan tehdä myös ilman musiikkia. Valitse harjoitukseen so- piva musiikki ja laita se soimaan. Ohjeista oppilas/oppilaat liikuttamaan käsiään ylös-alas tai sivuttain puolelta toiselle. Harjoitellaan liikkeitä ensin molemmat kä- det yhtä aikaa. Tämän jälkeen kokeillaan pitää toinen käsi keskellä paikallaan ja liikuttaa vain toista kättä ensin ylös-alas ja sitten sivuttain. Vaihdetaan puolia. Kun tämä sujuu, kokeillaan liikuttaa toista kättä ylös-alas ja samanaikaisesti toista sivulta sivulle. Kokeillaan myös vaihtaa käsien rooleja.

Harjoitusta voi muunnella esimerkiksi kokeilemalla muita liikutustapoja ylös-alas ja sivuttain -suuntien lisäksi. Käsiä voidaan liikuttaa myös eteen-taakse -akse- lilla tai esimerkiksi eri muotojen mukaan, kuten ympyrä, kolmio, neliö. Voidaan vaihdella myös puolten tempoa, toinen puoli voi tehdä liikettään nopeasti ja toi- nen hitaasti. Tämä toimii hyvin myös silloin, kun molemmat puolet liikkuvat sa- moin, kuten ylös-alas. Voidaan muunnella myös niin, että toinen raaja tekee lii- kettä kokonaan ja toisessa liikkuu vain osa, kuten vain sormet tai vain ranne tai vain kyynärvarsi jne. Harjoitusta voi kokeilla myös lattialla istuen jaloilla tai jota- kin tiettyä niveltä käyttäen.

Harjoitusta on hyvä helpottaa tuomalla se lasten maailmaan ja kuvaamalla eri raajojen liikettä esimerkiksi eri eläinten liikkeenä. Esimerkki: liike ylös ja alas on pupun hyppy ja liike sivuttain leopardin nopea juokseminen. Harjoitus voidaan lopulta tuoda myös instrumentin kanssa toteutettavaksi esimerkiksi niin, että kielisoitinten soittajilla toinen käsistä liikkuu soittimen kaulalla ja toinen kielillä. Tässäkin kannattaa ensin harjoitella käsien liikettä erikseen ja sitten yhdistää ne tehtäväksi samaan aikaan. Harjoitusvaiheessa ei kannata vielä varsinaisesti soittaa tai keskittyä liikuttamisesta tulevaan ääneen, vaan tavoitteena on, että oppilas löytää ne käsien liikeradat, joita soitinta soittaessa tarvitaan.

Esimerkkejä musiikista: Janne Ojajärvi – Paw Steps; Frigg – Cross Country

5.3 Pulssi

5.3.1 Pulssiin kulkeminen

Valitse mikä tahansa laulu tai äänitetty kappale, jossa on selkeä ja tasainen syke. Voit myös ottaa jonkin soittimen, jolla soitat. Ohjeista oppilas/oppilaat kävelemään musiikin sykkeeseen, askel jokaiselle iskulle. Mallinna itse tarvittaessa. Harjoitus voi olla helppo aloittaa soittamalla esimerkiksi rumpua tai taputtamalla ja ohjeistamalla oppilat/oppilaat ottamaan askel jokaiselle rummutukselle/taputukselle. Tästä voidaan myöhemmin siirtyä nauhoitettuun musiikkiin tai melodisen soittimen soittamiseen. Kun sykkeeseen kävely sujuu hyvin, voidaan antaa ohjeeksi ottaa askel vain tietyillä iskuilla (esim. askel vain ensimmäisellä iskulla, vain toisella iskulla jne, tai askel vain ensimmäisellä ja kolmannella, ensimmäisellä ja toisella iskulla jne, kaikilla muilla paitsi neljännellä jne). Harjoituksen sujuessa voidaan myös lisätä muita sanallisia ohjeita harjoitukseen. Esimerkiksi opettajan sanoessa "hip" oppilas tömistää/oppilaat tömistävät seuraavan iskun, opettajan sanoessa "hop" oppilas taputtaa/oppilaat taputtavat seuraavalle iskulle askelen lisäksi, opettajan sanoessa "hep" oppilas hyppää/oppilaat hyppäävät jne. Syke pyritään pitämään ohjeista huolimatta tasaisena.

Harjoitusta voi muunnella muuntamalla kulkusuuntaa (eteenpäin, taaksepäin, sivuttain) tai kulkemisen tasoa (korkea, keskitaso, matala). Lisäksi voidaan keilla tempoiltaan erilaisia musiikkeja ja niihin liikkumista. Harjoitukseen voidaan sen sujuessa lisätä myös kulkemisen lisäksi taputus, jota voidaan muunnella myös eri iskujen mukaan (taputus vain ensimmäiselle, toiselle, kolmannelle iskulle, tai ensimmäiselle ja kolmannelle, toiselle ja neljännelle, ensimmäiselle ja neljännelle iskulle tai taputus kaikille muille paitsi kolmannelle, neljännelle, toiselle iskulle jne). Voidaan myös harjoitella kulkemista sykkeessä ja sanarytmin tai esimerkiksi soitettavan kappaleen melodian tai sointujen rytmin taputusta samaan aikaan.

Kun perussyke on löytynyt ja todella vahva, voidaan myös harjoitella kulkemista samassa sykkeessä eri aika-arvoilla (kahdeksasosa, neljäsosa = perussyke,

puolinuotti, kokonuotti). Näitä voidaan kokeilla myös eri suuntiin niin, että yksi aika-arvo liikkuu aina tiettyyn suuntaan (esimerkiksi neljäsosat eteenpäin, puolinuotit taaksepäin ja kokonuotit sivuttain).

Esimerkkejä musiikista: Tero Hyväluoma – Tasajalka Salminen; Säv. Soili Perkiö, San. Hannele Huovi – Pieni iloinen tie

5.3.2 Pulssi pallolla

Valitse mikä tahansa laulu tai äänitetty kappale, jossa on selkeä ja tasainen syke. Käykää oppilaan/oppilaitten kanssa istumaan ja ota esiin suuri jumppapallo, josta otatte kiinni. Pomputtakaa palloa yhdessä lattiaan musiikin sykkeessä koko ajan pallosta kiinni pitäen. Mikäli kappaleessa on selkeitä rakennneosia, jokaiselle rakenneosalle voidaan keksiä oma liike pallon kanssa, esimerkiksi A-osassa pomputetaan palloa sykkeessä, B-osassa vieritetään palloa toiselta toiselle ja C-osassa pyöritetään palloa hyrränä paikallaan. Kun yhteinen pomputtaminen sujuu, voidaan ryhmäopetuksessa kokeilla pallojen pomputtamista samaan malliin pareittain. Harjoitusta voidaan tehdä myös niin, että (jokaisella) oppilaalla on oma pallo, jota pomputetaan lattiaan. Pareittain ja yksin voidaan alun harjoittelun jälkeen kokeilla pomputtamista myös seisten niin, että pallosta irrotetaan sitä pomputettaessa. Tällöin käytössä kannattaa olla pienempi pallo, kuten esimerkiksi tennispallo. Ryhmäopetuksessa voidaan lopulta kokeilla pomputtaa myös yhtä yhteistä pientä palloa piirissä oppilaalta toiselle.

