



Rina Januzi

Liikkuen ja laulaen

2–3-vuotiaiden jumppamuskarin ohjaaminen

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Musiikkipedagogi

Musiikin tutkinto-ohjelma

Opinnäytetyö

14.5.2025

Tiivistelmä

Tekijä:	Rina Januzi
Otsikko:	Liikkuen ja laulaen – 2–3-vuotiaiden jumppamuskarin ohjaaminen
Sivumäärä:	34 sivua + 2 liitettä
Aika:	14.5.2025
Tutkinto:	Musiikkipedagogi (AMK)
Tutkinto-ohjelma:	Musiikin tutkinto
Suuntautumisvaihtoehto:	Varhaisiän musiikkikasvatus ja taiteen soveltava käyttö
Ohjaaja(t):	MuT, Annu Tuovila MuM, Hanna-Maija-Aarnio

Opinnäytetyön tavoitteena oli esitellä jumppamuscaria uutena varhaisiän musiikkikasvatuksen opetusmuotona. Tarkastelen erityisesti 2–3-vuotiaiden jumppamuscaria, jossa myös vanhemmat olivat mukana. Tässä opinnäytetyössä esitelty jumppamuskarin oli otettu kokeiluun työpaikallani Jamkids Musiikkikoulussa vuonna 2022. Jumppamuskarin on Jamkids Musiikkikoulun kehittämä konsepti, joka on musiikkileikkikoulun ja liikuntaleikkikoulun yhdistelmä. Halusin opinnäytetyöni kautta tutkia, miten jumppamuscaria voi toteuttaa ja ohjata.

Opinnäytetyöni tutkimusaineistona oli Jamkids Musiikkikoulun neljä 2–3-vuotiaiden opetusryhmän kertaa, joita ohjasin. Videoin ja havainnoin muistiinpanoin opetuskerroja. Halusin ryhmän opettajana tutkia, kuinka esimerkiksi voidaan yhdistää soitto ja liikunta, kuinka voidaan hyödyntää mahdollisimman paljon opetustilaa sekä miten voidaan yksinkertaisten liikuntavälineiden kautta toteuttaa jumppamuscaria. Esittelen opinnäytetyöni osana neljä tuntisuunnitelmaa esimerkkinä siitä, miten jumppamuskarin voi toteuttaa.

Jumppamuskarin opettajan on tärkeää suunnitella tuntirakenne selkeästi ja johdonmukaisesti sekä huomioida lapsen kehitysvaiheeseen sopivat sisällöt ja toiminnan rytmitys. Lisäksi opettajan tulee luoda lämmin, turvallinen ja kannustava ilmapiiri, jolloin lapset uskaltavat liikkua ja musisoida omalla tavallaan. Opettajan herkkyyden havainnoida lasten tarpeita ja vireystilaa sekä toiminnan joustava tilannekohtainen muokkaaminen ovat keskeisiä jumppamuskarin onnistumisen edellytyksiä.

Tämän opinnäytetyön tuloksia voidaan soveltaa varhaisiän musiikkikasvatuksessa sekä varhaiskasvatuksessa.

Avainsanat: lapset, liikunta, musiikki, varhaisiän musiikkikasvatus

Olen käyttänyt tekoälyä (ChatGPT) apuna englanninkielisen tiivistelmän kääntämiseen sekä tekstin kieliasun tarkistamiseen.

Tämän opinnäytetyön alkuperä on tarkastettu Turnitin Originality Check -ohjelmalla.

Abstract

Author: Rina Januzi
Title: Moving and Singing – Music & Movement Lessons for 2–3-Year-Olds
Number of Pages: 34 pages + 2 appendices
Date: 14 May 2025

Degree: Bachelor of Culture and Arts
Degree Programme: Music
Specialisation option: Early Childhood Music Education and Community Music
Instructor(s): Annu Tuovila, DMus
Hanna-Maija Aarnio, MMus

This bachelor's project introduces Music & Movement lessons as a new form of early childhood music education. The focus is particularly on playgroups for 2–3-year-old children and their caregivers. Music & Movement lesson is a concept introduced by my employer and piloted at my workplace Jamkids Music School, Helsinki, in 2022. Music & Movement lessons combine elements of early childhood music education and early childhood physical education. Through this bachelor's project, I want to explore how Music & Movement lessons can be implemented and instructed.

The research material for this bachelor's project consisted of four Music & Movement lessons. I collected data by making video recordings of the sessions and taking observational notes. As the group teacher, I wanted to examine how music and movement could be combined, how the teaching space could be utilised as effectively as possible, and how simple physical activity equipment could be used to implement a Music & Movement lesson. As part of the bachelor's project, I present four detailed lesson plans as examples of how Movement & Music lessons can be carried out.

The Music & Movement lesson's teacher needs to plan the lesson structure clearly and consistently, ensuring that the content and pacing are suitable for the child's developmental stage. In addition, the instructor should create a warm, safe, and encouraging atmosphere, enabling children to move and make music in their own way. The teacher's sensitivity to observing the children's needs and energy levels, and the ability to flexibly adjust the activities in the moment, are crucial factors for a successful Music & Movement lesson.

The results of this bachelor's project can be applied in early childhood music education and in early childhood education in general.

Artificial intelligence (ChatGPT) has been used to assist in translating the English abstract and checking the language accuracy.

The originality of this thesis has been verified using the Turnitin Originality Check system.

Keywords:

Children, physical activity, music, early childhood music education

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Lasten musiikki- ja liikuntakasvatus	3
2.1	Taiteen perusopetuksen tavoitteet	3
2.2	Varhaisiän musiikkikasvatuksen tavoitteet	4
2.3	Varhaisiän liikuntakasvatuksen tavoitteet	6
2.4	Taito- ja taidekasvatuksen periaatteet	7
3	2–3-vuotias jumppamuskarissa	9
3.1	Musiikin ja liikunnan vaikutukset lasten ja perheen hyvinvointiin	9
3.2	Musiikin ja liikkeen yhdistäminen jumppamuskarissa	11
3.3	Kehitysvaihe ja oppimisen mahdollisuudet jumppamuskarissa	13
4	Jumppamuskarin konsepti	15
4.1	Jumppamuskarin tavoitteet	15
4.2	Jumppamuskarin opettajan tehtävät	16
4.3	Jumppamuskarin sisältö	17
5	Jumppamuskarin toteutus	20
5.1	Opetuskertojen suunnittelu ja toteutus	20
5.2	Ensimmäinen tunti – Kehotutkailua ja rytmiä leikin kautta	21
5.3	Toinen tunti – Kehontuntemus ja rytmisen ilmaisu	22
5.4	Kolmas tunti – Yhdessä rytmisessä ja liikkeessä	22
5.5	Neljäs tunti – Mielikuvitus liikkeelle ja keho mukaan	23
6	Harjoituksia ja havaintoja	24
6.1	Esimerkki jumppamuskarin tuntisuunnitelmasta	24
6.2	Havaintoja jumppamuskarin toteutuksien kerroilta	26
6.3	Vinkkejä jumppamuskarin opettajalle	28
7	Pohdinta	30
	Lähteet	33
	Liitteet	35
	Tiedote tutkimuksesta	35

1 Johdanto

Idea opinnäytetyöhöni lähti aloitettuani aivan ensimmäistä kertaa tutustumaan jumppamuskarien suunnitteluun sekä opettamiseen työpaikallani Jamkids Musiikkikoululla uutena jumppamuskarin vastuuopettajana. En ollut koskaan kohdannut liikunnan sekä musiikin välistä musiikkileikkikoulun yhdistelmää, sillä sitä ei ollut missään muualla musiikkiopistoissa ja -kouluissa – konsepti oli itselleni täysin uusi. Musiikkiliikunta oli tullut monella tavalla tutuksi opiskelu- sekä aikaisempina työvuosina, mutta jumppamuskariin liittyvät kuitenkin toisenlaiset musiikkikasvatuksen lähtökohdat.

Musiikki on ollut aina itselleni suurena apuvälineenäni ilmaisuun, identiteetin rakentamiseen sekä uran luomiseen jo varhaisiästä alkaen. Liikunta on kuitenkin ollut itselleni hiukan vieraampi asia aiempien negatiivisten kokemusten takia. Olen kuitenkin vähitellen kokenut monenlaisten tutkimusten, hiljattaisen opiskelun sekä jumppamuskarin kautta myös liikunnan itselleni läheiseksi asiaksi.

Matkani jumppamuskarin vastuuopettajana Jamkids Musiikkikoulussa alkoi syksyllä 2023, jolloin pidin tutustumistunteja eri toimipisteissä. Koulutuksen myötä opin ymmärtämään jumppamuskarin tavoitteet ja tuntirakenteen, sekä sen, miten tilaa ja liikuntavälineitä hyödynnetään opetuksessa. Perehdyin myös siihen, miten jumppamuskarin sisältö ja kohderyhmä eroavat perinteisestä muskarista.

Lokakuussa 2023 osallistuin Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilun järjestämään liikuntaleikkikoulukoulutukseen Oppimiskeskus Valterissa. Koulutus syvensi osaamistani lasten liikuntakasvatuksen sisällöistä ja periaatteista, kuten tuntien rakenteesta, suunnittelusta ja monipuolisten liikuntavälineiden tarkoituksenmukaisesta käytöstä.

Vuoden 2023 marras–joulukuussa suoritin varhaisiän musiikkikasvatuksen opintoihin liittyvän opetusharjoittelun Saunalahden koulun 2–3-vuotiaiden jumppamuskariryhmässä. Harjoittelu antoi minulle käytännön kokemusta, uusia ideoita

sekä herätti kysymyksiä jumppamuskarin pedagogiikasta ja sen kehittämismahdollisuuksista.

Varsinainen opinnäytetyöhöni liittyvä tutkimus toteutettiin maaliskuussa 2024 samassa ryhmässä neljän viikon mittaisena kokeilujaksona. Kokeilujakson aikana toteutin neljä suunniteltua jumppamuskarin opetuskertaa, joiden avulla tarkastelin opetuksen sisältöjä ja ohjauksellisia ratkaisuja. Aineistonkeruumenetelminä käytin opetuserroista tehtyjä videotallenteita sekä ohjaajan omaa reflektivistä päiväkirjaa, jotka yhdessä muodostavat tutkimuksen empiirisen perustan. Videotallenne mahdollisti opetustilanteiden tarkemman analysoinnin jälkikäteen: esimerkiksi lasten liikkeiden, reaktioiden ja osallistumisen laadun havainnoinnin. Päiväkirjamerkinnot kirjoitettiin jokaisen opetuskerran jälkeen välittömästi, jolloin pystyin dokumentoimaan omia havaintojani, lasten yksilöllisiä vastauksia sekä ohjausprosessin onnistumisia ja haasteita. Näiden kahden aineiston kautta muodostuu kokonaisvaltainen kuva siitä, millaisia ohjauksellisia ja rakenteellisia ratkaisuja jumppamuskarissa voidaan hyödyntää, ja miten ne vaikuttavat lasten osallisuuteen ja hyvinvointiin.

Tutkimukseni keskiössä on selvittää, millaisia pedagogisia ratkaisuja ja rakenteita jumppamuskarin opetuksessa voidaan käyttää 2–3-vuotiaiden lasten liikunnallisen ja musiikillisen osallisuuden tukemiseksi. Opinnäytetyössä esittelen, mitä jumppamuskarin ohjaaja voi tunneilla tehdä. Kuinka suunnitella ja toteuttaa jumppamuscaria 2–3-vuotiaille? Miten tunnin ohjelman voi rakentaa? Mitä ohjaajan kannattaa erityisesti huomioida?

Opinnäytetyöni aluksi avaan tarkemmin varhaisiän musiikki- sekä liikuntakasvatuksen käsitteitä luvussa 2. Luvussa 3 tarkastelen 2–3-vuotiaiden toimintaa jumppamuskarissa, ja miten esimerkiksi musiikki sekä liikunta vaikuttavat lasten ja perheen hyvinvointiin. Luvussa 4 avaan laajemmin jumppamuskarin käsitettä, opetussuunnitelmaa, opettajan tehtäviä sekä sisältöä. Luvussa 5 kerron toteutetuista neljän viikon jumppamuskarin opetuserroista, sen tavoitteista ja sisällöistä, perustuen jumppamuskarin tuntisuunnitelmapohjaan. Luvussa 6 kerron harjoituksia sekä havaintoja jumppamuskarin sisällöstä sekä tuntisuunnitelman

rakenteesta ja arvioin opinnäytetyön opetusaineiston keräämistä sekä tutkimusmenetelmiä. Luvussa 7 on omia pohdintoja opinnäytetyön prosessista sekä jumppamuskarin jatkokehittämisen kysymyksiä.

2 Lasten musiikki- ja liikuntakasvatus

2.1 Taiteen perusopetuksen tavoitteet

Taiteen perusopetus on Opetushallituksen määrittelemä koulutusmuoto, jonka tavoitteena on tarjota lapsille ja nuorille mahdollisuus kehittää luovuuttaan, ilmaisutaitojaan ja taiteellista osaamistaan pitkäjänteisesti ja suunnitelmallisesti. Opetushallituksen (2017a) mukaan taiteen perusopetuksen keskeiset periaatteet korostavat oppilaan yksilöllistä kasvua, monipuolista taidekasvatusta sekä yhteisöllisyyden merkitystä oppimisessa (Opetushallitus 2017a).

Musiikin laajan oppimäärän opetussuunnitelmien perusteissa (Opetushallitus, 2017a) painotetaan sitä, että musiikin opiskelu luo pohjan pysyväälle musiikkisuhteelle. Tämä tarkoittaa sekä teknisten taitojen oppimista että ilon ja luovuuden säilyttämistä osana oppimisprosessia. Opetuksen tavoitteena on kehittää oppilaan valmiuksia musiikkiopintojen jatkamiseen eri koulutusasteilla, samalla kun tuetaan hänen kykyään harrastaa musiikkia itsenäisesti ja asettaa omia tavoitteitaan. Tähän liittyvät myös esteettinen kokeminen, luova ajattelu ja uuden tuottaminen, jotka eivät ole pelkästään musiikillisia taitoja, vaan vahvistavat lapsen minäkuvaa, itseluottamusta ja vuorovaikutustaitoja. Kun oppilas uskaltaa ilmaista itseään musiikin keinoin, hän rakentaa myös merkityksellistä suhdetta taiteeseen ja kulttuuriin ympärillään (Opetushallitus, 2017a).

