

Venla With

Tanssi-ilmaisun opetus balettitunnilla

Tanssi-ilmaisun opetus balettitunnilla

Venla With
Opinnäytetyö
Kevät 2022
Tanssinopettajan tutkinto-ohjelma
Oulun ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu
Tanssinopettajan tutkinto-ohjelma, baletin suuntautumisvaihtoehto

Tekijä: Venla With

Opinnäytetyön nimi: Tanssi-ilmaisun opetus balettitunnilla

Työn ohjaajat: Anni Heikkinen, Petri Hoppu ja Heli Kuula

Työn valmistumislukukausi ja -vuosi: Kevät 2022

Sivumäärä: 24 + 1

Tutkin opinnäytetyössäni pedagogisen projektin avulla tanssi-ilmaisun opetuksen mahdollisuuksia perinteisellä balettitunnilla. Tutkimukseni pedagogiseen projektiin osallistui Oulu Dance Academyn baletti 6 –ryhmä, joiden kanssa teimme balettitunneilla tanssi-ilmaisun harjoituksia syksyn 2022 ajan. Jaoin harjoitukset kolmeen kategoriaan: improvisaatioon, vuorovaikutukseen sekä mielikuviiin. Halusin tutkia, minkälaiset tanssi-ilmaisun harjoitteet edistävät oppijoiden tanssi-ilmaisun osaamista, sillä kokemukseni mukaan ilmaisun opetus balettitunneilla on hyvin vähäistä.

Tutkimukseni ajan kirjoitin harjoitteiden toimivuudesta sekä balettitunnin kulusta päiväkirjaa. Pedagogisen projektini tanssijoille teetin kirjallisen kyselyn syksyn 2022 lopussa. Käytän näitä molempia aineistoja tutkimuskysymykseeni vastatessani.

Opinnäytetyöni tavoitteena on löytää perinteisellä balettitunnilla tehtäviä ja siihen helposti yhdistettäviä tanssi-ilmaisun harjoituksia, jotka edistävät tanssijoiden tanssi-ilmaisun osaamista. Tutkimuksessa selvisi, että tanssi-ilmaisun harjoitteet ovat hyödyllinen ja tervetullut lisä balettitunnille. Erityisesti improvisaatioharjoitukset edistivät tanssijoiden tanssi-ilmaisun osaamista. Vuorovaikutusharjoitukset taas vapauttivat balettitunnin ilmapiiriä, jonka takia tanssijat heittäytyivät rohkeammin ilmaisuharjoituksiin. Mielikuvaharjoituksilla ei tutkimuksen mukaan ollut suurta vaikutusta tanssi-ilmaisun kehittymiseen.

Tutkimuksen myötä selvisi myös, että tanssi-ilmaisun harjoitteet ovat helposti yhdistettävissä balettitunnin perinteiseen kaavaan. Kannustan baletinopettajia lisäämään tunneilleen tanssi-ilmaisun harjoitteita oppilaidensa itsevarmuutta, ilmaisukykyä ja esiintymistä tukeakseen.

Asiasanat: Baletti, tanssi-ilmaisu, baletin opetus, improvisaatio, vuorovaikutus, mielikuvat

ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences
Degree Programme in Dance Teacher Education, Option of Ballet

Author: Venla With

Title of thesis: Teaching body expression in ballet class

Supervisors: Anni Heikkinen, Petri Hoppu and Heli Kuula

Term and year when the thesis was submitted: Spring 2022

Number of pages: 24 + 1

In my thesis, I am researching possible ways to teach body expression in a traditional ballet class with the help of pedagogical project. Oulu Dance Academy's ballet 6 group took part in my project. With them, we did body expression exercises in ballet class during the fall of 2022. I divided the exercises in three different categories: improvisation, interaction, and images. I wanted to research what kind of body expression exercises develop the dancers' ability to do body expression. In my experience, teaching body expression in ballet class is very limited.

During my research I wrote a diary about how the exercises were working and about our ballet class structure. At the end of my project in the fall of 2022, I conducted an inquiry for the students. I will be using both the diary and the inquiry when answering my research question.

The objective of my thesis is to find body expression exercises to do in a traditional ballet class that develop the dancers' ability to do body expression. In the research, I found out that the body expression exercises are a useful and welcomed addition to the ballet class. Especially the improvisation exercises developed the ability to do body expression in my students. The interaction exercises relaxed the atmosphere of the ballet class, and for that reason the dancers were more courageous to do the body expression exercises. According to the research, the image exercises did not have much effect in developing the ability of body expression.

In the research, I also clarified that body expression exercises are easy to combine with a traditional ballet class. I encourage ballet teachers to add body expression exercises to their ballet classes to support their students' ability to express themselves, build confidence, and perform better.

Keywords: Ballet, body expression, ballet teaching, improvisation, interaction, images

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	6
2	TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT	7
3	BALETTITUNNIN PERINTEET JA TANSSI-ILMAISU	8
3.1	Balettitunti ja sen perinteet	8
3.2	Tanssi-ilmaisu	10
4	PEDAGOGINEN PROJEKTI	12
4.1	Osallistujat.....	12
4.2	Harjoitteet.....	13
4.3	Kysely.....	16
4.4	Kyselytutkimuksen tulokset	17
4.5	Päiväkirja.....	18
5	JOHTOPÄÄTÖKSET	19
6	POHDINTA	22
	LÄHTEET.....	24
	LIITE	25

1 JOHDANTO

Opinnäytetyössäni tutkin tanssi-ilmaisun opettamista perinteisellä balettitunnilla. Koen, että balettitunneilla ei useinkaan opeteta ilmaisemaan tanssin avulla, vaan keskitytään ennemminkin baletin tekniikan hiomiseen sekä uusien fyysisten taitojen opetteluun. Oman kokemukseni mukaan tanssi-ilmaisuun kiinnitetään huomiota baletin parissa yleensä ainoastaan esiintymistilanteissa ja silloinkin vain pyydetään tanssijaa hymyilemään ennen lavalle astumista. Tästä syystä halusin tutkia, millä tavoin ilmaisuharjoitteita voisi tuoda osaksi balettituntia sekä sen perinteistä kaavaa.

Tutkimukseni tarkoituksena on löytää tanssi-ilmaisua kehittäviä harjoituksia tehtäväksi balettitunneille, jotta ilmaisua tulisi harjoiteltua jo tavallisilla balettitunneilla, eikä se olisi vain pakollinen osa esiintymistä. Haluan opettaa ilmaisua oppilaiden omista lähtökohdista sekä kehollisista tuntemuksista lähtökohdin. Minulle on tärkeää, että ilmaisuharjoitteet tuntuvat tanssijoista miellyttäviltä. Uskon, että harjoitteiden mielekkyys vaikuttaa vahvasti myös niiden toimivuuteen ja tanssijan tanssi-ilmaisun kehittymiseen.

Opinnäytetyöni pedagogisen projektin tanssijoina toimivat oululaisen balettikoulun, Oulu Dance Academyn baletti 6 –ryhmä, joka koostuu viidestä 13–14 vuotiaasta nuoresta sekä kahdesta täysikäisestä tanssijasta. Melkein kaikilla ryhmän tanssijoilla oli jo vahva balettitausta. Opetin ryhmää syksyn 2022 ajan kerran viikossa. Ryhmälle ilmaisuharjoitteet yhdistettynä balettituntiin olivat vieraita, joten pyrin tekemään harjoitukset balettitunnin kaavaan sopiviksi, jotta ne olisivat helpommin lähestyttäviä.

