



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU
Yhdessä enemmän

Tanssi vie! - Tanssiliikunnan materiaali ja kou- lutus varhaiskasvattajille

Valo, Laura

2017 Laurea





LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU
Yhdessä enemmän

Tanssi vie! - Tanssiliikunnan materiaali ja koulutus varhaiskasvattajille

Laura Valo
Sosionomi
Opinnäytetyö
Joulukuu, 2017

Laura Valo

Tanssi vie!- Tanssiliikunnan materiaali ja koulutus varhaiskasvattajille

Vuosi 2017 Sivumäärä 70

Opinnäytetyöni lähti liikkeelle omasta kiinnostuksestani tanssia kohtaan ja omista huomioistani varhaiskasvatuksen kentällä. Työssäni päiväkodissa olin huomannut kuinka vähän tanssia käytetään pedagogisessa toiminnassa. Halusin kehittää mahdollisimman helppokäyttöisen materiaalin, jonka avulla varhaiskasvattajat pystyvät ohjaamaan tanssia työpaikoillaan.

Päädyn kehittämään tanssikortti-menetelmän, jonka rinnalle tuotin materiaalia tukevaa ohjeistusta, kuten videoita tanssiliikkeistä, kuvalliset ohjeistukset liikkeistä, musiikkisuositukset. Järjestin aiheesta kaksiosaisen koulutuksen Järvenpäässä huhtikuussa 2017. Koulutuksen kohderyhmänä olivat järvenpääläisten päiväkotien varhaiskasvattajat. Osallistujat saivat arvioida koulutusta ja materiaalia koulutuksen jälkeen täytettävän palautekaavakkeen avulla.

Opinnäytetyöni viitekehys muodostuu varhaiskasvatussuunnitelman perusteista, oppimiskäytystä ja opettamisesta sekä tanssin, taiteen ja musiikin merkityksestä lapsen kehitykselle.

Opinnäytetyön tuloksena on monissa varhaiskasvatusyksiköissä käytössä oleva tanssiliikunnan materiaali, jolle oli selkeästi tilausta. Koulutus antoi osallistujille hyvät valmiudet ohjata tanssia ja innostus tanssin ohjaamiseen oli suuri.

Vastaaville koulutuksille on kaupungissa sekä tarvetta että innostusta. Koulutukseen osallistujat toivovat myös lisää tanssikortteja käyttöönsä. Niitä onkin tarkoitus myöhemmässä vaiheessa suunnitella lisää.

Asiasanat: tanssiliikunta, tanssi ja lapset, tanssi varhaiskasvatuksessa

Laura Valo

Tanssi vie! - Dance education material and training event for early childhood educators

Year	2017	Pages	70
------	------	-------	----

My thesis started from my own interest in dancing and from my own observations in the field of early education. I work as a kindergarten teacher and I had noticed that dance was not used often in pedagogical activities. I wanted to develop user-friendly material that can be taken easily as one form of work in early education.

I decided to develop a dance card method. I also filmed videos about dance movements, made a written guide with pictures and collected music recommendations. I arranged a two-part training event at Järvenpää in April 2017. The target group was the early educators of municipal kindergartens. The participants evaluated the training and the material by filling in a feedback form right after the last training session.

The theoretical framework of my thesis consisted of an early childhood education plan, the concept of learning and teaching, and the importance of dance, art and music for children's development.

As a result of this thesis dance material is in use in several kindergartens at Järvenpää. It can be said that there was a need for this kind of material. The training gave the participants good skills to guide dance - and there was a great enthusiasm towards guiding children's dance among the participants. There is both need and enthusiasm for the corresponding education in the city. The participants in the training also hope for more dance cards and there is a plan to do more cards at a later stage.

Keywords: dancing, dancing and children, dancing in early childhood education

Sisällys

1	Johdanto.....	6
2	Opinnäytetyön tausta ja tarkoitus	7
3	Aikaisemmin tehdyt opinnäytetyöt aiheesta	8
4	Lapsi oppijana varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa.....	8
5	Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden oppimisen alueet suhteessa opinnäytetyöhöni	9
6	Oppimiskäsitys ja opetuksen lähtökohtia	11
7	Musiikin ja tanssin yhteys.....	14
8	Taiteen merkitys lapsen hyvinvoinnille	15
9	Tanssin merkitys yksilölle	16
	9.1 Tanssin tavoitteita ja hyötyjä.....	19
	9.2 Tanssin neljä elementtiä	20
10	Materiaalin kerääminen ja koulutuksen valmistelu	21
11	Tanssi vie!- koulutuksen toteutus ja materiaalin kuvaus	23
	11.1 Ensimmäinen koulutuskerta	23
	11.2 Toinen koulutuskerta	24
	11.3 Materiaalin kuvaus	25
12	Osallistujien antama palaute ja sen analysointi.....	26
13	Oma pohdinta.....	29
	Lähteet	31
	Liitteet.....	34

1 Johdanto

Opinnäytetyön aihe ”tanssi” oli minulla melko varhain selvillä. Tanssi on itselleni luontainen tapa liikkua ja ilmaista itseäni. Olen harrastanut pienestä lähtien tanssia ja olen myös ohjannut aikuisten tanssitunteja kymmenen vuoden ajan.

Opinnäytetyöni aihe alkoi hahmottumaan työskennellessäni varhaiskasvatuksessa. Tanssia lapsille ohjatessani huomasin konkreettisesti tanssin mahdollisuudet; kuinka paljon vilpittömiä iloja tanssi tuottaakaan ja mikä mahtava ilmaisun väylä sen avulla aukeaa. Samalla pohdin, miksei tanssi ole enemmän läsnä varhaiskasvatuksen arjessa ja miten itse voisin vaikuttaa asiaan?

Päädyn pohdiskelemaan asiaa ja hiukan haastattelemaan kahvihuoneessa kollegoitani aiheesta. Esille nousi ehkäpä tyypillinen suomalainen ajatus; ”no en mä osaa tanssia, niin en mä voi sitä lapsillekaan opettaa!” Saman ilmiön on huomannut myös Eeva Anttila (85,2001.), jonka mukaan suomalaisessa kulttuurissa on vallalla ilmaisun pidättyneisyys eivätkä aikuiset tanssi arjessa vaan erikseen määritellyissä tilanteissa tai paikoissa. Tanssille tulisikin antaa tilaa ja aikaa - ja hyväksyntää.

Itse jäin miettimään asiaa myös omasta näkökulmastani; enhän minäkään osaa nuotteja, mutta silti laulamme lasten kanssa arjessa. Pohdin, mitkä ovat omia työkalujani siinä tilanteessa kun en jotain osaa ja totesin, että laaja ja kattava materiaali on kaiken ytimessä.

Päätin opinnäytetyönäni luoda tanssiliikunnan materiaalin varhaiskasvattajien käyttöön. Materiaali olisi helposti saatavilla, siinä olisi selkeä ohjeistus ja myös musiikkisuositukset. Sain idean tanssikorteista ja ajattelin myös, että haluan järjestää koulutuksen aiheen tiimoilta. Koulutuksen näin tärkeänä, jotta saisin poistettua osallistujien mahdollisia ennakkoluuloja tanssin ohjaamisesta. Uskoin myös, että jos osallistujat saavat omakohtaisen, innostavan kokemuksen tanssista, edesauttaa se myös materiaalin käyttöönottoa ja tanssin ilosanoma leviää varhaiskasvatukseen, osaksi lasten arkea.

Koulutus ja materiaali sai nimekseen ”Tanssi vie!”. Nimi viittaa siihen, että tanssi vie mukanaan kun sille antaa mahdollisuuden. Ranskan kielen sana ”vié” tarkoittaa elämää, joten nimi viittaa myös siihen, että tanssi on luonnollinen osa elämäämme.

Opinnäytetyöni yhteistyötahoksi valikoitui Järvenpään kaupungin varhaiskasvatus, joka innostui heti aiheesta ja näki materiaalin ja koulutuksen ajankohtaisena ja tärkeänä. Vahva aikomukseni on, että ”Tanssi vie!” jää elämään myös opinnäyteprosessin jälkeen ja tanssikortteja

valmistuu kasvattajille lisää. Myös lisäkoulutuksia on tarkoitus järjestää yhteistyössä Järvenpään kaupungin varhaiskasvatuksen kanssa.

Lähdin tarkastelemaan opinnäytetyötäni suhteessa uuteen varhaiskasvatussuunnitelman perusteisiin. Näin tärkeänä avata lasta oppijana, osallisuutta ja opetuksen lähtökohtia. Lisäksi halusin etsiä tietoa musiikin ja tanssin yhteydestä ja taiteen ja tanssin merkityksestä kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille.

2 Opinnäytetyön tausta ja tarkoitus

Tämän opinnäytetyön tavoitteena on vahvistaa varhaiskasvatuksessa työskentelevien ohjaustaitoja tanssiliikunnan saralla ja tuottaa helposti omaksuttavaa materiaalia kasvattajien työkaluksi. Materiaalin käyttöönottoa vahvistetaan koulutustapahtumalla. Ajatuksena on, että ohjatakseen tanssia ei tarvitse olla tanssitaustaa. Tarkoituksena on siis myös poistaa ennakkoluuloja ja mahdollisia pelkoja tanssin ohjaamisesta. Koulutettujen kasvattajien avulla lapset saavat lisää mahdollisuuksia ilmaista itseään tanssien ja liikkuen.

Tanssimateriaali suunnitellaan ensisijaisesti 3-6-vuotiaiden lasten ohjaukseen, mutta myös tätä nuorempien lasten kanssa sitä voi käyttää sovelletusti. Tavoitteena on tutustuttaa lapsia erilaisiin tanssityyleihin ja kulttuureihin.

Tavoitteena on luoda selkeä materiaalipankki, josta kasvattaja voi itse poimia yksittäisiä ideoita tuokiolle tai koostaa kokonaisen tanssituokion. Päämateriaalina toimivat tanssikortit, joissa lähestytään tanssia mielikuvien ja leikillisyyden kautta. Pelkän paperisen version rinnalle on tavoitteena tuottaa myös videomateriaalia. Videomateriaali havainnollistaa liikettä kirjallista kuvausta paremmin ja poistaa mahdollisia paineita siitä, että tanssia ohjatakseen tulee itsellä olla vahvaa tanssitaustaa. Opinnäytetyönäni tuotan siis uusia työkaluja varhaiskasvatukseen käyttööseen tukemaan lasten ilmaisua ja liikuntaa. Tavoitteena tanssin mahdollisuuksien laajeneminen varhaiskasvatuksessa sekä kasvattajien tietotaidon ja rohkeuden lisääminen.

Tarkoituksena on kerätä Järvenpään kunnallisten päiväkotien henkilöstöstä joukko pilottikoulutukseen, jonka jälkeen osallistujilla on valmius ohjata tanssiliikuntaa omassa ryhmässään/päiväkodissään. Henkilöstöä pyydetään arvioimaan materiaalin käytettävyyttä ja laatua sekä koulutusta.

Opinnäytetyö on toiminnallinen ja materiaalia arvioidessa käytetään määrällisen tutkimuksen kyselylomaketta, joudossa on myös muutama avovastausvaihtoehto. Myös kasvattajien kanssa käynyt strukturoimattomat keskustelut toimivat arvioinnin lähteenä.

3 Aikaisemmin tehdyt opinnäytetyöt aiheesta

Tanssista varhaiskasvatuksessa on tehty jonkin verran opinnäytetöitä aikaisemmin. Löytämäni opinnäytetyöt poikkesivat kuitenkin omastani siinä suhteessa, että useimmissa töissä on valmistettu tanssiliikunnan kokonaisuuksia, esimerkiksi ennalta sovittu määrä ohjauskertoja, jonka opiskelija on käynyt vetämässä yhteistyöpäiväkodissa. Opinnäytetöissä on myös valmistettu tuntisapluuna, jonka yhteistyötaho on voinut ottaa käyttöön omaksi työkalukseksi. Löysin myös opinnäytetöitä, joissa on hyödynnetty luovan tanssin menetelmiä lasten tanssiliikunnassa sekä tanssin menetelmiä vauvan ja vanhemman vuorovaikutuksen tukena.

Oma opinnäytetyöni poikkeaa sikäli edellä esitetystä, että se keskittyy ohjausvalmiuksien vahvistamiseen varhaiskasvattajien keskuudessa sekä kattavan materiaalipaketin tuottamiseen. Materiaalipaketista kasvattajat saavat koostaa itse sopivaksi katsomiaan tanssikokonaisuuksia omassa ryhmässään. Opinnäytetyöni ei siis sisällä esimerkiksi käytännön ohjaamista yhteistyöpäiväkodin lapsiryhmässä.

4 Lapsi oppijana varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa

Varhaiskasvatuksen toimintaa ohjaavana asiakirjana toimivat valtakunnallinen varhaiskasvatussuunnitelman perusteet ja paikallistason varhaiskasvatussuunnitelma. Uudet asiakirjat tulivat voimaan 1.8.2017. Tarkastelen opinnäytetyötäni suhteessa Järvenpään varhaiskasvatussuunnitelmaan, koska opinnäytetyöni sijoittui kyseiseen kaupunkiin. Kaupungin varhaiskasvatussuunnitelma tuo valtakunnalliseen suunnitelmaan paikallisia painotuksia, liittyen muun muassa lasten ja perheiden tarpeisiin ja paikallisiin ominaispiirteisiin. (Järvenpään kaupungin varhaiskasvatussuunnitelma 2017, 2).

Lapsi kasvaa, kehittyy ja oppii vuorovaikutuksessa toisten ihmisten ja lähiympäristönsä kanssa. Lapsi on aktiivinen ja utelias ja haluaa oppia uutta ja kerrata ja toistaa asioita. Lapsen oppiminen on kokonaisvaltaista ja sitä tapahtuu kaikkialla; hän havainnoi ja tarkkailee ympäristöään ja oppii mallittamalla muita. Lapsi oppii leikkien, tutkien, tehtäviä tehden ja taitteen ja ilmaisun keinoin. Lapsi yhdistää oppimisessa tietoa, taitoa ja ajattelua, toimintaa ja tunteita, aistihavaintoja, kehollisia kokemuksia ja ajattelua. (Järvenpään kaupungin varhaiskasvatussuunnitelma 2017, 18.)

Lapsen oppimisen lähtökohtana ovat hänen aiemmat kokemuksensa, osaamisensa ja mielenkiinnon kohteensa. Lapsi oppii parhaiten kun kokee olonsa turvalliseksi ja voi kokonaisvaltaisesti hyvin. Tunne yhteisöön kuulumisesta on lapsen osallisuuden ja oppimisen kannalta keskeisessä. Myönteiset vuorovaikutussuhteet ja tunnekokemukset edistävät lapsen oppimista.

Lapsilla on oikeus saada oppimiseen tukea ja ohjausta. Kun toiminta on kiinnostavaa ja sopivassa määrin haastavaa, innostuu lapsi oppimaan lisää. Äärettömän tärkeitä ovat onnistumisen kokemukset ja ilo omasta toiminnasta sekä itsestä oppijana. (Järvenpään kaupungin varhaiskasvatussuunitelma 2017, 18.) Myös oma opinnäytetyöni tukee lapsen osallisuutta. Kasvattajille on annettu uusi työkalu, tanssikortit ja valmiudet tanssiliikunnan ohjaamiseen. Kuitenkin tanssikorteissa esitetyt liikkeet ovat ehdotelmia, ikäänkuin vihjeitä kasvattajalle kuinka tyyliä voi lähestyä. Lasten ideoille ja omille oivalluksille on tilaa ja kasvattajan tehtävänä on heittäytyä ideoiden vietäväksi.

