

Luova perhetanssi lapsen ja vanhemman kokemukselli- suuden tukena sekä osana tasavertaista liikunta- ja taidekasvatusta

Heidi Suominen



Tekijä(t) Heidi Suominen	
Koulutusohjelma Liikunnan ja vapaa-ajan koulutusohjelma, Vierumäki	
Raportin/Opinnäytetyön nimi Luova perhetanssi lapsen ja vanhemman kokemuksellisuuden tukena sekä osana tasavertaista liikunta- ja taidekasvatusta	Sivu- ja liitesivumäärä 62 + 5
<p>Opinnäytetyön tavoitteena oli prosessin kautta kehittää ja toteuttaa perheitä tukeva toimintamalli, joka toteutettaisiin osana Naantalin Voimistelijat ry:n perheliikuntatarjontaa sekä pilottikokeiluna paikallisessa Ruonan päiväkodissa. Lisäksi tavoitteena oli perehdyttää vanhempi-lapsiparit tanssin oppimiseen luovuuden ja kokemuksellisuuden kautta, tukien heitä omassa prosessissaan.</p> <p>Työn teoriaosuus käsittelee alle kouluikäisen lapsen kehon kokemuksellista maailmaa, tanssin oppimista luovuuden ja kokemuksellisuuden kautta sekä vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikusta liikunta- ja taidekasvatuksen osalta.</p> <p>Työ toteutettiin toiminnallisena projektina, joka kohdistui alkujaan kahteen laajempaan hankesuunnitelmaan, joissa haettiin poikkisektoraalista yhteistyötä perheiden liikunnallistamisen tukemisessa. Projekti lähti liikkeelle syksyllä 2015. Työn lopulliset tavoitteet ja toimintamalli muotoutui tammikuussa 2017, kun luova perhetanssitunti jalkautui liikuntaseuran toimintaan. Maaliskuussa 2017 perhetanssitunnista toteutettiin pilottitunti varhaiskasvatuksen puolella yhteistyönä paikallisen päiväkodin kanssa.</p> <p>Menetelminä käytettiin luovan prosessin dokumentointia eli lasten ja vanhempien tekemiä kokemuksellisia kotitehtäviä, ohjaajan osallistuvaa havainnointia sekä kuva- että videomateriaalia.</p> <p>Luovan perhetanssitunnin avulla on pystytty laajentamaan seuran tanssillista tarjontaa sekä avaamaan yhteistyö varhaiskasvatuksen kanssa. Vanhempi-lapsi parit ovat sisäistäneet toiminnan, ja ovat heittäytyneet sekä antaneet luovalle toiminnalle tilaa niin seuran kuin päiväkodin perhetanssiryhmässä. Kokemuksellisuuteen pohjautuvat tehtävät tunnin jälkeen ovat olleet mielekkäitä. Lopullista dokumentointia ei ole vielä voitu todentaa, koska prosessi on vielä käynnissä.</p> <p>Seuratoiminnassa on huomattu, että tarvitaan erilaisia ratkaisumalleja, jotta voidaan tukea lasten ja perheiden liikkumista vielä paremmin. Työ on ajankohtainen, koska se vastaa moniin varhaiskasvatukselle asetettuihin uusiin tavoitteisiin tukemalla kehollista ilmaisua, yhteistyötä, vanhempien osallistamista sekä taidekasvatuksen sisältöjä. . Projekti on arvokas ja rikas esimerkki varsinkin hankkeiden suunnittelussa mukana olemisesta mutta myös poikkisektoraalisesta yhteistyöstä ja verkostoitumisesta.</p>	
Asiasanat kokemuksellisuus, luovuus, alle kouluikäinen lapsi, liikuntakasvatus, taidekasvatus, luova tanssi, perhetanssi	

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Liikunta- ja taidekasvatuksen merkitys alle kouluikäiselle lapselle	3
2.1	Alle kouluikäisen lapsen motorinen kehitys pähkinän kuoressa	4
2.2	Alle kouluikäisen lapsen liikuntakasvatuksen tavoitteet	5
2.3	Taidekasvatuksen hyötyjä alle kouluikäiselle lapselle	6
2.4	Lapsen ja vanhemman yhteinen tie liikunta- ja taidekasvatuksen polulla	7
3	Kokemuksellinen keho	8
3.1	Fenomenologia	8
3.2	Objektikeho ja eletty keho	8
3.3	Proprioseptinen tietoisuus eli kehotietoisuus	9
3.4	Dualistinen kokemus	10
3.5	Kehon kaava ja kehon kuva	10
3.6	Kontemplatiivinen keho ja kehon kuuntelu	11
3.7	Alle kouluikäisen lapsen kokemuksellinen keho	11
3.8	Alle kouluikäisen lapsen identiteetin, minäkuvan ja itsetunnon kehittyminen	13
3.9	Psykomotoriikka kokemuksellisen kehon apuvälineenä	13
4	Luova tanssi	17
4.1	Tanssin elementtejä: keho, tila, voima, aika ja virtaus	17
4.2	Luovuus, leikki ja mielikuvitus	19
4.3	Luovan tanssin kokemuksellisuuden merkitys lapselle	20
4.4	Vanhemmat alle kouluikäisen lapsen kokemuksellisuuden tukijoina	24
4.5	Vanhempi-lapsi tanssi	25
5	Projektin tavoitteet	26
6	Projektin vaiheet	27
6.1	Projektin aikataulu – prosessi kohti perheitä tukevaa toimintamallia	28
6.2	Käytetyt menetelmät kokemuksellisen ja luovan toiminnan dokumentoinnissa	30
7	Toimintamallina luova perhetanssitunti	33
7.1	Luovan perhetanssitunnin tuntikuvaus	34
7.2	Luovan perhetanssitunnin rakenne	35
7.3	Tuloksia osallistujien kokemuksellisuuden dokumentoinnista	46
8	Pohdinta	49
	Lähteet	59
	Liitteet	63
	Liite 1. Lasten yhteistä kokemuksellisuutta tanssitunnin jälkeen piirtäen	63
	Liite 2. Lasten kokemuksellisia kotitehtäviä	64
	Liite 3. Kokemuksellisuuteen liittyvä kotitehtävä vanhemmille	65
	Liite 4. Päiväkodin perhetanssitunnin kuva ja piirustuksia	66

1 Johdanto

Liikunta- ja taidekasvatus ulkoistetaan helposti perheen ulkopuolelle, vaikka perheliikunta on viime vuosina nostanut yhä enemmän päätään. Alle kouluikäinen lapsi saatetaan viedä liian aikaisin omaan harrastukseen ilman vanhempia, vaikka hän ehkä kaipaisi vielä yhteistä tekemistä vanhempien kanssa. Uuteen tilaan, ryhmään ja tilanteeseen tuleminen saattaa olla todella iso muutos, mikä aiheuttaa erilaisia reaktioita lapsessa. Tätä kautta saattaa syntyä myös ei-toivottuja ristiriitatilanteita ymmärryksen tasolla lapsen ja vanhemman välillä, sekä totaalinen tekemisestä kieltäytyminen. Lapsen tekemisen tulee kuitenkin olla hänelle merkityksellistä. Liian aikaisella yksittäisten lajitaitojen harjoittamisella voidaan jopa rajoittaa kehon potentiaalia. Taiteellisen ilmaisun avulla lapsi löytää itselle motivoivia keinoja havaintojen, tunteiden sekä luovan ajattelun näkyväksi tekemiseksi. Taiteellisen ilmaisun moninaiset muodot tarjoavatkin lapselle keinoja kokemuksellista sekä hahmottaa ympäröivää maailmaa hänelle merkityksellisellä tavalla. (Opetushallitus 2016, 30.)

Suomalaisessa kulttuurissa ilmaisun suhteen ollaan pidättyväisiä ja tanssi puuttuu päivittäisenä toimintona kulttuuristamme. Näin ollen lapsen omat spontaanit tanssileikit kuihtuvat, koska hän ei kohtaa tanssia arkipäivässään. Nyky-yhteiskunnassa lapsi kohtaa myös ilmiöitä, rajoituksia ja kieltoja. Kehoa esineellistetään ja taito sekä ulkonäköasiat korostuvat. Tämä esineellistäminen estää juuri eletyn kehon kokemisen. Näillä on vaikutusta lapsen luonnolliseen suhteeseen omaa kehoa kohtaan. Kehon kokemuksellisuus jää varjoon, ja tanssin elementtien kirjo kapenee. Siksi lapselle tulisi antaa niin fyysistä kuin henkistä tilaa leikkiä ja tanssia eli hyväksyvää ja kannustavaa mallia. (Anttila 2001, 85–86.)

Ilmiönä ympärillä voidaan nähdä myös se, miten useat aikuiset ovat vieraantuneet omasta kehostaan. Mieli ja keho nähdään helposti erillisinä, vaikka tätä aihetta on tuotu laajemmin esille nykyään myös länsimaisessa kulttuurissa. Kiireen alle helposti tukahdutetaan kehon monimuotoiset sisäiset ja ulkoiset aistit, ja unohdetaan oma sisäinen lapsenomaisuus, luovuus ja leikkimielisyys tutkia tätä maailmaa. Anttilan (2001, 86) mielestä juuri lapsen kanssa toimivan aikuisen tulisikin olla valmis kohtaamaan itsensä sekä löytämään oma sisäinen lapsensa. Tätä kautta aikuinen voi nähdä tärkeyden auttaa lasta säilyttämään luova ja kokemuksellinen suhtautuminen niin itseensä kuin ympäröivään maailmaan. Oman kehon arvostuksen kautta voidaan ymmärtää myös muita paremmin, mikä on todella tärkeää varsinkin vanhemman ja lapsen välisessä vuorovaikutuksessa.

Anttilan (2001, 86) mielestä jokaisen kasvatustyötä tekevän tulisi juuri saada omakohtainen kosketus oman kehonsa kokemukselliseen puoleen, tanssien tai jonkin muun toimin-

nan kautta, jossa jätetään suorituskeskeisyys vähemmälle huomiolle. Näin aikuinen voi päästä lähemmäs oman kehon yhteyttä, joka pienellä lapsella on mutta joka niin helposti katoaa. Yhdessä oman lapsen kanssa vanhemman on kuitenkin mahdollista päästä takaisin tähän ketotietoisuuden tilaan ihan vaivihkaakin, koska lapsi opettaa olemalla itse niin omassa kehossaan. Kun samaisella lapsenomaisella innokkuudella tutkii kuin lapsi, voi ymmärtää, että mistä se onnellinen elämä onkaan oikein tehty. Perhetanssitunti toimintamallina tukee juuri omalta osaltaan tätä yhteistä kokemuksellista matkaa.

Työ käsittelee alle kouluikäisen lapsen kehon kokemuksellista maailmaa, tanssin oppimista luovuuden ja kokemuksellisuuden kautta sekä perheitä tukevaa toimintamallia, jolla voidaan tukea sekä lapsen että vanhemman kehollisen kokemuksellisuuden prosessi. Työn tarkoituksena on prosessin kautta kehittää ja jalkauttaa uusi luova ja perheitä tukeva toimintamalli osaksi seuratoiminnan perhetuntitarjontaa luovan perhetanssitunnin muodossa, sekä viedä toimintaa myös yhteistyönä paikalliseen päiväkotiin, jossa alle kouluikäiset lapset ja vanhemmat ovat luonnollisesti tavoitettavissa. Toimintamallin avulla on tarkoitus avata alle kouluikäisille lapsille ja heidän vanhemmilleen sekä heidän kanssaan toimiville varhaiskasvattajille kehon kokemuksellisen oppimisen maailmaa, jossa yhdistyy tasavertainen liikunta- ja taidekasvatusajatus. Tarkoituksena on tukea heitä omassa prosessissaan niin seuraympäristössä kuin yhteistyöprojektin avulla varhaiskasvatuksessa. Tätä prosessia tukee Leena Rouhaisen (2011, 75) kirjoitus siitä, kuinka keskustelu ja tutkimus juuri kehollisesta oppimisesta ovat kasvaneet vuosien aikana, kun opettamis-oppimisprosessia on alettu katsomaan laajempänä kuin pelkkänä mielellisenä tiedonsiirtona. Tällä kehityksellä on ollut vaikutusta myös taide- ja liikuntapedagogiikkaan, jotka edistävät aktiivisesti ymmärrystä kehollisesta tiedosta opetus- ja oppimistilanteissa.

2 Liikunta- ja taidekasvatuksen merkitys alle kouluikäiselle lapselle

Pienen lapsen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin sekä fyysisen kasvun ja kehityksen kannalta on tärkeää, että lapsi liikkuu monipuolisesti (Pönkkö & Sääkslahti 2013, 464). Tasapainoisen elämän edellytys on lapsen luontainen tarve leikkiä ja liikkua. Tähän eivät riitä pelkät ulkoistetut liikuntatuokiot, joissa yritetään harjaannuttaa taitoja. Lapsen suuri sisäinen liikkumisen tarve näkyy muun muassa levottomana ja kättymisenä käyttäytymisenä, jos lapsi on joutunut olemaan pitkään paikallaan. Päivittäinen riittävä liikkuminen on myös aikuisten vastuulla mahdollistaa ja luoda puitteita leikkiin sekä monipuoliseen liikkumiseen pienessäkin tilassa ja lähiympäristössä. (Karvonen & Siren-Tiusanen & Vuorinen 2003, 15.)

”Taidekasvatus vahvistaa lapsen omaa ajattelua ja mielikuvitusta sekä rohkaisee häntä toimimaan elämässään luovasti.” (Anttila 2009, 6.) Lapsen luontainen kiinnostus on yhdistää eri taiteen aloja yhteen. Hän tanssii, esiintyy, laulaa ja tutkii oman jälkensä tuotoksia sekä havainnoi lainalaisuuksia. Taidekasvatuksessa juuri rohkaisu leikin avulla oppimiseen tukevat hänen minuuden vahvistamista ja taitojen oppimista, joita hän tulee myös myöhemmässä elämässä tarvitsemaan. (Hurme 2011, 13.) Taidetta syntyy tarpeesta tuoda esille mielen ja tunteen liikkeitä, jotka tuottavat parhaimmillaan sisäisiä ja motivoivia onnistumisen elämyksiä. Tämä perustuu juuri liikkeen kokemiseen, mieltämiseen ja tuntemiseen. (Viitala 1998, 16.)

Suotuisa elinympäristö, kasvuolosuhteet sekä aikuisten kannustava tuki turvaavat lihasten, jänteiden, luuston, hermoverkoston sekä hengitys- ja veronkiertoelimistön vahvistumisen ja kehittymisen, ja näin ollen paremman selviämisen arkielämässä (Pönkkö & Sääkslahti 2013, 464). Liikuntakasvatuksessa oman vanhemman antama tuki ja innostus ovat siis avainasemassa (Hurme 2011, 42).

Lasta tukevan ja lapsilähtöisen liikunnan järjestäminen varhaisvuosina edellyttää, että nähdään lapsi kokonaisuutena, eikä yksittäisten osa-alueiden kehityksenä (Karvonen, Siren-Tiusanen, Vuorinen 2003, 26). Lapsi on luonnostaan utelias tutkimaan ja oppimaan asioita kaikilla kehonsa aisteilla, käyttää luovuutta ja on vapaa ympäristön ennako-oletuksista sekä paineista. Hän on mielikuvituksen ja kehittelyn käytön mestari sekä osaa olla onnellinen omista oivalluksista ja uusista taidoista. (Hurme 2011, 13.) Liikkumalla pieni lapsi oppii luonnostaan havainnoimaan, aistimaan ja kokemaan niin itseään kuin ympäristöä (Miettinen 1999, 63).

Jokaisen lapsen keho ja persoonallisuus ovat ainutlaatuisia ja lapsi kehittyy omassa tahdissaan niin liikkujana kuin oppijana. Aikuisten tulisi muistaa tämä. (Autio & Kaski 2005, 41.) Suorituskeskeisessä liikunnanohjauksessa liikunnallisesti taitavien ja kömpelöiden välinen ero tulee kuitenkin valitettavasti esiin, kun yksilötason tarpeita ei oteta huomioon, ja toiminta tapahtuu helposti sillä hetkellä liikunnallisesti kehittyneempien mukaan (Miettinen 1999, 63). Lapsen tulisi saada tukea ja vahvistusta itsesääätelyssä sekä omissa toimissaan tutkia ja kokeilla. Näin lapsi kehittyy omaksumisprosesseissaan taitavammaksi ja oppii mukauttamaan toimintaansa paremmin uusiin tilanteisiin ja yhteyksiin. Oppimistulosten ja suoritusten arvioinnissa pitäisi suorien mittausten sijaan arvioida yksilöllisesti kehittyviä mahdollisuuksia, valmiuksia ja potentiaalia. (Karvonen & Siren-Tiusanen & Vuorinen 2003, 23–24.)

Taide on parhaimmillaan kuin leikkiä, joka ei ole aikuisten määrittelemää tavoitteellista toimintaa vaan itseohjautuvaa luomista. Itse toimintaprosessi on keskiössä eikä oletukset tai lopputulos. (Hurme 2011, 13.) Taiteen olemuksen sisälle kuuluu elämyksellisyys, mikä kohtaa juuri lapsen maailman kanssa (Viitala 1998, 15). Taide on myös osa kulttuuriamme, ja jotta ymmärtäisimme paremmin sitä kokonaisuutena, tarvitsemme taidekasvatusta. Se määritellään useasti sisältämään eri taiteen lajeja, jonka sisällä lastenkulttuuri on lapsille suunnattu osa sekä silta lasten ja aikuisten maailman välillä. (Hakkola & Laitinen & Ovaska-Airasmaa 1991, 8.)

Aikuiset rakentavat kulttuuriympäristön eli laajemmin katsottuna määrittävät sosiaalisen kanssakäymisen tavat, säännöt, moraalit ja arvostuksen kohteet. Tässä ympäristössä lapsi elää, kasvaa, kehittyy ja ammentaa tietoa. Taidekasvatuksen tavoitteena on luoda kaikille puitteita omaan ilmaisuun, elämyksellisyyteen ja kokemuksellisuuteen, ei vain uusien ammattitaiteilijoiden luomista. (Hakkola & Laitinen & Ovaska-Airasmaa 1991, 8.)

2.1 Alle kouluikäisen lapsen motorinen kehitys pähkinän kuorella

Motorisiksi perustaidoiksi luokitellaan kävely, juoksu, hyppääminen, heittäminen, kiinniotaminen, potkuliikkeet sekä lyöntiliikkeet (Pönkkö & Sääkslahti 2013, 464). Motorista oppimista on uusien liikkeiden oppiminen ja muokkaaminen harjoittelun ja kokemusten kautta. Varhaislapsuudessa lapsi oppii todella lyhyessä ajassa uusia motorisia taitoja, jotka automatisoituvat toistojen jälkeen. Kaiken oppimisen perusta on havaintomotoriikka, joka on aistien ja motoriikan yhteistoimintaa. (Hiekkanen & Putkisaari & Salmela 2013, 11.)

Motorinen kehitys tapahtuu kokonaisvaltaisemmista eli karkeamotorisista liikkeistä eriytyneisiin hienomotorisiin liikkeisiin kahdessa suunnassa toisin sanoen päästä jalkoihin sekä

keskeltä raajoihin (Autio & Kaski 2005, 13). Näin ollen motorinen kehitys tapahtuu hierarkisesti. Esimerkiksi itsenäistä kävelyä on edeltänyt ryömiminen, konttaaminen ja pystyasentoon nousu. (Karvonen & Siren-Tiusanen & Vuorinen 2003, 36.) Hienomotoriset taidot esimerkiksi kynän käyttö voivat siis kehittyä vasta, kun suurilla lihasryhmillä tuotettuja perusmotorisia taitoja on saatu harjoitella tarpeeksi (Pönkkö & Sääkslahti 2013, 464).

Lapset kehittyvät omaa, ainutlaatuista tahtia, ja jokainen motorinen taito voi kehittyä vasta, kun lapsen omat fyysiset edellytykset, havaintotoiminnot sekä hermostollinen kehitys ovat otollisia uuden oppimiselle (Pönkkö & Sääkslahti 2013, 464). Kasvun ja harjoittelun kautta kehittyessä, pieni lapsi oppii käyttämään kehoaan eriytyneemmin (Autio & Kaski 2005, 13).

Havaintomotoriset ja motoriset perustaidot ovat alle neljävuotiaiden tärkeimpiä liikunnan elementtejä, koska ihan arkiset toimet esimerkiksi pukeutuminen ja syöminen toimivat vielä kasvatus, opetus ja oppimistilanteina. Näiden avulla lapsi oppii oman kehonsa kautta erilaisiin liikemahdollisuuksiin. Myös eri liikkumisen muodot esimerkiksi ryömiminen, konttaaminen ja seisominen avaavat aivan uuden maailman havainnoida ja tutkia ympäristöä. Oman kehon tutkiskelua tuetaan esimerkiksi kehon osien nimeämällä, ja aikuisen tehtävänä on myös muokata ympäristöä turvalliseksi eri taitojen kehittämiseksi. Näiden taitoharjoitteluiden kautta lapsi tutustuu yhä lähemmin kehoonsa ja motoristen perustaitojen harjoittelu mahdollistuu. (Pönkkö & Sääkslahti 2013, 466–467.)

Motoriset perustaidot vakiintuvat yksilöllisellä tasolla pikku hiljaa 4-6 –vuotiailla. Tätä kautta mahdollistuu perustaitojen opettelu eri liikuntamuodoissa kuten hiihto ja uinti. Karkeamotoristen taitojen harjoittelu esimerkiksi pallon käsittelyssä synnyttää tässä iässä myös mahdollisuuksia hienomotoristen taitojen oppimiseen. (Pönkkö & Sääkslahti 2013, 468.)