Pedagogisessa projektissani jaoin tanssi-ilmaisun harjoitteet kolmeen eri osa-alueeseen: improviisaatioon, vuorovaikutukseen sekä mielikuviin. Käsittelimme tunneilla yhtä osa-aluetta neljästä viiteen kertaa. Jokaisessa harjoituskokonaisuudessa lähdimme liikkeelle matalamman kynnyksen ilmaisuharjoitteista ja siirryimme tuntien kuluessa hieman haastavampiin sekä enemmän rohkeutta vaativiin harjoituksiin. Pedagogisen projektini tutkimusaineistona toimivat päiväkirja, jota kirjoitin projektini aikana sekä kysely, jonka teetin projektin osallistujille syksyn 2022 lopussa.

Tutkimuskysymykseni on, millaiset tanssi-ilmaisun harjoitteet edistävät oppijan tanssi-ilmaisun osaamista. Otan kysymykseen kantaa omasta näkökulmastani opettajana sekä opinnäytetyöni tanssijoiden näkökulmasta heille tehdyn kyselyn pohjalta.

2 TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT

Kiinnostukseni tutkimukseni aiheeseen on lähtöisin omista kokemuksistani baletin harrastamisen parissa. Koen, että balettitunneilla keskitytään vahvasti baletin tekniikan sekä fyysisten taitojen opettamiseen ja tanssi-ilmaisun opetus sivuutetaan lähes kokonaan. Oman kokemukseni mukaan tanssi-ilmaisuun, eli kasvojen ilmeisiin sekä keholliseen ilmaisuun, kiinnitetään baletin parissa huomiota vain esiintymistilanteissa, eikä oppijoita varsinaisesti opeteta esiintymislavalla ilmaisuun, vaan pyydetään esimerkiksi hymyilemään juuri ennen lavalle menoa. Mielestäni ilmaisu on kuitenkin esiintymisessä yhtä tärkeää, ellei tärkeämpääkin kuin fyysinen suoritus.

Gretchen Ward Warren listaa teoksessaan *Classical Ballet Technique* balettiin, tanssitunnille sekä esiintymiseen, sopivia ja epäsoivia kasvojen ilmeitä sekä pään asentoja. Warren korostaa, että silmien tulee olla aina eloisat ja fokuoituneet johonkin tai muuten yleisölle välittyä tanssijasta epä-mukava tunne. (Warren 1989, 24.) Vaikka kirjan ohjeet ilmeisiin ja pään asentoihin ovat tarkat, pyytää se kuitenkin välttämään ”päälle liimattuja” ilmeitä.

Jos ilmaisu ei siis saisi olla päälle liimatun oloista, miksi ilmaisua sitten opetetaan valmiiden, ennalta määrättyjen katseiden avulla? Mielestäni ilmaisun opetuksen lähtökohtana tulisi olla oppijoiden omat tuntemukset, joiden kautta tanssija tuntee ja ilmaisee tanssiaan. Tanssi-ilmaisun oppimisen täytyy siis olla lähtöisin oppijoista itsestään.

Baletin harrastajille tanssi-ilmaisua opettaessa on mielestäni tärkeää, että opetus tapahtuu juuri balettitunnilla eikä erillisessä tilanteessa. On tärkeää, että ilmaisu saadaan yhdistettyä nimenomaan baletin taitojen harjoittelun rinnalle, jolloin uskon ilmaisemisesta tulevan helpompaa ja luonnollisempaa baletin parissa. Lisäksi koen tarpeelliseksi yhdistää tanssi-ilmaisun harjoittelun tavallisen balettitunnin kaavaan, jolloin tunnin rakenne ei rikkoudu ja oppija kykenee yhdistämään ilmaisun sekä baletin fyysisten taitojen harjoittamisen. Baletinopetuksen maailma tarvitseekin mielestäni fyysisten taitojen opetuksen rinnalle jatkuvaa tanssi-ilmaisun opetusta.

3 BALETTITUNNIN PERINTEET JA TANSSI-ILMAISU

Tässä luvussa esittelen opinnäytetyössä käyttämäni keskeiset käsitteet. Kerron perinteisen balettitunnin rakenteesta ja perinteistä sekä avaan hieman, millä tavoin opettamani balettitunnit poikkeavat perinteisestä kaavasta. Lisäksi avaan tanssi-ilmaisun termiä sekä sitä, miksi ilmaisua on tärkeää opettaa balettitunneilla.

Olen valinnut avata kirjallisesti balettituntia ja sen perinteitä, sillä pedagogisen projektini yhtenä tavoitteena on lisätä tanssi-ilmaisun harjoitteita juuri balettitunnin perinteiseen kaavaan. Lisäksi tarkoitukseni on osoittaa, että balettitunnille eivät ilmaisuharjoitukset perinteisesti kuulu.

Tanssi-ilmaisun termi on opinnäytetyössäni keskeinen. Olen kuitenkin rajannut tanssi-ilmaisun harjoitteet kolmeen kategoriaan: improvisaatioon, vuorovaikutukseen sekä mielikuviin. Kerron näistä kategorioista myöhemmin lisää luvussa neljä.

3.1 Balettitunti ja sen perinteet

Balettitunti koostuu perinteisesti tankotyöskentelystä, keskilattiatyöskentelystä, hypyistä sekä lopun *révérence*-harjoituksista. Balettitunnin yleinen kesto on 90 minuuttia, joka jaetaan perinteisesti kolmeen osaan. Tangossa sekä keskilattialla tehtäville harjoituksille varataan saman verran aikaa ja hypyille jätetään tunnista 20 minuuttia. (Warren 1989, 77–79.)

Tankosarjojen tarkoitus on pääasiallisesti lämmittää ja valmistaa kehoa keskilattialla tehtäviä harjoituksia varten. Tangossa tehtävien harjoitusten järjestys on suunniteltu sen mukaan, että pienemmät, kehoa lämmittävät liikkeet suoritetaan aluksi ja tankosarjojen loppua kohti harjoitukset muuttuvat liikelaadultaan suuremmiksi sekä teknisesti haastavammiksi. Keskilattiasarjat alkavat harjoituksilla, jotka totuttavat tanssijan kehon painonsiirtoihin ja tanssimiseen ilman tangon antamaa tukea. Keskilattialla toteutettavista sarjoista siirrytään hyppyihin, jotka aloitetaan pienemmistä ja nopeammista hypyistä, jonka jälkeen vuorossa on keskisuuret sekä suuret hyppyt. Lopuksi toteutetaan vielä pieniä hypyjä kehon jäähdyttelemiseksi sekä tanssitaan *révérence*, jolla ikään kuin kiitetään kuluneesta tunnista. (Warren 1989, 78–79.)

Omilla opettamillani balettitunneilla olen lisännyt yllä mainitun perinteisen balettitunnin sisältöön liikkuvat harjoitukset. Balettituntini rakentuvat tankosarjoista ja keskilattiasarjoista, jotka sisältävät hyppyä ja piruetit sekä nurkasta nurkkaan tehtävistä liikkuvista harjoituksista. Pyrin jakamaan ajan käytön balettitunneillani niin, että ensimmäinen puolisko tunnista käytetään tankosarjoihin ja loput tunnista tanssitaan muita harjoituksia. Balettitunnin perinteistä rakennetta ja sisältöä tarkasteltaessa on kuitenkin hyvä muistaa, että jokaisen tunnin rakenne sekä sisältö vaihtelevat opettajan sekä tunnin tavoitteiden mukaan.

Balettitunneilla siis keskitytään usein vahvasti keholliseen tekemiseen. Ensin lämmitetään kehoa, jotta se pystyisi vaativimpiin suorituksiin. Tämän jälkeen harjoitellaan haastavampia liikkeitä ja lopuksi keho jäähdytetään ja kiitetään tunnista. Kehon hyvinvointi ja turvallinen fyysinen tanssiminen ovat siis balettitunnin peruspilareita. Mielestäni turvallisen tekemisen tulisi ylettyä fyysisen tekemisen yli myös turvalliseen ilmapiiriin, jolloin tanssi-ilmaisun harjoittelusta tulee mahdollisesti helpommin lähestyttävää. Opettamillani balettitunneilla pyrin keskittymään sekä fyysiseen että henkiseen turvallisuuteen ja turvallisen ilmapiirin luomiseen.