Lapsi oppii leikkien monia taitoja ja omaksuu tietoa. Leikki motivoi lasta ja tuottaa iloa. On tärkeää ymmärtää leikin arvo ja pedagoginen merkitys lasten kehityksessä ja hyvinvoinnissa. (Järvenpään kaupungin varhaiskasvatussuunitelma 2017, 18.) Myös tanssikorteissa lähtökohtana on leikillisuus; eri teemoja lähestytään heittäytymällä rooleihin ja eri maailmoihin, ympäristöihin ja tunnelmiin.

Lasten oppimismotivaatio vahvistuu kokemuksellisilla, toiminnallisilla ja aktiivisuutta tukevilla ja elämyksiä tuottavilla työtavoilla. Tavoitteena on liikkuva lapsi, joka käyttää kaikkia aistejaan, kehittää muistiaan ja mielikuvitustaan ja saavat iloa oivaltaessaan. Lasten itsetunto kehittyy kun he saavat onnistumisen kokemuksia ja heille annetaan kannustavaa palautetta. (Järvenpään kaupungin varhaiskasvatussuunitelma 2017, 38.) Opinnäytetyöni ytimessä on ajatus siitä, että jokainen pystyy tanssimaan, iloitsemaan omasta kehostaan, oivaltamaan ja saamaan onnistumisen kokemuksia, taitotasosta huolimatta. Tanssia ei arvostella vaan itsetunto kohoaa myönteisten kokemusten ja palautteen myötä.

Järvenpään varhaiskasvatuksessa määritellyt oppimisen alueet kuvaavat pedagogisen toiminnan keskeisiä sisältöjä ja tavoitteita, jotka ohjaavat kasvattajia monipuoliseen ja eheytettyyn toiminnan suunnitteluun ja toteuttamiseen, jossa lapset ovat osallisina. Kaiken keskiössä on kokonaisvaltainen oppiminen, mielenkiinnot ja osaamistasot huomioon ottaen. Oppimisen alueita yhdistäen, lapset saavat monipuolisia kokemuksia ja elämyksiä. (Järvenpään kaupungin varhaiskasvatussuunitelma 2017, 42.) Tanssissa yhdistyvät eri oppimisen alueet ja tanssikorttien monipuolinen sisältö innostaa lapsia oppimaan ja tutkimaan. Tanssi pienryhmissä mahdollistaa lapsen vapautumisen ilmaisuun.

5 Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden oppimisen alueet suhteessa opinnäytetyöhöni

Varhaiskasvatussuunnitelmassa määritellyt oppimisen alueet ovat kielten rikas maailma, ilmaisun monet muodot, minä ja meidän yhteisömme, tutkin ja toimin ympäristössäni, kasvan, liikun ja kehityn (Järvenpään kaupungin varhaiskasvatussuunitelma 2017, 42.) Seuraavaksi tarkastelen oppimisen alueita suhteessa opinnäytetyöhöni.

Opinnäytetyöni aiheen, tanssin, voidaan kokonaisvaltaisen olemuksensa ja tutkivan luonteensa vuoksi nähdä liittyvän jokaiseen varhaiskasvatuksen oppimisen alueeseen. Kuitenkin omimmat alueet tanssille ovat varmasti ilmaisun monet muodot ja kasvan, liikun ja kehityn.

Kielten rikas maailma - oppimisen alueessa määritellään tehtäväksi lasten kielellisten taitojen ja valmiuksien kehittymisen vahvistuminen. Lasten osallisuus ja aktiivinen toimijuus sekä mahdollisuus vaikuttaa vahvistuvat kielellisten taitojen kehittyessä (Järvenpään kaupungin varhaiskasvatussuunitelma 2017, 42.) Opinnäytetyössäni kielelliset taidot karttuvat mm. nimeämällä asioita ja käsitteitä. Tanssikorttien kuvat auttavat myös niitä lapsia, joilla on nimeämisen vaikeutta. Myös liikkeet ja eleet ovat apukeinoina asioiden nimeämisessä.

Ilmaisun monet muodot - oppimisen alueen tavoitteena on musiikillisen, kehollisen, sanallisen sekä kuvallisen ilmaisun kehittämisen tukeminen. Keskiössä ovat kyky luoda mielikuvia ja kuvitella asioita. Lapsille tarjotaan mahdollisuuksia tutustua ilmaisun eri muotoihin, hyödyntäen eri työmenetelmiä ja ympäristöjä. Oppimisympäristön esteettisyys ja innostavuus ovat tärkeitä. Lasten saatavilla on oltava monipuolisia materiaaleja ja välineitä, kuten myös ohjausta. Lapsen yksilöllisyyttä tuetaan. Luoville prosesseille, sekä spontaaneille että suunnitelluille, annetaan aikaa ja tilaa (Järvenpään kaupungin varhaiskasvatussuunitelma 2017, 44.) Opinnäytetyöni keskiössä on lapsi yksilönä ja yhteisön jäsenenä. Häntä rohkaistaan ilmaisuun hienovaraisin ohjein ja vihjein ja häntä kannustetaan omaan ilmaisuun. Tanssin suositellaan tapahtuvan pienissä ryhmissä, jolloin mahdollistuu yhdessä tekeminen ja toisten huomioonottaminen. Tanssikorttien lähtökohtana ovat mielikuvat. Tanssia voidaan harjoittaa eri ympäristöissä; salissa, käytävällä, eteisessä, ryhmätilassa, metsässä. Tanssikorttien avulla maailmaa tutkitaan eläytyen ja kaikilla aisteilla. Ohjaaja voi esimerkiksi viritellä tunnelmaan: tunne tuulen puhallus poskella. Lasten omiin ideoihin tartutaan hetkessä ja annetaan tilaa ja mahdollisuuksia lasten vapaalle ilmaisulle.

Minä ja meidän yhteisömme - oppimisen alue lasten kulttuurista osaamista sekä vuorovaikutukseen ja ilmaisuun sekä ajatteluun ja oppimiseen liittyvää osaamista. Tavoitteena on auttaa lapsia ymmärtämään erilaisuutta, eläytymään ja tutkimaan mennyttä aikaa, nykyisyyttä ja tulevaa, ympäristöä ja ajankohtaisia ja lapsia askarruttavia asioita. (Järvenpään kaupungin varhaiskasvatussuunitelma 2017, 46.) Tanssikorttien avulla päästään sukeltamaan eri kulttuuriin ja tutustumaan esimerkiksi intialaiseen bollywoodiin ja espanjalaiseen flamencoön. Tanssiessa lapsi on vuorovaikutuksessa muiden ryhmäläisten kanssa, kaikkia jäseniä kunnioittaen. Tavoitteena on, että ymmärrys ja kunnioitus toisia ihmisiä kohtaan kasvaa moninaisessa, yksilöä kunnioittavassa ilmapiirissä tehden ja kokien.

Tutkin ja toimin ympäristössäni - oppimisen alueen tehtävä on antaa lapsille valmiuksia havainnoida, jäsentää ja ymmärtää ympäristöään. Tavoitteena on, että lapset oppivat omakoh- taisten havaintojen ja kokemusten kautta kehittymään oppijoina ja ajattelijoina ja ymmär- tämään syy-seuraussuhteita. Lapset oppivat nimeämään asioita, käyttämään erilaisia käsitteitä, kokeilemaan mittaamista sekä hahmottamaan tilaa, tasoja ja aikakäsitteitä (Järvenpään kaupungin varhaiskasvatussuunitelma 2017, 46-47.) Suunnittelemisani tanssikorteissa liiku- taan tilaa monipuolisesti hyödyntäen. Liikkuminen tapahtuu myös eri tasoilla (matalana, kor- kealla). Lapset oppivat myös asioiden nimeämistä ja aikakäsitteitä eläytyen, esimerkiksi: ”Kuvitellaanpa, että nyt on yö. On aivan pimeää ja kaikki eläimet nukkuvat” tai ”On kesä ja lämmin. Kuvittele, kuinka tuuli puhaltaa poskelle”. Tanssikorttien avulla mahdollistuu myös matemaattisten taitojen harjoittelu: ”Tähän tanssiin tarvitaan neljä härkää! Yksi-kaks- kolme-neljä.”

Kasvan, liikun ja kehityn - oppimisen alueen tavoitteena on monipuolisesti liikkuva lapsi, joka kokee liikunnan iloa, myös ulkona liikkuen ja erilaisissa liikuntaleikeissä. Liikuntakasvatus on monipuolista ja säännöllistä sekä tavoitteellista ja lapsilähtöistä. Varhaiskasvatuksessa kehi- tetään lapsen motorisia perustaitoja sekä kehontuntemusta- ja hallintaa. Lapsen terveelle kasvulle, kehitykselle, oppimiselle ja hyvinvoinnille on tärkeää riittävä fyysinen aktiivisuus, joka sisältää erilaisia ja eritasolla kuormittavia liikunnallisia aktiviteettejä. Myös liikkumisen keston, intensiteetin ja nopeuden tulee vaihdella. Liikuntavälineiden tulee olla monipuolisia ja innostavia. Lasten itsesäätely- ja vuorovaikutustaidot kehittyvät ryhmässä. Ryhmässä liik- kuminen kehittää lasten sosiaalisia taitoja, kuten vuorovaikutus- ja itsesäätelytaitoja. Lasten tulee saada kokemuksia monipuolisista työskentelytavoista niin yksin, parin kuin ryhmänkin kanssa liikkeessä. (Järvenpään kaupungin varhaiskasvatussuunitelma 2017, 48.)

Tanssikorttien avulla harjoitellaan erilaisia liikkumisen tapoja monipuolisesti, yksin ja yhdes- sä. Vuorovaikusta tapahtuu muutoinkin kuin sanallisesti, esimerkiksi elein ja kehonkielellä. Tanssikortit ovat intensiteetiltään erilaisia; löytyy sekä rauhallisia että vauhdikkaita. Itsesä- telytaidot kehittyvät esimerkiksi silloin, kun säädellään omaa liikkumista musiikin rytmissä (kun musiikissa tulee rauhallinen kohta, nopea ja sähköinen liike loppuu). Joissakin tanssikor- teissa käytetään välineinä huivia tai silkinauharinkulaa tunnelman virittäjänä.

6 Oppimiskäsitys ja opetuksen lähtökohtia

Ohjatessaan tanssia lapsille on varhaiskasvattajan hyvä tiedostaa eri oppimiskäsityksiä ja pei- lata niitä omaan toimintaansa. Oppimiskäsitys on näkemys siitä, mitä oppiminen on, miten oppiminen tapahtuu ja miten sitä voidaan edistää. (Siljamäki 2007, 279.) Me opimme myös eri tyylein; näkö-, kuulo - tai liikeaistin avulla. On tärkeä tunnistaa oma oppimistyyli, jotta voi kunnioittaa lapsille ominaisia oppimistyyliä ja suunnitella toimintaa eri näkökulmista.

(Dunn&Dunn 1992. Teoksessa Lupa liikkua 2013, 28.) Tanssikortit ja materiaali sen ympärillä on suunniteltu ottamaan huomioon erilaiset oppimistyylit. Esimerkiksi videot ja kuvalliset tanssikuvaukset tukevat kasvattajien oppimista visuaalisesta näkökulmasta.

Viime vuosina on vahvistunut käsitys lapsista toimijoina ja yhteisönsä jäseninä. Lapset sitoutuvat vahvemmin, kun heillä on mahdollisuus vaikuttaa toimintaan ja toimintaympäristöön. Osallistuminen voi olla alku osallisuuden polulla. (Turja 2016, 47.) Osallisuus on lapselle tunne siitä, että hän kuuluu yhteisöönsä ja voi vaikuttaa omiin asioihinsa. Liikkumisen näkökulmasta osallisuus voi näyttäytyä esimerkiksi siten, että kaikki löytävät mieluisaa tekemistä, riippumatta taidoista. (Pulli 2013, 15.)

Oppiminen on aina yksilöllinen, aktiivinen ja omakohtainen kokemus. (Haapaniemi, Haapaniemi, Moilanen, Raina & Suojanen-Saari 2003, 51). Lasten ja aikuisten välisessä vuorovaikutuksessa ovat tärkeässä roolissa puheen lisäksi myös ilmeet ja eleet, jotka ovat sidoksissa tunteisiin. Niin aikuiset kuin lapsetkin ovat tilanteissa läsnä kokonaisvaltaisesti, koko persoonallaan. Tapa kommunikoida määrittää ryhmän ilmapiiriä. (Nurmilaakso & Välimäki 2011, 45.)

Kaiken ytimessä on se, että opetettava asia esitetään lapsille henkilökohtaisesti merkityksellisellä tavalla. Opettaja voi käyttää mielikuvia, tarinoita tai muistoja syventämään ilmaisuja auttamaan liikkeen sisäistämisessä. (Siljamäki 2007, 280.) Omassa työssäni olen käyttänyt kuvia, mielikuvia, tunnelmia tai esimerkiksi eleitä ajatusten herättelijänä ja tunnelmaan ja liikkeeseen virittäjänä. Olen huomannut, kuinka lasten omien ideoiden ja havaintojen ottaminen toiminnan osaksi vahvistaa osallisuuden kokemusta. Opetuksessa voi olla useita tavoitteita ja ne määräytyvät lapsiryhmästä ja lasten yksilöllisistä tarpeista käsin. Yhdellä voi olla tavoitteena ilmaisuun vapautuminen, toisella muiden huomioonottaminen. Ryhmän yhteisenä tavoitteena voi olla esimerkiksi ryhmän vuorovaikutuksen tukeminen.

Konstruktivismiin suuntausten mukaan oppijalla itsellään on aktiivinen rooli oppimisprosessissa ja oppija peilaa opetusta aikaisempaan tietoonsa ja taitoonsa ja kokemuksiinsa. Kokemuksellisen oppimisen näkökulma korostaa oppimisprosessissa oppijan aktiivista roolia, kokemuksia ja itseohjautuvuutta. Opetus tarjoaa ongelmia, joita ratkoessaan oppilaan ajattelu kehittyy. (Siljamäki 2007, 279.)

Behavioristinen suuntaus näkee oppijan passiivisena toimijana, johon voidaan vaikuttaa palkintojen ja rangaistusten avulla. Tieto ja taito käsitellään mekaanisesti ja oppija reagoi ulkoisiin ärsykkeisiin (Siljamäki 2007, 279.) Omat kokemukseni tanssinopettajista ovat melko behavioristisia; kun joku liike ei sujunut tarpeeksi hyvin, sitä harjoiteltiin lisää onnistumiseen asti. Varhaiskasvatuksen tavoitteena ei ole kuitenkaan kasvattaa lapsista teknisesti täydellisiä

tanssijoita, vaan tarjota elämyksiä tanssin saralla. Opettaja voi toki mallintaa jotakin tanssi-liikettä, esim. salsan perusaskelta, mutta viime kädessä lapsi tekee siitä oman tulkintansa.