Tarvittavat välineet: yksi tai useampi suuri jumppapallo tai useita pieniä palloja, kuten tennispalloja

Esimerkkejä musiikista: Francois-Joseph Gossec – Tambourin; Jaakko Löytty – Ilo meillä irti on

5.3.3 Pulssiympyrä

Tämä harjoitus toimii parhaiten ryhmäopetuksessa. Asettukaa oppilaitten kanssa piiriin seisomaan. Hakekaa yhteinen pulssi ensin jalkoihin astumalla paikallaan lattiaan. Tämän jälkeen pulssi otetaan myös käsiin ja sekä astutaan, että taputetaan jokaiselle iskulle. Harjoitelkaa useita kertoja taputtamisen lopettamista ja aloittamista yhtä aikaa ilman, että jalkojen liike loppuu. Seuraavaksi kerro oppilaille, samalla kun taputate ja astutte pulssia, että seuraavaksi jokainen saa vuorollaan taputtaa neljä iskua. Lopettakaa kaikki taputtaminen ja jatkakaa jalkojen liikettä, lähetä itse taputukset liikkeelle ja ohjaa omalla keholasi/sanallisesti oppilaille, kenen vuoro on menossa. Kun neljän iskun taputtaminen vuorotellen sujuu, voidaan jokaisen taputtamia iskuja vähentää kahteen ja lopulta yhteen niin, että taputus kiertää ympyrässä. Harjoituksen sujuessa voidaan sitä kokeilla myös kolmijakoisesti aloittamalla siitä, että jokainen taputtaa kolme iskua ja siirtymällä suoraan yhden iskun taputtamiseen. Halutessaan harjoitukseen voi ottaa myös jonkin laulun tai muun musiikin tueksi.

Esimerkkejä musiikista: Säv. Soili Perkiö, San. Hannele Huovi – Muotilaulu; Kari Mäkiranta – Pallosamba

5.3.4 Metrinen askellus ja taputus

Valitse mikä tahansa laulu tai äänitetty kappale, jossa on selkeä ja tasainen syke. Askartele itse oppilaalle/oppilaille askelmerkit tai käytä olemassa olevia merkkejä, jotka voidaan asettaa lattialle ja joitten päällä voidaan liikkua ilman, että ne liukuvat. Aseta askelmerkit niin, että yksi merkki on edessä ja kaksi vierekkäin sen takana, kuten kolmiossa. Vaihtoehtoisesti voidaan asettaa yksi merkki eteen ja toinen suoraan sen taakse. Oppilas menee/oppilaat menevät seisomaan taaimmaisesta/taaimmaisten merkkien päälle. Laita musiikki soimaan. Ohjeista oppilaita astumaan merkkien päällä niin, että jokaisen tahdin ensimmäinen isku astutaan edessä olevalle merkille ja muut taemmas. Harjoitus on helpointa aloittaa nelijakoisesta musiikista ja tämän sujuttua siirtyä muihin tahti-

lajeihin. Harjoitukseen voidaan sen sujuessa lisätä myös neljä neljäsosaa kappaaleissa tahdin kolmannella iskulla askel taaksepäin. Harjoitus on hyvä aluksi naamioida leikiksi kuvaamalla esimerkiksi, että aina tahdin ensimmäisellä iskulla taaemmat merkit alkavat polttaa ja sitten jäähtyvät. Itse kuvasin harjoitusta ohjauksessani eläinten tanssituntina.

Harjoitusta voidaan kokeilla myös taputtaen. Tällöin tahdin ensimmäinen isku taputetaan ylöspäin ja muut noin rinnan korkeudella. Taputusten suuntia voidaan halutessaan lisätä niin, että lopulta jokaisella iskulla on oma suuntansa (esimerkiksi ensimmäinen isku ylös, toinen alas, kolmas vasemmalle ja neljäs oikealle). Tärkeää on, että ensimmäinen isku selkeästi erottuu muista iskuista. Halutessaan taputusta voidaan tehdä myös yhtä kehonosaa, kuten käsivartta tai jalkoja, pitkin tai koko keholla eri kehonosia taputtaen. Ensimmäinen isku kannattaa tällöin sijoittaa esimerkiksi päähän tai käsiin. Tällöinkin harjoitus on hyvä tuoda lapsille tuttuun muotoon ja esimerkiksi kuvata taputuksia matkareitin kävelynä tai vaikkapa kärpästen nappaamisena. Harjoitus voidaan siirtää myös esimerkiksi rumpuihin niin, että ensimmäinen isku soitetaan rummun keskelle ja muut rummun reunaan tai kahta rumpua soittaessa ensimmäinen isku soitetaan matalampääniseen rumpuun ja muut korkeampiin.

Tarvittavat välineet: askel- tai muut merkit, 2-4 kappaletta. Mahdollisesti teippiä tai vastaavaa pitämään merkit paikallaan.

Esimerkkejä musiikista: Johan Sebastian Bach – Suite No.2, BWV 1067: 6. Menuet; Säv. Soili Perkiö, San. Hannele Huovi – Nalle pieni nappisilmä

5.4 Rytmii

5.4.1 Rytmii keholla

Tämä on ehkä yksinkertaisin tapa harjoitella eri rytmejä. Valitse rytmii, jota haluat oppilaasi/oppilaittesi kanssa harjoitella. Rytmii voi olla täysin vapaasti valittu tai esimerkiksi oppilaan soittokappaleessa esiintyvä. Kokeilkaa rytmiteitllä tätä rytmiiä eri tavoin. Taputtakaa sitä käsillä, tömistäkää se jaloilla ja taputtakaa se

reisiin. Eri kehoperkussion osia hyödyntämällä rytmistä saadaan halutessa myös soiva kokonaisuus. Rytmiiä voidaan tämän jälkeen myös esimerkiksi naputella vain sormilla. Tähän voidaan vähitellen lisätä myös sormien koordinaatiota ja mukauttaa rytmiiä lähemmäs sitä, miten se on tarkoitus soittimella toteuttaa. Mikäli rytmi ei ole jo valmiiksi esimerkiksi jonkin kappaleen sanarytmi, voi pieniä lapsia helpottaa, jos rytmille keksitään sanallinen muoto.