Balettitunnin perinteisiin kuuluu kuitenkin fyysisen tekemisen lisäksi perinteinen tapa käyttäytyä ja olla läsnä tunnilla. Warren kertoo teoksessaan *Classical Ballet Technique* balettitunnin perinteisestä etiketistä. Asianmukainen balettitunnin etiketti on olennainen osa baletin harjoittelua. Oppilaiden on tärkeää pysyä tunneilla heille määrättyllä paikalla, kuten tangossa, riveissä keskilattialla ja ryhmissä. Balettitunnilla ei ole hyväksyttävää syödä, juoda, istua, puhua, nojata seinään tai vaellella ulos luokasta. Jos oppilas on myöhässä tunnilta, hänen ei tulisi osallistua kyseiselle balettitunnille ollenkaan. Tanssijoiden ei saa sallia lopettaa harjoituksia kesken, paitsi loukkaantumisen sattuessa. Oppilaan ei tulisi koskaan kyseenalaistaa opettajan auktoriteettia tunnilla vaan keskustella opettajan kanssa kahden kesken tunnin jälkeen. (Warren 1989, 369–370.) Balettitunnit ovat siis hyvin ennalta käsikirjoitettuja ja tanssijoilta odotetaan tietynlaista käyttäytymistä. Tällaiseen perinteeseen tuntikäyttäytymiseen ei oikein ole mahdollista liittää improvisaatiota, vuorovaikutusta tai mielikuvia.

Opettamillani balettitunneilla en noudata näitä kaikkia yllä mainittuja sääntöjä. Tietysti omalla paikalla pysyminen on jo tunnin turvallisuuden kannalta tärkeää. Harjoituksen kesken lopettaminen ilman pätevää syytä tai luokasta ulos vaeltaminen kesken balettitunnin ei ole mielestäni ole kohte-

liasta muita tanssijoita tai opettajaa kohtaan. Näistä säännöistä pyrin siis pitämään tunneillani itsekin kiinni. Sen sijaan tunnilla juominen tai myöhässä saapuminen eivät ole kiellettyjä balettitunneillani. Keskustelu ja vuorovaikutus taas ovat mielestäni tärkeä osa balettituntia ja oppimista.

Balettitunneilla opettaja nähdään siis auktoriteettina, jonka tietoa ei tulisi ainakaan julkisesti kyseenalaistaa. Baletinopetus perustuukin yleisesti opettajajohtoiseen opetustyyliin, jossa opettaja on kaiken tiedon lähde ja oppijoiden on tarkoitus imeä tätä tietoa itseensä. Tämä opettajajohtoinen opetustyyli on haastavaa liittää tanssi-ilmaisun opetukseen, sillä mielestäni jotta oppija voi ymmärtää ja kehittää ilmaisuaan, täytyy oppimisen olla lähtöisin oppijasta itsestään. Uskon, että opettajajohtoisesta ilmaisun opetuksen tuloksena on usein ”päälle liimattua” tanssi-ilmaisua.

3.2 Tanssi-ilmaisuu

Eeva Anttila määrittelee tanssi-ilmaisua teoksessaan *Tanssin aika* hyvin samankaltaisesti kuin itsenäen asian.

Tanssi-ilmaisuu on oppilaskeskeistä, luovaa toimintaa, jossa keskipisteenä on oman kehon tuntemus ja -hallinta sekä luovuuden ja mielikuvituksen käyttäminen ja kehittäminen. Tanssi-ilmaisun kautta pidetään yhteyttä sisäisen ja ulkoisen maailman välillä ja löydetään kosketus sellaisiin alueisiin, jotka helposti muuten jäävät huomioitta. Luovuus, herkkyys, spontaanius, intuitio ovat kaikille tärkeitä, ja taiteilijoille ne antavat sekä tulkinnallisen ilmaisun syvyyttä että uuden luomisen lähteitä. (Anttila 1994, 22.)

Tanssi-ilmaisulle keskeiset luovuus ja mielikuvitus ovat siis hieman ristiriidassa äskeisessä luvussa esittelemäni perinteisen balettitunnin kanssa. Fyysinen ja tekninen suorittaminen balettitunnilla ovat näin ollen oma erillinen osa balettituntia ja tanssi-ilmaisun opettaminen on jotain, mitä voi lisätä baletin opetukseen. Tarkoitukseni tässä tutkimuksessa onkin lisätä tanssi-ilmaisun opettelua balettitunneille, mutta ei erillisenä osana tuntia, vaan yhdistettynä edellä mainittuihin fyysisiin sekä teknisiin harjoitteisiin.

Perinteisesti baletin ilmaisussa käytetään paljon mimiikkaa, eli ilmaistaan tunteita erilaisilla eleillä. Eleiden toivotaan näkyvän kehon liikkeiden lisäksi myös kasvoilla ja usein tanssijoille annetaankin suorita ohjeita siitä, minkälaisia tunteita kehon ja kasvojen tulisi välittää yleisölle. Nämä suorat ohjeet tuntuvat tanssijoista mahdollisesti ”päälle liimatuilta” ja ovat siksi haastavia toteuttaa. Tämän vuoksi baletin opetuksessa olisi tarpeen pohtia, kuinka tanssijan on mahdollista ilmaista niin, että

ilmaisusta tulee tanssijalle itselleen totta. (Hakkarainen & Mustonen 2014.) Uskon, että tanssi-ilmaisun jatkuva opettaminen, erityisesti yhdistettynä balettituntiin tuovat ilmaisun luonnolliseksi osaksi tanssia ja näin ollen tuntuvat tanssijoista yhtä todelta kuin liikkeiden tekninen suorittaminen.

Yhdessä ryhmässä tanssiminen ja ilmaisun opettelu poistaa tanssijoilta estoja ja ennakkoluuloja sekä pelkoja esiintymistä ja omaa kehollista ilmaisua kohtaan. (Anttila ym. 2019, 2–3.) Yhteisöllinen tekeminen balettitunneilla on oman kokemukseni mukaan hyvin vaihtelevaa. Tuntien yhteisöllisyys riippuu usein tunnin ilmapiiristä ja tavoitteista. Uskonkin, että vapautunut ja kannustava ilmapiiri rohkaisevat tanssijoita tarttumaan ennakkoluulottomammin tanssi-ilmaisun harjoituksiin. Lisäksi tanssi-ilmaisun opettaminen perinteisellä balettitunnilla mielestäni haastaa tanssijoita tulkitsemaan tanssiaan uudesta näkökulmasta.

Tanssi-ilmaisun opettelusta on hyötyä muuallakin kuin esiintymislavoilla. Tampereen yhteiskoulun lukio esittelee nettisivuillaan heidän tarjoamansa tanssi-ilmaisun opintojakson seuraavasti:

Tanssi-ilmaisun tehtävä oppiaineena on kehittää opiskelijoiden tanssillista ja liikkeellistä osaamista sekä avartaa heidän tanssikäsitystään nykypäivän maailmassa. Tanssi-ilmaisun tukee opiskelijan fyysistä ja psyykkistä hyvinvointia ja auttaa häntä itseilmaisussa ja oman identiteetin rakentamisessa. (Tampereen yhteiskoulun lukio 2023.)

Tässä työssä määrittelen tanssi-ilmaisun tarkoittavan kasvoilla ilmaisemista ilmeiden kautta sekä kehollista ilmaisua, joka on nähtävissä tanssija tuottamissa liikedynamiikoissa. Pysin opettamaan tanssi-ilmaisua oppijoiden omista tuntemuksista lähtökohdin ohjattujen harjoitteiden kautta. Tarkoitukseni on haastaa tanssijoita ajattelemaan ja näkemään tanssimisensa uusilla tavoilla.