Taiteen perusopetuksessa korostuu myös kulttuurisen osallisuuden kokemus. Opetushallituksen (2017b) mukaan opetus tukee oppilaan valmiuksia elinikäiseen taito- ja taidekasvatukseen harrastamiseen. Tämä näkökulma on erityisen tärkeä myös jumppamuskarin kaltaisessa toiminnassa, jossa lasta rohkaistaan ilmaisemaan itseään kehollisesti ja musiikillisesti, ja näin rakentamaan suhdetta

sekä omaan identiteettiin että ympäröivään kulttuuriperintöön. Tällaisessa toiminnassa korostuu taidekasvatuksen rooli hyvinvoinnin, osallisuuden ja itseilmaisun tukijana (Opetushallitus 2017b).

2.2 Varhaisiän musiikkikasvatuksen tavoitteet

Marjasen (2009) mukaan varhaisiän musiikkikasvatuksella tarkoitetaan musiikkikasvatustoimintaa, jota toteutetaan 0–8-vuotiaille lapsille. Tämä ikävaihe on erityisen otollinen musiikilliselle oppimiselle, sillä lapsen aistit, uteliaisuus ja liikumisen tarve ovat voimakkaassa kehitysvaiheessa (Marjanen, 2009, s. 388). Varhaisiän musiikkikasvatusta toteutetaan monenlaisissa ympäristöissä, kuten musiikkioppilaitosten musiikkileikkikouluissa, päiväkodeissa, perhepäivähoidossa sekä eri järjestöjen ja yksityisten tahojen tarjoamissa kerhoissa (Lindeberg-Piironen ym., 2017, s. 345).

Lindeberg-Piironen ym. (2017) korostavat, että varhaisiän musiikkikasvatuksen ydin rakentuu lapsen omista lähtökohdista: tavoitteena on tarjota kehitysvaiheeseen sopivia musiikillisia kokemuksia, jotka tukevat lapsen omaa ilmaisua, vuorovaikutusta ja oppimista. Opetus etenee tavoitteellisesti tasolta toiselle, ja että pitkäjänteinen toiminta voi herättää lapsessa kiinnostuksen musiikin harrastamiseen ja siten myös kulttuuriseen osallisuuteen (Lindeberg-Piironen ym. 2017, s. 344). Pääjoen (2020) mukaan musiikkikasvatukselle voidaan asettaa useita rinnakkaisia tavoitteita: musiikillisia, sosioemotionaalisia, psykomotorisia, esteettisiä ja kognitiivisia. Tämä kertoo siitä, että varhaisiän musiikkikasvatusta ei ole vain musiikin oppimista, vaan kokonaisvaltaista ihmisenä kasvun tukemista (Pääjoki, 2020, s. 123).

Taiteen perusopetuksen yleisen oppimäärän (2017b) opetussuunnitelmien perusteet tukevat tätä näkökulmaa. Varhaisiän musiikkikasvatuksessa pyritään myönteisen ja omakohtaisen musiikkisuhteen vahvistamiseen. Kun lapsi saa tilaisuuden kokea ja tuottaa musiikkia turvallisessa, leikkiin perustuvassa ympäristössä, rakentuvat samalla musiikillinen luovuus, itsetunto sekä valmiudet toimia ryhmässä. Leikki nähdään keskeisenä keinona kehittää sosiaalisia taitoja ja

oppimista, sillä sen kautta lapsi harjoittelee toimimista yksin ja yhdessä toisten kanssa (Opetushallitus, 2017b).

Lindeberg-Piironen & Ruokonen (2017) painottavat, että elämyksellisyys ja moniaistisuus ovat keskeisiä periaatteita, joiden varaan varhaisiän musiikkikasvatus rakentuu. Opetuksen tulee tavoittaa lapsi kokonaisuutena: kuuloaistin lisäksi hyödynnetään liikettä, tuntoaistia ja visuaalista ärsykettä, jolloin oppiminen tapahtuu usean aistin kautta. Samalla voidaan hyödyntää myös muiden taiteenalojen työtapoja ja tuoda opetukseen vaihtelevuutta sekä rikkaampia ilmaismahdollisuuksia. Näin musiikkikasvatus on aidosti kontekstuaalista: se rakentuu ympäröivän yhteiskunnan, kulttuurin ja ihmiskäsityksen pohjalta (Lindeberg-Piironen & Ruokonen 2017, s. 344–346).

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (2022) konkretisoivat näitä periaatteita. Suunnitelmassa korostetaan musiikillisten työtapojen, kuten laulun, loruilun, kehoittamisen, musiikin kuuntelun, liikkeen, tanssin ja pienten esitysten, merkitystä osana lapsen kokonaiskehitystä. Toiminta, joka mahdollistaa osallistumisen, kokeilun ja onnistumisen kokemukset, tukee lapsen musiikillista ilmaisua, luovuutta ja sosiaalista vuorovaikutusta. Samalla nämä hetket vahvistavat lapsen suhdetta musiikkiin yksilöllisesti, ei pelkästään opittavien käsitteiden kautta (Opetushallitus, 2022).

Lindeberg-Piironen ym. (2017) mukaan opettajan rooli varhaisiän musiikkikasvatuksessa on suunnitelmallinen, mutta samalla joustava ja herkkä lasten tarpeille. Opettaja nojaa opetussuunnitelmaan ja sen tavoitteisiin, mutta rakentaa opetuksen sisällöt aina myös omien pedagogisten arvojensa ja lapsiryhmän tilanteen mukaan. Tässä yhteydessä voidaan puhua myös niin sanotusta "piilo-opetussuunnitelmasta", jonka muodostavat sekä opettajan oma ajattelu että ryhmän vuorovaikutus, ilmapiiri ja yksilölliset lähtökohdat (Lindeberg-Piironen ym. 2017, s. 340, s. 344). Marjasen (2009) mukaan tällainen piilo-opetussuunnitelma vaikuttaa merkittävästi siihen, millaisia kokemuksia ja oppimistilanteita lapsille lopulta syntyy (Marjasen, 2009, s. 386).

2.3 Varhaisiän liikuntakasvatuksen tavoitteet

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (2022) mukaan varhaisiän liikuntakasvatuksen ensisijainen tavoite on herättää lapsessa ilo liikkumisesta ja tukea hänen kokonaisvaltaista kehitystään liikunnan keinoin. Kasvattajien tehtävänä on tarjota monipuolisia liikkumismahdollisuuksia ja rakentaa arkiympäristö sellaiseksi, että se houkuttelee lapsia liikkeelle (Opetushallitus, 2022). Liikunnan osalta Sääkslahti (2015) korostaa, että liikuntakasvatus tukee lapsen kokonaisvaltaista kehitystä kehollisuuden, motoristen taitojen ja tunneilmaisun kautta (Sääkslahti, 2015, s. 15).

Zimmerin (2002) sekä Sääkslahden (2007) mukaan varhaisiän liikuntakasvatus muodostuu ohjatuista, säännöllisistä ja ennakkoon suunnitelluista liikuntatilanteista, joiden aikana lapselle annetaan tilaa myös omille ideoilleen ja kiinnostuksen kohteilleen (Zimmer, 2002, s. 11; Sääkslahti, 2007, s.39-40). Tällaiset liikuntatuokiot voivat toteutua erilaisissa ympäristöissä: päivähoidossa, harrastusryhmissä tai esimerkiksi liikuntaleikkikouluissa, kuten Liikkarissa, joka tarjoaa selkeän ja toimivan rakenteen liikuntakasvatuksen tavoitteiden toteuttamiseen 2–6-vuotiaiden lasten kanssa (Suomen Olympiakomitea, n.d.).

Varhaisiän liikuntakasvatus ei kuitenkaan rajoitu fyysisten taitojen harjoittamiseen. Zimmerin (2002) ja Sääkslahden (2015) mukaan sen ytimessä on ajatus lapsen kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista: liikunta tukee paitsi motorisia taitoja, myös tunne-elämää, sosiaalisia suhteita ja kognitiivista kehittymistä. Tällöin liikkuminen ei ole vain toimintaa, vaan se on myös väline, jonka avulla lapsi oppii ilmaisemaan itseään, käsittelemään tunteitaan ja rakentamaan yhteyttä toisiin ihmisiin ja ympäristöönsä. Kehon ja aistien kautta tapahtuva oppiminen antaa perustan myös luovalle ajattelulle ja itseilmaisulle (Zimmer 2002, s. 117; Sääkslahti 2015, s. 153–154).

Zimmerin (2002) mukaan keskeisiä sisältöjä ovat niin sanotut perusliikkeet, kuten kävely, juoksu, hyppääminen, kiipeäminen, heittäminen ja kieriminen. Nämä

muodostavat motoristen taitojen perustan ja toimivat pohjana sekä yleis- että urheilumotoriikalle. Zimmer (2002) tuo esiin, että liikuntakasvatuksessa harjoitellaan myös koordinaatiokykyjä, kuten tasapainoa, reaktiokykyä ja tilan hahmottamista. Näiden taitojen kehittäminen tapahtuu monipuolisten harjoitusten ja välineiden avulla – liikutaan itse, liikutetaan välineitä tai liikutaan välineissä – mikä vahvistaa sekä fyysistä toimintakykyä että kehotietoisuutta (Zimmer, 2002, s. 125–126).

Varhaiskasvatussuunnitelman (2022) mukaan liikuntakasvatuksen suunnittelun tulisi olla joustavaa ja muovautua lasten tarpeiden, mielikuvien ja kiinnostuksen kohteiden mukaan. Tämä tarkoittaa käytännössä sitä, että opettajan tehtävänä on tarkkailla ryhmän dynamiikkaa ja muokata toimintaa sen mukaisesti. Esimerkiksi tehtävät voivat lähteä liikkeelle lasten omista leikeistä tai kokemuksista, joita sitten syvennetään liikkeen ja toiminnan kautta. Näin lapsi ei ainoastaan seuraa ohjeita, vaan saa mahdollisuuden osallistua ja vaikuttaa toiminnan kulkuun, mikä puolestaan lisää motivaatiota ja sitoutumista (Opetushallitus, 2022).

Sääkslahden (2007) mukaan varhaisiän liikuntakasvatus siis tarjoaa paitsi fyysisiä valmiuksia myös mahdollisuuden oppia tunnetaitoja, itsesäätelyä ja yhteistyötä. Se rakentuu suunnitelmallisesta, mutta leikkiin ja spontaaniuteen avoimesti suhtautuvasta ohjauksesta, jossa lapsi on aktiivinen toimija – omassa kehossaan, suhteessa toisiin ja ympäristöön (Sääkslahti, 2007, s.39–40).

2.4 Taito- ja taidekasvatuksen periaatteet

Ruokosen (2022) mukaan taito- ja taidekasvatus tarjoaa lapselle mahdollisuuden kokea, ilmaista ja ymmärtää maailmaa monipuolisesti sekä omien tunteidensa että vuorovaikutuksen kautta. Näiden aineiden kautta lapsi voi oppia ymmärtämään yhteiskunnallisia ilmiöitä, kuten yhdenvertaisuutta, tasa-arvoa ja kulttuurista moninaisuutta, tavalla, joka rakentuu käytännön kokemusten ja kohtaamisten varaan. Tällaisessa prosessissa aikuisen tuki on keskeisessä roolissa. Lapsi tarvitsee turvallista läsnäoloa, jotta hän voi kohdata uusia asioita ja rakentaa kokonaisvaltaisesti myönteistä minäkuvaa (Ruokonen 2022, s. 20).

Uusikylä (2022) korostaa, että aito- ja taideaineilla on keskeinen merkitys lapsen tunne-elämän ja itsetunnon vahvistamisessa. Taito- ja taidekasvatus luo lapsille kokemuksia onnellisuudesta ja ilosta, jotka voivat ulottua yksilötasoa laajemmalle, jopa edistää yhteisöllisyyttä ja paremman maailman rakentamista. Taiteen tekeminen ja kokeminen voivat näin avata lapselle mahdollisuuden osallistua omaan kulttuuriinsa ja yhteisöönsä merkityksellisellä tavalla (Uusikylä, 2022, s. 40, s. 44).

Linnavalli & Huotilainen (2022) puolestaan painottavat taito- ja taidekasvatuksen joustavuutta ja yksilöllisyyttä. Ne tarjoavat väylän tukea lasten erilaisia kehityspolkuja, koska toiminta näissä aineissa on lähtökohtaisesti lapsilähtöistä. Lapsi ei ole vain passiivinen vastaanottaja, vaan aktiivinen toimija, joka säätää ja muokkaa toimintaa oman kokemusmaailmansa mukaisesti. Tämä korostaa taito- ja taideaineiden saavutettavuutta ja tasa-arvoisuutta: jokainen lapsi voi osallistua omalla tavallaan, omista lähtökohdistaan käsin (Linnavalli & Huotilainen 2022, s. 68–70).

Linnavallin & Huotilaisen (2022) mukaan musiikki ja liikunta ovat esimerkkejä taito- ja taideaineista, joiden avulla voidaan tukea lapsen vuorovaikutustaitoja ja kielellistä kehitystä, myös silloin kun suomen tai ruotsin kieli ei ole vielä hallussa. Samalla nämä aineet mahdollistavat luontevan osallistumisen oppimistilanteisiin, joissa kieltä tärkeämpi on kehollinen, rytmisen tai toiminnallinen ilmaisu. Erityisesti sellaiset lapset, joilla on haasteita tarkkaavaisuudessa, toiminnanohjauksessa tai motoriikassa, voivat hyötyä taito- ja taidekasvatuksen tarjoamista moniaistisista ja emotionaalisesti motivoivista oppimistilanteista (Linnavalli & Huotilainen, 2022, s.68–70).