5.4.2 Kaikurytmejä kehorytmein

Rytmejä voidaan harjoitella myös kaiku-metodin kautta ja tätä kannattaa kokeilla myös kehollisesti. Rytmitele oppilaan/oppilaitten kanssa erilaisia kaikurytmejä kehorytmeinä. Anna myös oppilaan/oppilaitten keksiä kaiutettavia rytmejä. Harjoituksen ollessa tuttu voidaan kokeilla myös niin, että opettaja tekee jonkin kehorytmin ja oppilas soittaa/oppilaat soittavat sen jollakin soittimella. Tämä voidaan kääntää myös toisin päin niin, että opettaja soittaa jonkin rytmin soittimella ja oppilas/oppilaat rytmittelevät sen kehollaan. Kehosta soittimeen ja soittimesta kehoon -siirtymä voi olla haastava, mutta sitä kannattaa harjoitella aluksi niin, että opettaja näyttää esimerkkiä.

5.4.3 Rytmin näyttäminen

Valitse rytmi, jota haluat oppilaasi/oppilaittesi kanssa harjoitella. Rytmi voi olla täysin vapaasti valittu tai esimerkiksi oppilaan soittokappaleessa esiintyvä rytmi. Ohjeista oppilasta/oppilaita ilmentämään rytmiiä kehollisesti, mallinna itse mukana. Rytmiiä voidaan esimerkiksi kulkea jaloilla, näyttää käsillä tai koko keholla. Käsillä ja keholla näytettäessä vapaa improvisointi voi olla paras tapa rytmin näyttämiseen. Tätä ennen rytmi kannattaa kuitenkin konkretisoida esimerkiksi taputtamalla tai kulkemalla sitä jaloilla. Rytmisissä esiintyviä eri aika-arvoja voidaan myös taputtaa eri kehonosiin (esimerkiksi neljäsosat taputetaan reisiin, kahdeksasosat käsiin, pisteelliset neljäsosat vatsaan, kokonuotit rintaan jne). Oppilaan/oppilaitten kanssa voidaan myös yhteisesti keksiä pieni koreografia, joka ilmentää kyseistä rytmiiä ja tehdä sitä musiikin mukana.

Rytmin näyttämistä voidaan tehdä myös kuunteluharjoituksena esimerkiksi tietyn soittimen tai tietyn rakenneosan melodian rytmiä kuunnellen ja näyttäen. Mikäli opetusta tehdään ryhmässä, voidaan kuunteluharjoituksessa ryhmä jakaa esimerkiksi kahteen ja ohjeistaa yksi ryhmä kuuntelemaan tiettyä soitinta/osaa ja toinen ryhmä kuuntelemaan toista soitinta/osaa. Ryhmiä voidaan lisätä oppilaitten taitotason ja musiikin mukaan. Rytmejä näyttäessä ryhmät voivat saada oman vuoronsa näyttää oman soittimensa/osansa rytmin kaikille tai rytmejä voidaan tehdä kaikki ryhmät samaan aikaan.

Esimerkkejä musiikista: Pyotr Tchaikovski – The Nutcracker (Suite), Op. 71a, TH. 35: Ile. Chinese Dance (Tea); Jean Sibelius – Vattendropper, JS 216

5.4.4 Rytmit rooleina

Valitse musiikki, jossa esiintyy erilaisia rytmejä esimerkiksi eri osissa tai eri soittimilla. Etsi jokaiselle osalle/soittimelle sen rytmiä kuvastava rooli. Rooleja voivat olla esimerkiksi erilaiset eläimet (karhu, hiiri, kettu), hahmot (prinsessa, kuningas, prinssin hevonen) tai vaikkapa perheenjäsenet (isä, äiti, pikkusisko). Kuunnelkaa oppilaan/oppilaitten kanssa musiikkia ja kokeilkaa eri rytmeihin liikkumista roolien kautta. Mikäli opetusta tehdään ryhmässä, voidaan kaikkien roolien kokeilun jälkeen ryhmä jakaa osiin ja jokaiselle osalle antaa oma rooli toteutettavaksi. Rytmejä näyttäessä ryhmät voivat saada oman vuoronsa näyttää oman soittimensa/osansa rytmin kaikille tai niitä voidaan tehdä kaikki ryhmät samaan aikaan.

Esimerkkejä musiikista: Johann Pachelbel – Canon in D; Richard Rogers & Oscar Hammerstein II – The March Of The Siamese Children

6 Kehollisten harjoitusten arviointi

Opinnäytetyöni pääasiallinen tuotos on liikkeellisiä harjoituksia sisältävä materiaalipankki pedagogeille käytettäväksi. Koen, että työn kannalta on olennaista

arvioida materiaalipankin harjoituksia ja niiden toimivuutta. Harjoitusten arvioinnin kannalta on olennaista pohtia seuraavia kysymyksiä: Miten harjoitukset tukevat instrumenttitaitojen kehittymistä? Miten harjoitukset soveltuvat ikäryhmälle? Millä tavoin harjoitukset ovat yhteydessä soittoon ja musiikillisiin tavoitteisiin? Miten harjoitukset soveltuvat käytäntöön? Tässä luvussa pyrin arvioimaan näitä seikkoja sekä tuon esiin harjoitusten käytössä huomioitavia asioita, joista syntyi tietoa. Olen käyttänyt aineistonkeruumenetelmänä oppimispäiväkirjaa, ohjaustani seuranneen opettajan täyttämiä arviointilomakkeita sekä opettajan kanssa käymiäni palautekeskusteluja.

6.1 Soittotaitojen tukeminen

Määrittelin tässä työssä soiton perusvalmiuksiksi motoriikan, koordinaation ja pulssin sekä rytmin hahmotuksen. Harjoitusten tarkoituksenmukaisuuden kannalta on olennaista arvioida, harjoiteltiinko harjoituksissa juuri näitä seikkoja. Ohjausta seuranneen opettajan mukaan jokaisella kerralla oli kehitetty lasten motorista osaamista todella monipuolisesti. Jokaisella tuokiolla tehtiin arvioinnin perusteella myös asioita, jotka kehittivät soittamisen valmiuksia, eli motoriikkaa, koordinaatiota ja pulssin sekä rytmin hahmotusta. Opettaja oli kirjannut arviointilomakkeisiin kunkin kategorian kohdalle harjoituksia, joiden koki kehittävän juuri kyseistä kategoriaa ja usein kirjatut harjoitukset oli myös luokiteltu samoin kuin luokittelun ne materiaalipankissa.

Joidenkin harjoitteiden tarkoituksenmukaisuutta pohdimme palautekeskusteluissa. Esimerkiksi toisen ohjauskerran jälkeen opettaja muun muassa nosti esiin kehorytmiikkaan liittyvän harjoituksen. Hän kommentoi, että se oli turhan haastava, mikäli tavoitteena on perussykkeen kokeminen, mutta sopiva, mikäli tavoitteena oli koordinaation harjoittelu. Olinkin määrittänyt koordinaation harjoittelun kyseisen harjoituksen tavoitteeksi.