4 PEDAGOGINEN PROJEKTI

Päätin toteuttaa opinnäytetyöni pedagogisena projektina, sillä halusin nähdä kuinka valitsemani ilmaisuharjoitteet toimivat niille suunnitellussa ympäristössä. Opetin syksyn 2022 aikana Oulu Dance Academyn baletti 6 –ryhmää kerran viikossa. Jokainen tunti oli perinteinen balettitunti, johon oli liitetty yksi balettitunnin rakenteeseen sopiva ilmaisuharjoite. Kaikki tunnit pidettiin tavanomaisessa, isolla peilillä varustetussa tanssisalissa.

Toteutin pedagogisen projektini ilmaisuharjoitteet kategorioittain niin, että ensin käsitelimme improvisaatiota, sitten vuorovaikutusta ja lopuksi mielikuvia. Syksyn 2022 lopuksi tein tanssijoilleni kyselyn (liite 1), jossa tiedustelin heidän taustaansa baletin sekä ilmaisuharjoitteiden parissa sekä sitä, millaiselta ilmaisuharjoitteiden tekeminen oli tuntunut balettitunneilla. Lisäksi pidin itse balettitunneista päiväkirjaa, johon havainnoin tunnin ilmapiiriä sekä ilmaisuharjoitteiden toimivuutta.

4.1 Osallistujat

Pedagogiseen projektiin osallistui Oulu Dance Academyn baletti 6 –ryhmä. Ryhmään kuului viisi iältään 13–14 vuotiaista sekä kaksi täysi-ikäistä tanssijaa. Suurimmalla osalla osallistujista oli jo pitkä tausta baletinharrastuksessa, seitsemästä kymmeneen vuotta. Yksi osallistujista oli vasta hiljattain aloittanut baletin harrastamisen, mutta hänellä oli kuitenkin paljon kokemusta muista tanssilajeista. Osallistujien muita harrastuksia baletin ohella olivat teatterissa esiintyminen, nykytanssi, jazztanssi, streettanssi, showtanssi sekä laulaminen.

Opettamassani baletti 6 –ryhmässä osa on tanssinut keskenään jo pienestä pitäen, osa taas on tullut ryhmään hiljattain. Minä aloitin ryhmän opettamisen elokuussa 2022, aiemmin olen tavannut baletti 6 –ryhmän tanssijoista melkein jokaisen sijaistaessani muiden opettajien tunteja.

Seitsemästä pedagogiseen projektiin osallistuneesta tanssijasta viidellä oli aiempaa kokemusta ilmaisun harjoittelusta tanssitunnilla tai muussa yhteydessä. Osallistujat olivat harjoitelleet ilmaisua teatteriharjoituksissa sekä tanssitunneilla. Ilmaisuharjoitteet ovat painottuneet improvisaatioharjoit-

tuksiin. Kuitenkin kaikki seitsemän tanssijaa ilmoittivat tehneensä improvisaatioharjoituksia aiemmin, joten ainakaan osa tanssijoista ei kokenut improvisaatioharjoitteiden olleen tanssi-ilmaisun harjoituksia.

4.2 Harjoitteet

Valitsin pedagogisen projektini ilmaisuharjoitteiden kategorioiksi improvisaation, vuorovaikutuksen sekä mielikuvat. Ajattelen, että nämä kategoriat antavat mahdollisuuden hyvin erilaisiin ilmaisuharjoitteisiin. Lisäksi yhden kategorian sisällä on mahdollisuus kehittää harjoitusta kerta kerralta hieman haastavammaksi. Tanssi-ilmaisun opettelua lähestyttäessä näistä kolmesta hyvin erilaisesta näkökulmasta, uskon saavani monipuolisia sekä toisistaan eriäviä tuloksia.

Elokuussa 2022 aloitimme improvisaatioharjoituksilla. Koen niiden olleen tanssijoille helpoin sekä turvallisin lähestymistapa ilmaisun harjoitteluun balettitunnilla, sillä kaikilla tanssijoilla oli jo kokemusta improvisaation tekemisestä. Teimme balettitunnilla improvisaatioharjoituksia yhteensä neljän viikon ajan. Lokakuussa 2022 jatkoimme ilmaisun harjoittelua vuorovaikutuksen keinon. Vuorovaikutusharjoituksia teimme viiden viikon ajan. Marraskuussa 2022 siirryimme mielikuvaharjoitteisiin, joita jatkoimme neljä viikkoa kauden loppuun asti.

Improvisaatio

Ensimmäisen ilmaisuharjoitukseni pohjana toimi improvisaatio. Sana improvisaatio voidaan määrittellä ja tulkita monella tavalla. Suomen etymologisen sanakirjan mukaan improvisointi tarkoittaa esiintymistä ilman valmistelua, jonkin asian ratkaisua tilanteen mukaan, tarjolla olevien keinojen ja mielikuvituksen avulla sekä sepittämistä. Sanan lähtökohtana on italian kielen sana *improvvisare* eli improvisoida, joka on johdos sanasta *improvviso*, jolla tarkoitetaan odottamatonta sekä äkillistä. Sanan improvisaatio toinen alkuperä on latinan kielen sanassa *improvisus*, joka tarkoittaa odottamatonta, äkkiarvaamatonta ja ennalta näkemätöntä. (Suomen etymologinen sanakirja 2023.)

Rajasin liikeimprovisaation harjoituksen tiettyjen raamien sisään, joten kyseessä oli ennemminkin ohjattu improvisaatio. Tein tämän rajauksen improvisaatioharjoitukseen, jotta oppijoiden olisi helpompi lähestyä harjoitusta, joka ei yleisesti kuulu balettitunnille. Mielestäni tällä ohjatulla improvisaatiolla on kuitenkin mahdollisuus etymologisen termin mukaiseen ennalta näkemättömyyteen.

Ensimmäisellä tunnilla improvisaatioharjoituksena oli improvisoida jeté-sarja valmiiksi annettuun musiikkiin. Soitin hieman alle minuutin mittaisen musiikin tanssijoille, jonka jälkeen he improvisoivat jeté-sarjan tangossa ensin oikealta ja sitten vasemmalta puolelta. Keskustelimme tanssijoiden kanssa ennen harjoituksen alkua siitä, millainen liike jeté on, minkälainen liikedynamiikka jetéssä on sekä siitä, minkälaisia liikkeitä jeté-sarjoihin usein liitetään.

Toisella tunnilla lisäsimme edellisen kerran jeté-improvisaatioon liikedynamiikaltaan hyvin erilaisen, pehmeämmän ja sitkeämmän plién. Tehtävänä oli luoda improvisoitu jeté-sarja, johon sisältyy vähintään yksi plié. Keskustelimme ennen tehtävää jetén ja plién liikedynamiikkojen erosta. Kolmannella tunnilla tuli improvisoida jeté-sarja silmät suljettuina, muutoin tehtävänanto oli samanlainen kuin ensimmäiselläkin tunnilla. Neljännellä tunnilla improvisoitu jeté-sarja tanssitiin keskilattialla, noudattaen taas muutoin samoja ohjeita kuin ensimmäisellä tunnilla. Musiikkina toimi kaikkien neljän harjoituksen aikana sama lyhyt nopeatempoinen jeté-musiikki. Soitin musiikin jokaisella kerralla ensin yhden kerran, jotta tanssijat saivat kuunnella sen.

Vuorovaikutus

Toinen ilmaisharjoitukseni pohjautui vuorovaikutukseen, joka perinteisellä balettitunnilla on usein hyvin vähäistä. Opettajajohtoisuus ja kehon taitojen korostaminen kuuluvat baletinopetukseen vahvasti. (Kauppila 2012, 47.) Opettajajohtoinen opetustyyli ei mielestäni useinkaan mahdollista oppijoiden luonnollista vuorovaikutusta balettitunneilla, vaan tunnit kuluvat baletin tekniikan sekä liikkeiden harjoitteluun yksilökohtaisesti. Balettitunneilla tanssitaan kuitenkin yhdessä ryhmänä, vaikka jokainen kehittää itseään yksilönä.