2.2 Alle kouluikäisen lapsen liikuntakasvatuksen tavoitteet

Kehitys on alle kouluikäisen lapsella hyvin kokonaisvaltaista ja hänen koko kapasiteettinsa eli fyysinen ja henkinen taso kehittyvät valtavasti joka päivä (Hakkola & Laitinen & Ovaska-Airasmaa 1991, 9). Liikuntakasvatuksen ensisijaisena tavoitteena onkin tukea lapsen kokonaisvaltaista fyysistä, motorista ja henkistä kehittymistä eli luontaista ja monipuolista liikkumista, omaan kehollisuuteen tutustumista, ajattelutoiminnan ja kykyjen vahvistamista, itseilmaisua, onnistumisen elämyksiä, myönteisen minäkuvan ja itsetunnon kehittymistä, monipuolisen harjoitteluympäristön rakentamista, ja kehon kaikkien aistien käyttöä. Tavoitteena on myös tukea lasta itsenäiseen tutkimiseen ja oppimiseen leikin kautta mutta

myös mahdollistaa yhteisiä leikkejä sosiaalisten taitojen kehittämiseksi. Tätä kautta tuetaan myös muuta oppimista ja kokonaispersoonallisuuden kehittymistä. (Karvonen & Siiren-Tiusanen & Vuorinen 2003, 96–97.)

Kehollisen ilmaisun merkitystä varhaislapsuudessa ei voi liikaa korostaa. Aikuiset ilmaisevat itseään ehkä mieluummin sanojen välityksellä, mutta lapselle kehon kieli on välitön kanava ilmaista tunnetiloja ja kokemuksia. Kehon kieli on tärkeä väylä myös lapsen ja aikuisen vuorovaikutuksessa. Kehollisen ilmaisun ymmärtäminen onkin todella tärkeää. (Ruokonen & Rusanen & Välimäki 2009, 18.) Lapsen kehityksen ja oppimisen ominaispiirteet tulee kuitenkin tuntea, jotta nämä kaikki tavoitteet täyttyisivät. Tärkeää on myös huomioida oma toiminta liikuntakasvatuksen suhteen sekä yhteistyömahdollisuudet. Vanhemmilla on lastensa ensisijainen kasvatusoikeus ja – vastuu, ja esimerkiksi varhaiskasvatuspalvelut on luotu tukemaan tätä kasvatustilannetta. (Pönkkö & Sääkslahti 2013, 462–463.)

2.3 Taidekasvatuksen hyötyjä alle kouluikäiselle lapselle

Lasten osalta taidekasvatuksesta erottuu kaksi pääsuuntausta eli lapsille tehty taide sekä lasten itse luoma, esittämä tai tekemä taide, joiden välissä kulkee arkipäivässä tapahtuvat elämykselliset tilanteet. Taidekasvatus on aktiivisinta, kun lapsi toteuttaa sen itse. (Puurula 2001, 170.) Lapselle on luonteenomaista kokonaisvaltainen ilmaisu sekä sen eri muotojen luova yhdisteleminen (Opetushallitus 2016, 30). Pieni lapsi ei erottele mielessään taiteen eri osa-alueita, vaan esimerkiksi käsillä tekeminen voi nopeastikin vaihtua liikkeiksi, leikeiksi ja tanssiksi (Karppinen & Salovalta 2000, 56).

Taidekasvatus kehittää luovaa kekseliäisyyttä, huumorintajua, ongelmaratkaisutaitoja, keskittymiskykyä, joustavuutta, päätöksentekokykyä, muistia, mielikuvitusta, omien tunteiden tunnistamista ja kohtaamista, karkea- ja hienomotoriikkaa, oman kehon ja minuuden tuntemusta ja kokemuksellisuutta, eri aistien yhteistoimintaa, aivojen toimintaa, itsetuntoa sekä itseilmaisua (Hurme 2011, 15). Taiteellisella kokemisella ja ilmaisemisella edistetään myös lapsen sosiaalisia taitoja ja oppimisedellytyksiä. Se antaa myös valmiuksia ymmärtää sekä jäsentää lasta ympäröivää maailmaa. (Opetushallitus 2016, 30.) Taidekasvatuksen tavoitteena on kehittää lapsen aistillisuutta, jonka kautta juuri tietäminen mahdollistuu (Hassi 1994, 29).

Pieni lapsi luo joka päivä jotakin uutta, ja maailma on ihmettelyn kohde. Hänen mielelle ei ole rajoja, vaan hän liikkuukin luonnollisesti oman mielikuvituksen, illuusioiden ja leikin maailmassa, ja näin mahdoton muuttuu mahdolliseksi. Esimerkiksi alle kolmevuotias

muodostaa pitkälti oman luonnollisen suhteensa itseensä, olemiseen ja maailmaan juuri aistien ja tunteiden avulla, mikä on oleellista myös taiteessa. Taiteen tekeminen vaatii juuri irtaantumista järjellisestä ajattelusta kohti omaa intuitiota. (Karppinen & Salovalta 2000, 58.) Taiteen avulla voidaan lähestyä ihmisen herkimpiä, sisäisiä alueita sekä vahvistaa muun muassa empatiakykyä. Taiteen avulla on myös helpompi ymmärtää toisen ihmisen tilannetta. (Hakkola & Laitinen & Ovaska-Airasmaa 1991,10.)

2.4 Lapsen ja vanhemman yhteinen tie liikunta- ja taidekasvatuksen polulla

Useat aikuiset toivoisivat lapsestaan tulevan luova ja taiteellinen persoona esimerkiksi oppimaan balettia tai soittamaan jotakin soitinta. Lasta tuetaan, nähdään vaivaa, sekä odotetaan palkitsevuutta omaan vaivannäköönsä hyvien suoritusten muodossa. Taidon oppiminen vaatii kuitenkin lapsen oman sisäisen innostuksen ja motivoivan kokemuksen. Silloin molempien odotukset palkitaan. Aikuisen tärkeä tehtävä on tarjota toimintamahdollisuuksia. (Hakkola & Laitinen & Ovaska-Airasmaa 1991, 8.) Taidekasvatuksella tuetaan varhaista vuorovaikutusta sekä aikuisen ja lapsen välistä kiintymyssuhdetta (Hurme 2011, 15).

Aikuiset ovat useasti oman aikuisuutensa vankeja, mikä tulee ilmi taidekasvatuksessa. Lapsen tukena voi toimia parhaalla mahdollisella tavalla vain yrittämällä nähdä tämä maailma taas lapsen silmin, sekä tutkia ja ihmetellä yhdessä. Lapsen tulee saada omaa tilaa päättää toteutukseen liittyvistä asioista. (Hurme 2011, 14.) Alle kouluikäinen lapsi voi kokonaisvaltaisen taidekasvatuksen avulla tutustua rauhassa taiteen eri osa-alueisiin eli ilmaisumuotoihin sekä itseensä. Lapsi tarvitsee taidekasvatusta oman henkisen kasvun edistämiseksi. (Hassi 1994, 32.)

3 Kokemuksellinen keho

Keho näyttäytyy fyysisenä kehyksenä ihmisen olemassaolosta, se on siis aina mukana (Hiekkanen & Putkisaari & Salmela 2013, 5). ”Kun mieli on tyyni, ajatus ei nouse, olemisen paljastuu hyvin konkreettiseksi kehossa ja maailmassa olemiseksi. On vain kohtaaminen, olemisen tapahtuminen.” (Klemola 2004, 39.) Keho mahdollistaa meille elämän juuri tällaisena, kuin se on mahdollista (Kinnunen 2016, 12). Klemola (2004, 72) toteaa kuitenkin kirjassaan, että ihmisen kiinnostusta ulkoisiin tapahtumiin ja asioihin voidaan kutsua ihmisten ”luonnolliseksi asenteeksi”.

3.1 Fenomenologia

Fenomenologia pyrkii kuitenkin muuttamaan tätä ihmisten niin sanottua ”luonnollista asennetta”, koska katse käännetään omaan sisimpään kohti tietoisuuden rakenteita, joiden avulla ulkoinen asia voidaan havainnoida (Klemola 2004, 72). Kyse on niin sanotusta lisääntyvästä itseymmärryksestä ja olemisen tasapainosta (Klemola 2014, 16). Mielen suuntaaminen sisäänpäin voi olla vaikeaa, koska mieli vie meidät helposti juuri muistamiseen, kuvitteluun ja oletuksiin. Tarvitaan yleensä hiljainen ja virikkeetön paikka harjoittamiselle. Mutta kun pääsee kiinni kehon sisäisiin tuntemuksiin muun muassa omaan hengitykseen, niin mieli oppii suuntautumaan sisäänpäin ja kuuntelemaan tätä sisäistä tietoa ja elävää kehoa. Esiin nousee kehontietoisuus, jonka sisäisistä viesteistä ollaan valitettavan usein kiinnostuneita vasta siinä kohtaa, kun keho tulee sairaaksi. (Klemola 2004, 72.)

Nykyihminen on huolestuttavasti erkaantunut omasta kehostaan. Sisäänpäin katsominen, oman sisäisen itsensä löytäminen ja oman kehon sisäisten ajatusten, tuntemusten ja tunteiden kokeminen ja näkeminen voivat olla hyvin epämiellyttäviä kokemuksia. (Klemola 2004, 73.) Jotta ihminen voisi kuitenkin auttaa toista ihmistä, on hänen hyvä olla tietoinen oman kehonsa kokemuksellisuudesta eri tilanteissa ja ympäristöissä (Hiekkanen & Putkisaari & Salmela 2013, 5).

3.2 Objektikeho ja eletty keho

Klemola (2004, 77) mainitsee Edmund Husserlin, Max Schelerin sekä Maurice Merleau-Pontyn, joiden kautta keskustelua kehollisuuden fenomenologiasta sekä objektikehon ja koetun kehon eroista näinä päivinäkin keskustellaan. Tieteen näkökulmasta objektikeho määritellään kehona, joka koostuu tietyistä rakenteista esimerkiksi luusto, lihaksisto ja verenkiertoelimistö, ja jota katsotaan esineen tavoin ulkoapäin. Eletty eli koettu keho on koko ajan läsnä kehon sisäisessä kokemuksessa ja avautuu kehontietoisuudessa. Liik-

kumisessa tai ruumiin osan liikuttamisessa on aina kyse koetun kehon liikuttamisesta. (Klemola 2004, 77–78.)

3.3 Proprioseptinen tietoisuus eli kehotietoisuus

Proprioseptinen tietoisuus eli kehotietoisuus on tietoisuutta koetusta kehosta, aistien välittämää kehon sisäistä tuntemusta. Se syntyy proprioseptiivisten aistien antamien informaatioiden kautta, joita kutsutaan ulkoisiksi ja sisäisiksi aisteiksi. Ulkoisiin aisteihin luetaan näkö-, kuulo-, haju-, maku- ja tuntoaistit, kun taas sisäisiä aisteja ovat tasapaino-, ja liikeaistit. Ulkoiset aistit antavat meille tietoa ulkoisesta maailmasta, kun taas sisäisten aistien avulla saamme tietoa oman kehomme sisäisistä muun muassa tuntemuksista, lihasten jännittyneisyydestä ja rentoudesta, nivelten liikkeistä ja tasapainosta. Ne mahdollistavat meidän liikkumisemme. (Klemola 2004, 78, 91.)

Näköaistilla on taas esimerkiksi iso merkitys kehon liikemallien oppimisessa. Pelkkä malliesimerkin tai kuvan katselu stimuloivat oikeita aivoalueita aktivoitumaan, ja esimerkiksi valssin oppiminen sujuu käytännössä paremmin. Tuntoaistin kautta esimerkiksi vauva tuntee lämpimän kosketuksen, joka tukee hänen motorista kehitystä sekä vahvistaa itse-tuntoa arvostuksen tunteen kautta. (Kinnunen 2016, 14, 16.)

Kehotietoisuuden kautta ihminen pystyy tulkitsemaan sanatonta viestintää eli itseään (Hiekkänen & Putkisaari & Salmela 2013, 5). Kehotietoisuudessa yhtyvät juuri keho ja mieli. Kuunnellessa juuri kehoa sisältä päin, voidaan kehittää sisäistä aistijärjestelmää. (Klemola 2014, 15, 181.) Aistit välittävät jatkuvasti informaatiota aivoille, joiden toimintaohjeet ohjautuvat lihaksistolle ja elimistöllä näiden tietojen perusteella. Tämän loppu tulemana syntyy liikettä. (Hiekkänen & Putkisaari & Salmela 2013, 11.)

Sisäisten aistien systeemi tuottaa myös niin hienovaraista aistimustietoa, että kaikesta siitä ei voi olla aina tietoinen mutta tätä omaa kehotietoisuutta voi harjoittaa herkemmäksi. Tästä esimerkkinä aistimukset, jotka tapahtuvat automaattisesti ohjaten kehon liikettä esimerkiksi polkupyörällä ajamisen opettelussa. Tasapaino toimii kehon asentojen kannattelussa osana kehon kaavaa mutta myös olennaisena osana kehon kuvan kokemuksellista ulottuvuutta. (Klemola 2004, 85.)

Ilman kehoa ja siinä olevia ulkoisia ja sisäisiä aisteja ihminen ei pystyisi olemaan kontaktissa toisiin ihmisiin tai ympäristöönsä (Kinnunen 2016, 12). Kehotietoisuuden harjoittamisessa oleellisinta on läsnäolo ja omaan keholliseen kokemukseen keskittyminen. Kun oppii kuuntelemaan ja tunnistamaan kehosta tulevia viestejä sekä harjoittamaan kehotie-

toisuutta, vanhojen muistijälkien sanelemien liikemallien tilalle alkaa löytyä kehon luonnollista liikettä. (Hiekkanen & Putkisaari & Salmela 2013, 10.) Esimerkiksi Asahi-harjoittelussa opitaan olemaan läsnä kaikkien aistien sisällössä, ja se opettaa juuri oman sisäisen maailman katsomisen taitoa. Tällainen tässä hetkessä oleminen vaatii mielen hiljentämistä sekä aistien avaamista sisäiselle että ulkoiselle maailmalle, jotta ihminen voi kokea kehon, mielen ja sydämen yhteenkuuluvuuden. (Klemola 2014, 181, 184.)

3.4 Dualistinen kokemus

Länsimaisessa kulttuurissa ihmisen kehoon suhtaudutaan mekaanisesti, ja ihminen on hyvin pitkälle kadottanut tämän kehon sisäisen maailman kuuntelun. Silloin, kun mieli ja keho koetaan toisista erillisiksi, puhutaan dualistisesta kokemuksesta. Tämä mielen ja kehon erillisyyden rajapinta kuitenkin hälvenee toistojen ja harjoituksen myötä, ja aletaan päästä kokemuksellisuuteen, jossa mieli ja keho yhtyvät. (Klemola 2014, 183.)

Aluksi omaa kehoa katsotaan objektikehona ja mielikuvan annetaan ohjata liikettä ja oppimisprosessia. Sisäisen kokemuksen syventyessä mielikuvaan lisätään oma sisäinen kokemus mielikuvakehon sisällä. Tämän tyyppisen taidon oppimisen harjoitteen kautta syntyy liikekokemus, jossa kehon liike ja sen mielikuva yhdistyvät ja ikään kuin sulautuvat yhteen. Tästä syntyy harmooninen, läsnä oleva mielen ja kehon yhteinen liike. (Klemola 2014, 110–111.) Lapsi tutkii maailmaa hänen kaikilla aisteillaan. Jos häntä ei lannisteta tällä tutkimusmatkalla, hän oppii soveltaman näitä kokemuksiaan uusiin tilanteisiin. (Hakkola & Laitinen & Ovaska-Airasmaa 1991, 9.)

3.5 Kehon kaava ja kehon kuva

Kehon kaava ja kehon kuva ovat kaksi järjestelmää, jotka ovat vuorovaikutuksessa toistensa kanssa. Kehon kaava on kykyä liikkua eli motoristen kykyjen järjestelmä, joka toimii ilman tietoista havainnointia, koostuen fysiologisista järjestelmistä mahdollistaen liikkeen sekä asennon hallinnan. Rutiininomaiset liikkeet tapahtuvat juuri tällä tasolla, eikä meidän tarvitse olla tietoisia tästä asiasta. (Klemola 2004, 81–82, 84.)

Kehon kuvasta puhuttaessa tarkoitetaan taas omaa tietoista havainnointia omasta kehosta, liikkeestä sekä kokemuksesta mutta myös omaa käsitystä eli kuvaa omasta kehosta. Se sisältää omia sisäisiä kokemuksia, mielikuvia ja uskomuksia omasta kehosta. (Klemola 2004, 82.) Tämä kehon kuvan käsite liittyy koko kehoon eli tuntemuksiin, rajoihin, reaktioihin ja osiin, ja se on siis osa minäkuvaa. Myönteinen kehon kuva vapauttaa ihmisen elämään, koska silloin ei häpeile omaa kehollisuuttaan, vaan on hyväksynyt oman kehonsa sellaisena kuin se on. (Kinnunen 2016, 23.)

3.6 Kontemplatiivinen keho ja kehon kuuntelu

Klemola (2004, 89) käyttää kirjassaan kontemplatiivisen kehon määritteenä seuraavaa ” Se on keho, joka on käynyt läpi erilaisia kehon sisäistä kuuntelua edellyttäviä harjoituksia ja näin avannut sellaisia kokemuksen mahdollisuuksia, jotka eivät paljastu helposti harjaantumattomalle keholle”. Kehon kuuntelu perustuu pääasiallisesti kehon sisäisten aistien kuten liike- ja asentoaisteja toimintaan ja hengitykseen. Kaikki keskittyminen viedään kehon sisäisiin tuntemuksiin, ja tätä kautta saatava tieto jakautuu aistihavaintoihin esimerkiksi kosketus, lämpö ja kipu sekä tunnekokemuksiin esimerkiksi rentouttava, ahdistava ja arka. Ulkoisten aistien tietoa voidaan myös hyödyntää kehon kuuntelussa. (Hiekkänen & Putkisaari & Salmela 2013, 28–29.)

Klemola (2004, 87–88) puhuu myös aasialaisen ja länsimaalaisen kulttuurin eroista. Tässä kohtaa huomiota herättävää on juuri aasialaisten perinteissä oleva mielen ja kehon yhteys, joka nähdään saavutuksena, ja jonka eteen ihmisen on ponnisteltava saavuttaakseen eettisen, esteettisen ja tiedollisen kokemuksen. Ihmisen keho on siis todella tärkeässä asemassa, ja aasialaiset filosofiset perinteet lähtevätkin aina juuri kokemuksesta. Idän kulttuureissa ihmistutkimuksen perinteet ovatkin ihmiseksi tulemisen prosesseissa, harjoittamisessa ja tutkimisessa. Klemola (2004, 89) mainitsee kuitenkin kirjassaan Maurice Merleau-Pontyn, jonka filosofian myötä länsimaissakin kehon ja mielen yhteys on tuotu tietoisuuteen, ja on ruvettu korostamaan tätä yhteyttä.

Hyvin useasti ihminen suunnittelee jo seuraava hetkeä, ajatukset ovat jo huomiossa, vaikka tämä hetki on juuri tässä ja nyt. Tämä niin sanottu ego-keskeisyydessä eläminen vie ajatukset pois juuri kehon sisäisistä tuntemuksista jatkuvaan ajatteluun ja suunnitteluun. Tämä kokemus jakaa juuri mielen ja kehon kahdeksi erilliseksi palaseksi, keho tuntuu vieraalta. (Klemola 2004, 86–87.)

3.7 Alle kouluikäisen lapsen kokemuksellinen keho

Pieni lapsi on hänen omassa kehossaan, mikä on tärkeä hänen koko identiteetilleen. Lapsi kerää jatkuvasti sisäisten ja ulkoisten aistikanavien välityksellä keskushermostoonsa monipuolisia liikemalleja. Oman kehon kautta hänelle välittyy käsitystä itsestään eli sisäisestä minästä ja tekemisestään. (Miettinen 1999, 66.) Tämä valmius käyttää kaikkia kehonsa aisteja on hänellä jo syntyessään. Hän todella tutkii, rakentaa sekä muuttaa maailmaa avoimin mielin, eikä vain jäljittele ja tee perässä valmiita malleja. Kasvun ja kokemuksellisuuden edellytykset löytyvät siis lapsesta itsestään, mahdollisuuksien ollessa vielä rajattomat. Tämä tuottaa hänelle todella paljon iloa. (Hakkola & Laitinen & Ovaska-Airasmaa 1991, 8-9.) Ensimmäisen vuoden aikana lapsi tulee muun muassa tietoiseksi

itsestään ja löytää minän, perusturvallisuuden sekä rakkauden ja eron tuskan. Ei ole olemassa mallilasta, joka kasvaisi jonkin ihannekaavion mukaan. (Jarasto & Sinervo 1997, 24, 32.) Jokainen lapsi on lahjakas jossakin asiassa, eikä heillä ole ongelmaa tämän asian kanssa. Aikuiset tekevät siitä ongelman. Siksi onkin hyvä tarkastella niitä suuria kykyjä, joita lapsilla on jo syntyessään. (Hüther & Hauser 2015, 36.)

Vastasyntyneillä on sisäinen käyttäytymistä ohjaava peruskaava. Neurobiologit ja vastasyntyneiden tutkijat ovat selvittäneet, että ihmisaivot rakentuvat jo syntymää edeltävissä vaiheissa sikiön omasta kehosta ja äidin kehosta tulevien ärsykkeiden mukaan. Sikiö tuntee kasvavansa, oppivansa uusia taitoja ja ylittävänsä itsensä jatkuvasti. (Hüther & Hauser 2015, 37.) Jo kolmen kuukauden ikäinen sikiö kykenee aistimaan omaa heilahtelua sekä äidin äänestä syntyvää värähtelyä tai liikkeistä aiheutuvia asentomuutoksia (Numminen 1996, 67). Lapsella on siis jo ennen syntymäänsä tiedostamaton kokemus siitä, että on mahdollista saada samanaikaisesti läheisyyttä, kasvaa ja oppia uusia taitoja. Tähän kokemukseen lapsi pyrkii jatkossakin. (Hüther & Hauser 2015, 37.)

