

Emma Laitinen & Sofia Timonen

RYTMITÄ, TOISTA PERÄSSÄ, TANSSI!

Malliopettaminen ja rytmin kautta opettaminen aikuisoppijan oppimisen tukena kansantanssin opetustilanteessa

RYTMITÄ, TOISTA PERÄSSÄ TANSSI!

Malliopettaminen ja rytmin kautta opettaminen aikuisoppijan oppimisen tukena kansantanssin opetustilanteessa

Emma Laitinen ja Sofia Timonen
Opinnäytetyö
Kevät 2021
Tanssinopettajan tutkinto-ohjelma
Oulun ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu
Tanssinopettajan tutkinto-ohjelma

Tekijät: Emma Laitinen ja Sofia Timonen

Opinnäytetyön nimi: Rytmitä, toista perässä, tanssi!: Malliopettaminen ja rytmin kautta opettaminen aikuisoppijan oppimisen tukena kansantanssin opetustilanteessa

Työn ohjaajat: Petri Hoppu, Petri Kauppinen

Työn valmistumislukukausi ja -vuosi: Kevät 2021

Sivumäärä: 52 + 4

Tämä opinnäytetyö käsittelee aikuisoppijan oppimisen tukemista erilaisten opetusmetodien kautta kansanomaisten paritanssien yksilötekniikan opetustilanteessa. Tutkimuksen opetusmetodeina ovat rytmin kautta opettaminen, malliopettaminen sekä edellä mainittujen hybridimalli. Kansanomaisten paritanssien lajeina ovat polska, polketti ja polkka. Työn taustana on ajatus aikuisoppijan oppimisen tutkimisesta sekä kansantanssin lajien ja termistön kokoamisesta ja määrittelemisestä. Aikuisoppijan oppimista käsitteleviä tutkimuksia on kansantanssin näkökulmasta vähän, minkä vuoksi tutkimus on tarpeellinen. Tutkimuksen oletuksena oli, että aikuisoppija hyötyy useamman opetusmetodin käytöstä opetustilanteessa. Tutkimus toteutettiin yhteistyössä Nuorisoseura Vilikas ry:n kanssa. Tutkimus toteutettiin kvalitatiivisena tutkimuksena.

Työn tavoite oli selvittää, kuinka opettaja voi tukea aikuisoppijan oppimista kansanomaisten paritanssien yksilötekniikan opetustilanteessa. Lisäksi tavoitteena oli löytää oppimista edistäviä, hidastavia ja estäviä tekijöitä erilaisten opetusmetodien kautta. Kolmantena tavoitteena oli kerätä yhteen kansantanssin ja kansanomaisen paritanssin lajijäritelmiä.

Työn tietoperusta koostuu suomalaisen kansantanssin termistöstä, lajien tietoperustasta sekä opetusmenetelmistä ja niihin liittyvistä pedagogisista käsitteistä. Tutkimusmenetelminä käytettiin kolmesta opetustilanteesta koostuvaa tanssituntia sekä palautelomakkeita ja -keskustelua. Jokainen opetustilanne sisälsi yhden tanssilajin ja yhden opetusmetodin. Aineistona käytettiin kansantanssin kirjallisuutta, yleis-, tanssi- ja liikuntapedagogisia teoksia sekä asiantuntijoiden haastatteluja.

Päätuloksena tutkimuksesta nousee esille useamman opetusmetodin positiivinen vaikutus aikuisoppijan oppimiseen. Yksittäinen opetusmetodi tuotti hajanaisempia tuloksia. Erilaiset opetusmetodit sopivat oppimisen eri vaiheisiin. Opettajan ja oppijan kokemukset oppimisesta saattoivat erota toisistaan. Tutkimuksessa korostui hytkeen merkitys tanssilajeja erottavana tekijänä.

Johtopäätöksenä voi todeta, että tutkittavat opetusmenetelmät sopivat aikuisoppijan oppimisen tukemiseen oikein sovellettuina. Oppiminen on laadukkaampaa materiaalin ollessa sopivan tasoista ja oppijalle mieleistä. Useamman opetusmetodin käyttö tarjoaa mahdollisuuden kokonaisvaltaisempaan oppimiskokemukseen ja näin laadukkaampaan oppimiseen. Vahva rytmisen pohjan opetuksessa tukee liikkeen laatutekijöiden oppimista ja helpottaa liiketoimintojen hahmottamista. Tutkimuksen perusteella voi suositella usean opetusmetodin hyödyntämistä aikuisten tanssinopetuksessa monipuolisesti.

Asiasanat: suomalainen kansantanssi, kansanomaisen paritanssi, aikuisoppija, opetusmenetelmät, jousto, hytke

ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences
Degree programme in Dance Teacher Education

Authors: Emma Laitinen and Sofia Timonen

Title of thesis: Teaching through rhythm and teaching through modeling in couple dances of Finnish folk dance

Supervisors: Petri Hoppu, Petri Kauppinen

Term and year when the thesis was submitted: spring 2021 Number of pages: 52+ 4

The topic of this thesis is supporting the learning of an adult learner through different methods of teaching. The methods studied are modeling, teaching through rhythmic and a hybrid of the ones mentioned. In this thesis the methods are specifically studied in solo technique of couple dance. The forms of folk dance studied are polska, polketti and polka. The subject of this thesis rises from the need for information about the learning of an adult learner. In addition, this thesis looks to fulfill the demand for expanding and defining the terminology of Finnish folk dance. The hypothesis of the study was that an adult learner will benefit of the usage of multiple teaching techniques. The study was performed in collaboration with Nuorisoseura Vilikas ry.

The aim of this thesis was to discover how a teacher can support the learning of an adult learner while teaching couple dances of Finnish folkdance. In addition, the aim was to study the factors that either slow down or inhibit the learning process.

The base of knowledge for this study consists of the existing knowledge on Finnish folkdance and the studied teaching methods. Additionally, the former knowledge on the pedagogical concept related to the teaching methods is used. The research methods used were a dancing lesson consisting of three separate parts, the feedback collected from the learners, and a feedback discussion. As the literary base the thesis uses literature on folk dance as well as pedagogical literature specifying on dance, physical education and common education. In addition, this thesis uses the information of interviews with professionals of the topic.

As a main outcome it was observed, that using multiple teaching methods enhances the learning of an adult learner. The usage of a single teaching method gave incoherent results in learning. However, different teaching methods are suitable for different phases of learning. Teacher and learner can have different experiences and evaluation on the same learning process. In the results the role of bounce as a separating factor between different forms of Finnish folk dance was emphasized.

As a conclusion, when applied correctly, the teaching methods studied are suitable to support the learning of an adult learner. The learning is optimal, when the material taught is suitably difficult and motivating for the learner. The usage of multiple teaching methods enables a comprehensive learning process, and thus increases the quality of learning. In the teaching process a strong rhythmic base supports the learning of the qualitative factors and function of the movement. the study and the results could be improved by performing it using larger learner groups. In conclusion, teaching folk dance to adult learners by using different multiple teaching methods is recommended.

Keywords: Finnish folkdance, couple dance, adult learner, teaching method, bounce

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	SUOMALAINEN KANSANTANSSI JA LAJIMÄÄRITELMÄT	8
2.1	Tutkimuksessa esille tulevaa käsitteistöä.....	8
2.2	Suomalainen kansantanssi	9
2.3	Suomalaiset kansanomaiset paritanssit.....	10
2.4	Polska	11
2.5	Polketti	15
2.6	Polkka	18
3	AIKUISOPPIJAN OPPIMINEN JA OPETTAMINEN	23
3.1	Oppiminen.....	23
3.2	Opettaminen ja ihmiskäsitys	24
3.3	Pedagogiikka, didaktiikka ja andragogiikka.....	25
3.4	Tanssikäsitys.....	26
4	OPETUSMENETELMÄT	28
4.1	Rytmin kautta opettaminen	28
4.2	Malliopettaminen.....	32
4.3	Rytmin kautta opettamisen ja malliopettamisen hybridimalli	35
5	TUTKIMUKSEN TULOKSET	39
5.1	Oppijoiden kokemukset opetusmetodeista.....	39
5.2	Opettajien kokemukset opetusmetodeista	41
5.3	Tulosten yhteenveto ja tulkinta.....	43
6	POHDINTA.....	44
6.1	Oppijan sisäiset tuntemukset ja ulkoisesti välittyvä oppimisen kokemus	44
6.2	Lajimieltymysten, materiaalin tuttuuden ja maneerien vaikutus tutkimustuloksiin	45
6.3	Yhteisopettajuus, henkilökohtainen palaute ja turvallinen oppimisilmapiiri aikuisoppijan oppimisen tukena	46
6.4	Koronapandemian vaikutus opinnäytetyöhön	47
6.5	Päätelmät.....	48
6.6	Jatkotutkimusaiheita.....	48
	LÄHTEET.....	50
	LIITTEET	53

1 JOHDANTO

Tässä opinnäytetyössä tutkitaan aikuisoppijan oppimisen tukemista kansanomaisen paritanssin yksilötekniikassa. Oppimista ja opettamista tutkitaan erilaisten opetusmetodien kautta. Tutkimuksen aihe nousee kansantanssin kentän tarpeesta aikuispedagogista tutkimusta kohtaan. Aikuispedagogiikkaan liittyviä teoksia ei juuri ole: suuri osa pedagogisista oppaista on suunnattu lasten ja nuorten opetukseen. Opinnäytetyön tavoitteena on tutkia, kuinka opettaja voi tukea aikuisoppijan oppimista tanssin opetustilanteessa. Oletuksena on, että opetusmetodien yhdisteleminen takaa laadukkaamman ja monipuolisemman oppimiskokemuksen ja opetustilanteen sekä oppijalle että opettajalle. Opinnäytetyön tutkimuskohderyhmänä on Nuorisoseura Vilikas ry:n aikuistanssijoista koostuva pienryhmä. Tutkimus toteutettiin helmikuussa 2021. Tutkimus on kvalitatiivinen, ja tutkimuksen tuloksia arvioidaan oppitunnin tallenteen, palautekeskustelun, oppijoiden palautelomakkeiden sekä opettajien kokemusten kautta. Tutkimuskysymyksenä esitetään: miten malliopettaminen ja rytmin kautta opettaminen tukevat aikuisoppijan oppimista kansanomaisten paritanssien yksilötekniikan opetustilanteessa?

Opinnäytetyötutkimuksen testiryhmä koostuu seitsemästä aikuisoppijasta. Tanssijat ovat taitoltaan jatkotason tanssijoita eli joitain vuosia tanssia harrastaneita. Jatkotason ryhmä tarjoaa tutkimukseen oppijoita, joilla on jo kokemustaustaa kansanomaisen paritanssin lajeista ja niihin käytetyistä opetusmetodeista. Ryhmän taso mahdollistaa sekä uusien askelikkojen ja laatutekijöiden opettelun että tuttuihin asioihin paneutumisen ja hiomisen valittujen metodien kautta. Lisäksi ryhmän kanssa voidaan opetella jo opitun taidon poisoppimista ja hiomista haluttuun suuntaan.

Tutkittavina opetusmetodeina ovat rytmin kautta opettaminen, malliopettaminen sekä näiden hybridimalli. Edellä mainitut metodit tarjoavat hyvin erilaiset lähtökohdat valittujen lajien oppimisprosesseihin. Metodeja tutkitaan sekä opettamisen että oppimisen näkökulmista. Tutkittavina kansanomaisen paritanssin lajeina ovat polkka, polketti ja polska, jotka tarjoavat suhteellisen laajan skaalin erilaisia tahtilajeja ja liikelaatuja. Kyseiset tanssilajit linkittyvät toisiinsa historiallisesti: polkkamusiikin saapuessa Suomeen polskan tanssiaskelikkoja alettiin soveltaa polkkamusiikkiin sopivaksi ja näin syntyi fuusiolaji polketti (Kauppinen, haastattelu 17.8.2020).

Valituista kansanomaisen paritanssin lajeista polkka ja polketti ovat tasajakoisia lajeja, kun taas polska on kolmijakoinen laji. Polkan ja polketin musiikin välillä on vain tempollinen ja tulkinnallinen

ero. Liikkeellisesti edellä mainitut kolme lajia ovat hyvin erilaiset. Polskan hytke on matalaa ja liikelaatu pehmeää, polkan hytke tapahtuu korkealla ja liikelaatu on terävää ja polketin hytke taas on keskivaiheilla ja liikelaatu on kimmoisaa.

Tutkimuksen tietoperusta koostuu suomalaisen kansanomaisen paritanssin lajien tietoperustasta, termistöstä sekä lajien opettamiseen liittyvistä pedagogisista käsitteistä. Aineisto koostuu pitkälti painetuista lähteistä, sillä etenkin kansantanssista verkkojulkaisuja löytyy heikosti. Pedagogisina lähteinä käytetään sekä kansantanssi- ja paritanssipedagogiikan kirjallisuutta että yleistanssillista lähteistöä. Lisäksi erilaiset liikuntapedagogiikan teokset laajentavat opettamisen näkökulmaa. Musiikkilähteitä käytetään tukemaan tanssillista näkökulmaa. Aineistona käytetään myös asiantuntijoiden haastatteluja. Haastatteluiden (liitteet 1 ja 2) asiantuntijoina ovat Oulun ammattikorkeakoulun tanssin lehtori Petri Kauppinen, pelimanni Arto Järvelä, muusikko Antti Paalanen (MuT) ja kansanmuusikko Osmo Hakosalo.

2 SUOMALAINEN KANSANTANSSI JA LAJIMÄÄRITELMÄT

Tässä luvussa käsitellään suomalaista kansantanssia ja kansanomaisia paritansseja sekä pohjustetaan opinnäytetyössä käytettävää termistöä ja tanssin lajeja. Opetettava materiaali, eli tanssilajit ja niiden taustatiedot, esitellään tutkimuksessa käytettävien opetusmetodien perustelemiseksi. Opinnäytetyöhön valitut suomalaisen kansanomaisen paritanssin lajit ovat polska, polketti ja polkka. Tanssilajeja tarkastellaan kansanomaisen paritanssin yksilötekniikan näkökulmasta. Lajimääritelmissä käsitellään opetettavan materiaalin lisäksi lajien historiaa, lajille ominaista musiikkia sekä tanssin suhdetta musiikkiin.

2.1 Tutkimuksessa esille tulevaa käsitteistöä

Tässä osiossa avataan myöhemmin tutkimuksessa esille tulevia avaintermejä. Askelikko tarkoittaa useammasta askeleesta koostuvaa jalkojen painonsiirrollista liikejaksoa (Bergholm & Rausmaa 1977, 38). Tässä tutkimuksessa askelikkojen määritelmissä käytetään termejä tukijalka ja työjalka. Tukijalaksi määritellään jalka, jonka varassa kehonpaino on. Työjalaksi määritellään painoton jalka, joka työstää erilaisia liikkeellisiä eleitä, kuten heittoja ja heilahduksia. Tässä opinnäytetyössä käsitellään kunkin tanssilajin neljää tai viittä askelikkoa ja kuviota. Kuviolla tarkoitetaan askelikkoa, jolla on tilallinen ja kehollinen suunta suhteessa pariin.

Tanssilajien askelikot ja kuviot voidaan luokitella neljään kategoriaan pyörintäteknikan mukaan: vuorotteluteknikalla, polskan pyörintäteknikalla, valssin pyörintäteknikalla ja polkan pyörintäteknikalla pyöriin askelikkoihin. Vuorotteluteknikassa (VUT) pyörintä on kaksivaiheinen, jolloin viejä ja seuraaja vuorottelevat akselina ja liikkuvana osapuolena. Polskan pyörintäteknikalla (POT) pyörivä askelikko on kolmivaiheinen, jolloin askelikko etenee vuoroin kasvojen, kyljen ja selän johdolla tanssisuuntaan pyörähtäen yhden kierroksen jokaisella askelikolla. Seuraaja aloittaa askelikon viejän askelikon vaiheesta kaksi. Valssin pyörintäteknikassa (VPT) pari pyörähtää yhdellä askelikolla puoli kierrosta vuoroin kasvo- ja vuoroin selkäjohtoisesti liikkuen tanssisuuntaan. Polkan pyörintäteknikassa (PPT) edetään kylkijohtoisesti vuorokyljin pyörähtäen jokaisella askelikolla puoli kierrosta. (Milad & Koskivaara 2003, 12.)

Hytke on joustoon pohjautuva, kimmoisa kehon vertikaalinen liike. Lajinomainen hytke erottaa tanssilajit toisistaan: eri tanssilajien painonsiirrot ja kuviot voivat olla identtiset, jolloin hytke luo lajien välisen tyylieron. Tässä merkityksessä hytke on käsitteenä uusi. Termiä on alettu käyttämään vasta

hiljattain Kansanmusiikin ja kansantanssin edistämiskeskuksen kansanomaisten paritanssien teemavuoden puitteissa.

2.2 Suomalainen kansantanssi

“Suomalaisesta tanssikulttuurista on vaikea luoda kokonaiskuvaa ennen 1600-luvun loppua - - - Varsinainen kansantanssien keruu alkoi pääsääntöisesti 1800- ja 1900-luvun taitteessa.” Kansanomaiset laulu-, piiri- ja ketjutanssit ovat suuri osa suomalaisen kansantanssin historiaa. Tanssi on muovautunut yhteiskunnan muutosten mukana. 1900-luvun lopulla tanssi harrastustoimintana rikoki yhteiskuntaluokkien rajoja. (Hoppu 2006c, 341, 343, 346–347.)

Itäiset, läntiset ja pohjoiset kulttuurivaikutteet näkyvät suomalaisessa kansantanssissa vahvasti (Niemeläinen 1983, 19). Suomalainen kansantanssi on nationalismin vaikutuksesta muovautunut suomalaisen kansan ihannekuvaksi. Nationalismin myötä myös kansantanssiin kohdistunut tanssien kanonisaatio on muovannut suomalaisesta kansantanssista hyveellisyyttä ja siveyttä korostavaa pari- ja ryhmätanssia. Näin ollen nykypäivänä tunnetut kansantanssit voidaan nähdä suomalaisista ihannekuvaa vastaaviksi valittuina ja luotuina tansseina. Suomalainen kansantanssi kuitenkin sisältää myös tansseja, jotka kanonisaatio karsi repertoaarista ja kirjallisuudesta pois. Näitä vähemmän tunnettuja kansan tanssimia tansseja ovat esimerkiksi miesten ja naisten omat tanssit sekä tanssit, jotka sisältävät seksuaalisia piirteitä. Kanonisaation myötä hyväksytyjä tansseja kutsutaan kansantansseiksi ja nationalistiseen ideologiaan epäsovivia tansseja kansanomaisiksi tansseiksi tai kansan tansseiksi. Kansantanssia tavataan historiassa kansantanssikentän sisällä, kun taas kansanomainen tanssi viittaa organisoidun kansantanssitoiminnan ulkopuoliseen tanssiin. Edellä mainitut vähemmän tunnetut kansan tanssit on jätetty kansantanssin repertoaarista pois esimerkiksi epäsovivuutensa vuoksi, mutta ne ovat alkaneet viime vuosina nousta kansan tietoutteen arkistojen tutkimuksen tuloksena. (Hoppu 2006a, 7–8; Hoppu 2006b 24, 29.)