Vuorovaikutusharjoituksilla pyrin saamaan balettitunneille luontaista sekä rohkeaa kasvojen ilmaisua ja vapautuneempaa ilmapiiriä kasvoilla ilmaisuun. Kasvokkain kohtaamisessa keskeistä on ilmeiden, sosiaalisten liikkeiden ja eleiden tulkitseminen sekä havaitseminen samaan aikaan kun ne tehdään. Kasvokkain kohtaaminen onkin tarpeellista sosiaalisen tietoisuuden kehittymiselle.

(Anttila 2013, 39.) Juuri kasvokkain toisen oppijan kanssa kohtaaminen tanssisarjaa tehdessä oli pohjana vuorovaikutusharjoitukselleni.

Ensimmäisellä tunnilla vuorovaikutusharjoitteiden parissa tanssimme syksyn aikana jo tutuksi tulleen plié-sarjan tangossa kasvokkain toisen tanssijan kanssa. Toinen parista siis teki oikeaa ja toinen vasenta puolta siinä missä yleensä balettitunnilla kaikki ovat kasvot kohti samaa suuntaa. Toisella sekä kolmannella tunnilla harjoitus oli muutoin samanlainen, mutta vaihdoimme paria oikean ja vasemman puolen välissä. Kaikilla kolmella kerralla valitsin parit satunnaisesti. Pysin kuitenkin valitsemaan jokaiselle harjoituskerralle mahdollisimman eri parit.

Neljännellä kerralla tanssimme tutun plié-sarjan piirimuodostelmassa keskilattialla. Nyt siis vuorovaikutusta oli mahdollista tapahtua useamman henkilön kanssa sarjan aikana. Viidennellä ja viimeisellä kerralla olimme jälleen piirissä keskilattialla, mutta tällä kertaa lisäsin vuorovaikutusharjoitukseen myös improvisaation. Tehtävänä oli improvisoida plié-sarjaa aiemmin käyttämääme musiikkiin niin, että yksi tanssija kerrallaan improvisoi kahdeksan tahtia ja muut tanssijat kopioivat liikettä. Improvisaatiovuoro siirtyi kahdeksan tahdin jälkeen aina seuraavalle tanssijalle piirissä.

Mielikuvat

Kolmannen ilmaisuharjoituksen pohjana olivat mielikuvat. Heli Kauppila kertoo väitöstutkimukseensa Avoimena aukikiertoon opettajana omista kokemuksistaan mielikuvien käytöstä opetuksen tukena.

Oma kokemukseni opettajana oli, että mielikuvien käyttö opetuksen tukena toimii monille opiskelijoille syventävänä väylänä liikkeen merkityksen löytämiseen. Mielikuvat mehevöittävät opetuksen runkoa ja auttavat usein ”näkemään toisin” tai toimimaan rutiineista poiketen. (Kauppila 2012, 144.)

Uskon, että tämä Kauppilan mainitsema rutiineista poikkeaminen sekä toisin näkeminen auttavat tanssijoita ilmaisemaan tanssiaan kehollisesti sekä löytämään uusia lähestymistapoja tanssiinsa.

Mielikuvaharjoituksen pohjana käytin jo hyvin tutuksi tullutta keskilattialla tanssittavaa tendu-sarjaa. Ensimmäisellä tunnilla kuvittelimme itsemme läpinäkyvän laatikon sisälle ja tanssimme keskilattialla tendu-sarjan kuvittelussa laatikossa. Ensiksi tanssiessa ajattelimme laatikon olevan hyvin

pieni, sen kokoinen, että tanssija juuri ja juuri mahtuu seisomaan sen sisälle. Tanssiessamme harjoituksen uudestaan kuvittelimme laatikon olevan paljon suurempi, sen kokoinen, että tanssija ylettää kurkottaen koskettamaan sen reunoja. Toisella kerralla sarjaa tehdessä tanssijat siis pyrkivät kurkottamaan kohti tämän suuremman kuvitellun laatikon reunoja.

Toisella tunnilla lisäsimme mielikuvitus laatikon täyteen vettä. Tanssimme ensin pienessä ja sitten suuressa vedellä täytetyssä mielikuvalaatikossa. Kolmannella kerralla kuvittelimme laatikon täyteen hyttysiä. Tanssimme taas ensin pienessä ja sitten isossa mielikuvituslaatikossa. Neljännellä kerralla pysyimme mielikuvituslaatikoissa, mutta nyt kuvittelimme laatikon reunojen olevan tulikuumia ja polttavia.

4.3 Kysely

Pedagogisen projektini lopussa teetin tanssijoilleni anonyymillä kyselyn (liite 1), jonka lähetin ryhmän tanssijoille sähköisesti. Kaikki tanssijat vastasivat kyselyyn. Tein kyselyn sekä suomeksi että englanniksi, sillä ryhmä oli kaksikielinen. Englanninkielisiä vastauksia opinnäytetyössä käyttäessäni olen suomentanut ne vapaasti. Kyselyssä oli avoimia kysymyksiä, kyllä/ei kysymyksiä sekä yksi asteikolla vastattava kysymys.

Kyselyssä oli yhteensä 14 kysymystä, joista ensimmäiset koskivat oppijoiden kokemuksia tanssin sekä ilmaisun parissa. Kyselyssä käytiin läpi baletin ja muun harrastamisen taustat sekä kokemukset ilmaisun harjoittelusta. Tämän jälkeen kyselyssä esitettiin muutama kysymys jokaisesta teemästämme harjoituskokonaisuudesta: improvisaatiosta, vuorovaikutuksesta ja mielikuvista. Harjoituskokonaisuuksien kohdalla kyselyssä käytiin läpi tanssijoiden aiemmat kokemukset kyseisen kokonaisuuden parissa sekä harjoitusten aiheuttamia tunteita. Lopuksi kyselyssä tiedusteltiin mieluisinta harjoitusta, harjoitusten hyödyllisyyttä sekä sitä, miltä harjoitukset tuntuivat osana balettituntia.

4.4 Kyselytutkimuksen tulokset

Tanssijoilleni tekemässä kyselyssä kaikkien tanssijoiden mielestä ilmaisuharjoitteista balettitunneilla oli hyötyä heille. Kysymykseen, miltä ilmaisuharjoitteet tuntuivat osana balettituntia, kaikki tanssijat vastasivat 4 asteikolla yhdestä viiteen (1 - erittäin epämukavaa, 5 - erittäin mukavaa). Mieluisimmiksi harjoituksiksi nousivat jetén improvisoiminen sekä laatikko –mielikuvaharjoitus. Jeté-harjoituksesta pidettiin, sillä siinä sai käyttää omaa luovuutta. Laatikko –mielikuvaharjoituksen kerrotaan taas auttaneen tanssimisessa ja olleen helposti toteutettava harjoitus vähäiselläkin baletin harrastamisen taustalla.

Kaikki tanssijat kertovat tehneensä improvisaatioharjoituksia aiemmin. Kysyttäessä miltä jeté -sarjan improvisoiminen balettitunnilla tuntui, sen vastattiin olleen hauskaa, erilaista, outoa, uudenlaista ja mukavaa. Vastauksissa harjoituksen mainittiin olleen mielenkiintoinen, mutta haastava, sillä liikkeitä piti keksiä itse koko ajan. Harjoitus oli tuntunut aluksi myös oudolta, mutta harjoituksen edetessä se oli todettu mukavaksi. Yksi tanssijoista myös tunsu itsensä rajoittuneeksi tekemään improvisaatioharjoitusta, sillä hänellä ei ole paljoa tietoa baletin liikkeistöstä.