Linnavallin & Huotilaisen mukaan (2022) taito- ja taidekasvatus muodostaa siten tärkeän osan varhaiskasvatuksen kokonaisuutta. Se ei ole pelkästään sisällöllinen alue, vaan pedagoginen lähestymistapa, joka auttaa lasta hahmottamaan itseään ja ympäröivää maailmaa, löytämään paikkansa yhteisössä ja kehittämään itseluottamustaan sekä ilmaisutaitojaan turvallisessa, luovassa ja kannustavassa ympäristössä (Linnavalli & Huotilainen, 2022, s.68–70).

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (2022) mukaan musiikin ja liikunnan yhdistäminen tukee monia taidekasvatuksen tavoitteita, kuten esteettisen hahmotuskyvyn kehittämistä, motoristen taitojen vahvistamista sekä tunneilmaisun ja vuorovaikutustaitojen edistämistä. Musiikkikasvatuksen osalta tavoitteena on oppia ymmärtämään musiikin peruselementtejä, kuten rytmiä, melodiaa ja dynamiikkaa, ja käyttää niitä ilmaisun välineenä (Opetushallitus, 2022).

3 2–3-vuotias jumppamuskarissa

3.1 Musiikin ja liikunnan vaikutukset lasten ja perheen hyvinvointiin

Hyvinvointi muodostuu monista osatekijöistä ja ulottuvuuksista, jotka liittyvät niin yksilön kokemukseen kuin yhteiskunnallisiin olosuhteisiin. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (2024) mukaan hyvinvointi käsittää sekä yksilöllisen että kollektiivisen tason: siihen vaikuttavat esimerkiksi sosiaaliset suhteet, itsensä toteuttaminen ja tunne kuulumisesta joukkoon. Laajemmin tarkasteltuna yhteisöllinen hyvinvointi rakentuu muun muassa elinoloista, toimeentulosta, työelämän laadusta ja ympäristöstä, joka mahdollistaa terveelliset valinnat arjessa (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 2024).

Määttä (2016) mukaan lapsen hyvinvointi syntyy arjen rakenteista: turvallisista ihmissuhteista, ennakoitavista rutiineista ja aikuisen läsnäolosta. Erityisesti kodin ilmapiiri, lepo, ruokailu, liikunta ja sosiaaliset kontaktit vaikuttavat ratkaisevasti siihen, miten lapsi voi ja kehittyy. Lapsi ei voi vastata hyvinvoinnistaan yksin, vaan perheen ja varhaiskasvatuksen merkitys on keskeinen (Määttä ym. 2016, s. 29–30).

Tällaisessa kehitysympäristössä jumppamuskarin voi toimia hyvinvoinnin tukijana, sillä siinä yhdistyvät liikunta ja musiikki luontevaksi, elämykselliseksi ja vuorovaikutteiseksi kokonaisuudeksi. Zimmerin (2002) mukaan aikuisen aktiivinen osallistuminen tunnille luo turvallisuuden tunnetta ja vahvistaa lapsen rohkeutta osallistua. Varhaislapsuuden liikuntahetkissä aikuisen mukanaolo tukee

lapsen motorista kehitystä sekä vahvistaa perheen sisäisiä vuorovaikutussuhteita (Zimmer 2002, s. 88–89).

Musiikilla on varhaislapsuudessa erityinen rooli kielen kehityksessä, tunnetaitojen tukemisessa ja keskittymiskyvyn vahvistamisessa. Huotilaisen (2019) mukaan laulaminen, rytmikka ja toistuvat musiikilliset hetket tukevat kuulomuistia ja tarkkaavaisuustaitoja sekä vaikuttavat suoraan lapsen keholliseen vireyteen: rauhallinen musiikki rauhoittaa, ja nopeampi tempo aktivoi. Musiikki toimii myös siirtymävaiheissa ja ryhmän ohjaamisessa. Samanaikaisesti se vahvistaa lapsen ja vanhemman välistä yhteyttä, erityisesti silloin, kun yhdessä lauletaan ja liikutaan rytmissä, samassa kehollisessa kokemuksessa (Huotilaisen, 2019, s. 145–147).

Laululeikit ja rytmiharjoitukset tukevat Huotilaisen (2019) mukaan lasten välistä vuorovaikutusta ja empatiaa. Samassa rytmissä liikkuminen ja laulaminen luo yhteisöllisyyden tunnetta, joka kantaa myös arjen ulkopuolelle, esimerkiksi iltalauluihin ja perheen omiin rutiineihin (Huotilainen, 2019, s. 147). Varhaisiän musiikkikasvatus vaikuttaa myös aivojen kehitykseen. Huotilainen & Peltonen (2017) osoittavat, että musiikin rakenteiden, laulamisen ja rytmien harjoittelu kehittää keskittymistä ja kuulemisen tarkkuutta, taitoja, joita tarvitaan muun muassa lukemaan oppimisessa. Musiikin harrastaminen varhaislapsuudessa on yhdistetty positiivisiin muutoksiin niillä aivoalueilla, jotka liittyvät motorisiin taitoihin, kuuloon ja tarkkaavaisuuteen (Huotilainen & Peltonen, 2017, s. 45–50).

Liikunta on puolestaan luonnollinen ja kehityksellisesti tärkeä osa lapsen arkea. Sääkslahti (2015) painottaa, että fyysisen kehityksen lisäksi liikkuminen tukee lapsen tunne-elämää ja sosiaalisia taitoja. Liikkuminen hyppimällä, tasapainoilemalla ja kiipeämällä vahvistaa lapsen itseluottamusta ja auttaa häntä hahmottamaan oman kehonsa mahdollisuudet ja rajat (Sääkslahti 2015, s. 141–143).

Fyysinen aktiivisuus tukee myös aivojen kehitystä. Huotilainen & Peltonen (2017) kirjoittavat, että liikunta edistää uusien aivosolujen säilymistä ja hermo-

verkkojen vahvistumista. Leikki-ikässä liikunta lisää harmaan ja valkean aivoaineen määrää erityisesti otsalohkon alueilla, mikä puolestaan tukee toiminnanohjausta ja päätöksentekoa. Nämä taidot ovat tärkeitä paitsi oppimisessa, myös arjessa selviytymisessä (Huotilainen & Peltonen, 2017, s. 57–65).

Liikunta ei vaikuta pelkästään lapseen – se tukee koko perheen hyvinvointia. Huotilainen (2019) osoittaa, että fyysinen aktiivisuus lisää dopamiinituotantoa, joka parantaa keskittymistä, mielialaa ja oppimisen iloa. Säännöllinen liikkuminen voi lievittää levottomuutta ja tukea tunnetaitoja, mikä on tärkeää erityisesti lapsille, joilla on tarkkaavuuden haasteita, kuten ADHD-oireita. Liikunta voi toimia ehkäisevästi myös mielenterveyden näkökulmasta ja tarjota koko perheelle yhteisiä, vahvistavia kokemuksia. Kun liikunnasta tulee osa perheen arkea varhaisessa vaiheessa, se voi juurtua pysyväksi tavaksi lisätä hyvinvointia, yhdessäoloa ja iloa (Huotilainen, 2019, s. 82–85).

3.2 Musiikin ja liikkeen yhdistäminen jumppamuskarissa

Jumppamuskarit tarjoaa lapselle kokonaisvaltaisen tavan oppia, kokea ja ilmaista itseään, ja juuri musiikin ja liikkeen yhdistäminen tekee siitä niin erityisen. Juntusen (2011) mukaan kun lapsi pääsee osallistumaan kehollisesti, hän ei ainoastaan kuuntele tai katso, vaan kokee asiat koko kehollaan. Kehon kautta lapsi oppii hahmottamaan ympäristöä, tunteitaan ja vuorovaikutussuhteitaan – sillä kehollinen oleminen on tapa olla maailmassa (Juntunen, 2011, s. 245–247).

Tämänkaltaisessa kehollisessa toiminnassa Dalcroze-rytmiikan ajattelu toimii jumppamuskarin pedagogisena perustana. Juntusen (2011) mukaan siinä musiikkia ei opita pelkästään kuuntelemalla, vaan ennen kaikkea liikkeen ja kehoisten kokemusten kautta. Lapsi ei siis vain kuule musiikkia, hän tuntee sen: liikkeenä, rytminä ja eläytymisenä. Tämä on varhaiskasvatuksessa erityisen merkityksellistä, sillä oppiminen tapahtuu silloin aistien, kehollisuuden ja leikin kautta.

Kun musiikki ja liike yhdistyvät, ne tukevat lapsen emotionaalista ilmaisua, kehötietoisuutta ja vuorovaikutustaitoja, taitoja, jotka eivät kehity yksinomaan opettamalla vaan kokemuksen kautta (Juntunen, 2011, s. 245–247).

Tutkimusten mukaan kehollinen musiikillinen toiminta syventää lapsen musiikillista ymmärrystä ja tukee hänen kokonaisvaltaista kehitystään (Juntunen, 2011, s. 250–251). Kivelä-Taskinen (2016) lisää, että musiikin rytmisissä tehdyt liikesarjat auttavat koordinaatiokyvyn kehittämisessä (Kivelä-Taskinen, 2016, s. 38). Juntusen (2023) mukaan kehollinen oppiminen ei ole vain väline johonkin, vaan tavoite itsessään. Liikkeen kautta lapsi oppii tuntemaan itsensä, rakentaa suhdetta toisiin ja ympäröivään kulttuuriin (Juntunen, 2023, s. 31–33). Juntunen (2011) korostaa, että kehollinen tieto ja liikkeeseen perustuvat oppimiskokemukset vahvistavat lapsen itsetuntemusta ja itseluottamusta (Juntunen, 2011, s. 255). Siksi esimerkiksi hyppiminen, keinuminen, rytmien tuottaminen tai soittimien kanssa työskentely eivät ole vain hauskaa tekemistä, vaan ne kehittävät samalla aivojen ja kehon yhteistoimintaa (Huotilainen & Peltonen, 2017, s. 45–50).

Huhtinen-Hildénin ja Pittin (2018) mukaan liike musiikin tahdissa auttaa aivoja jäsentämään ja käsittelemään aistitietoa tehokkaammin. Tämä voi tukea oppimista muillakin osa-alueilla, kuten kielen kehityksessä ja keskittymiskyvyssä. Musiikillinen liike on siten olennainen osa varhaiskasvatuksen kokonaisvaltaista pedagogiikkaa, sillä se yhdistää kehollisuuden, aistikokemukset ja luovan ilmaisun (Huhtinen-Hildén & Pitt, 2018, s. 20–21).

Jumppamuskari tarjoaa perheelle mahdollisuuden osallistua toimintaan yhdessä. Laululeikit, rytmiharjoitukset ja yhteinen liikehetki tuovat iloa ja vahvistavat lapsen ja aikuisen välistä vuorovaikutusta. Näin jumppamuskari monien kokeilujen myötä tukee paitsi lapsen kehitystä myös koko perheen hyvinvointia ja arjen rytmiä. Yhteiset kokemukset jäävät elämään lapsen muistiin turvallisina, iloisina hetkinä.

Kaiken kaikkiaan musiikin ja liikkeen yhdistäminen jumppamuskarissa vastaa niitä varhaiskasvatuksen keskeisiä tavoitteita, jotka liittyvät kehollisuuteen, leikkiin, vuorovaikutukseen ja kokonaisvaltaiseen oppimiseen. Jumppamuskarin ei ole kokemuksen mukaan pelkästään hauskaa ja iloista tekemistä, vaan myös kehityksellisesti merkityksellistä ja pedagogisesti perusteltua toimintaa, juuri siksi se on niin tärkeää.

3.3 Kehitysvaihe ja oppimisen mahdollisuudet jumppamuskarissa

Mannerheimin Lastensuojeluliiton (2024) mukaan 2–3-vuotias lapsi on kehityksessään vaiheessa, jossa motoriset taidot kehittyvät nopeasti ja liikkumisesta tulee luonteva osa arkea. Tämän ikäinen lapsi hallitsee jo monia perusliikuntataitoja, kuten kävelyn, juoksun ja pallon potkimisen. Kolmannen ikävuoden aikana mukaan tulevat esimerkiksi vuorojaloin kiipeäminen, hyppiminen ja monimutkaisempien liikkeiden yhdistely. Lapselle liikkuminen on ennen kaikkea tapa tutkia ympäristöään, ilmaista itseään ja vahvistaa omaa toimijuuttaan (Mannerheimin Lastensuojeluliitto, 2024).

Samanaikaisesti lapsi on musiikillisesti erittäin vastaanottavainen. Lindeberg-Piironen ja Ruokosen (2017) mukaan 2–3-vuotiaat reagoivat musiikkiin välittömästi ja spontaanisti: esimerkiksi taputtaen, keinuen tai tanssien. Musiikki kytkeytyy luonnostaan ääneen, liikkeeseen ja leikkiin. Loruttelu ja toistuvat rytmit tuovat turvaa ja tuntuvat lapsesta miellyttäviltä (Lindeberg-Piironen & Ruokonen, 2017, s. 110–119; Ruokonen 2016, s. 44).

Jumppamuskarin rakentuu juuri tämän ikävaiheen kehitystarpeiden ja varhaisiän musiikki- ja liikuntakasvatuksen tavoitteiden pohjalle. Sen pedagoginen idea on tarjota turvallinen ja inspiroiva ympäristö, jossa lapsi saa liikkua, musisoida ja oppia – kokeilla omaa ilmaisuaan ja kehoaan, mutta myös harjoitella yhteistoimintaa ryhmässä. Oppimisen alueita ovat muun muassa rytmin tunnistaminen ja liikkeellä siihen vastaaminen (esim. nopea–hidas tai kevyt–voimakas), kehonosien nimeäminen ja niiden käyttäminen liikkeessä, mallin mukaan toimiminen

(esim. hyppiminen, kieriminen, ryömiminen) sekä musiikin ja liikkeen yhdistäminen rytmillisen ilmaisun kautta.

