

Essi Hiltunen

Liikeimprovisaatio baletin taitojen oppimisen tukena

Liikeimprovisaatio baletin taitojen oppimisen tukena

Essi Hiltunen
Opinnäytetyö
Kevät 2023
Tanssinopettajan tutkinto-ohjelma
Oulun ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu
Tanssinopettajan tutkinto-ohjelma

Tekijä: Essi Hiltunen

Opinnäytetyön nimi: Liikeimprovisaatio baletin taitojen oppimisen tukena.

Työn ohjaajat: Anni Heikkinen, Petri Hoppu

Työn valmistumislukukausi ja -vuosi: Kevät 2023

Sivumäärä: 38

Tässä opinnäytetyössä tutkin tanssi-improvisaatiota opetusmenetelmänä balettitunnilla, kun tavoitteena on uuden taidon oppiminen. Baletinopetus on perinteisesti hyvin opettajajohtoista ja opetusmenetelmänä käytetään opettajan liikkeen mallintamista. Opetuksesta usein puuttuu tanssijan henkilökohtaisen kokemuksen ja kehon yksilöllisyyden korostaminen. Tanssijan kehotietoisuus ja sen harjoittaminen eivät ole baletinopetuksessa perinteisesti harjoituksen kohteena. Tällä opinnäytetyöllä pyrin tuottamaan tutkimustietoa improvisaation hyödyistä tanssinopetuksessa sekä vakiinnuttamaan improvisaatiota opetusmetodinä omaan tanssinopetukseeni.

Opinnäytetyöni pääkysymyksenä on, kuinka toimiva metodi improvisaatio on havainnollistamaan uusien opeteltavien taitojen ilmiötä baletissa. Valikoidut taidon ilmiöt ovat liikedyneamiikat ja liikesuunnat. Tämän kysymyksen lisäksi pyrin selvittämään tanssi-improvisaation herättämiä kehollisia kokemuksia sekä sitä ovatko uudet improvisaation avulla opitut taidot siirrettävissä balettitunnin muihin harjoituksiin.

Tutkin aihetta opetuskokeilun avulla syksyllä 2022. Opetuskokeilun kesto oli 14 viikkoa, jonka aikana kaksi opetusryhmääni harjoittelivat monia eri improvisaatioharjoituksia. Improvisaatiotehtävät toimivat tanssitunnillani alkulämmittelyinä. Harjoitukset olivat vuorotellen kohdennettuja harjoittamaan joko liikedyneamiikkoja tai liikesuuntia. Opetuskokeiluun osallistui 11 oppijaa kahdesta eri ryhmästä.

Opetuskokeilusta seurasi improvisaatiota opetusmenetelmänä puoltavia tuloksia. Varsinaista näyttöä tätä opetusmenetelmää vastaan ei ilmennyt. Haasteeksi kuitenkin osoittautui opetuskokeilun kesto. Taidonoppimisen näkökulmasta on haastavaa arvioida, pääsimmäkö lopputulokseen, eli taidonoppimiseen, sillä tutkimusaika oli lyhyt. Oppilaat ovat improvisaation avulla hyvää matkaa menossa kohti uuden taidon oppimista ja sisäistämistä, mutta taidonoppimisen täydellinen toteutuminen jäi tämän kokeilun yhteydessä vajaaksi.

Opetuskokeilu paljasti, että oppijoiden erot iässä ja status ryhmässä osoittautuivat improvisaatioharjoittelun optimaalisuuteen vaikuttaviksi tekijöiksi opetuskokeiluni aikana.

Avainsanat: Tanssinopetus, baletti, improvisaatio, kehotietoisuus, liikedyneamiikka, liikesuunta

ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences
Degree Programme of Dance Teacher Education

Author: Essi Hiltunen
Title of thesis: Improvisation as a supporter of skill learning in ballet.
Supervisors: Anni Heikkinen, Petri Hoppu
Term and year when the thesis was submitted: Spring 2023
Number of pages: 38

This paper studies the possibility of using improvisation as a teaching method in ballet. Traditionally ballet is concentrating on skill learning using mirroring as a continual teaching method. This tradition of teaching doesn't support dancers' individuality. Ballet doesn't recognise dancers' body differences neither actively try to develop their body knowledge. Improvisation can be an alternative teaching method when learning new skills especially when paying attention to students' individuality and developing their consciousness of one's body.

The main research question of this paper is how practical teaching method improvisation is when subject is a new skill. In this case the skills I studied were movement dynamics and directions. I also researched the observations about body consciousness that improvisation training will lead to. Since the main question is about skill learning I studied the student's ability to associate the new skill to familiar ballet movements mentally but also physically.

I performed a trial as a method of research. In this trial I practised many improvisation tasks with my students as a warm up in every ballet lesson for 14 weeks. These tasks were targeted to train movement dynamics and directions in turns.

The trial's results supported improvisation as a method of teaching. Since skill learning process demand quite a long time I didn't gain the most accurate result about the new skills. Students are heading towards the new skills with the help of improvisation but the results aren't yet perfectly seen.

Keywords: Dance teaching, ballet, improvisation, body consciousness, body knowledge, movement dynamics, movement directions

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	6
2	AJATUKSIA OPINNÄYTETYÖN TAUSTALLA	7
2.1	Kehotietoisuus	9
2.2	Kinesteettinen empatia	11
3	KOHTI OPETUSKOKEILUA	13
3.1	David Kolbin kokemuksellisen oppimisen kehä	14
3.2	Opetuskokeilun taustatiedot.....	15
3.3	Tiedonkeruumenetelmät	16
3.4	Lähtötilanne	17
4	KOKEILUPROSESSI	18
4.1	Viikot 1–3: Liikesuunnat	19
4.2	Viikot 4 ja 5: Liikedyamiikat.....	20
4.3	Viikot 6–8: Liikesuunnat	21
4.4	Viikot 9 ja 10: Liikedyamiikat.....	24
4.5	Viikot 11 ja 12: Liikesuunnat	26
4.6	Viikot 13 ja 14: Liikedyamiikat	27
4.7	Yhteenvedo opetuskokeilun tuloksista	30
5	POHDINTA.....	32
5.1	Päätelmät	32
5.2	Lopputuloksiin vaikuttaneet havainnot kohderyhmästä	33
5.3	Kehityskohteita ja jatkotutkimusta	34
	LÄHTEET	36

1 JOHDANTO

Tässä opinnäytetyössä tutkin improvisaatiota opetusmetodina, kun opetuksen kohteena on uuden taidon oppiminen. Idea työhön on lähtenyt omasta kokemuksestani baletin harrastajana. Perinteisestä baletinopetuksesta puuttuu tanssijan yksilöllisen tanssisuhteen kehittäminen ja baletin opetus nojaa havaintojeni mukaan liikaa liikkeiden mallintamisen kautta oppimiseen sekä opettajajohtoiseen opetustyyliin. Nämä opetusmenetelmät eivät tue arvojeni mukaista opetusta, vaan haluan tarjota oppijoille mahdollisuuden tarkastella oman kehonsa luonnollista liikkumistyyliä ja oppia uusia balettitaitoja omien kehollisten havaintojen avulla. Haluan myös auttaa oppijaa ymmärtämään kehonsa yksilöllisyyttä ja sen avulla kehon mahdollisuuksia ja kenties rajoitteita.

Oma tanssijuuteni koki suuren harppauksen eteenpäin tutustuessani tanssi-improvisaatioon, joten minulla on oletus, että improvisaation harjoittaminen voisi auttaa muitakin tanssijoita löytämään omasta kehosta ja kehon liikkeestä uusia mahdollisuuksia. Opinnäytetyöprosessin aikana etsin vastausta seuraavaan kysymykseen: Kuinka toimiva opetusmenetelmä improvisaatio on havainnollistamaan liikedynamiikkojen ja liikesuuntien ilmiöitä baletin kontekstissa? Tämän lisäksi tutkin sitä, millaisia havaintoja oman kehon tuntemuksista tanssi-improvisaatio herättää oppijoissa eli onko improvisaatiolla vaikutusta oppijan kehotietoisuuteen. Lisäksi arvioin opetusmenetelmän toimivuutta kysymyksellä: Miten improvisaation avulla kehon ilmiöistä tehdyt havainnot ovat siirrettävissä baletin liiketaitoihin?

Tutkimusmenetelmänä opinnäytetyössä toimii opetuskokeilu, jonka suoritan syyslukukautena 2022. Opetuskokeilun kesto on 14 viikkoa, jonka aikana pyrin selvittämään tanssi-improvisaation hyödyntämisen mahdollisuutta valikoitujen baletin taitojen oppimisessa kehotietoisuuden lisäämisen kautta. Käytän teoreettisena ohjenuorana kokeilun toteutuksessa David Kolbin kokemuksellisen oppimisen kehää, jonka mukaisesti harjoitan improvisaatiota opetuskokeilun aikana.

2 AJATUKSIA OPINNÄYTETYÖN TAUSTALLA

Ajatus improvisaation yhdistämisestä balettituntiin on lähtenyt omasta kokemuksestani tanssi-improvisaation hyödyistä. Minulle balettitunnit eivät ole näyttäytyneet luovuuden ja itseilmaisun harjoittamisen ympäristönä. Näkökulmastani baletti tanssilajina tähtää muodon, linjojen, yhtäaikaisuuden ja täydellisyyden harjoitteluun. Laji tähtää siihen, että katsoja on visuaalisesti tyytyväinen ja tanssijat ovat hänelle objekteja luomassa täydellistä taidetta. Oppimista tarkastellaan opettajan näkökulmasta eikä oppijan sisäisestä tuntemuksesta. Eeva Anttilan mukaan useissa taidon ja taiteen oppilaitoksissa opetuksesta puuttuu omakohtaisuus sekä yksilön sisäisen äänen tukeminen ja kehittäminen. Liikkeet ovat mekaanisia ja ulkokohtaisia. Esimerkiksi klassinen baletti perustuu paljolti opettajan liikkeen jäljittelyyn ja suureen määrään toistoja. (Anttila 2005, 73.)

Tutustuin kahteen väitöskirjaan, jotka tutkivat samankaltaisia aiheita kuin oma opinnäytetyöni. Paula Salosaari kuvailee turhautumistaan klassisen baletin opetukseen väitöskirjassaan *Multiple Embodiment of Classical Ballet* (2001). Opetus on samojen kaavojen toistamista. Liikerepertuaarin laajentaminen, improvisaatio ja omien liikkeiden luominen eivät kuulu perinteiseen baletinopetukseen. Salosaari esittelee sekä itsensä että muiden tanssijoiden ajatuksia baletin rajallisuudesta luovuuden osa-alueella. Balettitanssijat ovat sanoneet kärsivänsä luovuutta vaativissa tilanteissa tanssiympäristöissä, sillä balettikoulutus ei valmista luoviin tilanteisiin. (Salosaari 2001, 11–14.) Heli Kauppila (2012, 74) kritisoi väitöskirjassaan oman balettihistoriansa perusteella baletin tapaa opettaa liikettä ulkokohtaisesti eikä sisäisesti ja henkilökohtaisesti koettuna. Nämä mielipiteet ovat kenties melko kärjistettyjä, sillä nyky maailman baletinopetuksesta löytyy myös luonnollisempia ja lempeämpiä lähestymistapoja baletin harjoitteluun. Kuitenkin edellä mainittuihin väitöskirjoihin tutustuminen vahvistaa ajatuksiani ja osoittaa, että muut balettikentän harrastajat ja ammattilaiset ovat kokeneet tarvetta omakohtaisen kokemuksen harjoittamiseen. Kehitystä improvisaation ja luovuuden hyödyntämisessä ja kehittämisessä balettitunneilla on tapahtunut sitten Kauppilan ja Salosaaren väitöskirjojen, mutta tutkimustietoa näistä ilmiöistä pitäisi tuottaa enemmän. Tämän osoittaa se, että päädyin edelleen pohtimaan samaa aihetta jopa kahden vuosikymmenen jälkeen.

Minulle suuri muutos omassa tanssijuudessa tapahtui silloin, kun pääsin syventymään tanssi-improvisaatioon enemmän. Tämä muutos kantoi balettitunnille asti. Onnekseni pääsin balettitanssijana kokemaan tämän kokemuksen muiden lajien parissa, mutta olisi hienoa, jos sen

voisi kokea myös omassa lajissa. Baletin opetus ei estä improvisaation käyttöä tunneilla, mutta se ei perinteisesti opetukseen kuitenkaan kuulu eivätkä monet opettajat kenties perinteitä noudattaakseen systemaattisesti hyödynnä improvisaatiota.

Koska baletissa olennaisia ovat muoto ja linjat sekä tanssijoiden yhdenaikainen ja samanlainen liikkuminen, haluan opettajana tukea näiden baletin tärkeiden ominaisuuksien oppimista. Tukeminen tapahtuu omalta osaltani kuitenkin niin, että huomioin oppijoiden yksilöllisyyden ja erilaiset lähtökohdat. Autan myös löytämään oikeita muotoja ja linjoja heidän omasta kehostaan käsin sekä yritän ruokkia oppijoiden omaa luovuutta auttamalla havaitsemaan oman kehon luontevasta liikekielestä liikettä, jonka he voivat yhdistää balettiharjoituksiin.

Omia pedagogisia arvojani ohjaa oppijalähtöisyys eli oppijoiden kannustaminen itsenäisyyteen ja mahdollisuuteen itse ohjata oppimistaan (Rigacci 2022). Autan oppijoita havaitsemaan yksilöllisyytensä ja tekemään sen tietoiseksi sekä opettajalle että oppijalle. Omassa opetuksessani korostuvat myös oppijoiden kokemukset, niiden havainnointi ja keskustelu sekä uuden kokemuksen liittäminen jo tuttuun kokemukseen. Näitä arvoja tukevat ainakin osittain humanistinen ja konstruktivistinen oppimiskäsitys, jotka toimivat eräänlaisina lähtökohtina opetukseni suunnittelussa ja täten myös opinnäytetyöni opetuskokeilun pohjalla.