Nykypäivänä suomalainen kansantanssi perustuu sekä kirjoitettuihin lähteisiin ja perinteeseen että uusiin koreografioihin ja terminologian tarkentumiseen. Kansantanssista ja -musiikista ajan saatossa muistiinmerkityt kokonaisuudet ja musiikit antavat nykyaikaiselle kansantanssille helposti veytettävät raamit. Kansantanssia ja sen termistöä määritellään jatkuvasti uudelleen. Vuosittaisia esimerkkejä suomalaisen kansantanssin esitystoiminnan vaikutuksista lajin ilmaisukeinoihin nähdään muun muassa Suomen Nuorisoseurat ry:n joka toinen vuosi järjestettävissä Tanssiralli- ja Tanssimylly-katselmuksissa. Karjalaista perinnettä elävöittää ja pitää pinnalla esimerkiksi Karjalainen Nuorisoliitto ry, jolla on omat vuotuiset tapahtumansa ja sääntönsä katselmustapahtumiin.

2.3 Suomalaiset kansanomaiset paritanssit

Kansanomainen paritanssi on käsitteenä alkanut vakiintua 2010-luvulta alkaen. Käsitteellä tarkoitetaan tyypillisesti kansantanssissa tanssittuja paritanssin lajeja. Nimitys on suomalainen vastine Skandinaviassa käytetyille termille *gammaldans*. Suomalainen kansantanssi on perinteisesti pohjautunut ryhmätansseihin ja koreografioihin, mutta myös improvisoitu paritanssi on vakiintunut osaksi kansantanssia etenkin 1990-luvun tanssitaloliikkeen vaikutuksesta. Tanssitaloliike käynnisti prosessin improvisaation palauttamiseksi osaksi paritanssin kommunikaatiota. Kansanomaisten paritanssien käsite nousi yleiseen käyttöön Kansanmusiikin ja kansantanssin edistämiskeskuksen kansanomaisten paritanssien teemavuoden 2020 vaikutuksesta. Kansanomaisen paritanssi ja sen tyylit muuttuvat jatkuvasti. Nykyinen kansanomaisten paritanssien tyyli on muotoutunut paitsi kansantanssiliikkeen sisällä, mutta myös esimerkiksi kansantanssin ammatillisen koulutuksen myötä. Kansanomaisten paritanssien tyylien muutokset sekä termien ja askelikkojen tarkentumiset näkyvät esimerkiksi polkassa: polkan pyörinnälle tyypillinen auki-kiinniteknikka on jäsentynyt helpottamaan käänkösvaiheen parityöskentelyä vasta 1990-luvulla Oulun ammattikorkeakoulun tanssinopettajakoulutuksen myötä. (Petri Hoppu, suullinen tiedonanto, 15.3.2021.)

Kansanomaisessa paritanssissa parin välille haetaan ergonomisuutta ja orgaanisuutta niin tanssiasennon, askeleiden kuin parin välisen kontaktin kautta. Tanssijoiden välistä kontaktia painotetaan, sillä kontaktiin sisältyy sekä sosiaalinen kanssakäyminen että vieminen ja seuraaminen. Viemisellä ja seuraamisella on kansanomaisissa paritansseissa suuri painoarvo, sillä myös tätä kahden ihmisen välillä tapahtuvaa kehollista viestintää pyritään saamaan mahdollisimman ergonomiseksi ja helpoksi.

Paritanssiasentoa varioitaessa pyritään mahdollisimman läheiseen kontaktiin, jolloin paritanssille tyypillinen kehojen yhteinen painopiste lähenee ja tanssi alkaa kommunikoida kehojen välillä. Kansanomaisen paritanssiasento on erilainen kuin seurataanssille tyypilliseen paritanssiasentoon. Kansanomaisessa paritanssissa kontakti pyrkii olemaan syleilevä ja kietoutuva, kun taas seurataanssissa tanssiasento näyttäytyy muodokkaampana raamina, jossa tanssijoille jää enemmän omaa tilaa. Kansanomaisessa paritanssissa orgaanisuutta ja helppoutta tavoiteltava sisäinen tuntu on ulkoista muotoa tärkeämpi. Kansanomaisia paritanssioitteita varioimalla tanssia pyritään viemään kohti luonnollisuutta ja miellyttävää sisäistä tuntua.

”- - [V]ieminen ja seuraaminen kulminoituu siihen, että kaksi kehoa eli kaksi yksittäistä tanssijaa muuttuu yhdeksi yhdessä hengittävänä tanssipariksi, jolla on yhteinen keskusta” (Kontturi-Paa-

sikko 2012, 48). Tämä pätee sekä seuratanssin että kansanomaisen paritanssin paritanssikäsitykseen, sillä tanssiva pari pyrkii hakemaan painonsiirroillaan ja paritanssiasennollaan parille sopivaa ja hyvältä tuntuvaa yhteyttä. Yhteisen keskustan löytyessä myös vieminen ja seuraaminen helpottuvat.

Kansanomaisissa paritansseissa pari pyrkii tanssimaan musiikin mukaisesti eli esimerkiksi polkkamusiikkiin tanssitaan polkkaa ja sottiisimusiikkiin sottiisia. Tavoitteena on muusikon ja tanssiparin välille syntyvä vuoropuhelu. Musiikin fraasitukset ja muusikon eläytyminen vaikuttavat parin tanssiin, ja muusikko voi ottaa soittoonsa vaikutteita tanssiparista. (Järvelä, haastattelu 29.10.2020.) Seuratanssikulttuurille tyypillinen ammattimainen orkesterikäytäntö eroaa kansanmusiikin pelimänikulttuurista ja vapaammasta tilanteesta syntyvästä musiikin ilmaisullisesta ja rakenteellisesta tulkinnasta.

Kansanomaisessa paritanssikäsityksessä tanssivalla parilla on mahdollisuus vaikuttaa tanssin etenevyyteen tilassa. Tilassa liikkuminen on usein tanssiessa primääriä eli ensisijaista, mutta paikallaan pysyvät paritanssivariaatiot ovat tehneet paluuta. Esimerkkinä toimivat taigapolska ja sen paikallaan pysyvät polskavariaatiot. Taigapolskan askeleella voidaan liikkua tilassa tai jäädä tanssimaan paikallaan sahaavaa askel-vaihtoaskelta esimerkiksi tilan keskustaa kohti. Kansanomaisessa paritanssissa voidaan tilanteen mukaan soveltaa tanssietikettiä, jolloin tilassa vähemmän liikkuvat parit tanssivat keskemällä ja enemmän liikkuvat tanssivat ulkokehillä.

2.4 Polska

Kolmijakoinen ja kävelypohjainen polska saapui Suomeen Ruotsista noin 1600-luvulla ja on vanhin tunnettu paritanssi Suomessa. Laji nousi nopeasti kansan suosioon Suomen ruotsinkielisillä alueille. (Hoppu 2006c, 348.) Polskan aseman säilyvyyttä on edesauttanut sen muuntautumiskyky. Suomessa polskaa on käytetty synonyyminä tanssille. (Rausmaa 1977, 20.)

Tarkkaa aikaa polskan syntymiselle ei tiedetä, sillä tanssista kirjoitetut lähteet 1500–1600-luvuilta ovat hataria. Historiassa tanssitusta polskasta tiedetään vähän suppean lähteistön vuoksi. Ei ole esimerkiksi varmaa tietoa siitä, millaisissa muodoissa polskaa tanssittiin tai mitä askelikkoja se sisälsi. Polskaa terminä on mahdollisesti käytetty yleisenä nimityksenä pyöriville paritansseille, eikä tästä syystä voida olla varmoja siitä, kuinka polska erosi muista tansseista. On kuitenkin todennäköistä, että nykypäivän polska eroaa historiassa tanssitusta polskasta pitkälti, vaikka myös yhtäläisyyksiä voidaan havaita. (Nilsson 2017, 77–78.)

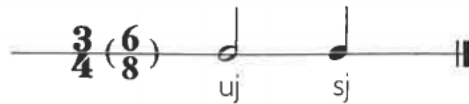
Polska on säilyttänyt asemansa helppoutensa ja muuntautumiskykynsä ansiosta. Myös polskamelodioiden runsas määrä on edistänyt polskan säilyvyyttä. Polskan tanssiperinteestä ei ole tallennettua tietoa samassa määrin kuin musiikista. Polskan tiedetään kuitenkin kuuluneen esimerkiksi osaksi häämenoja. (Rausmaa 1977, 20.) Paripolska on polskien vanhinta kerrostumaa (Hoppu 2006c, 349).

Polskan musiikki

Suurin osa tunnetusta polskamusiikista on tahtilajiltaan 3/4 tai 6/8, mutta historiasta löytyy myös poikkeuksia. Yleisimmän, 3/4 -tahtilajin rinnalle nousi myöhemmässä vaiheessa 2/4 -tahtisia polskia. (Milad & Koskivaara 2003, 66.) Polskamusiikin tyypillinen tempoliukuma on 104–120 bpm (Järvelä, haastattelu 29.10.2020).

Polska jakautuu musiikillisesti pääpiirteittäin kahteen polskaperheeseen: kolmitasaiseen polskaan ja triolipohjaiseen polskaan. Polskaperinteelle tyypillistä ovat lyriikat ja onomatopoeettiset melodian trallattelut sekä yksinään että säestyksen lisänä. Suomalaisen polskamusiikin tunnistettavin piirre kuulokuvassa on sen kolmitasainen tyyli, jonka voi kuulla etenkin melodiassa. Musiikillisesti polskan rakenne vaihtelee: fraseeraukselle on useita eri vaihtoehtoja. Polskamusiikin svengi syntyy fraseerauksen ja iskujen painottamisen kautta. Lisäksi melodian pieni muuntelu osioiden kerrassa tuo samaan kappaleeseen mielenkiintoa ja svengiä niin soittajalle kuin tanssijallekin. Tanssin lajiin katsomatta tanssisoitto tuo esiintymistilanteeseen uudenlaista vuorovaikutusta. Tanssijan ja muusikon välinen yhteistyö luo idearikkaan tilanteen, jossa kumpikin osapuoli voi ottaa toisiltaan vaikutteita ja näin täydentää omaa tekemistään. Tanssiminen voi tuoda myös muusikolle merkityksen hänen työlleen: tanssi ja musiikki tukevat ja inspiroivat toisiaan ja näin muodostavat itseään suuremman kokonaisuuden. (Järvelä, haastattelu 29.10.2020.)

Suomalaiselle polskamusiikille on tyypillistä neljän tahdin fraasitus. Suomalaisessa kolmijakoisessa polskassa on tyypillistä painottaa tahdin iskuja 1 ja 3. Polskaa tanssiessaan tanssija korostaa musiikin painotusta usein ottamalla etuaskleen (ruots. *försteg*) eli askeleet tahdin 1. ja 3. iskuille (kuvio 1). (Milad & Koskivaara 2003, 66.) Kolmiaskelta (ruots. *tresteg*) tanssiessaan tanssija korostaa myös tahdin hiljaista 2. iskuja. Polskaa tanssittaessa tavoitellaan hytkettä, joka resonoi koko tanssijan vartalon läpi: jalat saattavat ottaa yhtä, kahta tai kolmea askelta, mutta tanssijan vertikaaliliikkeestä tulisi näkyä kaikki kolme joustoa.



KUVIO 1. Polskan etuaskel havainnollistettuna nuottikuvalla. Nuottikuvassa uj tarkoittaa ulkojalkaa ja sj sisäjalkaa. Nimityksiä käytetään parin kanssa tanssittaessa. (Milad & Koskivaara 2003, 67.)

Polskan askelikot ja tekniikka

Polska on kävelypohjainen tanssilaji, jonka perusaskeleena on kantajohtoinen kävelyaskel. Polskaa tanssiessaan tanssija laskee tahdin aikana kolmeen, kuten muusikko soittaessaan. Polskan hytke on maanläheinen eli tanssija maadoittaa kehon painon perusasennosta alaspäin. Hytettä voidaan varioida painottamalla tahdin eri osia. Polskan askelikot ja askelmäärät ovat monipuolisesti varioitavissa niin tanssiparille kuin soolotanssijalle. Keskeistä polskan askeltekniikassa on jalkapohjan rullaava artikulaatio kantapäältä päkiälle. Tässä opinnäytetyössä opetettavat polskan askelikot ja kuviot ovat kolmiaskel ja oikea puolikäännös, etuaskel ja bakmespyörintä, askelpolska ja en ben's -pyörintä sekä askel-vaihtoaskel ja taigapolskan pyörintä.

Kolmiaskeleeksi kutsutaan polskan askelikkoa, jossa otetaan askel tahdin jokaiselle iskulle. Tässä opinnäytetyössä kolmiaskeleen hytke on kolmitasainen, eli yhtä suuri tahdin jokaisella iskulla, eikä esimerkiksi tahdin ensimmäistä iskua painoteta syvemmillä niauksella. Oikea **puolikäännös** on polskan kolmiaskeleesta johdettu paritanssikuvio, joka toimii vuorottelutekniikalla. Puolikäännöksessä tanssija kääntyy yhden kolmiaskeleen aikana puoli kierrosta oikean kautta piirillä tanssisuuntaan edeten. Tanssija on vuoroin kasvot ja vuoroin selkä piirin etenemissuuntaa kohti. Parin kanssa tanssittaessa oikean puolikäännöksen pyörinnän periaate pysyy samana. **Vuorottelutekniikka** ilmenee puolikäännöksessä askelmitassa: kehon etusuuntaan liikkuva askel on etenevä ja peruuttava askel on paikallaan pysyvä ja kääntävä. Viejä ja seuraaja vuorottelevat liikuvana osapuolena ja parin välisenä akselina kolmiaskeleen välein. Yksilötekniikassa suuret painonsiirrot onnistuvat usein helpommin kuin paritekniikassa. Askelmittaan tulee kiinnittää huomiota, jotta myös parin kanssa tanssiessa pyörintä olisi mahdollisimman organista.

Etuskel (kuvio 1) on polskan askelvariaatio, jossa tanssija ottaa askeleet tahdin ensimmäiselle ja kolmannelle iskulle (Milad & Koskivaara 2003, 67). Tahdin ensimmäiselle iskulle astuvaa jalkaa kutsutaan johtojalaksi. Etuskeleen hytke on tässä opinnäytetyössä lähes identtinen kolmiaskeleen hytkeeseen: hytkeen tulisi olla saman arvoinen tahdin jokaisella iskulla. Tanssijan kehosta tulee

siis näkyä kaksi askelta ja kolme hytkettä yhden tahdin aikana. Etuaskeleesta johdettu **bakmespyörintä** on polskan paritanssikuviota, joka pyörii vuorottelutekniikalla. Yksi etuaskel kääntää tanssijaa puoli kierrosta siten, että johtojalka astuu askeleen aina tanssin etenemissuuntaan eli tanssijan kehoon nähden eteen- tai taaksepäin. Tanssijalla on siis vuoroin kasvot ja vuoroin selkä piiriin etenemissuuntaan. Viejän ja seuraajan askeleet ovat identtiset: oikealle pyörittäessä oikea on johtojalka. Bakmespyörinnän vuorottelun periaate on verrattavissa kolmiaskeleen pyörinnän vuorotteluun: etusuuntaan otettava askel on etenevä, kun taas takasuuntaan otettava askel enemmän paikallaan pysyvä ja kääntävä. Parin peruuttava osapuoli toimii pyörinnän akselina.

Askelpolskassa tanssija korostaa muusikon tavoin tahdin ensimmäistä iskua ottaen askeleen tahdin ensimmäiselle iskulle. Harvemman painonsiirtonsa vuoksi askelpolska haastaa erityisesti tanssijan tasapainoa. Tässä opinnäytetyössä askelpolskasta johdetusta kuviosta käytetään ruotsinkielistä nimitystä **en ben's**. Miladin ja Koskivaaran (2003, 70) mukaan en ben's -askeleen pohjalla käytetään askelpolskaa, mutta lisäksi tehdään painonsiirto myös tahdin toiselle ja kolmannelle iskulle. Askelikossa tahdin ensimmäiselle iskulle otetaan tukijalan askel. Toisen ja kolmannen iskun aikana tanssija heilauttaa omaa vartaloansa ja siirtää painopistettään sekä vapaata jalkaansa.

En ben'sin pyörintäteknikka on vuorotteluteknikka, jolloin viejä ja seuraaja vuorottelevat pyörinnän liikkuvana osapuolena ja akselina. Pyörinnässä viejän askel on askelpolska ja seuraajan askel on hamburskan askel tasa-oikea-vasen. Viejä ottaa askeleensa tahdin iskulle 1 ja heilauttaa vartaloansa sekä liikuttaa painopistettänsä tukijalan päällä tahdin iskuilla 2 ja 3. Tässä opinnäytetyössä askelpolskan iskuja 2 ja 3 kutsutaan tasapainoiskuiksi. Seuraaja ottaa tasa-askeleen eli sitsin tahdin iskulle 1, oikean jalan askeleen iskulle 2 ja vasemman jalan askeleen iskulle 3. Seuraaja siis toimii parin akselina tahdin ensimmäisen iskun ajan ja viejä toimii parin akselina tahdin toisen ja kolmannen iskun ajan. Viejä toimii parin liikkuvana osapuolena tahdin ensimmäisen iskun ajan ja seuraaja taas liikkuu tahdin toisella ja kolmannella iskulla.

Askel-vaihtoaskel eroaa aikaisemmista askelvariaatioista rytmisesti. Askel-vaihtoaskeleen askelrytmi on hidas-nopea-nopea-hidas. Tahdin ensimmäiselle ja kolmannelle iskuille otetaan keuhollisesti saman arvoiset askeleet, kun taas tahdin toiselle iskulle otetaan kaksi nopeaa askelta. Askelvaihtoaskeleen hytke pyritään pitämään tasaisesti tahdin jokaiselle iskulle jakautuvana.