Lisäksi jumppamuskari tarjoaa mahdollisuuden harjoitella ryhmässä toimimisen perustaitoja, kuten vuoron odottamista ja yhteistä tekemistä rytmissä. Tällaiset taidot tukevat paitsi lapsen sosiaalista kasvua, myös tunnetta kuulumisesta joukkoon – mikä on lapsen hyvinvoinnin kannalta keskeistä (Lindeberg-Piironen & Ruokonen, 2017, s. 68, 110–115). Jumppamuskari saattaakin olla monelle lapselle ensimmäisiä ryhmätilanteita, joissa yhteinen rytmi, toiminta ja säännönmukaisuus alkavat jäsentää kokemusta yhteisöllisyydestä.

Ohjaajalta 2–3-vuotiaiden ryhmän ohjaaminen vaatii erityistä herkkyyttä ja taitoa huomioida lapsen kehitysvaihe. Huhtinen-Hildén ja Pitt (2018) korostavat, että lapsen keskittymiskyky on vielä lyhyt, minkä vuoksi toiminnan on hyvä olla selkeää, toistuvaa ja rakenteeltaan helposti hahmotettavaa. Leikki, rytmi ja ennakoitavuus ovat avaintekijöitä lapsen osallistumiseen ja rohkeuteen kokeilla uutta. Tarvitaan myös lämmin ilmapiiri, jossa virheitä ei pelätä – vaan jokainen hetki on mahdollisuus oppia (Huhtinen-Hildén & Pitt, 2018, s. 44–47).

Jumppamuskarin pedagogiikassa ohjaajan rooliin kuuluu suunnitella monipuolisia ja kehitystasoon sopivia harjoituksia, jotka tukevat sekä yksilöllistä että ryhmässä tapahtuvaa oppimista. Esimerkiksi alkulaulut ja tuttu lopetusrutiini luovat tunne- ja aikarakenteen, jonka avulla lapsi hahmottaa oppimiskokemusta kokonaisuutena ja kokee turvallisuutta. Kun lapsi tietää, mitä odottaa, hän uskaltaa toimia vapaammin ja osallistua rohkeammin.

Vaikka lapsi on aktiivinen toimija, vanhemman tai huoltajan rooli on edelleen merkittävä. Lapsi tarvitsee aikuisen läsnäoloa, mallia ja tunnetukea. Mannerheimin Lastensuojeluliiton (2024) mukaan vanhemman osallisuus aktivoi lasta osallistumaan ja tuo turvallisuuden tunnetta. Aikuinen toimii mallina ja yhteisen tekemisen mahdollistajana (Mannerheimin Lastensuojeluliitto, 2024). Jumppamuskari onkin parhaimmillaan jaetuista kokemuksista syntyvä hetki, jossa lapsi ja vanhempi oppivat ja iloitsevat yhdessä.

4 Jumppamuskarin konsepti

4.1 Jumppamuskarin tavoitteet

Jamkids Musiikkikoulu (2025) tarjoaa varhaisiän musiikkikasvatusta eri-ikäisille lapsille painottaen leikkiä, luovuutta ja yhteisöllisyyttä. Tavoitteena on tukea lapsen suhdetta musiikkiin monipuolisesti ja myönteisessä ilmapiirissä. Jumppamuskarin on yksi Jamkidsin opetustarjonnan muodoista, jossa musiikki ja liike yhdistyvät kokonaisvaltaiseksi oppimiskokemukseksi. Sen keskeisiä tavoitteita ovat lapsen motoristen, sosiaalisten, kielellisten ja musiikillisten taitojen tukeminen sekä liikkumisen ilon vahvistaminen ja rohkeuden lisääminen ilmaista itseään (Jamkids, 2025).

Jumppamuskarin on suhteellisen uusi toimintamuoto, jota on toteutettu Jamkidsilla noin vuodesta 2022 lähtien. Kyseessä on muskarityyppi, jossa yhdistyvät sekä varhaisiän musiikkikasvatuksen että liikuntakasvatuksen tavoitteet ja periaatteet, kuten aiemmin luvussa 2 on avattu. Käytännössä tämä tarkoittaa, että muskarin perinteiset sisällöt, kuten laulaminen, soittaminen ja kuunteleminen, yhdistetään monipuolisiin liikuntamuotoihin. Liikunnan osuus voi näyttäytyä isossa mittakaavassa esimerkiksi vapaina liikkeinä, ohjattuna liikkumisena tai yksinkertaisina liikekoreografioina. Toisaalta mukaan otetaan myös pienimuotoisempaa, hienomotorista harjoittelua, jossa keskitytään vaikkapa sormien hallintaan ja koordinaatioon.

Jumppamuskarin eroaa perinteisestä musiikkiliikunnasta erityisesti siinä, että motorisiin taitoihin pureudutaan vielä syvemmin. Lisäksi tunneilla hyödynnetään mahdollisuuksien mukaan liikuntavälineitä, mikä tekee toiminnasta aiempaa monipuolisempaa ja laajempaa. Kuten Juntunen (2010) on todennut, musiikkiliikunnassa motoriset harjoitteet eivät välttämättä ole toistuvasti keskiössä, vaan ne vaihtelevat enemmän musiikillisten elementtien mukaan. (Juntunen 2010, s. 13). Musiikkiliikunta on erillinen tuntisuunnitelman osuus, kuten muut varhaisiän musiikkikasvatuksen työtavat. Jumppamuskarissa motoristen taitojen kehittäminen on kuitenkin syvällisempää ja tietoisempaa osaa toimintaa.

Jamkids-jumppamuskarin rakentuu vahvasti lapsilähtöisyyden, yksilöllisyyden ja positiivisen pedagogiikan varaan. Jokaisella tunnilla pyritään luomaan lämmin, turvallinen ja innostava ympäristö, jossa lapsi uskaltaa kokeilla, tutkia ja oppia omassa tahdissaan. Tavoitteena on, että jokainen lapsi voi kokea onnistumisen tunteita ja löytää iloa sekä musiikista että liikkeestä.

4.2 Jumppamuskarin opettajan tehtävät

Jumppamuskarin opettajalla on tärkeä ja monipuolinen rooli, koska hän vastaa sekä musiikki- että liikuntahetken suunnittelusta, toteutuksesta ja tunnelman luomisesta. Opettaja toimii havaintojeni mukaan yhdistäjänä näiden kahden alueen välillä, jotta tunnin kokonaisuus olisi johdonmukainen ja elämyksellinen. Tavoitteena on luoda oppimisympäristö, joka on toisaalta suunniteltu ja selkeä, mutta silti joustava ja sellainen, jossa lapsi voi osallistua aktiivisesti ja omalla tavallaan.

Olen todennut, että ohjaajalla täytyy olla osaamista sekä musiikillisista sisällöistä, kuten laululeikeistä, rytmityöskentelystä ja soittoharjoituksista – että musiikkipedagogiikan lisäksi liikuntapedagogiikasta, eli siitä, miten lasten kanssa liikutaan tavalla, joka tukee heidän kehitystään ja antaa tilaa erilaisille kehoille ja rytmeille. Nämä kaksi aluetta pitäisi pystyä yhdistämään sellaiseksi kokonaisuudeksi, joka sopii juuri tietyn ryhmän tarpeisiin, jokainen ryhmä on erilainen, ja lapset ovat eri vaiheissa kehitystään.

Olen myös todennut, että ohjaajan vuorovaikutustaidot nousevat tosi tärkeään rooliin, koska hyvä kontakti lapsiin syntyy vain läsnäololla, aidolla kiinnostuksella ja sillä, että huomaa pienetkin reaktiot. Ohjaajan pitäisi pystyä havainnoimaan, miten lapset reagoivat, mikä heitä innostaa ja mikä taas ei ehkä toimi, ja sen mukaan sitten muuttaa suunnitelmaa lennossa, jos tarve vaatii.

Usein ohjaus kokemukseni mukaan rakentuu näyttämisen varaan – eli ohjaaja näyttää esimerkkiä, osallistuu itse ja samalla sanallisesti ja kehollisesti ohjaa, jotta lapsi tietää, mitä tehdään. Mutta kaikkein tärkeintä on se, että lapsi kokee

olevansa mukana ja osa yhteistä hetkeä, eikä vain seuraa sivusta takaa. Osallistava ote on tärkeä siksikin, että silloin lapsi voi löytää omia tapojaan osallistua, eikä hänen tarvitse osata heti kaikkea valmiiksi, vaan riittää, että hän uskalltaa yrittää parhaansa.

4.3 Jumppamuskarin sisältö

Toimiva tuntisuunnitelma varhaisiän musiikkikasvatuksessa on sellainen, joka luo selkeän mutta elävän rungon oppituokiolle. Sen tarkoitus on tarjota tila lasten osallistumiselle, vuorovaikutukselle ja erilaisille musiikkikasvatuksen työtaivoille. Huhtinen-Hildén ja Pantsu (2017, s. 380–381) kuvaavat, että hyvä tuntisuunnitelma voi olla kuin sävellys, siinä on alku, kaari ja loppu, mutta se elää aina tilanteen ja lasten mukana. Suunnittelu lähtee liikkeelle siitä, mitä lapset tarvitsevat ja mikä heitä voisi innostaa. Tunnille valitaan sisältöjä kuten laulamista, liikettä, soittamista, loruttelua ja improvisointia, ja niistä rakennetaan selkeä kokonaisuus (Huhtinen-Hildén & Pantsu, 2017, s. 381–382).

Huhtinen-Hildenin & Pantsun (2017) mukaan tärkeää on myös se, että opettaja valmistautuu kunnolla, suunnittelee rakenteen, valitsee sopivat materiaalit ja miettii etukäteen, miten voi toimia eri tilanteissa. Samalla reflektointi eli oman opetuksen pohtiminen auttaa kehittymään opettajana (Huhtinen-Hildén & Pantsu, 2017, s. 386–387). Huhtinen-Hildenin (2017) mukaan suunnitelmallisuus ei kuitenkaan tarkoita sitä, että kaikki pitää mennä juuri niin kuin on kirjoitettu, asioita voi aina muuttua hetkessä minä hyvänsä. Opettajan täytyy olla valmis muuttamaan suuntaa ja seuraamaan lasten impulssia, koska oppiminen syntyy usein niissä hetkissä, joita ei voi etukäteen täysin ennustaa (Huhtinen-Hildén, 2017, s. 389–393).

Tuntisuunnitelma antaa siis raamit, mutta opettajan läsnäolo, vuorovaikutus ja hetkeen tarttuminen tekevät siitä toimivan. Huhtinen-Hildenin (2017) mukaan tavoitteena ei ole pelkästään uuden oppiminen, vaan myös se, että lapsi kokee iloa, tunnetta, onnistumista ja yhteenkuuluvuutta (Huhtinen-Hildén 2017, s. 392–395).

Kun suunnitellaan liikuntatuokioita pienille lapsille, täytyy huomioida monta käytännön asiaa. Sääkslahden (2015) mukaan esimerkiksi tila, lasten ikä ja ryhmän koko vaikuttavat siihen, mitä voi tehdä. Jos ryhmässä on lapsia, jotka tarvitsevat enemmän tukea, se otetaan huomioon jo suunnittelussa. Myös tarvittavat välineet mietitään etukäteen. Tuokio rakentuu yleensä vaiheista: aloituksesta, aktiivisesta osuudesta, siirtymisistä, rauhoittumisesta ja lopetuksesta. Musiikin avulla voidaan tukea rauhoittumista ja kehotietoisuutta, mikä on tärkeää etenkin vilkkaille pienille lapsille (Sääkslahti, 2015, s. 180–181).

Lapsilähtöisyys ja oppimisen ilo ovat avainasioita myös liikunnassa. Sääkslahden (2015) mukaan ohjaajan tehtävänä on huomioida lasten viireystila ja mielenkiinnon kohteet sekä säädellä harjoituksia niin, että jokainen lapsi saa kokea onnistumista. Erilaiset opetus- ja ohjaustyylit, kuten tehtäväohjaus, parityöskentely, ongelmanratkaisu ja lasten omat esitykset, auttavat tekemään opetuksesta monipuolista ja kiinnostavaa. Myös palautteen antaminen on tärkeää, kun lapsi saa kannustavaa ja yksilöllistä palautetta, hänen motivaationsa ja itsetuntonsa vahvistuvat (Sääkslahti, 2015, s. 182–198). Turvallinen ilmapiiri, jossa saa yrittää, epäonnistua ja onnistua, on kaiken oppimisen perusta.

Jumppamusikari yhdistää nämä molemmat maailmat: musiikin ja liikunnan. Tun-tisuunnitelmassa otetaan ehdottomasti huomioon varhaisiän musiikkikasvatuk-sen periaatteet, kuten elämyksellisyys, vuorovaikutus ja toiminnallisuus, ja ne yhdistetään liikuntakasvatuksen tavoitteisiin, kuten motoristen taitojen kehittämi- seen ja keholliseen ilmaisuun. Olen todennut opetuksissani, että selkeä ra- kenne, tuttu rytmi ja toistuvat elementit antavat lapselle turvaa ja ennakoita- vuutta. Samalla musiikki antaa virikkeitä liikkeelle ja liike taas syventää musiikil- lista kokemusta.

Opettaja voi käyttää esimerkiksi rytmileikkejä, joissa yhdistyy laulaminen, soitta- minen ja liikkuminen. Tällöin harjoitetaan sekä musikaalisuutta että kehonhallin- taa. Huhtinen-Hildenin (2017) mukaan suunnitelmallisuus ja pedagoginen herkkyy- s kulkevat käsikädessä, joskus on hyvä pysyä suunnitelmassa, mutta välillä on tärkeää heittäytyä hetkeen ja mennä lasten mukana (Huhtinen-Hildén, 2017,

s. 394–395). Työkokemukseni mukaan opetusmenetelmissä voi käyttää sekä liikuntakasvatuksen tuttuja tapoja, kuten tehtävähajausta tai parityötä, että musiikkikasvatuksen osallistavia ja kehollisia työtapoja. Tavoitteena on, että lapsi saa ilmaista itseään, kokea yhteisöllisyyttä ja oppia omalla tavallaan.