Osalla kerroista opettaja ei ollut kirjannut joidenkin kategorioiden kohdalle yhtäkään harjoitusta, jotka olisin itse niihin luokitellut. Näiden soiton valmiuksien luokkien kohdalle oli kuitenkin kirjattu muita harjoituksia, joiden opettaja näki

vahvistavan kyseistä taitoa. Opettaja oli myös muilla kerroilla kirjannut jokaisen kategorian kohdalle sellaisiakin harjoituksia, joiden en itse ajatellut kehittävän juuri kyseistä soiton valmiutta. Tästä voitaisiin mielestäni päätellä, että materiaalipankin harjoitukset palvelevat monien taitojen oppimista samanaikaisesti. Kaiken kaikkiaan sekä opettaja että minä itse koimme, että harjoitukset palvelivat tarkoitustaan ja niissä harjoiteltiin niitä taitoja, joita niiden oli tarkoituskin harjoituttaa.

6.2 Soveltuvuus ikäryhmälle

Ikäryhmälle sopivuus aiheutti opinnäytetyöni aikana paljon pohdintaa ja keskustelua. Totean oppimispäiväkirjassani useaan otteeseen, että harjoitukset tuntuivat olevan lapsille haastavia. Myös ohjausta seurannut opettaja totesi sekä sanallisessa palautteessa että arviointilomakkeessa useasti, että toiminta oli hänestä 4-5 -vuotiaiden ryhmälle haastavaa. Joistain harjoituksista opettaja totesi myös, että hän itse harjoittelisi kyseisiä asioita vasta esimerkiksi vuotta vanhempien lasten kanssa. Kehoperkussio-harjoituksesta keskustelimme opettajan kanssa useaan kertaan. Hän piti sitä liian vaikeana harjoituksena 4-5 -vuotiaille lapsille. Totean itse myös oppimispäiväkirjassani, että kehoperkussio on tämän ikäisille selkeästi vielä todella haastavaa, mikäli sitä ei ole harjoiteltu. Sekä palauttekeskusteluissa että arviointilomakkeessa ja myös oppimispäiväkirjassa nousee kuitenkin myös esiin harjoituksia, jotka sujuivat hyvin ja joista lapset nauttivat. Eli vaikka harjoitteet koettiin haastaviksi, koettiin myös onnistumisia ja tehtiin ikäryhmälle sopivia asioita.

Ikäryhmälle sopivuutta arvioidessa on myös hyvä ottaa huomioon, että opetukseeni osallistui vain yksi musiikkileikkikouluryhmä. Testini otanta on siis pieni, mikä heikentää tulosten luotettavuutta. Testiryhmäni opetusta seuranneen ja ryhmän varsinaisen opettajan mukaan kyseinen ryhmä oli myös ehkä taitavamasta ja paremmin keskittymään kykenevästä päästä. Tämä osaltaan puhuu sen puolesta, että harjoitukset olisivat liian haastavia 4-5 -vuotiaille.

Kirjoitin oppimispäiväkirjaan muutamia huomioita harjoituksista, joita olin kokeillut myös sijaistamani 4-5 -vuotiaiden musiikkileikkikouluryhmän kanssa. Huomasin, että ryhmien välillä oli eroa siinä, miten eri harjoitukset sujuivat. Jokin harjoitus, joka oli varsinaisen testiryhmän kanssa haastava, tuntui sujuvan toisen ryhmän kanssa paremmin ja toisinpäin. Keskustelimme myös ohjausta seuranneen opettajan kanssa siitä, että samanikäisten lasten eri musiikkileikkikouluryhmissä on havaittavissa eroja toiminnan sopivuudessa. Varmaa tietoa harjoitusten sopivuudesta ikäryhmälle on siis vaikeaa saada, koska varsinaisia testiryhmiä oli vain yksi. En siten päässyt kunnolla havainnoimaan eri ryhmien välisiä eroja. Aineistonkeruumenetelmäni mukaan vaikuttaa kuitenkin siltä, että harjoitukset olivat 4-5 -vuotiaille vielä liian haastavia.

6.3 Yhteys soittoon ja musiikillisiin tavoitteisiin

Harjoitusten yhteys soittoon sekä musiikillisiin tavoitteisiin toteutui harjoituksissa hyvin. Ohjausta seurannut opettaja mainitsi harjoitusten tukevan muun muassa seuraavia seikkoja: sykkeen, tempon, musiikin rakenteen, tahtilajien ja rytmien hahmotusta, rytmien toistamista sekä kuuntelutaitoja. Soittoon nähtiin myös yhteys motoristen taitojen sekä sykkeen kokemisen vahvistamisen kautta. Kuuntelutaidot, joita harjoitusten koettiin kehittävän, ovat yhteydessä myös yhteissoittoon ja tältä osin soitolle tärkeitä taitoja. Näiltä osin voidaan nähdä harjoitusten palvelevan tarkoitustaan hyvin.

6.4 Harjoitusten käytettävyys

Yksi arviointilomakkeitten kysymyksistä oli, käyttäisikö opettaja itse harjoituksia omassa opetuksessaan. Tämä arvioi ammattilaisen näkökulmaa harjoitusten käytettävydestä. Ohjausta seurannut opettaja ilmaisi, että hän käyttäisi useampaa harjoitusta opetuksessaan, mutta hieman vanhempien lasten kanssa. Opettaja mainitsi myös muutamia harjoituksia, jotka hän koki voivansa ottaa sellaiseen käyttöön. Näihin harjoituksiin sisältyi tasapainoharjoitus, hienomotoriikka-harjoitus sekä sykkeen hahmottamisen harjoituksia. Opettaja mainitsi myös, että mikäli käyttäisi harjoituksia 4-5 -vuotiaitten kanssa, hän ottaisi niistä pieniä

palasia kerrallaan opetukseen. Harjoitusten voidaan siis nähdä olevan käyttökelpoisia ja osan sellaisinaan 4-5 -vuotiaiden opetukseen soveltuvia.

6.5 Opetuksessa huomioitavaa

Työni prosessin aikana opetukseen liittyvän pedagogiikan pohtiminen nousi tärkeäksi teemaksi. Keskustelimme ohjausta seuranneen opettajan kanssa paljon pedagogisista seikoista ohjauksessani. Esiin nousi esimerkiksi turhan nopea opetustempo ensimmäisellä ohjaukserällä, leikin ja tarinan vahvempi sisällyttäminen opetukseen, lapsiläheinen sanoitus ja teemoitus sekä vuorottelu helpompien ja haastavampien toimintojen välillä ja näiden tasapaino. Totesin myös itse, että opettajan mallintaminen on monissa tilanteissa todella tärkeää, mikä ei aina toteutunut ohjauksessa. Nämä olivat asioita, jotka on tätä ikäryhmää opettaessa tärkeää ottaa huomioon ja joita voisin kehittää omassa opetuksessani. Pohdin omia pedagogisia ratkaisujani myös oppimispäiväkirjassani ja mietin, millä tavoin olisin voinut itse toimintaani kehittää.