Vastasyntyneen aisteista tunto-, kosketus- ja hajuaisti ovat jo hyvin kehittyneet (Numminen 1996, 67). Syntyessään vauva hakee heti läheisyyttä ja turvaa, jotta hän tuntisi yhteenkuuluvuuden tunnetta, ja elämä jatkuisi edelleen läheisen suhteen turvassa uusia kokemuksia ja taitoja oppien sekä itsenäistyen. (Hüther & Hauser 2015, 37.) Ihon tuntoaistin avulla lapsi hahmottaa omaa kehoaan ja sen osia. Hän löytää omat rajansa, joilla erottaa itsensä muista ihmisistä sekä ympäristöstä. Kosketusaistin avulla lapsi hahmottaa itsensä kaksiulotteisena, ja lapsen kehitykselle tärkeä turvallisuudentunne välittyy myös kosketusaistin avulla. (Numminen 1996, 67–68.)

Kahteen vuoteen mennessä lapsen tietoisuus omasta minästä kirkastuu (Jarasto & Sinervo 1997, 46). Lapsi tutkii ja tarkkailee keskittyvästi jatkuvasti ympäristöään, ja on kiinnostunut, että miksi asiat tapahtuvat tietyllä tavalla. Hän siirtää ihmisten ominaisuuksia esimerkiksi eläimiin ja leluihin, ja leikkii jo mielikuvaleikkejä. (Solatie 2009, 29.) Motoristen taitojen perustana oleva rytmi voidaan aistia kuulo-, näkö-, lihas-, kosketus- sekä näköaistin avulla. Näköaistin avulla lapsi pystyy hahmottamaan muun muassa tilaa ja esineen liikerataa. Proprioseptiivisten aistien avulla saadaan tietoa kehon tilasta, liikkeistä sekä suunnan ja nopeuden muutoksista. Kinesteettisen aistin avulla lapsi tulee tietoisemmaksi omasta kehostaan ja käyttää sitä liikerytmin havaitsemisessa. (Numminen 1996, 69–71).

Lapsen kasvaessa sisäinen mielikuvitusmaailma voimistuu. Mielikuvituksen tukeminen on tärkeää, koska sitä tarvitaan myöhemmin elämässä. Lapsi, joka oppii luomaan mielikuvituksensa avulla, selviää monista tilanteista paremmin. Luovien leikkien avulla harjoitetaan

monipuolisesti motoriikkaa ja pystytään tunnistamaan sekä ilmaisemaan omia tunteita. Voimaa vaativat leikit kiinnostavat lasta, koska niiden avulla lapsi oppii säätelemään voimaansa. Noin viiden vuoden iässä näkyy lapsen kypsyyneisyys kehityksen eri osa-alueilla. Musiikin mukana vapaasti liikkuminen on lapsesta kiehtovaa, ja pojatkin nauttivat esimerkiksi perhosena liitelemisestä. (Jarasto & Sinervo 1997, 52–55, 62.)

3.8 Alle kouluikäisen lapsen identiteetin, minäkuvan ja itsetunnon kehittyminen

Lapsen ensimmäisen vuoden aikana tärkein kehitystapahtuma on perusturvallisuuden syntyminen. Tämä tarkoittaa lapsen luottamusta ympärillä oleviin ihmisiin sekä siihen, että hänen tarpeensa otetaan huomioon. Tämän vuoden aikana syntynyt turvallisuuden tunne vaikuttaa myöhemmin juuri esimerkiksi itsetuntoon. Turvallisuuden tunteen muodostuminen riippuu lasta hoitavista aikuisista. (Jarasto & Sinervo 1997, 27–28.) Lapsen itsetunnon tukeminen onkin vanhempien yksi tärkeimmistä ja haastavimmista tehtävistä. Luova toiminta vahvistaa itsetuntoa. (Juusola 2011, 146, 153–154.)

Identiteetillä tarkoitetaan ihmisen kokemusta oman minän jatkuvuudesta sekä sen eheydestä. Pienen lapsen kuva itsestään on vielä aika epärealistinen ja jäsentymätön. Lapsen on tärkeä oppia ymmärtämään, sekä saada kannustavaa palautetta siitä, että jokainen ihminen saa olla erilainen. (Juusola 2011, 155–156.) Vaikka itseluottamus kasvaa positiivisten onnistumisten ja palautteen myötä, niin lapsen oma sisäinen palaute toiminnan kautta on merkittävin. Positiivisten elämysten kautta lapsen motivaatio toimintaan kasvaa. (Miettinen 1999, 66.) Harrastukset tukevat identiteetin kehitystä, ja siksi lapsella on hyvä olla harrastus, jossa hän kokee onnistumisen elämyksiä, sekä tuntee kuuluvansa ryhmään (Juusola 2011, 156). Tutkimuksetkin ovat osoittaneet, että liikunnan harrastamisella on positiivista vaikutusta lapsen parempaan minäkuvaan (Miettinen 1999, 66).

Vahvan identiteetin rakentamisessa on tärkeää, että lapsi oppii asettamaan itselleen tavoitteita, pitäen niistä kiinni, sekä osaa nauttia niiden kautta saavutetuista mielihyvän tunteista. Lapsi saa olla oma itsensä ja kehittyä omassa tahdissaan. Arki ei saa olla suorittamista, vaan lapsen omien juttujen tulee kummuta omasta sisäisestä motivaatiosta eikä esimerkiksi vanhempien kunnianhimoisista tavoitteista. (Juusola 2011, 157.)

3.9 Psykomotoriikka kokemuksellisen kehon apuvälineenä

Psykomotoriikalla tarkoitetaan psyykkisten ja motoristen tapahtumien toiminnallista kokonaisuutta eli kehon sekä motoriikan että mielen sekä psyykeen yhteistyötä (Zimmer 2011, 19) Liikunta nähdään apuvälineenä lapsen kasvun ohjauksessa, millä halutaan kehittää lapsen koko persoonallisuutta monipuolisilla liikunta- ja havaintokokemuksilla (Miettinen

1999, 64). Pyritään siis vaikuttamaan liikunnan avulla positiivisesti henkilön psyykkiseen hyvinvointiin kuin tukemaan hänen kokonaisvaltaista kehitystä. Itse liikunnallista suoritusta ei ole ilman psyykkisiä ja emotionaalisia prosesseja, ja siksi lapsen kehitys on aina psykomotorista kehitystä. Psykomotoriikka voidaankin ymmärtää spesifisenä näkemyksenä ihmisen kehityksestä, jossa liikunta nähdään henkilölle olennaisena ja merkittävänä ilmaisukeinona. (Zimmer 2011, 19.) ”Psykomotorisen kasvatuksen lähtökohtana on ajatus, että ihmisen persoonallisuuden kehitys on aina ymmärrettävä psyykkisten, sosiaalisten, kognitiivisten ja motoristen tekijöiden yhteisvaikutuksesta syntyneenä prosessina.” (Miettinen 1999, 67.)

Psykomotorinen kasvatuskäsitys on erinäköisten, erikokoisten, eri asioista kiinnostuneiden, eri lahoilla varustettujen ja eri kokemuksia omaavien lasten innostamista reippaaseen toimintaan, missä kenenkään ei tarvitse suorittaa olemassaoloaan. Lapset ovat tervetulleita sellaisina kun he ovat ja kaikkia kohdellaan täysivaltaisina kumppaneina. Yksilön ohjaus ja tukeminen eivät ole tekniikoiden hiomista ja voittojen metsästämistä, vaan se on yksilön aitoa huomioimista, uskomista, todellista välittämistä ja ryhmään kuulumista, heidän omilla taidoillaan. (Miettinen 1999, 73.)

Suomessa toteutettava psykomotoriikka on saanut erityisesti vaikutteita Saksasta ja rantautui Suomeen 1990-luvulla. Keski-Euroopassa se sai alkunsa jo 1950-luvulla, ja on ollut pitkään käytössä apuvälineenä niin kasvatukseen että terapian puolella. Psykomotoriikassa pyritään tukemaan ja edistämään yksilön koko persoonallisuutta liikunnan avulla, jossa kehoa ja mieltä ei nähdä erillisinä vaan yhteenkuuluvana yksikkönä. (Rintala & Huovinen & Niemelä 2012, 31.) Kysymys on siis kokonaisvaltaisen kehon ja mielen yhteyden tukemisesta, jossa liikkuminen ei ole pelkkää fyysis-motorista eli kehollista suorittamista, vaan monipuolista eri aistien avulla tapahtuvaa hahmottamista ja havainnointia, elämyksellisyyttä, kehollisuutta ja yhdessä tekemistä. (Miettinen 1999, 64–65.) Se voidaankin ymmärtää kokonaisvaltaisena fyysismotorisena, kehollisena ja psyykkisenä prosessina (Zimmer 2011, 19).

Lapsen liikkumisessa vahvassa vuorovaikutuksessa ovat aina kokemus, ajattelu, tunne ja toiminta, ja lapsille keho ja liike ovat mitä luontevin tapa ilmaista itseään ja kommunikoida toisten ihmisten kanssa. Harjoittelu menetelmät eivät perustu lajikohtaiseen taitoharjoitteluun, tulostavoitteisiin, kilpailuun eikä yksittäisen liikuntataidon oppimiseen, vaan tavoitteena ovat liikuntataitojen taustalla ja niihin yhteydessä olevien kykyjen vahvistaminen jokaisen omat lähtökohdat huomioon ottaen. (Rintala & Huovinen & Niemelä 2012, 31.) Psykomotorisen kasvatuskäsityksen tarkoituksena on siis tukea ja myös kehittää valmiuksia, joita henkilöllä on jo käytössä (Miettinen 1999, 67). Havaintomotoriset harjoitteet muodostavat toiminnan keskeisen sisällön, koska havaintomotoriikan osa-alueet ovat tär-

keitä oppimiseen liittyviä tekijöitä. Tällainen monipuolinen havainto- ja perusmotoriikan harjoittelu mahdollistavat myöhemmin osallistumisen myös lajitaitoja vaativaan liikuntaan. (Rintala & Huovinen & Niemelä 2012, 31.)

Yhtenä tärkeänä tavoitteena on myös tukea lapsen oma-aloitteisuutta, aktiivisuutta sekä luottamusta omiin kykyihinsä, joilla vahvistetaan omaa itsetuntoa ja minäkuva. Toisten kanssa liikkussa on myös mahdollisuus kehittää vuorovaikutustaitoja. Tavoitteissa ja toiminnan toteutuksessa otetaan huomioon kunkin yksilön toimintamahdollisuudet. (Rintala & Huovinen & Niemelä 2012, 31.)

Lapsi-vanhempiryhmissä vanhemmat ovat lapsille sekä leikkikavereita, luottamushenkilöitä että auttajia (Zimmer 2011, 157). Aikuiset saattavat suojella varsinkin erityistukea tarvitsevaa lasta liikaa. Liiallinen auttaminen saattaa luoda lapselle kuitenkin tunteen, ettei hän kykene suoriutumaan itse, eikä ole luottamuksen arvoinen, mikä voi vaikuttaa kielteisesti hänen minäkuvaansa. (Rintala & Huovinen & Niemelä 2012, 31.) Yhteisten liikuntaleikkien avulla vanhemmille avautuu kuitenkin mahdollisuus nähdä lapsi uudella tavalla, kun lapsi oppii luottamaan omaan liikkumiseensa laajentaen samalla toimitilaansa. Vanhemman läsnäolo luo lapselle tunteen tilanteen turvallisuudesta, ja hän voi heittäytyä kokonaan tehtävien tekemiseen. (Zimmer 2011, 157.)

Useat vanhemmat luottavat lapsen kykyihin paremmin ja antavat enemmän liikkumisvapautta ryhmätoiminnassa kuin kotiympäristössä, jossa apuna toimii toiminta muiden ryhmän vanhempien kanssa. Yhteisen tekemisen tarkoituksena onkin syventää lapsen ja vanhemman suhdetta, jonka myötä myös vanhemman myötäelämiskyky lapsen tarpeisiin ja kehitykseen syvenyy. (Zimmer 2011, 157.) Psykomotoriikassa korostetaankin Maria Montessorilta lähtöisin olevaa ohjetta ”auta minua tekemään se itse”. Lapsi on siis toiminnan tekijä eli subjekti eikä objekti. (Rintala & Huovinen & Niemelä 2012, 32.)

Psykomotorisessa tukemisessa annetaan niin lapselle kuin vanhemmalle mahdollisuus intensiiviseen vuorovaikutukseen, ja myös vanhemmat voivat saada kokemuksia psykomotoriikasta. Esimerkiksi useasti pelokkailla lapsilla saattaa olla pelokkaat vanhemmat, niin on hyvä, että he saavat samanlaisia positiivisia ja uusia kehollisia kokemuksia kuin lapsensa. Psykomotoriset menetelmät ja harjoitteet sopivat siis kaiken ikäisille lapsista senioreihin mutta erityistä hyötyä saavat lapset, joilla on esimerkiksi kehityksen viivästyistä, ongelmia aistitoiminnoissa tai havaintomotorisissa kyvyissä tai oppimis- ja käyttäytymisvaikeuksia. Menetelmien avulla pystytään tukemaan myös yksilöitä, joilla on heikko itseluottamus, ovat arkoja, levottomia, hyperaktiivisia tai motorisesti kömpelöitä. (Miettinen 1999, 68.)

4 Luova tanssi

Lapsella on jo luonnostaan kyky käyttää kehoaan, kokeilla ja luoda tanssia. Lapsi reagoi jo vauvana musiikkiin. Tämä synnynnäinen herkkyyks ja luonnollinen tapa tanssia keholla, synnyttävät yhdessä mahdollisuuden luoville liikkeille. Luovassa liikkumisessa tulisi jättää tilaa lapsen omalle oivaltavalle ja luovalle tutkimusmatkalle luoda omaa liikettä kehostaan, eikä vain mallioppimisen kautta, vaikka oppiminen perustuukin lapsilla osaltaan jäljittelyyn. (Hurme 2011, 42, 44.) Tanssiin taiteen muotona yhdistetään paljon taito- ja täydellisyysvaatimuksia, mitkä syntyvät aikuisten luomista käsityksistä oikeasta ja väärästä, vaikka tanssi voi inhimillisenä kulttuurialueena olla hyvin paljon enemmän kuin niin sanotut oikein suoritettut liikkeet (Pakkanen 1994, 70).

4.1 Tanssin elementtejä: keho, tila, voima, aika ja virtaus

Rudolf Laban oli liikeanalyysin ja tanssin teorian kehittäjä. Hän kuvasi valmiiden liikkeiden sijaan liikkeen elementtejä kuten aika, tila, voima ja virtaus. (Ruokonen & Rusanen & Välimäki 2009, 17.) Tanssin kohdalla voidaan puhua myös keho-elementistä (Nirhamo, K. 18.3.2017). Näiden elementtien välisiä suhteita muuntelemalla ja yhdistelemällä on mahdollista tuoda ääretön määrä erilaista liikettä (Ruokonen & Rusanen & Välimäki 2009, 17). Näiden elementtien välisestä dynamiikasta syntyy juuri tanssin esteettinen kieli (Anttila 2001, 79). Näissä tanssiin yhdistettävissä käsitteissä on hyvin paljon yhteistä esimerkiksi musiikin ja kuvataiteen käsitteiden kanssa. Kun nämä elementit ilmenevät kuitenkin kehon kautta, niin ne saavat omanlaisen vivahteensa. (Anttila 2001, 79.)

Valmiiden tanssiliikkeiden sijaan tanssin suunnittelu eli koreografia voidaan aloittaa juuri liikkeen elementeistä käsin. Luova liikunta perustuu siihen, että lapsen omaehtoinen liikkuminen on luovaa ja tutkivaa. Liikkuminen on lapselle luonnollinen tapa ottaa selvää eri asioista. Aikuisen ohjaama luova liikunta on tällaisen luontaisen liikkumisen välitön jatke. Se lähtee lapsen omasta liikkeestä, leikistä ja yhteisen toiminnan ilosta. (Ruokonen & Rusanen & Välimäki 2009, 17.) Varsinkin pienten lasten kanssa toimittaessa, tanssin elementit avaavat aikuisille parempaa käsitystä siitä, mitä lapsi luonnostaan liikkuessaan, leikkiessään ja tanssiessaan oikeastaan tekee, ja miten nämä elementit ovat useasti paremmin hänellä hallussa kuin hänen kanssaan toimivalla aikuisella (Anttila 2001, 79).

Keho-elementillä tarkoitetaan kehon eri osia esimerkiksi pää, olkapää, käsi ja jalat sekä kehon erilaisia muotoja esimerkiksi kaareva, suora, kulmikas ja kiertynyt. Tähän sisältyy myös kehon eri suhteet toiseen esimerkiksi lähellä, kaukana, päällä, alapuolella ja yhdessä sekä kehon tasapaino ja liikuttaminen esimerkiksi askeleet ja hypyt. Tila-elementtiin

sisältyy muun muassa tasot kuten ala-, ylä- ja keskitaso sekä suunnat eteen, sivulle, alas, ympäri ja diagonaaliin. Tähän elementtiin sisältyy myös koko ja reitit esimerkiksi suurena, pienenä, suoraan ja kaarevasti. Tällä voidaan määritellä myös esimerkiksi oma tila ja yhteinen tila. (Nirhamo, K. 18.3.2017.) Tanssissa tämä elementti voidaan nähdä hahmottamisen apuvälineenä mutta varsinkin maailmaan suuntautumisen keinona. Tanssija voi luoda välillä maailmaansa mielikuvissa ja sisäisessä tilassaan, jolloin hän ei suhtaudu ulkoiseen tilaan tietoisesti, mutta useimmiten hän on suhteessa myös ympäröivään tilaan. (Anttila 2001, 82.)

Lapsen kehityksen liikkeelle paneva voima on juuri hänen suuntautumisensa ympäröivään maailmaan ja tilaan. Tämä maailman kohtaaminen on suuntautumista itsestä ulospäin, jolla lapsi pyrkii suhteeseen maailman kanssa, kiinnostuen kaikesta ympärillä olevasta. Ympäröivän maailman tutkiminen keinolla millä hyvänsä voi saada aikuiset aika ajoin suunniltaan huolesta mutta tämän toiminnan rajoittaminen esimerkiksi aikuisen mukavuudenhalun vuoksi on ajattelematonta. (Anttila 2001, 82.) Tila voidaan nähdä siis yhtenä tanssin inspiroivana elementtinä. Joillekin avara tila saattaa olla hämmentävä jopa pelottava, mutta useimmat lapset kokevat tilan juuri vastustamattomana houkutusena, joka kannattaa huomioida ja hyödyntää. (Viitala 1998, 50.)

Lapsen suuntautuminen tilaan on välillä määrätietoista välillä haaveilevaa, ja välillä hän voi sulkeutua omaan sisäiseen maailmaansa ja palata taas kohta yhteyteen ulkoisen maailman kanssa. Nämä vaihtelevuudet tapahtuvat vaivattomasti, mielikuvituksen ja todellisuuden ollessa yhtä lähellä. Lapsella ei ole varauksia tälle vuorottelulle. Tanssin kaikki elementit ja niiden ulottuvuudet ovat näkyvissä juuri leikkivän lapsen liikkeissä. (Anttila 2001, 82–83, 86.)

Voima-elementti liittyy luonnollisesti lihastyöhön, ja se voidaan ajatella määränä esimerkiksi paljon voimaa tai vähän voimaa (Anttila 2001, 80). Liike voi olla myös terävä tai pehmeä, raskas tai kevyt, tiukka tai löysä tai virtaavaa (Nirhamo, K. 18.3.2017). Esimerkiksi kevyen liikkeen suorittamiseen tarvitaan keskittymistä, koska siinä tavoitteena on käyttää vain juuri sen verran lihasvoimaa, että keho voittaa maan vetovoiman. Kehonkin aina tekemisissä maan vetovoiman kanssa, ja esimerkiksi pieni lapsi tutkii ja leikkii painovoiman kanssa pyrkiessään hallitsemaan ja käyttämään sitä hyväkseen muun muassa pystyasentoon pyrkiessä. Tämän jälkeen hän haastaakin kehonsa juuri painovoiman suhteen uusiin suorituksiin ja kokemuksiin. Esimerkiksi juostessa, hyppiessä, kaatuessa, kieriessä, kiipeillessä ja keinuessa lihasvoima ja painovoima työskentelevät vastavuoroisesti välillä toistaan tukien ja välillä haastaen. Lapsi on tässä kaikessa taiturimainen. Pehmeät kaatumiset ja alastulot sekä kokonaisvaltaiset ponnistukset, lepo ja rentous vaihtuvat vai-

vattomasti keskenään. Lapsen leikissä ja spontaanissa toiminnassa totaalinen rentous ja jännitys ovat lapselle luontaista sekä helppoa. Voiman perusulottuvuudet näkyvät spontaanisti jo pienen lapsen liikkeissä, vaikka tanssiin sisältyvänä elementtinä se onkin hienojakoisempi. (Anttila 2001, 80–81.)

Aika-elementtinä sisältää muun muassa temmon, rytmin, keston, aksentin, tauon ja rytmiset kokonaisuudet (Nirhamo, K. 18.3.2017). Se on määrällistä, ja sitä voidaan mitata. Lapselle se on rajaton mutta ajan rajallisuus on monen aikuisen jokapäiväinen murhe. Aikuisen mieli saattaa olla jo edellä, kun lapsi jatkaa tekemistään pitkästyttä. Kiinnostuksen kuitenkin loppuessa, uusi kiinnostuksen kohde tulee löytyä heti, koska lapsi ei odota vaan hän haluaa jännityksen säilyvän. (Anttila 2001, 81.)

Tanssissa aika ilmenee yleisimmin juuri musiikin rytminä tai pulssina. Lapset reagoivatkin hyvin spontaanisti esimerkiksi rytmeihin puheessa ja musiikissa. Lapsen leikissä ja tanssissa aika on kuitenkin paljon enemmän kuin rytmi. Se on läsnäoloa ja heittäytymistä juuri tässä hetkessä niin, että mennyt ja tuleva hämärtyvät ja nykyhetki vahvistuu. Tanssissa ja leikissä maailma kohdataan aistisesti. (Anttila 2001, 82.)