Opetusta voidaan toteuttaa myös tanssi-ilmaisun näkökulmasta, jossa on keskeistä huomioida eri liikemahdollisuudet, painottamatta mitään liiketyyliä. Kehon tuntemus, mielikuvitus ja luovuuden käyttö ovat keskiössä, kuin myös oppilaiden tunteiden ja ajattelun huomioiminen. Oppilaat saavat mahdollisuuden tuottaa itse liikkeitä ja käyttää omia kokemuksiaan liikkeen pohjana annettujen aiheiden ja rajojen puitteissa. (Siljamäki 2007, 282.) Myös varhaiskasvat-
 usikäisten kanssa voi hyödyntää lasten omia kokemuksia; miten käärme liikkuu? Miten liikkuu iloinen ihminen? Millä tavoin rankkasade rummuttaa pisaroita maahan?

Lapsesta lähtevä liikkuminen on luovaa ja tutkivaa ja lapselle tapa ottaa asioista selvää ja osallistua toimintaan. Aikuisen ohjaama liikunta on lapsen luontaisen liikkumisen jatke. Tanssin suunnittelu voidaan aloittaa liikkeen elementeistä valmiiden liikkeiden sijaan. (Anttila 2009, 17.) Tanssin elementtejä, voimaa, aikaa, tilaa ja virtausta käsitellään tarkemmin luvussa 9.2.

Kaikki kokemukset muuttavat ihmistä jollakin lailla, eikä ihminen pysy samanlaisena hetkeäkään (Raina & Haapaniemi 2005; 17). Ihmisen identiteetti, minuus, muovautuu joka hetkessä ja siten muokkaantuu aina uudelleen ja arvaamattomasti. Minuus on itseen liitettyjen kokemusten ja havaintojen tulos. Minuus muokkaantuu osallisuuden kokemuksissa ja vuorovaikutuksessa ja tuntemuksissa siitä, miten tärkeät ihmiset suhtautuvat itseen. Minuus muovaantuu myös kun tarkastelemme omia kokemuksia ikään kuin ulkopuolelta, peilaten niitä menneeseen, nykyiseen ja tulevaan. (Mäkinen 2011, 101.)

Mitä tanssin ohjaaminen sitten vaatii kasvattajilta? Tärkeimpänä seikkana koen uskalluksen ja heittäytymisen tanssin ja ilmaisun maailmaan. Jokaisen kasvatustyössä olevan olisi tärkeä saada kokemuksellisuuden kokemuksia. Tanssin ei tarvitse välttämättä olla se väylä vaan esimerkiksi jooga tai kävely metsässä voi toimia yhtä hyvin. Tärkeintä on kehon kokemuksellisuuden painottuminen ja suorituskeskeisyyden väheneminen. Näin pääsemme lähemmäs luonnollista yhteyttä oman kehon, minän ja ympäröivän maailman välillä, joka pienellä lapsella on. Voimme oppia ymmärtämään toisia ihmisiä vain, jos olemme itse kosketuksessa omiin tunteisiimme, kehollisuuteemme, itseemme. Painotus tulisi olla kokemuksellisuudessa ja suorituskeskeisyyden vähentyä. Varhaiskasvattajan on tärkeä olla valmis kohtaamaan itsensä ja löytämään lapsi itsessään. Heittäytymisen taito ja uskallus onkin suurin apu tällä löytöretkellä. Heittäytymällä voimme oppia itsestämme ja lapsesta ja ymmärtää kuinka tärkeää on säilyttää luova ja kokemuksellinen suhtautumistapa itseemme ja maailmaan. (Anttila 2001, 86.) Myös opinnäytetyöhöni koulutus-osiossa osallistujat pääsevät itse kokemaan tanssin ja heittäytymään eri tyylilajeihin.

7 Musiikin ja tanssin yhteys

”Liike on näkyvää musiikkia ja musiikki on kuuluvaa liikettä”. Näin viisaasti ja kauniisti musiikin ja liikkeen symbioosista on sanonut musiikkipedagogi Èmile Jaques-Dalcrozen. Musiikin ja liikkeen yhdistämisellä on todettu olevan lukuisia positiivisia vaikutuksia; koordinaatiokykyyn, kuuntelu- ja keskittymiskykyyn, itsetuntoon, ilmaisullisuuteen ja kehon tuntemukseen. Kun liike ja musiikki yhdistyvät, toimii ihminen kokonaisvaltaisesti - fyysisesti, henkisesti ja emotionaalisesti. Rytmi on musiikin ja liikkumisen yhteinen peruslähtökohta (Penttinen 2007, 299-300.)

Musiikilla on olennainen paikkansa musiikkiliikunnassa ja tanssissa. Musiikin ja kappaleiden etsimiseen kannattaakin varata aikaa. On hyvä, jos ohjaajalla on tieto siitä, miten liikkeet ja sarjat yhdistetään musiikkiin. Tärkein on erottaa musiikista perusrytmi ja erityisrytmit. Näin voidaan tehdä pidempiä kokonaisuuksia, esimerkiksi sarjoja suoraan musiikkiin tai ohjata liikuntaa musiikin tahdissa. Tanssimusiikkien tunnistaminen on tärkeää, jotta tanssijat pääsevät virittäytymään oikeaan tunnelmaan ja tanssimaan lajille tyypilliseen liikekieleen (Penttinen 2007, 300.) Musiikissa on kuultavissa maailman kulttuurien rikkaus ja musiikki voi toimia myös maailmankuvan avartajana (Ruokonen 2001, 134). Käytettävän musiikin tuntemus on tärkeä myös ennakoitaessa ohjeita (Penttinen 2007, 310). Musiikin avulla voi sukeltaa erilaisiin tunnelmiin ja jaksottaa tuokioita niin, että mielenkiinto säilyy (Siljamäki 2007, 282). Itse koen, että valitun musiikin tuntemus on tärkeää. Kun tiedän, että musiikissa on tulossa pian vaikka rauhallisempi kohta, voin sanallisesti tai kuvallisesti virittää tanssijoita siirtymään toisenlaiseen liikekieleen ja tunnelmaan. Olen huomannut myös, että hitaiden ja nopeampien kappaleiden on hyvä vaihdella, jotta lasten mielenkiinto säilyy läpi tunnin. Koko tunti ei voi olla nopeatempoista ”energianpurkua” tai vastaavasti hidastempoisempaa ilmaisua. Koulutusmateriaalista löytyy lista tanssikorttien suosituskappaleista. Lisäksi koulutuksessa kävimme läpi eri tanssi- ja musiikkityylejä itse tanssimalla.

Liikkuminen musiikin mukaan on luontaista pienelle lapselle (Ruokonen 2016, 129). Tanssiesiinsa pääsee tanssija harjoittelemaan rytmejä, melodioita, harmoniaa, värisävyjä ja muotoja. Instrumenttina on oma keho, jonka kautta omakohtaiset kokemukset pääsevät ulos tanssin ja musiikin tulkintana. Kun tuotetaan liikettä rytmin tai melodian mukaan, opitaan myös havainnoimaan musiikista eri elementtejä ja ilmaisemaan omia kokemuksia liikkeen kautta. Musiikin mukaan liikkuminen tuottaa onnistumisen kokemuksia myös motorisesti heikommille lapsille (Penttinen 2007, 301, 310.)

Musiikin vaikutuksia ei voi kiistää. Jo vastasyntynyt vauva kokee laulun tai hyräilyn voimakkaampana kuin puheen. Musiikin kautta lapsi kokee läsnäoloa, turvaa, läheisyyttä ja tulee

kohdatuksi. Musiikki tuo iloa ja vuorovaikutusta ja vahvistaa leikki-ikäisten yhteisöllisyyttä ja sosiaalisia ja emotionaalisia taitoja (Marjamäki, Kosonen, Törrönen & Hannukkala. 2015, 21-23.) Musiikki maalaa lapselle maisemia ja mielikuvia. Musiikin avulla lapsi voi ilmaista itseään ja purkaa tunteita tai kuvata musiikin herättämiä ajatuksia esimerkiksi liikkumalla (Ruokonen 2001, 132.)

Musiikkiliikunta auttaa lasta jäsentämään omaa kehoaan ja sen toimintoja ja kehittymään liikkeiden hallinnassa ja koordinaatiossa. Kehonrytmien kautta lapsi oppii ilmaisemaan musiikin perussykettä ja melodiarytmiä. Rythmi auttaa myös jäsentämään toimintaa. Myös lapsen mielikuvitus ja esteettiset taidot kehittyvät: lapsi voi havainnoida musiikista esimerkiksi kauniita ääniä tai melodiaa (Ruokonen 2001, 133-134; Hongisto-Åberg, Lindeberg-Piironen, & Mäkinen 1994:157.) Kokemusten ja elämysten kautta lapsen arvostukset, asennoituminen maailmaan ja näkemykset eri asioista alkavat hahmottua. (Ruokonen 2016, 125).

8 Taiteen merkitys lapsen hyvinvoinnille

Tanssi on yksi taiteen kokemisen muoto. Tanssi voi sisältää eri taiteenlajeja, kuten musiikkia, valotaidetta, puvustusta, kuvataidetta. Siksi halusin tuoda taiteen omaksi osaksi opinnäyte-työni teoriaosuutta.

Lapsi on valmis käyttämään kaikkia aistejaan ja hän on avoimen kiinnostunut maailmasta ja toisista ihmisistä. Lapselle kaikki on mahdollista. Aikuiset lapsen ympärillä luovat kulttuurisen ympäristön, jossa lapsen kasvu voi ilman esteitä tapahtua. (Hakkola, Laitinen & Ovaska-Airasmaa 1991, 8.) Maailmassa lapselle kaikki on uutta ja hän suhtautuu ihailen ja esteettisesti ympäröivään maailmaan. Tämä ajatus korostuu myös lapsen taiteellisessa toimijuudessa. Lapsi tutkii maailmaa aisteillaan ja tekee toiminnallisia ratkaisuja havaintojensa pohjalta. Taiteellisessa toiminnassa on keskeistä se, että lapsi pääsee ilmaisemaan omaa sisäistä maailmaansa ja saa jakaa omia kokemuksiaan toisten kanssa. Lopputuloksen sijaan toiminnan ytimessä on itse tekeminen. (Pääjoki 2016, 113-115.) Omat taidot ja valmiudet tunnustetaan vain tekemällä asioita. (Rissanen 2016, 36). Lapsen kehitys on kokonaisvaltaista ja hän pystyy soveltamaan kokemuksiaan uusiin tilanteisiin. (Hakkola ym. 1991, 9).

Lasten taiteellinen toimijuus on monipuolista ja vaihtelevaa. Kun toiminta lähtee lapsen aisti-esta maailmasuhteesta, lapsen omaa ilmaisua kunnioittaen ja lapsen pitäen osallisena yhteiseen kulttuuriin, vahvistuu lasten taiteellinen toimijuus sekä yksilö-että ryhmätasolla (Pääjoki 2016, 123.) Taiteen eri muodot mahdollistavat elämän ja ilmiöiden tutkimisen eri näkökulmis- ta. Taide voi tuoda esiin muistoja, saada meidät haaveilemaan tai toimia sykkähdyttäjänä. Tai- teen avulla pääsee parhaimmillaan tutkimaan itseä ja minuutta. Taide antaa tilaa tunteille, levolle, rauhoittumiselle, leikille ja ystävyydelle. Taiteen äärellä lapsi ja aikuinen voivat yh-

dessä ihastella ja hämmästellä, jakaa ajatuksia ja ilmaista tuntemuksia. Aikuisen avustuksella taiteesta voi tulla lapselle suuri voimavara ja yksi selviytymiskeino myöhemmässä elämässä. (Marjamäki ym. 2015, 25.)

Leikkiä ja taidetta ei voi erottaa toisistaan sillä lapsi elää leikin ja luovuuden maailmassa. Leikkiessään lapsi saa kokemuksia erilaisista asioista ja tutustuu samalla itseensä ja ympäröivään maailmaan. Leikin avulla on mahdollisuus käsitellä myös surullisia ja vaikeita asioita, joita ei muuten pysty ilmaisemaan. Leikki tuo lapselle lohdusta, ratkaisuja ongelmiin ja vie asioita mielen tasolla eteenpäin (Bardy & Känkänen 2005, 129-130.)

9 Tanssin merkitys yksilölle

Olen omassa työssäni varhaiskasvatuksessa huomannut, että tanssia käytetään verrattain vähän taiteellisenä ja liikunnallisena ilmaisumuotona. Toki voidaan ajatella, että tanssi on läsnä kaiken aikaa; lapsen pyöriessä lattialla, ojentaessaan kättä kohti kurahousuja tai tehdessä askelsarjoja kotileikin tiimellyksessä. Oma varovainen näkemykseni on, että suunnitelmalliset ja toisaalta spontaanitkin tanssihetket päiväkodeissa ovat vähäisiä. Syitä tähän voi olla monia, mutta yhtenä syynä väittäisin olevan suomalaisen kehtaamiskulttuurin näkökulman. Jos jotain ei osaa täydellisesti, kehtaako tai voiko sitä opettaa eteenpäin? Tanssin opetuksesta puhuttaessa varhaiskasvatusikäisten parissa käyttäisin sanaa ohjaaminen, sillä tanssia ei tarvitse opettaa. Huomionarvoista on, että ihmisen ensimmäisiä taitoja on herkkyys tunnistaa rytmistä liikettä ja vastata siihen. (Anttila 2001, 77).

Eeva Anttila puhuukin kirjoituksessaan ”Tanssi: kehon leikkiä” (2001, 85-86.) siitä, kuinka tanssi jokapäiväisenä toimintana puuttuu kulttuuristamme. Suomalaista kulttuuria leimaa ilmaisun pidättyneisyys ja aikuiset tanssivat ainoastaan erityisissä tilanteissa tai paikoissa. Näin lapsikaan ei kohtaa tanssia arkipäiväisessä elämässään. Tanssille tulisi antaa sekä fyysisiä mahdollisuuksia tilan ja ajan puitteissa että henkisiä; hyväksyntää, mallia ja kannustusta.

Sana ”tanssi” voidaan määritellä ei- kielelliseksi toiminnaksi, joka on rytmistä ja jossa on esteettisten ominaisuuksien lisäksi tunnistettavia ja toistuvia ”muotoja” tai kuvioita” (Anttila 2001, 77). Tanssi on yksi taiteen ja ilmaisun muoto. Taiteen voidaan sanoa olevan ihmisen halu tuoda sisäiset asiat näkyviksi ja jakaa kokemukset muiden kanssa. Taideopetus ohjaakin lasta käsittelemään omia kokemuksiaan taiteen avulla. Se, että liike muuttuu tanssiksi edellyttää sisältöä ja merkitystä, liikkeen laatua, voimaa ja tanssijan läsnäoloa (Viitala 1998, 59.)

Itse näen tanssin mahdollisuutena tutkia oman kehon mahdollisuuksia ja ympäristöä sekä innostaa lapsia monipuolisen liikunnan ja ilmaisun pariin. Tanssi on ennen kaikkea hauskaa. Ja siitä lapsuudessakin pitäisi olla kyse. Lasten liikunnallisia taitoja ja liikesuorituksia arvioidaan

varhaiskasvatuksessa. Kehon taito, osaaminen ja suoritus korostuvat. Näin pitää toki osin olla, jotta pystytään tukemaan lapsen kokonaisvaltaista kehitystä. Kuitenkin arvioivan liikunnan vastapainona tulisi olla tilaa myös luovalle liikunnalle (Anttila 2001, 85.)