Taigapolska on alun perin Maija Karhisen ja Jussi Hynnisen lanseeraama polskan tanssimisen muoto Sibelius Akatemian kansanmusiikin osaston tanssitupailtoihin 2000-luvun taitteessa. Sittemmin variaatiota on jatkokehitelty Oulun ammattikorkeakoulun tanssinopettajakoulutuksessa. (Petri Kauppinen, suullinen tiedonanto, 19.3.2021.) Askel-vaihtoaskeleesta johdettu taigapolska pyörii **polskan pyörintäteknikalla**. Seuraaja aloittaa askeleen oikealla jalalla ja viejä vasemmalla jalalla.

Seuraajan askelten suunnat menevät eteen-sivulle-taakse: ensimmäinen hidas askel astutaan kehon etusuuntaan, vaihtoaskel otetaan laukkamaisesti vasen kylki kohti etenemissuuntaa ja vasen askel astutaan kehon takasuuntaan kääntäen parin pistopyörintämaisesti (ks. pistopyörintä 2.4) takaisin lähtötilanteeseen. Viejän askelten suunnat ovat taakse-sivulle-eteen: vasemman jalan hidas askel astutaan kehon takasuuntaan, vaihtoaskel otetaan laukkamaisesti oikea kylki kohti tanssin etenemissuuntaa ja oikean jalan askel astutaan kehon etusuuntaan kääntäen parin takaisin lähtöasetelmaan.

2.5 Polketti

Polketti on Ruotsista Suomeen kotiutunut polkan tanssivariaatio, jota voidaan käsitellä ikään kuin polkan alalajina. Polkan ja polketin yhtäläisyyksistä huolimatta polkettia voidaan ominaisuuksiensa vuoksi pitää myös omana lajinaan. Polketin arvellaan kehittyneen aikana, jolloin polkkamusiikki saapui, mutta varsinaisia askelia musiikkiin ei vielä ollut ja musiikkiin tanssittiin polskan askelia. (Kauppinen, haastattelu 17.8.2020.) Tässä opinnäytetyössä esiteltävä polketti on muotoutunut Skandinaavisesta polketista viimeisen vuosikymmenen aikana. Polketti tanssin nimenä on otettu Suomessa käyttöön vasta 2010-luvulla. Polketti on ollut pitkään tiedostamattomana osana suomalaista kansantanssia polkan variaatioina ja omana lajinaan se on alettu tuntea viime vuosien aikana. Polkettia ei omana terminänsä esiinny suomalaisen kansanomaisen tanssin historiassa. Hakosalon (haastattelu 17.3.2021) mukaan nykypäivän suomalainen tanssittu polketti on tempoltaan hieman hitaampi kuin ruotsalainen polkan variaationa tunnettu skandinaavinen polketti.

Polkka on saapuessaan muovannut polskatansseja niin, että vanhojen polska- ja polkkatanssien nimet eivät välttämättä kerro tanssin askelikkojen sisältöä: polkkatanssit voivat sisältää polskaa ja polskatanssit polkkaa (Milad & Koskivaara 2003, 66). Polska- ja polkkatanssien risteymät kertovat historian kulusta: polkkamusiikin saapuessa sopivat askelikot puuttuivat, joten polskatanssien askelikot taivutettiin polkkamusiikkiin sopiviksi. Polskalle ominaiset rinnakkain liikkuvat osiot ovat nähtävissä myös polketin variaatioissa. Polskamusiikin moniosaiset rakenteet ovat antaneet tanssille vaikutteita; musiikin eri osiin on tanssittu eri askelikoin. Tämä polskalle ominainen tanssin rakenne voi olla nähtävissä myös polketin tanssivariaatioissa. Polketti ei kuitenkaan ole täysin verrattavissa polskaan, sillä polketin askeltyyli on lennokkaan polkkamusiikin vuoksi muuttunut ilmavammaksi ja enemmän hyppääväksi kuin polskan askel. Suomalaisen polketin hytkettä voi kuvailla vieterimäisenä, alakautta vauhtia hakevana ja voimakkaasti ylöspäin keinahtavana liikkeenä. Polkettia tans-

sittaessa tavoitteena on hakea tanssille ominaista hytkettä, maanläheisyyttä, helppoutta ja orgaanisuutta. Suoranaista hyppyä polketissa ei pääsääntöisesti ole nähtävissä, mutta myös poikkeuksia löytyy. Esimerkiksi suomalaisessa paritanssiperinteessä polkkabakmes-variaatiossa hyppy on nähtävissä. (Kauppinen, haastattelu 17.8.2020.)

Polketin musiikki

Polketin musiikissa painotetaan polkan tavoin tahdin ensimmäistä iskua. Musiikki on kevyttä ja se kannustaa etenevään liikkeeseen ja ylöspäin suuntaavaan hytkeeseen. Polketin tempoliukuma voi olla jopa 105–135 bpm, mutta nykyään sitä tanssitaan tyypillisesti alle 120 bpm:n tempoiseen musiikkiin. (Hakosalo, haastattelu 17.3.2021.) Polketti on siis musiikillisesti hyvin lähellä polkkaa. Suurimman eron polkkamusiikkiin tekee tempo, joka on polkettimusiikissa matalampi.

Musiikin tempoliukuman vuoksi polkan ja sottiisin askelvariaatiot ja kuviot ovat helposti sovellettavissa polkettiin. Tällöin tanssijan hytkeen muuttaminen erottaa lajit toisistaan. Hytke on riippuvainen musiikin temposta, jolloin polkettia voidaan tanssia myös muiden tanssilajien musiikkiin, kunhan tempo on askelikolle sopiva. Polketti terminä sekä tanssin ja musiikin lajina on alkanut vakiintua Suomessa vasta viime vuosina. (Kauppinen, haastattelu 17.8.2020.)

Oheinen nuottikuva (kuvio 2) on ote kaustislaisen purppurin kappaaleesta Hoppatahti, joka ei varsinaisesti liity paritanssiin. Kappaletta voidaan kuitenkin käyttää polketin musiikkina sopivan tempon vuoksi. Tämä osoittaa sen, kuinka polketin musiikki on vasta rakentumassa ja määrittymässä.



KUVIO 2. Hoppatahti (Järvelä, M. & Kangas, J. (toim.) 1975, 23)

Polketin askelikot ja tekniikka

Polketti on kävelypohjainen tanssilaji, jolle ominaista on vahva vertikaalinen, vieterimäinen hytke ja runsas eteneminen tilassa. Polkettimusiikin tempo laskee polkan musiikista niin, että polkalle ominainen hyppy poistuu, mutta jäljelle jää vahvasti ylöspäin suuntaava hytke. Näin polketissa säilyy polkanomainen karakteri. Tyyliltään polketti on maadoittuneempi kuin polkka, mikä erottaa lajit toisistaan. Lineaarisesti tilassa liikkuminen on polketille tyypillisempää kuin ylöspäin ponnistaminen. Myös askelten arvottaminen, eli painonsiirtojen laajuus ja suunta, erottaa lajeja toisistaan.

Siinä missä auki-kiinnitekniikka luo polkassa askelten välistä eriarvoisuutta, on polketissa runsaasti mahdollisuuksia paripyörintäteknikan variointiin. (Kauppinen, haastattelu 17.8.2020.)

Polkan ja polketin rakenteellinen ero on huomattava. Useat suomalaiset polkkavariaatiot sisältävät polskanomaisen rakenteen: avoimessa tanssiotteessa rinnakkain piirillä liikkuvan A-osan sekä paripyörintää sisältävän B-osan. Tällainen A-osa on epätyypillinen polkalle, joka perinteisesti sisältää lähinnä polkan paripyörintää tai esimerkiksi piirillä liikkuvan vastakkain-seläkkäinvariaation. Usein polketin B-osan pyörintäosuus on jollain muulla kuin polkan pyörintäteknikalla pyörivää. Esimerkkeinä toimivat valssin pyörintäteknikalla pyörivä ruotsalainen snoa-variaatio, polskan pyörintäteknikalla pyörivä siliapolketti ja vuorotteluteknikalla pyörivä polkkabakmes. Myös kansantanssin kirjallisuudesta, kuten Tanhuvakasta, löytyy polketinomaisia polkkatansseja. (Kauppinen, haastattelu 17.8.2020.)

Polketille ei ole eritelty varsinaista omaa perusaskelta. Polketti sisältää kuitenkin suuren määrän erilaisia askelvariaatioita. Käytetyimpiä askelikoja ovat kävelyaskel sekä vaihtoaskel. Myös esimerkiksi hoppavalssin eri askelvariaatiot ovat tanssittavissa polkettimusiikkiin. (Kauppinen, haastattelu 17.8.2020.) Tässä opinnäytetyössä käytettyjä variaatioita ovat kävelyaskel, pistopyörintä, vaihtoaskel eli laukkapolketti ja kaustislaisesta siliavalssista johdettu siliapolketti.

Polketin **pistopyörintä** pyörii valssin pyörintäteknikalla. Pyörinnän hytke on lennokas mutta maadoittuva. Tanssiasento on syleilevä ja tanssijan jalat asettuvat keinumaiseen asentoon peräkkäin niin, että oikea jalka on edempänä ja vasen taaempana. Pistopyörintää voidaan verrata painonsiirrollisesti ruotsalaiseen snoa-variaatioon. Paritanssin koreografiassa pari kävelee avoimessa tanssiotteessa musiikin A-osan ajan ja B-osassa pyörii pistopyörintää niin, että viejän selkä aloittaa menosuuntaan. (Milad & Koskivaara 2003, 65.) Snoan variaatio on polketille soveltuva tanssivariaatio myös tanssikaavansa puolesta. Tässä opinnäytetyössä paneudutaan pistopyörintään polketille lajiominaisen hytkeen kautta.

Kylki- ja laukkapolketti ovat kylki- ja laukkapolkasta sovellettuja variaatioita. Sekä laukka- että kylkipolketin askelikoissa kaksi nopeaa askelta otetaan tanssisuuntaan kylki edellä ja hidas askel otetaan tanssisuuntaan kääntyen puoli kierrosta (Milad & Koskivaara 2003, 57). Kylkipolketti on painonsiirrollisesti verrattavissa laukkapolkkaan, mutta kääntymistoiminnoltaan se on verrattavissa kylkipolkkaan. Kylkipolketin hytke on vieterimäinen ja maadoittuva, kun taas kylkipolkan hytke on hyppäävä. Kylkipolketin variaatiolla edetään vuorottelemalla johtokylkeä. Oikea kylkipolketti kääntyy oikealle ja vasen kylkipolka vasemmalle, kääntyen siis jokaisella askelikolla eri suuntaan. Laukkapolketin hytke on samanlainen kuin kylkipolketissa, kun taas laukkapolkan hytke omaa usein vahvan alakaaren. Laukkapolketti pyörii polkan pyörintäteknikalla.

Siliapolketti on perinteisen kaustislaisen purpuritanssin, siliavalssin, polkettiin sovellettu variaatio. Siliapolketti-variaatio on muotoutunut käyttöön Oulun ammattikorkeakoulun tanssinopettajakoulutuksessa 2010-luvulla, kun kaustislaisen siliavalssin opetuskehittelyssä variaatiota on lähestytty aluksi tasajakaisen musiikin kautta (Petri Kauppinen, suullinen tiedonanto 19.3.2021). Siliavalssi pyörii polskan pyörintäteknikalla. Tanssija aloittaa variaation vasemmalla jalalla. Viejän askelikko siliapolketissa on vaihtoaskel-tasa-askel. Seuraaja lähtee viejän askeleen vaiheesta kaksi eli tasa-vaiheesta. (Bergholm, Elo, Hukkanen, Luhtaranta & Peura (toim.) 2016, 54–55.) Tahtilajin lisäksi hytke erottaa siliapolketin siliavalssista: polkettivariaation hytke on vieterimäinen, mutta valssina siliavalssi pyritään tanssimaan mahdollisimman tasaisena.

2.6 Polkka

Polkka on böömiläinen kansantanssi, joka levisi 1840-luvulla vauhdikkaasti ympäri maailmaa (Rausmaa 1977, 22). Polkan suosio on ollut suurta 1860-luvulta lähtien ja suosionsa vuoksi polkan askelikkoja on liitetty jo olemassa oleviin tansseihin ja koreografioihin. Suomalaisen polkan hyp-päävä tyyli ja askelikon aloittava tasahyppy vakiintui kansantanssin harrastustoiminnan vaikutuksesta 1900-luvun alussa. (Hoppu 2006c, 353.)

Polkan pitkäkestoinen suosio 1950-luvulta eteenpäin on nähtävissä myös kirjallisuudessa: yli kolmasosa Tanhuvakkaan (Rausmaa & Rausmaa 1977) kootuista tansseista sisältää polkan askelikkoa. Tanhuvakassa on myös muita polkaksi luettavia tansseja, mutta tässä laskelmassa on otettu huomioon vain polkan askelta sisältävät tanssit. Tanhuvakka on jaettu osioihin tanssin aloitusku-vion mukaan. Kansanomaisia paritansseja tarkastellen 75 % Tanhuvakan paritansseista sisältää polkan askelikkoa, mikä on selkeästi suurin prosenttimäärä teoksen muihin osioihin verrattuna. Pa-ritansseja on myös selkeästi suurin osuus kaikkien tanssien kokonaisuudesta. Piiritansseista 33 %, neliötansseista 19 %, nelihenkisistä tansseista 11 %, vastakkaisrivitansseista 13 %, solatansseista 29 % ja kolmikkotansseista 31 % sisältää polkan askelikkoa. Muulla kuviolla alkavista tansseista yksikään ei sisällä polkan askelikkoa.

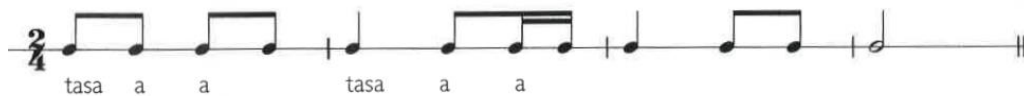
Tanhuvakan polkkatanssien määrä kertoo paljon 1900-luvun polkkainnostuksesta: polkan askelikkoa löytyy käytännössä kaiken tyyppisistä teokseen muistiinmerkityistä läntisistä kansantansseista. Suurimmassa osassa kyseisistä tansseista polkan askel ei ole kuulunut alkuperäiseen koreografi-aan, vaan sen suosion noustessa polkan askelikkoja on lisätty jo olemassa oleviin tansseihin. Tä-

män päivän suomalaisessa polkassa näkyy vahvasti naisvoimistelun vaikutus polkan vahvana ylösvetona ja hyppäämisenä (Kauppinen, haastattelu 17.8.2020). Nykypäivänä polkka on edelleen hyvin suosittu tanssilaji esittävässä kansantanssissa.

Polkan musiikki

Suomalainen tasajakoinen polkka eroaa muiden maiden polkkamusiikista omanlaisella kiivaudellaan. Esimerkiksi saksalainen ja ruotsalainen polkkamusiikki ovat enemmän marssityyppisiä. Suomalaisen polkan erityispiirteeksi voidaan lukea suomalaisten polkkakappaleiden mollisävelmät, jotka eroavat muiden maiden duurivoittoisista polkkamelodioista. Polkkaa soittaessaan muusikko painottaa vahvasti tahdin alkuosaa. (Paalanen, haastattelu 7.10.2020.) Polkkamusiikin tahtilaji on 2/4, ja se sisältää paljon 1/16 -nuotteja. Musiikin soittotyylillä on tyypillisesti hyvin staccatomaista. (Milad & Koskivaara 2003, 54.)

Polkan tyypillinen tempoliukuma on 120–135 bpm. Historiassa polkkaa on soitettu myös hitaammalla tempolla. Tempo on alimmillaan saattanut olla 85 bpm, jolloin polkkaa on tanssittu kävely-polkkana. (Hakosalo, haastattelu 17.3.2021.) Polkkamusiikin svengi syntyy sävelien ilmavuudesta sekä tahdin alkuosan ja ykkösiskun painottamisesta. Myös lennokkuus, napakkuus ja kipakkuus ovat tärkeitä elementtejä polkkamusiikkia soittaessa. (Paalanen, haastattelu 7.10.2020.) Polkan musiikissa on huomioitava muusikon ja tanssijan eri laskutavat musiikkiin: musiikillisesti polkan tahdissa on kaksi iskua, mutta tanssija laskee tahdissa olevan neljä iskua. Musiikillisesti laskettujen iskujen takapotkut ovat tanssijan laskujen parilliset iskut. Tanssija laskee siis yhden tahdin aikana neljään, jolloin jokaisella laskulla on oma painonsiirrollinen merkityksensä. Kun muusikko soittaa yhden tahdin, tanssija ehtii ottaa yhden polkan perusaskelikon sen aikana (kuvio 3).



KUVIO 3. Polkan tahdin aikana otettavat painonsiirrot havainnollistettuna nuottikuvalla (Milad & Koskivaara 2003, 55)

Polkan askelikit ja tekniikka

Polkka on hyppypohjainen tanssilaji, jonka perusaskelikko koostuu tasahypystä ja juoksuaskeleesta (Nuutinen 1988, 39). Suomalainen polkka on muiden maiden polkkaan verrattuna hyvin omanlaistaan. Muualla Euroopassa polkka on enemmän laukahtavaa ja vaihtoaskeltyyppistä, kun

taas suomalainen polkka perustuu tasahyppyyn, hyppäämiseen, ylhäällä puolivarpailla pysymiseen ja päkiäjohtoiseen juoksuun. Suomalaisessa polkassa näkyy edelleen vahva perimä Suomessa 1900-luvun alussa vallinneesta naisvoimisteluliikkeestä: suomalaisen polkan vahva ylösveto, korkea päkiäaskel sekä kehon asento ja asenne ovat naisvoimisteluliikkeen perintöä. Suomalainen polkka pysyy korkealla: liikkeen jousto lähtee vahvasti tanssijan nilkoista ja jalkapohjista, mutta hytkeeseen osallistuvat myös polvet ja lonkat.

Polkan vahva erityispiirre on kohoiskulla liikkeelle lähteminen, mikä erottaa sen muista länsisuomalaisista kansantansseista. Tässä opinnäytetyössä **peruspolkaksi** kutsutaan polkan askelikkoa, joka liikkuu etu- ja takasuuntaan suhteessa tanssijan kehoon. Eteenpäin edetessä jalkojen askelten järjestys on tasahyppy - takajalan askel - etujalan askel, kun taas peruuttaessa askeleet menevät järjestyksessä tasahyppy - etujalan askel - takajalan askel. Tanssijan laskujen mukaan polkan tahdin aikana on neljä iskua eli painonsiirtoa (kuvio 3), joista jokaisella on liikkeellisesti oma merkityksensä. Polkan tasahypyn alastulo on tanssijan iskulla 1, jolloin tanssijan täytyy lähteä liikkeelle hyppäämällä edellisen tahdin iskulla 4. Polkan askelikossa isku 1 on tasahypyn alastulo, isku 2 takajalan askel, isku 3 etujalan askel, jolla tanssija ponnistaa hyppyyn, jolloin iskulla 4 tanssija on taas ilmassa, valmistautuen laskeutumaan tasahyppyyn seuraavan tahdin iskulle 1.