Omassa jumppamuskarissani hyödynsin Jamkidsin valmiita teemoja, ja näissä opinnäytetyöhön liittyvillä oppitunneilla oli teemana sirkusmaailma. Jamkidsilla on käytäntö, jossa teema vaihtuu viiden viikon välein, jotta tekeminen pysyy vaihtelevana ja mielenkiintoisena sekä lapsille että opettajalle. Teemojen kautta lapset oppivat myös kulttuurista, asiakontekstista ja siitä, miten asioita voi ilmaista eri tavoin.

Tuntisuunnitelman alussa kirjaan aina ylös päivän tavoitteet, ne voivat olla pieniä tai isompia. Tämä auttaa itseäni hahmottamaan, mitä toivon lasten oppivan tai kokevan juuri sillä tunnilla. Tuntisuunnitelmassa on mukana tunnin rakenne, materiaalit, tarvittavat välineet ja ohjeet eri harjoituksiin. Sen avulla on myös helpompi arvioida jälkepäin, miten tunti meni ja mitä voisi kehittää.

Jumppamuskarin tuntisuunnitelma voi sisältää esimerkiksi seuraavat osiot: tervetulo laulu, yhteinen lämmittely, rytmitehtävä musiikin kanssa, liikunnallinen leikki, luova liikeharjoitus, rauhoittava musiikkihetki ja lopuksi tuttu lopetuslaulu. Omasta kokemuksestani voin sanoa, että rakenteen kannattaa olla selkeä mutta samalla joustava, jotta sitä voi muokata lasten vireystason mukaan.

Soittimista jumppamuskariin sopivat parhaiten ne, joita pienet kädet pystyvät helposti käsittelemään. Esimerkiksi rytmimunat, kapulat, triangeli, tamburiinit, ja kellopelit toimivat hyvin, ne tukevat havaintojeni mukaan sekä motorisia taitoja että kuulon kehittymistä. Välillä myös käytän isompia soittimia esimerkiksi rauhoittumiseen sekä pysähtymiseen, kuten esimerkiksi kanteleita, ukuleleja sekä djemberumpuja, joihin voi myös soveltaa jumppamuskarin liikunnallista osuutta. Soittimia käytetään usein osana laulu- ja rytmileikkejä, joissa lapsi saa tuottaa ääntä ja seurata musiikin kulkua myös kehollisesti. On tärkeää, että soittimet

ovat turvallisia, kestäviä ja lapselle sopivan kokoisia, näin lapsi voi keskittyä itse tekemiseen ja saa kokemuksia onnistumisesta.

Liikuntavälineissä käytän mielelläni huiveja, palloja, vanteita, pehmeitä patjoja, tasapainolautoja ja tunneleita. Näillä välineillä voidaan leikkiä luovia ja tarinallisia liikkeitä, joiden kautta yhdistyvät rytmi, liike ja mielikuvitus. Välineet auttavat lasta hahmottamaan omaa kehoaan ja liikkumaan tilassa sekä toimimaan yhdessä muiden kanssa. Jumppamuskarit antaa mahdollisuuden moniaistiseen oppimiseen, musiikki, liike ja välineet yhdistyvät turvalliseksi ja innostavaksi kokonaisuudeksi.

5 Jumppamuskarin toteutus

5.1 Opetuskertojen suunnittelu ja toteutus

Toteutin opinnäytetyöni käytännön osuuden neljän jumppamuskarikerran muodossa Jamkids Musiikkikoulun 2–3-vuotiaiden ryhmässä. Muskarit pidettiin Saulalahden koulun musiikkiluokassa, ja mukana olivat niin lapset kuin heidän omat aikuisensa. Olin kertonut ideastani Jamkidsin henkilöstölle jo keväällä 2023, jolloin sovittiin myös tutkimusluvista (ks. liite 1). Asiakkaille tiedotettiin, että kyseessä on kehittämiskokeilu, johon voi halutessaan osallistua.

Kaikkien osallistuvien lasten huoltajat antoivat luvan tutkimukseen osallistumiseen. Tutkimusjakso toteutettiin 1.3.–22.3.2024. Sen aikana ohjasin neljä erillistä ryhmätuntia, joiden suunnittelussa keskityin erityisesti seuraaviin tutkimuskysymyksiin: Mitä kaikkea ohjaaja voi tehdä jumppamuskarissa? Miten tunti kannattaa rakentaa? Mitä ohjaajan olisi hyvä huomioida juuri 2–3-vuotiaiden kanssa?

Tunneilla oli musiikillisten ja liikunnallisten tavoitteiden lisäksi selkeä teema. Se valittiin Jamkidsin kevätlukukauden teemojen mukaisesti, ja osui jaksolle nimeltä "kioskinmyyjäkoira". Tässä teemassa yhdistyi ruokaan ja koiriin liittyviä

lauluja ja leikkejä, jotka veivät mukanaan niin kehon liikkeisiin kuin mielikuvituksen maailmaan. Teema oli osa laajempaa Jamkidsin kokonaisuutta "Sirkusmaailma", jossa jokaisella hahmolla on omia musiikillisia sisältöjä. Koska monet laulut olivat asiakkaille jo tuttuja, niiden käyttö tuntui turvalliselta ja helpotti osallistumista.

Päätin pitää jokaisella tunnilla saman alkulaulun ja loppulaulun, jotka ovat Jamkidsin omia lauluja. Ne vahvistavat myös brändiä ja tarjoavat lapsille tutut siirtymät hetken alussa ja lopussa. Seuraavassa avaan jokaisen neljän toteutetun oppitunnin sisällöt tiivistetysti.

5.2 Ensimmäinen tunti – Kehotutkailua ja rytmiä leikin kautta

Ensimmäinen tunti (ks. liite 2, Tuntisuunnitelma 1: Kehotutkailua ja rytmiä leikin kautta) keskittyi siihen, miten lapset tutustuvat omaan kehoonsa ja sen liikkeisiin. Tarkoitukseni oli tutkia perusliikkumista – kuten ryömimistä, konttaamista, kävelyä ja hyppelyä – ja yhdistää siihen musiikin rytmiä ja toistoa. Tunnin sisältö rakentui "kioskinmyyjäkoira"-teeman ympärille, jossa sekoittuivat ruoka- ja koiralaulut. Niiden kautta leikittiin rytmeillä ja tunnelmilla – välillä mentiin duurista moliiniin ja samalla harjoiteltiin vaikka sitä, miten laulut voisi ryhmitellä tai "lajitella" aiheen mukaan.

Tunnilla laulettiin, soitettiin rytmisoittimia ja käytettiin kehoa rytmien tuottamiseen. Liikunnassa hyödynnettiin tempurataa, välineitä ja vapaita leikkejä. Lapset saivat mm. heittää palloa, käyttää hulavannetta ja reagoida nopeisiin äänimerkkeihin. Nämä kaikki tukivat sekä motorisia taitoja että kehotietoisuutta.

Erittäin tärkeä osa oli myös vuorovaikutus oman aikuisen kanssa. Yhteistyötä syntyi rytmiharjoituksissa ja leikissä, jossa esimerkiksi palloa siirrettiin edestakaisin. Tunnin rakenne oli suunniteltu siten, että aktiiviset ja rauhoittavat hetket vuorottelivat. Tämä auttoi havaintojeni mukaan pitämään lasten mielenkiintoa yllä ja loi tarinallisen kokonaisuuden.

5.3 Toinen tunti – Kehontuntemus ja rytmisen ilmaisu

Toinen jumppamuskarikerta (ks. liite 2, Tuntisuunnitelma 2: Kehontuntemus ja rytmisen ilmaisu) keskittyi erityisesti siihen, miten rytmiä voi tuntea ja ilmaista omassa kehossa. Tavoitteena oli auttaa lasta huomaamaan, missä oma keho on, miten se liikkuu, ja miten rytmi voi syntyä ihan omista liikkeistä.

Alussa tehtiin vapaata liikkumista, jossa lapset liikkuvat tilassa eri askelin ja liikkuttivat kehonosia musiikin tahdissa. Opettajana ohjasin lapsia nimeämään ja koskettamaan eri kehonosia, jotta he oppisivat tunnistamaan ne paremmin. Sen jälkeen harjoiteltiin kehon painon siirtämistä – esimerkiksi tasapainoilemalla ja tekemällä erilaisia askeleita.

Päivän päätteeksi oli kehorytmiharjoitus. Lapset saivat taputtaa, tömistellä ja naputella eri kehonosilla. Opettajana näytin rytmin, ja lapset toistivat sen: lopulta he saivat keksiä omia rytmejä. Näin harjoiteltiin sekä rytmitaitoa että itsensä ilmaisua. Tunti päätettiin rauhalliseen loppurentoutukseen: lapset makasivat lattialla ja kuuntelivat rauhallista musiikkia, samalla hengitykseen ja kehon tunteuksiin keskittyen.

5.4 Kolmas tunti – Yhdessä rytmisessä ja liikkeessä

Kolmannella tunnilla (ks. liite 2, Tuntisuunnitelma 3: Yhdessä rytmisessä ja liikkeessä) päätarkoituksena oli lasten keskinäisessä vuorovaikutuksessa ja yhteistyössä. Tavoitteena oli rohkaista lapsia toimimaan pareittain tai ryhmissä, sekä kuuntelemaan toisiaan ja reagoimaan liikkeisiin, että rytmeihin.

Aluksi liikuttiin ympäri tilaa ja tervehdittiin toisia eri liikkeillä, kuten esimerkiksi vilkkuksilla, taputuksilla tai nyökkäyksillä. Sitten siirryttiin parityöskentelyyn, jossa toinen teki liikkeitä ja toinen yritti matkia niitä mahdollisimman tarkasti. Tämä auttoi havaintojeni mukaan kehittämään keskittymistä, empatiaa ja kehonhallintaa.

Ryhmätyötaitoja harjoiteltiin myös rytmitehtävässä. Pienryhmät loivat oman rytmiketjun, jossa jokainen lisäsi yhden uuden rytmisen liikkeen. Näin syntyi pieni yhteinen rytmiesitys. Tunnin lopussa kaikki lapset osallistuivat improvisoituun liikkokoreografiaan, jossa musiikki johdatteli liikettä ja jokainen sai osallistua omalla tavallaan. Lopuksi tehtiin rentouttava venyttely ja hengitysharjoitus, jotta siirtyminen arkeen olisi lempeä ja rauhallinen.

5.5 Neljäs tunti – Mielikuvitus liikkeelle ja keho mukaan

Viimeinen jumppamuskarikerta (ks. liite 2, Tuntisuunnitelma 4: Mielikuvitus liikkeelle ja keho mukaan) oli täynnä luovuutta ja mielikuvitusta. Halusin antaa lapsille tilan ilmaista itseään vapaasti liikkeen ja musiikin kautta. Tunnin alussa leikittiin eläinleikkiä: lapset saivat esittää eri eläimiä, kuten perhosta tai sammakkoa, ja liikkua musiikin rytmin mukaisesti. Musiikin vaihtuessa liikkeenkin piti muuttua – näin harjoiteltiin tavoitteitteni mukaisesti reaktiokykyä ja ilmaisua.

Sen jälkeen siirryttiin vapaaseen improvisointiin, jossa liikuttiin vapaasti musiikin mukana. Opettajana annoin kuvitteellisia ohjeita, kuten "liiku kuin veden alla" tai "olet suuri jättiläinen", ja lapset saivat kokeilla erilaisia tapoja liikkua. Tämän tavoitteena oli rohkaista luovaan ajatteluun ja oman kehon käyttämiseen ilmaisun välineenä.

Päivän isoin tehtävä oli liikunnallinen tarinankerronta. Yhdessä rakennettiin pieni tarina, johon liitettiin liikkeitä ja tunnelmia. Lapset saivat keksiä, miten tarina etenee ja miten keho voisi ilmaista sen eri vaiheita. Lopuksi rauhoituttiin – käytiin makuulle ja kuunneltiin rauhallista musiikkia samalla kehoa ja hengitystä havainnoiden.

6 Harjoituksia ja havaintoja

6.1 Esimerkki jumppamuskarin tuntisuunnitelmasta

Tässä luvussa kuvaan tarkemmin yhden tunnin niistä neljästä jumppamuskarikerrasta, joita toteutin opinnäytetyössäni. Kyseessä on ensimmäinen jumppamuskariopetus, joka löytyy myös liitteestä 2 (Tuntisuunnitelma 1: Kehotutkailua rytmin ja leikin kautta).

Tunnin pedagogisena ajatuksena oli rakentaa sellainen rakenne, joka olisi lapselle toistuva, selkeä ja turvallinen. Havaintojeni mukaan pienet lapset hyötyvät siitä, että asiat etenevät suunnilleen samalla tavalla. Vaikka sisältö voi vaihtua, rakenteen pysyvyys tukee keskittymistä ja ohjeiden seuranta. Tässä tunnissa vaihdeltiin virittäytymisen, aktiivisen toiminnan ja rauhoittumisen vaiheita, jotta lasten vireystilaa pystyttiin säätämään luonnollisesti.

Tunti alkoi virittäytymisharjoituksella, jossa käytin itse sävellettyä laulua nimeltä Kädet ylös, kädet alas. Laulussa lapset liikuttivat kehoa eri suuntiin ja eri tavoilla, esimerkiksi ylös, alas, sivuille, nopeasti tai hitaasti. Samalla harjoiteltiin suunta- ja voimakkuuskäsitteitä. Tällaiset tehtävät auttoivat havaintojeni mukaan lasta tunnistamaan oman kehonsa liikkeitä ja hahmottamaan, mitä kaikkea keho voi tehdä. Näissä hetkissä pienetkin eleet voivat olla suuria oivalluksia.

Seuraavaksi siirryttiin nimilauluun, joka on ollut jo pitkään yksi suosikeistani, koska siinä jokainen lapsi saa tulla nähdyksi omalla nimellään. Taputtelimme rytmisä reisiin ja käsiin, ja jokaisen lapsen kohdalla sanottiin ja laulettiin nimi rytmin kanssa. Tällainen yksinkertainen asia vahvisti neljän viikon aikana lapsen minäkuvaa ja antoi lapselle tunteen siitä, että hän on tärkeä ja osa ryhmää, mikä on olennaista, kun oma identiteetti alkaa muodostua vahvemmin.