Lasten kanssa tanssiessa voidaan tanssista löytää monia merkityksiä ja tärkeitä tehtäviä. Taidetanssia pidetään luovana ja ilmaisullisena, taide-elämyksiä tuottavana ja kommunikointia parantavana. Sosiaalinen tanssi korostaa sosiaalista yhdessäoloa, liikunnan tarpeen tyydyttämistä ja tanssin antamaa hyvinvoinnin tunnetta (Nieminen 2007, 285.) Ilmaisuliikunnassa korostuu teknisen suorittamisen sijaan itse tuotettu liike, kokeminen ja tiedostaminen. Ilmaisuliikunnan tavoitteena on tietoisuus liikkeen liiketekijöistä, myös motoriset taidot ja koordinaatiokyky kehittyvät. Oman ja toisten kehon hyväksyminen, rohkeus koskettaa toisia, omien ja muiden tuottamien liikeratkaisujen hyväksyminen (Nieminen 2007, 287.) Kaikilla on kyky luovaan toimintaan ja esteettiseen havainnointiin. Taiteessa on joustavuutta säännöissä eikä tanssiakseen tarvita täydellistä osaamista tai kehoa. Näin mahdollistuu taiteellinen toiminta ja ilmaisu myös motorisesti heikommille tai vammaisille. (Anttila 2001, 78.)

Tanssiminen tuottaa merkityksellisiä, henkilökohtaisia kokemuksia, joita ei pysty arvottamaan. Kokemukset voivat olla hyvinkin erilaisia: joku haluaa oppia haastavia liikesarjoja, toinen nauttii tanssin kauniista liikekielestä. Moni kokee toisen ihmisen kohtaamisen eniten iloa tuottavana. Nämä kokemukset soveltuvat samalla tavalla kaikille; lapsista iäkkäisiin, sukupuoleen katsomatta, vammasta tai sairaudesta huolimatta. (Siljamäki 2007, 276-277.) Mielikuvat toimivat lapsen toiminnan lähtökohtana ja toisaalta lapsi muodostaa itselleen mielikuvia toiminnan avulla. Toiminnassa ovat vahvasti läsnä aistit ja sen vuoksi niistä jää lapselle syvä kokemus ja hän muistaa kokemansa pitkään (Pönkkö & Sääkslahti 2016, 139-140.)

Lapsi ilmaisee itseään, omia tunteitaan ja ajatuksiaan, luontevasti liikkumalla, leikin avulla, näytellen ja tanssien. Liikkuessaan lapsi tutkii ja kokeilee, testaa ja vertailee, pohtii syy-seuraussuhteita sekä tekee johtopäätöksiä kokemansa perusteella. Nämä kehollisen ilmaisun muodot tarjoavat lapselle vastapainoa suorittamiselle ja antavat mahdollisuuden ajattomuuden, eli flow'n, kokemuksesta. (Pönkkö ym. 2016, 139-140.) Lapsella on sisäsyntyinen tarve liikkua ja lapsi oppiikin uusia asioita ja taitoja liikkumalla. Kun liikkumisen tarve tyydytty, varmistuu lapsen normaali kasvu, kehitys ja hyvinvointi. (Asanti & Sääkslahti 2010, 85.)

Tanssilla on positiivinen merkitys myös lasten sosiaalisten ja emotionaalisten taitojen vahvistajana. Tanssiessa opitaan ottamaan toiset huomioon, hyväksymään erilaisuutta ja toimimaan yhdessä. Lapsi tarvitsee sosiaalisia taitoja toimiessaan ja ollessaan vuorovaikutuksessa toisten kanssa. Kyky empatiaan on myös tärkeää. Lapsi havainnoi muiden ajatuksia ja tunteita ja punnitsee oman toimintansa seurauksia. Vuorovaikutustilanteessa opitaan myös tunteiden tunnistamista ja nimeämistä sekä säätelemään tunteiden ilmaisun voimakkuustasoa. (Nurmi

ym. 2006, teoksessa: Asanti ym. 2010, 88.) Tanssi vahvistaa parhaimmillaan yhteisöissä yhteenkuuluvuuden tunnetta. Myös päiväkotiyhteisöissä tanssin mahdollisuudet ryhmädynamiikan vahvistajana tulisi nähdä tärkeänä voimavarana. (Anttila 2001, 77.)

Hoiva ja turvallisuuden tunne auttavat lasta terveeseen itsetunnon rakentamisessa. Merkittävä rooli itsetunnon rakentumisessa on ilmaisun keinoilla. Ilmaisun muotoja on monia ja kehollinen ilmaisu onkin monelle lapselle luontevin ilmaisun kanava tunteiden ja ajatusten purkamiselle ja voi toimia vastapainona suorittamiselle. (Asanti ym 2010, 88.) Liikunnassa lapsi saa ilmaista elämäniloaan ja kokea ja löytää itsensä vahvasti. Tunteet, kuten ilo, innostuneisuus tai kiukku tulevat ulos lapsesta liikkeen muodossa ja liikkuminen on luontainen väline esimerkiksi musiikin kokemiseen. (Huisman 2001, 63.)

Liikkuminen on lapselle luontainen väylä kokea maailmaa. Kehon kieli onkin ensimmäinen ja merkittävin varhaislapsuuden oppimisen kanava. Oman kehon tuntemukset ja liikekokemukset tuottavat lapselle kokemuksen olemassaolosta (Huisman 2001, 62.) Itsetunto lähtee kehittymään oman fyysisen minän ja kehon tuntemisesta. Oman kehon ja sen toimintojen säätely on tärkeää terveeseen itsetunnon rakentumiselle. Itsetunto rakentuu myös sen pohjalta, mitkä ovat muiden ihmisten käsitykset ja reaktiot lapsesta ja lapsen toiminnasta. Kun lapsi sisäisesti arvostaa itseään, näkyy se myös ulospäin. Itsensä kanssa sinut oleva ja itseensä uskova lapsi omaa iloisen äänen, rohkean katseen ja reippaan askeleen, suoran ryhdin ja määrätietoisen kädenpuristuksen. (Huisman 2001, 63.)

Tanssi on kokonaisvaltaista, monipuolista ja mukautuvaa ja siksi voidaan ajatella tanssilla olevan annettavaa lasten kehittymiselle. Myös alle kouluikäisten tanssissa opitaan yhdessä toimimista, tutustutaan omaan kehoon ja sen mahdollisuuksiin sekä iloitaan liikkeestä itsestään. (Viitala 1998, 12.) Lastentanssi nähdään yhdistelmänä eri elementtejä, jossa lapsi pääsee tutustumaan tanssiin itse tanssien, luoden ja kokeillen luoden. Luova tanssiminen on aina läsnä lasten tanssissa. (Viitala 1998, 13.) Lastentanssi tulee rakentaa niin, että jokainen lapsi kokee olevansa yhtä tärkeä osa ryhmää kyvyistä tai muista ominaisuuksista riippumatta. Tanssin avulla opetellaan yhdessä tekemistä, ryhmässä toimimista ja vastuunottamista. Tanssin tavoitteena on mahdollistaa suorituksesta ja kilpailusta vapaa tila, jossa jokaisella on tasaveritaiset mahdollisuudet tehdä, oivaltaa, iloita ja onnistua. Tanssin tulee pitkällä aikajänteellä tarjota osia tanssin eri osa-alueista. (Viitala 1998, 19, 23-24.)

Lastentanssin tavoitteiden ei tule olla tanssiteknisissä asioissa vaan positiivisissa kokemuksissa ja elämyksissä. Liikekieli ei ole kaavoihin tai tyyliin sidottu vaan liikkuminen tapahtuu lasten luonnollisen liikkeen kautta. Liikkeeseen voidaan antaa vihjeitä niin sanotusti tehtävän mukaan. Tanssin tärkein tehtävä on tuottaa iloa ja riemua ja saada osallistujat

antautumaan tanssin vietäväksi (Viitala 1998, 24, 39.)

9.1 Tanssin tavoitteita ja hyötyjä

On tärkeää tarjota tanssin avulla monipuolisia, innostavia ja palkitsevia mahdollisuuksia kokeilla tanssia sen eri muodoissaan. Kokeilemalla, heittäytymällä ja intensiivisellä tekemisellä voi saavuttaa elämyksen. Jos tehty liike on tanssijan hallinnassa ja säädeltävissä ja se tehdään intensiivisesti, voi se parhaimmillaan tuottaa vahvan kokemuksen tai jopa elämyksen. Sama liike voidaan kokea hyvinkin eri tavalla. Elämys on kokijalleen aina yksilöllinen, sitä voi olla hankala tarkasti määritellä, mutta varmaa on, että se jättää jäljen kokijan sisäiseen maailmaan. Lapsella on elämyksen vastaanottajana läsnä riemu ja ennakkoluulottomuus. (Viitala 1998, 16-17.)

Rudolf Laban määrittelee tanssin tunteiden kouluksi. Tanssin ennaltaehkäisevät vaikutukset ovat ilmiselviä. Tanssi parhaimmillaan tuo myönteisiä elämyksiä ja mahdollisesti jopa neutralisoi vaikeita asioita. Myös arempi, sulkeutuneempi lapsi muuttuu kokemusten myötä osallistuvaksi ryhmän jäseneksi. On tehty olettaus, että tehdessä tiettyä liikettä, tulee esiin myös liikkeeseen alkuperäisesti liittynyt tunne. Myös tietty tunne purkautuu joka kerta tiettyinä liikkeenä. Nämä käsitykset antavat suuret mahdollisuudet myös liikkeeseen perustuvalle terapialle. (Viitala 1998, 12-13, 17.)

Voi siis sanoa, että tanssi vaikuttaa monin tavoin ja kokonaisvaltaisesti niihin, jotka uskalta-
vat heittäytyä tanssin vietäväksi. Alla olevassa taulukossa on kuvattuna tanssin tavoitteita ja hyötyjä.

TANSSIN TAVOITTEITA	TANSSIN HYÖTYJÄ
Kehollinen tuntemus	Oman kehon liikemahdollisuuksien löytäminen kokeilujen kautta
Koordinaatio	Eri kehonosien yksittäisten liikkeiden hallinta ja niiden yhdistäminen esim. musiikkiin/rytmiin
Tilan hahmottaminen	Hahmotetaan suuntia, tasoja, etäisyyttä
Levottomat ja arat tanssijat	Energian suuntaaminen ja rohkeus
Aistit	Tasapaino, näkö, kuulo, tunto
Keskittyminen	Keskittynyt työskentely

Muisti	Motorisen, akustisen ja visuaalisen muistin kehitys
Reaktiokyky	Akustisiin ja visuaalisiin merkkeihin reagoiminen, persoonallisten liikeratkaisujen löytäminen nopeasti vaihtuvissa tilanteissa
Vuorovaikutus ja kontaktikyky	Oppiminen osana ryhmää, oppiminen yhteisen tekemisen kautta, yhdessä tekemisen ilo
Luovuus	Oma ilmaisu, uusien mahdollisuuksien löytäminen
Yksilönä kehittyminen	Ainutlaatuinen, yksilöllinen persoona, joka tuntee omat edellytyksensä, mahdollisuutensa ja rajoituksensa
Kielellinen kehitys	Käsitteiden merkityksen ymmärtäminen tekemisen ja kokemisen kautta (eteen, taakse, ohi, suoraan, rivi, kaari)
Tanssin päälajien kokeilu	tanssityyleihin tutustuminen, musiikin tyylin ja luonteen tulkitseminen liikkein
Elämyksellisyys	Ilo, myönteiset kokemukset, elämykset
Musiikki	Musiikin yhteys liikkeeseen, oma tulkinta

(Haselbach 1971. Teoksessa Musiikkia tanssien 2010, 172 ; Viitala, M. 1998 , 35.)

9.2 Tanssin neljä elementtiä

Liike on tanssin keskeinen elementti. Tanssijan on tärkeä olla läsnä hetkessä ja paneutua liikkeen herättämiin tuntemuksiin kehossa. Tanssinharjoittelu aloitetaan aina omista lähtökohdista käsin. Olemme yksilöitä ja jokaisen tanssinharjoittelu on tie, jonka määränpäättä ei voi ennakoita. Omien oivallusten kautta saamme tanssille merkityksen. Ideaalitalanteessa onnistumisten ja epäonnistumisten tarkkailu tanssissa unohtuu ja tärkeäkeimmäksi nousevat sisäiset kokemukset, joita tanssiminen tuottaa. (Siljamäki 2007, 276.)

Keho, tila, energia, aika ja virtaus ovat keskeisiä elementtejä ilmaistessa liikettä.

Liikeilmaisu aloitetaan tutkimalla liikettä suhteessa omaan kehoon, laajentaen myöhemmin tutustumalla toisiin tanssijoihin ja ympäristöön, tilaan. (Nieminen 2007, 288) Rudolf Labanin luoman liikeanalyysin pohjalta on kehittynyt ”tanssin teoria”, joka on rinnastettavissa esi-

merkiksi kuvataiteiden värioppiin tai musiikin teoriaan. Tanssin teoria voidaan määritellä oheisen kaavion mukaan neljään tanssin peruselementtiin; voimaan, aikaan, tilaan ja virtaukseen.

VOIMA	AIKA	TILA	VIRTAUS
-Liikkeessä paljon/vähän voimaa -Lihasvoiman säätely (ryhti, liikkeet vie-dään loppuun asti) -Maan vetovoiman hallitseminen ja käyttö	-Läsnäoloa ja heittäytymistä hetkessä -Vahva läsnäolo -Lapselle rajaton, aikaa on niin paljon kuin sitä tarvitaan	-Ympäröivän maailman tutkiminen -Mielikuvissa, sisäisen tila -Tanssi suhteessa ympäröivään tilaan	- Läsnä kehossa kaiken aikaa -Perusvirtaus tuottaa aina pientä liikettä - Vapaa virtaus, ”free flow” - Sidottu virtaus ”Bound flow”

Vapaa virtaus, ”Free flow”: vapautetaan energia virtaamaan täysillä. Tanssissa tarvitaan mm. hypyissä ja pyörimisessä.

Sidottu virtaus ” Bound flow”: antaa liikkeelle hienosäädön, on perusvirtauksen herkkää ja tarkoituksenmukaista säätelyä (suunnanvaihdot, pysähtyminen, liikkumatta oleminen).

(Anttila 2001, 79-84)

10 Materiaalin kerääminen ja koulutuksen valmistelu

Opinnäytetyön materiaalipaketin valmistelu lähti liikkeelle tanssikorttien suunnittelusta. Pohdin mitkä tanssityylit soveltuisivat lastentanssiin ja mitkä kappaleet tukisivat kutakin tanssityyliä parhaiten. Kun olin valinnut suosituskappaleet, pohdin kappaleen ja tanssin ympärille tarinan. Etsin tanssikorttiin ja tarinaan parhaiten sopivan kuvan Papunetin kuvaohjelmasta. Päädyin tanssityylivalinnoissani balettiin, salsaan, flamencoön, bollywoodiin, hiphoppiin, nykytanssiin, breikkiin sekä eri lajeja yhdistävään fuusiotanssiin. Valitsin nämä tanssit siksi, että ne ovat keskenään erilaisia sekä rytmillisesti että tyylillisesti. Hyödynsin näiden tanssien kautta myös omaa osaamistani ja lajituntemustani.