Kylkipolkka perustuu edellä määriteltyyn peruspolkkaan: askelikko on täysin sama, mutta joka toisella tasahypyllä käännetään oikea ja joka toisella vasen kylki kohti liikkeen etenemissuuntaa. Kylkipolkan askelikossa tasahyppy - takajalan askel - etujalan askel takajalka käsittää etenemissuunnasta katsottuna taaemman jalan. Kylkipolkan tekniikkaa käytetään polkan pyörinnässä, jossa pyöritään polkan askelikolla polkan pyörintäteknikalla.

Kantapolkka variaationa tarjoaa haastetta liikelaadullisesti ja antaa vaihtoehdon peruspolkan painonsiirroille. Tässä opinnäytetyössä kantapolkan erityisyys variaationa perustuu nimenomaan erilaisiin painonsiirtoihin ja erilaisen liikelaadun oppimiseen reboundin kautta. Reboundilla tarkoitetaan tässä opinnäytetyössä kantapolkalle ominaista maasta takaisin kimpoavan työjalan rytmistä toteutumaa. Reboundin toteutumiseksi halutulla tavalla tanssijan kokonaispainon tulee jakautua seuraavalla tavalla: 1/3 painosta on työjalalla ja 2/3 painosta on tukijalalla. Kantapolkan askelrytmi on sama kuin peruspolkassa ja askelikko lähtee liikkeelle kohoiskulla. Kun tutkimuksen muissa variaatioissa painonsiirtojen järjestys on tasa-askel-askel, kantapolkan painonsiirrot ovat kinkkaus-kinkkaus-loikka: askelikon ensimmäisen ja toisen hypyn aikana tukijalka pysyy samana eli kinkkaa ja kolmas hyppy vaihtaa tukijalan eli loikkaa. Ensimmäisen iskun ja kinkkauksen lisänä on työjalan kantapään polkaiseminen maahan tanssijan kehon etusuuntaan, toisen iskun ja kinkkauksen aikana työjalka kimpoaa takaisin ilmaan, kolmannen iskun eli loikan aikana työ- ja tukijalka vaihtuvat

ja neljännellä iskulla työjalka kohoaa pudotakseen maahan seuraavan tahdin ensimmäiselle iskulle. Miladin ja Koskivaaran (2003, 57) mukaan kantapolkkavariaatioita on neljä:

- 1) Perinteinen variaatio, jossa kanta polkaistaan maahan - - ja annetaan sille myös painoa.
- 2) Perinteinen variaatio, jossa kanta pomppaa maasta. Tanssitaan kuten edellä, mutta kannalle ei anneta painoa, se vain käväisee nopeasti maassa.
- 3) Perinteinen variaatio, jossa joka toinen kantapolkka potkaistaan sivulle ja joka toinen taas parin jalkojen väliin. - -
- 4) -- Tanssitaan, kuten 2. variaatio, mutta kanta potkaistaan ilmaan. (Milad & Koskivaara 2003, 57.)

Tässä opinnäytetyössä kantapolkka käsitetään Miladin ja Koskivaaran määritelmien 1 ja 2 sekoituksena.

Polkkabakmes on polkan variaatio, joka eroaa peruspolkan askelikosta sekä rytmisesti että painonsiirrollisesti. Yhdistävä tekijä muihin tässä opinnäytetyössä esiteltyihin polkan askelikkoihin on liikkeeseen lähteminen kohoiskulla. Polkkabakmesista on useita versioita ja tähän opinnäytetyöhön on valittu tanssisuuntaan etenevä ja oikealle pyörivä versio. Polkkabakmesissa seuraajan painonsiirrot ovat tasahyppy - vaihtoaskel - askel: tahdin 1. isku on tasahyppy, 2. isku oikean jalan vaihtoaskeleen kaksi ensimmäistä nopeaa askelta, 3. isku vaihtoaskeleen hidasta oikea askel heittäen työjalan kannan pakaraan ja 4. isku vasemman jalan askel heittäen työjalan kannan pakaraan ja valmistuen seuraavan tahdin ensimmäisen iskun tasahyppyyn.

Tanssisuuntaan edetessä ja vasemmalle kääntyessä polkkabakmesin paripyörintä toimii polskan pyörintäteknikalla: seuraaja lähtee viejän askelikon vaiheesta kaksi. Tällöin viejän askelikko on tasa - vaihtoaskel - askel. Tällöin viejä toimii ensimmäisen iskun ajan akselina ja seuraaja liikkuu viejän ympäri. Tässä tutkimuksessa käytettävässä polkkabakmesin variaatiossa pari kääntyy kuitenkin oikealle, joten ensimmäisen iskun aikana seuraaja toimii parin akselina, kun taas viejä lähtee kiertämään seuraajaa ympäri. Tässä opinnäytetyössä käytettävässä polkkabakmesin variaatiossa polskan pyörintäteknikka toimii siis käänteisesti: viejä lähtee seuraajan askelikon vaiheesta 2. Vasemmalle pyörittäessä tanssisuuntaan edetessä parin tulee pyöriä yli 360° akselinsa ympäri, kun taas oikealle kääntyessä parin tarvitsee kääntyä alle 360° akselinsa ympäri. Oikealle pyörivä polkkabakmesin pyörintä on siis pyörintämääränsä vuoksi helpompi. Tämän vuoksi oikealle kääntyvä variaatio valikoitui osaksi opinnäytetyön polkan askelvariaatioita.

Pyörintäteknikkansa, paritanssiasentonsa ja painonsiirtojensa vuoksi polkkabakmes on nimestään huolimatta polkettivariaatio. Tässä tutkimuksessa sitä kuitenkin käytetään polkkavariaationa painottamalla polkan vahvaa ylöspäin suuntaavaa hytkettä. Polkkabakmes on helposti muunnettavissa myös hidastempoisempiin polkkamusiikkeihin.

3 AIKUISOPPIJAN OPPIMINEN JA OPETTAMINEN

Tässä luvussa käsitellään pedagogisia ajatuksia ja käsitteitä, jotka ovat tämän opinnäytetyön perusta. Tutkimuksen kannalta keskeisimpiä termejä ovat oppiminen, opettaminen, pedagogiikka, andragogiikka sekä tanssikäsitys. Määritelmiä käsitellään aikuisoppijan ja opettajan näkökulmista.

3.1 Oppiminen

Yksilö voi kehittää omaa oppimiskykyään. Vuorovaikutus on keskeisessä roolissa oppimisen mahdollistumisessa. (Paane-Tiainen 2000, 46.) Opettaja, substanssi ja oppija vaikuttavat toisiinsa ja mahdollistavat näin oppimisen kokemuksen (Nuutinen 1988, 6). Oppiminen on monimuotoinen ilmiö, johon liittyvä tieto muuttuu ja tarkentuu jatkuvasti. Oppiminen on yksilöllinen prosessi, ja yksilöiden oppimiskäsitykset eroavat toisistaan. Opettajan tulee laajentaa omaa oppimiskäsitystään omien oppimiskokemustensa ulkopuolelle, jotta näkökulma oppimiseen on subjektiivisen sijaan objektiivinen. (Anttila 2017a, viitattu 11.3.2021.)

Aikuisryhmien opettaminen eroaa esimerkiksi lapsiryhmien opettamisesta (Paane-Tiainen 2000, 15). Aikuisoppijalla on huomattava määrä elämän aikana karttunutta tietoa ja taitoa (Vaherva 1988, 20). Näin ollen aikuisiällä manereista poisoppiminen on olennainen osa oppimisprosessia. Näistä yksilölle hioutuneista tavoista on sitä vaikeampaa oppia pois, mitä syvemmin ne ovat yksilön työskentelytapoihin juurtuneet. (Paane-Tiainen 2000, 16.) Tanssinopetuksessa näitä tapoja ovat muun muassa asenne opittavaan materiaaliin, painonsiirrot sekä vartalon asento.

Oppijan motivaatio on keskeisessä roolissa oppimisessa. Motivaation lisääntyessä oppijan suoritus paranee ja suhde opittavaan materiaaliin tai tehtäviin syvenee. Motivaatio on siis oppijalle avain mielekkääseen oppimiskokemukseen. Myös opettajan toiminta voi vaikuttaa oppijan motivaatioon niin pitkällä kuin lyhyelläkin aikavälillä. (Hakala 2005, 39–40.) ”Motivaatio liittyy aina siihen, että yksilö osallistuu tavoitteelliseen toimintaan - - - Perusoletuksena on, että ihminen itse on vastuussa tuloksesta.” Opettaja voi toiminnallaan vaikuttaa oppijan motivaatioon opittavaa substanssia kohtaan tarjoamalla ja luomalla innostavia oppimistilanteita. (Liukkonen & Jaakkola 2017, 131.)

Tanssinopetuksessa merkittävä oppimiseen ja motivaatioon vaikuttava tekijä on jännitys. Tanssija voi jännittää esimerkiksi omaa oppimistaan, opettajaa, muita oppijoita tai opeteltavaa materiaalia. Jännitystä voivat aiheuttaa myös tuleva esiintymistilanne tai pienemmissä ryhmissä tanssiminen

tanssitunnilla. Jännittäminen liittyy usein epäonnistumisen pelkoon ja sitä voi helpottaa harjoittelemalla jännittävää tilannetta (Paane-Tiainen 2000, 75). Tanssitunnilla opettaja voi hallita oppijan jännitykseen vaikuttavia tekijöitä pitämällä kiinni rutiineista ja keskustelemalla oppijoiden kanssa. Myös opettajan oma varmuus, rauhallisuus ja päämäärätietoisuus opittavaa substanssia ja oppijoita kohtaan voi tuoda oppijalle turvallisuuden tunnetta ja poistaa jännitystä oppimistilanteesta.

Kokonaisvaltaista kehollista oppimista ruokitaan eri aistikanavia ärsyttämällä. Kehollisessa oppimisessä kokonaisvaltainen oppiminen tapahtuu kehollisuuden monien tasojen kautta. Oppiessa pyritään kokemaan kehollinen käänne, joka perustuu sekä yksilössä itsessään, yksilöiden välillä että ympäristössä tapahtuvaan vuorovaikutukseen (Anttila 2013, 31–32.) Ulkoisen oppimisen lisäksi opetustilanteessa opettajan tulee ottaa huomioon myös oppijan sisäinen oppimisen tuntu.

Tässä opinnäytetyössä tarkastellaan aikuisen oppijan oppimista sekä sisäisen että ulkoisen oppimisen kautta. Ihminen on kokonaisuus, joka oppii koko kehonsa kautta (Anttila 2013, 31). Sisäinen oppiminen käsittää tässä opinnäytetyössä oppijan omat kokemukset ja tuntemukset oppimisesta. Anttila (2017d) viittaa teokseensa *Koko koulu tanssii! Kehollisen oppimisen mahdollisuuksia kouluyhteisössä* (2013): ”Kehollinen toiminta voi olla - - sisäistä liikettä, eli kehollisia aistimuksia, kokemuksia ja fysiologisia muutoksia - - ” (2017d, viitattu 11.3.2021). Yksilön asenne ja persoona vaikuttavat oppimisen laatuun (Paane-Tiainen 2000, 19). Ulkoinen oppiminen tarkoittaa ulkoisesti nähtävissä olevaa oppimisen prosessia, jota esimerkiksi opettaja voi tarkastella oppimistilanteessa (Anttila 2017b, viitattu 11.3.2021).

Oppijan tanssillinen itsetunto pohjautuu kehoitsetuntoon, joka perustuu oppijan omaan käsitykseen ja kokemuksiin omasta kehostaan (Väestöliitto 2020, viitattu 20.3.2021). Oppijan tanssillista itsetuntoa muovaa kaikki tanssitunnilla tapahtuva, esimerkiksi palaute, tanssisarjat ja niiden vaikeus tai helppous sekä muut oppijat ja heidän toimintansa.

3.2 Opettaminen ja ihmiskäsitys

Opettaminen voidaan määritellä oppimista tukevaksi toiminnaksi: ”Opetuksen keskeisimpänä tehtävänä on oppimisen mahdollistaminen ja tukeminen” (Vaherva 1988, 25). Ihmiskäsitys luo perustan tanssinopettajan työlle: ”Ihmiskäsitykset luovat pohjan opettajan omalle ajattelulle, hänen suhtautumiselleen oppilaisiin ihmisinä ja näin myös monille valinnoille opetustilanteessa.” Opettajan ihmiskäsitys näkyy myös opettajan arvomaailmassa ja ihmisten kohtaamisessa. Opettamisen ja

siihen liittyvien teorioiden syvempi ymmärrys tuo opetukseen monipuolisuutta ja eriyttämisen mahdollisuuksia. Syvempi ymmärrys lisää myös jaksamista ja mielenkiintoa opettajan omaan työhön. (Kontturi-Paasikko 2012, 18–19.)

Opettajan on tärkeä ymmärtää, että oppijan motivointi on oppimistilanteessa keskeistä: motivaatio tekee tilanteesta mielekkään ja antaa oppijalle aidon kiinnostuksen opittavaan substanssiin (Hakala 2005, 39). Oppimisen monipuolistamisen ja eriyttämisen vuoksi on tärkeää, että opettaja ei opettaessaan jämähdä vain yhteen opetustyyliin. Erilaisia oppijoita ja oppimistyyliä on yhtä paljon kuin on oppijoita. Esimerkiksi tanssitunnilla yksi tanssijoista oppii asian rytmien kautta, toinen liikkeen kautta ja kolmas visuaalisia keinoja apuna käyttäen. Tukeakseen erilaisia oppimistyyliä opettajan tulee käyttää opetusmetodeja monipuolisesti. Erilaisten opetusmetodien kautta myös oppijoiden kyky vastaanottaa tietoa eri oppimiskanavien kautta kasvaa. Opettaja saa haastaa myös itseään kehittämällä erilaisia reittejä syöttää liikemateriaalia ja tietoa oppijoille.

3.3 Pedagogiikka, didaktiikka ja andragogiikka

Pedagogiikka on käsitteenä vanha, ja sen merkitys kehittyy ja muuttuu jatkuvasti (Hirsjärvi 1982, 142). Hellström (2008, 295) kiteyttää, että Hirsjärven (1982) mukaan pedagogiikkaa voidaan käyttää seuraavissa merkityksissä: ” - (1) [S]ynonyymisesti kasvatustieteen kanssa, (2) kasvatustieteen tai kasvatustieteen ja opetusopin kanssa, (3) kuvaamaan kasvatustieteen opetusta ja tutkimusta, (4) suppeammin tarkoittamaan opetus- tai kasvatustaitoa ja (5) eräitä kasvatuksellisia suuntauksia.” Pedagogiikan määritelmä vaihtelee eri puolilla maailmaa, ja sitä käytetään esimerkiksi didaktiikan käsitteen sijasta.

Didaktiikka on kasvatustieteiden osa-alue, joka tutkii opettamista ja perustuu vuorovaikutuksellisuuteen (Ekola 1988, 98). Hellström (2008, 39) esittelee kirjassaan didaktisen kolmion, jonka perusosat ovat oppilas, opettaja ja substanssi. Kolmio kuvastaa niitä perusosia, joita ilman opetusta ei ole olemassa. Hellström määrittelee pedagogisen ja didaktisen suhteen seuraavalla tavalla:

Opettajan ja oppilaan välillä on pedagoginen ja didaktinen suhde. Pedagogisessa suhteessa toinen on kasvattaja ja toinen kasvatettava. Heidän suhdettaan kuvaa pedagoginen kiintymys. Didaktisessa suhteessa opettaja säätelee oppilaan ja oppiaineksen kohtaamista. Kyseessä on siis toisen asteen suhde. Pedagoginen suhde mahdollistaa didaktisen suhteen onnistumisen. (2008, 39.)

Lainauksessa Hellström (2008, 39) tuo esille pedagogiikan ja didaktiikan eron suomalaisen kasvatustieteen käsitteistössä: pedagogiikka käsittää nimenomaan oppilaan ja opettajan välisen suhteen, kun taas didaktiikka käsittää opettajan kyvyn saattaa substanssi ja oppilas yhteen.

Usein kasvatus terminä liitetään lasten kasvattamiseen. Kuitenkin myös aikuisia voidaan kasvattaa huomioimalla heidän erityiset ominaisuutensa oppijana. Tällaista pedagogiikkaa kutsutaan andragogiikaksi. (Jaakkola, Liukkonen & Sääkslahti 2017, 12.) Andragogiikkaa hyödyntäessään opettaja ottaa huomioon aikuisoppijan erityispiirteet, kuten tämän elämäkokemuksen ja mahdollisen jo kertyneen tiedon opittavasta substanssista. (Ruohotie 2005, 125–126.)

Varsinaisia aikuisoppijoita yhdistäviä tekijöitä ei ole olemassa, mutta on kuitenkin löydettävissä piirteitä, jotka erottavat aikuisoppijat muista oppijoista. Yksi edellä mainituista piirteistä on aikuisoppijan huomattavasti rikkaampi ja laajempi työ- ja elämäkokemus kuin nuoremmilla oppijoilla. Opettajan työ on selvittää, onko oppijalla jo kertynyttä tietoa tai taitoa opittavasta materiaalista. Mikäli oppijalla on substanssiin liittyvää tietoa ja taitoa, opettajan täytyy pohtia, kuinka hän voi auttaa oppijaa hyödyntämään tai muokkaamaan jo olemassa olevaa taitoa. Aikuisoppijan ominaisuudet sekä elämäntilanne ja -kokemukset vaikuttavat vahvasti siihen, kuinka hän on motivoitunut uuden oppimiseen. Aikuisoppijan kohdatessaan opettajan tuleekin pohtia, kuinka hän ottaa aikuisoppijan erityispiirteet opetuksessa huomioon. (Vaherva 1988, 17, 20.)

3.4 Tanssikäsitys

Yksilön tanssikäsitykseen vaikuttavat monet tekijät, kuten yksilön toimet ja status. Tämän vuoksi opettajan tulee pohtia omaa tanssikäsitystään eri näkökulmista. Kulttuuri, aikakausi ja yhteiskunnallinen asema vaikuttavat yksilön kokemukseen tanssista ja sen merkityksestä. (Anttila 2013, 52.)