Virtauksella tarkoitetaan virtausta, joka on kehossa kaiken aikaa läsnä, ja se tuottaa aina pientä liikettä. Esimerkiksi hengitys tuottaa paikalla ollessakin kehossa laajenemista ja supistumista. Tanssiterminä tätä kutsutaan vapaaksi virtaukseksi, jota tarvitaan muun muassa pyörimisessä ja hyppäämisessä. Tämä virtaus toimiikin impulssina kaikelle kehon toiminnalle. Kehon rajoittunut kokemusmaailma sekä haitalliset liiketottumukset vaikeuttavat kuitenkin tämän virtauksen vapaata kulkua kehossa, ja keho ei silloin hengitä kunnolla. Tästä esimerkkinä on liikkumaton lantion seutu tai käsien rajoittunut liikerata, jotka kertovat siitä, että kehoa on unohdettu kuunnella, eikä perusvirtaus kulje vapaasti kaikkialle kehossa. Keinuminen, pyöriminen ja kaatuminen edesauttavat vapaata virtausta kehossa ja sen tuomaa mielihyvän tunnetta (Anttila 2001, 83–84.)

4.2 Luovuus, leikki ja mielikuvitus

Luovuus tarkoittaa uusien vaihtoehtojen etsimistä ja näkökulmien oivaltamista, sekä erilaisten keinojen kokeilemistä. Se on siis jotain muuta kuin esimerkiksi analyttistä ajattelua tai tiedon hallintaa. (Solatie 2009, 20.) Luovana ihminen toimii rohkeasti ja tekee asioita omannäköisesti, uudella tavalla (Juusola 2011, 154). Luovuus on kaikkien ulottuvilla, ja jokainen voi toteuttaa itseään luovasti jollakin alalla, joka itseään kiinnostaa. Lapsi luo luonnostaan juuri tanssien, tarinoita keksien ja lauleskellen, kunnes joku kertoo, että hän laulaa väärällä nuotilla, tai alkaa ohjata lasta niin sanotusti oikeiden suoritusten pariin.

Luovan prosessin onnistumiselle olennaista on halu sekä kyky keskittyä ja suunnata energiansa tiettyyn kohteeseen. Liiallisen tottelevaisuuden vaatiminen ja etenkin lasten omien yritysten naurunalaiseksi tekeminen kasvattavat epävarmoja, luovuutensa tukahduttavia puurtajia, joiden on joka päivä ansaittava suorituksillaan kasvattajien hyväksyntä. Jos kasvattajat vaativat liian tiukkoja määräaikoja lasten projektien valmistumiselle, ryhtyvät kilpailemaan lapsen kanssa kumpi on oikeassa, tai osoittavat olevansa pettyneitä lapseen, seuraukset voivat olla ikäviä paitsi luovuuden niin myös koko elämän onnellisuuden kannalta. (Uusikylä 2001, 15–17.) Anttilan (2001, 86) mukaan lapset joutuvat juuri luopumaan leikinomaisesta liikkumisesta liian varhain, ja suurin osa ohjatusta liikunnasta jättää huomiotta lapsen luonnollisesti laajan liikunnallisen, ilmaisullisen ja luovan kapasiteetin, ja liikevarasto kapenee käsittämään liikkeen suorituksena sekä taitona.

Varhaisvuosina paras tapa tukea lapsen kehitystä ja oppimista, on antaa hänen leikkiä ja kokeilla omassa tahdissaan. Lapsen tulee kokea tekeminen itselleen merkitykselliseksi, koska hän ei ajattele tavoitetta vaan sen hetken tekemisen mielekkyyttä itselleen. (Karvonen 2003, 18.) Sinkkonen (1995, 29) kirjoittaa kirjassaan hyvin, että tiedostamattoman ja todellisuuden välimaastossa leijuu monipuolinen ja elävä kuvittelun maailma, ja siellä sijaitsee juuri leikki. Leikin avulla lapset prosessoivat omaa ajatusmaailmaansa, kokemuksia ja elämyksiä, sekä ilmaisevat itseään erityisesti kehon avulla. Saadessaan toteuttaa liikuntaleikkejä vapaasti, lapsi liittyy niihin erilaisia mielikuvia sekä tarinoita, ja valitsee tällöin juuri itselleen merkityksellisiä aiheita. (Zimmer 2011, 75.) Spontaaneissa leikeissä myös lapsen kaikki lihasryhmät ovat käytössä, ja keho aktivoituu tasapainoisesti. Lepo ja ponnistus vuorottelevat harmonisesti. Lapsen liikkumisessa on virtaavuutta ja rytmikkyyttä. (Anttila 2001, 83.) Leikin avulla lapsi voi harjoitella puhumaan asioista, jotka eivät ole juuri tässä. Leikkiminen kasvattaa kykyä kuvitella, ja mahdollistaa asioiden näkemisen erilaisella ja luovalla tavalla. (Kalliala & Tahkokallio 2001, 58.)

Leikki on tärkeää myös aikuisille, koska mielikuvitus ei ole jotakin sellaista, mistä voi nauttia ainoastaan lapsena. Oman mielikuvituksensa käyttämisen ja leikkimisensä tiedostaminen on tärkeää ihan koko elämän ajan. (Rooyackers 1996, 8.) Mielikuvitus toimiikin hyvänä leikkikaverina sekä turvana myös myöhemmin elämässä (Mäkijärvi 2008, 21).

4.3 Luovan tanssin kokemuksellisuuden merkitys lapselle

Luovassa prosessissa edetään kokeilusta tuntemusten ja kokemin kautta elämykseen. Tämä tavoite voidaan siis saavuttaa, vaikka ulkoisesti tästä prosessista ei suuria havaintoja tulisikaan, koska luova prosessi on juuri tässä ja nyt. Tulosta eli elämystä ei voi säilöä mutta sen jättämään sisäiseen jälkeen voi aina palata. Tunne ja liike nitoutuvat yhteen, ja

jokin tunne voi palauttaa tietyn liikkeen esille. Tanssinopetuksessa juuri tämä on hyödynnettävissä kartuttamalla tanssiliikkeisiin ja tanssimiseen liittyviä miellyttäviä kokemuksia, joihin lapsi voi palata uudelleen saman toiminnon myötä. (Viitala 1998, 16.) Luovan liikunnan ja tanssin kautta lapset voivat luoda omaa kulttuuriaan, jossa hänet nähdään aktiivisena ja taitavana. Kulttuurinen näkökulma lapsuuteen onkin toisenlainen kuin perinteinen pedagogiikan näkökulma. Lapsi ei ole pelkkä toiminnan kohde vaan toimija. Lapsen kokemusmaailma on luovan prosessin lähtökohta, ja luomalla omaa kulttuuriaan lapset tekevät oman kokemusmaailmansa näkyväksi ympärilleen. Aikuinen voi oppia lapselta ja toiminnan kautta. Aikuinen pääsee todistamana lapsen moniulotteista ilmaisua ja pääsee näin osalliseksi lapsen kokemusmaailmasta, ja voi oppia samalla itsekkin uutta. (Anttila 2009, 18.) Lasten tanssikasvatuksessa luovalla tanssilla on juuri aina keskeinen sija, koska on kyse kaikille avoimesta ja yhteisestä tanssinopetuksesta (Viitala 1998, 13).

Kaikki ovat samalla viivalla elämyksien kohtaamisessa mutta vain lapsella on ensikokijan ja ennakkoluulottoman etsijän vastaanottavuus. Elämysherkkyden suhteen ihmiset ovat myös erilaisia, ja he kokevat saman liikkeen hyvin eri tavalla. Elämyksen edellytykset ovat luonnollisimmin läsnä läheisten ihmissuhteiden lämmössä eikä kilpailussa. Tanssissa olennaisena on lämmin oppilas-opettaja-suhde sekä ryhmä- ja yhteishenki kuten myös lämmin suhde loputtomia elämyksiä luovaan luontoon. (Viitala 1998, 16.) Lapsuutta on jotenkin käsitelty ylimenovaiheena kohti aikuisuutta, joka on väkisin säädellyt aikuisten ja lasten välistä suhdetta, ja tehnyt siitä hierarkkisen. Yhteisessä luovassa toiminnassa tämä asetelma on mahdollista kääntää ylösalaisin ja asettaa lapset toiminnan kehittäjiksi. Lasten kuunteleminen ja arvostaminen oman kulttuurinsa luojana ja uudistajana antaa lapselle mahdollisuuden kasvaa osallisuuteen ja aktiivisuuteen myös muilla elämän osa-alueilla. (Anttila 2009, 18.)

Lastentanssi on eri elementtien yhdistelmä, jossa tutustutaan tanssin maailmaan kokeillen ja luoden. Luova tanssi voi olla ryhmän ainoa tapa tanssia mutta voi silti sisältää keskeisimmät tanssin elementit. Luovan tanssin tulee kuulua myös jossakin muodossa myös tekniikkapainotteisiin ja muihin tanssin erikoistunteihin. Tanssilla on erityistä annettavaa lapsille juuri sen kokonaisvaltaisuuden, monipuolisuuden ja mukautumismahdollisuuksien vuoksi. Tanssi tarjoaa myös alle kouluikäisille iloa liikkeestä itsestään, omaan ainutlaatuiseen kehoon ja sen monipuoliseen kokemuksellisuuteen tutustumista, sosiaalista vuorovaikutusta sekä omaa tekemistä. Omaan ilmaisuun ja luomiseen taipuvana keinona muiden taideaineiden rinnalla, tanssi on toteutettavissa erittäin monenlaisille ryhmille. (Viitala 1998, 12–13.)

4.3.1 Tanssin opettaminen kehon kokemuksellisuuden kautta

Anttila (2009, 17) kirjoittaa artikkelissaan hänen ensimmäisestä tanssitunnin ohjauksesta lapsille 1980-luvulla, jolloin hän oivalsi, että perinteisesti tanssinopetuksessa käytettävän jäykänkin mallioppimisen tilalle oli löydettävä jokin kokonaan uusi keino. Tämä opettajan tekninen näyttö ja sen jäljitteleminen ei vain toiminut pienille lapsille. Tästä alkoi hänen uusi tutkimusmatkansa tanssin ja lasten maailmaan, mikä olikin aivan muuta kuin meidän aikuisten maailma. Tanssin merkitys liittyy läheisesti lapsen minäkuvaan, siksi lapsen kokemukset omasta tanssista eivät ole samantekeviä. Lapsi voi joutua jatkuvasti kohtaamaan oman riittämättömyytensä, jos opetus on liian suvaitsematonta, koska jokaisella suorituksellaan lapsi yrittää vilpittömästi ratkaista ilmaisun ongelmaa. (Pakkanen 1994, 70.)

Olennaisinta luovassa tanssissa on se, että aikuinen ei pääsääntöisesti näytä valmista mallia. Tuokioon voi kuulua jäljittelyäkin, mutta se voi olla myös toisin päin eli lasta jäljitellen. Näin lähestytään sellaista pedagogiikkaa, jossa opettajan ja oppijan roolit sekoittuvat ja sulautuvat yhteen. Luovaa liikuntaa toteutetaan siis yhdessä. (Anttila 2009, 17.) Elinikäisen oppimisen takaamiseksi ohjauksen tulee olla sellaista, että lapset saavat elää elämyksellistä, tasapainosta ja rikasta elämää tässä hetkessä. Yleiset oppimisvalmiudet kuten halu ja innostus ovat mahdollisuuksia ja potentiaalia. Perusvalmiuksien kriittinen kehitysvaihe on juuri varhaislapsuudessa, jolloin lapsen tulisi päästä uusien toimintojen opettelun ja omaksumisen jäljille. Tämä ei kuitenkaan toteudu, jos opetuksen lähtökohtana ovat vain suoritukset ja taitosisällöt. (Karvonen & Siren-Tiusanen & Vuorinen 2003, 31.) Juuri aikuisen omalla innostuksella ja asiantuntevalla ohjauksella on vahva merkitys siinä, että lapsi saa tarvittavaa tukea näille asioille, ja löytää esimerkiksi elämänpituisen harrastuksen itselleen (Hakkola & Laitinen & Ovaska-Airasmaa 1991, 8).

Aikuiset voivat kuvitella, että aikuisten valitsemat sisällöt ja suunnitelmat voidaan opettaa lapsille pelkästään näyttämällä tai selittämällä. Oppimisen halu lapsessa saadaan kuitenkin parhaiten synnytettyä, kun alle kouluikäisille mahdollistetaan leikki ja omat kokeilut. Lasten toiminnan epäsuoran ohjaamisen menetelmät ovat tässä keskeisessä asemassa. (Karvonen & Siren-Tiusanen & Vuorinen 2003, 18.) Anttila (2005, 81) kirjoittaa hyvin tästä samasta asiasta nuorten osalta, että miten tanssikasvatuksessa kuin taidekasvatuksessa yleensä olisi tärkeää pohtia juuri opetuksen painopisteitä ulkoapäin opetetun materiaalin ja nuorten oman ilmaisun välillä, mikä kumpuaa heidän omista kokemuksista ja maailmastaan.

Kehittävän ohjauksen ja opetuksen tehtävänä on edistää kasvuun johtavia oppimisprosesseja. Aluksi ne ovat lapsille mahdollisia vain yhdessä aikuisten tai toisten lasten kanssa, mutta pikku hiljaa sisäistään he omaksuvat ne henkilökohtaisiksi ominaisuuksiksi. Lasten liikkumistaidot edistyvät arkielämän malleja kehittyneemmälle ja kypsemmälle tasolle. Valitettavan usein ei oteta juuri huomioon lasten ominaista tapaa oppia. Kehittävässä ohjauksessa ja opetuksessa pyritään kuitenkin siihen, että lapset pääsisivät muodostamaan oman henkilökohtaisen suhteen omaan kulttuuriin esimerkiksi liikuntaan ja musiikkiin lapsilähtöisillä mielekkäillä tavoilla. Uusien taitojen omaksuminen ei ole tässä kohtaa tavoite. Keskeistä on, miten ohjaus tukee lapsen omaa kehitystä ja suhtautumistapoja. Kehittävässä toiminnassa pyritään saaman myös vanhemmat osallistumaan aktiivisesti mukaan. (Karvonen & Siren-Tiusanen & Vuorinen 2003, 23–24.)

4.3.2 Tanssin oppiminen kehon kokemuksellisuuden kautta

Tanssi ja liike ovat osa elämää, ja tanssi on ollut luultavasti ensimmäisiä viestintämuotoja. Tanssin avulla ihminen välittää omia tunteitaan ilmaisten itseään. Tanssi on myös toimintaa, joka saattaa ihmiset ja ympäristön yhteen. (Rooyackers 1996, 8.) Kaiken oppimisen perustana on sisäinen oma motivaatio, joka edellyttää onnistumisen kokemusten saamista, oman pätevyyden ja osaamisen kokemuksia sekä toiminnan kokemista itselle merkitykselliseksi (Rintala, & Huovinen & Niemelä 2012, 31). Oppiminen on lapselle kokonaisvaltainen prosessi, jossa hän harjoittelee sekä oppii erilaisia taitoja kaikilla aisteillaan (Anttila 2009, 83). Lasten liikkeet vaikuttavat olevan luonnollisia ja vähemmän tyyliä ja organisoituja (Payne 2006, 89).

Uutta taitoa opetellessa oma henkilöhistoria vaikuttaa myös uuden taidon opetteluun. Opettaja saattaa antaa liike mallin, tai oppija katsoo mallia muilta esimerkiksi lapsi opetellessaan pyörähtämään aikuisen kanssa. Oppijalle syntyy visuaalinen kuva taidosta, jota hän tavoittelee. Tätä voidaan kutsua imitoinniksi, jossa pyritään toistamaan liike niin kuin se on näytetty, eikä niinkään tunnustella liikkeen sisäisiä kokemuksia, koska oppijalla ei ole vielä tarvittavaa sisäistä herkkyyttä. Keho ei aluksi tunnu toimivan mielen mukaan, koska on olemassa mielikuva liikkeen mallista, omasta liikkeestä sekä oma sisäinen kokemus, jotka eivät ole vielä ehjä kokonaisuus. Tämä tapahtuu juuri herkästi taidon opetteluun alkuvaiheessa. (Klemola 2004, 96–97, 110–111.) Lapsen näkökulmasta katsottuna juuri toisto tuo lapselle turvallisuutta ja ennakoitavuutta hänelle vielä sattumanvaraisessa maailmassa (Hurme 2011, 17).

Anttila (2005, 71) toteaa, että taidon oppiminen on hyvin laaja käsite, ja miltei kaikki inhimillinen toiminta voidaan mieltää taidoksi, eikä näin ollen ole helppoa vetää rajaa erilais-

ten taitojen välille kuten kehollisten, motoristen ja henkisten taitojen välille. Taidon oppimisen prosessissa kehon ja mielen suhde on elävä ja muuttuva (Klemola 2004, 89). Kaikes- sa oppimisessa on kyse mielen ja kehon yhteydestä, ja että kehon ja mielen yhteyden huomioiminen pedagogisessa toiminnassa voi monella tavalla tukea melkein pä minkä tahansa aiheen, asian tai taidon oppimista (Anttila 2005, 71–72). Liikkumiseen tarvitaan myös tahdonvoimaa, josta ei olla edes yleensä tietoisia, koska se ponnistus saattaa olla hyvin pientä. Tahdossa kohdataan niin sisäinen kuin maailman vastus ympärillä. (Klemola 2004, 117.)

Mallioppimisessa on kyse vuorovaikutteisesta tilanteesta, jossa aikuinen toimii mallina, ja lapsi aktiivisesti poimii aisteillaan jäljitelmää mallista. Alle kouluikäisen lapsen kokonais- valtainen kehitys on kuitenkin niin suurta, että hänen kehittyisensä keskittyisi vain oppi- tunteihin, joissa taidetta opitaan. Hän tarvitsee kehittyäkseen monipuolista havainnointia ja harjoittelua jokapäiväisessä elämässä, koska joka hetkiset kokemukset antavat hänelle mahdollisuuksia uusien ongelmien ratkaisemiseen. Mallioppiminen ja aikuisen kokemus- maailma sekä tätä kautta avautuneet ovet ovat myös tärkeitä mutta jokaiselle tulisi antaa mahdollisuus löytää oma kokemusmaailmansa. Valmiin maailman löytäminen, kun ei ole motivoivaa. (Hakkola & Laitinen & Ovaska-Airasmaa 1991, 9.) Anttila (2005, 83) kiteyttää hyvin tästä samasta asiasta nuorten osalta, miten taidon oppimisen kannalta valmiiksi annettu malli sekä omakohtainen liikkeeseen yhdistetty merkitys voisivat vahvistua rinta- rinnan sulkematta toisiaan pois.

4.4 Vanhemmat alle kouluikäisen lapsen kokemuksellisuuden tukijoina

Vanhemmuus on jatkuva henkisen kasvun matka, jonka kuluessa vanhemmille paljastuu juuri elämän syvin tarkoitus (Ferrucci 2000, 14). Kunnioittava kasvatusta on muun muassa johdonmukaista ja lapsen tunteiden sekä sosiaalisten suhteiden jatkuvaa havainnointia ja kannustamista. Vanhemman ja lapsen suhde syntyy juuri yhteisistä sekä jaetuista koke- muksista. (Juusola 2011, 15–16) Perheen vuorovaikutuksella, hyvillä rajoilla ja rakkaudel- la, sekä näiden luomalla turvallisuuden tunteella vaikutetaan vahvasti lapsen käyttäytymi- seen ja sosiaalisiin taitoihin (Juusola 2011, 14–16, 21). Vanhemman tarjotessa lapselle mahdollisuuden taiteen eri osa-alueiden tekemiseen, tukee hän lasta löytämään merkityk- sellisen ja onnellisen tavan elää tätä elämää (Hurme 2011, 13). Yhteenkuuluvuus, turvalli- suus ja aikaansaamisen tunne ovat ihmisen tärkeimpiä perustarpeita, joita jo pieni lapsi hakee elämältään (Juusola 2011, 154).

Lapset ovat persoonallisuksia, heillä on omat tarpeensa, kokemukset, muistot sekä tai- dot. Lasta tulisikin tarkastella ilman pelkoa ja ennakkokäsityksiä, jotta hän pääsisi käyttä-

mään hänessä piileviä lukemattomia kykyjä. (Hüther & Hauser 2015, 31–32). Hyvät suhteet perheenjäseniin ovat tärkeä voimavara ja hyvinvoinnin lisääjä läpi koko elämän (Juusola 2011, 164). Vanhempien tulisikin viettää aikaa lapsen seurassa, ja solmia sellainen suhde, jossa kaksi erilaista ja tasavertaista ihmistä kohtaavat, ja ovat valmiita oppimaan toisiltaan (Hüther & Hauser 2015, 32).

4.5 Vanhempi-lapsi tanssi

Alle kouluikäisen lapsen luontaista liikkumista värittävät luovuus sekä leikkivä ja tutkiva ote liikkumiseen, omaan kehoonsa ja ympäristöön. Lapselle tulisikin varata tälle keholliselle tutkimusmatkalle tilaa, aikaa ja musiikkia. (Hurme 2011, 42, 44.) Yksi tärkeä oppimisen muodoista vanhempi-lapsi tunneilla on oivaltava oppiminen, jossa lapsi keksii itse uuden ratkaisumallin eli käyttää luovuuttaan. Tämä vaatii useasti monia yrityksiä, oivalluksia ja aikaa. Luovassa liikunnassa onkin juuri kyse siitä, että lapsi saa luoda itse, ja että aikuinen jäljittelee myös lasta. Lapsi oppii myös esimerkiksi äsryke-reaktion oppimisen kautta tai aikuisen mallia jäljittelemällä. Hän innostuu ja motivoituu yrittämään uudestaan tekemäänsä liikettä, kun hän huomaa aikuiselta saadun positiivisen palautteen. Tärkeää siis onkin, että millaista tukea ja rohkaisua aikuinen antaa lapsen millekin toiminnalle. (Heiskanaho & Nirhamo & Stenlund, 15.)