Aloin koostamaan tanssikortteihin lajille tyypillistä liikekieltä, kehittämällä samalla liikkeille tarinaa leikkisestä lähtökohdasta ja lapsen mielikuvitusta tukien. Esimerkiksi flamencossa pyritellään hameita ja leikitään hurjia härkiä, bollywoodissa liikutaan sulavan käärmeäisesti ja päätä puolelta toiselle liikuttaen, nykytanssissa mukaillaan tuulen liikekieltä huivien avulla, breikissä temppuillaan taitavien koirien lailla.

Laminoin osallistujille valmiit tanssikortit, jotta ne on helppo ottaa heti koulutuksen jälkeen osaksi toimintaa. Korttien etupuolella on kuva, joka virittää lapsen tanssin tunnelmaan ja takapuolella on teksti, joka kertoo kasvattajalle miten tanssia voi lähestyä. Kaikkea kortissa olevaa liikemateriaalia ei ole tarkoitus ottaa käyttöön yhdellä kertaa ja kortista voi valita juuri omalle ryhmälle parhaiten soveltuvat liikkeet. Kasvattajille korostetaan koulutuksessa myös kuinka tärkeää on tarttua lasten omiin ideoihin ja oivalluksiin tanssiessa. Tein myös suosituslistan kappaleista ja laitoin suorat linkit spotify-palvelimelle (niistä, jotka olivat saatavilla), jotta kappaleiden löytäminen on mahdollisimman sujuvaa.

Seuraavaksi kuvasin sekä videot kuhunkin tanssikorttiin liittyvistä tanssiliikkeistä että otatin valokuvat yksittäisistä tanssiliikkeistä. Työstin valokuvista kirjallisen ohjeistuksen ja videot lisäsin Youtube- palvelimelle. Tein osallistujille myös suoran linkkilistan videoihin. Näin videoita on nopea katsoa arjessa nopeasti linkkiä klikkaamalla.

Järvenpään kaupungilla on käytössään Joukkoenkeli-palvelu, johon on koottu kaupungin varhaiskasvatuksen liikuntaan liittyvää materiaalia ja tietoa. Perustin Joukkoenkeliin Tanssi vie!- sivun, johon liitin tanssikorttien kuvat, tekstit, musiikkisuositukset ja videolinkit. Valitettavasti sekä videot itsessään että tanssikuvaukset kuvineen olivat liian suuria ladattavaksi palvelimelle.

Itse koulutustapahtuma oli kaksipäiväinen ja kesti kaksi tuntia kerrallaan. Tein alustavan koulutusrunгон. Koostin powerpointille teoriaa, joka koostui tanssin monipuolisista vaikutuksista hyvinvoinnille ja kokonaisvaltaiselle kehitykselle, tanssien elementtien tutkimisesta, lapsesta oppijana sekä siitä, mitä tanssin ohjaaminen vaatii kasvattajalta. Jaoin teoriaosuutta tasaisesti kahdelle kerralle, painottaen kuitenkin koulutuksen toiminnallisuutta. Liitin koulutukseen myös tanssin kokemuksellisen puolen ja koostin tanssi-innostumisen osion, jossa tanssimme osallistujien kanssa kutakin tanssilajia ja heittäydyimme tanssin tunnelmaan. Ajattelin, että osallistujien on helpompi omaksua tanssikorttien liikkeet, kun he ovat saaneet oman kokemuksen kyseisestä tanssilajista. Tanssikorttien liikkeiden läpikäymiselle on varattu koulutuksessa aikaa. Ensimmäisellä kerralla käydään läpi puolet korteista. Toisella koulutuskerralla käydään läpi loput tanssikorteista sekä yksittäisten korttien käyttäminen osana pienryhmätoimintaa tai tanssituokion koostaminen useammasta kortista. Viimeisellä kerralla tarkastelemme myös muun materiaalin käyttöä ja käymme sekä Joukkoenkeliä että Tanssi vie!- Youtube-kanavalla katsomassa esimerkkivideon. Koulutuksen loppuun varataan aikaa palautelomakkeen täyttämiseen.

11 Tanssi vie! - koulutuksen toteutus ja materiaalin kuvaus

Tanssiliikunnan koulutukset järjestettiin yhteistyössä Järvenpään kaupungin varhaiskasvatuksen kanssa 20. & 27.4.2017 klo 13-15. Koulutus kokonaisuudessaan kesti siis 4 tuntia. Koulutuspaikkana toimi liikuntakeskus Pirosen tanssisali. Koulutuksesta lähti tieto varhaiskasvatuksen esimiehille n. 3 viikkoa ennen koulutusta koulutusasioista vastaavan erityisasiantuntijan kautta.

Koulutus toteutettiin nopealla aikataululla ja päätettiin kaupungin varhaiskasvatuksen erityisasiantuntijan kanssa järjestää kahdessa osassa, jotta henkilökunta pystyy paremmin osallistumaan koulutukseen. Työvuorolistat olivat koulutuspäiville tehtynä ja kokemuksen perusteella muutokset ja resurssin järjestäminen koulutuksen ajaksi lyhyellä varoitusajalla voi olla haastavaa.

Koulutuksen tavoitteena oli vahvistaa varhaiskasvattajien taitoja tanssin ja tanssin ohjaamisen saralla sekä antaa konkreettisia työkaluja arkeen. Kehittelin tanssikortti- menetelmän ja videokuvasin, valokuvasin ja kirjoitin auki tanssiliikkeitä. Pohdin alun perin voisiko koulutuksen toteuttaa täysin ”virtuaalisesti”, riittäisikö pelkkä materiaali siihen, että tanssin pystyisi omaksumaan ja ottamaan omaksi työkalukseen. Halusin koulutuksen ja palautteiden kautta saada vastauksen myös tähän pohdintaani.

Koulutukseen osallistui 10 kasvattajaa kahdeksasta eri päiväkodista. Osalla oli tanssitaustaa, osa oli omien sanojensa mukaan täysin oman mukavuusalueensa ulkopuolella. Koulutus rakentui tanssin teorian, keskustelun, osallistujien oman tanssillisen kokemuksellisuuden ja tanssikorttien ja tanssiliikkeiden opetteluun ympärille. Osallistujat saivat myös konkreettisesti vinkkejä tanssikorttien käyttöön ja kokonaisen tanssituokion suunnitteluun ja pitämiseen.

11.1 Ensimmäinen koulutuskerta

Ensimmäisellä koulutuskerralla 20.4.2017 osallistujat saivat aluksi esitellä itsensä ja kertoa omasta suhteestaan tanssiin. Virittäydyimme tunnelmaan myös kirjoittamalla post-it- lapuille yksittäisiä sanoja, ajatuksia siitä mitä osallistujissa herättävät sanat ”Tanssi ” ja ”Tanssin ohjaaminen”

Osallistujien ajatukset, intuitiiviset sanat, tanssista:

”Rytmi”, ”Innostavaa”, ”Mukaansatempaavaa”, ”Vapaus liikkua”, ”Hauskaa”, ”Rytmi”, ”Rentouttavaa”, ”Heilumista & haasteita”, ”Hyvän mielen tuoja”, ”Taiteellinen ilmaisu”, ”Sulavaa”, ”Rentous”, ”Positiivisia elämyksiä”, ”Improvisointi”, ”Olotila”, ”Luovuus”

Kävimme osallistujien kanssa sanoja keskustellen läpi. Tanssi herätti osallistujissa paljon positiivisia asioita; tanssi oli osallistujien mielissä rentoa, hauskaa, ilmaisullista ja elämyksellistä. Tanssin ohjaamisessa nähtiin tärkeänä uskallus ylittää rajoja ja olla selkeänä esimerkkinä liikkeiden ilmaisussa. Koulutuksesta haluttiin saada eväitä siihen, miten tanssia voi ohjata lapsille. Lasten omien ideoiden ja luovuuden huomioiminen nähtiin tärkeänä.

Osallistujien ajatuksia tanssin ohjaamisesta:

”Liike”, ”Selkeys”, ”Miten?”, ”Rytmi”, ”Positiivisesti haastavaa”, ”Luovuus”, ”Iloiset ilmeet”, ”Hankalaa”, ”Lasten ideoiden huomioiminen”, ”Esimerkillisyys”, ”Rajojen ylitys”, ”Taito”

Esittelyjen jälkeen kävimme läpi Power Point- esityksen avulla koulutuksen taustaa ja tarkoitusta ja koulutuskertojen aikataulutusta. Läpi esityksen säilyi keskusteleva ote. Ensimmäisellä koulutuskerralla perehdyimme tanssin teoriaan ja mahdollisuuksiin. Osallistujat pääsivät tanssi-innostumaan itse tanssimalla eri tanssilajeja ohjatusti ja kävimme läpi lastentanssin liikkeit osaan kuuteen tanssikorttiin. Esimerkiksi: tanssimme aluksi aikuisten liikkein salsaa ja sen jälkeen kävimme läpi tanssikortin liikkeit salsa-kappaleeseen. Käytimme osassa lastentanssien kappaleista välineitä; huiveja ja silkkinauharenkaita.

11.2 Toinen koulutuskerta

Toisella koulutuskerralla 27.4.2017 kävimme läpi millaisin tunnelmin osallistujat olivat edelliskerran jälkeen. Sen jälkeen osallistujat saivat materiaalipaketin; tanssikortit, kuvallisen liikeohjeistuksen, musiikkisuositukset. Katsoimme myös esimerkkivideon ja Joukkoenkeliin Tanssi vie!- osion. Osa kasvattajista ei ollut kirjautunut Joukkoenkeliin. Heille lähti liittymiskutsu sähköpostitse koulutuksen jälkeen.

Tämän jälkeen kävimme lyhyesti teoriaa läpi; tanssin mahdollisuuksia sekä tuokion rakentamisen perusperiaatteita. Osallistujilta tuli itseltään palautetta, että he halusivat käydä edelliskerralla käytyjen tanssien liikkeit läpi. Kävimme siis uudet tanssikortit läpi ja sen lisäksi kertosimme edellisellä viikolla käydyt liikkeit. Koulutuksen lopuksi osallistujat täyttivät vielä paperisen palautelomakkeen koulutuksesta ja materiaalista.

11.3 Materiaalin kuvaus

Materiaalin pääelementtinä ovat Tanssikortit. Jokaiseen tanssikorttiin on kuvattu oma lyhyt video, joka on ladattu Youtubeen. Linkit videoista lähetettiin osallistujille toisen koulutuskeran jälkeen ja linkkilista on myös Joukkoenkeliissä. Kaikki materiaalit on ladattu Järvenpään varhaiskasvattajien yhteiseen ”liikuntapankkiin” Joukkoenkeliin internetissä, pois lukien kuvalliset liikeohjeistukset (liian iso tiedosto ladattavaksi). Myöskin videot ovat liian suuria ladattavaksi Joukkoenkeliin.

Kuvallisten tanssikorttien tarkoituksena on virittää lapset tanssittavan tanssin maailmaan ja tunnelmaan. Kuvakortin takana on kasvattajalle kirjalliset ohjeet liikkeistä, joita tanssissa voi käyttää. Kaikkia liikkeitä ei tarvitse käyttää, liikkeitä voi lisätä mukaan kertojen edetessä tai liikkeitä voi vaihdella. Tanssikorttien kuvat ovat Papunetistä. Kuvat viittaavat joko tanssittavan tanssin musiikkisuositukseen tai tanssin tyyliin tai tarinaan.

Osallistujat saivat musiikkisuositukset tanssikortteihin. Kutakin korttia kuvastamaan on valittu tyyliin sopivaa musiikkia. Linkki suosituskappaleeseen löytyy kirjallisesta materiaalista ja Joukkoenkelistä ”Musiikkisuositukset”- tiedostosta.

Kuhunkin tanssikorttiin liittyvät liikkeet on kuvattu myös videolle, jonka avulla on helppo virkistää muistia liikkeiden osalta. Videot löytyvät Youtubesta Tanssi viel- kanvalta. Suorat linkit videoihin löytyvät Joukkoenkelistä.

Kuvallinen ohjeistus sisältää saman kirjallisen ohjeistuksen, joka löytyy tanssikortin kääntöpuolelta. Sen lisäksi jokaisen tanssin kohdalla on pienet valokuvat kuvaamassa tiettyä liikettä. Kuvallinen ohjeistus on nopea työkalu liikkeitä kerratessa.

Materiaalipankki Joukkoenkeliissä on kaikille kasvattajille avoin. Materiaalipankkiin on tallennettuna Tanssikorttien kuvat ja kirjalliset liikeohjeistukset, jotta kortteja voi tarvittaessa tehdä päiväkotiin lisää (myös muihin ryhmiin). Sieltä löytyy myös musiikkisuositukset, linkit videoihin, kuvaukset tanssilajeista ja koulutuksessa käytyä teoriaa. Kuvalliset tanssikuvaukset on mahdollista saada kouluttajalta pyydettäessä (selvityksen alla on saisiko materiaalin kaupungin yleiselle asemalle). Materiaalipankkiin on tarkoitus lisätä jatkossa Tanssikortteja kasvattajien käyttöön (sisältäen myös videot ja kuvallisen ohjeistuksen).

12 Osallistujien antama palaute ja sen analysointi

Palaute kerättiin viimeisellä kerralla paperisella palautelomakkeella ja läpi koulutuksen kestävällä strukturoimattomalla haastattelulla. Opinnäytetyöni tavoitteena oli selvittää materiaalin käytettävyyttä ja laadukkuutta. Koulutusta ja materiaalia on arvioitu numeerisesti.

Kasvattajat olivat innostuneita aiheesta ja koulutuksesta ja valmiita ottamaan tanssin ja tanssikortit osaksi ryhmänsä ja päiväkotinsa arkea. Yksi osallistuja oli jo ensimmäisen koulutuskerran jälkeen vetänyt tanssia ryhmässään ja eräs ryhmä oli ottanut kevätjuhlaansa yhden koulutuksessa käydyn tanssin.

Mukana oli kaksi osallistujaa, jotka hyppäsivät omien sanojensa mukaan täysin oman mukavuusalueensa ulkopuolelle. Tanssi-innostaminen, jossa ohjaaja ohjasi tansseja aikuisten liikkein, tuntui kokemattomalle tanssijalle heidän mielestään osin vaikealle. Ajatukset ensimmäisen koulutuskerran jälkeen olivat sekavat; innostuksen ja hämmennyksen tunteet vaihtelivat. Puhuimme sekä ensimmäisellä että toisella kerralla kehon ja mielen prosessoinnista; liike jalostuu ajan kanssa ja seuraavalla kerralla keho muistaa edelliskerralla tehtyjä asioita. Jokin ns. vaikealta tuntuva liike tai rytmi saattaa viikon päästä lokahtaa paikoilleen. Juuri näin osallistujilla oli käynyt.

Käytin tutkimustapana palautekyselyä, jossa oli kerätty palautetta koulutuksesta ja materiaalista määrällisen tutkimuksen menetelmillä. Muutamassa kysymyksessä oli avovastausvaihtoehto. Valitsin lomakkeen rinnalle myös strukturoimattoman haastattelun, koska halusin luontevan keskustelun avulla selvittää mm. osallistujien ajatuksia tanssista osana varhaiskasvatuksen pedagogista toimintaa sekä kokemuksia koulutuskertojen välillä (Alasuutari 2012, 151). Haastattelun kysymykset olin miettinyt suuntaa antavina etukäteen, tietyn teeman ympärille. Teemahaastattelussa haastattelun aihepiiri on etukäteen tiedossa, mutta kysymyksillä ei ole tarkkaa järjestystä, kestoa tai muotoa. Haastattelija on valmistautunut haastatteluun keräämällä tukilistan käsiteltävistä asioista, valmiita kysymyksiä ei tarvita. (Eskola 2014, 87.)