Tanssia terminä ei ole sidottu suoraan mihinkään lajiin tai liikemuotoon. Yksilön oma tanssikäsitys muodostuu siitä, milloin ja missä tilanteessa hän kokee tanssivansa. Tällöin yksilö myös määrittelee sen, minkä hän esimerkiksi liikettä katsoessaan kokee tanssiksi. Yksilöiden tanssikäsitykset voivat erota toisistaan, ja yksilön oma tanssikäsitys voi muovautua esimerkiksi ajan, paikan ja tilanteen mukaan. Opettaja voi ruokkia oppijan käsitystä tanssista esimerkiksi antamalla hänelle liikkeen-tuottamistehtäviä, jotka eivät ole lajisidonnaisia. Opetuksen tavoitteena on tuottaa onnistumisen kokemus oppijalle ja auttaa ymmärtämään tanssia monenlaisista lähtökohdista. Epäonnistumista näissä tehtävissä ei tapahdu, vaan tehtävän tavoite on ruokkia oppijan omaa luovuutta. (Anttila 2013, 51–53.)

Opettajan tanssikäsitys heijastuu vahvasti opettamiseen. Kansantanssin opetustilanteessa tavoitteena on saada oppijoille kokonaisvaltainen tunne tanssista kehoon: kokemus on siis kehollinen. Tässä opinnäytetyössä tarjotaan oppijoille erilaisia kokemuksia kansanomaisen paritanssilajien yksilötekniikan oppimisesta. Ensimmäisessä opetusmetodissa lähtökohtana on lajille ominainen

rytmi, kun taas toisessa metodissa oppija pyrkii kopioimaan opettajan mallista saamansa tiedon omaan kehoonsa. Kolmannessa opetusmetodissa oppijalle tarjotaan mahdollisuus hyödyntää molempia oppimistapoja.

4 OPETUSMENETELMÄT

Tässä opinnäytetyössä esiteltävät opetusmenetelmät tarjoavat yhden näkökulman erilaisten opetusmenetelmien kehittelyyn. Nämä menetelmät on valikoitu ja koottu opinnäytetyön aihetta tarkastellen. Tutkimuksessa käsiteltävät opetusmenetelmät ovat malliopettaminen, rytmin kautta opettaminen sekä näiden kahden menetelmän yhdistelmä eli hybridimalli. Testiopetustilanteessa polkan opetukseen hyödynnetään rytmin kautta opettamisen menetelmää, polketin opettamiseen malliopettamisen menetelmää ja polkan opettamiseen hybridimallia. Jokainen laji sisältää neljästä viiteen opetettavaa kansanomaisen paritanssin sooloaskelikkoa ja askelkuviota. Kullekin lajille on tunnilla noin 20–25 minuuttia aikaa ja jokaiselle askelkolelle on noin viiden minuutin opetushetki (taulukot 1–3).

Testiopetustilanteessa vastuu jakautuu tasaisesti kahden opettajan välille, eli opettaminen tapahtuu tiimiopetuksena. Opetuskehittelyssä kunkin lajin askelikot jaetaan niin, että opettajat toimivat vuorotellen vastuuolettajina, jolloin oppijoiden on helpompi seurata opetusta. Testitunnilla opettajat havainnoivat oppijoiden ulkoista oppimista astumalla välillä opetuskuvion ulkopuolelle, kääntymällä kohti oppijoita tai lopettamalla itse tekemisen hetkellisesti. Opettajan vetäytyessä sivuun korostuu oppijan oma vastuu oppimisesta. Lisäksi oppimista havainnoidaan testitunnilla kuvattun videotallenteen perusteella.

4.1 Rytmin kautta opettaminen

Liikkeen lähtökohtana toimii rytmi. Nuutisen (1988, 53–55) mukaan rytmittämisen tukemiseen voidaan hyödyntää erilaisia apusanoja ja liikkeen sanallistamista. Liikkeen sanallistaminen kertoo oppijalle liikkeen rytmin ja luo mielikuvia liikkeen laadusta. Askelta kuvaavilla tukisanoilla tai hokemilla opettaja tukee oppijan suoritusta.

Rytmin kautta opettamisen menetelmän perustana on kehollinen oppiminen. Opetusmenetelmässä hyödynnetään esimerkiksi kuulo- ja tuntoaistia liikkeen rytmin hahmottamiseen. Opetuskehittelyn primäärinä on askelrytmin löytäminen kehoon, minkä jälkeen kiinnitetään huomiota muihin liikkeellisiin ja laadullisiin tekijöihin, kuten hytkeeseen. Kehollisen rytmin kautta oppija voi hahmottaa esimerkiksi painonsiirtojen rytmin suhteessa musiikkiin.

Rytmin kautta opettamisen menetelmässä hyödynnetään sekä musiikin että opetettavan askelikon rytmiä. Rytmin hakeminen tanssijan kehoon voi tapahtua usealla eri tavalla. Tässä opinnäytetyössä

rytmin kautta opettamisen metodissa rytmi etsitään kehoon taputtamalla ja tömistämällä painonsiirtojen rytmiä selkeästi. Näin liikkeen rytmi on helppo muuttaa tilassa liikkuviksi painonsiirroiksi. Etenkin tasajakoisten lajien opetuksessa yksi keskeisimmistä rytmin kautta opettamisen työkaluista on askelikon tanssiminen vuoroin puolitempoon ja vuoroin kokotempoon. Kokotempo tarkoittaa askelikon tanssimista sille ominaiseen tempoon. Puolitempo tarkoittaa yhden askelikon tanssimista kestollisesti kaksi kertaa tyypillistä pidempään aikaan. Esimerkiksi kokotempoon tanssittuna yksi polkan askelikko on kestollisesti yhden tahdin mittainen, kun taas puolitempoon tanssittuna yksi askelikko kestää kaksi tahtia. Kokotempo-puolitemponen menetelmää ei hyödynnetä tässä opinnäytetyössä rytmin kautta opettamisen metodissa, sillä kolmijakoinen polska ei sovellu tahtilajinsa vuoksi tempovuorotteluun. Tätä menetelmää hyödynnetään hybridimallin metodissa polkan opetustilanteissa (ks. 4.3).

Rytmin kautta opettamisen opetuskehittäminen

Rytmin kautta opettamisen metodologia käytetään tässä opinnäytetyössä polskan opettamiseen, sillä sen erilaiset askelrytmit tarjoavat rytmin kautta opettamiselle rikkaat lähtökohdat. Testiopetustilanteissa (taulukko 1) askelikkujen opettaminen aloitetaan rytmin hakemisella kehoon esimerkiksi askelrytmiä taputtaen, minkä jälkeen löydetty rytmi siirretään jalkoihin painonsiirroiksi. Askelrytmi ja musiikki pysyvät liikkeen lähtökohtana läpi opetuksen. Rytmin kautta opettaminen voi tapahtua useaa eri reittiä, ja tässä opinnäytetyössä esitellään yksi opetuskaava, jota voi muokata askelikko-kohtaisesti. Opetuskaavan muovautuvuus tarjoaa mahdollisuuden erilaisten opetus- ja oppimisreitien hyödyntämiseen ja testaamiseen rytmin kautta opettamisen raamien sisällä.

Jokainen askelikko opetetaan oppijoille seuraavan kaavan pohjalta:

1. Rytmin löytäminen kehoon taputtamalla
2. Musiikin pulssin kuunteleminen ja rytmin löytäminen taputtamalla painonsiirtojen rytmiä musiikin päälle
3. Rytmin siirtäminen jalkoihin painonsiirroiksi
4. Painonsiirtojen ja rytmin harjoittelu erillisiin kehollisiin ja tilallisiin liikesuuntiin
5. Hytkeen hakeminen ja liikkeen laaduttaminen rytmin ja painonsiirtojen päälle.

Tunnin edetessä kohdat 1 ja 2 voidaan ohittaa, jolloin rytmi siirretään musiikin pulssin löytyessä suoraan painonsiirroksi.

Opetustilanteen aikana opetetaan neljä polskan askelvariaatiota ja niille tyypillisiä kuvioita: kolmiaskel ja oikea puolikäännös, etuaskel ja bakmespyörintä, askelpolska ja en ben's -pyörintä sekä askel-vaihtoaskel ja taigapolskan pyörintä. Jokainen askelikon lisänä opetettava kuvio on kansanomaisten paritanssin variaatio. Polskan opetustilanteen tuntisuunnitelma avataan taulukossa 1.

TAULUKKO 1. Rytmien kautta opettamisen tuntisuunnitelma

	Aika (min)	Askelikko ja kuvio	Opetuksen tilallinen suunta	Tavoitteet
Polskan opetustilanne 1	5	Kolmiaskel ja oikea puolikäännös (VUT)	Kolmiaskel piirin kehällä ja vapaasti tilassa liikkuen Oikea puolikäännös piirin kehällä tanssisuuntaan	Kolmiaskeleen rytmien löytäminen kehoon Kolmitasaisen hytkeen löytäminen kehoon
Polskan opetustilanne 2	5	Etuaskel ja bakmespyörintä (VUT)	Etuaskel piirin kehällä ja vapaasti tilassa liikkuen Bakmespyörintä piirin kehällä tanssisuuntaan	1, 3 -rytmien löytäminen kehoon Kolmitasaisen hytkeen säilyttäminen kehossa Askelmitan optimoiminen
Polskan opetustilanne 3	5	Askelpolska ja en ben's -pyörintä (VUT)	Askelpolskan rytmien löytäminen vapaasti tilassa Askelpolskasta kohti en ben's -pyörintää salin poikki harjoitellen	Tahdin ensimmäisen iskun löytäminen Jalkapohjan artikulaatio (kanta-päkiä-kanta) Lantion työ pyörinnässä ja jalkapohjan artikulaation tukena Kolmitasaisen hytkeen säilyttäminen kehossa
Polskan opetustilanne 4	5	Askel-vaihtoaskel ja taigapolskan pyörintä seuraajan askelikkolla (POT)	Askel-vaihtoaskeleen rytmi piirillä, painonsiirrot vapaasti tilassa Taigapolskan seuraajan pyörintä piirin kehällä tanssisuuntaan	Askelrytmien löytäminen kehoon Taigapolskan pyörinnän suunnat (oik. eteen, laukka sivu, vas. taakse) Kolmitasaisen hytkeen säilyttäminen kehossa

VUT = vuorottelutekniikka, POT= polskan pyörintäteknikka

Ensimmäisenä askelikkona opetetaan kolmiaskel piirissä hakemalla musiikin pulssista askelrytmiä taputtaen, minkä jälkeen rytmi siirretään jalkojen painonsiirroiksi. Painonsiirrot tapahtuvat ensin

paikallaan, sitten liikkuen eteenpäin piirin keskusta ja peruuttaen ulos, ja lopulta vapaasti tilassa liikesuuntaa vaihdellen. Vapaan liikkumisen jälkeen palataan piirille, missä haetaan askelrytmin päälle suomalaiselle polskalle tyypillinen kolmitasainen hytke. Kolmitasaisessa hytkeessä kiinnittää huomio jokaisella tahdin iskulla tapahtuvaan samanarvoiseen hytkeeseen. Hytettä ja askelikkoo harjoitellaan vapaasti tilassa. Hytkeen, askelrytmin sekä etu- ja takasuunnan harjoittaminen on erityisen tärkeää oikeaa puolikäännöstä varten. Puolikäännöstä harjoitellaan piirillä tanssisuuntaan löytäen oikean jalan kolmiaskel etusuuntaan ja vasemman jalan kolmiaskel takasuuntaan.

Etuskeleen rytmi haetaan taputtamalla tahdin 1. ja 3. iskulle, minkä jälkeen rytmi muutetaan painonsiirroiksi jalkoihin. Painonsiirrot tapahtuvat ensiksi piirissä paikallaan, minkä jälkeen askelrytmiä harjoitellaan piirissä tanssisuuntaan eteenpäin liikkuen. Etuskeleen harjoittelu vapautetaan piiriltä vapaasti tilassa liikkuvaksi. Askelikossa ohjeistetaan pitämään sama hytke kuin kolmiaskelleessa. Piirille palatessa askelrytmi pysyy samana ja lähdetään opettelemaan bakmespyörintää oikealla jalalla tanssisuuntaan edeten. Bakmesissa painotetaan erityisesti askelrytmiä sekä askelpituutta: etusuuntaan suuntaava askel on pidempi kuin takasuuntaan astuttava. Parin kanssa tanssissa askelmitan vuorottelu helpottaa yhteistä pyörimistä ja tanssin orgaanisuutta.

Askelpolskan rytmi haetaan suoraan vapaasti tilassa liikkuviksi painonsiirroiksi tahdin ensimmäiselle iskulle, sillä rytmi on haettu kehoon taputtaen jo kahdesti. Askeleen rytmin löydyttyä haetaan sama kolmitasainen hytke kuin kolmiaskelleessa ja etuskeleessä. Hytkeen ja askelrytmin onnistuessa siirrytään salin poikki tehtävään askelharjoitteluun, minkä aikana harjoitellaan työjalan liike tukijalan ohi tasapainon helpottamiseksi. Seuraavaksi polskan hytkeen rytmi siirretään tukijalan painonsiirroiksi: paino siirtyy tahdin jokaisella iskulla jalkapohjaa artikuloiden kantapäältä päkiälle ja takaisin kannalle. Opetuksessa korostetaan kuitenkin edelleen tahdin ensimmäisellä iskulla otettavaa askelta kahden tasapainoiskun sijaan. Tukijalan jalkapohjan artikulaation löytyessä lisätään liikkeeseen lantion heilautus taakse sekä painopisteen siirtäminen jalkapohjan artikulaation mukana. Tuki- ja työjalan työn sekä painopisteen ymmärtämisen myötä lähdetään askelpolskalla harjoitteluun en ben's -pyörintää oikealle. Askelta harjoitellaan ensiksi salin poikki ja sitten piirillä tanssisuuntaan seuraavasti: kaksi askelpolskaa suoraan edeten, kaksi askelpolskaa pyörien oikealle (en ben's).

Askel-vaihtoaskeleen rytmi haetaan kehoon taputtaen ilman musiikkia. Rytmi siirretään painonsiirroiksi, joilla lähdetään liikkumaan vapaasti tilassa. Ilman musiikkia rytmin ja painonsiirtojen työstäminen haastaa tanssijoita eri tavalla, sillä musiikki ei ole tukemassa liikettä ja rytmiä. Rytmin hakeamisen jälkeen palataan piirille ja harjoitellaan askel-vaihtoaskelta oikealla jalalla edeten eteenpäin

tanssisuuntaan, minkä jälkeen opetellaan askelikolla kääntyminen oikealle eli taigapolskan seuraajan askelikko. Pyörinnässä kiinnitetään huomio askelten suuntiin, jotta pyörintä on mahdollisimman ergonomista ja orgaanista. Askel-vaihtoaskeleessa pyritään pitämään samanlainen hytke kuin aiemmissa polska-askelikoissa, vaikka askelmäärä on jälleen eri. Askel-vaihtoaskeleessa opetuksen ja oppimisen painopiste on askelten oikea-aikaisuudessa, hytkeessä ja pyörintäteknikassa.

4.2 Malliopettaminen

Kontturi-Paasikko (2012, 20) viittaa Jaakkolaan (2010), jonka mukaan mallioppiminen perustuu behavioristiseen oppimis- ja ihmiskäsitykseen. Behavioristinen oppimiskäsitys pohjautuu ajatukseen, jossa oppijalle tarjotaan tietoa, jonka hän oppii opettajan taitavan suunnittelun ja opettamisen avulla. Kontturi-Paasikko (2012, 20) viittaa myös Kauppilaan (2007), jonka mukaan opettaja esittää oppijalle oikean ja halutun version toteutuksesta. Kokonaiskuvan jälkeen opettaja pilkkoo materiaalin osiin niin, että oppija saavuttaa opittavan substanssin. Behavioristinen oppimiskäsitys pohjautuu siis toivotun toiminnan vahvistamiseen (Anttila 2017c, viitattu 11.3.2021).

Behavioristisessa oppimiskäsityksessä oppija nähdään opetuksen kohteena ja opittavan materiaalin vastaanottajana. Behavioristisessa oppimiskäsityksessä oppijaa ei käsitellä aktiivisena toimijana oppimistilanteessa. (Anttila 2017c, viitattu 11.3.2021.) Opetuskehittämissä määritellään tarkat oppimistavoitteet, joiden kautta opettaja pystyy arvioimaan oppijoiden oppimisprosessia. Oppimistavoitteiden kautta opettaja pystyy palkitsemaan oppijan onnistuneesta suorituksesta. (Vaherva 1988, 28.)

Mallioppimisen opetuskehittäminen korostaa oppijan kykyä kopioida liikettä opettajan antaman esimerkin mukaisesti. Oppijan on tarkoitus jäljentää opettajan näyttämää liikemateriaalia ja toteuttaa se parhaansa mukaan. Mallioppimisen voi määritellä seuraavasti: ”Oppiminen, joka perustuu joko todellisten tai symbolisten mallien jäljittelyyn tai esimerkin noudattamiseen” (Hirsjärvi 1982, 112). Tässä opinnäytetyössä malliopettamisen opetuskehittäminen pohjautuu pitkälti Hirsjärven määrittämään mallioppimisesta. Malliopettamisen metodi tarjoaa opinnäytetyöhön rytmien kautta opettamisesta vahvasti eroavan opetuskehittelyn. Yhdistettynä nämä menetelmät kuitenkin tukevat erilaisuutensa kautta toisiaan tarjoamalla oppimista edistäviä ärsykeitä eri aisteille.

Malliopettamisen opetuskehittäminen

Malliopettamisen metodin tanssilajina on polketti, sillä laji on testiryhmälle vierain ja tarjoaa täten hedelmällisimmät lähtökohdat opettamiseen ja oppimiseen. Malliopettamisen metodissa korostuu

opettajan taito eritellä askeleet ja vaiheet toisistaan melko vieraassa lajissa sekä oppijan kyky hahmottaa ja omaksua opetettava materiaali. Jokaisessa testitunnille valikoituneessa askelikoissa pääosassa on hytke, joka on yksi liikkeen peruselementeistä.

Malliopettamisen metodissa askelikkujen opettamisessa noudatetaan seuraavaa kaavaa:

1. Askelikun esitleminen ja tarvittavan informaation kertominen. Keskiössä on lajinomainen hytke.
2. Oppijoiden liittyminen opettajan esittelemään liikkeeseen. Liikemateriaalin kokeileminen.
3. Askelikun näyttäminen uudestaan, liikkeen mahdollinen paloittelu ja selittäminen kokeilemisen jälkeen.
4. Askelikun kokeileminen uudestaan.