Kukaan tanssijoista ei ollut aiemmin tanssinut balettitunnilla kasvotusten toisen tanssijan kanssa. Plié-sarjan tanssiminen kasvokkain todettiin hieman ahdistavaksi, sillä muut voivat nähdä mahdolliset virheet sarjassa. Myös katsekontaktin ottaminen plié-sarjan aikana kerrottiin olleen hermostuttavaa. Yksi tanssijoista koki kasvokkain tanssimisen tuntuneen siltä kuin olisi tanssinut yhdessä toisen tanssijan kanssa. Muutaman tanssijan mielestä plié-sarjan tanssiminen kasvokkain ei tuntunut erilaiselta kuin sen tanssiminen normaalitikaan.

Viisi tanssijoista oli aiemmin tanssinut mielikuvaharjoitusten avulla balettitunnilla. Kaikki tanssijat kertovat pystyneensä kuvittelemaan laatikon ympärillensä, mutta laatikon sisällön kuvittelu on tuntunut haastavammalta, jopa mahdottomalta. Laatikon kuvittelu kerrotaan vaikuttaneen käsien kannatukseen ja auttaneen liikkeen hahmottamisessa.

Tanssijat kokivat, että ilmaisuharjoitukset balettitunneilla toivat enemmän ajatusta tekemiseen ja tanssimiseen tuli uudenlaista tunnetta. Tanssijoiden mukaan ilmaisuharjoitteet tekivät balettitunneista mielenkiintoisempia ja olivat kivaa vaihtelua perinteiselle balettitunnille. Ilmaisuharjoitusten kerrotaan auttaneen myös luovuuteen sekä käsien kannattamiseen balettisarjoissa.

4.5 Päiväkirja

Kirjoitin pedagogisen projektini aikana päiväkirjaa, johon kirjasin muistiin omia tuntemuksiani harjoitusten toimivuudesta ja balettitunnin kulusta. Pyrin kirjaamaan kaiken muistiin mahdollisimman pian tuntien jälkeen. Minulla oli kuitenkin lisää opetustunteja heti baletti 6 –ryhmän opettamisen jälkeen, joten päiväkirjan kirjoittaminen tapahtui yleensä saman päivän iltana, jolloin ilmaisuharjoitusten tekemisestä oli ehtinyt kulua jo muutama tunti.

Päiväkirjani pääteemoina toimivat tunnin ilmapiirin havainnointi, oppijoiden vastaanottavaisuus ilmaisuharjoitteisiin, tanssi-ilmaisun harjoitteiden vaikutus oppijoihin sekä vertailu aiemmin tehtyihin ilmaisuharjoitteisiin. Kirjoitin kuitenkin ylös aina kaiken tunnilla sekä sen jälkeen mieleeni tulleet ajatukset. Päiväkirjani sisältää siis vapaata ajatuksen virtaa edellä mainituista aiheista.

Tällä kerralla jetén ominainen terävä liike tuli paikoittain hyvin esille. Ehkä yhden aistin poissulkeminen toi lisää rohkeutta ja keskittymistä myös liikkeen laatuun eikä pelkästään tietynlaisen liikesarjan suorittamiseen.

Kun/jos katse kohtasi toisen tanssijan kanssa syntyi pieni ja nopea hymy, jonka jälkeen oman käden liikettä seurattiin erittäin tarkasti. Katsekontaktit toisten tanssijoiden kanssa olivat siis enemmänkin vahinkoja ja niitä yritettiin jopa hieman vältellä.

Muuten tanssijat, etenkin heidän ylävartalonsa olivat äärimmäisen rauhallisia kuvitteellisten hyttysten keskellä. Kasvoista ei ollut myöskään huomattavissa ”hyttysten” läsnäoloa.

Päiväkirjastani tulee esille, että kaikki ilmaisuharjoitukset vaikuttivat tanssijoihin hyvin eri tavalla. Tämä käy myös ilmi teettämästäni kyselystä. Omat ajatukseni harjoitteista sekä niiden herättämistä tunteista ovat hyvin samankaltaisia kuin oppijoideni vastaukset kyselyyn.

5 JOHTOPÄÄTÖKSET

Johtopäätöksiä tehtäessä on muistettava, että tämän tutkimuksen kohteena on yksi yksittäinen ja pieni ryhmä, joten johtopäätökset viittaavat vain kyseisen ryhmän kokemuksiin sekä omiin kokemuksiini ryhmän parissa. Omieni sekä baletti 6 –ryhmän kokemusten mukaan, tanssi-ilmaisun harjoitteet ovat tarpeellinen sekä hyödyllinen lisäys balettitunneille.

Tutkimuskysymykseni oli, millaiset tanssi-ilmaisun harjoitteet edistävät oppijan tanssi-ilmaisun osaamista. Tässä tutkimuksessa kävin läpi kolme eri tanssi-ilmaisun harjoitteiden kategoriaa, improvisaatiota, vuorovaikutusta sekä mielikuvia. Näistä kategorioista omien päiväkirjamerkintöjeni pohjalta improvisaatio edisti tanssijoiden ilmaisun osaamista eniten. Tanssijoille teettämässäni kyselyssä improvisaatioharjoitukset valikoituivat mielekkäimmiksi. Näiden tulosten perusteella on siis nähtävissä yhteys ilmaisuharjoitteen mielekkyyden sekä sen tanssi-ilmaisua edistävän vaikutuksen välillä. Improvisaatioharjoituksia tehdessämme tanssijoiden tekeminen monipuolistui kerta kerralta, ja he uskalsivat rohkeasti lähteä kokeilemaan erilaisia tempoja, liikekombinaatiota sekä liikedyneamiikkoja. Niin kuin aiemmin mainitsin, harjoitteen toimivuuden kannalta on myös tärkeää, että oppijat tuntevat harjoituksen mieleiseksi ja uskaltavat lähteä kokeilemaan sitä. Kyselyssä improvisaatioharjoitusten kohdalla harjoituksen mielekkyys tuli esiin selkeästi.

Se oli tosi hauskaa ja uudenlaista.

Se tuntui ensin oudolta mutta kun sarja alkoi se oli mukavaa.

Hyvä herätellä luovuutta myös balettitunneilla.

Vuorovaikutusharjoitteiden kohdalla harjoitusten mielekkyys jakoi mielipiteitä tanssijoiden kesken. Osa koki kasvokkain tanssimisen olleen erilaista perinteisen samaan suuntaan tanssimiseen verrattaessa. Osan mielestä taas kasvokkain tanssiminen ei eronnut perinteisestä tavasta ollenkaan. Harjoituksen mielekkyyden kohdalla osa vastaajista koki tekemisen olleen epämiellyttävää, sillä pari saattoi nähdä mahdolliset virheet. Yksi vastaajista taas tunsikin kasvokkain tanssimisen parin kanssa yhdessä tanssimiseksi. Vuorovaikutusharjoitukset siis kyselyn perusteella edistivät muutama tanssijan tanssi-ilmaisun osaamista. Omien päiväkirjamerkintöjeni pohjalta vuorovaikutusharjoitukset eivät lisänneet tanssi-ilmaisun osaamista merkittävästi, mutta toivat balettitunnille yhtei-

söllisyyttä ja kovasti kaivattua vuorovaikutusta. Kuten luvussa kolme mainitsin, uskon vapautuneen, kannustavan ja turvallisen ilmapiirin rohkaisevan oppijoita tanssi-ilmaisun harjoituksiin. Mielestäni vuorovaikutusharjoitukset edistivät osaltaan juuri tällaisen ilmapiirin luomista.

Myös "virheiden" kohdalla vastapäätä olevat tanssijat huomioivat toistensa liikkeitä ja näkyvissä oli kehollista auttamista, jotta toinen tanssija saa taas sarjasta kiinni.