Jamkidsin oma alkulaulu oli seuraava vaihe. Jamkidsin alkulaulua voi käyttää monin eri tavoin, mutta tässä tapauksessa sovelsin sen toiminnalliseen ja liikunnalliseen lauluun, jossa kannustetaan käyttämään eri kehonosia liikkeessä.

Lapset saivat liikkua musiikin tahdissa vapaasti tai opettajan ohjeistamana, välillä juostiin, välillä hiivittiin tai pompittiin. Näissä hetkissä musiikki toimii eräänlaisena liikuttajana. Samalla havaintojeni mukaan selkeästi vahvistuvat motoriset perustaidot, kuten tasapaino ja kehonhallinta. Lisäksi opittiin ryhmässä toimimista ja siirtymistä tehtävästä toiseen.

Lorutteluvaiheessa käytimme tuttua lastenlorua Aurinko, aurinko lettuja paistaa, mutta muokkasimme sitä hieman niin, että se tukisi kehollista ilmaisua ja rytmistä eläytymistä. Lapset liikkuvat lorun tahdissa ja saivat eläytyä eri kohtiin eri tavoin. Tässä yhdistyivät niin äänenkäyttö, kehonosien nimittäminen kuin rytmittäjä, ja harjoitus toi myös tilaa omalle improvisoinnille, koska tärkeää on, että lapsi voi kokeilla ja leikkiä vapaasti omassa tilassaan. Mitä enemmän kokemukseni mukaan lapsi uskaltaa improvisoida sekä ilmaista omia ideoitaan, sitä enemmän hän uskaltaa ottaa tilaa itselleen sisäisesti ja ulkoisesti.

Soittaminen oli ehdottomasti yksi tunnin kohokohdista. Käytimme marakasseja ja rumpuja kappaleessa Litra mansikoita, jossa soitimme rytmejä, jotka vastasivat sanojen rytmitystä. Lapset kokeilivat eri tapoja soittaa: nopeasti, hitaasti, voimakkaasti, hiljaa, ja myös liikuttivat kehoaan samalla, esimerkiksi nostamalla käsiä kohotuksissa. Näin soitto ei jäänyt vain ääneksi vaan yhdistyi kokonaisvaltaiseksi keholliseksi kokemukseksi. Tässä näkyi hienosti myös yhteismusisoinnin ilo: kun kaikki tekevät yhdessä, syntyy tunne ryhmästä.

Tunti päätettiin rauhallisesti Jamkidsin omaan loppulauluun. Lapset istuivat vanhempiensa kanssa piirissä ja taputtivat perussykettä reisiinsä. Lopuksi aikuiset nostivat lapset ilmaan yhteisellä "Yy, kaa, koo, nee – JEE!" -huudolla. Tämä pieni hetki oli monelle lapselle päivän kohokohta, se päätti tunnin iloisesti ja rytmisesti ja loi mukavan tunteen siitä, että nyt ollaan valmiita siirtymään seuraaviin päivän puuhiin. Havaintojeni mukaan tuttujen siirtymien ja laulujen käyttö vahvistaa rutiineja, jotka tuovat lapselle turvaa ja ennakoitavuutta.

Kaiken kaikkiaan tämä tunti oli hyvä esimerkki siitä, miten musiikki ja liike voivat kulkea käsi kädessä. Lapsi saa paitsi kehittää rytmittäjua ja motorisia taitoja,

myös osallistua omalla tavallaan, joskus leikkien, joskus vain katsellen, ja välillä innostuen täysillä mukaan. Pedagogina minun tehtäväni on virittäytyä siihen, mitä lapset juuri tänään tarvitsevat, ja antaa tilaa sekä yhdessäololle että yksilölliselle ilmaisulle. Jumppamuskarit tarjoaa ympäristön, jossa oppiminen tapahtuu turvallisesti, ilon ja läsnäolon kautta, ja jossa musiikki ja liike tukevat toisiaan aidosti ja kokonaisvaltaisesti.

6.2 Havaintoja jumppamuskarin toteutuksien kerroilta

Huomasin, miten neljän viikon jumppamuskariovetusjakso tarjosi todella arvokasta näkökulmaa siihen, miten lapset reagoivat opetukseen, millaisia oivalluksia syntyy ja miten tärkeässä roolissa ovat myös aikuiset sekä ohjaaja. Jokaisella tunnilla oli selvästi havaittavissa, että lasten keskittyminen, kehollinen ilmaisu ja vuorovaikutus vahvistuivat. Tuntien toistuva rakenne ja selkeät siirtymät auttoivat selkeästi lapsia hahmottamaan toteutuksien kerroilla, mitä on tulossa, ja se näkyi siinä, miten osallistuminen kasvoi viikko viikolta. Lapset muistivat mukaan nopeammin ja ryhtyivät jopa ennakoimaan tuttuja osioita.

Ensimmäisellä kerralla huomasin, että monet lapset olivat aluksi hieman varovaisia, etenkin silloin kun tehtävänä oli tunnustella omaa kehoa tai tehdä jotain uutta. Mutta kun mukaan otettiin yksinkertaisia ja toistuvia kehorytmiharjoituksia, kuten taputuksia tai kehonosien liikuttelua laulun mukana, lapset alkoivat päästä mukaan toimintaan. Laulu ”Kädet ylös, kädet alas” osoittautui tässä tosi toimivaksi: se oli riittävän selkeä, helposti seurattava ja samalla innostava. Juokseminen ja hyppely herättivät selkeästi ilon tunteita, mutta yhtä tärkeäksi osoittautuivat ne rauhalliset hetket, kuten loppulaulu tai pieni hengähdystauko, joissa lapset saivat palautua ja keskittyä uudelleen.

Toisella kerralla teimme harjoituksia, joissa rytmisen liikkeen yhdistyi kehonosien nimeämiseen, ja tämä tuntui olevan monelle lapselle uudenlainen mutta kiinnostava kokemus. Tutuilla loruilla ja kehorytmeillä leikittiin erilaisilla tempovaihteluilla, esimerkiksi nopea–hidas ja suuri–pieni, ja näissä harjoituksissa näkyi tosi selvästi, miten erilaisia lapset ovat motorisilta taidoiltaan. Osa lapsista pääsi heti

kiinni ideaan, kun taas toiset kaipasivat aikuisen mallia ja rohkaisua. Tässä vaiheessa vanhempien rooli nousi havaintojeni mukaan keskiöön: kun aikuinen oli mukana, rohkaisi ja osallistui, lapsi pysyi helpommin mukana ja uskalsi kokeilla enemmän.

Kolmannella kerralla aloitimme enemmän parityöskentelyyn pohjautuvia harjoituksia, kuten peilikuvatyoäskentelyä ja yhteisen rytmikuvion rakentamista. Alkuun lapset seurasivat lähinnä oman aikuisen tekemistä, mutta jo tunnin aikana alkoi näkyä, että he alkoivat huomioida myös toisiaan. Tämä oli tosi hienoa nähdä – se, kuinka lapsi ensin varovasti vilkaisee vierustoveria ja hetken päästä alkaa liikkua samaan rytmiin. Yhteissoiton hetkissä näkyi se, miten rytmi ja odottaminen kehittävät ryhmätaitoja: lapset kuuntelivat ja odottivat omaa vuoroaan, mikä ei tässä iässä ole vielä itsestänselvyys. Selkeät ohjeet ja tunnin tuttu rakenne tukivat osallistujia näissä tehtävissä paljon, koska niiden avulla kaikki pysyivät mukana, myös ne, joilla keskittyminen yleensä helposti herpaantuu.

Neljännellä tunnilla korostui lasten luovuus ja mielikuvitus. Eläinteemaiset liikkeet, kuten perhosen lento tai sammakon loikka, herättivät valtavasti iloa. Lapset pääsivät kokeilemaan liikkeitä omalla tavallaan, ja erityisesti vapaissa improvisaatioharjoituksissa näkyi, miten tärkeää on antaa tilaa omalle ilmaisulle. Kun sai kuvitella olevansa, vaikka veden alla tai suuri jättiläinen, jokainen lapsi sai liikkua juuri niin kuin itse halusi, eikä ollut oikeaa tai väärää tapaa. Näissä hetkissä roolini ohjaajana oli olla mukana leikissä, innostaa, kannustaa ja rohkaista myös niitä, jotka tarvitsevat enemmän aikaa päästäkseen mukaan.

Myös ryhmädynamiikka kehittyi selvästi joka viikko. Lapset alkoivat tunnistaa toisiaan, tervehtiä, hakea katsekontaktia ja jopa tehdä pieniä eleitä toisilleen. Tämä kertoi minulle ohjaajana siitä, että ryhmän turvallisuuden tunne kasvoi. Vanhemmat osallistuivat aktiivisesti, mikä loi vakautta lasten ympärille, mutta se myös haastoi minua ohjaajana miettimään, miten tilanteet rakentuvat niin, että sekä lapsi että aikuinen kokevat olevansa mukana. Esimerkiksi palloleikit, joissa aikuinen oli mukana, toimivat loistavasti ja vahvistivat lapsen tunnetta siitä, että “hei, tässä me tehdään yhdessä”.

Kaiken kaikkiaan tämä neljän kerran jakso osoitti minulle, että jumppamuskarin voi onnistua parhaiten silloin, kun suunnittelu ja hetkeen tarttuminen ovat tasapainossa. Huomasin, että harjoitukset, joissa musiikki, liike ja leikillisuus yhdistyivät selkeään rakenteeseen ja toistuvuuteen, toimivat kaikkein parhaiten. Kun pystyin reagoimaan lasten vireyteen, rohkaisemaan kokeilemaan ja tarvittaessa tarjoamaan vaihtoehtoja, syntyikin tilanne, jossa sekä oppiminen että ilo tapahtuvat samaan aikaan. Ja juuri siinä piilee ajatukseni mukaan koko jumppamuskarin voima.

6.3 Vinkkejä jumppamuskarin opettajalle

Jumppamuskarin ohjaaminen vaatii kokemukseni mukaan sekä koulutusten perusteella syntynyttä monenlaista osaamista ja ennen kaikkea herkkyyttä havainnoida lapsiryhmää kokonaisvaltaisesti. Tuntien onnistuminen ei perustu pelkkään suunnitelmaan, vaan siihen, miten ohjaaja pystyy tasapainottelemaan suunnittelun, joustavuuden ja vuorovaikutuksen välillä. Tämän opinnäytetyön myötä syntyi itselleni paljon oivalluksia ja konkreettisia vinkkejä, joita toivon voivani jakaa muillekin varhaisiän musiikkikasvatuksen parissa työskenteleville.

Tuntisuunnittelussa kaikkein tärkeintä on huomioida havaintojeni mukaan, missä kehitysvaiheessa 2–3-vuotiaat lapset ovat. Tässä iässä oppiminen tapahtuu ennen kaikkea tekemisen ja leikin kautta, joten tuntien pitää tarjota siihen tilaa. Rakenteen olisi hyvä olla selkeä ja rytmitetty niin, että rauhalliset ja aktiivisemmat hetket vuorottelevat. Esimerkiksi virittäytymishetki alussa ja rauhoittava loppulaulu toimivat ikään kuin siirtyminä, jotka auttavat lasta hahmottamaan tunnin alkua ja loppua. Suunnittelussa kannattaa jättää myös pieniä aukkoja, joihin voi ottaa mukaan lasten ideoita tai antaa tilaa leikkimieliselle improvisoinnille.

Harjoitukset ja välineet tukevat parhaiten lapsen oppimista silloin, kun ne ovat selkeitä ja yksinkertaisia, näin olen huomannut. Usein kaikkein toimivimpia ovat juuri ne välineet, joita voi käyttää monella tavalla: pallot, huivit, istuinalustat, rytmisoittimet. Esimerkiksi harjoitus nimeltä *Pomppiva puolukka* oli monipuolinen

siksi, että siinä yhdistyivät liike, rytmi ja vuorovaikutus, ja harjoitusta pystyi soveltamaan helposti lapsiryhmän vireystilan mukaan. Myös värikkäät alusta- ja tilaratkaisut, kuten tempuradat tai oma paikka ringissä, auttavat havaintojeni mukaan lasta hahmottamaan omaa paikkaansa ryhmässä ja tukevat kehotietoisuuden kehittymistä.

Musiikin ja liikkeen yhdistäminen on ehkä yksi tärkeimmistä työkaluista tässä työssä. Musiikin rytmi auttaa todella lasta jäsentämään kokemuksia ja tukee oppimista usean aistin kautta. Kun liike syntyy rytmistä, oppiminen ei tapahdu vain korvilla tai kehon kautta, se tuntuu kokonaisuutena. Taputukset, tömistelyt, huivien kanssa tanssiminen tai loruttelu ovat hyviä esimerkkejä siitä, miten musiikki voi liikkua kehon kautta ja samalla vahvistaa lapsen luovuutta, rytmittäjää ja ilmaisua.

Tässä ikävaiheessa tunneilmapiiri vaikuttaa suoraan siihen, miten lapsi uskaltaa osallistua. Toistuvat rakenteet, tutut laulut ja turvallinen ohjaaja luovat puitteet, joissa lapsi voi uskaltaa kokeilla. Nimilaulut, ryhmäleikit ja yksilön huomioiminen auttavat lasta tuntemaan itsensä nähdyksi. On myös hyvä muistaa, että 2–3-vuotiaat tarvitsevat aikuisen tukea myös tunteiden säätelyyn, esimerkiksi silloin, kun jokin harjoitus jännittää tai kaikki ei mene niin kuin lapsi olisi toivonut. Opettajan rauhallisuus, lempeys ja läsnäolo ovat näissä hetkissä kullannarvoisia.

Tarkka havainnointi kuuluu ohjaajan tärkeimpiin taitoihin. Jos ryhmä vaikuttaa väsyneeltä, suunnitelmaa on hyvä keventää. Jos taas lapset ovat selvästi virtaa täynnä, voi ottaa käyttöön rytmikkään liikeharjoituksen tai leikillisen improvisaation. Loppurentoutus, vaikkapa rauhallisen musiikin ja hengityksen tahdittamana, voi olla juuri se hetki, joka tasaa päivän kuormaa ja palauttaa kehoon rauhaa.