Malliopettamisen opetustilanteessa opetellaan neljä polketin askelvariaatiota ja näille variaatioille tyypillistä kuviota: polketille ominainen hytke ja kävely, pistopyörintä, laukkapolketti ja siliapolketti. Polketin opetustilanteen tuntisuunnitelma avataan taulukossa 2.

TAULUKKO 2. Malliopettamisen tuntisuunnitelma

	Aika (min)	Askelikko ja kuvio	Opetuksen tilallinen suunta	Tavoitteet
Polketin opetustilanne 1	5	Lajinomainen hytke ja kävely	Piirin kehällä ja vapaasti tilassa	Polketin vieterimäisen hytkeen löytäminen kehoon ja siitä kiinni pitäminen kävelyaskeleessa
Polketin opetustilanne 2	5	Pistopyörintä (VPT)	Salin poikki	Lajinomaisen hytkeen säilyttäminen kehossa Riittävä painonsiirto jalalta toiselle ja jalkojen keinumaisen asennon säilyttäminen
Polketin opetustilanne 3	5	Kylkipolketti ja laukkapolketti suoraan edeten ja pyörin (PPT)	Piirin kehällä	Vieterimäisen hytkeen säilyttäminen laukan askelikossa Askelrytmin löytäminen painonsiirroiksi Kylkitekniikasta siirtyminen pyörintään
Polketin opetustilanne 4	5	Siliapolketti (POT), viejän askelikko	Piirin kehällä	Askelrytmin löytäminen painonsiirroiksi, tasa-askeleen painottaminen Lajinomaisen hytkeen säilyttäminen

VPT = valssin pyörintäteknikka, PPT= polkan pyörintäteknikka, POT= polskan pyörintäteknikka

Polketissa ensimmäinen harjoitettava asia on kävely tasajakoiseen musiikkiin. Kävelyllä kehoon haetaan polketin hytke, joka on avainasemassa askelikkujen opettelussa. Lajit voidaan erottaa toisistaan hytkeen kautta, sillä esimerkiksi monet polkka- ja polskavariaatiot sopivat myös polkettivariaatioiksi. Hytke ja kävely haetaan kehoon opettajan esimerkin kautta; ryhmä lähtee mukaan harjoittelemaan ilman askelikoiden tarkempaa sanallistamista. Hytkeen ja kävelyn pohjalta seuraava askelvariaatio on pistopyörintä. Tavoitteena on, että oppija omaksuu opettajalta mallin kautta vartalonasennon, kehon painopisteen, liikkeen rytmin ja hytkeen siirtämisen niin, että tanssiminen oppimisen myötä helpottuu ja muuttuu orgaanisemmaksi. Pistopyörintää lähdetään harjoittelemaan salin poikki edeten etsien vartalon asentoa sekä heijauksen ja hytkeen määrää. Pistopyörinnän

tanssiasennossa keskitytään erityisesti lähentäjien työhön, jotta jalat pysyvät keinumaisessa asennossa peräkkäin ja lähellä toisiaan. Tämän jälkeen pyörintää harjoitellaan piirin kehällä seuraavalla askelkaavalla: neljä kävelyä eteenpäin ja neljä pistoa ympäri. Pistopyörintää harjoiteltaessa kehon painopisteen liikuttaminen on merkityksellisessä asemassa, sillä painon siirtyessä jalan päälle saadaan käännökseen tarvittava vauhti. Lisäksi vartalonasennon ja painonsiirtojen hallinta ovat tärkeitä elementtejä polkettia tanssittaessa, joten tekniikkaa harjoiteltaessa myös tämä näkökulma on hyvä ottaa huomioon.

Laukkapolketin askelrytmi ja hytke haetaan kehoon piirin kehällä, jossa laukka-askelta sahataan paikallaan vuoroin oikealle ja vuoroin vasemmalle. Piirimuodostelma mahdollistaa oppijoille opettajan malliesimerkin seuraamisen. Askelikkoon tutustumisen jälkeen variaatiota lähdetään harjoittamaan piirin kehällä kylkipolkettina: vuorotellen vasen ja oikea kylki johtavat liikettä. Kun kylkipolketti osataan, lähdetään tavoittelemaan polkan pyörintäteknikalla pyörivää laukkapolkettia.

Testiopetustilanteen viimeinen polkettivariaatio on siliapolketti. Askeleen opettelu toteutetaan piirin kehällä. Askelikko aloitetaan vasemmalla jalalla. Askelvariaation ensimmäinen askelikko on laukkapolketti, joka on tuttu edellisestä opetustilanteesta. Opettaja näyttää askelikon (vaihtoaskel-tasa-askel), minkä jälkeen oppijat kokeilevat askelikkoa itse. Tarvittaessa opettaja näyttää askelikon uudelleen ja mahdollisesti pilkkoo sitä. Siliapolketin tavoitteena on löytää askelrytmi ja lajityypillinen hytke kehoon.

4.3 Rytmin kautta opettamisen ja malliopettamisen hybridimalli

Polkan opetuskehittelyssä yhdistellään sekä rytmin kautta opettamisen että malliopettamisen metodeja. Tässä opinnäytetyössä polkan opetuskehittelyä kutsutaan hybridimalliksi. Tarkoituksena on tuottaa mahdollisimman monipuolinen ja erilaisista lähtökohdista opetusta tarjoava metodi. Hybridimallin opetuskehittelyn tavoitteena on tuottaa useampaa aistikanavaa samanaikaisesti stimuloiva oppimisen reitti. Hybridimallissa opetusmetodeja on yhdistelty parhaaksi koetulla polkan oppimista tukevalla tavalla.

Hybridimallin opetustilanteessa opetellaan viisi polkan askelvariaatiota ja näille variaatioille tyypillistä kuviota: kylkipolikka, peruspolikka etu- ja takasuuntaan, polkan oikea käännös, kantapolikka ja polkkabakmes. Hybridimallin opetustilanteen tuntisuunnitelma avataan taulukossa 3.

TAULUKKO 3. Hybridimallin tuntisuunnitelma

	Aika (min)	Askelikko ja kuvio	Opetuksen tilallinen suunta	Tavoitteet
Polkan opetus-tilanne 1	5	Kylkipolikka	Piirin kehällä. Ensin taputtaen ja sitten askelin Kylkipolkalla liikkuminen piirin kehällä	Rytmin löytäminen kehoon ja sen säilyttäminen Puoli- ja kokotempon hahmottaminen ja suorittaminen Lajinomaisen hytkeen löytäminen Kylkipolkassa vuorottelevat askeleet (tasata-etu), tasahypyn painottaminen
Polkan opetus-tilanne 2	5	Polkan perusaskel eteen ja taakse	Piirissä keskelleulos	Painonsiirtojen selkeys: samat painonsiirrot kuin kylkipolkassa Ylösveto, hytke ja tasahyppy
Polkan opetus-tilanne 3	5	Polkan oikea käänös (PPT)	Piirin kehällä	Selkeästi kylkijohtoinen pyörinä Hyppäävän hytkeen säilyttäminen Painonsiirrot ja tasahyppy, auki-kiinniteknikka
Polkan opetus-tilanne 4	5	Kantapolikka	Avorivistö, kasvot ykkösuuntaan	Reboundin toteutuminen Tuki- ja työjalan työn erottelu Polkan askelrytmin säilyminen Hytkeen säilyminen
Polkan opetus-tilanne 5	5	Polkkabakmes (POT)	Piirin kehällä ensin suoraan edeten, sitten pyörien	Askelrytmin löytäminen Hytkeen säilyminen Kehollisten suuntien hahmottaminen pyörinässä

PPT= polkan pyörinätekniikka, POT= polskan pyörinätekniikka

Polkan rytmi haetaan kehoon piirin kehällä taputtamalla polkan askelrytmiä vuorotellen puolitempoon ja kokotempoon, minkä jälkeen molemmat tempovariaatiot siirretään painonsiirroiksi kylkipolkan muodossa. Rytmien hakuvaiheessa korostetaan erityisesti hiljaista 4. iskua sen olemassaolon alleviivaamiseksi (tanssijan laskutapa, ks. 2.5). Kylkipolkan askelikon keskiössä ovat tasahyppy ja painonsiirtojen oikea-aikaisuus sekä hytkeen löytäminen kehoon opettajan mallin kautta.

Peruspolkan opetuksessa lähdetään liikkeelle malliopettamisen kautta suoraan eteen- ja taaksepäin liikkuvan peruspolkkaan (kaksi polkkaa eteenpäin piirin keskelle, kaksi polkkaa peruuttaen ulospäin), sillä hytke ja rytmi on löydetty kehoon jo kylkipolkan aikana. Peruspolkan opetuksen keskiössä ovat hytkeen säilyminen ja painonsiirtojen, etenkin tasahypyn, löytäminen niin etu- kuin takasuuntaankin liikuttaessa. Liikesuuntien, painonsiirtojen ja hytkeen löydyttyä lähdetään liikkumaan peruspolkalla vapaasti tilassa vaihdellen eteenpäin liikkumista ja peruuttamista. Liikesuuntien harjoittelun jälkeen palataan piirille harjoittelemaan peruspolkkaa tanssisuuntaan sekä etu- että takasuuntaan. Peruspolkan opetuksessa painotetaan tasahyppyä, ettei askeleesta tule humpahtavaa.

Polkan oikeaa käännöstä lähestytään jo aiemmin opetellun kylkipolkan kautta piirin kehällä, sillä se tarjoaa jo valmiiksi polkan pyörintäteknikalle ominaisen kylkijohtoisen liikkumisen. Askelrytmi on aiemmista harjoitteista tanssijoille tuttu, joten liikkeelle lähdetään suoraan opettajan esimerkin kautta. Kylkipolkkaa edetään piirin kehällä tanssisuuntaan, minkä jälkeen puolikkaita käännöksiä aletaan muuttamaan kokonaiseksi käännökseksi eli polkan oikeaksi käännökseksi. Keskiössä on polkan pyörintäteknikan kylkijohtoisuuden ymmärtäminen ja hytkeen säilyttäminen polkkapyörinän lomassa.

Kantapolkan opetuksessa lähdetään liikkeelle rytmin kautta opettamista hyödyntäen puolitempon kautta, jotta jokainen painonsiirto tulee oppijoille selkeäksi. Kantapolkan erityisyys testiaskelikkona liittyy sen painonsiirtoihin ja liikelaatuun. Oikeanlainen ja oikea-aikainen painonsiirto mahdollistaa myös kantapolkalle tyypillisen reboundin toteutumisen. Kantapolkan opetus toteutetaan avorivissä tilan ykköosuuntaan, jotta jokainen tanssija voi seurata peilin kautta omaa tekemistään. Muiden lajien ja askelikkujen harjoittelussa keskitytään tanssijan sisäiseen tuntuun, mutta kantapolkan harjoittelu toteutetaan niin, että tanssija voi itse havaita myös ulkoisesti sekä oman painonsiirtonsa että reboundin toteutumisen.

Polkkabakmesin opetuksessa lähdetään liikkeelle malliopettamisen kautta askelikon suoraan etenevällä versiolla. Askelrytmi on uusi, joten alun kokonaiskuvan jälkeen askelikko pilkotaan osiin rytmin kautta. Hytkeä painotetaan sekä sanallisesti että kehollisesti mallia näyttäen läpi opetusti-

lanteen. Askelrytmin ja painonsiirtojen opettelussa painotetaan tahdin ensimmäisen iskun tasahyppyä, joka edesauttaa muiden painonsiirtojen onnistumista. Askelrytmin, hytkeen ja painonsiirtojen löytyessä kehoon askelikolla lähdetään kääntymään ympäri tanssisuuntaan edeten. Liikkeen hytke on keskiössä läpi opetustilanteen, jotta polkanomainen polkkabakmes erottuu polketinomaisesta polkkabakmesista.

5 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Tässä osiossa käydään läpi tanssitunnin tallenteesta, oppijoiden palautelomakkeista (liite 3), yhteisestä palautekeskustelusta sekä opettajien kokemuksista saadut tulokset. Palaute kerättiin tunnin lopuksi. Palautekeskustelu toteutettiin koko ryhmän kesken ja palautelomakkeisiin vastattiin yksilövastauksin. Palautekeskustelu ei ollut ohjattu, vaan keskustelu oli vapaata.

5.1 Oppijoiden kokemukset opetusmetodeista

Rytmin kautta opettamisen lähtökohtana on musiikin ja tanssittavan askelikon rytmin löytäminen kehoon ennen painonsiirtoja tai hytettä. Rytmii toimii pohjana, jonka päälle kaikki muu lajille, askelikelolle ja kuviolle ominainen liikkeellinen ja laadullinen tekeminen rakennetaan. Tässä opinnäytetyössä kansanomaisen paritanssin lajina rytmin kautta opettamisen metodissa on polska.

Oppijoilta saadun palautteen perusteella rytmin kautta opettaminen tarjosi helpon, pehmeän ja pala palalta etenevän oppimisen polun kohti lopullista päämäärää. Taputus loi vahvan rytmisen pohjan tanssijan kehoon: rytmii on helposti siirrettävissä painonsiirroiksi ja hytkeeksi. Opettajan loruttelemat onomatopoeettiset, rytmiä kuvailevat trallatukset loivat askelikkojen oppimista tukevaa rytmistä pohjaa sekä ilman musiikkia että musiikin päälle.

Palautteessa esille nousevat opetusmetodien käyttötarkoitus ja -tilanne. Rytmin kautta oppimisen metodi koettiin turvalliseksi oppimistavaksi. Oppijoista jokainen koki metodin olevan pehmeä, selkeä ja turvallinen tapa laskeutua tanssitunnille covid-19-pandemian aiheuttaman pitkän tauon jälkeen. Rytmin kautta oppiminen koettiin paineettomaksi oppimisen tavaksi myös vieraammassa ympäristössä. Metodii koettiin olevan mahdollisesti sopiva myös aloittelevalle tanssijalle sekä uuden materiaalin opetteluun.

Rytmin kautta oppimisen metodi jakoi testiryhmän mielipiteitä. Noin puolet oppijoista koki rytmin kautta opettamisen olevan epämieluisin käytetyistä opetusmetodeista sen opettajalähtöisyyden, opetuksen tempon ja asioiden vaikeustason vuoksi. Tanssijat kertoivat keskittymisen herpaantuvan helposti, koska materiaali oli oppijan oman kokemuksen mukaan liian helppoa ja koska tunti eteni liian hitaasti. Vastauksissa nousee esille myös se, että opettajalähtöisyyden koettiin kahlitsevan oman liikkeen tutkimista ja muuntelua. Noin puolet oppijaryhmästä koki, ettei metodissa ollut mitään

oppimista häiritseviä tekijöitä. Opetettavan materiaalin pilkkomisen koettiin tuovan hyvällä tavalla lisää haastetta vaihe vaiheelta.

Mallioppettamisen metodissa oppija näkee mallisuorituksen, jota hän lähtee toistamaan pyrkien samaan liikkeeseen. Oppija pyrkii kopioimaan mallin liikkeen mahdollisimman tarkasti omaan tanssiinsa. Palautteiden perusteella malli oli nähtävä jatkuvasti, muuten oppiminen muuttui haasteellisemmaksi.

Oppijat kokivat mallioppettamisen keinon mieluisaksi oppimisen reitiksi. Palautteen perusteella mallioppimisen metodi vei oppijan helposti mukanaan ja piti yllä mielenkiintoa sekä loi haastetta. Oppijoille mielekkyyttä toi opittavan materiaalin hahmottaminen kokonaisuutena: kokonaisuus tarjosi tavoitteen, jota kohti edetä. Mallioppimisessa haasteena oli oppimiseen tarvittava pitkäjaksoinen aika sekä oppijan jatkuva tarve nähdä mallisuoritus. Oppijat tarvitsivat mallia läpi tunnin askelikkosen, hytkeen, vartalon asennon sekä askelmitan tarkistamiseen ja kopioimiseen. Oppijat pitivät mallioppettamisen metodia tuttujen asioiden kertaamisen välineenä. Testitunnin ajanjaksolle sattunut koronapandemian aiheuttama pitkä tanssiton jakso aiheutti haasteita myös mallioppimisen metodissa.

Mallioppimisen metodi jakoi oppijoiden mielipiteitä. Osa tanssijoista koki tekemisen mielenkiintoiseksi askelikkosen tuttuuden vuoksi. Tuttu materiaali helpotti oppijan heittäytymistä mukaan tanssituntiin. Osa tanssijoista koki, että vaikeita asioita tehdessä metodi voi aiheuttaa turhautumista ja ahdistusta. Mallioppimisen metodin kohdalla oli havaittavissa opettajan ja oppijoiden kokemusten välinen ristiriita: materiaali, joka tuntui oppijalle helpolta ja tutulta, oli opettajan näkökulmasta materiaalia, joka haastoi oppijoita. Positiivisena koettiin oppijan vapaus valita keskittymisensä painopiste suhteessa opittavaan materiaaliin.

Hybridimalli koettiin monipuolisimmaksi oppimisen metodiksi, sillä se toi tuntiin vaihtelua ja mielenkiintoa. Hybridimallissa oppijoita haastoivat tunnin viimeisten askelikkosen oppiminen vähäisen ohjeistuksen vuoksi. Kyseessä oli polkkabakmes, jonka oppimistilanteessa lähdettiin liikkeelle pitkälti mallioppettamisen metodin kautta. Myös hybridimallin palautteessa tulee ilmi pitkä koronapandemiasta johtuva tauko ja sen merkitys oppimiseen. Oppijat kertoivat hybridimallin olevan helppo metodi palata tanssin maailmaan myös pitkän tauon jälkeen.

Hybridimallin opetustilanteen palautteessa näyttäytyivät myös oppijoiden lajimieltymykset. Palauttelomakkeessa ei ollut lajipohjaisia kysymyksiä, mutta tuloksista käy ilmi lajin mieluisuuden merkitys. Haastavampi, fyysisempi ja ripeämpi tanssin laji toi jo itsessään mielenkiintoa. Palautteen pe-

rusteella lopun haastavat askelikot olivat hankalampia ottaa haltuun ilman perusteellista ohjeistusta. Toisaalta palautteessa pohdittiin myös sitä, olisiko askelikoiden pilkkominen aiheuttanut oppijalle ahdistusta ja oppimisen painetta.

Reippaasti eteneväksi koettu hybridimalli todettiin parhaaksi oppimisen tavaksi. Palautteessa ilmenee myös hybridimallin käytettävyys lähes jokaiseen oppimistilanteeseen niin uuden opettelussa kuin vanhan muistelussa ja kertaamisessakin. Hybridimalli koettiin siis monipuoliseksi ja tehokkaaksi oppimisen tavaksi.