Koulutukseen osallistui varhaiskasvattajia, joilla oli erilaisia kokemuksia ja taustoja tanssista. Strukturoimattoman haastattelun avulla sain selville, että suurin osa oli joskus joko harrastanut tanssia säännöllisesti tai käynyt yksittäisillä tanssitunneilla (esim. zumbassa). Kolme osallistujaa kertoi olevansa täysin mukavuusalueensa ulkopuolella. Tutkimustulosten perusteella oma kokemuksellisuus on tärkeää, jotta kasvattaja pystyy omaksumaankin tanssin omaksi työvälineekseen. Itse innostamalla voi innostaa muita ja liikkeitä jäävät paremmin omaan lihasmuistiin kun niitä konkreettisesti tekee ja harjoittelee. Osallistujat nostivat eritoten strukturoimattomassa haastattelussa esille sen, että koulutuksen kaksiosaisuus oli hyödyllistä. Näin kokivat etenkin he, joille tanssi oli oman mukavuusalueen ulkopuolella. He kertoivat, että

ensimmäisen koulutuskerran jälkeen he kokivat osan liikkeistä vaikeiksi omaksua, mutta toisella kertaa liikkeet sujuivat. Liikkeet olivat siis jääneet lihasmuistiin. Strukturoimaton haastattelu paljasti myös sen, että jokaisen osallistujan mielestä tanssi on liian vähän käytetty pedagogisen toiminnan muoto varhaiskasvatuksessa.

Koulutuksen jälkeen osallistujilta kerättiin palaute paperiversiona, heti paikanpäällä. Tähän päädyttiin siksi, että palaute haluttiin saada ns. tuoreeltaan. Toisaalta haluttiin myös varmistaa, että palaute tulee annettua. Vastaukset syötettiin jälkikäteen e-lomakkeelle analysointia varten. Vastausvaihtoehtoina olivat pääosin numeeriset vaihtoehdot asteikolla 1-5 (1 huono, 2 välttävä, 3 hyvä, 4 kiitettävä, 5 erinomainen). Lomakkeessa oli muutama avovastaus tai täydennyskysymys.

Kaikki koulutukseen osallistuneet olivat naisia. Enemmistö (60%) oli koulutukseltaan lastentarhanopettajia, 30% lastenhoitajia ja 10% avustajia. Osallistujista 60% työskenteli 3-6-vuotiaiden ryhmässä, 20% 5-6-vuotiaiden, 10% 0-3-vuotiaiden ja 10% 2-5-vuotiaiden ryhmässä. Palaute koulutuksesta oli erinomaista. Kaikki numeeriset vastaukset olivat joko 4 tai 5- tasolla, eli kiitettäviä tai erinomaisia. Vastauksista on laskettu keskiarvot arvioinnin mittareiksi.

Koulutuskokonaisuudelle osallistujat antoivat numeron 4,8 ja materiaalipaketin kattavuudelle 4,9. Kaikki osallistujat kokivat, että materiaali on hyödynnettävissä varhaiskasvatuksen arjessa ja osana toimintaa. Kaikki osallistujat aikovat ohjata tanssia korttien avulla. Lisäksi kaikki aikovat ohjata korttien avulla kokonaisia tanssituokioita. Jokainen myös suosittelisi koulutusta kollegalleen ja haluaisi saada jatkossa lisämateriaalia. Palautteen perusteella koulutus oli erinomaisesti onnistunut. Vaikuttaa myös vahvasti siltä, että tanssi on jalkautumassa osallistujien kautta päiväkotiin ja jatkokoulutuksille - ja materiaalille on innostusta.

Palautelomakkeessa kysyttiin kuvakorttien ja videoiden selkeyttä ja innostavuutta. Kuvakortteilla viitataan tässä tanssikortteihin. Kuvakorttien selkeys sai arvioksi 4,9, innostavuus 4.8. Video oli kaikkien osallistujien mielestä selkeydessään erinomainen (5) ja innostavuudessaan 4,8 arvoinen. Teoriamateriaalin hyödyllisyys arvioitiin 4,5 arvoiseksi. Kirjallinen liikeohjeistus ja musiikkisuositusten innostavuus saivat kaikilta arvioksi erinomainen. Kaikki osallistujat kertoivat saaneensa koulutuksesta varmuutta tanssin ohjaamiseen. Osallistujista 70% kertoi, että pystyi omaksumaan videon kautta erilaisia tanssillisia elementtejä ja 30% kertoi pystyvänsä omaksumaan osittain. Laaja ja visuaalista oppimistukea tarjoava materiaalipaketti oli siis osallistujien mielestä onnistunut ja antaa ohjaamiseen tarvittavaa tukea. Musiikkien valintaan oli panostettu ja se näkyi erinomaisessa palautteessa musiikkien innostavuudesta. Teoriamateriaali sai alhaisimman arvion. Arvelen sen johtuvan siitä, että itse tekeminen ja kokeminen nähtiin koulutuksessa tärkeänä antina.

Kysymyksessä ”Koitko, että henkilökohtainen koulutus on edellytys materiaalin omaksumiseen” vastaajista 90% vastasi ”Kyllä”. Sanallisiksi perusteluiksi osallistujat kertoivat seuraavaa:

”Liikemuisti auttaa ja itse tekeminen innostaa”

”Pystyy itse ohjauksessa harjoittelemaan/innostumaan liikkeistä. Ohjaaminen on aina innostavampaa kuin pelkkä video. Saa itselle varmuutta ohjata lapsille kun on ensin itse päässyt ohjauksessa harjoittelemaan.”

”Liikkeet jäivät paremmin omaan lihasmuistiin. Ehdottoman tärkeää. Kertoja olisi voinut olla enemmän, esim. 4 krt. Videot tulevat hyväksi tueksi muistille.”

”Käytännönläheinen, henk.koht.ohjaus tukee aina materiaalin käyttöä ohjausoppi tulee monen kanavan kautta 😊!”

”Jos ei taustaa, vaikeaa ilman koulutusta”

”Työkaluja. Havainnollisesti nähtynä toimii paremmin”

”Minulle, jolla ei tanssista niin paljon kokemusta, henkilökohtainen koulutus oli hyvä. Toisaalta kun yksikössä on joku tanssiosaava, osaa hän videoista paremmin oppia ja opastaa myös työkavereita. Tällöin ei henk.koht. koulutusta välttämättä tarvita.”

”Varsinkin, jos aiempaa tanssikokemusta tai rohkeutta tanssin vetämiseen ei ole.”

”Ohjaajan selkeä tapa opastaa tanssimaan ja innostunut asenne ovat mielestäni erittäin merkittäviä tämän kaltaisessa koulutuksessa. On helpompi viedä oppeja päiväkotimailmaan kun on saanut siihen itse riittävän kattavan koulutuksen.”

Koulutus nähtiin keskeisenä materiaalin omaksumisessa. Omaehtainen kokemuksellisuus oli osallistujien mielestä tärkeää. Oman innostuksen ja varmuuden avulla on myös helppo innostaa lapsia tanssin saralla. Kaksiosaisen koulutuksen positiivinen anti oli siinä, että osallistujat pystyivät viikon aikana prosessoimaan oppimaansa ja kertaamaan jo opittuja seuraavalla koulutuskerralla. He kokivat myös onnistumisen iloa; liikkeet jäivät kehon liikemuistiin.

Osallistujilta kysyttiin avovastauksena parannusehdotuksia materiaalin suhteen. Vastaajista 70% jätti vastauskohdan tyhjäksi. Kolme vastaajaa kertoivat ajatuksistaan seuraavasti:

”Materiaali oli kaikin puolin kattava, ehkä lisänä voisi olla muutama lisäehdotus kappaleista musiikkityyliin mukaan. Mutta tämä ehdotus ei ole pakollinen, sillä saatu materiaali oli jo itsessään erittäin monipuolinen”

”Ei ehdotuksia, erittäin tyytyväinen 😊”

”En osaa sanoa. Materiaali oli todella laaja! 😊!”

Materiaali nähtiin siis kattavana ja laajana. Materiaalin jatkokehittämisen näkökulmasta voisikin koostaa osallistujille laajemman musiikkilistan, jossa olisi niin sanotusti extra-kappaleita kustakin tyylistä. Tämä pitäisi varmasti myös sekä kasvattajien ja lasten innostusta yllä,

kun tietyn tanssityylin tanssiminen ei ole yhden kappaleen varassa ja opittuja liikkeitä voisi soveltaa useampiin kappaleisiin.

Palautekyselyn lopuksi osallistujat saivat antaa vapaata palautetta kouluttajalle tai koulutuksesta. Vastajaat kirjoittivat seuraavanlaisia vapaita palautteita:

”Aikaisempi tanssillinen taito/kokemus olisi auttanut eri tanssityylien omaksumisessa. Ei olisi haitannut, jos perusasteleita olisi harjoiteltu enemmän. Kaksiosainen koulutus toimi tosi hyvin!”

”Kiitos inspiroivasta koulutuksesta!!! Materiaali tulee varmasti käyttöön.”

”Kiitos innostavasta koulutuksesta!”

”Lisää ja paljon”

”Ihanaa, että pääsi mukaan innostavaan koulutukseen. Tyhy-liikuntaa henkilökunnalle jatkossa tanssin tahtiin toiveena”

”Ihana ja innostava koulutus, sain itse uusia ideoita ja varmuutta vetää lapsille tanssia. KIITOS ☺!”

”Toivottavasti saataisiin aikaiseksi jonkinlainen koko kauden kestävä tanssiryhmä, jossa toteutuisi oma liikunta/kehittyminen lasten tanssinohjaukseen ☺”

”Erittäin suuri kiitos koko setistä”

Yksi palaute tuli myöhemmin keväällä osallistujalta sähköpostiin kertoen materiaalin jalkautumisesta:

”Kiitos tuhannesti koulutuksesta, oli aivan huippua! Olen ottanut jo kaiken materiaalin käyttöön ja olemme kollegan kanssa järjestäneet yhteisiä tanssituokioita lapsille. ☺”

Vapaa palaute ja osallistujien kanssa käyty keskustelu kertoo, että innostus koulutuksen jälkeen on suuri. Materiaali haluttiin ottaa käyttöön työkaluksi. Kasvattajat saivat ideoita ja varmuutta, vaikkakin myös lisää tanssiharjoitusta kaivataan. Jos oma tanssikokemus on puuttuu, saattoi koulutuksen tanssi-innostumisen osuus tuntua liian vähäiseltä. Pallo on heitetty myös Järvenpään varhaiskasvatukselle; idea säännöllisesti tarjottavista, esimerkiksi tyhyliikunnaksi sopivista, tanssitunneista on viety eteenpäin. Tunnit olisivat sekä henkilöstön hyvinvointia että pitäisivät yllä ja kasvattaisivat ammattitaitoa.

13 Oma pohdinta

Toteutin opinnäytetyöni kaupungissa, jossa olen itse töissä. Näin halusinkin tehdä, sillä halusin tuoda kaupungissamme tehtävään varhaiskasvatukseen lisää näkökulmia ja menetelmiä ja jakaa omaa osaamistani. Mielestäni opinnäytetyöni on luotettava toisaalta vahvaan tanssilliseen osaamiseeni perustuen ja toisaalta siksi, että en toteuta opinnäytetyötäni omassa yksikössäni vaan jokaisesta kaupungin varhaiskasvatussyksiköstä on mahdollisuus osallistua ja olla

mukana. Omasta yksiköstäni ei osallistunut tähän koulutukseen ketään, joten arvioissa ei ole tuttujen kollegoiden arviointeja. Uskon, että saadut palautteet ovat todenmukaisia.

Koulutus oli kokonaisuudessaan osallistujien arvion mukaan todella onnistunut ja kaksiosainen koulutus toimi hienosti. Omasta mielestäniikin oli hyvä, että osallistujat saivat viikon aikana jäsentää ja sisäistää oppimaansa ja kokemaansa. Osallistujien antaman palautteen mukaan materiaali oli innostavaa ja selkeää ja tanssille on tarve ja kysyntä varhaiskasvatuksen kentällä. Palautteissa nousi myös esiin se, kuinka tärkeää on oma kokemuksellisuus tanssissa ja tanssiin innostuminen. Ilman osallistujien omaa tanssin kokemista ja tanssiin heittäytymistä osana koulutusta olisivat tanssikortit voineet jäädä etäisiksi. Oman kokemuksellisuuden näkökulman tuominen oli siis koulutuksessa tärkeää. Materiaali nähtiin kattavana ja laajana ja helposti omaan työhön liitettävänä.

Koen myös itse, että koulutuskokonaisuus ja materiaali oli onnistunut. Olin valmistautunut koulutukseen huolella ja työstänyt paljon materiaalia. Materiaalia tehdessä otin huomioon muun muassa erilaiset oppijat (videot, kuvat kirjallisen materiaalin rinnalla) ja materiaalin mahdollisimman helpon käytön arjessa. Mielestäni olen innostava ohjaaja, osaan suunnitella ja toteuttaa kokonaisuuksia ja kokemukseni tanssin parista näkyy vahvana ammatillisuutena aiheen äärellä.

Koulutuksen yhteydessä nousi yhteisenä ideana tanssillisten taitojen vahvistaminen osana Kaupungin tyhy-toimintaa, esimerkiksi varhaiskasvattajille tarkoitettu viikottainen tanssitunti. Idea on viety eteenpäin kaupungin koulutuksista vastaavalle erityisasiantuntijalle, joka toimii tässä opinnäytetyössä kaupungin edustajana ja yhteyshenkilönä.

Haastavana tässä opinnäyteprosessissa koin kirjallisen tuotoksen tekemisen. Osittain tuntui, että olen liian sisällä asiassa ja teoretiedon etsiminen turhautti. Teoriatieto kuitenkin lopulta laajensi tietämystäni tanssista ja sen positiivisista vaikutuksista entisestään ja sain lisää oivalluksia tanssin upeista mahdollisuuksista. Myöskin ajallisesti hektisen työelämän, perhe-elämän ja vaativan koulutyön yhdistämisessä oli haasteensa. Lopputulemana olen kuitenkin ylpeä toiminnallisesta tuotoksestani ja koulutuksesta, jonka järjestin. Olen iloinen, että materiaali sai erinomaisen vastaanoton ja että tanssin ilo ja riemu tarttui koulutuksessa mukana olleisiin kasvattajiin - ja lähti heidän mukanaan leviämään varhaiskasvatuksen kentälle. Olen myös onnellinen siitä, että olen luonut jotain pysyvää ja sellaista, jota pystyn jatkossa kehittämään ja toivottavasti viemään vielä uudelle tasolle. Haaveissani on toisenlainen kuvitus tanssikorteille. Koulutuksesta ja materiaalista saadun erinomaisen palautteen johdosta olemme sopineet Järvenpään varhaiskasvatuspalveluiden kanssa lisäkoulutuksista keväälle 2018. Se tarkoittaa siis sitä, että tulevaisuudessa Tanssi vie! jatkaa tarinaansa - ja järvenpäääiset lapset saavat kokea tanssin ja ilmaisun riemua vieläkin laajemmin.