Jumppamuskari vaatii myös jatkuvaa reflektointia. Omien tuntien videoiminen, havaintojen kirjaaminen ja ajatusten jakaminen muiden ohjaajien kanssa ovat tapoja, joilla oma opetus voi kehittyä. Itselleni tämän opinnäytetyön tärkeimpiä oivalluksia on ollut se, ettei täydellinen suunnitelma ole onnistumisen mittari,

vaan se, että ohjaaja uskaltaa heittäytyä hetkeen ja oppia myös lapsilta. Avoin ja kokeileva mieli auttaa löytämään uusia tapoja toteuttaa musiikkia ja liikuntaa sekä rakentaa tunnit omannäköisiksi.

Tämän prosessin aikana huomasin myös, miten oma tapani havainnoida ryhmää ja tehdä nopeita pedagogisia ratkaisuja kehittyi viikko viikolta. Sain lisää varmuutta siihen, että voin luottaa omaan rytmitajuuni ja ohjaajan intuitiooni, ja samalla opin, miten tärkeää on suunnitella, mutta myös osata päästää suunnitelmasta irti, jos tilanne niin vaatii.

Lopuksi voisi sanoa, että hyvä jumppamuskarin ohjaaja toimii vähän niin kuin vuorovaikutuksen koreografi. Hän suunnittelee rakenteen, mutta tavallaan tanssii sen mukana lasten rytmissä. Tärkeintä on ajatukseni mukaan kohdata lapsi juuri sellaisena kuin hän on, ja antaa musiikin ja liikkeen viedä yhdessä kohti yhteistä kokemusta ja iloa.

7 Pohdinta

Tämän opinnäytetyön keskeisin tavoite oli pohtia ja käytännössä tutkia, miten 2–3-vuotiaiden lasten jumppamuskarin voitaisiin suunnitella ja toteuttaa niin, että se tukisi sekä varhaisiän musiikkikasvatuksen että liikuntakasvatuksen tavoitteita. Koko prosessin aikana minulla vahvistui ymmärrys siitä, että jumppamuskarin voi todella olla merkityksellinen tapa yhdistää liike ja musiikki tavalla, joka tukee lapsen kokonaisvaltaista kehitystä.

Opetuskertojen sisällöt ja omat havaintoni osoittivat, että liikkeen ja musiikin yhdistäminen vaikutti myönteisesti esimerkiksi lasten motorisiin taitoihin, rytmitajuun, kehontuntemukseen ja sosiaalisiin taitoihin. Yksi selkeä havaintoni oli se, miten suuri rooli aikuisen ja lapsen yhteistoiminnalla oli, kun vanhempi oli mukana, lapsi tuntui olevan rennompi, rohkeampi ja innostuneempi osallistumaan. Tämä loi koko toimintaan turvallisen pohjan ja lisäsi yhteisen tekemisen merkityksellisyyttä.

Opinnäytetyöprosessini oli itselleni monella tavalla opettavainen. Opin suunnittelemaan ja ohjaamaan tunteja, joissa otetaan huomioon pienten lasten kehitysvaihe ja erilaiset omat pedagogiset tavoitteet. Käytännön tasolla opin myös seuraamaan lasten viireystiloja, muokkaamaan opetusta lennossa ja havainnoimaan, miten ryhmädynamiikka rakentuu tunnin aikana. Samalla huomasin, miten tärkeää on rakentaa tunnille selkeä tarinallinen kaari, joka kantaa alusta loppuun ja auttaa lasta pysymään mukana. Myös oma pedagoginen varmuuteni kasvoi, opin käyttämään musiikkia ja liikettä enemmän vuorovaikutuksen ja oppimisen välineinä, en pelkästään sisältöinä.

Aineistonkeruun osalta päädyttiin lopulta siihen, että videotallenne tehtiin yhdestä opetuskerrasta (ks. liite 2, Tuntisuunnitelma 3: Yhdessä rytmissä ja liikkeessä), ja muilta osin aineisto rakentui ohjaajan päiväkirjamerkintöihin ja tuntisuunnitelmapohjiin. Alkuperäisessä suunnitelmassa oli mukana myös ajatuksia vanhempien kyselystä, ohjaajana itseni haastattelusta ja esimiehen näkemyksistä, mutta näitä ei lopulta toteutettu. Tähän vaikutti sekä henkilökohtaisia syitä että opinnäytetyöni ohjaajan kanssa käyty keskustelu siitä, että tässä kontekstissa päiväkirjat ja videointi riittävät hyvin laadulliseen, opetuskertoihin keskittyvään tarkasteluun. Täytyy silti todeta, että aineiston yksipuolisuus rajasi jonkin verran työn syvyyttä. Esimerkiksi vanhempien palaute tai esimiehen näkemys olisi voinut tuoda lisää näkökulmia, ja monipuolisempi aineisto olisi mahdollistanut myös vertailun tai laajemman ymmärryksen toiminnan vaikutuksista.

Tutkimusmenetelmät olivat aika rajalliset, mutta soveltuivat tämän työn tavoitteisiin. Päiväkirjamerkinnot antoivat mahdollisuuden pohtia laajemmin ohjaustani ja lasten reaktioita heti tuoreeltaan. Video taas toi mukaan paljon konkreettisempaa havainnointia, asioita, joita ei välttämättä olisi muistanut tai edes huomannut ilman tallennetta. Tällaisen aineiston varaan ei voi rakentaa yleistettäviä johtopäätöksiä ja tuloksia, vaan kyseessä on ennen kaikkea sovellettavissa oleva yhden ryhmän ja yhden ohjaajan kokemus.

Tulevaisuudessa jumppamuskaritoiminnan tutkimusta voisi kehittää keräämällä vanhemmilta palautetta ja videoimalla useampia tunteja. Näin saataisiin paremmin tietoa siitä, miten lapsen osallistuminen, liikkuminen ja musisointi kehittyvät ajan kuluessa. Opettajan itsearviointia olisi myös kiinnostavaa, kerätä vaikkapa videopäiväkirjoina tai säännöllisinä reflektiokirjauksina. Olisi todella mielenkiintoista tutkia tarkemmin myös sitä, miten jumppamuskarivaikutus lapsen tunne-elämän kehitykseen ja sosiaalisiin taitoihin, ei vain motorisiin tai musiikillisiin valmiuksiin. Toivoisin itse jatkotutkimusta varsinkin siitä, miten jumppamuskarivaikutus voi mahdollisesti tukea oppilaita, joilla tarkkaavaisuuden häiriöitä.

Kaiken kaikkiaan tämä opinnäytetyö antaa alkua sille, miten paljon pedagogisia ja kehityksellisiä mahdollisuuksia jumppamuskarivaikutus voi tarjota. Se voi olla mielestäni opettajalle käytännöllinen työkalu opetuksen suunnitteluun ja toteuttamiseen, ja ennen kaikkea muistutus siitä, että tutkimusprosessi on aina myös henkilökohtainen matka. Matka, jossa on tärkeää olla sekä realistinen että avoin kehittämiseksi, ja jossa oppii tunnistamaan omat valinnat ja niiden merkityksen koko prosessin kulussa.

Lähteet

Huotilainen, M., Peltonen L., (2017). *Tunne aivosi*. Otava.

Huotilainen, M. (2019). *Näin aivot oppivat*. PS-kustannus.

Huhtinen-Hilden. (2017). Elävänä hetkessä Teoksessa A. Lindberg-Piiroinen & I. Ruokonen (toim.), *Musiikki varhaiskasvatuksessa: käsikirja* (s. 389–406). Classicus Oy.

Huhtinen-Hilden, L. & Pansu, L. (2017) Mitä tehdään pikkuinen Sanni? – Musiikkitoiminnan suunnittelun suuntaviivoja A. Lindberg-Piiroinen & I. Ruokonen (toim.), *Musiikki varhaiskasvatuksessa: käsikirja* (s. 379–388). Classicus Oy.

Huhtinen-Hildén, L., & Pitt, J. (2018). *Taking a learner-centred approach to music education: Pedagogical pathways*. Taylor & Francis Group.

Jamkids (2025) Tietoa meistä, *Jamkids-musiikkikoulu* <https://jamkids.fi/tietoa-meista/>

Juntunen M-L. (2011), Musiikki, liike ja kehollinen kokemus, Fisme ry (toim.). *Musiikkikasvattaja: Näkökulmia varhaisiän musiikkikasvatukseen* (s.245–257). FISME ry.

Juntunen, M.-L. (2010), Mitä musiikkiliikunta on? Juntunen, M.-L., Perkiö S. & Simola-Isaksson I. (toim.). *Musiikkia liikkuen* (s.11). WSOYpro OY.

Juntunen, M.-L. (2023), Kehollisuus teoriana, musiikinoppimisen perustana ja vastuullisen maailmansuhteen lähtökohtana, Juntunen, M.-L., & Partti, H. (toim.). *Musiikkikasvatus muutoksessa* (s.77–102). Sibelius-Akatemia.

Kivelä-Taskinen, E. (2016). *Rytmiä ja Pikku-Kuplat: Laululeikkikirja varhaisiän musiikkikasvatukseen*. Lasten Keskus.

Lindberg-Piiroinen, A., & Ruokonen, I. (2017). Lapsi ja musiikki. Teoksessa A. Lindberg-Piiroinen & I. Ruokonen (toim.), *Musiikki varhaiskasvatuksessa: Käsikirja* (s. 63–141). Classicus Oy.

Lindberg-Piiroinen, A., Ruokonen, I. & Pansu (2017), Musiikkitoiminnan suunnittelu. Teoksessa A. Lindberg-Piiroinen & I. Ruokonen (toim.), *Musiikki varhaiskasvatuksessa: käsikirja* (s. 339–378). Classicus Oy.

Linnavalli T., Huotilainen M. (2022), Musiikki ja muut taito- ja taideaineet – kokeellisen tutkimuksen tuloksia. Teoksessa Ruokonen I. (toim.), *Ilmaisun ilo: käsikirja 0–8-vuotiaiden taito- ja taidekasvatukseen* (s.61–71). PS-kustannus.

Mannerheimin Lastensuojeluliitto (MLL) (2024), *2–3-vuotiaan liikunnallinen kehitys*. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/2-3-v/2-3-vuotiaan-liikunnallinen-kehitys/>

Marjanen K. (2009), Musiikkisuunnittelu varhaisiän musiikinopetuksen näkökulmasta Fisme ry (toim.) (2009). *Musiikkikasvattaja: Näkökulmia varhaisiän musiikkikasvatukseen* (s.385–405). FISME ry.

Määttä, P., & Rantala, A. (2016), *Tavallisen erityinen lapsi – onnistuneen yhteistyön arvoitusta ratkomassa*. PS-kustannus.

Opetushallitus. (2017a), *Taiteen perusopetuksen laajan oppimäärän opetus-suunnitelman perusteet 2017*. <https://www.oph.fi/fi/tilastot-ja-julkaisut/julkaisut/taiteen-perusopetuksen-laajan-oppimaaran-opetussuunnitelman>

Opetushallitus. (2017b), *Taiteen perusopetuksen yleisen oppimäärän opetus-suunnitelman perusteet 2017*. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/taiteen-perusopetuksen-opetussuunnitelman-perusteet>

Opetushallitus. (2022), *Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022*. <https://www.oph.fi/fi/tilastot-ja-julkaisut/julkaisut/varhaiskasvatussuunnitelman-perusteet-2022>

Pääjoki T. (2020), Lasten taiteellinen toimijuus, Hujala E. & Turja L. (toim.) *Varhaiskasvatuksen käsikirja* (s.109–120). PS-kustannus.

Ruokonen I. (2016), Esi- ja alkuopetusikäinen lapsi musiikin oppijana, *Esi- ja alkuopetuksen musiikin didaktiikka* (s.39–58). Finn Lectura,

Ruokonen I. (2022), Ilmaisun monet muodot varhaislapsuuden kokonaisvaltaisessa pedagogiikassa Ruokonen I. (toim.), *Ilmaisun ilo: käsikirja 0–8-vuotiaiden taito- ja taidekasvatukseen*. (s.19–33) PS-kustannus.

Sääkslahti A. (2007), Liikunta varhaiskasvatuksessa Heikinaro-Johansson P. & Huovinen Terhi (toim.). *Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan*. (s. 32–41) WSOY.

Sääkslahti, A. (2015), *Liikunta varhaiskasvatuksessa*. PS-kustannus.

Suomen Olympiakomitea. (n.d.), *Liikuntaleikkikoulu*. <https://www.olympiakomitea.fi/seuratoiminta/harrastaminen/lasten-harrastustoiminta/liikuntaleikkikoulu/>

Terveysten ja hyvinvoinnin laitos (2024), *Keskeisiä käsitteitä: Hyvinvointi ja terveyden edistäminen*. <https://thl.fi/aiheet/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/hyvinvointijohtaminen/hyvinvointi-ja-terveyserot/keskeisia-kasitteita>

Uusikylä K., (2022), Taito- ja taidekasvatus lapsen onnellisuuden ja luovuuden lähteenä, Ruokonen I. (toim.) (2022), *Ilmaisun ilo: käsikirja 0–8-vuotiaiden taito- ja taidekasvatukseen* (s.35–44). PS-kustannus

Zimmer, R. (2002), *Liikuntakasvatuksen käsikirja -Didaktismetodisia perusteita ja käytännön ideoita* (suom. Eva Himanen), Lasten Keskus.

Liitteet

Tiedote tutkimuksesta

Jumppamuskari 2–3-vuotiaan kehityspsykologian tukena

Pyyntö osallistua tutkimukseen

Teitä pyydetään mukaan tutkimukseen, jossa tutkitaan 2–3-vuotiaiden osallistujien kehityspsykologiaa erilaisten jumppamuskariharjoitteiden kautta. Olemme arvioineet, että sovellutte tutkimukseen, koska osallistujan ikäluokka, ryhmä sekä ryhmän opetuksen sisältö ovat yhteensopivia tutkittavaan sisältöön. Tämä tiedote kuvaa tutkimusta ja teidän osuuttanne siinä. Perehdyttyänne tähän tiedotteeseen teille järjestetään mahdollisuus esittää kysymyksiä tutkimuksesta, jonka jälkeen teiltä pyydetään suostumus tutkimukseen osallistumisesta.