Keskittyminen oli suuri teema, josta ohjausta seuranneen opettajan kanssa keskustelimme. Ohjaukseni kohdistui 4-5 -vuotiaiden musiikkileikkikouluryhmän opetukseen, missä toimitaan ryhmätilanteessa. Koska tämän ikäisille keskittyminen on vielä haastavaa ja herpaantuu helposti, tämä pitää ottaa myös huomioon toiminnassa. Ohjausta seurannut opettaja ilmaisi esimerkiksi, että ryhmäopetuksessa on tärkeää huomioida lasten huomion suuntautuvan ryhmätilanteessa paljon myös toisiin ryhmäläisiin. Tämä tarkoittaa, että toiminnan haastavuustasoa on hyvä hieman helpottaa, jotta keskittyminen pysyy opetuksessa. Keskustelimme opettajan kanssa myös haastavamman ja helpomman toiminnan tasapainosta. Tulee myös huomioida, että ohjaamillani tuokioilla käytiin niiden testausluonteen vuoksi monta keskittymistä vaativaa harjoitusta peräkkäin. Tiedostimme tämän myös ohjaustani seuranneen opettajan kanssa keskustellessamme.

7 Pohdinta

Opinnäytetyö oli työläs prosessi, jonka aikana kuitenkin opin paljon. Opin kokonaisvaltaisen, kehon kautta tapahtuvan oppimisen tärkeydestä ja siitä, miten kehollisuus syventää oppimista monin tavoin. Lisäksi työ vahvisti ajatteluani osallisuuden tärkeydestä myös musiikin opetuksessa.

Kehollisuutta tunnutaan ymmärrykseni mukaan hyödyntävän erityisesti instrumenttipepetuksessa vähän, ellei kyse ole esimerkiksi laulun opetuksesta. Aiheeseen orientoituessani sain käsityksen siitä, että lapsen tarvetta keholliselle toiminnalle ei välttämättä huomioida opetuksessa. Lisäksi kehon käyttö tuntuu olevan opetuksessa usein yksipuolista. Mielestäni tämä ei palvele oppilaan tarpeita eikä opetuksen tavoitteita. Kun pienten lasten kanssa työskennellessä ei huomioida kehollisuutta, toimitaan tavalla, joka estää lasten oppimista.

Oma kuvani on, että liike nähdään varhaisiän musiikkikasvatuksessa usein vain pienenä osana tunteja. Sen tarkoituksena on mahdollistaa lapselle luova toiminta sekä energian purkaminen. Satunnaisesti tarkoituksena on myös jonkin musiikillisen asian, kuten musiikin muodon, harjoittelu. Kehollisuus ja liike voisivat mielestäni olla huomattavasti vahvemmin läsnä myös ryhmäopetuksessa. Liikkumisen aikana tulisi myös tarkemmin kiinnittää huomiota lasten motoristen taitojen kehityksen tukemiseen ja liikkeen monipuolisuuteen. Liikkeiden muunteleminen voitaisiin lisätä muuttamalla esimerkiksi niiden suuntaa, tasoa tai niihin käytettävää voimaa. Pelkkä luova ja vapaa itsen ilmaisu ei mielestäni riitä musiikkikasvatuksen liikkeelliseksi sisällöksi.

Eryityisesti instrumenttipedagogien olisi tulevaisuudessa hyvä kiinnittää huomiota kehollisuuden osuuteen omassa opetuksessaan. Heidän lisäkseen myös varhaisiän musiikkikasvatuksen, soitinkarusellien sekä soitinvalmennuksen opettajien on syytä tarkastella omaa opetustaan samalta kannalta. Opettajien tulee myös muistaa, että kehollisuus ei hyödytä pelkästään lapsia. Se voi mahdollistaa syvempää oppimista kaikille, myös aikuisille oppilaille. Varsinaista syytä olla käyttämättä kehoa opetuksessa ei siis ole. Kehollisuuden tarkkailusta saatavat

huomiot saattavat yllättää ja tarjota mahdollisuuksia uudistaa omaa opetusta lapsille ominaisempaan suuntaan.

Nostin työssäni esiin kehollisuuden ja liikkeen lisäksi myös erityisesti melodiasoiton osuuden ja soitinvalikoiman varhaisiän musiikinopetuksessa. Varhaisiän musiikkikasvatuksen opettajat voisivat mielestäni mahdollisuuksiensa mukaan pohtia soitinvalikoimaan liittyviä näkemyksiään sekä puhettaan eri instrumenteista. Opettajien olisi mielestäni tärkeää esimerkiksi pohtia, millä tavoin opetuksen soitinvalikoimaa voisi edelleen laajentaa ja miten opetusta voisi suunnata niin, että lapset pääsisivät itse enemmän määrittelemään, mitä soittimia he haluaisivat opetuksessa soittaa. Tällöin myös osallisuus toteutuu paremmin, kun opettaja ei ole ainoa, joka päättää, mitä soittimia soitetaan ja millä tavalla.

Lisäksi opettajan tulisi kiinnittää huomiota siihen, miten hän puhuu eri soittimista. Onko opettaja mahdollisesti mielessään luokitellut jotkin soittimet 'lasten' soittimiksi ja toiset soittimet 'aikuisten' soittimiksi? Mikäli näin on, mistä tämä ajattelu kumpuaa? Tärkeää on myös pohtia, mitä tai ketä tämänkaltainen ajattelu oikeastaan palvelee. Haluaisinkin haastaa jokaisen tätä työtä lukevan pohtimaan omia soittamiseen sekä pienten lasten soitinvalikoimaan liittyviä näkemyksiään. Tämä voi avata uusia näkökulmia sekä kehittää omaa pedagogiikkaa eteenpäin, mahdollisesti osallistavampaan ja avoimempaan suuntaan.

Huomasin myös itse pohtivani työn aikana käyttämäni pedagogiikkaa ja pedagogisia ratkaisujani. Opetuksessa käytetty pedagogiikka vaikuttaa suoraan siihen, kuinka helppo tai vaikea oppilaitten on oppia opeteltavaa asiaa. Mikäli pedagogiset ratkaisut eivät ole oppilaan, ryhmän tai tilanteen kannalta sopivia, myös oppiminen vaikeutuu. Tästä johtuen koen, että omat pedagogiset ratkaisuni vaikuttivat varmasti myös ohjausta seuranneen opettajan kokemukseen siitä, että harjoitukset olivat kauttaaltaan kohtuullisen haastavia. Mikäli olisin saanut harjoitukset toteutettua pedagogisemmin, olisivat ne voineet sujua paremmin ja vaikuttaa sopivammilta.