5.2 Opettajien kokemukset opetusmetodeista

Tanssitunnin kokonaisuutta tarkastellessa askelikojen rytmin löytäminen osoittautui suhteellisen helpoksi tehtäväksi. Hieman haastavampana tehtävänä näyttäytyi kehollisten ja tilallisten suuntien sekä kuvioiden hahmottaminen. Haastavimmaksi liikkeelliseksi tekijäksi tanssilajista riippumatta osoittautui hytke.

Rytmin kautta opettamisen metodissa kehoon haettu rytmi oli toimiva lähtökohta etenkin askelikon painonsiirtojen ajoituksen opettelulle. Rytmiksi pysyi vahvana liikkeen pohjana läpi polskan opetustilanteen. Rytmin kautta opettamisen tuloksena on huomattavasti vahvempi ja pysyvämpi hytke kuin malliopettamisen tuloksena. Askelikojen päälle rakennetut liikkeelliset ja laadulliset tekijät, kuten hytke tai vartalon asento, säilyvät tanssitunnin läpi huomattavasti paremmin rytmin kautta opettamisen metodissa kuin malliopettamisen metodissa. Edellä mainitut tekijät toteutuivat vahvasti esimerkiksi en ben's -pyörinnässä, jossa tanssija tarvitsee liikkeen oikeaoppiseen suorittamiseen sekä hytkettä että vartalon heilautusta ja hallintaa. Myös lajityypillinen jalkapohjan artikulaatio toteutui paremmin polskassa kuin polketissa.

Rytmin kautta opettamisen metodissa liikesuuntien hahmottaminen osoittautui haastavimmaksi kahteen muuhun opetusmetodiin verrattuna. Liikesuuntien hahmottamisen vaikeus näkyi etenkin kolmiaskeleen oikeassa puolikäännöksessä. Askelmitan ergonomisuus ja voiman vähentäminen tuottivat hankaluuksia puolikäännöksessä ja bakmespyörinnässä. Opettajalle rytmin kautta opettamisen metodi näyttäytyi oppijoiden reaktioiden perusteella epämieluisampana kuin malliopettamisen metodi. Opettajien suhtautuminen metodeihin säilyi oppijoiden reaktioista huolimatta neutraalina läpi tanssitunnin. Kuitenkin rytmin kautta opettamisen metodi vaikutti tuovan oppijoille turvallisemman lähtökohdan askelikojen opettelemiseen kuin malliopettamisen metodi.

Malliopettamisen metodi näyttäytyi oppijoiden reaktioiden kautta huomattavasti mieluisampana kuin rytmin kautta opettamisen metodi. Malliopettamisen vähäinen ohjeistus ja liikkeeseen lähteminen suoraan mallin kautta haastoi opettajia: liikkeiden sanallistamatta jättäminen aiheutti opettajille riittämättömyyden tunteen. Kokonaisuuden hahmottamisen jälkeen oppijoiden tarve materiaalin sanallistamiseen heijastui opettajien työskentelyyn.

Askelrytmin sekä tanssilajille tyypillisen hytkeen löytäminen haastoi oppijoita eniten malliopettamisen metodissa. Polketille tyypillisen hytkeen tanssiminen oli heikompaa verrattuna muihin tanssilajeihin. Malliopettamisen metodissa ja polketin variaatioissa oli nähtävissä myös painonsiirtojen ja hytkeen yhdistämisen haaste: esimerkiksi silia- ja laukkapolketissa tanssijat pystyivät toteuttamaan joko hytettä tai oikeaoppisia painonsiirtoja, mutta molempien toteutuminen yhtä aikaa näyttäytyi haastavana. Polketin hytke etenkin laukkapolketin variaatioissa sekoitettiin ajoittain laukkapolkan hytkeeseen, jolloin polketin vieterimäinen hytke muuttui laukkamaiseksi vahvaksi alakaareksi. Suuntien hahmottaminen toteutui malliopettamisen metodissa selkeänä: jokaisen polketin askelikon ja kuvion suunnat löytyivät suhteellisen helposti.

Hybridimallin metodi mahdollisti erilaisten oppijoiden ja oppimistyylien huomioimisen useamman opetustyylin avulla. Hybridimalli näyttäytyi innostavimpana opetusmetodina. Hybridimallissa painonsiirrot, keholliset ja tilalliset suunnat sekä lajille tyypillinen hytke löytyivät oppijoiden kehoihin helpommin kuin kahdessa muussa opetusmetodissa. Lajityypillisen hytkeen tanssimisessa oli haasteita puolitempoon polkatessa ja polkkabakmesissa. Kokotempoon tanssittaessa hytke säilyi usein läpi opetustilanteen. Oppijoiden painonsiirrot ja keholliset suunnat näyttäytyivät opettajalle pääosin selkeinä. Polkkavariaatioiden painonsiirtojen samankaltaisuudet ja eroavaisuudet pystyttiin usein havaitsemaan: kantapolkka ja polkkabakmes erosivat selkeästi peruspolkan askelikosta. Painonsiirrollisesti suurin haaste oli tasahypyn hahmottaminen ja säilyttäminen, minkä vuoksi humpahavan polkka-askeleen välttäminen osoittautui ajoittain haastavaksi. Polkalle tyypillinen puolivarpailla pysyvä askel ja jalkapohjan artikulaatio toteutui pääosin läpi opetustilanteen.

Opetuskuvioiden vaihtelua tapahtui jokaisen lajin opetustilanteessa jonkin verran, jolloin myös opettajien tuli kiinnittää huomiota omaan asemointiinsa tilassa. Malliopettamisen metodissa oppijan oli nähtävä opettaja jatkuvasti. Opetustilanteessa opettajat vastasivat oppijoiden tarpeeseen mallista pysyttelemällä eri puolilla tilaa suhteessa toisiinsa. Oppimista edistääkseen ja tarkkaillakseen opettajat vetäytyivät ajoittain sivuun, jotta oppijat saivat kokeilla taitojaan ilman jatkuvaa esimerkkiä. Oppijoiden tuen tarve näkyi jokaisessa opetusmetodissa esimerkiksi hytkeessä. Askelrytmin

omaksuminen tapahtui luonnollisesti ilman opettajan jatkuvaa näyttöä. Mallin tarpeen kokemuksesta huolimatta tanssijat olivat sisäistäneet askelikit niin, että pystyivät toteuttamaan ne myös ilman opettajaa.

5.3 Tulosten yhteenveto ja tulkinta

Päätuloksena tutkimuksesta nousee esille useamman opetusmetodin positiivinen vaikutus aikuisoppijan oppimiseen. Yksittäisen opetusmetodin käyttö tuotti hajanaisempia tuloksia. Useamman opetusmetodin käyttö koettiin myös sekä oppijan että opettajan näkökulmasta mielekkäämmäksi, kuin yksittäisen opetusmetodin käyttö. Opettajan ja oppijan kokemukset ja havainnot oppimisesta voivat erota toisistaan: kaikki oppijoiden kokemat oppimisen kokemukset eivät välttämättä näkyneet ulkoisesti.

Oppijat kokivat erilaiset metodit hyödyllisiksi erilaisiin tilanteisiin. Yksittäisistä metodeista rytmin kautta opettamisen metodi koettiin parhaaksi tyyliksi uuden opetteluun ja aloitteleville tanssijoille. Malliopettamisen metodi koettiin vauhdikkaaksi ja mielenkiintoiseksi tavaksi kerrata jo opittuja asioita. Hybridimallin koettiin sopivan useimpiin oppimistilanteisiin niin tuoreille kuin kokeneillekin tanssijoille. Opettajat kokivat hybridimallin monipuolisimmaksi ja helpoimmin mukautettavaksi opettamisen keinoksi.

Etenkin polketin ja polkan opetustilanteissa hytke paljastui tanssin lajin määrittäväksi tekijäksi: askelikkujen painonsiirrot ja rytmi sekä liikkeen tilalliset suunnat voivat olla identtiset, jolloin vain hytke erottaa lajit toisistaan. Hytke oli kuitenkin tanssilajien liiketoiminnoista ja laatutekijöistä haastavin toteuttaa jokaisessa lajissa.

Tuloksissa on nähtävissä oppijoiden kokemusten ja opettajien havaintojen välinen ristiriita. Oppijat kokivat materiaalin liian helpoksi ja opetustilanteet liian pitkiksi. Opettajalle taas opetustilanteet näyttäytyivät oppimisen näkökulmasta liian lyhyinä materiaalin oppimisen syventämisen mahdollistumiseksi.

6 POHDINTA

Tässä opinnäytetyössä tutkittiin aikuisoppijan oppimisen tukemista rytmin kautta opettamisen, malliopettamisen ja hybridimallin metodeilla kansanomaisten paritanssien yksilötekniikan opetustilanteissa. Tutkimuksen tarve oli auttaa tanssinopettajaa työssään sekä tuoda ilmi, miten ja miksi opetusmetodien käyttö tukee aikuisoppijan oppimista. Tutkimus tarjoaa myös yhteen kerättyä tietoa kansantanssin lajeista ja termistöstä. Yhteenvetona voidaan todeta, että malliopettaminen ja rytmin kautta opettaminen tukevat aikuisoppijaa kansanomaisen paritanssin yksilötekniikassa silloin, kun opetettava aines on oppijalle sopivaa ja metodeja osataan käyttää oppimista tukien. Myös oppijan motivaatiolla ja materiaalin mielekkyydellä on suuri rooli oppimisessa.

6.1 Oppijan sisäiset tuntemukset ja ulkoisesti välittyvä oppimisen kokemus

Testitunnin kokonaisuudessa askelikkoihin käytetty viiden minuutin opetushetki oli oppitunnin tallenteen perusteella joko juuri sopivan mittainen tai liian lyhyt askelikon oppimista tarkastellen. Opettajan näkökulmasta viiden minuutin mittaisen opetushetken aikana oppija ehti usein oppia materiaalin pinnallisesti. Syventymistä ei kuitenkaan ehtinyt tapahtua, ja syventymisen puute korostuu etenkin hytkeen tuottamisessa. Osa askelikoista oli tutkittavan opetusryhmän tanssijoille tuttuja, joten heillä oli jo valmis tietopohja aiheesta. Tämän tietopohjan päälle he pystyivät rakentamaan uutta informaatiota. Vaikeammiksi koetuista askelikoista valmista tietopohjaa ei välttämättä ollut, jolloin oppija keskittyi askelikon perusteisiin. Tanssijat löysivät opeteltavan askelikon askelrytmin yleisesti hyvin, mutta lajille ominaisen hytkeen löytäminen ja ylläpitäminen osoittautui jokaisessa opetusmetodissa haastavaksi.

Tutkimuksen tuloksissa näkyy, että oppijoiden ja opettajien kokemukset ajankäytöstä ja oppimisesta ovat ristiriidassa. Suuri osa oppijoista koki, että askelikkojen oppimiseen käytettiin liikaa aikaa, kun taas opettajat kokivat, että aikaa olisi voinut olla enemmän. Kokemusten välinen ristiriita pohdituttaa sisäisen ja ulkoisen kehonkuvan ja oppimisen näkökulmista. Oppijoiden sisäinen oppimisen kokemus vaikuttaa olevan vahvempi kuin opettajalle ulkoisesti välittyvä oppiminen. Sisäisesti ja ulkoisesti näyttäytyvän kehollisen oppimisen näkökulmasta herää kysymys opittavan materiaalin jäsentyneisyydestä. Onko oppija sisäistänyt opittavan substanssin, muttei osaa vielä ke-

hollistaa ja analysoida sitä? Onko haluttua oppimista vielä tapahtunut, vai onko oppiminen tapahtunut opettajan lähtökohtia tarkastellen ”väärään suuntaan”? Olisiko opettaja voinut tehdä jotain materiaalin jäsentämisen helpottamiseksi?

Tutkimuksen tuloksissa ja oppijoilta saadussa palautteessa nousevat esille tanssillinen itsetunto sekä sisäinen ja ulkoinen oppiminen. Oppijan tanssillinen itsetunto näkyi testitunnilla esimerkiksi onnistuneena oppimisen kokemuksena ja sitä kautta tekemisen varmuutena. Toisaalta tanssillisen itsetunnon toinen puoli korostui epävarmuutena ja jatkuvan esimerkin näkemisen tarpeena: oppijat peilasivat kehonsa toimintaa opettajan kehoon saavuttaakseen mahdollisimman samankaltaisen lopputuloksen ja sitä kautta onnistuneen oppimisen kokemuksen.

Motivaatio on avainasemassa onnistuneen oppimiskokemuksen saavuttamisessa, mikä näkyi eri opetusmetodien ja lajien oppisprosessissa ja -kokemuksissa. Mitä miellyttävämmäksi ja enemmän motivoivaksi oppija opetusmetodin ja lajin itselleen koki, sitä enemmän hän koki oppineensa. Esimerkiksi hybridimalli koettiin motivoivaksi sen monipuolisuuden vuoksi. Yksittäisen opetusmetodin käyttö koettiin tylsäksi, mikä heikensi oppimisen motivaatiota ja sitä kautta onnistuneen oppimisen kokemusta.

Tutkimuksen perusteella opettajan on hyvä tarjota oppijoille mahdollisimman monipuolisia ja mielenkiintoisia oppimisen keinoja, jotta oppijoiden mielenkiinto ja motivaatio pysyvät yllä. Useamman opetusmetodin yhdistäminen ja sitä kautta eri aistikanavien stimuloiminen mahdollistaa oppijalle erilaisten oppimiskanavien hyödyntämisen. Opetusmetodien yhdisteleminen helpottaa myös opettajan työtä, sillä useamman opetusmetodin hyödyntäminen yhden lajin opetuksessa kattaa selkeästi suuremman määrän oppijoiden oppimisen tukemista.

6.2 Lajimieltymysten, materiaalin tuttuuden ja maneerien vaikutus tutkimustuloksiin

Lajimieltymysten vaikutus on otettava huomioon tutkimuksen tuloksia tarkasteltaessa. Polkkaa kohti edettäessä ja hytkeen sekä hypyn määrän kasvaessa testiryhmä koki tanssin mieluiseemmaksi. Sekä polskan että polkan opetuskehittelyjen ensimmäinen askel tutkimuksessa oli taputtaminen, ja asenne-ero lajien oppimiseen rytmin kautta oli selkeästi havaittavissa. Opettajat antoivat erilaisia syötteitä läpi jokaisen opetustilanteen. Tanssijoille tarjottiin siis mahdollisuus keskittyä uusiin ja erilaisiin asioihin sekä syventää laji- ja kehotietoutta jokaisen tanssilajin ja askelikon kohdalla. Olisiko syötteiden monipuolistaminen entisestään voinut tarjota mielenkiintoisemman kokemuksen myös epämieluisammasta tanssilajista?

Tanssilajien ja askelikkujen tuttuus voi vaikuttaa oppimisen prosessiin. Toisista kansanomaisen paritanssin lajeista kehossa olevat hytkemaneerit näkyivät uuden lajin samanlaisten painonsiirtojen opettelussa. Tutun askelikon toistaminen vieraalla hytkeellä haastoi polketin opetustilanteessa. Toisaalta tuttuun askelikkoon liittyvän, jo olemassa olevan, tiedon hyödyntäminen esimerkiksi polkan opetustilanteessa näkyi oppimisen syventymisenä: esimerkiksi erilaiset painonsiirrot ja hytke löytyivät helposti tanssijoiden kehoon.

Tutkimuksen tulosten pohjalta on selkeästi nähtävissä esimerkiksi kansantanssille tyypillinen tanssiaskelikon ja lajiominaisten taitojen oppimisen järjestys: painonsiirrot ovat tanssijoille oppimisen primääri, minkä jälkeen tulee tanssin tilallinen ja kehollinen suunta. Hytkeen liiketoiminto liimataan painonsiirtojen päälle. Tulokset aiheuttavat pohdintaa siitä, onko tanssin tuntu helpompi löytää painonsiirtojen kuin hytkeen avulla. Tutkimustulosten pohjalta herää kysymys myös siitä, kuinka hytkeen merkitystä voisi korostaa tanssin oppimisessa.

Opetustilanteessa on lähes mahdotonta käyttää vain yhtä metodia, koska opetusmenetelmät ovat kytöksissä toisiinsa. Esimerkiksi mallioppiminen on oppimistilanteessa aina läsnä, vaikkei opettaja sitä tietoisesti edesauttaisi. Opettajan tulee pystyä perustelevaan valitsemansa opetusmenetelmät sekä itselleen että oppijoille: mikä opetusmenetelmä tai niiden yhdistelmä tukee materiaalin oppimista parhaalla mahdollisella tavalla?

6.3 Yhteisopettajuus, henkilökohtainen palaute ja turvallinen oppimisilmapiiri aikuisoppijan oppimisen tukena

Opettajilla oli selkeä yhteinen visio opetettavasta materiaalista oppimisen yhdenmukaistamiseksi. Tunnilla olisi voitu hyödyntää kahden opettajan esimerkkiä ja apua vielä vahvemmin, varsinkin piirin kehällä askelikkoja opeteltaessa. Opettajien asettuminen tilan eri puolille mahdollisti tuen antamisen useammalle oppijalle. Testitunnilla opettajat opettivat askelikkoja vuorotellen, jolloin toinen opettajista toimi enemmän hiljaisen esimerkin roolissa. Usein oppijat seurasivat nimenomaan vas-tuuopettajaa, ja näin hiljainen malliesimerkki jäi oppijoilta huomioimatta.

Oppijat pohtivat henkilökohtaisen palautteen merkitystä oppimiseen. Testitunnilla henkilökohtainen palaute oli rajattu minimiin, sillä keskiössä tunnilla olivat menetelmät ja niiden yleisistä ohjeistuksista saadut tulokset. Näin varmistettiin, että jokainen oppija saa yhtä paljon palautetta opetustilanteessa. Perinteisessä tanssituntitilanteessa kahden opettajan läsnäolo mahdollistaisi suuremman määrän henkilökohtaista palautetta oppijoille.

Turvallinen oppimisilmapiiri koettiin tanssitunnilla tärkeäksi elementiksi. Tuntitilanteessa avoin ja turvallinen oppimisilmapiiri mahdollisti turvallisen oppimisen kokemuksen. Oppimisilmapiiriin vaikuttaa didaktinen kolmio (ks. 3.3). Esimerkiksi opettajan suhde opetettavaan materiaaliin on tärkeä tekijä, sillä opettajan oma asenne esimerkiksi tanssilajeja kohtaan voi vaikuttaa myös oppijoiden asenteisiin ja oppimistuloksiin. Opettajien antaman palautteen ja kannustamisen koettiin edesauttavan positiivisen oppimisen ilmapiiriä. Positiivinen ilmapiiri antaa mahdollisuuden oppimiselle ja kannustaa itsensä haastamiseen. Testiryhmäläiset olivat suurimmaksi osaksi pitkään yhdessä tanssineita, mikä loi turvallisuuden tunnetta tuntitilanteeseen.