Tällä kertaa huomattavissa oli se, että parin ollessa valmiiksi jo hyvin tuttu, syntyi katsekontakteja sekä hymyjä sarjan aikana. Tuntemattomamman parin kanssa tekeminen oli edelleen hieman ujoa ja katsekontakteja ei ollut kuin muutama.

Tunnelma oli selkeästi rentoutuneempi kuin aiemmilla kerroilla ja harjoitus tanssittiin vapautuneemmin ja uskallettiin ottaa enemmän katsekontaktia pariin.

Mielikuvaharjoitteiden vaikutus tanssi-ilmaisun kehittämiseen oli minun, opettajan näkökulmasta kaikista vähäisin verrattuna kahteen muuhun kategoriaan. Harjoitteiden vaikutus oli nähtävissä kehon kannatuksessa silloin, kun kuvittelimme tanssivamme ahtaassa tai tilavassa laatikossa. Muut mielikuvat kuten vesi ja hyttyset eivät taas näyttäneet tanssijoiden tekemisessä ollenkaan. Mielikuvaharjoitteilla oli siis näkemykseni mukaan vaikutusta vain tanssijoiden keholliseen ilmaisuun, ja siihenkin hyvin vähäisesti. Mielestäni mielikuvaharjoitteet eivät siis juurikaan edistäneet tanssijoiden ilmaisun osaamista. Mielikuvaharjoitteiden vaativuus tuli esille myös tanssijoille teettämässäni kyselyssä. Omasta näkemyksestäni poiketen, muutama tanssija oli kokenut hyötyvänsä harjoituksesta.

Pystyin kuvittelemaan laatikon ja se auttoi liikkeen hahmottamisessa.

Se auttoi tanssimisessa ja helpotti sitä.

Laatikon kuvitteluun pystyin mutta esimerkiksi tulen ajattelu oli hiukan haastavampaa.

Pystyin kuvitella laatikon mutta en muita juttuja kuten hyttysiä.

Vastatakseni tutkimuskysymykseeni, millaiset tanssi-ilmaisun harjoitteet edistävät oppijan tanssi-ilmaisun osaamista, sanoisin tutkimukseni pohjalta improvisaatioharjoitusten olevan tehokkain oppimisen muoto. Improvisaatioharjoitukset olivat myös helposti yhdistettävissä perinteisen balettitunnin kaavaan, jolloin tunnin kulku ei keskeytynyt tanssi-ilmaisun harjoittelun vuoksi. Vuorovaikutusharjoitukset taas lisäsivät oletettavasti vuorovaikutusta tunnilla sekä saivat aikaan hieman va-

pautuneemman ilmapiirin. Vaikka vuorovaikutusharjoituksilla ei ollut suurta vaikutusta tanssi-ilmaisun osaamisen edistämiseen, tuki se kuitenkin vuorovaikutuksen lisäämisellä sekä vapautuneemalla ilmapiirillään välillisesti tanssijoiden tanssi-ilmaisun kehittymistä. Uskonkin, että balettitunnin vapautunut ilmapiiri sekä tunnilla tapahtuva vuorovaikutus tuovat oppijoille lisää rohkeutta tarttua tanssi-ilmaisun harjoituksiin. Mielikuvaharjoitusten vaikutus tanssijoiden tanssi-ilmaisun osaamisen edistämiseen oli tässä ryhmässä hyvin vähäinen ja keskittyi keholliseen ilmaisuun kehon kannatuksen kautta. Valitsemani mielikuvaharjoitteet toimivat siis ennemminkin fyysisten taitojen opetteluun tukena kuin tanssi-ilmaisun harjoitteina.

Kuten aiemmin mainitsin, tanssi-ilmaisun harjoitteet ovat tervetulleita ja hyödyllisiä uudistuksia balettitunneille. Lisäksi, kuten luvussa kolme mainitsin jatkuva tanssi-ilmaisun opetus toi ilmaisun luonnolliseksi ja tarpeelliseksi osaksi balettituntia. Kaikilla harjoitteilla oli laajuudestaan huolimatta jonkinlaisia vaikutuksia tanssijoiden tekemiseen sekä ajatteluun tanssimisestaan. Tästä minä sekä pedagogisen projektini tanssijat olimme hyvin samaa mieltä.

Oli hyötyä kun käytti enemmän ajatusta tekemiseen ja tanssimiseen tuli uudenlaista tunnetta.

Ilmaisuharjoitukset oli kivaa vaihtelua perus balettitunnille.

Oli sillä osasin ajatella siten asioita avoimemmin.

Oli, se teki tanssimisestä mielenkiintoisempaa.

6 POHDINTA

Tutkimukseni perusteella tanssi-ilmaisun harjoitteiden lisääminen balettitunneille on tarpeellista sekä toivottua. Toivonkin, että ilmaisun harjoitteluun balettitunneilla luo tulevaisuuteen rohkeita ja itsevarmoja esiintyjiä baletin saralla. Uskon ilmaisuharjoitteiden tekemisen lisäävän mahdollisesti tanssijoiden itsevarmuutta myös muilla elämän osa-alueilla. Tanssi-ilmaisun harjoittelu siis kannattaa balettitunneilla, vaikka kaikki oppilaat eivät tanssin ammattilaisiksi tähtäisikään.

Tämän tutkimuksen haasteita olivat ehdottomasti hyvin pieni tutkimusryhmä sekä hyvin rajallinen aika. Tutkimusryhmän pienuuden takia, kyselyn tuloksissa esiintyy vain vähän vaihtelua sekä näkökulmia. Ryhmän pienuus koitui ongelmaksi myös silloin, kun kaikki ryhmästä eivät päässeet tunnille. Joillakin tunneilla oli vain kolme osallistujaa, jolloin minun oli opettajana mahdollista havainnoida vain kolmen tanssijan tanssi-ilmaisun kehittymistä kyseisellä tunnilla. Aika puolestaan oli haasteena, sillä toteutin pedagogista projektiani vain syksyn 2022 ajan, jolloin harjoituskertoja ehti kertyä suhteellisen vähän ja tanssi-ilmaisun kehittymisen kannalta olisi luultavasti ollut hedelmällisempää työskennellä ilmaisun parissa pidempään. Lisäksi opetin baletti 6 –ryhmää vain kerran viikossa, eli ilmaisuharjoitteiden välille ehti syntyä pitkä väli, eikä tanssi-ilmaisun harjoittelu ollut niin jatkuvaa kuin olisin toivonut. Harjoituskertojen välille jäävä aika myös hidasti ryhmän turvallisen ilmapiirin sekä minun ja oppilaiden välisen luottamuksen kehittymistä.

Tanssi-ilmaisun harjoitteiden toimivuuden havainnointi oli haasteellista. Minun oli opettajan roolissa vaikea nähdä, kehittikö harjoitteiden tekeminen oppilaiden tanssi-ilmaisun osaamista. Pystyin havainnoimaan tanssijoiden rohkeutta lähteä tekemään harjoituksia, harjoitusten vaikutuksia oppijoiden tanssimiseen sekä balettituntien ilmapiiriä ja sen vaikutusta tanssi-ilmaisun harjoitteiden suorittamiseen. Erityisen haastavaa oli havainnoida mielikuvaharjoitusten toimivuutta. En kyennyt näkemään, toteuttivatko tanssijat annettuja ohjeita mielikuvaharjoituksista vai eivät. Näissä harjoituksissa harjoitteiden toteuttamisen vastuu oli siis täysin oppijoilla itsellään.