Lähteet

Alasuutari, P. 2012. Laadullinen tutkimus 2.0. Tampere: Vastapaino.

Anttila, E. 2009. Tanssii tätien kanssa - luova liikunta ja tanssi varhaiskasvatuksessa. Teoksessa Ruokonen, I., Rusanen, S. & Välimäki, A-L. (toim.) Taidekasvatus varhaiskasvatuksessa. Iloa, ihmettelyä ja tekemistä. Helsinki: Yliopistopaino Oy, 16-21.

Anttila, E. Tanssi: kehon leikkiä. 2001. Teoksessa Karppinen, S., Puurula, A., Ruokonen, I. (toim.) Taiteen ja leikin lumous. 4-8-vuotiaiden lasten taito- ja taidekasvatus. Helsinki: Oy Finn Lectura, 76-87.

Asanti, R. & Sääkslahti, A. 2010. Liikuntaa monipuolisesti päiväkodissa. Teoksessa Korhonen, R., Rönkkö, M-L. & Aerila, J. (toim.). Pienet oppimassa. Kasvatuksellisia näkökulmia varhaiskasvatukseen ja esiopetukseen. Turku: Uniprint, 85-98.

Bardy, M & Känkänen P. Omat ja muiden tarinat. Ihmisyyttä vaalimassa. Vammalan kirjapaino Oy 2005.

Eskola, J. & Suonranta, J. 2014. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.

Haapaniemi, H., Haapaniemi, R., Moilanen, P, Raina, L. & Suojanen-Saari, T. 2003. Karttakepin kuolema. Kokemuksia vuorovaikutteisista kasvatus- ja opetusmenetelmistä. Hämeenlinna: Karisto Oy.

Hakkola, K., Laitinen, S. & Ovaska-Airasmaa, M. 1991. Lasten taidekasvatus. Hämeenlinna: Karisto Oy.

Hongisto-Åberg, M., Lindeberg-Piiroinen, A. & Mäkinen, L. 1994. Musiikki varhaiskasvatuksessa. Hip hoi, musisoi! Tampere: Tammer-Paino Oy.

Huisman, T. 2001. Liikuttava lapsuus. Teoksessa Karppinen, S., Puurula, A. & Ruokonen, I. (toim.) Taiteen ja leikin lumous. 4-8-vuotiaiden lasten taito- ja taidekasvatus. Helsinki: Oy Finn Lectura, 62-70.

Juntunen, M-L, Perkiö, S. & Simola-Isaksson, I. 2010. Musiikkia tanssien. Musiikkiliikunnan käsikirja 2. Helsinki: WSOYPro Oy.

Järvenpään varhaiskasvatussuunnitelma 2017. Viitattu 20.10.2017. https://www.jarvenpaa.fi/attachments/text_editor/984.pdf

Korhonen Riitta, Rönkkö Marja-Leena & Aerila Juli (toim.). 2010. Pienet oppimassa. Kasvatuksellisia näkökulmia varhaiskasvatukseen ja esiopetukseen. Turku: Uniprint

Marjamäki, E., Kosonen, S., Törrönen, S. & Hannukkala, M. 2015. Lapsen mieli. Mielenterveyshaittoja varhaiskasvatukseen ja neuvolaan. Suomen yliopistopaino Oy.

Mäkinen, M. 2011. Minä olen ja kuulun! Lapsen identiteetin tukeminen. Teoksessa Hujala, E. & Turja, L. (toim.). Varhaiskasvatuksen käsikirja. Juva: PS-Kustannus, 95-108.

Nieminen P. 2007 Tanssin monet kasvot. Teoksessa Heikinaho-Johansson, P. & Huovinen, T. (toim.). Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Helsinki: WSOY, 284-298.

Nurmilaakso, M & Välimäki, A-L. 2011. Lapsi ja kieli. Kielellinen kehittyminen varhaiskasvatuksessa. Helsinki: Unigrafia Oy - Yliopistopaino.

Penttinen, A. 2007. Rytmikka ja musiikkiliikunta. Teoksessa Heikinaho-Johansson, P. & Huovinen, T. (toim.). Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Helsinki: WSOY, 299-310.

Pulli, E. 2013. Lupa liikkua. Liikuntaleikkejä ja -tuokioita varhaiskasvatukseen. Saarijärvi: Saarijärven Offset.

Pääjoki, T. Lasten taiteellinen toimijuus. 2016. Teoksessa Hujala, E. & Turja, L. (toim.). Varhaiskasvatuksen käsikirja. Juva: PS-Kustannus, 111-123.

Pönkkö, A. & Sääkslahti, A. 2016. Liikkuva lapsi. Teoksessa Hujala, E & Turja, L. (toim.). Varhaiskasvatuksen käsikirja. Juva: PS-Kustannus, 138-152.

Raina, L & Haapaniemi, R. 2005. Yksilöt yhdessä. Kasvatus ja persoonan laatu. Tallinna: AS Pakett kirjapaino.

Rissanen, M. Taitamisen tiede - Tietämisen taide. Taidon oppimisen arkkitehtuuri. 2016. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 4.12.2017.

https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/51643/978-951-39-6781-9_vaitos_20161029.pdf?sequence=1

Ruokonen, I. 2016. Lapsen musiikillinen maailma. Teoksessa Hujala, E. & Turja, L. (toim.). Varhaiskasvatuksen käsikirja. Juva: PS-Kustannus, 122-135.

Ruokonen, I. 2001. Äänimäisiä ja ilmaisun iloa musiikin kielellä. Teoksessa Karppinen, S., Puurula, A., Ruokonen, I. (toim.) Taiteen ja leikin lumous. 4-8-vuotiaiden lasten taito- ja taidekasvatus. Helsinki: Oy Finn Lectura, 120-143.

Siljamäki, M. 2007. Tanssin oppiminen - enemmän kuin askeleita. Teoksessa Heikinaho-Johansson, P. & Huovinen, T. (toim.). Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Helsinki: WSOY, 275-283.

Viitala, M. 1998. Tanssia elämyksen ehdoilla. Lasten ja nuorten tanssin luovia prosesseja. Dance as an art experience. Creative processes in children's dance. Oulu: Kirjapaino Osakeyhtiö Kaleva.

Papunet. Viitattu 6.4.2017. <http://papunet.net/kuvatyokalu/fi>

Liitteet

Liite 1: Tanssikorttien suosituskappaleet ja linkit	35
Liite 2: Tanssikorttien tekstit.....	36
Liite 3: Tanssikorttien kuvat	42
Liite 4: Videolinkit	48
Liite 5: Tanssikuvaukset kuvineen	59
Liite 6: Palautekysely	69

Tanssi vie! – Tanssikorttien suosituskappaleet ja linkit

1. TULPPAANI -Comptine d'un autre été, l'après-midi

<https://open.spotify.com/album/3QMOVtfwazGKLvyLq41pyV>

2. PERHONEN- La Valse d'Amélie

<https://open.spotify.com/album/7r6mbq4qRbz0d8AafCqpQL>

3. VIUHKA- Babylon Flamenco

<https://open.spotify.com/album/6RZeKIU4fg7ae2Ktb0144q>

4. KÄÄRME – Panjabi Beats

<https://open.spotify.com/album/2cWKpwHhoYgBJYEDazk3kc>

5. PANTTERI – Pink Panther

<https://open.spotify.com/album/3mgTlnVc6izWuuVmRJXx7y>

6. TUULI – Lounatuulen laulu

<https://open.spotify.com/album/4lWMgAlalH9C4yT0sgV5bc>

7. SADE- Sade

Siina Hirvonen- Siinan taikaradio

8. RUUVIT – Robottien siivouspäivä

<https://open.spotify.com/album/0f68wvOR690DKD2GZEAeCw>

9. KOIRAT – Koiraräppi

Hannele Huovi ja Soili Perkiö - Karvakorvan Laulupurkki- Lauluja Ja Leikkejä Lapsiperheille

10. MUURAHAINEN – Kutisee

<https://open.spotify.com/album/2WVgzHFijrdn4oHH48f9Uc>

11. VIIDAKKO – Varmasti on!

Urpo ja Turbo - Lauluja Urpon Ja Turpon Laulukirjasta

FLAMENCO – VIUHKA

Musiikkisuositus: Babylon Flamenco - Gaudi

Väline: huivit

- Käsien pyöritys
- Taputus ylhäällä/vartalon oikealla puolella/
vartalon vasemmalla puolella
- Jalkojen rytmisen tömistys lattiaan
- Taputus ja jalkojen tömistys yhtä aikaa
- Askel eteen yhteen (vuoropuoli), "viuhkakädet"
ylhäältä vuorotellen alas
- Härkä liikkuu voimakkaasti eteenpäin: kädet takana,
vartalo etukeno
- Huivihame = villi hameen heilutus
- Härkäjuoksu huivin läpi

BALETTI, NYKYTANSSI - PERHONEN

Musiikkisuositus: La Valse d'Amélie – Yann Tiersen

- Valitse oma paikka tilasta (seinän vierestä, tuolilta,
sohvalta, lattialta, puolapuilta)
- Perhosen kehityskaari:
 - Toukka - pientä liikettä kehossa
 - Kotilo – halaa itseäsi tiukasti
 - Perhonen – levitä siivet, murra kotilo (voimakkaasti)
- Nouse päkiöille, alas, levitä siipiä. Kokeile yksi siipi kerrallaan
- Avaa jalka etuviistoon, kädet: balettikädet sivulla/
avautuu & laskeutuu kevyesti
- Perhosen liito: sipsutus päkiöillä
- Askel pysähdys: toinen jalka jää taakse/nousee takana,
kädet avautuu rinnalta auki

BALETTI - TULPPAANI

Musiikkisuositus: Comptine d'un autre été, l'après-midi

– Yann Tiersen

- Kyykystä ylös, kädet kylkiä myöden, ylös "tulppaanin nupuksi". Jatkuva virtaava liike
- Jalat yhdessä, kyykkyyn&palauta, kukka avautuu ja sulkeutuu
- Kukka avautuu, pyöri ympäri
- Plié, relevé
- Balettisipsutus

NYKYTANSSI- PANTTERI

Musiikkisuositus: Pink Panther

- Liiku "huomaamattomasti"/"salaperäisesti" tilassa
- Liiku tassuilla aivan hiljaa
- Hiipivää, sulavaa askellusta
- Matalaa askellusta
- Jousto ees taas (vuorojalka edessä), näytä pantterin tassut
- Ojenna jalkoja, tassuja
- Pyöri matalalla
- Näytä hurja ilme & pantterin kynnet

BREIKKI – KOIRA

Musiikkisuositus: Koiraräppi - Karvakorvan Laulupurkki

- Konttausasento: koirat valmiudessa & lähtevät liikkeelle
- Pysähdys, nosta häntä = toinen jalka kohti taivasta
- Peppu lattiassa, pyöritään!
Pysähdytään! – nosta istuma-asennosta peppu ilmaan

Pyöritään!

Pysähdytään! – konttausasento: pää lattiaan, nosta toinen jalka ylös

Pyöritään!

Pysähdytään! - nosta istuma-asennosta peppu ilmaan,
nosta myös toinen jalka kohti kattoa

- Koirat kahdelle jalalle, jousto polvista.
Näytä tassut & "levyt" tassuilla

NYKYTANSSI – TUULI

Musiikkisuositus: Lounatuulen laulu - Rajaton

Väline: huivit, mustekalat

- Valssiaskel sivulle, kädet mukaan tarvittaessa
- Tuulikone: jalat yhdessä, kädet tuuliliikettä eteen & sivulle
- Tuulen puhallus eteen: suu puhaltaa, vuorojalka eteen, kädet eteen
- Käsi pyöräyttää ympyrän etukautta taakse & takakautta eteen
- Huiveilla vapaata tuulen liikettä tilassa
- Kokoonnutaan piiriin, tehdään tuulikone keskelle liikuttamalla huiveja/mustekaloja

HIPHOP – RUUVIT

Musiikkisuositus: Robottien siivouspäivä

– Kuningas Pähkinä & Setä Tamu

- Jousto, Bounce
- Leveä bounce: kädet risti-auki
- Kapea bounce: ködet kohti kattoa/ Freeze!
- Paino taakse, kädet puuskassa/ristissä edessä
- "Kivistä ruuveja"
- Pyyhi pölyt olalta

SALSA – MUURAHAINEN

Musiikkisuositus: Kutisee – Salsanamia

- Perusaskel: salsatepsuttelu hidas, nopea, 123- tahdissa (4. tauko)
➔ jonossa
- Mamboaskel: näpäytä varpaat
- Peppu puolelta toiselle, kaverin kanssa vieretysten
- Pyöritä peppua
- perus paikallaan,
- käytä askel sivulla
- Vastakkain, käsistä kiinni parin kanssa yllä olevia liikkeitä (perus, sivulle, peppu sivulle)

BOLLYWOOD, JOOGA – KÄÄRME

Musiikkisuositus: Panjabi Beats - Ghandi MC

- Kädet "namaste"- asennossa, kädet ja pää liikkuvat sivuttain
- Kädet sivuilla alhaalla ranteet jännitettynä, olkapäät liikkuvat ylös alas
- Lootuskukka- kädet. Toinen jalka avautuu sivulle, varpaat lattiassa:
 - nosta sivujalka
 - tuo sivujalka "puu"-asentoon lattiaa, nilkkaa, reittä vasten
- Bollywoodin perusaskel
- Kiemurteleva käärme käsillä rinnan edestä
- Jooga: alaspäin katsova koira
- Jooga: Soturi 2
- Vaihtoehto: puolet alaspäin katsovassa koirassa/ soturissa, puolet kiemurtelee käärmeinä koirien/soturien ali

NYKYTANSSI - SADE

Musiikkisuositus: Sade – Siinan taikaradio

- Sadekipittely
- Tömistysaskel
- Kurkota pilviin, tuo pisarat lammikkoon, sormet "tiputtelevat" kuin pisarat
- Iso hyppy lammikkoon

FUUSIOTANSSI - VIIDAKKO

musiikkisuositus: Varmasti on!