6.4 Koronapandemian vaikutus opinnäytetyöhön

Suurin opinnäytetyötutkimukseen vaikuttanut tekijä oli covid-19-pandemia. Pandemian aiheuttaman kymmenen henkilön kokoontumisrajoituksen vallitessa tutkimukseen pystyi osallistumaan kahden opettajan lisäksi enintään kahdeksan tanssijaa. Kvalitatiivisen tutkimuksen näkökulmasta suurempi osallistujamäärä olisi tarjonnut laajemman otannan oppijoiden kokemuksista opetusmetodien suhteen. Vaihtoehtoinen tapa tutkimuksen toteuttamiselle oli toteuttaa se useamman kerran eri kokoonpanoille. Vallitsevan pandemian aiheuttamien riskien minimoimiseksi sekä tutkimuksen eettisyyden takaamiseksi tutkimus suoritettiin kuitenkin yksittäisenä tanssituntina. Tanssitunnin aikana pidettiin huoli turvaohjeista; opettajat pitivät maskia läpi tunnin, ja tanssitunti rakennettiin niin, että turvavälit säilyivät suuressa tanssisalissa. Oppijoiden yhteisestä sopimuksesta tanssijat pitivät maskeja tunnin alussa ja lopussa, mutta tanssiminen suoritettiin ilman maskeja.

Pandemian vuoksi jokaisella tutkimukseen osallistuneista tanssijoista oli ollut yli kahden kuukauden pituinen tanssitauko. Tanssijat kertoivat palautekeskustelussa tauon lisänneen jännitystä ja odotuksia tuntia kohtaan, mikä luultavasti vaikutti myös tutkimuksen tuloksiin. Keskustelussa nousi esille myös pohdintaa opetusmetodien järjestyksestä. Tutkimuksen opetusmetodien järjestys oli tarkasti suunniteltu: ensimmäinen metodi antoi palasista kokonaisuutta kohti rakentuvan oppimisen reitin, toinen metodi antoi oppijalle kuvan kokonaisuudesta ennen askeleiden pilkkomista ja kolmas metodi yhdisteli molempia. Rytmien kautta opettaminen tarjosi myös tanssijoiden mukaan pehmeän laskeutumisen tanssin oppimiseen. Mikäli malliopettamisen metodi olisi aloittanut tunnin, olisi pudotus takaisin tanssitarkeen ollut huomattavasti suurempi. Tanssitauon kerrotaan luoneen myös odotuksia tuntia kohtaan: jokainen tutkimukseen osallistuneista kertoi, että toiveena oli vain päästä tanssimaan. Tanssitunti koettiin arjesta vapaana hetkenä, minkä vuoksi palautteen antaminen ja

oman oppimisen arvioiminen koettiin haasteelliseksi. Keskustelu koettiin hyväksi tavaksi purkaa ajatuksia tanssitunnista yhdessä pohtimisen kautta.

6.5 Päätelmät

Malliopettaminen ja rytmin kautta opettaminen tukevat aikuisoppijaa kansanomaisen paritanssin yksilötekniikassa silloin, kun opetettava aines on oppijalle sopivaa ja metodeja käytetään oppimista tukien. Aikuisten opettamisessa useamman metodin yhtäaikainen käyttäminen takaa ja mahdollistaa oppijalle paremmat lähtökohdat oppia ja sisäistää annettu materiaali. Yksittäisen opetusmetodin käyttö koetaan helposti puuduttavana tapana oppia ja opettaa. Opetusmetodien yhdisteleminen tarjoaa sekä oppijalle että opettajalle monipuolisemman oppimiskokemuksen. Opittavan materiaalin mielekkyys vaikuttaa oppimiskokemukseen.

Erilaiset opetusmenot sopivat erilaisiin oppimistilanteisiin. Usean opetusmetodin käyttö tarjoaa mahdollisuuden kokonaisvaltaisempaan oppimiseen. Vahva rytmien pohja opetuksessa tukee liikkeen laatutekijöiden oppimista ja helpottaa liiketoimintojen hahmottamista. Yksittäisissä opetusmetodeissa osa laatutekijöistä kärsii, sillä oppijan oppimista tuetaan vain yksittäisten aistikanavien kautta. Kokonaisvaltainen oppiminen mahdollistaa laatutekijöiden löytämisen kehoon. Kun askelkot ylittävät lajirajoja, korostuu hytkeen rooli tanssilajien erottajana. Tällöin painonsiirtojen merkitys lajin ominaispiirteenä muuttuu sekundääriseksi.

Oppijan sisäiset kokemukset ja opettajan ulkoiset havainnot oppimisesta voivat erota toisistaan. Opetustilanteessa opettajan tulee ottaa huomioon oppijan sisäinen prosessi suhteessa opittavaan materiaaliin. Useampi opetusmetodi antaa opettajalle mahdollisuuden tarkastella oppimista erilaisien reittien kautta.

6.6 Jatkotutkimusaiheita

Jatkotutkimusaiheena nousee esille, kuinka tutkimuksessa hyödynnettyjä opetusmetodeja voidaan hyödyntää eri tasoille tanssijoille. Jatkotutkimuksen aihetta tukee oppijoilta saatu palaute metodien soveltuvuudesta eri tasoille tanssijoille. Lajien tuttuus ja vieraus ovat huomion arvoisia seikkoja jatkotutkimuksen kannalta. Jatkotutkimuksessa voitaisiin ottaa huomioon sekä kansantanssin lajit että muut tanssin lajit: tukeeko sama opetusmetodi jokaisen lajin oppimista samanlaisin tuloksin? Tutkimuksessa voitaisiin ottaa huomioon myös erilaiset ikäryhmät sekä erityisryhmät: tässä

opinnäytetyössä tutkittiin opetusmetodeja aikuisoppijan näkökulmasta, mutta miten opetusmenetelmät toimivat lasten, nuorten ja ikääntyneiden opetustilanteissa?

Jatkotutkimus voitaisiin toteuttaa myös kansanomaisen paritanssin paritekniikan ja -työskentelyn näkökulmasta yksilötekniikan sijaan. Tällöin tutkittavat seikat voisivat olla orgaanisen paritanssin asennon ja kehon optimaalisen painopisteen löytäminen, vieminen ja seuraaminen sekä kuvioiden hahmottaminen yhdessä parin kanssa. Tutkimuksessa voitaisiin myös pohtia kansanomaisen paritanssin yksilötekniikan harjoittelun siirtovaikutusta paritanssiin.

Jatkotutkimuksessa voisi tutkia myös muiden opetusmenetelmien hyödyntämistä tanssin opetustilanteissa. Tällöin voitaisiin tutkia, millaisia hyötyjä ja vaikeuttavia tekijöitä erilaisilla menetelmillä on oppimisen ja opettamisen näkökulmasta. Tämä tarjoaisi uusia opettamisen näkökulmia opettajalle sekä uusia oppimismenetodeja oppijalle. Myös tässä tutkimuksessa opetusta voitaisiin eriyttää. Toisena näkökulmana voisi toimia eri aistikanavien hyödyntäminen opetusmenetelmien tukena.

Tutkimuksesta vahvasti kumpuava jatkotutkimusaihe on hytkeen merkitys tanssissa opettamisen ja oppimisen keinona. Hytke on tanssinopetuksessa harvoin primääri: rytmi ja painonsiirrot ovat usein oppijalle ja opettajalle ensisijaisia tekijöitä. Askelikkojen painonsiirrot ja rytmi voivat olla lajien kesken identtiset, jolloin hytke nousee tärkeäksi erottavaksi tekijäksi. Voiko hytke toimia tanssin pohjana ja tanssin tunnun luojana? Mitkä ovat hytkeen opettamisen keinot? Mitkä ovat hytkeelle oleelliset tekijät? Esille nousee myös tanssijan kokemus hytkeestä: voiko hytke toimia tanssin lähtökohtana esimerkiksi improvisaatiotilanteissa niin soolo- kuin paritanssissakin?

LÄHTEET

Anttila, E. 2013. Koko koulu tanssii! Kehollisen oppimisen mahdollisuuksia koulu yhteisössä. *Acta Scenica* 2013:37. Helsinki: Teatterikorkeakoulu, esittävien taiteiden tutkimuskeskus. Viitattu 11.3.2021, https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/42322/Acta_Scenica_37.pdf.

Anttila, E. 2017a. 1.2 Oppiminen. Ihmis- ja oppimiskäsitykset taideopetuksessa. Teatterikorkeakoulun julkaisusarja 2017:58. Helsinki: Taideyliopiston teatterikorkeakoulu. Viitattu 11.3.2021, <https://disco.teak.fi/anttila/1-2-oppiminen/>.

Anttila, E. 2017b. 2 Ulkoinen muutos. Ihmis- ja oppimiskäsitykset taideopetuksessa. Teatterikorkeakoulun julkaisusarja 2017:58. Helsinki: Taideyliopiston teatterikorkeakoulu. Viitattu 11.3.2021, <https://disco.teak.fi/anttila/2-ulkoinen-muutos/>.

Anttila, E. 2017c. 2.1 Behaviorismi. Ihmis- ja oppimiskäsitykset taideopetuksessa. Teatterikorkeakoulun julkaisusarja 2017:58. Helsinki: Taideyliopiston teatterikorkeakoulu. Viitattu 11.3.2021, <https://disco.teak.fi/anttila/2-1-behaviorismi/>.

Anttila, E. 2017d. 6 Kehollinen oppiminen. Ihmis- ja oppimiskäsitykset taideopetuksessa. Teatterikorkeakoulun julkaisusarja 2017:58. Helsinki: Taideyliopiston teatterikorkeakoulu. Viitattu 11.3.2021, <https://disco.teak.fi/anttila/6-kehollinen-oppiminen/>.

Bergholm, K., Elo, R., Hukkanen, T., Luhtaranta T. & Peura, E. (toim.) 2016. *Suomalainen purpuri*. 2. painos. Helsinki: Suomalaisen Kansantanssin Ystävät ry.

Bergholm K. & Rausmaa E. 1977. *Tanhusanasto*. Teoksessa P.L. Rausmaa & E. Rausmaa (toim.) *Tanhuvakka: Suuri Suomalainen kansantanssikirja*. Porvoo: WSOY, 38–55.

Ekola, J. 1988. 2. Osa. Teoksessa R. Jalonen, A-M. Luukkonen & K. E. Nurmi (toim.) *Aikuisten opettamisen taito*. Yleisradion aikuiskasvatussarjan oppikirja 1988:3, 97–169.

Hakala, J. 2005. 2 Oppimisen edistäminen. Teoksessa O. Luukkainen & R. Valli (toim.) *12 Teesiä opettajalle*. *Opetus 2000*. Jyväskylä: PS-kustannus, 37–51.

Hakosalo, O. 2021. *Kansanmuusikko*. Zoom-haastattelu 17.3.2021. Tekijän hallussa.

Hellström, M. 2008. *Sata sanaa opetuksesta – Keskeisten käsitteiden käsikirja*. *Opetus 2000*. Jyväskylä: PS-kustannus.

Hirsjärvi, S. (toim.) 1982. *Kasvatustieteen käsitteistö*. Keuruu: Otava.

- Hoppu, P. 2006a. Johdanto. Teoksessa P. Hoppu (toim.) Suomen kansan oudot tanssit. Helsinki: Kansanmusiikin ja -tanssin edistämiskeskus, 7–10.
- Hoppu, P. 2006b. Ryssä ja mustalaista. Teoksessa P. Hoppu (toim.) Suomen kansan oudot tanssit. Helsinki: Kansanmusiikin ja -tanssin edistämiskeskus, 24–29.
- Hoppu, P. 2006c. Tanssi. Teoksessa A. Asplund., P. Hoppu, H. Laitinen, T. Leisiö, H. Saha ja S. Westerholm Suomen musiikin historia – Kansanmusiikki. Porvoo: WSOY, 340–371.
- Hoppu, P. 2021. Tanssin yliopettaja, Oulun ammattikorkeakoulu. Suullinen tiedonanto. 15.3.2021
- Jaakkola, T., Liukkonen, J. & Sääkslahti A. 2017. Johdatus liikuntapedagogiikkaan. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) Liikuntapedagogiikka. 2. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus, 12–21.
- Järvelä, A. 2020. Pelimanni, Zoom-haastattelu 29.10.2020. Tekijän hallussa.
- Järvelä, M. & Kangas, J. (toim.) 1975. Kaustislaista pelimannimusiikkia 3. Kaustislaisen pelimannimusiikin sarjajulkaisu 1975:3. Kaustinen: Kaustisen pelimanniyhdistys ry.
- Kauppinen, P. 2020. Tanssin lehtori, Oulun ammattikorkeakoulu. Haastattelu 17.8.2020. Tekijän hallussa.
- Kauppinen P. 2021. Tanssin lehtori, Oulun ammattikorkeakoulu. Suullinen tiedonanto 19.3.2021.
- Kontturi-Paasikko, L. 2012. Parin kanssa paremmin. 2. painos. Tanssikoulu TanssinTahti AY.
- Liukkonen J. & Jaakkola T. 2017. Liikuntamotivaatio elinikäisen liikuntaharrastuksen edellytyksenä. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) Liikuntapedagogiikka. 2. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus, 130–146.
- Milad, M. & Koskivaara, K. 2003. PariTanssien Tanssitalo-kirja. Vantaa: Suomen Nuorisoseurojen Liitto.
- Niemeläinen, P. 1983. Suomalainen kansantanssi. Teoksessa P. Niemeläinen (toim.) Suomalainen kansantanssi. Helsinki: Otava, 19–51.
- Nilsson, M. 2017. The Swedish Polska. Translated from Swedish by Eivor Cormack and Jill Ann Johnson. Stockholm: Musikverket. Viitattu 11.3.2021, https://musikverket.se/wp-content/uploads/2017/02/Polska_FINAL2.pdf.
- Nuutinen, L. 1988. Kansantanssin opettaminen. Helsinki: Vapaan Sivistystoiminnan Liitto.

- Paalanen, A. 2020. Muusikko (MuT). Zoom-haastattelu 7.10.2020. Tekijän hallussa.
- Paane-Tiainen, T. 2000. Oppijaksi aikuisena. Helsinki: Edita.
- Rausmaa, P-L. & Rausmaa E. (toim.) 1977. Tanhuvakka: suuri suomalainen kansantanssikirja. Porvoo: WSOY.
- Rausmaa, P-L. 1977. Kansantanssin vaiheita Suomessa. Teoksessa P.L. Rausmaa & E. Rausmaa (toim.) Tanhuvakka: suuri suomalainen kansantanssikirja. Porvoo: WSOY, 19–23.
- Ruohotie, P. 2005. Oppiminen ja ammatillinen kasvu. 1.–3. painos. Helsinki: WSOY.
- Vaherva, T. 1988. 1. Osa. Teoksessa R. Jalonen, A-M. Luukkonen & K. E. Nurmi (toim.) Aikuisten opettamisen taito. Yleisradion aikuiskasvatussarjan oppikirja 1988:3, 6–96.
- Väestöliitto 2020. Kehotunne ja kehoitsetunto. Viitattu 20.3.2021, <https://www.vaestoliitto.fi/ammattilaiset/lasten-kehotunnekasvatus/keho-ja-tunteet/kehotunne-ja-kehoitsetunto/>.

LIITTEET

TEEMAHAASTATTELURUNKO 1: POLKETTI

LIITE 1

1. Mitä on polketti?
2. Miten kuvailisit polketin liikekieltä?
3. Miten polketti on tullut Suomeen?
4. Mitkä kuvailisit polketin historiaa?
5. Mitä laskisit polketin erityispiirteiksi?
6. Mistä voi tunnistaa polketin musiikin?
7. Mitkä ovat ne polketin askelvariaatiot, joista lähtisit opetustilanteessa liikkeelle?
8. Onko vielä jotain, mitä haluaisit kertoa polketista?

1. Mitä on polkka/polketti/polska?
2. Mikä on lajille tyypillinen tempoliukuma?
3. Mitkä ovat lajin musiikin erityispiirteet?
4. Miten kuvailisit musiikin lajia kehollisesti?
5. Miten kuvailisit kyseisen musiikin lajin historiaa?
6. Mitä pitää huomioida tanssijoita säestäessä?
7. Kuuluuko lajin musiikkiin tyypillisesti lyriikkaa?
8. Onko vielä jotain, mitä haluaisit kertoa lajista?

Pyri analysoimaan oppimistasi nimenomaan opetuksen kannalta, lajista välittämättä. Polska opetettiin metodilla 1, polketti metodilla 2 ja polkka hybridimallilla.

1. Miten koit metodin 1 tukevan oppimistasi?
 - Mikä kyseisessä metodissa auttoi erityisesti oppimisessasi?
 - Mikä opettajan toiminnassa auttoi oppimistasi?

2. Mikä metodissa 1 häiritsi oppimistasi?
 - Oliko metodissa jotain erityistä mikä hidasti oppimistasi? Mitä?
 - Mitä olisit kaivannut opetukseen lisää?
 - Mitä opettaja olisi voinut tehdä paremmin edistääkseen oppimistasi?

3. Miten koit metodin 2 tukevan oppimistasi?
 - Mikä kyseisessä metodissa auttoi erityisesti oppimisessasi?
 - Mikä opettajan toiminnassa auttoi oppimistasi?

4. Mikä metodissa 2 häiritsi oppimistasi?
 - Oliko metodissa jotain erityistä mikä hidasti oppimistasi? Mitä?
 - Mitä olisit kaivannut opetukseen lisää?
 - Mitä opettaja olisi voinut tehdä paremmin edistääkseen oppimistasi?

5. Miten koit hybridimallin tukevan oppimistasi?
 - Mikä kyseisessä metodissa auttoi erityisesti oppimisessasi?
 - Mikä opettajan toiminnassa auttoi oppimistasi?

6. Mikä hybridimallissa häiritsi oppimistasi?
 - Oliko metodissa jotain erityistä mikä hidasti oppimistasi? Mitä?
 - Mitä olisit kaivannut opetukseen lisää?
 - Mitä opettaja olisi voinut tehdä paremmin edistääkseen oppimistasi?

7. Kumman metodin koit itsesi kannalta hyödyllisemmäksi, miksi?

8. Palautetta opettajille opetusmetodeista ja muusta?