Vapaaehtoisuus

Tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Kieltäytyminen ei vaikuta oikeuksiinne eikä kohteluunne Jamkids Musiikkikoulun asiakkaana. Voitte myös keskeyttää tutkimuksen koska tahansa syytä ilmoittamatta. Mikäli keskeytätte tutkimuksen tai peruuttatte suostumuksen, teistä keskeyttämiseen ja suostumuksen peruuttamiseen mennessä kerättyjä tietoja ja näytteitä voidaan käyttää osana tutkimusaineistoa.

Tutkimuksen tarkoitus

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on seurata 2–3-vuotiaiden kehityspsykologiaa etukäteen suunniteltujen jumppamuskariharjoitteiden kautta. Tutkimuksessa pyritään harjoitteiden kautta edistämään 2–3-vuotiaan kehityspsykologiaan liittyviä kypsyysvaiheita. Harjoitteet perustuvat varhaisiän musiikkikasvatukseen ja liikuntakasvatukseen periaatteiden sekä tavoitteiden yhdistelmiin. Harjoitteet sisältävät musiikillisia kokonaisuuksia varhaisiän musiikkikasvatuksen työtapojen kautta sekä psykomotorisen kehityksen kokonaisuuksia liikuntakasvatuksen työtapojen kautta. Tutkimuksen avulla voidaan muun muassa edistää jumppamuskarikonseptin innovatiivista kehitystä sekä musiikki- että liikuntakasvatuksen kentällä.

Tutkimuksen toteuttajat

Tutkimuksen toteuttaa Jamkids Musiikkikoulun opettaja ja Metropolia Ammattikorkeakoulun opiskelija Rina Januzi osana AMK-opinnäytetyötään.

Tutkimusmenetelmät ja toimenpiteet

Tutkimukseen osallistuminen kestää 4 viikkoa (1.3.–22.3.).

Metropolia	PL 4000	Myllypurontie 1		www.metropolia.fi
Ammattikorkeakoulu	00079 Metropolia	00920 Helsinki	Puhelin 09 7424 5000	Y-tunnus: 2094551-1

Tiedote tutkimuksesta

Tutkimus toteutetaan siten, että jokaisen viikon opetuskerta videoidaan ja tehdään aktiivisesti päiväkirjamerkintöjä. Viimeisen tutkittavan opetuskerran jälkeen 2–3-vuotiaiden aikuisosallistujilta kerätään palautetta kyselylomakkeen kautta.

Tutkimuksen mahdolliset hyödyt

Tutkimus kehittää osallistujien musiikillisia sekä liikunnallisia taitoja jumppamuskarin harjoitteiden kautta, mikä edesauttaa osallistujien psyykkistä, henkistä sekä fyysistä terveyttä. Tutkimus kehittää myös ryhmädynamiikkaan liittyviä taitoja. ’

Kustannukset ja niiden korvaaminen

Tutkimukseen osallistuminen ei maksa teille mitään. Osallistumisesta ei myöskään makseta erillistä korvausta.

Tutkittavien vakuutusturva

Osallistujia ei ole vakuutettu tuntien aikana musiikkikoulun eikä Metropolia Ammattikorkeakoulun toimesta. Yleensä perheen vapaa-ajan tapaturmavakuutus sisältyy kotivakuutukseen, joten kaksinkertainen vakuuttaminen on tarpeetonta. Huolehdiathan omasta tai lapsesi vapaa-ajan vakuutuksesta.

Tutkimustuloksista tiedottaminen

Tutkimustuloksista julkaistaan opinnäytetyö avoimesti Theseus-tietokantaan.

Tutkimuksen päätyminen

Myös tutkimuksen suorittaja voi keskeyttää tutkimuksen Metropolia Ammattikorkeakoulun hyväksymästä syystä.

Lisätiedot

Pyydämme teitä tarvittaessa esittämään tutkimukseen liittyviä kysymyksiä tutkijalle/tutkimuksesta vastaavalle henkilölle.

Tutkijoiden yhteystiedot

Tutkija / opinnäytetyötekijä

Nimi: Rina Januzi

Puh.

Sähköposti:

Tutkimuksesta vastaa / opinnäytetyön ohjaaja

Titteli: YAMK-tutkinnon ja opinnäytetöiden vastuopettaja, musiikin tutkinto-oh-

jelma

Nimi: Annu Tuovila

Metropolia Ammattikorkeakoulu Oy / yksikkö

Puh.

Sähköposti:

Tutkimuksen tietosuojaseloste: Henkilötietojen käsittely tutkimuksessa

Tässä tutkimuksessa käsitellään teitä koskevia henkilötietoja voimassa olevan tietosuojalainsäädännön (EU:n yleinen tietosuoja-astus, 679/2016, ja voimassa oleva kansallinen lainsäädäntö) mukaisesti. Seuraavassa kuvataan henkilötietojen käsittelyyn liittyvät asiat.

Tutkimuksen rekisterinpitäjä

Tässä tutkimuksessa henkilötietojen rekisterinpitäjä on Metropolia Ammattikorkeakoulu ja opinnäytetyön tekijä.

Voitte kysyä lisätietoja henkilötietojenne käsittelystä rekisterinpitäjän yhteyshenkilöltä

Rekisterinpitäjän yhteyshenkilön nimi: Rina Januzi

Organisaatio: Metropolia Ammattikorkeakoulu

Puh.

Sähköposti:

Tutkimuksessa teistä kerätään seuraavia henkilötietoja

Tutkijalla on tiedossa osallistujien nimet ja yhteystiedot. Tutkimuksessa kerätään videokuvaa ja päiväkirjamerkintöjä sekä kyselyllä tietoja.

Teillä ei ole sopimukseen tai lakisääteiseen tehtävään perustuvaa velvollisuutta toimittaa henkilötietoja vaan osallistuminen on täysin vapaaehtoista.

Tutkimuksessa ei kerätä henkilötietojanne muista lähteistä.

Henkilötietojenne suojausperiaatteet

Kysely toteutetaan Metropolian tietoturvalisella E-lomakkeella ja henkilötietoja sisältävä tutkimusaineisto tallennetaan Metropolian tietoturvaliselle Z-verkkolevyasemalle.

Henkilötietojenne käsittelyn tarkoitus

Henkilötietojenne käsittelyn tarkoitus on analysoida sekä kerätä tietoa ja tilastoa 2–3-vuotiaiden kehityspsykologisesta kehityksestä etukäteen suunniteltujen jumppamuskariharjoitteiden kautta. Tutkimuksessa pyritään jumppamuskarin harjoitteiden kautta edistämään 2–3-vuotiaan kehityspsykologisen kehitykseen liittyviä kypsyysvaiheita. Tutkimuksen avulla voidaan muun muassa edistää jumppamuskarikonseptin innovatiivista kehitystä sekä musiikki- että liikuntakasvatuksen kentällä.

Henkilötietojenne käsittelyperuste

Antamanne kirjallinen suostumus

Tutkimuksen tietosuojaperuste: Henkilötietojen käsittely tutkimuksessa

Tutkimuksen kesto aika (henkilötietojenne käsittelyaika)

Opinnäytetyö valmistuu viimeistään jouluna 2024.

Mitä henkilötiedoillenne tapahtuu tutkimuksen päätyttyä?

Opinnäytetyön valmistuttua henkilötietoja sisältävä tutkimusaineisto tuhoetaan.

Rekisteröitynä teillä on oikeus

Koska henkilötietojanne käsitellään tässä tutkimuksessa, niin olette rekisteröity tutkimuksen aikana muodostuvassa henkilörekisterissä. Rekisteröitynä teillä on oikeus:

- saada informaatiota henkilötietojen käsittelystä
- tarkastaa itseänne koskevat tiedot
- oikaista tietojanne
- poistaa tietonne (esim. jos peruutatte antamanne suostumuksen)
- peruuttaa antamanne henkilötietojen käsittelyä koskeva suostumus
- rajoittaa tietojenne käsittelyä
- rekisterinpitäjän ilmoitusvelvollisuus henkilötietojen oikaisusta, poistosta tai käsittelyn rajoittamisesta
- siirtää tietonne järjestelmästä toiseen
- sallia automaattinen päätöksenteko nimenomaisella suostumuksellanne
- tehdä valitus tietosuojavaltuutetun toimistoon, jos katsotte, että henkilötietojanne on käsitelty tietosuojalainsäädännön vastaisesti

Voitte käyttää oikeuksianne ottamalla yhteyttä rekisterinpitäjään.

Henkilötietojen käsittely aineistoa analysoitaessa ja tutkimuksen tuloksia raportoitaessa

Teistä kerättyä tietoa ja tutkimusaineistoa käsitellään luottamuksellisesti lainsäädännön edellyttämällä tavalla. Lopulliset tutkimustulokset raportoidaan ryhmätasolla eikä yksittäisten tutkittavien tunnistaminen ole mahdollista.

Tuntisuunnitelmat

Tuntisuunnitelma 1: Kehotutkailua ja rytmiä leikin kautta

Tavoitteet:

- Kehontuntemus ja kehonosien hahmottaminen
- Rytmitaju ja kehorytmit
- Perusliikkumisen taidot: ryömiminen, konttaus, juokseminen, hyppiminen

Tuntirakenne (n. 50 min):

1. Virittäytyminen (5–7 min)
 - Kehonosien liikuttelua laulun *Kädet ylös, kädet alas* mukana
2. Nimilaulu (5 min)
 - Taputusrytmi, tutustuminen ja ryhmähengen luominen
3. Alkulaulu & liike (10 min)
 - Eri liikuntatapoja musiikin tahtiin (esim. juoksu, konttaus)
4. Rytmiharjoitus & loruttelu (8–10 min)
 - *Aurinko, aurinko lettuja paistaa* – liikkeet: iso/pieni, nopea/hidas
5. Soittaminen (15 min)
 - Marakassit ja rummut, kappale *Litra mansikoita*, rytmikuviot + liike
6. Rauhoittuminen (5 min)
 - Loppulaulu ja perusrytmin taputus, yhteinen päätöshetki

Välineet: Marakassit, rummut, oma keho

Kohderyhmä: 2–3-vuotiaat ja vanhemmat

Tuntisuunnitelma 2: Kehontuntemus ja rytminen ilmaisu

Tavoitteet:

- Kehonhallinta ja tasapaino
- Kehontietoisuus ja motoriset taidot
- Rytmien yhdistäminen liikkeeseen

Tuntirakenne (n. 50 min):

1. Alkulämmittely (5 min)
 - Liike eri tavoilla (esim. juoksu, hiipiminen) värialustoille
 - Nopeusreaktiot ja tilan hahmottaminen
2. Kehonosien tunnistaminen (8 min)
 - Musiikin tahdissa liike ja kehonosien nimeäminen
3. Pomppiva puolukka -harjoitus (12 min)
 - Palloilla heittäilyä, pompottelua tai heittoa ämpäriin
 - Silmä-käsiyhteistyö ja koordinaatio
4. Koirajumppa (15 min)
 - Eläinliikkeitä: kaivaminen, pissaus, hyppely
 - Perusliikuntataidot ja kehonhallinta
5. Rauhoittuminen (5 min)
 - Loppulaulu piirissä, perusrytmin taputus

Välineet: Värialustat, pallot, ämpäri

Kohderyhmä: 2–3-vuotiaat ja vanhemmat

Tuntisuunnitelma 3: Yhdessä rytmissä ja liikkeessä

Tavoitteet:

- Musiikin ja liikkeen vuorovaikutus
- Rytmitaju ja kehonhallinta
- Yhteissoitto ja vuorovaikutustaidot

Tuntirakenne (n. 50 min):

1. Virittäytyminen & alkulaulu (7–10 min)
 - Liikkumista musiikin mukana: kävely, juoksu, hyppy, konttaus
 - Musiikin ja liikkeen yhdistäminen
2. Rythmi- ja liikeharjoitus (15 min)
 - Kehorytmit ja rytmisoittimet (taputus, tömistely)
 - Rythmi- ja motoriikkataitojen harjoittelu
3. Huivitanssi (10 min)
 - Vapaata liikettä huivien kanssa musiikin tahdissa
 - Kehollinen ilmaisu ja vuorovaikutus
4. Soittaminen & rytmit (10 min)
 - Soittimet: marakassit, rummut + kehorytmit
 - Kappale: *Litra mansikoita*, soitto ja liike yhdistettynä
5. Rauhoittuminen (5 min)
 - Loppulaulu, istutaan piirissä ja taputetaan reisiin

Välineet: Huivit, marakassit, rummut

Kohderyhmä: 2–3-vuotiaat ja vanhemmat

Tuntisuunnitelma 4: Mielikuvitus liikkeelle ja keho mukaan

Tavoitteet:

- Lapsen ja aikuisen välinen yhteistyö
- Motoristen taitojen kehittäminen
- Perusliikuntataidot erilaisten välineiden avulla

Tuntirakenne (n. 50 min):

1. Alkulämmittely & kehonhallinta (5 min)
 - Liikkumista ja pysähtymistä musiikin mukaan värialustoilla
 - Nopeusreaktiot ja kehonhallinta
2. Pomppiva puolukka -harjoitus (12 min)
 - Palloilla heittäminen ja pomputtaminen lapsen ja aikuisen yhteistyönä
 - Yhteistyö ja motoriikka
3. Temppurata (12 min)
 - Hyppynaru, tasapainotyyny, pallon heitto
 - Koordinaatio ja perusliikkeet
4. Koirajumppa (15 min)
 - Eläinliikkeitä: hyppy, kaivaminen, juoksu
 - Vuorovaikutus ja motoriset taidot
5. Rauhoittuminen (5 min)
 - Loppulaulu piirissä, perusrytmin taputus