Humanistinen oppimiskäsitys korostaa kokemuksellisuutta ja luovuutta. Oppimiskokemuksessa oppijan oma toiminta on tärkeää, jolloin opettajan rooli on olla tukija, auttaja ja ohjaaja. Humanistiseen oppimiskäsitykseen perustuu kokemuksellisen oppimisen malli, jossa keskeisessä osassa oppimista ovat kokemukset ja elämykset. (Kauppila 2007, 30.) Humanistinen käsitys korostaa arvoani oppijalähtöisyydestä. Kokemuksellisen oppimisen malli on tärkeä teoreettinen pohja opetuskokeilussani, jota esittelen myöhemmässä luvussa tarkemmin. Humanistisessa käsityksessä omaa pedagogista ajatustani tukee ajatus kokeilusta ja kokeilun innoittamien havaintojen pohdiskelusta.

Konstruktivistisen oppimiskäsityksen mukaan tieto ei ole yksilöstä ulkoista, vaan se on aina yksilön itse rakentamia kokonaisuuksia tehdyistä havainnoista. Uusien havaintojen ja niistä tehtyjen tulkintojen pohjalla ovat aina aiemmin opittu tieto ja aiemmat kokemukset. (Tynjälä 1999, 37–38.) Tämän oppimiskäsityksen tietokäsitys on minulle luonnollisin tapa ajatella uuden tiedon muodostuvan. Uuden oppiminen tapahtuu luonnollisemmin ja sujuvammin, kun tieto on yksilön itsensä kasaamaa ja jäsentämää. Kokemukseni mukaan baletissa perinteisesti uuden liikkeen

oppiminen tapahtuu kopioimalla opettajan näyttämää mallia. Ei siis siten, että opettaja esimerkiksi sanallisesti opastaisi ja johdattelisi oppijoita kokeilemaan uusia kehollisia muotoja tai linjoja ja pohtimaan, miltä ne tuntuvat kehossa.

2.1 Kehotietoisuus

Tanssin tutkimus on 2000-luvulla alkanut puhua paljon tietoisien kehon käsitteestä. Tanssia on pidetty esteettisenä elämyksenä ja objektina siihen, että tanssi on tanssijan tietoista, ajattelevaa liikettä. Tästä ajatuksesta on kuitenkin päästy jo pidemmälle. (Anttila 2005, 76–77.) Ajattelen, että baletissa paljon käytetty opetustyyli opettajan liikkeen mallintamisesta on oikeastaan mahdotonta, jos oppijan kehotietoisuus ei ole kehittynyt eikä sen kehittymistä yritetä jatkuvasti tukea. En usko, että oppija voi sisäistää liikkeellistä informaatiota opettajan kehosta, jos hän ei pysty oman kehon tuntemuksen kautta heijastamaan opettajan liikettä omaan kehoon. Uuden oivaltaminen ja havainnointi perustuu kokemuksiin, jotka ovat ei-kielellisiä aistihavaintoja. Tietoa siis rakennetaan kokemusperäisesti sekä uusia havaintoja pyritään liittämään aiempiin kokemuksiin. (Anttila 2011, 164–166.)

Kehotietoisuuden merkitykseen tanssissa on kiinnitetty huomiota modernin tanssin saralla jo monien modernin tanssin pioneerien toimesta. 1900-luvun puolivälissä moderni tanssi ja tanssiterapia kehittivät rinnakkain, jolloin kuvauksia kehon tuntemisesta ja tiedostamisesta pidettiin tärkeänä. Kehotietoisuuden käsitettä sellaisenaan ei vielä tällöin käytetty, mutta muut kuvaukset kehon tietoiseksi tekemisestä tanssiessa olivat käytössä. (Hämäläinen 2007, 56.) Vaikka useat modernin tanssin merkkihenkilöt ovat korostaneet kehotietoisuuden ilmiötä tanssissa, on se ilmeisimmin jäänyt melko tanssilajikohtaiseksi, sillä nämä ajatukset eivät ole vielä tähänkään päivään mennessä täysin ajautuneet ja luonnollisesti asettuneet baletin maailmaan.

Tieto ja taito eivät ole erillisiä käsitteitä, vaan taiteen oppimisessa kietoutuvat yhteen ja kehittyvät yhdessä. Näin pohtii Leena Rouhiainen taidepedagogiikkaa filosofi Merleau-Pontyn aatteiden pohjalta (Rouhiainen 2011, 79–80). Tieto ja taito kasautuvat jo olemassa olevan ruumiillisen tiedon avulla. Uuden taidon oppiminen vaatii aiempien taitojen yhdistelyä uuteen. Aiemmat kokemukset ovat juurtuneet ruumiiseen, joita voidaan spontaanisti käyttää nykyhetkessä ja tulevassa. Kehon tottumukset, joihin uusi tieto yhdistetään, tulevat käyttöön ikään kuin alitajuisesti niin, ettei se

välttämättä tarvitse yksilön pohdintaa. Ruumis tietää mitä tekee, mutta asian selittäminen verbaalisesti voi olla hankalaa. (Rouhiainen 2011, 82.)

Rouhaisen ajatukset pätevät hyvin tanssinoppimiseen. Joitakin teknisiä asioita voi olla vaikeaa sanallisesti tai visuaalisesti opettaa niin, että oppijalle muodostuisi henkilökohtainen käsitys asiasta. Tällaisten ilmiöiden opettaminen on mielestäni hyödyllistä oppijan oman ruumiillisen kokemuksen kautta, jolloin keho saa kokemuksen siitä, miltä liikerata, muoto tai linja tuntuu. Konstruktivistisen oppimiskäsityksen korostama ajatus tiedon kasaamisesta oman kokemuksen pohjalta näyttäytyy tanssissa kehollisena kokemuksena: tottumuksena. Uutta tanssitietoa kasataan jo olemassa olevan kehollisen tottumuksen avulla. Kehollinen tiedostaminen on tärkeää silloin kun tanssijat tekevät harjoituksia, joissa tavoitteena on tietoisesti havainnoida kehon kokemuksia ja aistimuksia (Hämäläinen 2007, 59). Opettajana ajattelen, että uutta taitoa opetellessa tavoite on aina havainnoida kehon kokemuksia, jotta oppiminen olisi optimaalista. Näin kehoon muodostetaan uusia kokemuksia, jotka konstruktivistisen oppimiskäsityksen mukaisesti liitetään aiempaan.

Anttila (2005, 75) pohtii sitä, onko täsmällisen taidon oppimisen korostaminen syy siihen, että oppijan henkilökohtainen ja persoonallinen suhde liikkeeseen ei pääse kehittymään. Näitä taitoja tulisi kehittää rinnakkain eikä laiminlyödä henkilökohtaisen liikesuhteen kehittymistä loppuun viilatun liikkeen oppimisen kustannuksella. Loppuun viilattu liike on mahdollista toteuttaa vasta sitten kun oppija on luonut omasta kehostaan käsin kokemuksen liikkeestä ja tietää, miten hänen kehonsa voisi toteuttaa liikkeen optimaalisesti ja täsmällisesti.

Anttila on tutkinut kehon ja mielen suhdetta ja hänen mielestään kehotietoisuutta voidaan pitää oppimisen ja ajatusten perustana. Hän myös korostaa, että kehotietoisuutta on mahdollista kehittää. Tutkimuksen aineisto tuo esille kehotietoisuuden merkityksen myös arkielämässä, kun tiedostetun kehon avulla jotkin ehkä hämärän peittoon jäävät asiat saavat uusia merkityksiä. (Anttila 2009.) Kehotietoisuuden kehittäminen ei tue pelkästään yksilön herkkyyttä oman kehon muutosten havaitsemiseen, vaan se avaa herkkyyden myös toisten ihmisten aistimiseen. Kehittynyt tietoisuus omasta kehosta auttaa yksilöä ymmärtämään, mitä hänen kehossaan tapahtuu sosiaalisissa tilanteissa, jolloin voi myös paremmin näissä samoissa tilanteissa tulkita muiden ihmisten kehonkieltä. (Anttila 2006, 70–71.) Vaikka keskitän huomioni tässä opinnäytetyössä kehotietoisuuden hyödyntämiseen ja kehittämiseen tanssin kontekstissa, olen tietoinen, että tanssitunnilla kehittynyt kehotietoisuus voi herättää uusia ajatuksia tai havaintoja elämän muillakin osa-alueilla.

Silja Ylitalon artikkelissa (2021) Kirsi Törmi ja Raisa Foster pohtivat kehotietoisuuden merkitystä arkielämässä. Kehojen välinen sanaton vuorovaikutus voi olla merkittävää. Kehot reagoivat toisiinsa ja voivat saada hermostotason vaikutteita toisesta kehosta. Fosterin mukaan kehojen kautta olemme yhteydessä toisiimme ja ympäristöömme. Kehon tiedostamisessa ja havainnoinnissa on oleellista osata kiinnittää huomiota Törmin sanoin ”nahan sisäpuoliseen” todellisuuteen. Kehosta puhutaan nykypäivänä paljon, mutta puhe keskittyy enimmäkseen ulkoiseen kehoon. Tärkeää olisi osata huomioida kehon sisäistä ja tuoda sitä sanallisesti ilmi. Kehotietoisuuden sanoittamisessa on Törmin mukaan vielä kehitettävää. (Ylitalo 2021).

2.2 Kinesteettinen empatia

Kehotietoisuuteen ja sen kehittymiseen liittyy kinesteettinen empatia. Kehotietoisuuden käsitteen rinnalla myös kinesteettinen empatia on ajautunut tanssin pariin tanssiterapian kautta. Tanssiterapiassa kinesteettinen empatia on terapeutille tärkeä menetelmä saada sanatonta tietoa irti toisesta ihmisestä. (Ylönen 2004, 26.) Samoin ilmiö voisi toimia tanssitunnilla oppilaan oppimisyökaluna: oppija saa kinesteettisen empatian avulla opettajasta irti kinesteettistä tietoa.

Kinesteettisellä empatialla tarkoitetaan oman kehon kinesteettisen tietoisuuden heräämistä katsoessa toisen tanssijan liikettä. Kun katsotaan liikkuvaa kehoa, voidaan toisen kehon liikkeet tuntea toteutuvan omassa kehossa. Ikään kuin liikkeellinen kokemus kehoissa olisi sama sekä liikkuvalla ihmisellä että liikettä katsovalle ihmisellä. Kinesteettisen empatian avulla voidaan siis toteuttaa havaitsemiamme liikkeitä jo olemassa olevan kehollisen kokemuksen ja tietoisuuden kautta. (González 2019.)

Jaana Parviainen käsittelee käsitettä kehon topografia, jolla tarkoitetaan kehonkuvaa tai kaaviota. Taidot, tekniikat, liikkumisen ja kontrolloinnin tavat muokkaavat kehoa, jolloin kehon topografiasta muodostuu yksilöllinen. Uusia taitoja, kuten tanssissa liikeratoja harjoitellessa topografia järjestyy uudelleen. Parviainen viittaa kinesteettisellä empatialla ilmiöön, jossa toisen kehonkieltä voidaan ymmärtää oman kehon topografian kautta. Ymmärrys tapahtuu oman kehon sisältä eikä visuaalisesti toisen liikettä tarkastelemalla. Jos on kyky eläytyä toisen kehoon kinesteettisen empatian avulla, auttaa se tarkastelemaan kehojen yhtäläisyyksiä sekä eroavaisuuksia. (Parviainen 2002, 338–341.)

Kinesteettisen empatian ajatellaan olevan tärkeää liikuntataitojen opettamisessa. Opettajan tulisi käyttää opetuksessaan kinesteettisen empatian taitoaan sen sijaan, että pyrkisi opettamaan taitoja

ainoastaan liikkeiden mallintamisen kautta. Kinesteettisen empatian taito on tärkeää opettajalle, kun hän pyrkii kehittämään oppilaan omia, henkilökohtaisia taitoja. (Parviainen 2002, 341–342.) Koen kinesteettisen empatian kehittämisen olevan tanssinopettajalle ja tanssijalle edellytys ideaalin tanssinoppimisen saavuttamiseksi. Opettajan ja oppijan kehojen kokemusten täytyy kohdata, jotta tarkoituksenmukainen liikkeellinen tiedonmuodostus olisi mahdollista. Oppijan on muodostettava kokemus omasta kehostaan käsin, jotta kokemuksen tuoma tieto mukautuu hänen kehoonsa luontevasti.

Maarit E. Ylönen on tehnyt tutkimusta tanssista tiedon lähteenä, jossa hän on tutkinut muun muassa tanssin dialogista luonnetta. Kinesteettisen empatian ilmiö on ollut merkittävässä osassa dialogisuuden tutkimustuloksia: kahden ihmisen välisessä vuorovaikutuksessa kinesteettinen empatia auttaa tulkitsemaan ruumiillisia viestejä. Ruumiillinen viesti ymmärretään ruumiillisesti kinesteettisen empatian avulla. (Ylönen 2004, 32–34.) Opettajana tarkoitukseni on jatkuvasti välittää tanssitiedollisia viestejä. Erityisesti tämän opinnäytetyön yhteydessä välittämäni ruumiilliset viestit liittyvät liikedyneamiikkoihin ja liikesuuntiin. Näiden viestien vastaanottamisessa oppilaani hyödyntävät kinesteettisen empatian taitoaan sekä mahdollisesti improvisaation avulla sitä kehittävät.