Liikkumalla ja leikkimällä voi myös aikuinen saada kosketuksen omaan luovaan ja kokemukselliseen puoleensa, ja juuri heittäytymällä yhteiseen leikkiin, aikuinen voi oppia paljon niin itsestä kuin lapsesta. Oivaltamalla, että lapselta voi oppia, ja että he eivät olekaan kovin erilaisia, voi aikuinen löytää lapsen itsessään. Tätä kautta aikuinen pystyy ymmärtämään sekä lasta että itseään paremmin. (Anttila 2001, 86.)

5 Projektin tavoitteet

Tavoitteena oli prosessin kautta kehittää perheitä tukeva luova toimintamalli perhetanssintuntina, joka on uusi tuntimalli ja toteutetaan niin Naantalin voimistelijoiden perheliikuntatarjonnassa kuin yhteistyönä paikallisen Ruonan päiväkodin kanssa, eli siellä missä pienet lapset ja vanhemmat ovat luonnollisesti tavoitettavissa ja tuettavissa. Lisäksi tavoitteena oli perehdyttää vanhempi-lapsiparit tanssin oppimiseen luovuuden ja kokemuksellisuuden kautta, tukien heitä omassa prosessissaan.

Toimintamallista haluttiin rakentaa toimiva ja monistettavissa olevia malli, jolla voitaisiin tukea alle kouluikäisiä lapsia ja heidän vanhempiaan niin päiväkodissa kuin liikuntaseuraympäristössä osana tasavertaista liikunta- ja taidekasvatusta. Sisältötavoitteet haluttiin luoda tukemaan niin 2-6 – vuotiaan lapsen kuin vanhemman kehollista kokemusmaailmaa ja taidon oppimista luovasti sekä yhdessä elämyksiä kokien. Sisällöltä haettiin yhteisöllisyyttä, kokemuksellisuutta ja elämyksellisyyttä sekä luontevalla tavalla tukea vanhemmuuteen. Yhtenä johtoajatuksena koko prosessin ajan oli mahdollistaa jokaiselle kokea liikunnan iloa, kokemuksellisuutta sekä mielen ja kehon yhteyttä ilman, että esimerkiksi suuret kustannukset olisivat esteenä. Tätä kautta mahdollistaa myös vanhemman parempi tuki ainutlaatuisen lapsen kehittymiselle, oppimiselle ja kasvulle.

Projektille nähtiin selkeä tarve, koska poikkisektoraalisella ja laaja-alaisemmalla yhteistyöllä pystyttäisiin monipuolisemmin tavoittamaan perheitä eri ympäristöissä, sekä tarjoamaan matalalla kynnyksellä laadukkaita palveluita lasten ja perheiden hyvinvoinnin tueksi. Projektissa nähtiin kauaskantoinen tavoite vastata monipuolisesti varhaiskasvatukselle asetettuihin uusiin tavoitteisiin koskien muun muassa kehollista ilmaisua, yhteistyötä sisältävää toimintakulttuuria, vanhempien osallistumista sekä taidekasvatuksen sisältöjä. Aikatauluhaasteiden vuoksi pilotoinnissa ja toiminnan jalkauttamisessa päästiin kuitenkin vasta alkuun alkuvuodesta, minkä takia dokumentointikokonaisuus jäi vielä tämän prosessin osalta kesken, eikä luovan prosessin oppimisprosessia pystytty vielä ihan kokonaisuudessaan arviomaan.

6 Projektin vaiheet

Alun perin työ kohdistui kahteen hankkeeseen, jotka koskivat perheiden ja päiväkotien liikunnallistamista liikunnanammattilaisen avulla moniongelmaisten perheiden osalta varhaiskasvatuksen kentällä sekä seurayhteistyönä. Hanke oli suunnattu varhaiskasvatuksen puolelle, koska siellä lapset, varhaiskasvatuksen henkilökunta ja vanhemmat ovat tavoitettavissa mitä parhaimmalla tavalla keskitetysti ja luonnollisessa ympäristössä. Tätä kautta siis myös vanhempien tavoittaminen, tukeminen ja toimintaan aktivointi oli tavoitteiden kannalta suotuisassa ympäristössä.

Liikettä päiväkotiin - perheet liikkeelle -hankkeen tarkoituksena oli tukea päiväkotikäisten lasten kasvua ja kehitystä päiväkotiympäristössä, jossa eri liikunnallisista ja perhetaustoisista tulevat lapset ovat tavoitettavissa. Erityiskohteena olivat lapset, joiden perhe ei syystä tai toisesta pysty tukemaan lastaan liikunnallisessa kehityksessä. Hanke tarkoituksena oli toteuttaa suoraan poikkisektoraalista, -hallinnollista ja -ammattillista kunta- ja seurayhteistyötä. Hankkeen osapuolet ensimmäisen hankehakemuksen osalta olivat Naantalien kaupungin sosiaali- ja terveysvirasto (terveyskeskus) ja sivistysvirasto (varhaiskasvatus ja liikuntapalvelut), Turun yliopiston lasten ja nuorten tutkimuskeskus sekä järjestöedustaja Liikuntaseura Naantali ry. Toisen hankkeen osalta mukana olivat Itämeren puhtaat kaupungit ry sekä Turun ja Paraisten varhaiskasvatus.

Hankkeen käynnistävänä havaintona oli Naantalien terveyskeskuksen fysioterapian työntekijöiden huoli päiväkotikäisten lasten lisääntyneistä paino-ongelmista ja motoristen taitojen heikentymisestä. Lisäksi huolta aiheutti yhä useamman perheen kasvavat talous- ja muut ongelmat, jotka saattaisivat hidastaa lasten liikunnallista kehittymistä, esimerkiksi estävät säännöllisen liikuntaharrastamisen. Projektin eteenpäin vieminen lähti liikkeelle kolmen ammattilaisen (fysioterapeutti, tutkija ja Liikuntaseura Naantali ry:n edustaja sekä liikunnonohjaaja) havainnoista sekä kokemuksesta omalla työkentällään ja siitä tiedostettu yhteinen huoli juuri lasten, nuorten ja perheiden kasvaneesta huonovointisuudesta ja sisäisistä ongelmista.

Hanke-ehdotuksen tarkoituksena oli liikunnallistamisprojektin avulla tavoittaa päiväkodista sellaiset lapset, joilla havaitaan ylipaino-ongelmia, vähäistä liikuntaa ja runsasta paikallaanoloa sekä perheet, jotka tarvitsevat erityistä tukea liikuntakasvatuksessa. Hankkeen lapsille ja perheille tarjottaisiin tukea liikunnan ilon löytämisessä osaksi omaa arkea ja elämänpituista hyvinvointia.

Hankkeen tavoitteena oli aktivoida erityisesti tukea tarvitsevat perheet yhdessä liikku-
maan, joissa vanhempien voimavarat ja/tai taloustilanne ovat esteenä lasten (liikunnalli-
selle) hyvinvoinnille, sekä auttaa heitä löytämään aktiivisen arjen ilot sekä yhteiset liikun-
nalliset harrastukset. Välillisesti hanke kohdistui myös ryhmien muihin lapsiin, esimerkiksi
yhteisissä sisällä ja ulkona toteutettavissa liikuntatuokioissa.

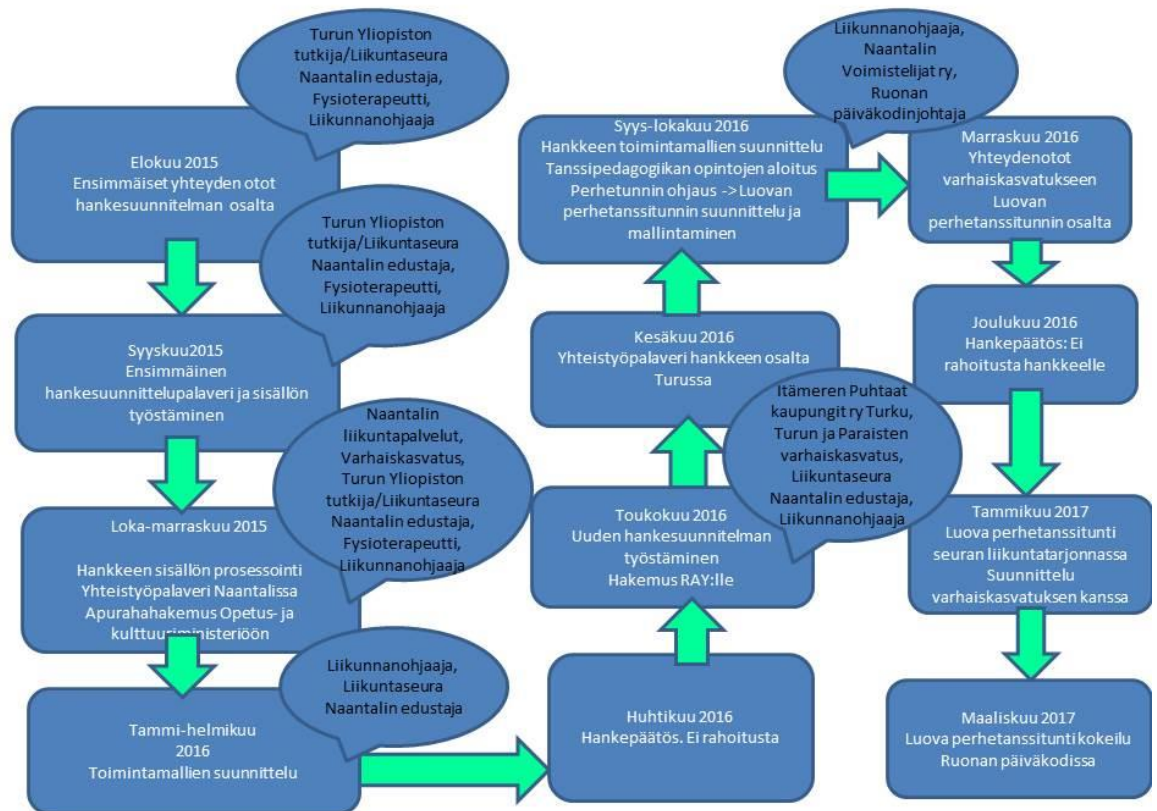
Hanke nähtiin kaikkien osalta hyvin tärkeänä ja toteuttamiskelpoisena kehittämishankkee-
na, johon varhaiskasvatukselta tuli niin Naantalissa kuin Turun ja Paraistenkin osalta hyvin
vahva tarvepuolto kaikkiin yksiköihin, vaikka oli tiedostettu, että myös valtakunnallinen
varhaiskasvatukseen suuntautunut Ilo kasvaa liikkuen – ohjelma oli starttaamassa myös
Naantalissa vuonna 2016. Tämä hanke nähtiin todella vahvana tukena ja lisänä valtakun-
nallisen ohjelman kanssa. Ensimmäisen hankkeen kohdalla pilottiin oli tarkoitus lähteä
kaksi päiväkotia Naantalista ja toisen hankkeen osalta neljä Turkulaista ja kolme Parais-
laista päiväkotia.

Tarvetta elämyksellisten ja luovien toimintamallien kehittämiseen tuli myös kahden liikun-
taseuran puolelta, Liikuntaseura Naantali ry ja Naantalissa Voimistelijat ry. Paikallinen pie-
nempi seura, Liikuntaseura Naantali ry, oli jo aikaisemmin toteuttanut elämysliikuntaa eri-
tyistukea tarvitseville lapsille mutta sen kehittämiseen tarvittiin apua. Tämä seura oli myös
mukana näissä kahdessa varhaiskasvatukseen suuntautuvassa hankkeessa tukien perhe-
liikuntamallin kehittämistä. Tämän seuran kautta verkostoituminen alkoi myös paikallisen
varhaiskasvatuksen puolelle.

Naantalissa Voimistelijat ry:llä, joka on selkeästi suurempi paikallinen voimistelu- ja harras-
taseura, oli jo toimivia perhetuntimalleja mutta tahtoa oli myös kasvattaa tanssiharrastusta
seurassa, saada liikkujia lisää, sekä tukea lisää pienten lasten perheitä yhteisen liikkumi-
sen ilon löytymisessä myös pienemmässä ryhmässä. Seuratoiminnan suuret lapsiryhmä-
koot eivät aina tue jokaisen alle kouluikäisen lapsen yksilöllisiä tarpeita varsinkaan erityis-
tukea tarvitsevien lasten osalta.

6.1 Projektin aikataulu – prosessi kohti perheitä tukevaa toimintamallia

Puolentoista vuoden projekti ja prosessointi, joka on kuvattu alla (kuva 1), lähti liikkeelle
syksyllä 2015 palaverista, jossa kolme aktiivista ja oman alansa ammattilaista (fysiotera-
peutti, tutkija/seuran edustaja ja liikunnanohjaaja) istuivat saman pöydän ääreen, ja päät-
tivät lähteä viemään aktiivisesti itselleenkin tärkeää asiaa eteenpäin kuntatasolla. Tämä
syksy olikin hyvin vahvasti hankesisällön ja toimintamallien prosessoinnin ja muokkauksen
aikaa yhteistyötahojen kanssa. Marraskuussa 2015 hankehakemus pistettiin eteenpäin.



Kuva 1. Projektin aikataulu – prosessi kohti perheitä tukevaa toimintamallia

Tammi-helmikuussa 2016 suunniteltiin ja täsmennettiin lisää hankkeen sisäisiä varhaiskasvatuksen puolelle suuntautuneita toimintamalleja, joilla parhaalla mahdollisella tavalla tuettaisiin lapsia ja perheitä. Maaliskuun lopussa 2016 tuli kuitenkin Opetus- ja kulttuuriministeriön eli OKM:n päätös, että Naantaliin suuntautuvaan hankkeeseen ei saatu rahoitusta, vaikka se nähtiin sisällöltään tärkeäksi ja perustelluksi hankkeeksi varhaiskasvatuksen puolella. Tähän oli syynä se, että hankkeen kanssa oltiin liian myöhään liikkeellä, koska kunnan budjetti oli jo tehty, eikä siihen saatu tarittavaa omarahoitusosuutta. Hanketta kannustettiin hakemaan uudestaan, ja hoitamaan vain omarahoitus kuntoon. Toukokuussa samaa hankesisältöä muokattiin ja sisältöä tarkistettiin RAY:n eli Raha-automaattiyhdistyksen kautta haettavaksi. Tähän hankkeeseen kohdistuivat pilotti Päiväkodit Turussa ja Paraisilla sekä hankkeen hakijana Itämeren puhtaat kaupungit ry.

Syksyllä 2016 näiden varhaiskasvatukseen suuntautuneiden hankkeiden sekä selkeän tarpeen näkeminen myös seurapuolella pistivät kehitysideoita luovasta toimintamallista liikkeelle eli kehittää tanssiin pohjautuva perhetuntimalli. Tällä tuettaisiin lapsen ja vanhemman tasavertaista liikunta- ja taidekasvatusta sekä lapsi-vanhempi parin yhteistä ja kokemuksellista liikuntamatkaa niin seurassa, varhaiskasvatuksessa mutta myös omassa kodin arjessa. Vanhempien ja perheiden tukeminen liikunnallistamisprosessissa nähtiin

hankkeissakin todella tärkeänä, koska alle kouluikäisen lapsen tulisi kuitenkin saada tärkein liikuntamalli, tuki ja rohkaisu kotoa.

Luovan perhetanssituntimallin prosessointi ja suunnittelu alkoi syksyllä 2016 vastaten haettavan hankkeen, paikallisen seuran ja varhaiskasvatuksen tarpeisiin. Herättävänä ajatuksena oli se, miten perheet, lapset ja aikuiset tarvitsevat tukea oman ainutlaatuisen kehön kokemuksellisuudessa sekä rohkaisua yhteiseen elämyksellisyyteen. Perhetuntia toteutettiin jo silloin mutta hieman eri sisältöisenä. Syksyllä 2016 aloitetut tanssipedagogiikan opinnot vahvistivat projektin tuotoksen sisällöllistä suuntaa. Kaikkien osapuolten tarpeesta alkoi rakentua perhetanssituntimalli.

Vaikka toisen hankehakemuksen osalta ei ollut vielä tullut päätöstä, varhaiskasvatuksen puolelle otettiin aktiivisesti yhteyttä. Ruonan päiväkotit oli yksi hankkeen suunnittelun aikana mainittu päiväkotit, johon oltiin yhteydessä. Sieltä saatiin heti hyvin positiivinen vastaanotto. Luovan perhetanssitunnin toteutusta alettiin suunnitella yhdessä päiväkodinjohdajan kanssa marraskuussa 2016.

Joulukuussa 15.6.2016 tuli RAY:ltä päätös, että hankkeeseen ei saatu rahoitusta, koska toiminnon jatkumo hankkeen jälkeen sekä Turun yliopiston teettämien tutkimustulosten laajempaa hyödynnettävyyttä olisi pitänyt määritellä ja selventää tarkemmin. Tämä ei kuitenkaan pysäyttänyt prosessin kulkua. Tammikuun alussa 2017 aloitettiin luova perhetanssitunti 2-6-vuotiaille ja heidän vanhemmilleen Naantalin Voimistelijat ry:n perheliikuntatarjonnassa. Tammi-helmikuu 2017 osoittautui kuitenkin aikataulullisesti haastavaksi ajankohdaksi sovittaa päiväkodin perhetanssituntia päiväkodin arkeen tilan puutteen vuoksi. Maaliskuussa uuden liikuntatilan tullessa käyttöön toteutui 22.3.2017 ensimmäinen luova perhetanssitunti Ruonan päiväkodin 1-4 -vuotiaille lapsille vanhempineen. Samanaikaisesti 17.3.2017 toteutettiin myös omat luovat tanssitunnit 3-4 ja 5-vuotiaille saman päiväkodin lapsille.

6.2 Käytetyt menetelmät kokemuksellisen ja luovan toiminnan dokumentoinnissa

Taito- ja taideaineille on hyvin ominaista, että oppiminen, kasvu sekä kehitys näkyvät erilaisina visuaalisina lopputuloksina. Nämä eivät kuitenkaan aina tuo näkyville sitä merkittävää pienten lasten koko oppimisprosessia, joka pitää sisällään käytetyn ajan, ajattelun, elämykset ja oppimisen. Näkyvää sekä toistettavaa lopputulosta ei välttämättä synny ollenkaan. Tämän vuoksi koko prosessin kulku voi hämärtyä muistista. Tämä henkisen työskentelyn prosessi onkin haasteellisempi dokumentoida. (Rintakorpi 2009, 84–85.)

Prosessia sekä toimintaa voidaan kuitenkin havainnoida ja dokumentoida esimerkiksi kirjaamalla, valo- ja video kuvaamalla, piirtämällä sekä haastattelemalla. Näitä voidaan tarkastella myös myöhemmin. Tällä tavalla on mahdollista saada hahmoteltua luovan prosessin koko kaari, sekä saada tallennettua luovaan työskentelyyn liittyvät tärkeät hetket, elämykset ja oppimistilanteet. Näiden avulla on mahdollista löytää ja tarkastella yksilön tapaa oppia. (Rintakorpi 2009, 85.) Videointi on työläin havaintomenetelmä mutta sillä saadaan luotettavimmat tulokset (Koivunen & Lehtinen 2015, 58). Osallistuvassa havainnoinnissa tutkija osallistuu yhteisön toimintaan, sekä kirjoittaa kokemuksiinsa pohjautuen raportin. Siinä on kyse sosiaalisesta toiminnasta. (Laitinen 1984, 1.) Tutkija osallistuu toimintaan yhdessä toiminnan jäsenten kanssa ennalta sovitun ajanjakson ajaksi (Vilkkä 2006, 44).

Yhtenä menetelmänä käytetään osallistuvaa havainnointia, koska ohjaajaa itse osallistuu tunnin kulkuun oman lapsen kanssa. Tässä yhdistyy siis myös ohjaajan omakohtainen kokemuksellisuus. Havainnoinnin ja jokaisen parin oman prosessin tueksi on tunnilta otettu kuvia ja videopätkiä. Tämä on osa jokaisen vanhempi-lapsi parin omaa prosessia, jotka nitoutuvat osaksi luovan prosessin koko kaarta.

Tunnin lopussa on ryhmän yhteinen hetki tanssikokemuksen piirtämiselle, johon jokainen lapsi-vanhempi pari saa laittaa piirtäen tai sanallisesti kokemuksen tai tunteen tunnista. Se voi olla jokin yhteinen tai oma ahaa-elämys, liike tai jotakin muuta mutta se tehdään spontaanisti tunnin lopussa. Joillakin kerroilla piirretään pienemmissä ryhmissä tämä samainen kokemus.

Luovaan perhetuntiin on aina yhdistetty toiminnallinen, taidekasvatukseen liittyvä kotitehtävä, joka toteutetaan jokaisen lapsi-vanhempi parin yhteistyönä koti- tai lähiympäristössä. Näitä ovat piirtäminen, vesivärimaalaus, lehtileikkeet, luonnosta kerätyt materiaalit ja oman liikkeen kuvaaminen omassa ympäristössä tai esimerkiksi jonkin esineen kanssa. Ohjeistuksena on, että jokaisen tunnin jälkeen toteutus tapahtuu jokaisen lapsi-aikuisparin omaa kokemuksellisuutta ja oppimisprosessia peilaten mahdollisimman pian tunnin jälkeen. Nämä kokemukselliset kotitehtävät ovat osa jokaisen jatkuvaa oppimisen prosessia.