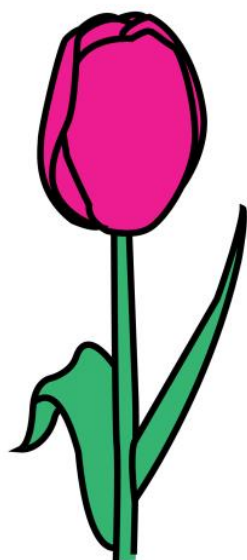
- Lauluja Urpon Ja Turpon Laulukirjasta

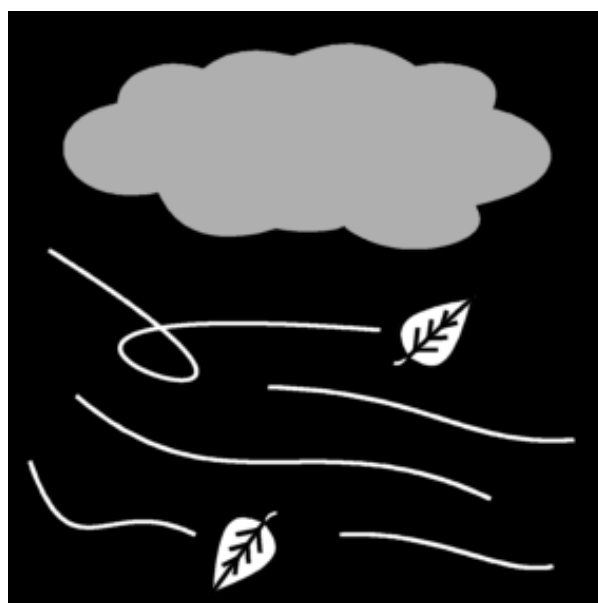
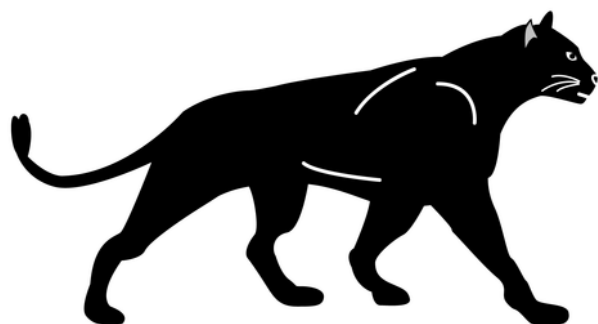
- Kojootti: laukka
Käärme: kiemurtelu
Kotka: liito/lento
Pantteri: hiipivä
- Varmasti on!:
varmasti: kyykkyy
on: ylös (kädet taivaalle)

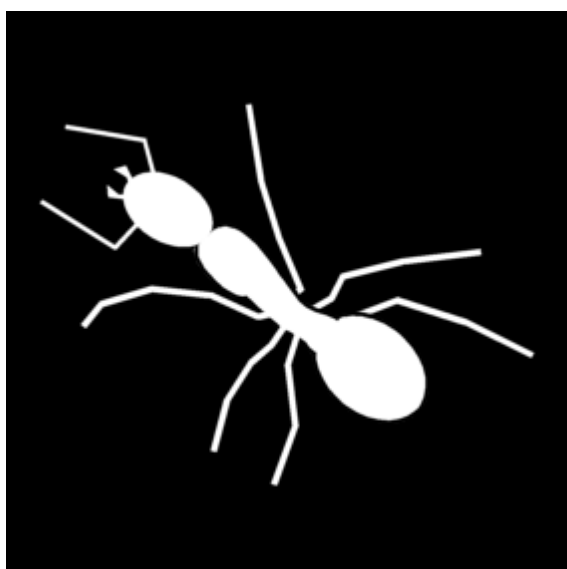
Tanssikortti-kuvat

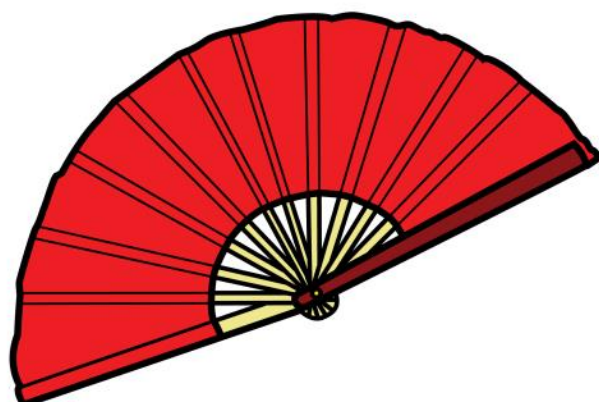
Kuvat: Papunet

Kuvia on tässä liitteessä pienennetty, yhdelle A4-paperille mahtuu kaksi kuvaa (kuvien kääntöpuolelle tulevat tekstit mahtuvat sen kokoiselle kortille hyvin)













Videolinkit:

Tanssi vie! – kanava Youtubessa:

<https://www.youtube.com/channel/UCaAt-hp5NHZbstrky85hzhw>

Pantteri: <https://www.youtube.com/watch?v=T89SBl8zXqY>

Koiria: <https://www.youtube.com/watch?v=LphjFmA6Llc&feature=youtu.be>

Käärme: <https://www.youtube.com/watch?v=Snb4c7gntYY&feature=youtu.be>

Muurahainen: https://www.youtube.com/watch?v=M2KTVg_wTBY&feature=youtu.be

Perhonen: <https://www.youtube.com/watch?v=FWHgTLqfrlo&feature=youtu.be>

Tulppaani: https://www.youtube.com/watch?v=9WfFpT5sg_M

Sade: https://www.youtube.com/watch?v=2J_lZ-vh4ho&feature=youtu.be

Tuuli: <https://www.youtube.com/watch?v=wzM5ZbppU9E&feature=youtu.be>

Viidakossa: <https://www.youtube.com/watch?v=9vZID8LZFY&feature=youtu.be>

Viuhka: <https://www.youtube.com/watch?v=ld-4rIjMXc8&feature=youtu.be>

Ruuvit: <https://www.youtube.com/watch?v=-ztS183uLwA&feature=youtu.be>

Tanssi vie!

Tanssikuvaukset

Laura Valo

FLAMENCO – VIUHKA

Musiikkisuositus: Babylon Flamenco - Gaudi

Väline: huivit

- Käsien pyöritys
- Taputus ylhäällä/vartalon oikealla puolella/
vartalon vasemmalla puolella
- Jalkojen rytminen tömistys lattiaan
- Taputus ja jalkojen tömistys yhtä aikaa
- Askel eteen yhteen (vuoropuoli), "viuhkakädet"
ylhäältä vuorotellen alas
- Härkä liikkuu voimakkaasti eteenpäin: kädet takana,
vartalo etukeno
- Huivihame =villi hameen heilutus
- Härkäjuoksu huivin läpi. Toinen/aikuinen pitää huivia.



Taputus vartalon
eri puolilla



Viuhkakädet perusasento



Askel vuorojaloin
eteen yhteen



Härkä juoksee
huivin läpi



Härkä liikkuu voimakkaasti
eteenpäin nojaten

BALETTI, NYKYTANSSI - PERHONEN

Musiikkisuositus: La Valse d'Amélie – Yann Tiersen

- Valitse oma paikka tilasta (seinän vierestä, tuoilta, sohvalta, lattialta, puolapuilta)
- Perhosen kehityskaari:
 - Toukka - pientä liikettä kehossa
 - Kotilo – halaa itseäsi tiukasti
 - Perhonen – levitä siivet, murra kotilo (voimakkaasti)
- Nouse päkiöille, alas, levitä siipiä. Kokeile yksi siipi kerrallaan
- Avaa jalka etuviistoon, kädet: balettikädet sivulla/ avautuu & laskeutuu kevyesti
- Perhosen liito: sipsutus päkiöillä
- Askel pysähdys: toinen jalka jää taakse/nousee takana, kädet avautuu rinnalta auki



Kotilo= halaa itseäsi



Kotilosta perhoseksi=
murra kotilo



Siipien liike matalalta



Korkealle päkiöille, siivet
levittäytyvät



Perusasennosta



avaa jalka etuviistoon,
vuoropuoli



Askel – pysähdys

BALETTI - TULPPAANI

Musiikkisuositus: Comptine d'un autre été, l'après-midi

– Yann Tiersen

<https://open.spotify.com/album/3QMOVfwazGKLvyLq41pyV>

- Kyykystä ylös, kädet kylkiä myöden, ylös kukkasipulista kohoten "tulppaanin nupuksi".
Jatkuva virtaava liike
- Jalat yhdessä, kyykkyympalauta, kukka avautuu ja sulkeutuu
- Kukka avautuu, pyöri ympäri
- Plié, relevé
- Balettisipsutus



Kukkasipulista kohoten tulppaanin nupuksi



Kukka aukeaa (matala)



sulkeutuu



pyörii ympäri



Plié



Relevé

NYKYTANSSI- PANTTERI

Musiikkisuositus: Pink Panther

- Liiku "huomaamattomasti"/"salaperäisesti" tilassa
- Liiku tassuilla aivan hiljaa
- Hiipivää, sulavaa askellusta
- Matalaa askellusta
- Jousto ees taas (vuorojalka edessä), näytä pantterin tassut
- Ojenna jalkoja, tassuja
- Pyöri matalalla
- Näytä hurja ilme & pantterin kynnet

BREIKKI – KOIRA

Musiikkisuositus: Koiraräppi - Karvakorvan Laulupurkki

- Konttausasento: koirat valmiudessa & lähtevät liikkeelle
- Pysähdys, nosta häntä = toinen jalka kohti taivasta
- Peppu lattiassa, pyöritään!
Pysähdytään! – nosta istuma-asennosta peppu ilmaan

Pyöritään!

Pysähdytään! – konttausasento: pää lattiaan, nosta toinen jalka ylös

Pyöritään!

Pysähdytään! - nosta istuma-asennosta peppu ilmaan,

nosta myös toinen jalka kohti kattoa

- Koirat kahdelle jalalle, jousto polvista.
- Näytä tassut & "levytä" tassuilla



Pyöri lattialla



Nosta peppu ilmaan



Peppu & toinen jalka nousee



Nosta häntä



Variaatio: otsa lattiaan

NYKYTANSSI – TUULI

Musiikkisuositus: Lounatuulen laulu - Rajaton

Väline: huivit, mustekalat

- Valssiaskel sivulle, kädet mukaan tarvittaessa
- Tuulikone: jalat yhdessä, kädet tuuliliikettä eteen & sivulle
- Tuulen puhallus eteen: suu puhaltaa, vuorojalka eteen, kädet eteen
- Käsi pyöräyttää ympyrän etukautta taakse & takakautta eteen
- Huiveilla vapaata tuulen liikettä tilassa
- Kokoonnutaan piiriin, tehdään tuulikone keskelle liikuttamalla huiveja/mustekaloja

HIPHOP – RUUVIT

Musiikkisuositus: Robottien siivouspäivä

– Kuningas Pähkinä & Setä Tamu

- Jousto, Bounce
- Leveä bounce: kädet risti-auki
- Kapea bounce: ködet kohti kattoa/ Freeze!
- Paino taakse, kädet puuskassa/ristissä edessä
- "Kiristä ruuveja"
- Pyyhi pölyt olalta



"Freeze!"



Pyyhi pölyt



jousta taakse,
kädet puuskassa



Levykädet auki



kiinni



Kiristä ruuveja

SALSA – MUURAHAINEN

Musiikkisuositus: Kutisee – Salsanamia

- Perusaskel: salsatepsuttelu hidas, nopea, 123- tahdissa (4. tauko)
→ jonossa
- Mamboaskel: näpäytä varpaat
- Peppu puolelta toiselle, kaverin kanssa vieretysten
- Pyöritä peppua
- perus paikallaan,
- käytä askel sivulla
- Vastakkain, käsistä kiinni parin kanssa yllä olevia liikkeitä (perus, sivulle, peppu sivulle)

BOLLYWOOD, JOOGA – KÄÄRME

Musiikkisuositus: Panjabi Beats - Ghandi MC

- Kädet "namaste"- asennossa, kädet ja pää liikkuvat sivuttain
- Kädet sivuilla alhaalla ranteet jännitettynä, olkapäät liikkuvat ylös alas
- Lootuskukka- kädet. Toinen jalka avautuu sivulle, varpaat lattiassa:
 - nosta sivujalka
 - tuo sivujalka "puu"-asentoon lattiaa, nilkkaa, reittä vasten
- Bollywoodin perusaskel
- Kiemurteleva käärme käsillä rinnan edestä
- Jooga: alaspäin katsova koira
- Jooga: Soturi 2
- Vaihtoehto: puolet alaspäin katsovassa koirassa/ soturissa, puolet kiemurtelee käärmeinä koirien/soturien ali



Pää puolelta toiselle



Olkatärinä= olkapäät alh. ylös, ranteet ojennettuina



Kiemurteleva käärme rinnan edestä, "aaltoileva liike"



Lootuskukka, varvas lattia

nosta varvas, tasapaino



Puu, kädet namaste



kädet kohoaa ylös



Puu puhkeaa loistoon



Alaspäin katsova koira



Soturi 2

NYKYTANSSI - SADE

Musiikkisuositus: Sade – Siinan taikaradio

- Sadekipittely
- Tömistysaskel
- Kurkota pilviin, tuo pisarat lammikkoon, sormet "tiputtelevat" kuin pisarat
- Iso hyppy lammikkoon



Kurkota pilviin



nappaa pisarat



tuo ne lammikkoon

FUUSIOTANSSI - VIIDAKKO

musiikkisuositus: Varmasti on!

- Lauluja Urpon Ja Turpon Laulukirjasta

- Kojotti: laukka
Käärme: kiemurtelu
Kotka: liito/lento
Pantteri: hiipivä
- Varmasti on!:
varmasti: kyykkyy
on: ylös (kädet taivaalle)



Varmasti



on!

Kysymykset Tanssiliikunnan koulutukseen 20. & 27.4. osallistuneille

Ympyröi sopiva vaihtoehto.

Asteikko 1-5 (1 huono, 2 välttävä, 3 hyvä, 4 kiitettävä, 5 erinomainen).

1. Perustiedot
 - 1 Nainen
 - 2 Mies
2. Työnkuvasi yksikössä
 - 1 Lastenhoitaja
 - 2 avustaja
 - 3 lastentarhanopettaja
3. Minkä ikäisiä lapsia ryhmässäsi on?
 - 1 0-6
 - 2 0-3
 - 3 2-5
 - 4 3-6
 - 5 5-6
 - 6 6
4. Asteikolla 1-5 kuinka onnistunut koulutus mielestäsi oli?

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---
5. Asteikolla 1-5 kuinka kattava materiaalipaketti mielestäsi oli?

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---
6. Koitko että materiaali on hyödynnettävissä varhaiskasvatuksen arjessa ja osana toimintaa?

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---
7. Aiotko ohjata jatkossa tanssia tanssikorttien avulla?
 - 1 Kyllä
 - 2 En
8. Aiotko ohjata jatkossa kokonaisia tanssituokioita?
 - 1 Kyllä
 - 2 En

Jos vastasit 6 tai 7 kysymykseen ”En”, miksi et?

-
9. Kuvakorttien selkeys

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---
 10. Kuvakorttien innostavuus

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---
 11. Liikkeiden kuvaus kuvakorteissa

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---
 12. Videon selkeys

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---
 13. Videon innostavuus

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

14. Kirjallisen liikeohjeistuksen selkeys

1 2 3 4 5

15. Teoriamateriaali oli mielestäni hyödyllinen

1 2 3 4 5

16. Koitko, että pystyit omaksumaan videon kautta erilaisia tanssillisia elementtejä?

1 Kyllä
2 Ei
3 Osittain

17. Saitko koulutuksesta varmuutta tanssin ohjaamiseen?

1 Kyllä
2 En

18. Koitko, että henkilökohtainen koulutus on edellytys materiaalin omaksumiseen ja käyttämiseen?

1 Kyllä
2 Ei

Jos vastasit kyllä, miksi?

19. Olivatko musiikkisuositukset mielestäsi innostavia?

1 Kyllä
2 Ei

20. Minkälaisia parannusehdotuksia sinulla on materiaalin suhteen?

21. Suositteletko koulutusta kollegoillesi?

1 Kyllä
2 En

Jos et, miksi

et? _____

22. Haluaisitko saada jatkossa lisämateriaalia (tanssikortit, liikemateriaali musiikkisuosituksineen)?

1 Kyllä
2 En

23. Vapaa palaute kouluttajalle tai koulutuksesta