Ylönen (2004, 32) korostaa tutkimustuloksissaan sitä, että ruumiillinen vuorovaikutus ei korvaa kielellistä vuorovaikutusta. Tanssiopettamisessa ajattelen näiden kahden vuorovaikutustavan olevan riippuvaisia toisistaan ja limittyvän yhteen muodostaen optimaalisen tavan oppia. Opettajana hyödynnän opetuksessani puhetta ja kuvailen liikettä kielellisesti esimerkiksi adjektiivein, balettitermein ja mielikuvin. Tanssinoppimisen tavoitteena kuitenkin pidän sitä, että nämä kielelliset kuvailut yhdistyvät oppijan mielessä tiettyihin liikkeisiin niin, että hän osaa ne esimerkiksi kinesteettisen empatian ja kehon topografian avulla muuntaa automaatioksi.

Kehotietoisuus ja siihen liitetyt muut ilmiöt kuten kinesteettinen empatia ovat tanssinoppimisessa ydinolosuhteissa. En halua näitä ilmiöitä opinnäytetyössäni sivuuttaa, sillä ne toimivat ikään kuin oppimisen välineenä etsiessäni vastausta päätutkimuskysymykseeni improvisaatiosta opetusmetodinä.

3 KOHTI OPETUSKOKEILUA

Kokemukseni tanssi-improvisaation hyödyistä näyttäytyivät tanssin monilla eri osa-alueilla kuten teknisissä taidoissa, ilmaisussa, rohkeudessa, oman tyylin löytämisessä ja luovuuden kehittämisessä. Minulla siis on oletus, että koska oma tanssijuuteni koki suuren kehityksen improvisaation avulla, ilmiö voisi olla muillakin oppilailla samanlainen. Pohdin myös sitä, miksi kehitys omalla kohdallani näyttäytyi vasta myöhään ottaen huomioon jo pitkään jatkuneen tanssin harrastamisen. Tulin tulokseen, että oma taustani baletissa ei ole tukenut improvisaation harjoittamista ja siksi tanssijuuteni ei ollut päässyt kehittymään siihen, mitä se on nyt.

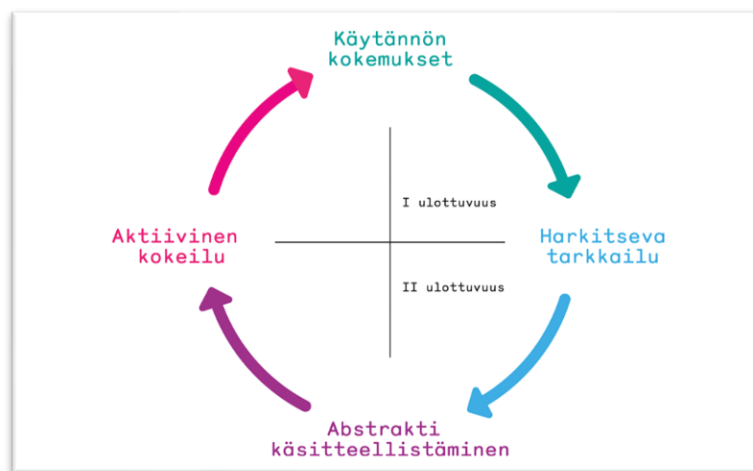
Valitsin siis opinnäytetyöni tanssilajikontekstiksi baletin, sillä laji on itselleni ominaisin ja sen parissa tulen todennäköisesti enimmäkseen työskentelemään. Omat opetusarvoni oppijalähtöisestä, yksilön persoonallista kehitystä tukevasta opetuksesta kannustavat improvisaation käyttöön, joten haluan tuoda sen osaksi opetustani lajista riippumatta, eli se on myös osa baletinopetustani.

Oma kokemukseni kehittämisestä improvisaation avulla ulottuu monille eri osa-alueille, joita ovat muun muassa taidon oppiminen, ryhmäytyminen ja identiteetin kehittäminen. Kaikkien näiden osa-alueiden tutkiminen kiinnostaisi minua opettajana, mutta päädyin kohdentamaan tutkimustani taidon oppimiseen. Taidoiksi valitsin liikedyndamiikkojen ja kehon liikesuuntien harjoittelun. Nämä taidot valikoituivat havainnoinnin kohteeksi taidon luonteen vuoksi. Ajattelen, että dynamiikkojen ja suuntien opettaminen ei ole mahdollista niin, että minä opettajana näytän ja kerron ilmiöstä ja oppilaat sitten toistavat esimerkkini. Nämä ilmiöt ovat monimutkaisempia ja vaativat oppijan oman kehollisen kokemuksen ja tiedon rakentamisen kokemuksen lopulta tottumuksen varaan. Oppija mielestäni tarvitsee kokemuksen siitä, miltä ilmiöt tuntuvat kehossa, jotta taito voitaisiin sisäistää ja lopulta muuntaa automaation tasolle.

Olin tämän opetuskokeilun yhteydessä valmis ja halukas havaitsemaan myös muita, kuin liikedyndamiikkoihin ja -suuntiin liittyviä muutoksia, mutta pääasiassa pyrin havainnoimaan edellä mainittuja ilmiöitä.

3.1 David Kolbin kokemuksellisen oppimisen kehä

Kokemuksellisen oppimisen mallia on luonut ja kehittänyt David Kolb vuonna 1984. Kolbin teoria oppimisesta kiinnittää huomiota oppijan sisäisiin kognitioihin. Teorian mukaan uuden käsitteen oppiminen lähtee aina uudesta kokemuksesta. Tietoa syntyy uusien kokemusten muuntamisen kautta. (Mcleod 2023.) Kolb on luonut oppimisesta kuvion 1 mukaisen mallin. Mallissa oppimisesta pyritään tekemään syklistä niin, että oppimistapahtumassa syntyviä kokemuksia käytetään hyväksi uuden oppimisessa. Kokemusten ja toiminnan reflektointi on erityisen tärkeää, jotta lopputuloksena voi olla uuden oppiminen ja teoreettinen ymmärtäminen. (Anttila 2022.)



Kuvio 1. Kokemuksellisen oppimisen kehä (Anttila 2022)

Kehä sisältää vaiheet: käytännön kokemukset, harkitseva tarkkailu, abstrakti käsitteellistäminen ja aktiivinen kokeilu. Kokemuksellinen oppiminen tapahtuu, kun oppimisprosessi kohdataan tämän kehän avulla. (Anttila 2022.) Improvisaatiotehtävien avulla pyrimme tarjoamaan oppijoille kokemuksia esimerkiksi eri liikedynamiikoista. Tämän jälkeen esitämme kysymyksiä, joiden avulla oppijat voivat reflektoida kehonsa tuntemuksia ja kenties tehdä uusia havaintoja. Myöhemmin yritämme yhdessä liittää uusia havaintoja jo olemassa oleviin balettitunnin liikkeisiin, sarjoihin, muotoihin tai muihin balettitunnin ilmiöihin. Viimeisenä kokeilemme miltä esimerkiksi improvisaatiotehtävän avulla tutkitut liikedynamiikat tuntuvat balettitunnin harjoituksissa. Kehä alkaa alusta, kun myöhemmin, esimerkiksi seuraavalla viikolla tutkimme samaa ilmiötä erilaisen tehtävän parissa.

3.2 Opetuskokeilun taustatiedot

Opinnäytetyössäni tutkin sitä, voiko improvisaation avulla havaita ja omaksua uusia kehollisia tunteuksia, joiden avulla voidaan kehittää balettitekniikkaan liittyviä ilmiöitä. Voivatko löyhästi strukturoidut improvisaatiotehtävät lisätä oppijan kehotietoisuutta liittyen liikedyneamiikkoihin ja kehon liikesuuntiin ja onnistuuko tanssija yhdistämään tehtävän avulla tehdyt kehon havainnot myöhemmin tunnilla tehtävään balettiharjoitukseen? Tarkoituksena molemmissa ilmiöissä on auttaa oppijaa havainnoimaan eri liikedyneamiikkojen ja -suuntien tuntua omassa kehossa sekä auttaa oppijaa muodostamaan henkilökohtainen käsityksensä ilmiöistä. Näiden kautta pyrin auttamaan oppijaa siirtämään improvisaation avulla opittu kehon kokemus balettitunnin sarjoihin. Haluan kokeilla perinteisestä baletinopetuksesta poikkeavaa opetustyyliä. Näitä ilmiöitä ei pyritä aluksi mallintamaan minun kehostani, vaan niistä luodaan kokemus omaan kehoon, milloin kinesteettisen empatian avulla oppijat voivat havainnoida näitä ilmiöitä myös minun kehostani opettaessani uusia liikkeitä, muotoja tai liikeratoja visuaalisesti näyttämällä.

Kokeilu suoritettiin syyslukukauden 2022 aikana kahdessa balettiryhmässä, jotka harjoittelivat improvisaatiota kanssani kerran viikossa. Oppilaita ryhmissä oli yhteensä 11. Iältään he sijoittuivat seitsemän ja seitsemäntoista ikävuoden väliin. Oppilaiden harrastusvuosien määrä oli vaihteleva, mutta kaikki olivat harrastaneet tanssia jo useamman vuoden ajan.

Syyslukukausi oli jaettu viikoittain kuuteen osaan niin, että yksi osa kesti joko kaksi tai kolme viikkoa. Yhden osion ajan käsitelimme yhtä ilmiötä ja sitten vaihdoimme seuraavaan. Vuorottelimme siis syyslukukauden aikana liikedyneamisen osion ja liikesuuntien osion välillä niin, että molempien ilmiöiden harjoituskausia oli syksyn aikana kolme. Aloitimme liikesuunnista. Valitsin ilmiöiden kausittaisen vuorottelun opetustyyliksi siksi, että halusin nähdä mikä vaikutus harjoittelulla on, kun sama ilmiö kertaantuu uudelleen muutaman viikon välein. Vaikka valitsin muutaman viikon ajaksi tuntien pääteemaksi toisen ilmiöistä, esimerkiksi liikesuunnat, en kuitenkaan sivuuttanut liikedyneamiikkojen harjoittelua ja niistä puhumista sekä niiden toteuttamiseen kannustamista.

3.3 Tiedonkeruumenetelmät

Ennen kokeilun alkua pyysin kaikkien opetuskokeiluun osallistuvien oppijoiden huoltajilta kirjallisen suostumuksen heidän lastensa havainnointiin ja havainnointien ylös kirjaukseen sekä mahdollisesti oppijoiden sanomien havaintojen käyttöön opinnäytetyössä anonyymisti.

Pidin tunneista päiväkirjaa, johon kirjoitin kaikki omat havaintoni liittyen improvisaatiotehtäviin. Pidimme oppilaiden kanssa myös aina muutaman minuutin keskusteluhetken tehtävien jälkeen, jolloin oppijat saivat kertoa havainnoistaan ja tuntemuksistaan. Esitin kysymyksiä harjoitukseen liittyen, jolloin oppijoilla oli mahdollisuus kuvailla tuntemuksiaan. Yritin ohjata keskustelua suuntaan, missä oppijat huomasivat pohtia kehonsa tuntemuksia ja uusia havaintoja, mutta annoin oppijoiden kertoa vapaasti kaikista ajatuksistaan, joita heräsi tehtävän aikana ja sen jälkeen. Tavoitteenani oli pitää keskusteluhetki spontaanina eikä kyselyn tapaisena. Pohdin ensin, että voisin toteuttaa oppijoille myös paperisia kyselyjä, mutta tulin nopeasti siihen tulokseen, että tämä tyyli kerätä informaatiota vaikuttaisi ehkä tunnin vuorovaikutukselliseen ilmapiiriin. Ajattelen, että keskustelemalla ääneen ajatuksista voidaan herättää muiden oppijatovereiden mieleen uusia ajatuksia ja näin saattaa kehittyä pohdinta oman kehon tuntemuksista.

Kannustin oppijoita miettimään improvisaatiotehtävän teemaa läpi tunnin ja kertomaan mikäli uusia ajatuksia herää tunnin aikana. Muistuttelin tunnin aikana ilmiöstä, jota alkuharjoituksella tutkimme. Tunnin aikana esitin kysymyksiä teemaan liittyen esimerkiksi sarjan jatkuvuudesta ja iskevyydestä tai kehon osien liikesuunnista niiden liikuessa sarjan aikana. Näin tarjosin oppijoille lisää ymmärrystä ja havaintoja siitä, miten tunnin alussa havaitut ilmiöt näyttäytyivät balettitunnilla. Itse havainnoin oppijoita läpi tunnin ja kirjasin ylös, miten tunnin improvisaatiolla harjoiteltu teema näyttäytyi oppijoiden liikkeessä.

Pidin kaksi kertaa syksyn aikana pidemmän keskustelutuokion oppijoiden kanssa liittyen heidän tuntemuksiinsa improvisaatiosta. Keskustelut toteutin kokeilun keskivaiheilla ja lopussa. Kirjasin keskustelun pääpiirteet ylös. Näiden pidempien keskustelujen tarkoituksena oli kerätä laajasti ylös oppijoiden omia kokemuksia, ajatuksia ja havaintoja tehtävistä. Varsinaisesti tarkoituksena ei ollut vertailla ja etsiä kehityskaaria keskusteluiden välillä, mutta pidin oppijoiden mielipiteiden muutoksen mahdollisuuden avoimena.