Lisäksi pohdin harjoittelun tärkeyttä kehollisen opetuksen luonnollisuudelle. Sain työn toteuttamisen aikana kokemuksia siitä, että mikäli toistoja on tarpeeksi, se helpottaa lasten oppimista. Tämä pätee mielestäni myös keholliseen toimintaan. Eli mikäli opetusryhmä on tottunut tekemään musiikkia kehollisesti sekä ilmaisemaan sitä keholla, on kehollinen opettaminen helpompaa kuin sellaisen ryhmän kanssa, mille tällainen opetus ei ole niin tuttua. Kerroin oppimispäiväkirjaani tilanteesta, jossa havaitsin kehitystä ensimmäisen ja toisen opetuskerran välillä erään leikin sujumisessa. Tämä puhuu osaltaan toiston merkityksen puolesta.

Uskon, että monet harjoituksista voisivat sujua oikein hyvin, mikäli lapset ovat tottuneita keholliseen tekemiseen ja mikäli niitä harjoitellaan heidän kanssaan useita kertoja. Olen ilmaissut tämän saman asian myös oppimispäiväkirjassani useaan kertaan. Myös ohjausta seurannut opettaja koki saman suuntaisesti, että ryhmä voisi kyllä oppia harjoitukset, mikäli toistoa olisi lisää. Uskon siis itse, että kun harjoitukset on muotoiltu lapsille läheiseen ilmaisuun ja opetettu pedagogisesti, niillä voi hyvin tukea lapsen motoristen taitojen ja soittovalmiuksien kehittymistä ikätasolle sopivasti.

Työn valmistuessa on luonnollista tarkastella kokonaisuutta uudestaan opitun tiedon valossa. Tässä työssä oli seikkoja, jotka toteuttaisin nyt eri tavalla. Kehollisuus ja erityisesti kehotietoisuus voisivat olla vahvemmin osa työn sisältöä. Kehotietoisuus vaikuttaa soittotekniikkaan ja sitä kautta myös ilmaisukykyyn huomattavasti. Mikäli jatkaisin työtä, erittelisin kehotietoisuuden omaksi harjoitusten kategoriakseen. Tämä luokka voisi sisältää harjoituksia kehon osien tunnistamisesta sekä erityisesti rentoutumis- ja keskittymisharjoituksia, joissa oppilas/oppilaat havainnoivat omaa kehoaan.

Lisäksi lisäisin materiaalipankkiin välineiden käsittelytaidon omana kategoriana. Käsittelytaidot ovat olennaisesti yhteydessä soittoon ja esineiden käyttö voidaan nähdä soiton valmisteluna. Esineiden käyttö palvelee kuitenkin myös motoristen taitojen kehittämistä ja erilaiset välineet harjoittavat eri taitoja. Lisäksi välineiden käyttö voi toimia siltana myös muun liikkeen lisäämiseen. Mikäli

liikkuminen tuntuu oppilaille vaikealta, välineen (esimerkiksi pallon, huivin, miekan) käyttö helpottaa tilannetta. Mitä vieraampaa liikkuminen oppilaille on, sitä enemmän syytä on välineiden käytölle. (Nivbrant Wedin 2015, 255-257; Porander 2012, 139.) Näen välineiden käytön oleellisena myös soiton valmistelun kannalta. Esimerkiksi pulssia voitaisiin harjoitella ensin tuottamalla sitä kehoillisesti, sitten esineellä ja tämän jälkeen voitaisiin harjoitella pulssissa soittamista instrumentilla.

Lisäksi olennainen jatkokehityksen askel työssä olisi materiaalipankin siirtäminen omalle internetsivulleen. Tämä oli myös oma tavoitteeni työtä aloittaessani. Valitettavasti ajalliset resurssini eivät kuitenkaan työn aikana riittäneet tämän toteuttamiseen, minkä vuoksi materiaalipankki on jaettu demonstraatiovideoihin sekä opinnäytetyössä olevaan kirjalliseen selostukseen. Kyseinen internetsivu voisi sisältää tietoa liikkeen vaikutuksesta ja hyödyistä opetukselle, soiton valmiuksista, lapsista oppijoina sekä vinkkejä opettajille kehollisuuden ja liikkeen lisäämiseen. Harjoitusten kategoriat olisi jaettu omille välilehdilleen, joista jokaisen alta löytyisivät kyseisen kategorian harjoitukset. Harjoitukset voisivat sisältää sekä kirjallisen ohjeistuksen että demovideon, jotta harjoitus on helpompi hahmottaa. Lisäksi jokaiseen harjoitukseen olisi liitetty esimerkkejä harjoitukseen sopivasta musiikista, kuten tässä työssä olen tehnyt. Näin materiaali olisi kompaktissa paketissa, josta opettajien olisi helppo etsiä tietoa ja löytää helposti käytettäviä ideoita samasta paikasta. Mikäli oma aikani ja innostukseni riittää, saatan tulevaisuudessa luodakin tällaisen sivun.

Lisäksi, mikäli lähtisin tekemään työtä uudestaan, olisi muutamia käytännön seikkoja kehitettävissä. Varaisin työn toteuttamiselle enemmän aikaa ja keskittyisin tekemiini valintoihin muun muassa tutkimusaineiston keräämisen ja sen menetelmien osalta huomattavasti enemmän. Kirjoittaisin esimerkiksi sijaistamieni muskariryhmien kanssa tekemistäni havainnoista enemmän oppimispäiväkirjaan. Ohjausta seuranneen opettajan kanssa käydyt palautekeskustelut olisi myös voitu äänittää ja näin tallentaa tarkemmin niiden sisältämä tieto. Toteutin opinnäytetyön aikana myös lastenkonsertin, jonka sisällyttäisin opinnäytetyöhön, mikäli lähtisin toteuttamaan työtä uudestaan nyt. Keräisin myös tietoa

muiden pedagogien näkemyksistä siitä, minkälaiset taidot ovat soittamiselle olennaisimpia. Tällöin saisin myös soiton valmiuksista käytännön tietoa, jota ei tutkimuksista vielä tunnu löytyvän.

Työni antoi minulle mahdollisuuksia syventää tietoa kehollisuuden ja liikkeen merkityksestä musiikin opetuksessa ja sanoittaa omaa pedagogista ajattelua ja arvojani. Työn aikana ymmärsin, että aluksi monelle varmasti kummalliselta tuntuva kehollisuuden sekä soiton yhdistäminen on itse asiassa todella luonnollista. Tämä johtuu siitä, että kaikki motorinen toiminta tukee motoristen taitojen kehitystä ja nämä taidot ovat käytettävissä kaikilla elämän alueilla, myös soitossa. Samasta syystä koen, että soiton opetukseen voitaisiin huomattavasti lisätä kehollista toimintaa. Lisäksi motorista toimintaa voitaisiin monipuolistaa lisäämällä siihen esimerkiksi tasoja ja suuntia ja huomioimalla myös koordinaation harjoittelun tärkeys. Olisikin mielenkiintoista, mikäli joku lähtisi tulevaisuudessa tutkimaan kehollisen toiminnan ja soiton yhteyttä vielä tarkemmin. Esimerkiksi juuri tiettyyn instrumenttiin ja sen keholliseen oppimiseen voitaisiin syventyä tämän työn pohjalta. Myös laaja-alaisempi soitinvalmiuksien tutkiminen olisi todella tarpeellista, sillä, kuten olen jo työssä maininnut, tästä en löytänyt tutkimusaineistoa ollenkaan.