Kevään aikana viimeisillä kerroilla tullaan tutustumaan myös tanssin kokemuksellisuuteen metsässä tai puistossa, jota varten pyydetään kuvaaja ottamaan pareista ja ryhmästä vielä kuvia. Näistä kaikista kuvista ja tehdyistä töistä kerätään jokaiselle lapsi-vanhempi parille oma portfolio kevätkauden lopussa, joka kuvastaa yhteistä tanssillista oppimis-, kasvu- ja kokemusprosessia eli koko luovan prosessin kaarta, jota voidaan avata jälkikäteen. Kaikkien prosessoidut kokemukselliset piirustukset tuodaan vielä tunnille näkyviksi. Ke-

vätkausi päätetään myös mahdolliseen osallistumiseen seuran kevätnäytökseen, johon jokainen pari saa vaikuttaa omalla liikemateriaalillaan. Tämä video taltioidaan.

7 Toimintamallina luova perhetanssitunti

Perheitä tukevaksi toimintamalliksi kiteytyi luova perhetanssitunti sen ajankohtaisuuden ja tarpeen vuoksi. Se on alle kouluikäisen lapsen ja vanhemman yhteinen luova ja elämyksellinen tanssihetki, joka on rakentunut vahvasti tanssipedagogiikan kokemuksellisen oppimisen pohjalle yhdistäen elämyksellisyyden ja luovuuden. Mallin avulla tuetaan yksilöiden tasavertaista liikunta- ja taidekasvatusta ja sosiaalisuutta sekä vuorovaikutusta lapsen ja vanhemman välillä. Psykomotoriikan toimintatapoja käytetään apuvälineenä, jotta jokaiselle osallistujalla olisi mahdollisuus elämykselliseen ja omakohtaiseen oppimiseen vaalien ainutlaatuisuutta sekä syventäen ja havainnoiden omaa kehontietoisuutta ja liikemahdollisuuksia. Johtoajatuksena toiminnassa on, että liike ja tanssi kuuluvat kaikille, ja että tanssi on osa elämää koko ajan, irrottamatta sitä muusta ympäristöstä tai taiteen osaluista. Luovan perhetanssin kautta halutaan rohkaista niin lapsia kuin vanhempia uskomaan itseensä, arvostamaan omaa kehollisuuttaan sekä avautumaan sen moninaisille aisteille ja luovuudelle.

Anttila (2005, 83–84) kirjoittaa hyvin artikkelissaan peilaten tätä samaa asiaa nuorten maailmaan, miten juuri oma tunne oman kehon toimimisesta riittävän hyvin voi olla todella tärkeä kokemus oman identiteetin rakentumisessa. Anttila kiteyttääkin hyvin, että hyväksymällä itsensä riittävän hyvänä, on ihmisyhteisössä vallitsevan suvaitsevaisuuden ja moniarvoisuuden perusta, ja siksi juuri tanssi kuin taide yleensä ovat elämisen taitoa. Myös Pakkanen (1994, 60) kirjoittaa, miten omat positiiviset tunteet itseään sekä omaa liikkumista kohtaan ovat lapselle tärkeitä eväitä oman kehon kuvan sekä minä-käsityksen luomisessa. Luovan perhetanssin kautta pyritään juuri vahvistamaan ja tukemaan niin lapsen kuin aikuisen positiivista kehon kuvaa, itsetuntoa, mielikuvamaailmaa, luovuutta, elämyksellisyyttä ja tanssitaitojen oppimista oman kehon kokemuksellisuuden kautta sekä luomaan tärkeä vuorovaikutuksellinen ja sosiaalinen yhteisö, josta jokainen saa vahvuutta viedä näitä asioita tanssitunnin ulkopuolellekin.

Tähän kohtaan on hyvä lainata kirjailija Tommy Hellstenin (2015, 100, 107) muutamaa tekstiä hänen kirjastaan ”Löydät kun lakkaat etsimästä”. Tekstit kiteyttävät luovan perhetanssituntimallin ydintavoitteen juuri oman kehon kokemuksellisuudesta ja kehotietoisuudesta:

”Tietoisuus on sen tietämistä,
mihin itse loppuu
ja mistä toinen alkaa.”

”Kun rohkenee astua ulos valtavirrasta,

saa kyvyn nähdä.
Ja näkeminen, joka muuttuu tietoisuudeksi,
alkaa muuttaa
valtavirtaa.”

Luova perhetanssiryhmä kokoontuu kerran viikossa maanantaisin klo 17:00–17:45. Mukana on ollut kaksitoista vanhempi-lapsi paria, joista kaikki 2-6 –vuotiaita tyttöjä sekä yksi äiti kahden tyttärensä kanssa. Tunti suunnattiin ensiksi 2-5–vuotiaille lapsille vanhemman kanssa. Kyselyjä tuli myös 6-vuotiaiden osallistumismahdollisuudesta, ja siksi se loppujen lopuksi suunnattiin 2-6-vuotiaille.

Kauden alussa tunnit aloitettiin koulun isossa salissa mutta uusi lämminhenkisempi tanssiali avautui ryhmän käyttöön helmikuun lopussa hieman myöhemmällä ajalla klo 17:15–18:00. Tämä tila vastasi ihan kaikkien osapuolten odotuksia. Paikka sijaitsee puiston reunalla ihan metsikön ja meren rannan läheisyydessä, mikä luo loistavat puitteet ja lähestymisen ulkokertaan, jossa on tarkoitus aistia tanssin kokemuksellisuutta ulkona. Suurista seinän kokoisista ikkunoista avautuu halutessa upeat näkymät kirkkopuistoon. Peilit ovat tarvittaessa käytössä, vaikka niihin ei ohjauksessa nojaudutakaan.

Maaliskuussa 22.3.2017 oli myös ensimmäinen luova perhetanssitunti päiväkodin 1-4-vuotiaille lapsille ja heidän vanhemmille. Päiväkodin perhetanssitunnille saatiin koottua 18 vanhempi-lapsi paria. Lapsista noin puolet oli poikia. Mukana oli myös kaksi isovanhempaa sekä yksi isä. Tämä toteutettiin päiväkodin arjessa samassa tilassa kuin seurapuolen perhetanssitunti, jonne perheet tulivat aamulla klo 8:30–9:30. Ympäristö soi loistavat puitteet tälle perhetunnille.

7.1 Luovan perhetanssitunnin tuntikuvaus

Tuntikuvauksessa on pyritty avaamaan hyvin laaja-alaisesti mutta tiivistetysti koko tunnin sisältämän kokemusmaailma seuraavanlaisesti: ”Tämä iloa ja energiaa sisältämä perhetanssitunti on lapsen ja aikuisen yhteinen tanssihetki, jossa tanssitaan luovasti tutustuen oman kehon ainutlaatuihin liikekieleen ja mielikuvamaailmaan, nautitaan monipuolisesta musiikista, tyyleistä ja rytmeistä, tempuilleen, sekä seikkaillaan yhdessä muiden ryhmäläisten kanssa kauniissa tanssin maailmassa. Luovuudessa ei ole oikeaa tai väärää, on vain lukuisia erilaisia tapoja tehdä asioita. Jokainen soveltaa kunkin vanhempi-lapsiparin omin ehdoin lapsen lähtökohdat ja iän huomioiden. Lapsen ja aikuisen yhteistyö sekä kannustus ja rohkaisu ovat tärkeitä. Kun uskot omaan luovuuteesi, kokeilet ja yrität pel-

käämättä epäonnistumista, vaan näet ne voimavarana, saavutat kehollisia ihmeitä. Terve-
tuloa nauttimaan yhdessä tanssin värikkästä maailmasta!”

Tuntikuvauksen avulla on jo tarkoitus rohkaista aikuista heittäytymään, ja löytämään ko-
konaisvaltainen sisäisesti ja ulkoisesti aistiva kehon kokemus- ja mielikuvamaailma, joka
lapsella on vielä niin läsnä hänessä itsessään. Tavoitteena saavuttaa tila, jossa aikuisella
ei olisi vain kehoa, vaan hän olisi kehossaan. Lapsen niin puhdas kokemuksellinen keho
ja läsnäolo juuri tässä hetkessä opettavat mitä parhaimmalla tavalla aikuista löytämään
myös oman kehonsa jossain piilossa olevaa potentiaalia sekä keho-mieli yhteyttä. Kyse
on siis kokonaisvaltaisesta heittäytymisestä, keho-mieli yhteydestä. Tunnin sisällössä yh-
tyvät siis juuri monet psykomotoriikan elementit esimerkiksi yksilön luottamuksen vah-
vistaminen omaan kykyihinsä sekä mielen ja kehon vahva yhteys (Zimmer 2011, 19).

7.2 Luovan perhetanssitunnin rakenne

Tunti ei ole vain yksittäinen tunti sisältöineen vaan rakenne on mallinnettu niin, että se on
osa suurempaa kokonaisuutta ja jokaisen jatkuvaa oppimisprosessia. Tunnilla koetut elä-
mykset, kokemuksellisuus ja oppiminen jatkuvat muun muassa kotitehtävien muodossa
omassa kotiympäristössä. Tämä on havainnollistettua alla olevassa kuvassa (kuva 2).



Kuva 2. Luovan perhetanssitunnin rakenne ja sisältö

Tunneilla vaihtuvat teemat mutta samaa teemaa pidetään useampaan kertaan, jotta jokaiselle taataan tasapuolinen mahdollisuus kehittyä omalla tasollaan. Lapset pitävät toistoista, ja vanhempiakin ohjataan ymmärtämään tämä. Rakenne ja tietyt alku- ja loppurutiinit pysyvät samana, mikä tuo turvallisuutta ja selkeyttä tunnin kulkuun. Tunnit ovat nidottu pitkälti luontoläheisyyden sisälle, josta kumpuavat juuri mielikuvaharjoitteet. Saliin tullessa lapset tuovat oman tanssikorttinsa uutta tanssitarraa varten. Tämän jälkeen he saavat vanhemman kanssa olla vapaasti tilassa ennen kuin aloitetaan aloituspiirissä. Vanhemman ja lapsen vuorovaikutus virittyy tilassa omaan ulottuvuuteensa, ja vanhempia kannustetaan myös heittäytymään rohkeasti mukaan.

*Aloituspäiri: Oman kehon liikeilmaisua

Jokaisen tunnin alussa kokoontumme salin keskelle alkupiiriin, jossa tervehditään kaikkia tanssijoita eli vanhempi-lapsipareja. Tämän jälkeen jokainen lapsi saa tulla oman nimensä kohdalla hakemaan kortin, ja näyttää joko yksin tai vanhemman avulla oman liikkeensä. Muut parit saavat kokeilla tätä liikettä. Jokaista lapsi-vanhempi paria kannustetaan oman liikemaailman esiintuomiseen ainutlaatuisuutta, luovuutta ja turvallisuutta arvostavassa ympäristössä (kuva 3).



Kuva 3. Oman kehon liikettä ja luovuutta alkutoimissa

Alkuun on sijoitettu yleensä myös pieni oman kehon sisäisen ja ulkoisen liikkeen yhdistävä harjoitus esimerkiksi enkeli lattialla, jotta jokainen saisi pysähtytyä oman kehonsa äärelle. Lapsille tämä on luonnollista mutta tätä kautta he voivat auttaa vanhempia löytämään myös tämän hetken olemisen tilan ja kehon sisältä lähtevän liikkeen. Näin olemme avoimempia aistimaan ja avaamaan kaikki aistimme tähän hetkeen. Selin makuulla maaten liikutamme kehoa eri tavoin esimerkiksi keinuttaen, pyörähdämme kyljelleen, josta jatkamme koko ajan ylöspäin.

*Virittäytyminen oman kehon äärelle tanssien ympäristön kanssa

Lähdetään tutustumaan oman vanhemman kanssa vapaasti tanssitilaan ja sen ulottuvuuksiin musiikin kanssa tai ilman (kuva 4). Tuodaan oma keho osaksi tätä ympäristöä, avataan luonnollisella tavalla aistinkanavat havainnoimaan oman kehon tuntemuksia, liikettä ja ympärillä tapahtuvaa liikettä. Vahvistetaan omaa kehon kuvaa osana ainutlaatuisuutta ja yksilöä kunnioittavaa ympäristöä. Tätä oman kehon tutkimusmatkan kulkua maustetaan erilaisilla tanssin dynamiikan elementeillä muunnellen voimaa, aikaa, tilan käyttöä ja virtausta jokaisen vanhempi-lapsi parin yhteistyönä antaen tilaa molempien luovuudelle ja kokemukselle. Puretaan energiaa ja mahdollisia sisäisiä tukoksia omassa kehossa. Jäljitellään myös hetkittäin niin lapsen kuin vanhemman liikettä, joka toimii loistavana ymmärryksen väylänä toisen kehollisesta kokemusmaailmasta. Tärkeintä on kuitenkin antaa jokaisen luovuudelle tilaa ja aikaa ja omat lähtökohdat huomioiden. Tanssin opettamista ei saa juuri nittoa liian ahtaaseen muottiin esimerkiksi ajallisesti ja olosuhteiltaan, koska tanssi ja taidekasvatus yleensä ovat lapsen minuuden vahvistamisen keinoja (Viitala 1998, 53)



Kuva 4. Virittäytymistä tilassa

Tunnin alkuun kuuluu myös yhteistoiminnallisia hetkiä (kuva 5), joissa yhdistetään rohkeastikin eri parien kokemusmaailmat yhteen samassa tilassa ja hetkessä esimerkiksi yhteiset muodostelmat. Tässä kehitty myös sosiaalisuus, vuorovaikutus ja läheisyys. Palkitsevaa, on juuri se, miten paljon liikekieltä luodaan koko ajan ympärillä, ja miten toisten kanssa voidaan lähteä luomaan yhdessä ihan uusia ulottuvuuksia, ja oppia tätä kautta lisää itsestä. Tilassa liikutaan eri tavoilla vanhemman kanssa esimerkiksi kävellen, juosten, pyörien, hyppien eli samalla vahvistuvat perusliikuntataidot tanssin elementtien ja ilmaisun siivellä. Kevään aikana tutustutaan tanssin myös muussa ympäristössä eli metsässä.



Kuva 5. Yhteistoiminnallinen hetki lasten ja vanhempien välillä

*Tutustuminen tanssin peruselementteihin oman kehon kokemuksellisuuden kautta

Tässä osiossa tutustutaan tanssin eri peruselementteihin (tila, aika, voima, keho ja virtaus) oman kehon kautta muun muassa mielikuvien, musiikin rytmin ja visuaalisten näyttöjen avulla esimerkiksi kuvan tai maalauksen avulla tai jäljittelemällä myös toisen liikettä. Näin tapahtuu luonnollisestikin, koska lapset jäljittelevät aikuisten tekemistä, mutta pohjalta on kuitenkin puhtaasti omasta kehosta lähtevä liike, ja tälle omalle liikkeen suorittamiselle lapsi tarvitsee juuri tukea ja rohkaisua, eikä korjaamista. Jokaisen keho muokkaa liikkeen oman näköiseksi.

Harjoitteissa oman kehon suhdetta ja hahmottamista toisiin sekä ympäristöön eli tilaan, eri tasoihin, suuntia ja reittejä nopeutta sekä rytmiä muuttaen ilman musiikkia, musiikin kanssa tai ympäriltä kuuluvien aistiärsykkeiden mukaan. Tutustutaan voiman käyttöön yhdistämällä kehon erilaisia muotoja, tasapainoa ja liikkumisen tapoja esimerkiksi pyörimistä, taivuttamista, kaatumista, hyppäämistä, työntämistä, konttaamista, ryömimistä, karhukävelyä yms. eriyttämälläkin eri kehon osia. Näiden kaikkien peruselementtien harjoittelun takana on oman kehon kuuntelu (kuva 6 ja kuva 7).



Kuva 6. Tanssin peruselementtien harjoittelua oman kehon kokemuksellisuuden kautta

Tässä osiossa käytetään myös välillä erilaisia välineitä tai rekvisiittaa tukemaan kokemis- ja oppimisprosessia sekä löytämään tanssin elämyksellisiä ja uusia ulottuvuuksia (kuva 7 ja 8). Välineinä voivat olla esimerkiksi ruusunlehdet, huivit, sulat, nauhat tai jokin luonnosta kerätty materiaali.



Kuva 7. Tanssin peruselementtien harjoittelua ruusunlehdet välineenä

Välineitä käytetään kuitenkin säästellen eli yhtä tai korkeintaan kahta rekvisiittaa tunnin aikana. Sitä käytetään kuitenkin hyvin monipuolisesti tämän osion aikana. Lapset ja aikuiset varioivat sen käyttöä yksin mutta myös yhdessä (kuva 7).



Kuva 8. Ruusunlehdet ja oma luovuus

Kokemuksellisuutta voidaan myös havainnoida piirtämällä tanssin lomassa seiniin ja lattialle asetettuihin papereihin. Tämä tapahtuu spontaanisi, kun tulee oma tunne siitä, tai tehtävä annetaan ohjatusti jokaiselle samanaikaisesti.

*Teemasta ja omasta liikkeestä yhteiseksi tanssiksi



Kuva 9. Omasta liikkeestä yhteiseksi tanssiksi

Tässä osiossa käytetään lasten ja aikuisten luomaa omaa liikemateriaalia muihin tanssin peruselementteihin ja ohjaajan teemoittaman tanssiliikemateriaalin kanssa (kuva 9 ja kuva 10). Luomme siis yhdessä luovaa tanssiesitystä, jonka rakentamiseen kaikki pääsevät vaikuttamaan perinteisen kokonaan ohjaajan tekemän valmiin mallikoreografian sijasta.



Kuva 10. Teemasta yhteiseksi tanssiksi

Tähän osioon voidaan yhdistää vielä yhdessä kehollisia temppuiluja esimerkiksi lapsen ja vanhemman yhteinen temppu, käsillä seisontaa, kuperkeikkoja ja takaperin vottiharjoituksia avustettuna toisen selän yli (kuva 11). Ryhmä esiintyy kevään päätteeksi halutessaan seuran kevätnäytöksessä.



Kuva 11. Yhteinen temppuiluhetki

*Loppukokoontuminen ja rentoutus

Tunnin lopussa kokoonnutaan keskelle piiriin tai johonkin muuhun luovaan muodostelmaan. Haetaan kosketuksen kautta vanhempi-lapsi parin lämmintä vuorovaikutusta esimerkiksi lapsen istuessa sylissä. Esimerkiksi keinutaan ja haetaan oman liikkeen kautta oman kehon pehmeyttä ja rauhoittumista sekä palauttavaa liikettä. Lopuksi lapsi on vanhemman sylissä ja voidaan yhdessä silittää tai kevyesti hieroa oma keho läpi.

Jokaisen tunnin loppuun kuuluu yhteinen kannustuspiiri ja kannustushuuto. Ihan lopuksi kaikki saavat kokemuksellisen kotitehtävän, joka voi olla askarteluun liittyvä, erilaisten materiaalien tutkimista tai maalaamista. Pukuhuoneessa lapset ja vanhemmat saavat vielä piirtää tai kirjoittaa yhteiselle kokemuspaperille tuntemuksiaan yhteisestä tanssihetkestä (kuva 12).



Kuva 12. Yhteisen kokemuksen luomispuuhissa

7.3 Tuloksia osallistujien kokemuksellisuuden dokumentoinnista

Seuran perhetanssitunnin jokaisen tunnin jälkeen on saatu kerättyä lasten kokemuksellisuutta tunnista piirtämällä yhteiselle tanssikokemuspaperille (liite 1). Kokemuksellisuuteen liittyviä kotitehtäviä ovat vanhempi-lapsi parit saaneet kerätä omaan kotiin tai tuoda koottavaksi ohjaajalle. Kokemuksellisia kotitehtäviä on toteutettu tähän mennessä piirtäen, sekä leikellen ja liimaten lehtileikkeitä sekä luonnon elementtejä keräten (liite 2). Aikuisten kokemuksellisuutta on avattu myös avoimella ja spontaanilla kokemuksellisella kotitehtäväkyselyllä (liite 3).

Tunnin jälkeen toteutettavaan yhteiseen piirtämiseen ovat osallistuneet aina kaikki tunnilla mukana olevat lapset. Aikuiset ovat olleet taustatukena. Kotitehtävien suoria palautuksia on tullut tähän mennessä kuudelta lapsi-vanhempi parilta. Palautetut tehtävät eivät ole kuitenkaan samoilta pareilta, koska kaikki eivät ole aina samanaikaisesti paikalla. Aikuisten kokemukselliseen kyselyyn on tullut vastaukset kahdelta äidiltä seuraavanlaisesti (liite 3):

Miltä tanssiminen tuntuu?

”Vapauttavalta, rentouttavalta, joskus myös hieman säätämiseltä, kun pieni ihminen säntäilee sinne sun tänne, eikä malta keskittyä :) .”

”Tanssiminen on ihanaa ja vapauttavaa.”

Mitä tunnet tanssiessasi?

”Vapautta olla luova ja liikkua spontaanisti! ”

”Iloa”

Miltä kehosi tuntuu tanssiessasi?

”Rentoutuneelta”

”Osaavalta mutta myös osaamattomalta. Haluaisi osata enemmän, taipua ym.”

Miltä tuntuu tanssia yhdessä äiti-lapsi parina?

”Ihana kokemus, hauskaa liikkua luovasti yhdessä lapsen kanssa. ”

”Oman lapsen kanssa on liikuttavaa tanssia yhdessä.”

Millaisia ahaa-elämyksiä tai muita tuntemuksia, kokemuksellisuutta olet kokenut tanssiessasi?

”On ihanaa katsella lapsen kehittyvää luovuutta ja tanssin ja liikkeen tuomaa riemua. ”

”Heidiä seuratessa olen yrittänyt kopioida esim. hienoja hyppyjä tai liikkeitä. Amanda pitää selvästi yhdessä tanssimisesta vaikka ei kovin avoin ole uusille asioille.”

Mikä on tuntunut kivalta, tai ehkä tuonut jotain muita tuntemuksia?

”Erityisesti alkutunnista tehtävä oma liike on ollut tosi tärkeä ja kotonakin useasti hoetaan "hei hei Mila, ja Mila tanssii näin" :D Joskus myös imitoidaan kavereita ja eri tanssiliikkeitä.”