3.4 Lähtötilanne

Toteutin tätä opetuskokeilua minulle täysin uusien oppilaiden kanssa, joten koin tärkeänä ensin tutustua oppilaisiin ja antaa heidän tutustua minuun. Kauden alkaessa ensimmäiset kaksi viikkoa tutustuimme toisiimme, jolloin opin jo tunnistamaan oppijoista erilaisia liikkeellisiä taitoja sekä havainnoimaan koko ryhmän vahvuuksia sekä kehittämistarpeita opinnäytetyöni lähtökohdista käsin. Olin etukäteen päättänyt liikeimprovisaation avulla tutkittaviksi baletin taitoilmiöiksi eri liikedyamiikat ja liikesuunnat, mutta rajaus ilmiöiden sisällä oli tehtävä siinä vaiheessa, kun tiesin oppijoiden lähtökohdat.

Liikedynaamiset erot vaikuttivat syksyn alkaessa olevan oppijoille melko epäselviä niin, että ne ehkä eivät olleet oppijoille vielä tuttuja. Liikkeiden dynamiikkojen erottelukyky ei ollut vielä pitkälle kehittyntä, ja perinteisesti eri dynamiikoin toteutettavat liikkeet, kuten jatkuva ja sitkeä battement tendu ja iskevä battement tendu jeté, näyttivät dynamiikoiltaan samalta. Valitsin dynaamisiksi harjoittelun pääkohteiksi vain jatkuvan ja iskevän liikedyamiikan harjoittelun, jotta harjoittelussa pysyisi selkeys ja keskittyminen pysyisi vain muutamassa asiassa. Nämä kaksi liikedyamiikkaa valikoituivat opetuskokeilun kohteiksi myös siksi, että ajattelen näiden kahden liikedyamiikan olevan helposti erotettavissa toisistaan sekä niiden esiintyvän erittäin konkreettisesti useissa baletin liikkeissä, joten oppijoilla on jo ehkä tietämättään kokemusta ilmiöistä.

Liikesuuntia oli tarkoitus pohtia sekä omassa kehossa että tilassa, mutta nopeasti huomasin tämän olevan liian laaja ilmiö syksyn ajalle. Rajasin suunta -ilmiön koskemaan pelkästään kehoa. Suuntasin improvisaatioharjoitukset koskemaan mielestäni kehon suunnista kohderyhmille tärkeimpiä ilmiöitä. Tässä tapauksessa ilmiöt olivat:

1. Aukikierron ja parallel -suunnan erottaminen ja aukikierron aktiivinen hyödyntäminen jalan ollessa edessä, etuviistossa/sivulla tai takana.
2. Suuntien havaitseminen ja hyödyntäminen aktiivisesti niin, että liikkeitä pyritään kurottamaan omaan kinesfääriin sen sijaan, että tanssittaisiin lähellä omaa keskustaa.

Erityisesti käsien tanssittaminen tarkoituksenmukaisiin suuntiin oli tarpeellinen kehityskohde ryhmälle. Vaikka rajasin ilmiön koskemaan kehon suuntia, yhdistelin harjoituksiin myös suuntia tilassa, sillä ajattelen kehon ja tilan suuntien yhteyden olevan mahdollinen ilmiön konkretisoija oppijoille.

4 KOKEILUPROSESSI

Ajatuksenani oli toteuttaa improvisaatiotehtäviä sekä erillisinä improvisaatioharjoituksina että liitettynä balettiharjoituksiin keskelle tuntia. Kokeilin toimintatapaa, mutta nopeasti huomasin epäkäytännöllisyyden. Oppijoilla oli paremmin tarttumapintaa ilmiön harjoitteluun, kun improvisaatiotehtävä suoritettiin ”alkulämmittelyinä”, ja myöhemmin tunnin aikana yhdistelimme dynaamisia ja suuntiin liittyviä liikkeitä alkulämmittelyn tuntemuksiin. Syksyn lopulla lisäsimme balettisarjoihin omaan improvisaatioon mahdollistavia osuuksia, jotka alkoivat sujua hienosti, kun omaa luovuutta oli ensin herätelty erillisillä improvisaatioharjoituksilla.

Improvisaatiotehtävät ovat itse kohderyhmälleni räätälöimiä, mutta tehtäviin olen ottanut inspiraatiota Justine Reeven (2011) harjoituksista. Pidän improvisaatioharjoitukset yksinkertaisina. Toistin useita kertoja samaa harjoitusta pienin muutoksin, jotta oppilaille tulisi tunne tutusta ja toivottavasti turvallisesta harjoituksesta. Usein alkulämmittelyinä toimi harjoitus, jossa liikuttiin tilassa jollain liikesuuntiin tai –dynamiikkoihin liittyvällä määrittelemälläni tavalla. Liikettä tehtiin oppijan omasta sisäisestä innoittajasta käsin tai musiikin innoittamana. Halusin kaikkien tekevän omaa itsenäistä työtä enkä varsinaisesti hyödyntänyt kontaktia. Toisinaan kuitenkin kannustin oppijoita valitsemaan itsenäisen liikkumisen tai liikkumisen yhdessä kaverin kanssa. Suurin osa valitsi itsenäisen työskentelyn.

Halusin tarjota oppijoille helppoja lähestymistapoja ja tarttumapintaa ilmiöihin heidän havainnoistaan ja kokemuksistaan käsin. Pääpointtina ei esimerkiksi ollut termistön harjoittelu, jolloin ilmiöitä voitiin oppijoiden suusta kutsua monin eri variaatioin. Halusin auttaa jokaista oppijaa ymmärtämään omalla tavallaan hänelle ehkä kenties uusia ilmiöitä. Se, että joku oppija kutsui jatkuvaa liikedyndamiikkaa hitaaksi liikkeeksi (vaikkakin kyseisen liikedyndamiikan toteuttaminen nopeasti on myös mahdollista), ei ole ollut väärin enkä ole sitä harjoittelun alkuvaiheessa korjannut. Jos tämän hitauden avulla oppija osaa yhdistää tämän dynamiikan vaikkapa battement fondu liikkeeseen, on se jo oikea oppimistulos. On myöhemmän ajan tavoite alkaa haastamaan ajatusta siitä, voiko dynamiikkoja toteuttaa eri nopeuksilla tai vaikkapa muodoilla.

4.1 Viikot 1–3: Liikesuunnat

Lähdimme liikkeelle suuntien harjoittelusta tanssikauden kolmannella viikolla. Harjoituksessa oppijat muodostivat tilassa kävelemällä itselleen reitin hyödyntämällä tilan kahdeksaa eri suuntaa. Reittiä toistettiin useita kertoja, jotta se jäi mieleen. Seuraavaksi tilasta tehty reitti muutettiin oman kehon suuntiin sopivaksi ja kävelemällä muodostettua reittiä toistettiin oman kehon tilassa eri raajoilla. Tällä helpohkolla harjoituksella tarkoitukseni oli tutustuttaa oppilaita improvisaatioon ja auttaa havaitsemaan, minkä tyyppisiä harjoituksia aiomme syksyn kuluessa tehdä. Yritin myös auttaa havainnollistamaan oman kehon suuntien yhteyttä tilaorientaatioon kuitenkin liikaa kiinnittämättä huomiota tähän asiaan.

Kaikki oppijat lähtivät reippaasti mukaan tehtävään liikkeellisesti, mutta huomasin heidän luovan toisiinsa ja minuun katseita, joista oli havaittavissa ajatuksia oudosta, jännittävästä tai hassusta harjoituksesta. Harjoituksen jälkeen oppijoista oli vaikeaa saada irti havaintoja tai yleisiä kommentteja. Oppijat kuitenkin kehollisesti kokeilivat ja selkeästi pohdiskelivat minun näyttämiäni esimerkkejä. Pyysin oppijoita kokeilemaan miltä kehossa tuntuu, kun eri raajoja viedään eri reittejä pitkin eri suuntiin. Oppijat kokeilivat ja eleillä, esimerkiksi päätä pudistelemalla tai nyökkäilemällä vastailivat kysymyksiini kehon tuntemuksista, kuten ”Onko jalan lihaksissa rento olo, kun se on aukikierrettynä takana? Onko jalan lihaksissa rento olo, kun se on aukikierrettynä edessä?”.

Seuraavalla viikolla teimme saman harjoituksen, jolloin oppijoiden omia havaintoja ilmaistiin jo enemmän. Oppijat osasivat yhdistää harjoituksissa vaikkapa jalalla tai kädellä tehdyn reitin baletin liikkeeksi. ”Tässä minun reitissä on ainakin rond ja tendu.” ”Minulla on käsien kolmas asento.” Oppijat myös osasivat nimetä suuntia heidän omasta reitistään. Kolbin kokemuksellisen oppimisen kehän mukaisesti improvisaatioharjoituksessa koettu kokemus osattiin pohdiskelun ja kysymyksieni johdattelemana yhdistää tuttuihin baletin liikkeisiin.

Kolmannella viikolla harjoittelimme tunnistamaan eroja suljetulle ja avoimelle liikkeelle. Taka-ajatuksena tässä harjoituksessa oli saada oppijat tunnistamaan aukikierron ja parallel- tai sisäkierto-suunnan erot. Lisäksi avoimen liikkeen tunnistamisen avulla halusin auttaa oppijoita havainnoimaan kehosta eri suuntiin ja ulospäin eli kinesfääriin tanssimista, mikä on baletille tyypillistä. Raajojen liikkeet pyritään aina kurottamaan tilaan eri suuntiin ja kauas omasta keskustasta eli omaan kinesfääriin. Tämä harjoitus herätti monenlaisia havaintoja oppijoissa. Useat oppijat olivat sitä mieltä, että avoin liike on isoa ja suljettu liike on pientä. Avoin liike tapahtuu

oppijoiden kuvailun mukaan kaukana kehosta ja suljettu lähellä kehoa (visuaalisesti oppijat osoittivat kehon keskustana vatsaa). Toiveideni mukaan oppijat siis havaitsivat avoimen liikkeen liittyvän omaan kinesfääriin tanssimiseen ja näin raajojen kurottamiseen tilaan eri suuntiin. Puhuttaessa avoimesta liikkeestä aukikierron ilmiö tuli sanallisesti ilmi molemmissa opetusryhmissä ilman, että johdattelin oppijoita tunnistamaan ilmiötä. Kehon tuntemuksista myös ilmaistiin sanallisesti monenlaisia havaintoja:

Suljetut liikkeet tuntuvat rajoittavilta ja jännittyneiltä. Suljettu liike tuntuu siltä, kuin kirja laitettaisiin kiinni, kun taas avoimessa liikkeessä kirja on auki. Avoin liike tuntui vapaalta ja rennolta. Baletissa käytetään enemmän avointa liikettä, jolloin liikkeet näyttävät hienommilta, kun ne tehdään isosti.

Tunnin aikana oppijat kommentoivat spontaanisti eri liikkeitä avoimen ja suljetun liikkeen näkökulmasta kysellen asiasta minulta sekä yhdessä pohtien.

4.2 Viikot 4 ja 5: Liikedyamiikat

Neljännellä viikolla aloimme harjoitella jatkuvan ja iskevän liikedyamiikan tunnistamista. Tehtävässä oppijat liikkuivat minun ohjeideni mukaan tilassa joko jatkuvalla tai iskevällä liikkeellä. Ennen liikkeelle lähtöä kerroin oppijoille mitä nämä liikedyamiikat tarkoittavat ja näytin omia kehollisia esimerkkejä sekä kerroin mielikuvia, mitkä kenties helpottivat ilmiön hahmottamista. Pyysin myös oppijoita näyttämään minulle esimerkkejä ennen varsinaisen tehtävän alkua, jotta kaikille olisi selvää mitä nämä liikedyamiikat ovat ja kuinka ne eroavat toisistaan. Tehtävä herätti seuraavanlaisia tuntemuksia:

Iskevät liikkeet ovat nopeita, jolloin lihakset voivat rentoutua. Niissä ei kerkeä miettimään niin paljoa mitä tekee ja siksi sattuu helpommin tapaturmia. Iskevä liikedyamiikka on kevyempää, terävää ja kovaa.

Molemmissa ryhmissä iskevän dynamiikan kuvailtiin tuntuvan ikään kuin sähköiskulta tai salaman iskulta kehossa. Jatkovaa liikettä kuvailtiin seuraavasti:

Jatkuvassa liikkeessä pitää jännittää lihaksia. Virheet nähdään helpommin, kun iskevässä niitä ei ehdi havaita. Jatkuvassa kerkeää miettimään mitä tekee ja se tuntuu helpommalta, koska siinä saa nauttia rauhassa. Jatkuva liike on kuitenkin iskevää liikettä raskaampaa keholle.

Erityisen tyytyväinen olin oppijoiden havainnosta siitä, että iskevät ja kenties nopeat liikkeet voivat aiheuttaa helpommin tapaturmia.

Kumpikaan ryhmä ei heti alkanut kutsua liikedynamiikkoja ”oikeilla nimillä”, vaan oppijat käyttivät esimerkiksi termejä hidas ja nopea, sitkeä ja terävä. Huomasin kuitenkin, että ryhmät olivat havainneet dynamiikkojen ydinilmiöt ja kysellessäni meidän balettituntimme liikkeiden dynamiikoista osasivat oppijat nimetä erilaisia jatkuvia ja iskeviä liikkeitä tai liikesarjoja. Oppijat olivat aluksi varmoja siitä, että jatkuva liike on yleisempää baletissa, mutta pohdinnan ja yhteisen keskustelun jälkeen he tulivat siihen tulokseen, että molempia tarvitaan ja käytetään tasaisesti.

Huomasin, että erityisesti jatkuvan liikkeen havainnointi alkulämmittelyssä kantoi koko tunnin ajan. Havainto liittyi erityisesti käsien liikkeisiin, joissa oli edelleen mukana myös edellisen tunnin teeman mukainen kinesfääriin tanssiminen. Useampi oppija oli osannut yhdistää kahden edellisen tunnin ilmiöt, ja he toteuttivat ilmiöitä nyt yhdenaikaisesti.