Tutkimukseni onnistumisia taas olivat ilmaisun osaamista edistävien harjoitteiden löytäminen, harjoitteiden helppo liittäminen perinteisen balettitunnin kaavaan sekä oppijoiden rohkeuden ja itsevarmuuden lisääntyminen projektin aikana. Kaikki tekemistämme tanssi-ilmaisun harjoitteista olivat vaivattomia yhdistää balettituntiin. Ne eivät rikkoneet balettitunnin perinteistä kaavaa ja olivat liitettävissä balettitunneilla usein tanssittaviin harjoituksiin. Kuka tahansa tanssinopettaja voi siis ottaa

opettamilleen tunneille käyttöönsä näitä harjoituksia. Tutkimukseni tarkoituksena oli löytää tanssi-ilmaisun osaamista edistäviä tanssi-ilmaisun harjoitteita tehtäväksi balettitunneille, rikkomatta balettitunnin perinteistä kaavaa. Kuten luvussa viisi mainitsin, onnistuin löytämään eri tavalla toimivia harjoitteita tähän tarkoitukseen. Lisäksi koen pedagogisen projektini tanssijoiden rohkeuden sekä itsevarmuuden lisääntymisen onnistumisena tutkimuksessani.

Jos nyt aloittaisin tutkimukseni alusta, tekisin muutamia asioita toisin. Ensimmäiseksi teettäisin tanssijoille useampia kyselyitä projektin aikana. Ainakin kysely projektin alkuun olisi ollut tarpeellinen, jolloin alkukyselyn ja loppukyselyn vastauksia olisi voinut verrata keskenään. Myös jokaisesta harjoitekategoriasta olisi voinut tehdä oman erillisen kyselynsä. Oman päiväkirjani kirjoittamisen olisin mielelläni tehnyt heti tunnin jälkeen, jolloin kaikki olisi ollut tuoreemmassa muistissa, mutta tällä kertaa se olisi ollut mahdotonta. Lisäksi yhteen 75 minuutin balettituntiin olisi mahtunut useampikin kuin yksi tanssi-ilmaisun harjoite, jolloin oppijoiden tanssi-ilmaisun osaaminen olisi mahdollisesti kehittynyt pidemmälle. Tässä pedagogisessa projektissa käsittelin yhtä aihetta neljästä viiteen kertaa, ja jos tunneilla olisi ollut useampi tanssi-ilmaisun harjoitus, olisimme ehtineet käsitellä aiheita laajemmin.

Tulevaisuutta ja jatkotutkimusta ajatellen kaikki edellä mainitut asiat olisi tarpeen tehdä toisin kuin minä olen tässä tutkimuksessa tehnyt. Lisäksi tutkimuksen kannalta hyödyllistä olisi ottaa pedagogiseen projektiin useampi opetettava ryhmä, joiden tuloksia voisi vertailla keskenään. Jatkotutkimuksen ollessa kyseessä ottaisin vertailukohteeksi mahdollisesti eri ikäryhmiä ja laajentaisin tutkimuksen koskemaan muitakin tanssilajeja kuin balettia.

Itse aion jatkaa tanssi-ilmaisun opettamista omilla balettitunneillani kaikkien ikäryhmien kanssa. Haluan nähdä tanssi-ilmaisun harjoitteiden vaikutuksia pitkällä aikavälillä ja mahdollisesti luoda uusia, toimivampia harjoituksia tähän tarkoitukseen. Aion kuitenkin jatkaa ilmaisuharjoitteiden yhdistämistä perinteiseen balettituntiin, sillä uskon, että perinteinen balettitunti kaipaa hieman pirstystystä.

LÄHTEET

Anttila, Eeva 1994. Tanssin aika: opas koulujen tanssikasvatukseen. Helsinki: Liikuntatieteellisen seuran julkaisu nro. 139.

Anttila, Eeva 2013. Koko koulu tanssii! Kehollisen oppimisen mahdollisuuksia koulu yhteisöissä. Helsinki: Teatterikorkeakoulu. Hakupäivä 8.1.2023. https://taju.uniarts.fi/bitstream/handle/10024/6065/Acta_Scenica_37.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Anttila, Eeva, Jaakonaho, Liisa, Kantomaa, Marko, Siljamäki, Mariana & Turpeinen, Isto 2019. Tanssi Liikuttaa. Toimenpidesuositus Opetushallitukselle, opettajille, opettajainkouluttajille, rehtoreille, kunnille ja poliittisille päättäjille. Helsinki: Taideyliopisto. Arts Equal Policy brief. Hakupäivä 29.3.2023. https://sites.uniarts.fi/documents/14230/0/PB_Tanssi+liikuttaa+1_2019/d27f1e7d-31b8-4727-9aff-18499dd90539.

Hakkarainen, Inka Leea & Mustonen, Salla-Maaria 2014. Ilmaisun opettaminen tanssitunnilla. Kuopio: Savonia ammattikorkeakoulu. Verkkolehti. Hakupäivä 29.3.2023. <https://verkkolehdet.jamk.fi/openstage/2014/05/ilmaisun-opettaminen-tanssitunnilla/>.

Kauppila, Heli 2012. Avoimena aukikiertoon. Opettajan näkökulma kokonaisvaltaiseen lähestymistapaan baletinopetuksessa. Helsinki: Teatterikorkeakoulu. Väitöstutkimus. Hakupäivä 8.1.2023. https://taju.uniarts.fi/bitstream/handle/10024/6059/Acta_Scenica_30.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Suomen etymologinen sanakirja 2023. Improvisoida. Hakupäivä 3.4.2023. https://kaino.kotus.fi/ses/?p=article&etym_id=ETYM_b299576bf77d256ae63696f64b5dd0d8&word=improvisoida.

Tampereen yhteiskoulun lukio 2023. Tanssi-ilmaisu. Hakupäivä 30.3.2023. <https://tyk.info/ilmaisu-taito/tanssi-ilmaisu/>.

Warren, Gretchen 1989. Classical Ballet Technique. Florida: University Press of Florida.

LIITE

Ikä? Your age?

Kuinka kauan olet harrastanut balettia? How long have you been practicing ballet?

Harrastatko muuta kuin balettia? Jos kyllä, niin mitä? Do you have other hobbies besides ballet? If so, what are those hobbies?

Onko ilmaisun harjoittelu tanssitunnilla/muulla sinulle ennestään tuttua? Are body expression exercises familiar to you from dance class/somewhere else?

Jos vastasit edelliseen kyllä, millä tavoin ja missä ilmaisua on harjoitettu? If you answered to the previous question yes, in what ways and where have you been practicing body expression?

Miltä ilmaisharjoitteet tuntuivat osana balettituntia? (Jeté -sarjan improvisointi, plié -sarjan tanssiminen kasvokkain, "laatikossa" tanssiminen) How did the expression exercises feel as a part of ballet class? (improvised jeté practice, dancing plié practice face to face, dancing in the "box")

Oletko tehnyt aikaisemmin improvisaatioharjoituksia? Have you done improvisation exercises before?

Miltä sinusta tuntui improvisoida jeté -sarjaa balettitunnilla? How did you feel doing improvised jeté practice in ballet class?

Oletko aikaisemmin tanssinut kasvokkain toisen tanssijan kanssa balettisarjoja balettitunnilla? Have you danced ballet practices face to face before in ballet class?

Oliko plié -sarjan tanssiminen kasvokkain erilaista kuin plié -sarjan tanssiminen tavallisesti? Millä tavalla? Was dancing plié practice face to face different from dancing plié practice as usual? In what way?

Oletko aikaisemmin tanssinut mielikuvaharjoitusten (laatikko -harjoitus) avulla balettitunneilla?
Have you done imagination practices (the box practice) before in ballet class?

Miten kuviteltu laatikko sekä sen sisältö vaikuttivat tanssimiseesi? Pystyitkö kuvittelemaan laatikon ympärillesi? How did the imagined box and what was in it affect your dancing? Were you able to imagine the box around you?

Mikä ilmaisuharjoituksista oli sinulle mieluisin? Miksi? Which one of the body expression exercises was the most pleasant for you and why?

Oliko ilmaisuharjoituksista balettitunneilla sinulle hyötyä? Millä tavoin? Do you feel the body expression exercises were useful to you? In what ways?