Toivon, että työni tarjoaa mahdollisesti tietoa kehollisuudesta ja liikkeestä, sekä niiden merkityksestä kaikelle musiikin opiskelulle. Toivon myös, että tulevaisuudessa tämä tieto leviää opetuskentälle yhä laajemmin ja kehon kautta opettaminen on jatkossa tärkeä menetelmä pedagogeille. Erityisesti toivon, että tämä työ tarjoaa käytännönläheisiä ideoita siitä, millä tavoin omassa opetuksessaan voi kehittää ja lisätä kehollisuuden ja liikkeen osuutta. Tällä tavoin musisointi kuitenkin ehkä parhaiten mahdollistetaan kaikille, missä ja milloin vain, samalla muita musiikillisia taitoja tukien. Toivon, että työni saa sitä lukevat pedagogit myös pohtimaan omaa pedagogista ajatteluaan ja erityisesti suhtautumistaan lasten soittamiseen, olipa se sitten oman ajatteluni mukaista tai päinvastaista. Itselleni työ ainakin tarjosi juuri näitä asioita. Toivottavasti myös lukijalle.

Lähteet

Anttila, E. 2013. Koko koulu tanssii! Kehollisen oppimisen mahdollisuuksia koulu yhteisössä. Teatterikorkeakoulu, esittävien taiteiden tutkimuskeskus. Helsinki: Teatterikorkeakoulu. Viitattu: 18.4.2022. Saatavissa: https://taju.uniarts.fi/bitstream/handle/10024/6065/Acta_Scenica_37.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Heimonen, K. 2019. Ruumiillisuuden kuuntelu – liike ja pysähdys liikkeessä. Teoksessa: Karjalainen, A. (toim.) 2019. Luovan toiminnan työtavat – Käsikirja sosiaali- ja terveysalalle. Keuruu: PS-kustannus. 197-226.

Huhtinen-Hildén, L. & Karjalainen, A. 2019. Luova toiminta siltana itseen, toisiin ja osallisuuteen. Teoksessa: Karjalainen, A. (toim.) 2019. Luovan toiminnan työtavat – Käsikirja sosiaali- ja terveysalalle. Keuruu: PS-kustannus. 11-19.

Huotilainen, M. 2012. Musiikin oppimisen erityisyys neurotieteen näkökulmasta. Teoksessa: Jordan-Kilki, P. Kauppinen, E. & Viitasalo-Korolainen, E. (toim.) 2012. Musiikkipedagogin käsikirja – Vuorovaikutus ja kohtaaminen musiikinopetuksessa. Opetushallitus. Oppaat ja käsikirjat 2012:12. Tampere: Edita Prima Oy. 97-110.

Hyytinen, T. 2016. Soiton ydin – Soittaminen kehon keskukselta. Uusi metodi käyrätorvelle. Blossari Kustannus

Isola, A. Kaartinen, H. Keto-Tokoi, A. Leemann, L. Lääperi, R. Schneider, T. Valtari, S. 2017. Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Työpaperi 33/2017. Viitattu 18.4.2022. Saatavissa https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135356/URN_978-302-917-0.pdf?sequence=1

Jukola, S. 2016. Tieteen objektiivisuuden ehdoista. Ajatus, (73). 289–297. Viitattu 2.5.2022. Saatavissa: <https://journal.fi/ajatus/article/view/67647>

Juntunen, M., Perkiö, S. & Simola-Isaksson, I. 2010. Musiikkia liikkuen. Helsinki: WSOYpro Oy

Kauranen, K. 2011. Motoriikan säätely ja motorinen oppiminen. Liikuntatieteellinen Seura. Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu nro 167. Helsinki: Liikuntatieteellinen Seura

Kivelä-Taskinen, E. 2008. Rytmikylvyn pikku kuplat. Espoo: Kultanuotti

Kivelä-Taskinen, E. & Setälä, H. 2006. Rytmikylpy. Helsinki: Edita Prima Oy

Koivunen, P. & Lehtinen, T. 2015. Kasvu kiikarissa – Havainnoinnin käsikirja varhaiskasvattajille. Juva: PS-kustannus

Lindeberg-Piironen, A. & Ruokonen, I. (toim.) 2017. Musiikki varhaiskasvatuksessa -käsikirja. Tallinna: Classicus Oy

Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 4-5 v. Viitattu 18.4.2022. Saatavissa: <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/4-5-v/>

Melville-Clark, P. 2006. Music, Moving & Learning in Early Childhood: A Manual of Songs, Lesson Plans, and Basic Theory for Teachers, Students and Parents of Young Children Aged 3-5 Years. Toowoomba: Music & Movement Education Australia

Nivbrant Wedin, E. 2015. Playing Music with the Whole Body – eurythmics and motor development. Tukholma: Gehrmans Musikförlag AB

Opetushallitus. 2017. Taiteen perusopetuksen yleisen oppimäärän opetussuunnitelman perusteet 2017. Määräykset ja ohjeet 2017:11a. Helsinki: Opetushalli-

tus. Viitattu 18.4.2022. Saatavissa: https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/186919_taitteen_perusopetuksen_yleisen_oppimaaran_opetussuunnitelman_perusteet_2017-1_0.pdf

Porander, K. 2012. Musiikkiin tarvitaan koko keho. Teoksessa: Jordan-Kilkki, P. Kauppinen, E. & Viitasalo-Korolainen, E. (toim.) 2012. Musiikkipedagogin käsikirja – Vuorovaikutus ja kohtaaminen musiikinopetuksessa. Opetushallitus. Opetus- ja koulutusministeriön julkaisuja 2012:12. Tampere: Edita Prima Oy. 138-146.

Punkanen, M. 2011. Musiikki, keho ja liike. Teoksessa: Lilja-Viherlampi, L. (toim.) 2011. Ihminen ja musiikki – Musiikillisen vuorovaikutuksen ulottuvuuksia. Turun ammattikorkeakoulun oppimateriaaleja 57. Tampere: Turun ammattikorkeakoulu. 53-70.

Ruokonen, I. 2020. Lapsen musiikillinen maailma. Teoksessa: Hujala, E. & Turja, L. 2020. Varhaiskasvatuksen käsikirja. 5. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus. 126-141.