”Kivalta on tuntunut, kun on huomannut että Amanda on innostunut jostain esim. ruusunlehtien puhaltamisesta.”

Mikä on lempijuttusi?

”Varmaan kuperkeikka, sanoisi Mila ainakin! :D Itse pidän venyttelynomaisista tanssiliikkeistä eniten :). ”

”Musiikki on ihanaa ja musiikin tahdissa on mukava tanssia. Baletinomaiset liikkeet miellyttää ja toivoisin, että Amandakin niitä oppisi.”

Millaisia unelmia sinulla on tanssin suhteen?

”Nauttia liikkeen tuomasta hyvästä olosta ja fiiliksestä.”

”Yrittää saada siihen tanssijamaista olemusta.”

Minkälaisia asioita on ehkä siirtynyt kotiin?

”Juurikin nämä hokemat, miten itse tanssii ja miten kaverit tanssivat.”

”Tanssitunnista puhutaan usein, koska se on Amandan harrastus.”

Mitä uutta olet ehkä oppinut?

”Tunti on ollut oikein virkistävä kokemus erilaisuudessaan :).”

”Paljonkin uusia liikkeitä ja miten ne tehdään. Heidi tanssii niin hienosti ja on hyvä esimerkki! Ja on muutenkin lempeä ja miellyttävä persoona vetämään perheliikuntatuntia.”

Havaintojen tueksi on tunnilta saatu kerättyä jonkin verran kuva sekä videomateriaalia alkukaudesta, joiden kautta pystytään havainnoimaan läsnä olevien vanhempi-lapsi parien kokemuksellista oppimisprosessia muun muassa oman kehon liikettä, yhteistyötä ja vuorovaikutusta. Ohjaajan oma osallistuvahavainnointi avaa jatkuvasti myös oman kokemuksellisuuden kautta näkökulmia omakohtaiseen ja yksilötasoiseen oppimiseen.

Päiväkotiryhmästä saatiin taltioitua myös kuvamateriaalia (liite 4). Ryhmälle toteutettiin myös tanssikokemuksen piirtäminen tunnin jälkeen, jonka tuloksena saatiin kahdeksan kokemuksellista piirustusta (liite 4). Aikuisten vastauksia avoimiin kysymyksiin saatiin heti tunnin jälkeen kahdelta parilta. Lasten kokemuksellisia palautteita kuvien kautta oli sanallistettu muutamassa kuvassa seuraavasti:

”Pirstävää oli, lisää odotetaan.” Reetta 5v ja äiti

”Tanssissa tuntee itsensä supersankariksi. Kuvassa Salama.” veljekset Aatos ja Otso (liite 5)

Aikuiset kirjasivat paperille seuraavanlaisia kokemuksia:

”Tuli tosi hyvä mieli arkeen, mukavasti lämmin. Tanssiminen lapsenlapsen kanssa tuntui mahtavalta. Tekisi mieli tanssia ja oppia uusia tansseja säännöllisesti viikottain. Lapsi tanssahtelee usein yksin kotona, kun tulee musiikkia.”

”Tanssi lapsien kanssa tuntui mukavalta ja rennolta yhdessä ololta. Mukava lämpö virtasi kehossa.”

8 Pohdinta

Projekti ja koko prosessi oli pitkä ja monivaiheinen, sekä muuntautui useaan otteeseen hankehakujen mukana. Tämä asetti omia haasteita projektin sisällölle, suunnittelulle, aikataululle sekä sen eteenpäin viemiselle. Toiminnallisessa projektissa kulkivat koko ajan käsi kädessä prosessi ja sen mukana rakentunut tuotos. Yhteistyötahot muuttuivat prosessin aikana, jonka voi kuitenkin nähdä positiivisena ja laaja-alaisena verkostoitumisena. Tavoitteiden asettelua jouduttiin miettimään useaan otteeseen, koska prosessi muutti suuntaa vielä hyvin loppumetreillä Joulukuussa 2016, kun tuli hankkeen päätös. Uudet tavoitteet saatiin kuitenkin määriteltä, ja ne saavutettiin aika hyvin, koska luova perhe-tanssimalli ehdittiin jalkauttamaan seuran tuntitarjontaan vuoden alussa. Tällä pystyttiin tarjoamaan uusi ja toimiva tuntimalli osaksi Naantalin voimistelijoiden perheliikuntatarjontaa, lisäten samalla seuran tanssillisten tuntien tarjontaa. Tärkeä yhteistyökuvio myös paikallisen Ruonan päiväkodin kanssa toteutui päiväkodin arjessa. Opetushallituksen VA-SU2017 varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2016, 24) on määritelty varhaiskasvatuksen yhteistyötahot juuri alueellisiksi ja paikallisiksi toimijoiksi, joiden kanssa yhteistyö syntyy luontevasti.

Hankkeisiin liittyvät aikataulut toimivat hyvinä rajapyykkeinä mutta myös jarruttavina ja rajoittavinakin elementteinä, koska projektin suunnitelma nojasi vahvasti näihin kahteen hankesuunnitelmaan. Hankkeiden epävarmuustekijöitä olisi voinut ennakoida vielä herkemmin, jotta olisi voinut lähteä viemään toimintaa jo aikaisemmin toista kautta eteenpäin. Näin olisi jäänyt enemmän aikaa työstää ja suunnitella toimintaa, sekä myös miettiä tarkempia arviointimenetelmiä. Toisaalta oma-aloitteisuus sekä jatkuva ympäristön tutkimus, verkostoituminen ja hankepääätöspaineet, antoivat pelivaraa sekä mahdollisuuksia hyvinkin luovalle prosessoinnille. Tämän kautta lähti rakentumaan toimintamalli, joka ei pelkästään nojannut hankkeisiin, vaan antoi vapautta rakentaa sellaista toimintaa, jota pystyttiin toteuttamaan ja jalostamaan ilman hankerahoitustakin, tinkimättä kuitenkaan yhteistyöstä tai perheiden tasavertaisesta liikunta- ja taidekasvatuksesta.

Lopullinen suunta projektille vahvistui oikeastaan vasta viimeisen hankepääätöksen jälkeen, minkä vuoksi projektin sisältömuutokset sekä toiminnan aloittaminen venyi alkuvuoteen. Tässä kohtaa oli jo tiedossa, että toiminnan arvioinnissa ei tulla pääsemään niin syvälle kuin olisi mahdollista, koska prosessi on vielä kesken. Myös alkuvuoden pidempi sairastelukierre perheessä haastoi voimavaroja sekä mahdollisuuksia projektin suhteen. Tunneilla tehtyjen havaintojen perusteella voidaan kuitenkin tulkita, että on pystytty osaltaan vastaamaan toiminnan sisällön kautta vanhempi-lapsi pariin oman luovan ja kokemuksellisen prosessin tukemiseen.

Opetushallituksen varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (2016, 14) pohjautuvat oppimiskäsitykseen, jonka mukaan lapset kehittyvät ja oppivat vuorovaikutuksessa ihmisten ja lähiympäristön kanssa, ja lapsi nähdään aktiivisena toimijana. Perusteissa puhutaan myös lapsen kokonaisvaltaisesta oppimisesta, jossa yhdistyvät muun muassa toiminta, aistihavainnot, tunteet ja keholliset kokemukset. Lapsi havainnoi ja jäljittelee mutta oppii myös esimerkiksi leikkien, tutkien, liikkuen sekä taiteisiin yhdistyvässä toiminnassa. Nämä varhaiskasvatussuunnitelmaan kirjatut perusteet tukevat juuri luovan perhetanssin sisältöä ja toisinpäin. Kehon kieli on kuitenkin lapsen ihan ensimmäinen oppimisen kanava varhaislapsuudessa, ja oman kehon tuntemukset sekä liikekokemukset ovat lapsen kokemus omasta olemassaolostaan (Huisman 2001, 62).

Opetushallituksen varhaiskasvatussuunnitelmassa (2016, 20) on mainittu myös toimintakulttuuri, jossa on vuorovaikutusta henkilöstön, huoltajien ja lähiympäristön välillä. Tällainen toimintakulttuuri toimi ainakin hyvin paikallisella tasolla, koska varhaiskasvatuksen puolelta oltiin hyvin kiinnostuneita hankkeiden mahdollisuudesta. Päiväkodin vanhempainyhdistyös osallistui aktiivisesti päiväkodin perhetunnin toteutumiseen. Päiväkodin kulttuurisen kehittämisen kannalta yhteistyö lastenkulttuurin tuottajien kanssa nähdään avainasiana, ja yhteistyömuotoja tulisikin hioa jo projektivaiheessa, jotta ne voisivat jatkaa päiväkodin arjessa, vaikka rahoitus katkeaisi, ja ulkopuolista ohjaajaa ei olisi enää ylläpitämässä toimintaa. Tällaisen taidekasvatusta kannattelevan verkoston luominen voi tukea yksittäisten kasvattajien työtä. (Ruokonen & Rusanen 2009, 15.) Tämä on ollut juuri tärkeä pohdinnan aihe tämän projektin aikana, koska varhaiskasvatushenkilökunnan liikunnallisen asennekasvatuksen kautta vaikutetaan positiivisesti lasten toimintaympäristöön. Hankkeiden kautta oli juuri pyrkimys vaikuttaa laajemminkin tähän asiaan. Tämän hetkellä yhteistyöllä saattaa olla kuitenkin samanlaisia mahdollisuuksia vaikuttaa, kun päästään tekemään näitä yhteistyöprojekteja varhaiskasvatuksen puolelle. Henkilökunnan mielenkiinto oli jo havaittavissa tämän ensimmäisen kokeilun aikana, koska he olivat innostuneesti mukana, kyselivät ja tallensivat tunnin kulkua. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa onkin mainittu, miten niin henkilöstön, lasten sekä yhteistyökumppaneiden erityisosaaminen ja sen hyödyntäminen rikastuttavat taidekasvatusta (Opetushallitus 2016, 30).

Prosessin aikana nähtiin myös vanhempien tukemisen tärkeys, jotta he pystyisivät tukemaan sekä arvostamaan lapsen rikasta kokemusmaailmaa. Juuri vanhempien asenteet sekä yhteiset liikuntahetket vaikuttavat lapsen liikunnallisen elämäntavan omaksumiseen (Huisman 2001, 67). Myös päivähoidossa vanhemmat ja isovanhemmat nähdään voimavarana, ja ovat luomassa sukupolvien välistä vuorovaikutusta (Ruokonen & Rusanen 2009, 15). On siis hyvin perusteltua tukea vanhempia heidän omassa kokemuksellisessa

prosessissaan, koska näin taataan paremmin myös lapsille mahdollisuus kasvaa, kehittyä ja arvostaa omaa kehoaan ja tanssimista. Aikuisten kokemuksellisuutta pyrittiinkin kartoittamaan kokemuksellisen kotitehtävän avulla, johon oli asetettu kysymyksiä ilman valmiita vastausvaihtoehtoja. Tähän tuli kuitenkin vastauksia seuran perhetanssitunnin osalta kahdelta äidiltä kahdestatoista (Liite 3) ja kahdelta henkilöltä kahdeksastatoista päiväkodin perhetanssitunnin osalta. Kotitehtävien perään kyseltiin muutaman kerran mutta ilman tulosta. Tämän vuoksi näiden vastausten osalta ei voida tehdä lopullisia johtopäätöksiä varsinkaan koko ryhmän osalta, että onko perhetanssilla pystytty tukemaan vanhempien kokemuksellista prosessia. Saatujen vastausten, tunnilta tekemien havaintojen sekä keskustelujen perusteella voidaan kuitenkin todeta, että tanssin oppiminen luovan ja kokemuksellisen prosessin kautta tuntuu olevan mielekästä yhdessä tekemistä, joka tuo iloa, ja on siirtynyt myös jollakin tavalla kotiympäristöön. Nämä muutamakin vastaukset antavat kuitenkin viitettä siitä kokemuksellisuudesta, jota osa vanhemmista voi parhaimmillaan kokea tunnin aikana muun muassa omasta tanssimisesta ja tanssimisesta yhdessä lapsensa kanssa.

Kirsi Laenton ja Katariina Nousiaisen artikkeli (2009, 95) ”Varhaiskasvattaja taidekasvatuksen toteuttajana Neidonkalliossa” kiteyttää hyvin, miten lasten taiteellinen ilmaisu ja osaaminen tulisi nähdä prosessina, joka sisältää paljon ajattelua, tutkimista, kokeilua ja elämyksellisyyttä. Tällaisena prosessina pitää tanssin oppiminen nähdä perhetanssitunnillakin, joka ei ole vain kertaluontoinen tapahtuma, vaan pidemmän ajan prosessi myös vanhempien osalta. Tämä kotitehtävä saatettiin toteuttaa siis liian varhaisessa vaiheessa kokonaisprosessia. Alun perin ajatuksena oli toteuttaa se vasta kauden loppupuolella, jolloin vastausten määrä voisi olla suurempi. Kysely olisi muutenkin voinut toimia parempana työvälineenä työn tuloksia mitattaessa, ja se olisi voitu valmistella sekä toteuttaa paljon strukturoidummin kyselylomakkeen muodossa. Näin tuloksia olisi pystytty analysoimaan tarkemmin, sekä saatu sitä kautta luotettavampia tuloksia. Aika oli kuitenkin tässä kohtaa rajallinen sen toteuttamiselle, ja päädyttiin käyttämään havainnointia analysoinnin apuna.

Päiväkodin pilottitunnin ajankohta saatiin soviteltua vasta maaliskuulle päiväkodin aikataulujen mukaan, minkä vuoksi aika palautteen keräämiseen sekä arvioimiseen jäi lyhyeksi. Tunnin jälkeen lapsilta saatiin runsaasti kuvamateriaalia piirustusten muodossa mutta aikuisten kokemuksellisuuteen liittyvään kokemukselliseen kirjoitustehtävään vastasi kaksi perhettä. Toiminnassa olisi pitänyt ottaa paremmin huomioon se, että suurin osa vanhemmista lähti töihin heti tunnin päätyttyä, ja hoitaa kysely vaikka jälkikäteen esimerkiksi facebookin kautta, tai tiedottaa asiasta jo etukäteen. Näin vastauksia olisi varmasti tullut enemmän. Ideaalista olisi ollut saada useampi perhetuntitoteutus lyhyemmän ajan sisään,

joiden avulla prosessia olisi voitu havainnoida jo tarkemmin, kokeilun jäädessä nyt tässä kohtaa yhteen kertaan. Vanhempien läsnäolo, heittäytyminen ja omat suulliset palautteet kokemuksista ovat kuitenkin olleet hyvin positiivisia. He ovat heittäytyneet tähän kokemusmaailmaan oman lapsensa kanssa mukaan, vahvistaen samalla omaa kehollisuuttaan. Tunneilla on ollut myös hyvin aktiivisia isiä, kun äidit ovat olleet poissa. Tämä kertoo sitoutuneisuudesta toimintaan. Osallistujat ovat siis sisäistäneet toiminnan luonnetta. Yhteistyö ja tilan antaminen luovassa prosessia on sujunut alusta alkaen todelle kiitettävästi.

Yhtenä havaintona on ollut, että tunnin toimintamalliin kuuluvat kokemukselliset tehtävät esimerkiksi piirtäen, on koettu mielekkäiksi niin seuran kuin päiväkodin tunnilla. Niihin on tartuttu innokkaasti ja kuvamateriaalia on tullut runsaasti. Kaikilta osallistujilta ei kotitehtäviä ole kuitenkaan saatu. Tämä johtuu osaksi perheiden omista vaihtelevista aikatauluista ja sairasteluista mutta myös siitä, että ohjeistukset tulisi t olla selkeämmin löydettävissä tunnin jälkeen, jotta niihin voisi palata. Hyvin helposti nämä muuten unohtuvat. Esimerkiksi yhteinen sosiaalisen median ryhmä voisi olla hyvä työväline tässä kohtaa tavoittaa vanhemmat paremmin kuin sähköposti.

Havaintojen tekeminen sekä samanaikaisesti vanhempana toimiminen tunnilla toivat omia haasteita mukanaan. Kokemuksellisuutta muiden pariin kanssa on pystytty kokemaan hyvin konkreettisella tasolla, mutta dokumentointi esimerkiksi kuvaamalla tai kirjoittamalla ovat olleet haasteellisempia. Tämä olisi voitu miettiä tarkemmin toiminnan alkaessa teknisempien laitteiden hyödyntämisellä tai ulkoistetulla kuvausavulla. Rintakorpi (2009, 89) kiteyttää artikkelissaan hyvin, miten luovan toiminnan dokumenteilla saadaan toiminnan edetessä näkyviin osat, jotka tulevat muodostamaan kokonaisuuden, ja arviointivaiheessa kokonaisuus voidaan dokumenttien avulla purkaa osiin. Jos toiminta olisi saatu aloitettua syksyllä, olisi kokonaisprosessia pystytty arvioimaan paremmin jo tässä vaiheessa.

Lasten ja perheiden tukeminen on perustellusti yksi tärkeimmistä asioista nyky-yhteiskunnassa. Valtakunnalliset Liikkuva koulu – hanke ja Ilo kasvaa liikkuen – hanke, ovat hyviä esimerkkejä linjauksesta. Pohtimisen aihe on kuitenkin, että minkälainen yleinen rahoituspolitiikka on, koska ylipäänsä lapsiin kohdistuvat hankkeet tuntuvat saavan huonosti rahoitusta, vaikka lasten ja perheiden tukeminen kuuluvat hallituksen kärkihankkeisiin. Voidaan kuitenkin nähdä, että on ollut suuri ansio päästä mukaan suunnittelemaan hankkeita, vaikka rahoitusta ei ole tullut. Aika ja paikka eivät välttämättä ole olleet otollisia juuri sillä hetkellä mutta niiden kautta tuleva ammatillinen ja henkilökohtainen kasvu, kehittyminen sekä yhteistyöverkostojen kasvattaminen ovat korvaamattomia. Hankkeet, toteutumattominakin, voivat avata keskustelua päättäjien kesken, sekä ovat avauksia myös julkiselle keskustelulle perheiden hyvinvoinnista.

Tanssin oppiminen kehon kokemuksellisuuden kautta mahdollistaa tasavertaisen ja elämyksellisen oppimisen iästä sekä sukupuolesta riippumatta, ja on näin ollen monistettavissa hyvin heterogeenisille ryhmille. Varhaiskasvatuksen perusteissa määritellään, miten taidekasvatus sisältää niin spontaania kuin suunniteltuakin toimintaa. Oppimisprosessia korostuu niin kokeilu, tutkiminen kuin tekemisen eri vaiheiden harjoittelu sekä dokumentointi. Jokainen lapsi saa tukea omaan ilmaisuunsa, sekä yhteisille luoville prosesseille varataan riittävästi aikaa sekä tilaa. (Opetushallitus 2016, 30.) Luovassa tanssissa onkin olennaista, että ohjauksesta vastaava aikuinen ei näytä mallia, vaikka tuntiin voi kuulua myös jäljittelyä. Sitä luodaan ja toteutetaan yhdessä. Opettajan ja oppijan roolit voivat myös sekoittua eli aikuinen jäljittelee lasta. (Anttila 2009, 17.) Tämä tanssipedagoginen malli on vahvasti mukana juuri perhetanssitunnilla lapsen ja vanhemman välillä. Luovan perhetanssimallin kautta rakennetaan lapsille ja vanhemmille avointa toimintaympäristöä, jossa jokainen kokee onnistumisen elämyksiä. Anttila (2009, 17) kirjoittaakin artikkelissaan, miten luovan liikunnan kautta lapsi ja aikuinen rakentavat yhteistä kulttuurista toimintaa, jossa lapsi on osallistujana jättäen jälkensä maailmaan. Pakkanen (1994, 60) kirjoittaa, miten vanhemmat voivat jakaa spontaaneja tanssin hetkiä lapsen kanssa olemalla kiinnostunut lapsen tekemisestä esimerkiksi jäljittelemällä lapsen liikkeitä sekä nimeämällä liikkeitä ja kehon osia. Tämä kaikki on mahdollistettu luovalla perhetanssitunnilla ja kaksivuotiaallakin on mahdollisuus kokea moniulotteista ja kokemuksellista tanssin maailmaa vanhempansa tukemana. Numminen (1996, 136) kiteyttää kirjassaan lasten kanssa toimiville seuraavasti ”Oppimiseen ei ole muuta alkua kuin ihmettely”.

Yksi pohdinnan aihe on ollut poikien osallistuminen tai oikeastaan ei osallistuminen perhetanssitunnille. Tällä hetkellä liikuntaseuran perhetanssitunnilla kaikki osallistujat ovat tyttöjä mutta esimerkiksi äiti-vauva ryhmässä on sekä tyttö- että poikavauvoja. Päiväkodin perheryhmässä oli sekä tyttöjä että poikia, ja päiväkodissa pojat ja tytöt ovat luontevasti samassa paikassa liikkumassa ja kokemassa samanlaisia asioita. Vanhemmat ovat tietoisia tästä asiasta mutta missä vaiheessa, ja miksi he mahdollisesti tekevät sen päätöksen lapsen puolesta, että niin sanottu tanssi jää harrastepuolella helposti tyttöjen etuoikeudeksi, ja poikien kanssa lähdetään harrastamaan jotain muuta. Nyt puhutaan kuitenkin alle kouluikäisten perheliikunnasta. Opetushallituksen varhaiskasvatussuunnitelman perusteissakin (2016, 26) kuvataan lapsille luontevia tapoja oppia esimerkiksi omaehtoisen tai ohjatun leikin, tutkimisen, liikkumisen sekä taiteellisen kokemisen ja ilmaisun kautta, jotka ovat toiminnallisia, luovia ja osallisuutta edistäviä työtapoja. Alle kouluikäiset lapset tarvitsevat myönteisen palautteen kautta tukea juuri siihen, mikä on heitä itseään (Cacciatore & Koiso-Kanttila, 2008, 70). Kokemuksellisuuden kautta opittaessa päästään menemään itse asiassa vielä syvemmälle, koska siinä tulee vahvasti mukaan myös muun muassa

oma vahva sisäinen liikekieli, itseilmaisuus sekä tunteiden harjoittelu. Juuri näitä taitoja myös pojat tarvitset tasapainoiseen kasvuunsa.