Viikolla viisi teimme saman tehtävän, mutta ohjeistustani muutin siten, että kehotin oppijoita kokeilemaan liikkeitä eri kehonosilla paikallaan ja tilassa liikkuen. Oppijoiden keholliset kokemukset eivät oikeastaan poikenneet edellisen viikon kokemuksista, mutta huomasin oppijoissa suuremman kokeilun halun. Koska tehtävä oli sama kuin edellisellä kerralla, oli siihen ehkä helpompi heittäytyä ja kokeilla. Oppijoiden lausahduksia kesken tunnin olivat esimerkiksi seuraavat: ”Tämä iskevä on aika kreisiä!”, ”Jatkuva on niin ihanaa, kun saa rentoutua.” Kokemukset liikkeen rentoudesta siis poikkesivat oppijoiden kehon tuntemuksessa. Osa kuvaili iskevää rennoksi ja osa jatkuvaa. Keskustelun edetessä kävi kuitenkin ilmi, että fyysinen lihaksiston rentouttaminen liittyi oppijoiden mielessä iskevään liikkeeseen, mutta psyykinen rento mielentila liittyi jatkuvaan ja rauhalliseen liikkeeseen.

4.3 Viikot 6–8: Liikesuunnat

Viikolla kuusi palasimme liikesuuntien harjoitteluun harjoituksella, jossa oppija kuvitteli olevansa kuution sisällä. Kävimme ensin yhdessä läpi, millaisia eri suuntia kuutiossa voi olla: ylä- ja alasuunnat, oikea-vasen, eteen-taakse, viistosuunnat. Ohjeideni mukaan oppijat tutkivat eri suuntia eri kehonosien avulla yrittämällä kurottaa suuntaan tai liikuttamalla kehonosaa suunnasta toiseen. Tarkoituksena tehtävässä oli auttaa oppijoita havainnoimaan mahdollisia liikesuuntia erityisesti omassa kinesfäärissä. Tehtävä vaikutti helpolta, sillä ohjeistin oppijoita läpi tehtävän. Kehollisia tuntemuksiakin heräsi:

Yläsuunta on tosi raskas jalalla, mutta kevyt kädellä. Jalan lihaksia pitää jännittää todella paljon nostaessa jalkaa ylös. Takasuunta on vaikea, koska se vaatii muunkin kehon

lihasten jännittämistä kuin sen, mikä menee taakse. Alas liikkuminen on helppoa ja ylös liikkuminen vaikeaa, koska se tarvitsee paljon voimaa.

Erittäin tärkeä huomio oli takasuunnan vaikeus. Tämän havainnon ilmetessä kokeilimme yhdessä jalan liikuttamista taakse ja nostamista takana ilmaan. Koko ryhmä oli sitä mieltä, että täytyy käyttää paljon keskivartalon lihaksia, että liike on mahdollista. Puhuttiin myös siitä, kuinka baletissa vartalo ei saisi kääntyä sivuttain, vaikka jalka menee taakse, jolloin täytyy työstää kylkiä ja työntää niitä vastakkaiseen suuntaan. Osattiin siis kehollisen kokemuksen avulla sanoittaa ristirotaation ilmiö.

Ristirotaatiota pohdimme läpi tunnin eri sarjoissa, jotta sen merkitys baletin liikekielessä konkretisoituisi ja havainnollistuisi paremmin. Kolbin kokemuksellisen oppimisen kehän mukaisesti pyrimme liittämään aiemman havainnon pohdiskelun avulla uuteen sekä kertaamaan havaintoa aina uudesta näkökulmasta eri liikkeiden kohdalla.

Huomasin heti, että oppijoiden oli helppo havainnoida raajojen liikkeitä suuntiin ja etenkin liikkeiden tuntemuksia kehossa, mutta vaikeampaa oli havaita torson liikuttamista eri suuntiin. Huomioita esimerkiksi ristirotaatiosta ilmeni, mutta torson liikkeen havainnointiin tarvitaan vielä konkreettisempia opetusmetodeja. Torson liikelaajuus on pienempi kuin raajojen, joten oppijoiden oli vaikea havaita torsonkin liikkuvan.

Tunnin aikana havaitsin usean oppilaan ymmärtäneen nyt käsien tanssimisen eri suuntiin. Erityisesti port de bras -liikkeiden aikana käsien yläsuuntaan tanssiminen on parantunut huomasti.

Edellisen viikon jälkeen pohdin, millaisilla harjoituksilla voisin saada oppijoita havainnoimaan myös torson liikkeitä. Tässä vaiheessa ryhmän tehdessä sarjoja keskivartalon liikkeet jäivät vähäisiksi ja esimerkiksi useisiin käsien liikkeisiin perinteisesti kuuluvat ylävartalon myötäilyt jäivät liikkeestä pois. Tanssittiin ikään kuin raajoilla. Tämän pohdinnan perusteella lähdimme viikolla seitsemän pohtimaan pyöreän ja suoraviivaisen liikkeen toteuttamista keholla. Olin hieman epävarma siitä, viekö tämä tehtävä oppijoiden kehollisia havaintoja oikeaan suuntaan, kun oppimiskohteenamme on kehon suunnat, mutta päätin harjoituksen kuitenkin toteuttaa. Harjoituksessa ohjeistin oppijoita ensin paikallaan seisoen ja myöhemmin tilassa liikkuen liikuttamaan eri kehon osia vuoroin suoraviivaisesti ja vuoroin pyöreästi. Yksi liikuteltavista kehon osista oli harjoitusta vaatinut torso.

Omista epäilyistäni huolimatta tehtävä herätti monipuolisia ja aiemmista kehon kokemuksista poikkeavia havaintoja. Oppijat lähtivät toteuttamaan monipuolisia liikkeitä koko kehollaan mukaan lukien torso. Pyöreää liikettä kuvailtiin luonnolliseksi, sulavaksi ja pehmeäksi. Suoraviivaiset liikkeet olivat oppijoiden mielestä kovia, nopeita ja teräviä. Kehossa pyöreä liike tuntui rennolta ja kevyeltä, kun taas suoraviivainen liike oli rajoittavaa, jäykkää ja vahvaa. Molemmat ryhmät alkoivat myös yhdistellä pyöreää ja suoraviivaista liikettä liikedynamiikkoihin. Pyöreän liikkeen ajateltiin olevan jatkuvaa ja suoraviivaisen iskevää.

Tunneilla alkoi näkyä oppijoiden oma mielenkiinto ilmiöiden oppimiseen. Kesken sarjojen saatettiin kysyä, mitä dynamiikkaa sarjassa ilmennetään. Alkoi kuulua seuraavia lausahduksia: ”Ai pitää tehdä hitaammin, että tämä rond olisi jatkuvampi?” ”Tämä plié on tosi jatkuva.”

Viikolla kahdeksan palasimme tutulla harjoituksella takaisin avoimen ja suljetun liikkeen pariin. Havainnot olivat seuraavia. ”Avoin liike on isoa ja vapaata, jolloin voi ajatella, että on mahdollisimman avoinna maailmalle.” Se on oppijoiden mielestä helpompaa. Avointa liikettä kuvailtiin hitaaksi. Kun kysyin mistä tuntemus johtuu, vastattiin näin: ”Baletissa tehdään enemmän avointa ja baletissa liikkeet ovat usein hitaita esim. iso rond (grand rond de jambe).” Suljettu liike on rajoitettua, eikä voi toteuttaa suuria liikelaajuuksia tai liikkua tilassa paljoa.” Suljettua liikettä voidaan tehdä hitaasti ja nopeasti. Oppijoiden havaintojen mukaan suljetut liikkeet jaloissa tapahtuu usein parallel- tai sisäkiertoasennossa. Liikkeisiin alettiin yhdistää myös suuntia siten, että yläsuunnissa toteutetaan enemmän isoa ja avointa liikettä kun taas alhaalla lähellä lattiaa on ominaisempaa toteuttaa suljettuja ja pieniä liikkeitä. Myös edellisen tunnin suoraviivainen liike yhdistettiin suljettuun liikkeeseen. Suljettu liike tuntui vieraalta ja vaikealta, sillä oppijoiden mukaan sitä ei baletissa usein käytetä.

Kävimme ennen syyslomaa molempien ryhmien kanssa pidemmät keskusteluhetket liittyen heidän tuntemuksistaan improvisaatiotehtäviin. Tarkoitukseni oli pitää keskustelu mahdollisimman monipuolisena ja oppijoiden itsensä innoittamana, joten pyrin olemaan johdattelematta oppijoita mihinkään suuntaan vastauksissaan.

Kysyin oppijoilta, miltä improvisaatiotehtävät ovat heistä tuntuneet ja vastauksiksi sain seuraavaa:

On tuntunut jännältä, mutta kuitenkin kivalta ja hyvältä. On ollut jännää, kun pääsee itse miettimään mitä tekee, koska opettaja ei anna suoraan vastauksia, mitä pitää tehdä. Improvisaatioharjoitukset tuntuvat hyvältä, koska tulee olo, että saa tanssia ja voi vaikuttaa itse siihen, miten tanssii.

Harjoitukset eivät ole olleet oppijoiden mielestä vaikeita, mutta niissä kuitenkin joutuu miettimään ja pohtimaan itse, mitä tekee. Aluksi tehtävät ovat tuntuneet vaikeammilta, mutta nyt ovat helpottuneet. Oppilaat myös kertoivat oppineensa uusia asioita esimerkiksi liikedynamiikoista.

Pyysin oppijoita muistelemaan, millaisia tehtäviä olimme tehneet ja yhteistyöllä kaikki muistivat mieleen. Muistelun avulla kertasimme millaisia liikesuuntia ja liikedynamiikkoja olimme harjoitelleet.

Viimeiseksi kysyin oppijoilta, mitä hyötyjä he uskovat improvisaatioharjoituksista olevan. Ryhmässä oltiin sitä mieltä, että improvisaatioharjoituksissa opeteltuja teemoja voi käyttää hyödyksi esimerkiksi baletin tankosarjoissa, keskilattialla tai vaikkapa tulevaisuudessa esityksissä ja, että improvisaatio auttaa tanssijaa tutustumaan syvemmin omaan kehoonsa. Kerrottiin myös improvisaation parantavan luovuutta ja musiikin tulkintaa ja pohdittiin, voisiko tanssi-improvisaatiolla olla vaikutusta muiden taideaineiden luovuuden kehittymiseen. Erityisen iloinen olin siitä, että ryhmässä oli havaittu yhteys alkulämmittelystä muuhun balettitunnin sisältöön ja osattiin nimetä balettiliikkeitä, jotka liittyvät jollain tapaa improvisaatioharjoituksiin. Myös havainto kehontuntemuksen lisääntymisestä oli erittäin positiivinen havainto.

4.4 Viikot 9 ja 10: Liikedynamiikat

Syysloman jälkeen palasimme liikedynamiikkojen harjoitteluun. Tehtävänä oli kuunnella valitsemiani eri musiikkikappaleita ja tanssia joko iskeviä tai jatkuvia liikkeitä musiikkiin. Tarkoitukseni oli auttaa oppijoita havainnoimaan dynamiikkojen eroja uudesta näkökulmasta, joka oli musiikki. Valitsin kappaleiksi mahdollisimman erilaisia musiikin tyyliä, jotta oppijoilla olisi mahdollisuus havainnoida, millaiseen liikkeeseen eri kappaleet heitä innoittavat. Ensin toteutimme harjoitusta silmät kiinni ja lopuksi tanssimme silmät auki.

Oppijoiden mielestä oli pääosin helppo tunnistaa minkä tyylistä liikettä musiikkiin teki mieli toteuttaa. Jotkin kappaleet aiheuttivat vaikeuksia, kun olisi tehnyt mieli tehdä molempia harjoittelemiamme dynamiikkoja. Jatkovaa liikettä haluttiin toteuttaa musiikkiin, josta ei löydy selkeitä vahvoja iskuja vaan ovat rytmiltään enemmän tasaisia ja hitaita. Vahvat iskut musiikissa johdattelivat oppijoita iskevän liikkeen toteuttamiseen. Iskevää liikettä haluttiin myös tehdä musiikkiin, jonka tempo on nopea. Kertasimme miltä liikedynamiikat tuntuivat kehossa. Jatkuva tuntui rennolta ja vapaalta, iskevä taas terävältä ja äkkinäiseltä.

Harjoituksella yritin tarjota oppijoille uutta tarttumapintaa liikedyamiikkoihin, vaikka ne eivät olekaan musiikista riippuvaisia. Baletissa kuitenkin usein musiikki on suunniteltu sopivaksi juuri tiettyyn sarjaan ja mikäli sarja on dynamiikaltaan selkeästi tietynlainen, kuvastaa musiikki myös toivottua dynamiikkaa. Esimerkkejä voisivat olla erot vaikkapa plié -sarjan ja grand battement -sarjan musiikeissa. Musiikki on sävelletty kunkin sarjan liikkeille optimaaliseksi. Oppijoille tämä musiikin inspiraationa käyttäminen näytti toimivan hyvin. Kaikki näyttivät aidosti pohtivan musiikin vaikutusta liikkeeseen ja he toteuttivat erilaisia liikkeitä dynaamisine eroineen eri kappaleisiin. Minun silmääni alkoi vaikuttaa siltä, että oppijat olivat oppineet erottamaan jatkuvan ja iskevän liikkeen toisistaan ja osaavat hyödyntää niitä balettitunnin aikana. Aloimme harjoitella dynamiikkojen oikeaa termistöä pehmeän, hitaan, kovan tai terävän kuvailun sijaan. Pyysin oppijoita nimeämään harjoituksen aluksi molemmat dynamiikat ja pikkuhiljaa he alkoivat muistaa termit jatkuva ja iskevä.