Siegel, W. 2009. Dancing the Music: Interactive Dance and Music. Teoksessa: Dean, R. (toim.) 2009. The Oxford Handbook of Computer Music. Oxford University Press. New York: Oxford University Press. 1-23. Viitattu 18.4.2022. Saatavissa: Doi: <https://10.1093/oxfordhb/9780199792030.013.0010>.

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2021. Osallisuuden osa-alueet ja osallisuuden edistämisen periaatteet. Viitattu 18.4.2022. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heimuissa-asemassa-olevien-osallisuus/osallisuuden-osa-alueet-ja-osallisuuden-edistamisen-periaatteet>

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2019. Osallisuuden kokemuksen mittaaminen. Viitattu 18.4.2022. Saatavissa <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/osallisuuden-seuranta/osallisuuden-kokemuksen-mittaaminen>

Liitteet

Ohjauksen arviointilomake

Olivatko harjoitukset ikätasolle sopivia?

Mitkä harjoitukset olivat lapsille helppoja?

Mitkä harjoitukset olivat lapsille vaikeita?

Kehittivätkö tunnilla käytetyt harjoitukset lapsen motorista osaamista?

Käytiinkö tunnilla harjoituksia jotka kehittivät...

Karkeamotoriikkaa?

Hienomotoriikkaa?

Koordinaatiota?

Sykkeen ja rytmin tuntemista?

Palvelivatko harjoitukset jotain musiikillista tavoitetta?

Käyttäisitkö itse harjoituksia omalla muskaritunnillasi?

Muuta palautetta?

Oliko harjoituksilla nähdäkseesi jotain yhteyttä instrumenttisoittoon? Mitä?

Suostumus tutkimukseen osallistumisesta - ohjausryhmä

Tutkimuksen nimi: Opinnäytetyö kehollisuuden vaikutuksista instrumenttisoittotaitoihin

Tutkimuksen toteuttaja: Metropolia Ammattikorkeakoulu Oy, Maria Repo. Ohjaaja: Annu Tuovila

Lapsesi ryhmää on pyydetty osallistumaan yllämainittuun opinnäytetyöhön, jonka tarkoituksena on tutkia, minkälainen yhteys musiikkiliikunnalla, kehon käytöllä ja sen tuntemisella on instrumenttitaitojen kehittymiseen. Opinnäytetyössä lapsiryhmälle ohjataan muskarin aikana liikunnallisia harjoituksia, joiden tavoitteena on kehittää erilaisia instrumenttisoittoon tarvittavia valmiuksia, kuten motoriikkaa, koordinaatiota, pulssin tuntemista sekä rytmisiä taitoja.

Olen saanut tutkimustiedotteen opinnäytetyöstä ja ymmärtänyt sen. Tiedotteesta olen saanut riittävän selvityksen opinnäytetyöstä, sen tarkoituksesta ja toteutuksesta, lapseni sekä omista oikeuksistani sekä opinnäytetyöhön mahdollisesti liittyvistä hyödyistä ja riskeistä. Minulla on ollut mahdollisuus esittää kysymyksiä ja olen saanut riittävän vastauksen kaikkiin osallistumista koskeviin kysymyksiini.

Lastani ei ole painostettu eikä houkuteltu osallistumaan opinnäytetyöhön.

Minulla on ollut riittävästi aikaa harkita lapseni osallistumista.

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

Allekirjoituksellani vahvistan lapseni osallistumisen tähän tutkimukseen.

Allekirjoitus:

Nimenselvennys:

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

Suostumus tutkimukseen osallistumisesta

Suostumus tutkimukseen osallistumisesta – ohjausta seuraava opettaja

Tutkimuksen nimi: Opinnäytetyö kehollisuuden vaikutuksista instrumenttisoittotaitoihin

Tutkimuksen toteuttaja: Metropolia Ammattikorkeakoulu Oy, Maria Repo. Ohjaaja: Annu Tuovila

Minua on pyydetty osallistumaan yllämainittuun opinnäytetyöhön, jonka tarkoituksena on tutkia, minkälainen yhteys musiikkiliikunnalla, kehon käytöllä ja sen tuntemisella on instrumenttitaiteiden kehittämiseen. Opinnäytetyössä lapsiryhmälle ohjataan muskarin aikana liikunnallisia harjoituksia, joiden tavoitteena on kehittää erilaisia instrumenttisoittamiseen tarvittavia valmiuksia, kuten motoriikkaa, koordinaatiota, pulssin tuntemista sekä rytmisiä taitoja.

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

Minua ei ole painostettu eikä houkuteltu osallistumaan opinnäytetyöhön.

Minulla on ollut riittävästi aikaa harkita osallistumistani.

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

Allekirjoituksellani vahvistan osallistumiseni tähän tutkimukseen.

Allekirjoitus:

Nimenselvennys:

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

Tiedote opinnäytetyöstä – ohjausryhmä ja ohjausta seuraava opettaja

Hyvä vanhempi/huoltaja,

Olen Maria Repo ja opiskelen Metropolia Ammattikorkeakoulussa musiikkipedagogin tutkintoa. Opintoihini kuuluvassa opinnäytetyössäni tarkastelen kehollisuuden vaikutuksia instrumenttitaitoihin. Opinnäytetyössä tutkin, minkälainen yhteys musiikkiliikunnalla, kehon käytöllä ja kehon tuntemisella on instrumenttitaitojen kehittymiseen. Tarkoituksena on kerätä materiaalipankki, jossa on koottuna erilaisia testattuja ja toimivia liikunnallisia harjoituksia, joita pedagogit voivat hyödyntää työssään.

Opinnäytetyössä kerätään tietoa musiikkileikkikouluryhmältä maaliskuun aikana. Lapsiryhmälle ohjataan muskarin aikana liikunnallisia harjoituksia, joiden tavoitteena on kehittää erilaisia instrumenttisoittoon tarvittavia valmiuksia, kuten motoriikkaa, koordinaatiota, pulssin tuntemista sekä rytmisiä taitoja. Harjoituksia ohjaan minä ja tuntia seuraa myös ryhmän oma opettaja. Harjoitusten ohjaaminen tapahtuu muskaritunnin aikana, eikä häiritse tunnin toimintaa. Ryhmän oma opettaja arvioi harjoitusten toimivuutta sekä tunnin sujumista tunnin aikana ja refleктоimme näitä tekijöitä jälkikäteen myös suullisesti yhdessä. Muskareita ei kuvata tai äänitetä ja mitään tietoa, joista lapsia voisi tunnistaa ei opinnäytetyön aikana kerätä. Ryhmä toimii lähinnä kokeilijana harjoitusten toimivuutta arvioitaessa.

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!

Maria Repo

Opinnäytetyön ohjaaja Metropolia Ammattikorkeakoulussa:
Annu Tuovila, MuT