Viikolla kymmenen haastoin oppijoita keksimään oman viiden liikkeen liikesarjan. Tehtävänanto antoi liikesarjalle raamit, jossa omasta liikesarjasta tuli löytyä käden liike, jalan liike, koko vartalon liike, pyörähdys ja hyppy. Halutessaan sai lisätä muitakin liikkeitä, kunhan liikesarjan pystyi muistamaan. Noin viiden minuutin ajan oppilaat saivat keksiä omaa liikesarjaa. Kun sarjat olivat valmiit, toteutettiin liikesarjaa vuorotellen iskevästi ja jatkuvasti useita kertoja. Oppijoiden liikkeet sisälsivät sekä balettiliikkeitä että muita tanssiliikkeitä.

Tehtävän jälkeen kyselin oppijoilta, kumpi liikedyamiikka oli helpommin toteutettavissa heidän omassa liikesarjassaan. Lähes kaikki olivat sitä mieltä, että jatkuva, sillä he olivat suunnitelleet sarjaan liikkeitä, joiden toteuttaminen iskevästi oli vaikeaa. Tällaisia liikkeitä olivat esimerkiksi rond de jambe, port de brasit ja vartalon taivutukset. Oltiin sitä mieltä, että näiden liikkeiden dynamiikan muuttaminen muuttaa liikkeen merkitystä. Iskevästi toteutettu käsien port de bras ei enää ole port de bras. Havaittiin myös, että taaksetaivutuksiin liittyvä pyöreä liikkeen muoto on vaikea toteuttaa iskevästi, koska muoto häviää ja siitä tulee suoraviivainen. Jatkuva liike omassa sarjassa oli myös siksi helpompaa, sillä liikkeiden yhdistäminen toisiin soljuvaksi liikekokonaisuudeksi oli oppijoiden mielestä helpompaa jatkuvan liikkeen avulla. Jatkuvan liikkeen toteuttamisen kuvailtiin tuntuvan siltä, kuin olisi pilven tai pumpulin ympäröimänä. Se tuntuu rauhalliselta, hitaalta, pehmeältä, kevyeltä ja lempeältä.

Kaikki olivat yhtäläisesti sitä mieltä, että omasta sarjasta löytyvä hyppy täytyi toteuttaa iskevästi ja muut liikkeet pystyi tekemään jatkuvasti. Oppijoiden havainto oli, että hyppyä ei voi tehdä jatkuvalla liikedyamiikalla, sillä painovoima ei salli tasaista liikettä ylös-alas-suunnassa. Toisaalta huomattiin, että jos hyppy oli tilassa matkustava, sen toteutus jatkuvalla dynamiikalla oli ainakin osittain helpompaa kuin hyppy paikallaan. Iskevä liike tuntuu oppilaista kovalta, nopealta ja terävältä.

4.5 Viikot 11 ja 12: Liikesuunnat

Viikolla 11 palattiin takaisin ensimmäisenä tehdyn suuntaharjoituksen pariin, jossa muodostettiin itselle reitti tilan suunnista ja sitten suhteutettiin se oman kehon reitiksi jatkamalla reitin piirtoa omassa kinesfäärissä eri raajoilla tai koko vartalolla. Tällä kertaa ohjeistin oppijoita vaihtamaan en face suuntaa useisiin eri suuntiin, jolla haastoin heidän tilaorientaatiotaan. Pyysin myös oppijoita toteuttamaan liikettä eri dynamiikoilla. Oppijoille tehtävä oli mieluinen, sillä se oli tuttu ja tuntui siksi helpolta. Ero oppijoiden liikkeellisissä laajuuksissa ja kenties rohkeudessa toteuttaa liikettä oli suuri verrattuna siihen, kun harjoitusta toteutettiin ensimmäisen kerran. Oppijat hyödynsivät tilassa liikkumista enemmän sekä liikkeet olivat monipuolisempia ja yhteen liitettyjä. Eri suuntiin kohdistetuista liikkeistä alkoi muodostua liikelauseita. Oppijoiden puheesta uutena asiana kävi ilmi havainto siitä, että tilan suunnat eivät välttämättä ole täysin samat omassa kehossa, sillä merkitystä on missä kohtaa salia tanssii. Ymmärrettiin, että tanssisalin kahdeksan eri suuntaa ovat myös omassa kehossa, mutta ne täytyy osata suhteuttaa kehoon eikä voi suoraan hyödyntää salin tilallisia suuntia. Suuntien hahmottaminen en face -suunnan vaihtuessa onnistui hienosti.

Harjoituksen jälkeen keskustelimme siitä, löytyikö omasta reitistä baletista tuttuja liikkeitä ja millaisia suuntia nämä tutut liikkeet hyödyntävät. Havaittiin esimerkiksi se, että jalan liikkua rond de jambe -liike löytyy omasta reitistä helposti, jos peräkkäin oli vierekkäisiä suuntia. Tosin huomattiin, että tämän pystyi toteuttamaan myös toisella tavalla. Jos oma reitti liikkui takasuunnasta eteen (tilan suunnasta 5 suuntaan 1), voi jalka tehdä rond de jamben, jos se tuotiin sivukautta eteen eli ei leikaten keskilinjaa vaan kiertäen sivulta. Keskustelussa tuli ilmi havainto siitä, että battement tendun voi toteuttaa oikeastaan mihin suuntaan tahansa, mutta baletissa se on perinteistä toteuttaa vain eteen, etuviistoon tai sivulle (riippuen omasta aukikierrosta) ja taakse. Oppijat havaitsivat hienosti aukikierron suunniksi etuviiston eikä sivusuuntaa. Oman aukikierron suunnan havainnointi on kehittynyt syksyn aikana hurjasti, mikä näkyy myös balettisarjoissa

esimerkiksi grand battementiä tehdessä. Oppijat osaavat heittää jalkaa etuviistoon tunnistuen sen aukikierron oikeaksi paikaksi sivusuunnan sijasta.

Viikolla 12 tehtävänä oli muodostaa itselle vähintään viiden liikkeen liikekokonaisuus, jossa hyödynnetään mahdollisimman montaa eri suuntaa. En ohjeistanut oppijoita nyt suuntien numeroilla (1-8), vaan luetteloin suunniksi esimerkiksi etu-takasuunnat, ylös ja alas, oikea ja vasen sekä kaikki viistosuunnat. Oppijat lähtivät heti toteuttamaan omaa liikesarjaa sekä selvästi miettivät, mihin eri suuntiin he voisivat liikkua. Suuntien hyödyntäminen sarjoissa oli monipuolista sekä niitä osattiin yhdistää hienosti eri liikkeisiin. Oppijoiden liikkeet olivat heti koko vartalon liikkeitä, eikä kukaan lähtenyt liikuttamaan esimerkiksi vain kättä eri suuntiin. Jotkin oppilaat lähtivät liikkeelle niin, että toteuttivat liikkeitä harjoiteltuihin tilan suuntiin (1-8) ja toiset hyödynsivät liikkeessään enemmän antamiani esimerkkejä eteen, taakse, sivulle, ylös ja alas. Vaikka en tässä harjoituksessa varsinaisesti pyytänyt suuntaamaan liikkeitä tilan numeroituihin suuntiin, oli hienoa huomata, kuinka hyvin oppijoille oli jäänyt nämä suunnat muistiin. Lopuksi pyysin yhtä halukasta oppilasta näyttämään sarjansa muille, jotta kaikki voisimme sen opetella. Tämän jälkeen kävimme yhdessä koko ryhmän kanssa läpi, mitä suuntia oppilaan sarjasta löytyi.

Oppijat olivat hahmottaneet suunnat omalla tavallansa. Jonkun mielestä grand battement liikkuu eteen ja toisen mielestä ylös. Saavutimme siis ajatuksen, jota tehtävällä hain eli sen, että jokainen oppija onnistuisi hahmottamaan liikkeidensä suunnat itselleen sopivalla tavalla ja mahdollisesti hyödyntämään tätä omaa ajatustaan näitä liikkeitä myöhemmin balettitunnilla tehdessä.

4.6 Viikot 13 ja 14: Liikedyamiikat

Viikolla 13 jatkoimme samaa harjoitusta eli oman liikesarjan keksimistä, mutta tällä kertaa tehtävänanto koski liikedyamiikkoja. Tehtävänä oli muodostaa oma liikesarja, jossa olisi selkeästi havaittavissa sekä iskeviä että jatkuvia liikkeitä. Oppilaan täytyi sarjaa tehdessään päättää, millä dynamiikalla liikkeet toteutetaan hänen sarjassaan. Tehtävänannon tarkoituksena oli saada oppijat harkitsemaan liikedyamiikkoja suhteessa omakeksimiin liikekombinaatioihin eli heidän tulisi itse pystyä pohtimaan, millaiset liikedyamiikat ovat mahdollista toteuttaa erilaisissa liikkeissä.

Oppijat lähtivät innostuneina tehtävään ja havainnoidessani toimintaa näin kuinka paljon oppijat pohtivat ja fyysisesti kokeilivat eri liikkeitä toteutettavaksi eri dynamiikoin. Vaikka en määritellyt

tehtävänannossa, että liikkeiden tulisi olla balettiliikkeitä, oli kaikkien oppilaiden liikkeiden tyyliisuunta vähintäänkin nykybaletin mukaista. Tässä tehtävässä oppijat tunnustivat hienosti balettiliikkeisiin yhdistettyjä liikedyndamiikkoja niin, että omasta sarjasta löytyvät balettiliikkeet suoritettiin liikkeen perinteisen dynaamisen laadun mukaisesti. Esimerkiksi lähes kaikilta löytyi jatkuvalla dynamiikalla toteutettu rond de jambe ja jokin käden port de bras sekä iskevällä dynamiikalla toteutettu jonkinlainen variaatio battement frappé -liikkeestä.

Tehtävän jälkeen pyysin yhtä vapaaehtoista oppilasta näyttämään oman liikekombinaationsa, jonka kaikki harjoittelivat. Tämän jälkeen kysyin oppijoilta mitkä liikkeet sarjassa esiintyi iskevällä ja mitkä jatkuvalla dynamiikalla. Oppijat osasivat nimetä liikkeitä ja niiden dynaamisia laatuja. Ilmi tuli myös havainto siitä, että jotkin liikkeet olisi voinut toteuttaa myös toisella dynamiikalla ja tässä keskustelu ohjautui piruetteihin. Varsinaisesti piruetin dynamiikka ei ehkä sovellu kumpaakaan opettelemaamme dynamiikkaan, mutta kävimme kuitenkin keskustelua siitä, miten sen toteuttaminen iskevästi eroaisi jatkuvalla dynamiikalla toteutetusta piruetista. Vaikka piruetin dynamiikka ei täysin sovi harjoittelemiimme dynaamisiin vaihtoehtoihin, koin tärkeäksi asian pohtimisen. Pohdinnan avulla oppijat pystyvät havainnoimaan eri toteutusvaihtoehtojen aiheuttamia kehollisia muutoksia. Keskustelu poiki monenlaisia havaintoja ja vei keskustelua erilaisten ilmiöiden pariin. Oppijat huomasivat, että piruetin pysäyttäminen on vaikeaa, jos sen tekee iskevästi. Silloin piruetti ei oppijoiden mukaan pysähdy ikään kuin itsestään vaan tarvitaan paljon lihasvoimaa sen pysäyttämiseen toisin kuin jos sen tekisi jatkuvalla dynamiikalla. Iskevästi tehty piruetti on oppijoiden mukaan vaikeaa pysäyttää siistiin lopetusasentoon.

Tasapainon ilmiö tuli myös mukaan keskusteluun piruetin dynaamisuutta pohdittaessa. Oppijat olivat sitä mieltä, että tasapainoa on helpompi pitää, kun liike on jatkuva. Pyysin oppijoita nousemaan puolivarpaille ja tekemään samanaikaisesti käsien toista port de brasia ja sen jälkeen muuttamaan jatkuvaliikkeisen port de brasin iskeviin käden liikkeisiin. Suurin osa oli sitä mieltä, että port de brasin aikana oli helpompaa pysyä puolivarpailla kuin silloin, kun kädet tekivät iskeviä liikkeitä nopeasti eri suuntiin.

Teimme tällä viikolla muutoksen tuttuun battement frappé sarjaamme. Loppuun lisättiin osio, jossa oppijat saivat improvisoida omia frappéja. Kaikilla oppijoilla on tässä vaiheessa tiedossa battement frappé -sarjaan liittyvä iskevä dynamiikka. Tarkoitukseni oli havainnoida sitä, pystyvätkö oppijat säilyttämään sarjan iskevän dynamiikan luonteen, vaikka en demonstroisi liikkeitä vaan ne täytyisi

itse keksiä. Oppijat lähtivät tehtävään innokkaasti ja mielikuvituksellisesti keksien mitä erikoisempia tapoja toteuttaa sarjaa, kuitenkin onnistuen säilyttämään sarjan halutun dynaamisen laadun.

Viikolla 14 tehtävänanto oli sama, mutta oppijoiden muodostettua omat sarjansa niiden dynaamisine eroineen pyysin heitä kääntämään liikkeiden dynaamiset laadut päittäin. Eli jos sarjasta löytyi iskevä battement tendu jeté ja jatkuva relevé lent, täytyi dynamiikat kääntää toisin päin niin, että battement tendu jeté onkin jatkuva ja relevé lent iskevä. Tavoitteenani oli konkretisoida oppijoille dynaamisen vaihtelun tärkeyttä liikkeissä ja sitä, mikä vaikutus liikedyndamiikalla on liikkeeseen baletin kontekstissa.

Tehtävän jälkeen kysyin, miten liikkeiden kääntäminen ennalta suunnittelemaan dynamiikkaan onnistui. Vastaukset olivat yhtäläisesti sitä mieltä, että useiden liikkeiden kohdalla tämä oli haastavaa. Rond de jambe oli vaikeaa toteuttaa iskevästi, koska sen toteuttaminen jatkuvalla dynamiikalla on niin luonnollista. Pieniä hyppyjä oli vaikea muuttaa dynamiikaltaan jatkuvaksi, sillä liikettä ei kerkeä tekemään. Esille nousi jälleen painovoiman ilmiö. Ilmassa ei voi leijaila kovin kauan, koska painovoima tuo meidät alas.

Eri liikkeiden kokeilemisen avulla oppijat olivat sitä mieltä, että useat liikkeet ovat mahdollisia toteuttaa eri dynamiikoin, mutta baletissa ne toteutetaan tyypillisesti jollain tietyllä tavalla. Huomattiin myös, että liikkeen toteuttaminen sen epätyypillisellä dynamiikalla voi muuttaa liikkeen toiseksi liikkeeksi. Tämä ilmiö tapahtuu esimerkiksi aiemmin antamani relevé lent - ja battement tendu jeté -liikkeiden kohdalla. Nämä käytännössä ovat sama liike, mikäli niiden liikelaajuus suoritetaan samanlaisena, mutta liikkeen tunnistaminen kuitenkin onnistuu sille tyypillisen dynamiikan ansiosta.

Tällä viikolla teimme muutoksen edellisen viikon tapaan myös battement fondu -sarjaan. Sarjan loppuun tuli osuus, jossa oppijat saivat improvisoida itse erilaisia sarjan tyylille ominaisia liikkeitä. Tälläkin viikolla oppijat onnistuivat hienosti omassa improvisaatioissaan toteuttamaan sarjalle ominaista jatkuvaa liikedyndamiikkaa ja sen mahdollisuuksia monenlaisissa fondu -liikkeissä.

Viimeisellä viikolla pidimme toisen pidemmän keskustelutuokion, jossa kysyin oppijoilta tunteuksia improvisaatioharjoituksista. Useat oppijat olivat sitä mieltä, että improvisaatio on ollut kivaa. Aluksi se tuntui jännältä, mutta pian se alkoi olla rentoa ja enemmän innostavaa kuin jännittävää. Aloittaminen tuntui vaikealta, mutta improvisaatioon tottui nopeasti. Joissain

harjoituksissa oli haasteita, mutta oppijat kohtasivat haasteet mielenkiinnon ja innon kautta eivätkä tehtävät tuntuneet epämiellyttäviltä tai ahdistavilta. Suurin hyöty, mikä harjoituksista on jäänyt oppijoilla mieleen, on ajatuksen kohdistaminen johonkin tiettyyn teemaan. Oppijoiden mukaan on mielekkäämpää harjoitella sarjoja, kun voi kiinnittää huomiota esimerkiksi liikedynamiikkojen eroihin tai liikkeen suuntiin.

Keskustelutuokion lopuksi pyysin jokaista oppilasta mainitsemaan asian, minkä on improvisaatioharjoituksista oppinut. Sain vastauksia monenlaisista eri aiheista:

Olen oppinut tilan suunnat (kahdeksan suuntaa). Ymmärrän nyt eron jatkuvalle ja iskevälle liikkeelle ja tiedän, missä liikkeissä näitä dynamiikkoja hyödynnetään. Ymmärrän jatkuvan liikkeen ajatuksen siitä, että siinä ei ole taukoja ja osaan toteuttaa liikkeen. Olen ymmärtänyt, että takasuuntaan esimerkiksi battement tendue tehdessä täytyy käyttää keskivartalon lihaksia, että jalka menee kunnolla taakse ja vartalo ei käänny mukana. Huomasin, että iskevä liike täytyy tehdä aika selvästi, että se myös näyttää siltä.

Kaikille oppijoille suuntien käsitteet olivat ennestään tuttuja, mutta suurin osa kertoi dynamiikkojen olleen uusi asia. Dynamiikat ovat varmasti ilmiönä olleet läsnä tunneilla aiemminkin, mutta oppijat eivät ole ehkä osanneet kiinnittää niihin huomiota eikä tietoisesti harjoittaa niitä.

4.7 Yhteenveto opetuskokeilun tuloksista

Opetuskokeilun aikana saavutimme tavoitteen uuden oppimisesta improvisaatiotehtävien avulla. Uuden taidon täydellisen oppimisen määrittely on haastavaa, mutta koen oppimista tapahtuneen, sillä oppijat havaitsivat harjoitusten avulla kaksi harjoittelemaamme ilmiötä ja onnistuivat löytämään ilmiöiden ydinasioita toteuttaen niitä kehollisesti. Oppijat osasivat myös väli- ja loppukeskustelussa kertoa oppimiaan asioita, jotka liittyvät konkreettisesti improvisaatioharjoitusten avulla opettelemiimme asioihin. Kokeilussa ei ilmennyt piirteitä, jotka olisivat improvisaatio-opetusta vastaan. Improvisaation ja taidon oppimisen välillä ei näyttäytynyt negatiivista yhteyttä. Opetusmetodin hyödyt näyttäytyivät vaihtelevasti riippuen oppijasta.

Oppijoiden kehollisia kokemuksia tutkin kohdentamalla harjoitusten jälkeisiä kysymyksiäni kehollisiin aistimuksiin. Havaintoja omasta kehosta kuvailtiin pääosin adjektiivein. Kehossa tuntui hitaalta tai nopealta, jännittyneeltä tai rennolta, isolta tai pieneltä, pehmeältä tai kovalta ja niin edelleen. Jotkin oppijat kuvailivat kehon tuntemuksiaan mielikuvin. Jatkuvaa liikettä kuvailtiin tuntuvaksi siltä, kuin tanssisi pumpulissa tai pilvessä. Avoin ja kinesfääriin tanssittu liike rinnastettiin

mielikuvaan kirjasta. Kun kirja on auki, se on iso ja ulottuu kaikkialle ja kun se suljetaan, se on pieni ja litteä. Jotkin oppijat osasivat sanoittaa adjektiivikuvailun lisäksi kehollisten tuntemustensa syitä. Liike tuntui jäykältä ja raskaalta, koska lihakset ovat joutuneet työskentelemään enemmän. Avoin liike tuntui vapaalta, koska se tanssitaan kaukana kehon keskustasta. Suljettu liike tuntui rajoittavalta, koska ei voi liikkua tilassa niin paljon. Kehollisten havaintojen kuvailu lisääntyi opetuskokeilun edetessä, mutta on vaikeaa sanoa, johtuuko lisääntynyt kuvailu lisääntyneestä kehotietoisuudesta vai kehon ilmiöiden tietoiseksi tulemisesta. Mielestäni molemmat syyt ovat kehittyntä kehotietoisuutta. Se, että osaa nimetä kehon tuntemuksia ja esimerkiksi eritellä eri kehonosien kokemuksia, on kehittyntä kehotietoisuutta. Vaikka nämä keholliset kokemukset eivät olisi uusia, ovat ne nyt tulleet oppijoiden tietoisuuteen.

En erikseen tutkinut kehotietoisuuteen liittyvää kinesteettisen empatian ilmiötä, mutta tiedostin ilmiön olemassaolon ja kehitysmahdollisuuden kokeilun aikana. Kinesteettinen empatia on varmasti tiedostamatta kehittynyt tai herännyt oppijoiden tietoisuuteen. Ilmiön toteutumiseksi omat keholliset kokemukset ja tietoisuus kehosta ovat tärkeitä (Gonzalez, 2019.) Kokeilussa olemme keskustelleet ja pohtineet kehon tuntemuksia eri liikkeissä sekä tuntemusten vaihtelua oppilaiden välillä eli lisänneet kehollisia kokemuksia ja tietoisuutta omasta sekä muiden kehoista. Näin olen mahdollistanut kinesteettisen empatian käyttöä, vaikka en sen kehittymistä varsinaisesti tutkinut.

Eräs kriteerini opetusmetodin toimivuuteen oli oman kehon kautta opitun taidon siirtovaikutus muihin balettiharjoituksiin. Kriteeri täyttyi osittain, sillä oppijat osaavat nyt hyödyntää uutta taitoa tunnilla, jos muistutan heitä siitä. Taito ei siis ole vielä automaattisen toteutuksen tasolla. Oppijat osaavat tunnistaa balettiarjoissa tyypillisesti esiintyviä liikedyneamiikkoja sekä vaikkapa aukikierrolle haasteellisia liikkeitä. Oppijat esimerkiksi osaavat kertoa, että rond de jambe -sarjan aikana aukikierron säilyttäminen on haasteellista, koska jalka pitäisi voida pitää aukikierrossa myös jalan mennessä taakse. Uusien opittujen ilmiöiden yhteys muuhun tanssitunnin sisältöön on siis ymmärretty, mutta sitä ei täysin vielä osata oma-aloitteisesti toteuttaa.

Syyskaudella lomapäivien ja sairastapausten ajoittuminen aiheutti sen, että liikesuuntien harjoitteluun käytimme yhteensä kahdeksan viikkoa ja liikedyneamiikkojen harjoitteluun kuusi viikkoa. Harjoittelumäärän epätasaisuus ei kuitenkaan vaikuttanut tuloksiin. Liikedyneamiikat olivat oppijoille helpommin sisäistettävissä oleva ilmiö, joten tämän ilmiön pienemmällä harjoittelumäärällä ei todennäköisesti ollut vaikutusta dynaamisten ilmiöiden oppimiseen.

5 POHDINTA

Tässä opinnäytetyössä tutkin improvisaatiota opetusvälineenä taitojen opettelussa. Pohdin, voiko tanssi-improvisaation avulla oppia tai syventää jo oppimaansa liikedynamiikkojen ja -suuntien ilmiöistä. Tarkastelin keskustelutuokioiden avulla sitä, millaisia kehollisia tuntemuksia oppijoilla herää improvisaatioharjoitusten yhteydessä. Lisäksi tutkin sitä, onnistuuko oppija siirtämään tunnin alussa opitun uuden ilmiön tanssitunnin muihin harjoituksiin.

5.1 Päätelmät

Heti opetuskokeilun jälkeen pidin taukoa improvisaatioharjoituksista. Valintani oli jättää tehtävät pois hetkeksi, jotta näen, onko tauolla ollut vaikutusta, kun palaamme niiden pariin kevään kuluessa. Tämän seurauksena oppijat alkoivat kysellä, miksi emme enää tee kivoja alkulämmittelytehtäviä. Viikkojen edetessä oppijat myös alkoivat itse ehdottaa improvisaatiota toteutettavaksi tiettyjen harjoitusten kohdalla. Mielekästä oppijoille on se, jos jokin tanssitunnin sarja sisältää osuuden, jossa voi itse improvisoida liikettä sarjan tyylille ominaisesti. Tätä pidänkin ehkä opetuskokeiluni tärkeimpänä tuloksena. Useat oppijat aidosti pitivät improvisaatiotehtävistä ja jäivät kaipaamaan harjoituksia.

On vaikeaa havainnoinnin perusteella sanoa, nauttivatko kaikki oppijat improvisaatiosta. Keskustellessamme tehtävistä kenenkään ei ollut pakko puhua, joten joidenkin oppijoiden kommentit jäivät vähäisiksi. Toiset oppijat lähtivät harjoituksiin mukaan innokkaammin ja kokeilivat erilaisia liikkeellisiä mahdollisuuksia monipuolisemmin kuin toiset. Kaikki oppijat kuitenkin liikkuivat harjoitusten aikana tehtävän ohjeiden mukaisesti. Kaikki oppijat myös toteuttivat balettisarjoissa avainsanojeni mukaisia korjauksia. Päätelen siis, että myös hiljaisemmat oppijat olivat onnistuneet luomaan kehollisia kokemuksia uusista ilmiöistä improvisaation avulla.

Havainnointini perusteella mielekkyyteen vaikutti valintani harjoittaa improvisaatiota alkulämmittelynä. Tanssinopettajana haluaisin toteuttaa improvisaation yhdistämistä balettituntiin siten, että improvisaatiota ei irrotettaisi tanssitunnin muusta sisällöstä. Kokeilin aluksi tätä toimintatapaa, mutta se ei toiminut. Improvisaatioon tottumattomalle tanssijalle hyödyt tulevat ehkä

paremmin esille, kun improvisaatiota pidetään osittain erillisenä muista harjoituksista siten, että se toteutuu tanssitunnilla aina tietyssä vaiheessa. Tässä tapauksessa alkulämmittelynä.

Opetuskokeiluni vahvisti omaa ennakoajatustani siitä, että improvisaation harjoittaminen balettitunneilla on hyödyllistä ja sitä kannattaa jatkuvana opetusmetodina toteuttaa. Harjoittamisen ei tarvitse olla niin tiivistä, kuin se oli kokeiluni aikana. Aion pitää kokeilun aikana tehtyjä harjoituksia mukana balettitunneilla ja katsoa kehittyvätkö taidot pidemmälle ja voisivatko taidot siirtyä tutuissa liikkeissä jo automaation tasolle.

5.2 Lopputuloksiin vaikuttaneet havainnot kohderyhmästä

En lähtökohtaisesti ole kiinnittänyt opetuskokeilussani huomiota opetusryhmieni homo- tai heterogeenisyyteen, vaan olen havainnoinut kaikkia oppijoita samasta lähtökohdasta. Ymmärsin jo kokeilun alussa, että oppijaryhmät ovat melko heterogeenisiä, mutta koin tämän yksilöllisen opetukseni arvojen mukaiseksi tässä opetuskokeilussa. Erot ryhmän sisällä kuitenkin vaikuttivat kokeiluni tuloksiin. Suurin tuloksiin vaikuttanut oppijoiden välinen ero oli ikä.

Kokeiluni improvisaatioharjoitusten hyödyt tulivat konkreettisemmin esille vanhemmilla oppijoilla, jotka osasivat hahmottaa omaa kehoa ja sen toimintaa sekä erottivat sen toisen oppijan tai opettajan kehosta. Vanhemmilla oppijoilla erilaisten ilmiöiden yhteen linkittäminen tässä tapauksessa toimi myös paremmin.

Vanhemmat oppijat osasivat kertoa kehollisista ilmiöistä vapaasti, mutta nuoremmille kehollisten kokemusten sanoittaminen oli haastavaa, ja he tarvitsivat enemmän suoria kysymyksiä aiheesta. Tärkeää näissä hetkissä oli valintani siitä, että kerään tietoa avoimen keskustelun kautta. Vanhempien oppijoiden havainnot kehollisista kokemuksista herättivät havaintoja myös nuoremmilla oppijoilla ja täten vanhemmat oppijat auttoivat omalla esimerkillään ryhmän nuorimpia pohtimaan ilmiöitä.

Oli vaikeaa havainnoida kehotietoisuuden kehittymistä nuorten oppijoiden osalta, joille kehollisten kokemusten sanoittaminen oli haasteellista. Voi olla, että kehotietoisuus heissä kehittyi näiden harjoitusten avulla, mutta he eivät sitä osanneet vielä täysin kuvailla. Olen kuitenkin varma, että kehotietoisuuden lisäämisen harjoittelu improvisaatiotehtävien avulla ei ole oppijoille haitallista,

vaikka se ei heille ehkä tässä hetkessä optimaalisinta olisikaan. Onhan mahdollista, että he, jotka tässä opetuskokeilussa ovat olleet mukana nuorena, saavat tästä hyvän pohjan oman kehon tuntemisen kehittämiseen. Myöhemmin he osaavat tätä kokemusta ja sen aiheuttamia muutoksia kenties eri tavoin hyödyntää, kuin ne oppijat, jotka vanhempana ensimmäistä kertaa päätyvät improvisaation pariin.

län lisäksi vaikuttava tekijä improvisaation luontevuuteen oli oppijan status ryhmässä. Ryhmässä oli useita jo ennestään muodostettuja kaveruussuhteita. Nämä kaveriporukat lähtivät toistuvasti innoissaan ja avoimin mielin tutkimaan liikettä improvisaatioharjoituksissa. Ryhmässä oli muutamia oppijoita, jotka eivät olleet kenties vakiinnuttaneet rooliaan ryhmässä. Näille oppijoille kynnyks toteuttaa omaa liikettä oli havaintojeni perusteella haasteellisempaa. Ryhmän kaverukset saattoivat lähteä tutkimaan asioita hauskuutellen ja jopa pelleillen, kun taas kaveriporukoiden ulkopuoliset oppijat lähtivät harjoitukseen varautuneemmin. Tästä huolimatta kaikki oppijat harjoittelivat fyysisesti ja kommentoivat tuntemuksiaan. Uskon, että oppijat, jotka rohkeammin kokeilivat kehollisia vaihtoehtoja, kerryttivät enemmän kehollista kokemusta ja uutta tietoa.

5.3 Kehityskohteita ja jatkotutkimusta

Opetuskokeilun kesto koitui haasteeksi taidonoppimisen havaitsemisessa. 14 viikkoa kestänyt kokeilu oli riittävän pitkä oppimisprosessin käynnistymiseen, mutta oppimisen lopputulos ei tullut vielä esille. Joiltain osin tavoitteeni olivat liian kunnianhimoisia opetuskokeilun aikaan nähden.

Tällainen tavoite oli esimerkiksi improvisaatio-opetusmetodin toimivuuden kriteerinä pitämäni taidon siirtovaikutuksen toteutuminen. Välitavoite prosessiin olisi ollut tarpeen. Tehdessämme esimerkiksi keskilattialla adagio -harjoitusta saatoin muistuttaa liikkeen olevan avointa liikettä. Tällöin oppijat alkoivat tanssittaa raajojaan enemmän kohti kinesfääriä ja tanssivat selkeämmin läpi raajojen suunnat. Plié -sarjaa tehdessä saatoin opastaa oppijoita jatkuvaan liikkeeseen, jolloin he toteuttivat koko kehollaan sitkeämpää ja tasaisempaa, jatkuvan liikedyneamiikan mukaista liikettä.

Avainsanoja käyttämällä sarjojen aikana sain muistuteltua oppijoille sarjan oleellisia piirteitä liikesuuntiin ja -dynamiikkoihin liittyen. Opetuskokeilun keston vuoksi en ole vielä saanut vastausta siihen, voisiko pidemmän ajan kuluessa nämä taidot luonnollisesti näyttäytyä oppijoiden liikkeissä ilman muistuttamista. Uskon, että systemaattinen avainsanojen liittäminen tiettyihin liikkeisiin

auttaa oppijaa luomaan tottumuksen siitä, miten liike toteutetaan. Tällöin ilmiöt osataan liittää liikkeeseen tiedostamatta. Ehkä prosessi siirtovaikutuksen itsenäiseen onnistumiseen voisi olla seuraava:

1. Improvisaation avulla opittu uusi kehollinen taito
2. Uutta taitoa kuvaavan avainsanan muodostaminen
3. Avainsanan systemaattinen käyttö liikkeiden aikana
4. Oppijan tiedostamaton tottumus liittää tietty avainsana tiettyyn liikkeeseen

Tutkimuskohteenani oli kaksi taitoa: liikedynamiikat ja liikesuunnat. Kokeilun aikaan nähden yksi taito olisi ollut riittävä. Valitsemani kaksi ilmiötä ovat monimuotoisia, ja minun oli rajattava ilmiöt tarkasti. Jos olisimme keskittyneet vain yhteen ilmiöön, olisi harjoittelua voinut syventää. Syventämällä harjoittelua ja kiinnittämällä huomiota vielä suppeampaan aihealueeseen, olisimme ehkä päässeet tavoitteeseen taidon siirtovaikutuksesta. Nyt uutta asiaa oli oppijoilla kenties niin paljon, että kaiken juurtuminen kehoon yhtä aikaa oli haasteellista. Tärkeää kokeilussa oli ilmiöiden harjoittelun vuorottelu, mutta tämän vuorottelun olisi voinut toteuttaa esimerkiksi käyttämäni kahden liikedynamiikan välillä.

Kontrolliryhmän hyödyntäminen kokeilussa olisi ollut tutkimustulosten kannalta mielenkiintoista. Kokeilussani oli kaksi ryhmää, mutta ryhmäkoot olivat epäsuhteiset, joten en voinut ottaa toista ryhmää kontrolliryhmäksi. Mielenkiintoista olisi ollut nähdä, miten oppimistulokset eroavat, jos opetan samaa ilmiötä toisessa ryhmässä improvisaation avulla ja toisessa ryhmässä baletin perinteisen opetustyylin, opettajan mallintamisen avulla. Tällöin tärkeä kehotietoisuuden kehittymisen ilmiö olisi vaatinut paljon pohdintaa. Miten voisin opettaa kehotietoisuutta liikkeen mallintamisen kautta? Olisiko tällöin täytynyt hyödyntää enemmän sanallista opetusta ilmiöstä?

Pohdin opinnäytetyöprosessin alussa sitä, mihin ilmiöön haluan improvisaation opetuksen kohdentaa. Päädyin taidonoppimiseen, sillä se on konkreettinen osa baletin harjoittelua. Jo alkuvaiheessa pohdin vaihtoehtoa tutkia oppijaryhmän ryhmäytymistä improvisaation avulla. Opetuskokeiluni tulokset osoittivat, että improvisaation harjoittelu vaatii ryhmän sisäisen dynamiikan turvallisuutta. Oppijat, jotka olivat paremmin löytäneet paikkansa ryhmässä, harjoittelivat ennakkoluulottomammin ja rohkeammin kuin he, jotka olivat kenties uusia ryhmässä. Turvallisuuden voisi uskoakseni saavuttaa improvisaatioharjoitusten avulla harjoitusten toimiessa ryhmäytymismenetelmänä. Improvisaation hyödyntäminen ryhmäytymismenetelmänä kiinnostaa minua ja jatkotutkimus tämän aiheen parissa on mahdollista.

LÄHTEET

Anttila, Eeva 2005. ”Tanssin, siis ajattelen”: Pohdintoja tanssista, oppimisesta ja kehotietoisuudesta. Teoksessa Taidon ja taiteen luova voima: Kirjoituksia 9–12- vuotiaiden lasten taito- ja taidekasvatuksesta (toim. Seija Karppinen, Inkeri Ruokonen & Kari Uusikylä). Helsinki: Finn lectura, 71–84.

Anttila, Eeva 2006. Tanssin mieli. Teoksessa Taide- ja taitoaineiden opetuksen merkityksiä. (toim. Ritva Jakku-Sihvonen). Helsinki: Teatterikorkeakoulu, 60–75.

Anttila, Eeva 2009. Kehollinen tieto ajattelun ja oppimisen perustana. Aikuiskasvatus 2/2009. Hakupäivä 27.9.2022 <https://journal.fi/aikuiskasvatus/article/view/94179/52857?acceptCookies=1>.

Anttila, Eeva 2011. Taiteen tieto ja kohtaamisen pedagogiikka. Teoksessa Taiteen jälki: Taidepedagogiikan polkuja ja risteyksiä. (toim. Eeva Anttila). Helsinki: Teatterikorkeakoulu, 151–174. Hakupäivä 30.9.2022 https://taju.uniarts.fi/bitstream/handle/10024/7000/TeaK_40.pdf?sequence=1.

Anttila, Eeva 2022. 4.2 Kokemuksellinen oppiminen. Teoksessa Ihmis- ja oppimiskäsitykset taideopetuksessa. 58. Teatterikorkeakoulun julkaisusarja. Taideyliopiston Teatterikorkeakoulu. Hakupäivä 18.9.2022 <https://disco.teak.fi/anttila/4-2-kokemuksellinen-oppiminen/>.

González, Luisa F Barrero 2019. Dance as therapy: embodiment, kinesthetic empathy and the case of contact improvisation. Adaptive Behaviour 27 (1). Hakupäivä 3.10.2022 <https://journals.sagepub.com/doi/epub/10.1177/1059712318794203>.

Hämäläinen, Soili 2007. The Meaning of Bodily Knowledge in a Creative Dance-Making Process. Teoksessa Ways of Knowing in Dance and Art (toim. Leena Rouhiainen). Teatterikorkeakoulu: Acta Scenica 19, 56–78. Hakupäivä 20.2.2023 https://taju.uniarts.fi/bitstream/handle/10024/6077/Acta_Scenica_19.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Kauppila, Heli 2012. Avoimena aukikiertoon -Opettajan näkökulma kokonaisvaltaiseen lähestymiseen baletinopetuksessa. Acta Scenica 30. Teatterikorkeakoulu. Väitöskirja. Hakupäivä 2.9.2022

https://taju.uniarts.fi/bitstream/handle/10024/6059/Acta_Scenica_30.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Kauppila, Reijo 2007. Ihmisen tapa oppia. Johdatus sosiokonstruktivistiseen oppimiskäsitykseen. Opetus 2000. Jyväskylä: PS-kustannus.

McLeod, Saul 2023. Kolb's Learning Styles And Experiential Learning Cycle. Simply psychology. Hakupäivä 7.3.2023. <https://simplypsychology.org/learning-kolb.html#The-Experiential-Learning-Cycle>

Parviainen, Jaana 2002. Kinesteettinen empatia. Teoksessa Kokemuksia (toim. Leila Haaparanta & Erna Oesch). Acta Philosophica Tampere Vol. 1. Tampere: Tampere University Press, 325-357.

Reeve, Justine 2011. Dance Improvisations. Warm-Ups, Games and Choreographic tasks. USA: Human Kinetics

Rigacci, Ada 2022. Student-Centered Learning: The Ultimate Guidebook. Europass: Teacher Academy. Hakupäivä 22.3.2023 <https://www.teacheracademy.eu/blog/student-centered-learning/>

Rouhiainen, Leena 2011. Fenomenologinen näkemys oppimisesta taiteen kontekstissa. Teoksessa Taiteen jälki- Taidepedagogiikan polkuja ja risteyksiä (toim. Eeva Anttila). Helsinki: Teatterikorkeakoulu, 75–94.

Salosaari, Paula 2001. Multiple Embodiment in Classical Ballet. Acta Scenica 8. Väitöskirja. Helsinki: Teatterikorkeakoulu.

Tynjälä, Päivi 1999. Oppiminen tiedon rakentamisena- Konstruktivistisen oppimiskäsityksen perusteita. Helsinki: Kirjayhtymä.

Ylitalo, Silja 2021. "Kehollisuutemme kautta olemme yhteydessä toisiin" – Kehollinen tieto lisää ymmärrystä maailmasta, ja se voi auttaa myös ekokriisin hillitsemisessä. Taideyliopisto. Hakupäivä 27.2.2023 <https://www.uniarts.fi/artikkelit/ilmiot/kehollisuutemme-kautta-olemme-yhteydessa-toisiin-kehollinen-tieto-lisaa-ymmarrysta-maailmasta-ja-se-voi-auttaa-myos-ekokriisin-hillitsemisessa/>

Ylönen, E. Maarit 2004. Sanaton dialogi. Tanssi ruumiillisena tietona. Studies in sport, physical education and health. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Hakupäivä 27.2.2023 <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/37836/951391772X.pdf?sequence>