Tummanvuori (1994, 100) kirjoittaakin, kuinka tanssilla on tiellään suuri este eli asenteiden muuri ja ennakoasenteet, jotka korostuvat juuri helposti poikien kohdalla. Esimerkiksi tanssin mielleyhtymänä voi olla baletti vaaleanpunaisine tyllihameineen ja varpailla tanssiminen, vaikka tanssi on niin paljon muuta. Perheliikunnankin osalta valitaan helposti juuri sellainen tunti, jossa ei ole mainintaa tanssi, vaikka juuri samanlaisia kehollisia asioita tunneilla tehdään, oli kyseessä sitten tyttö tai poika. Tanssi voidaan lopettaa myös siksi, että tanssiminen ei tyydytä pojan tarpeita, tai opetuksessa käytetään esimerkiksi tyttömäisiä mielikuvia, korostetaan keveää sekä kontrolloitua liikelaatua tai poistetaan luova energia. Tanssinopetuksessa pitäisikin ottaa huomioon poikia kiinnostavat tekijät esimerkiksi akrobatia, temput ja nopeatempoisen liikkuminen, koska pojat jaksavat keskittyä myös rauhallisempaan toimintaan, kun he saavat myös purkaa ja käyttää energiaa ja luovaa potentiaaliaan. (Anttila 1994, 68–69.) Tanssitunnin teeman voi hyvin nitota vaikka rallirata-, miekkailu- tai laskettelurinneteeman sisälle, mikä varmasti ohjaa poikien mielikuvitusta ja mielenkiintoa, kunhan vanhempien osalta ei tule väheksyntää tämän suhteen. Vanhemmat vaikuttavatkin ensisijaisesti juuri tanssin opetuksen hakeutumiseen, johon vaikuttavat vanhempien oma aktiivisuus, ennakkoluulottomuus, taloudellinen tilanne ja jopa sosiaalinen asema. Tanssinopetuksen jalkauttamisella päiväkoteihin ylitetäänkin monia esteitä, kun tanssi on tällä tavalla tuotu mahdollisimman monen ulottuville sekä tietoisuuteen. (Tummanvuori 1994, 101.) Tyttöjen ja poikien toimiessa yhdessä, voidaan rikastuttaa niin tyttöjen kuin poikien omaa liikevarastoa sekä liikelaatujen käyttöä (Anttila 1994, 69).

Päiväkodin perhetunnin havainnointi tunnilla sekä kokemukselliset piirustukset tunnin jälkeen osoittivat juuri sen, että pojat luovat omasta kehostaan, ja kokevat samanlaisia elämyksiä kuin tytöt. He liikkuvat perhetanssitunnilla hyvin samalla intensiteetillä kuin tytötkin, ja jotkut olivat itse asiassa hyvin innokkaita näyttäessään ensimmäiseksi omaa lempiliikettään. Pojat olivat intensiivisesti pienen tanssiesityksen tekemisessä mukana, johon yhdistettiin tunnin alussa lasten omia liikkeitä. Vanhemmat tuntuivat myös nauttivan yhdessä tekemisestä ja heittäytymisestä. Pohdittavana onkin, että miksi vanhemmat helposti lokeroivat jo näin varhain niin sanotut tyttöjen ja poikien jutut, eli päättävät lasten puolesta. Suurin syy tähän voi olla juuri kulttuuriset käsitykset tanssin feminiinisyydestä (Anttila 1994, 68). Tämä oli vielä vahvasti näkyvissä vielä läpi 1900-luvun. Yhteiskunnalla ja perheellä on vahva merkitys sukupuoleen kohdistuvassa määrittelyssä. (Nadel, M-H. & Strauss, M-R 2003, 162) Ja tämä voi olla syy, miksi esimerkiksi harrastetanssin puolelle ei tulla perheliikuntaan edelleenkään pojan kanssa.

Tämä onkin yksi asia mitä tulee ohjaajana miettiä, ja on yksi kehittämiskohta. Anttila (2001, 84–85) kirjoittaa kuinka tanssin elementit ja niiden kaikki ulottuvuudet näkyvät leikkivän lapsen liikkeissä, ja miten tanssi on siis lapsessa itsessään mutta sille tulee antaa tilaa. Juuri leikki ja liikunta ovat lapsen alkuperäisiä ilmaisumuotoja (Zimmer 2011, 75).

Seuratoiminnassa on huomattu, että tarvitaan erilaisia ratkaisumalleja, jotta voidaan tukea lasten ja perheiden liikkumista paremmin yhteistyöprojektien kautta. Juuri päiväkoteihin ja kouluihin vietävään harrasteliikuntaan on alettu satsaamaan paikallisesti kunnan ja seuran tasolla. Jo tämän kevään aikana on suurempi koko perheen liikuntatapahtuma Unelmien liikuntapäivänä, joka on teemoitettu tanssin sisälle. Kaikkiin paikallisiin päiväkoteihin ja kouluihin on myös Naantalın Voimistelijoiden puolelta lähetetty kaksi viikkoa sitten kirje, jolla tarjotaan liikunnanohjaajaa ohjaamaan tunteja jokaisen omaan yksikköön. Luova ja kokemuksellinen tanssitunti on yhtenä teemavaihtoehtona päiväkodeille, josta saatiin jo positiivista kiinnostusta Ruonan päiväkodin tanssitunneilla. Tähän on tullut jo useita kiinnostuneita vastaanottoja kolmen päiväkodin suunnalta. Nämä ovat taas hyvin luontevia väyliä tavoittaa lisää lapsia sekä vanhempia niin tanssin kuin perheliikunnan pariin. Näiden projektien avulla saadaan jaettua tietoisuutta muun muassa tanssin vaikutusmahdollisuuksista.

Perheiden ja seuran tarpeisiin vastaten, syksyn osalle on kehitteillä luovan perhetanssintunnin vanavedessä niin sanottu elämysstartti-tunti. Tarkoituksena on taata mielekäs ja yksilötasoisempi sekä elämyksellisyyteen ja kokemukselliseen harjoitteluun perustuva harrastuksen aloittaminen seuratoiminnassa. Tämä on suunnattua esimerkiksi ensimmäistä kertaa yksin seuratoimintaan tulevalle tai enemmän erityistukea tarvitsevalle lapselle. Tällaisen ryhmän perustaminen nähdään seuran puolelta tärkeänä, koska suuret harrasteryhmät eivät aina palvele kaikkia lapsia tasapuolisesti. Tunti perustuu luovaan liikkeeseen, ja tukee pienryhmätoimintana lapsen kokonaisvaltaista ja yksilöllistä kehitystä. Tämä voi olla avaus myös poikien saavuttamiseksi.

Yhteistoiminnallisena hankkeena on haettu yhteistä seuratukea kaikille alueen liikuntaseuroille, jolla voidaan yhdessä viedä vahvemmin harrasteliikuntaa päiväkoteihin ja kouluihin ensi syksystä alkaen. Näin tavoitetaan paremmin myös niitä lapsia, joilta syystä tai toisesta harrastus puuttuu. Tanssilla on suuri merkitys myös tämän hankkeen sisällä.

Toisen paikkakunnan seurasta on myös otettu yhteyttä luovan perhetanssin osalta, koska seuralla olisi tarvetta tämänkaltaiselle perhetunnille. Luova perhetanssi on polku, joka tuntuu olevan toimintamalli, jota voidaan monistaa ja soveltaa hyvin monenlaisille ryhmille ja tahoille. Tulevaisuuden tavoitteena on viedä tätä vahvasti eteenpäin, voiden tukea lisää

perheitä erityisliikunnan puolella esimerkiksi vammaisjärjestöt. Tavoitteena on lisätä myös sukupolvien välistä todella tärkeää juniorit-seniorit -toimintaa muun muassa lapsi-
isovanhempi toimintana jopa palvelutaloympäristössä. Äiti-vauvojen kanssa tehdyt vierailut palvelutalossa ovat osoittaneet tämän suuntaisen toiminnan tärkeyden sekä tarpeen molemminpuoliselle hyvinvoinnille.

Tärkeitä perheitä tukevia tahoja ovat myös esimerkiksi neuvolat, avoimet päiväkodit, MLL eli Mannerheimin Lastensuojeluliitto, Pelastakaa Lapset ry, Musiikkiopisto ja maahanmuuttajia avustavien järjestöjen kanssa. Osan kanssa tehdään jo nyt yhteistyötä ja esimerkiksi Pelastakaa Lapset ry:lle luovan perhetanssin osalta on jo ollut hieman keskustelua. Avoimen päiväkodin tai MLL:n toiminnassa voidaan tukea niitä perheitä, joiden lapsi on vielä kotihoidossa mutta kaipaavat yhteistä tekemistä ja elämyksiä. Neuvoloiden ja Pelastakaa Lapset ry:n kanssa tehtävä yhteistyö mahdollistaisi juuri esimerkiksi erityistukea tarvitsevia perheitä, joilla ei ehkä ole muuten mahdollisuuksia yhteisiin tai omiin harrastuksiin. Tässä tulee myös se tärkeä vertaistuellinen näkökulma esiin.

Helposti nykyään ulkoistetaan liikunta- ja taidekasvatus kokonaan muille tahoille. Yhteiset kokemukset esimerkiksi perheiden yhteinen Musiikkileikkikoulu loppuu, kun lapsi täyttää kolme. Perheryhmä tukee kuitenkin molempien omaa sekä yhteistä kehitymisprosessia oli kyseessä sitten liikunta tai musiikki. Lapsi tarvitsee oman kasvun ja itsetunnon vahvistumisen kannalta vielä vanhempien tukea, ja useasti myös vanhemmat haluaisivat niin sanotusti harrastaakin enemmän lapsen kanssa, jos vain olisi tarjontaa. Yhteinen tekeminen oman harrastuksen lisäksi tukisi vanhempia näkemään oman lapsen tarpeita sekä omaakin hyvinvointia paremmin. Usein kuulee, miten vanhemmat oikeasti haluaisivat olla enemmän tietoisia lastensa harrastuksista. Musiikkileikkikoulu perhetanssimallin kanssa integroituna voisi avata ihan uudenlaisia ulottuvuuksia taiteenharjoittamisen näkökentässä, ja olisi näin jokaisen tavoitettavissa perheiden tukena. Tässä saatettaisiin taas kaksi tahoja yhteistyöhön.

Perhe voidaankin nähdä parhaimmillaan musiikkikasvatuksellisesti juuri lapsen kehtona ja jatkuvana kasvualustana, ja musisoimisella tarkoitetaan kaikkea aktiivista toimintaa kuten kuuntelua, laulua, soittoa sekä liikuntaa, jotka liittyvät musiikilliseen ilmaisuun. Tämän avulla kehittyvät lapsen luova ajattelu sekä ongelmaratkaisukyky. (Ruokonen 2001, 121, 127.) Tällaisella yhteistyökuviolla voitaisiin tuottaa hyvin kokonaisvaltaisesti ja monipuolisesti perheiden tasavertaista taidekasvatusta, ja yhteisponnistuksella yhdistää hyvin käsi kädessä kulkevat taiteen osa-alueet.

Alakoulun puolelle on pitkään ajettu asiaa, että tanssi saataisiin yhdeksi taideaineeksi opintosuunnitelmaan. Hankkeiden avulla tätä on päästy toteuttamaan muun muassa Pääskyvuoren alakoulussa, jonne käytännön toiminta on saatu sulautumaan omalla tavallaan koulun arkeen rahoituksen loputtuakin (Nirhamo 18.3.2017.) Samanlainen integroituminen varhaiskasvatuksen puolelle tukee vahvasti myös jo tätä tehtyä työtä. Luonteva päiväkodissa aloitettu tanssin harrastaminen osana lapsen päivää ja arkea saisi luontevan ja kehitystä tukevan jatkumon lapsen siirtyessä koulumaailmaan. Näen, että tässä olisi yksi todella vaikuttava kehittämiskohde saada yhdistettyä tanssin eteen ajavien tahojen voimavarat ja resurssit niin varhaiskasvatuksen puolella kuin koulumaailmassa, jotta tanssi ja sen vaikuttavuus lasten hyvinvointiin nähtäisiin yhtä tärkeänä asiana jo varhaislapsuudessa kuin esimerkiksi puhe- tai kuvallinen ilmaisu. Päättäjien silmät voisivat avautua, ja saataisiin selkeä, vahva punainen lanka varhaiskasvatuksesta koulumaailmaan sekä tanssi osaksi molempia toimintakulttuureja ja lasten arkea. Perhetanssimalli voisi myös tällä tavalla nitoutua luonnollisemmaksi osaksi varhaiskasvatuksen, koulun ja kodin arkea. Se tukisi paremmin vanhempien omaa kokemusmaailmaa, sekä tätä kautta lapsia kohtaan kokema ymmärrys vahvistuisi. Tälläkin hetkellä tämä voidaan toteuttaa esimerkiksi aktiivisten vanhempainyhdistysten kanssa kuten tässä projektissa. Laaja-alaisempi hanke mahdollistaisi kuitenkin esimerkiksi yhteisten aamuhetkien, liikuntapäivien ja toiminnallisten vanhempainiltojen kehittämisen. Jatkotutkimuksena voisikin pureutua aikuisten kokemuksellisuuteen ja sen vahvistamiseen. Tutkia tarkemmin, että minkälainen vaikutus sillä on lapsen mahdollisuuksiin ja toimintaan. Tätä asiaa on sivuttu useampaan otteeseen tässä työssä.

Yhtenä mahdollisuutena on hakea jo valmiille hankesuunnitelmalle uudestaan rahoitusta. Muutaman vuoden muhimituksen jälkeen sille saattaisi löytyä rahoitusmahdollisuus. Avatut verkostot ja yhteistyökuviot varmasti tukisivat tätä aloitetta. Nyt olisi taas lisänäyttöä liikunnan avulla perheitä tukevasta työstä.

Tämän projektin avulla on saatu avattua yhteistyöverkostoja, joiden toiminnan kautta hyödyt ovat monialaiset. Varsinkin perheet, liikuntaseurat ja varhaiskasvatus ovat hyötäneet hyvin konkreettisella tavalla prosessista toimivan toimintamallin puitteissa. Paikallisesti on avattu yhteistyöverkostoja, jotka hyödyttävät niin liikuntapalveluiden, terveyskeskuksen sekä neuvolan toimintaa. Niin hankesuunnitelmissa mukana olleet yhteistyökumppanit kuin seurat ja päiväkotit, joiden kanssa toimintaa on päästy konkreettisesti toteuttamaan, ovat olleet todella tyytyväisiä toiminnan sisältöön. Ne ovat tuoneet lisäarvoa jokaisen tahon toimintaan, ja prosessi on koko ajan käynnissä. VASU2017 perusteisiin on varhaiskasvatuksen tavoitteelliseksi tehtäväksi määritelty lapsen tutustuttaminen muun muassa eri taiteenaloihin, sekä tukea lapsen kehittymistä musiikillisessa, kuvallisessa, sanallisessa

sa ja kehollisessa ilmaisussa (Opetushallitus, 2016, 30–31). Voidaankin todeta, että tämä työ on hyvin ajankohtainen ja asian ytimessä, koska se vastaa ja tukee paikallisesti monia varhaiskasvatukselle asetettuja uusia tavoitteita muun muassa kehollista ilmaisua, yhteistyötä sisältävää toimintakulttuuria, vanhempien osallistumista sekä taidekasvatuksen sisältöjä. Yhteistyön kautta voidaan tavoittaa matalalla kynnyksellä lisää perheitä toimintaan, ja todella tärkeäksi tämän projektin kautta nouseekin juuri yhteistyö varhaiskasvatuksen kanssa, koska juuri tätä kautta perheille voidaan yhteistyönä tuottaa lisää hyvinvointia lisääviä toimintamalleja.

Jatkoajatuksena on tehdä manuaali mahdollisesti niin perheiden kuin seuran käyttöön juuri kokemuksellisen perustuvasta tanssiharjoittelusta. Muille ohjaajille on tarkoitus tehdä tunnista pieni manuaali ohjaamisen tueksi. Tämä oli alussa yhtenä ajatuksena, johon myös kerätty taustamateriaali oli tarkoitus yhdistää. Koska raporttiosion todelliseen työstämiseen päästiin vasta loppuvuodesta, niin nämä kunnianhimoiset tavoitteet piti jättää taka-alalle odottamaan.

Työ voidaan nähdä tärkeänä tukena perheiden kokemuksellisen liikunnan ja tanssin saralla kuin myös tanssin ja tasavertaisen liikunta- ja taidekasvatuksen puolestapuhujana. Projekti on arvokas ja rikas esimerkki varsinkin hankkeiden suunnittelussa mukana olemisesta mutta myös poikkisektoraalisesta yhteistyöstä ja verkostoitumisesta. Vaikka projekti nojaisi vahvasti hankkeeseen, on tässä työssä kuvattu käytännönprosessi osoittanut, kuinka asioita voidaan saada aikaiseksi, vaikka alkuperäiset suunnitelmat muuttuisivatkin. Työ on varmasti hyvä esimerkki monelle siitä, miten omalla aktiivisella toiminnalla voi vaikuttaa ympäristöönsä ja saada yhteistyöverkostot toimimaan. Työ toimii hyvinvointi- ja liikunta-alalla työskentelevälle tai opiskelevälle henkilölle esimerkkinä, miten projektit tulisi nähdä jatkuvasti muokkaantuvana prosessina, jonka kautta voi syntyä uusia toimintatapoja tai toimintamalleja yllättävienkin käänteiden jälkeen. Toimintaa voidaan kehittää hyvin monella tavalla eteenpäin, vaikka alkuperäiset suunnitelmat muuttuisivat kokonaan.

Lähteet

Anttila, E. 1994. Tanssin aika. Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu nro 139 Tammer-Paino Oy. Tampere.

Anttila, E. 2001. Tanssi: kehon leikkiä. Teoksessa Karppinen, S. & Puurula, A. & Ruokonen, I. Taiteen ja leikin lumous, s. 76–87. OY FINN LECTURA Ab. Tampere.

Anttila, E. 2005. ”Tanssin, siis ajattelen” – Pohdintoja tanssista, oppimisesta ja kehotietoisuudesta. Teoksessa Karppinen, S. & Ruokonen, I. & Uusikylä, K. Taidon ja taiteen luova voima. Kirjoituksia 9-12-vuotiaiden lasten taito- ja taidekasvatuksesta, s. 71–84. Oy FINN LECTURA Ab. Helsinki.

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

Cacciatore, R. & Koiso-Kanttila, S. 2008. Pelastakaa Pojat. Minerva Kustannus Oy. Jyväskylä.

Ferrucci, P. 2000. Kuuntele lastasi. Mitä vanhemmat voivat oppia lapsiltaan. Gummerus Kirjapaino Oy. Jyväskylä.

Hakkola, K. & Laitinen, S. & Ovaska-Airasmaa, M. 1991. Lasten taidekasvatus. Kirjayhtymä. Hämeenlinna.

Hassi, M. 1994. Taide- ja esteettinen kasvatus sekä taideopetus. Teoksessa (toimj.) Surakka, T. Lapsi keksii maailman uudelleen – Taide varhaiskasvatuksessa, s. 28-32. Suomen Kuntaliitto. Helsinki.

Hellsten, T. 2015. Löydät, kun lakkaat etsimästä. Minerva kustannus Oy. Helsinki.

Hiekkänen, N. & Putkisaari, H. & Salmela, J. 2013. Kehoni on pesäni. Matka kehotietoisuuteen – Psykofyysinen lähestymistapa ohjaustyössä. Solution Models House. Helsinki.

Huisman, T. 2001. Lapsuusajan liikunta ja sen yhteys lapsen terveyteen: Liikuttava lapsuus. Teoksessa Karppinen, S. & Puurula, A. & Ruokonen, I. Taiteen ja leikin lumous, s.62–70. OY FINN LECTURA Ab. Tampere.

Hurme, V. 2011. Tehdään taidetta. 100 vinkkiä lapsiperheen luoviin hetkiin. Minerva kustannus. Saarijärven Offset Oy.

Hüther, G. & Hauser, U. 2015. Jokainen lapsi on lahjakas. Schildts & Söderströms. Helsinki.

Jarasto, P. & Sinerno, N. 1997. Alle kouluikäisen LAPSEN MAAILMA. Gummerus Kirjapaino Oy. Jyväskylä.

Juusola, M. 2011. Vahvaksi rakastetut lapset. Otava. Keuruu.

Kalliala, M. & Tahkokallio, L. 2001. Yhteinen leikki. Teoksessa Karppinen, S. & Puurula, A. & Ruokonen, I. Taiteen ja leikin lumous, s.33–61. OY FINN LECTURA Ab. Tampere.

Karppinen, S. & Salovalta, H. 2000. Käden taidot – taaperoiden tilkut, puupalikat, romut ja aarteet. Teoksessa Karppinen, S. & Puurula, A. & Ruokonen, I. Elämysten alkupoluilla: Lähtökohtia alle 3-vuotiaiden taidekasvatukseen, s.54–63. Oy Finn Lectura Ab. Tampere.

Karvonen, P. & Siren-Tiusanen, H. & Vuorinen, R. 2003. Varhaisvuosien liikunta. Jyväskylä.

Kinnunen, M. 2016. Mielekäs keho. Kehon tarinoita. Lahden Työn paikka oy. Lahti.

Klemola, T. 2004. Taidon Filosofia – Filosofin taito. Juvenes Print - Tampereen Yliopistopaino Oy. Tampere.

Klemola, T. 2014. Asahi tietoisien liikkeen taito. Saarijärven Offset Oy.

Koivunen, P-L. & Lehtinen, T. 2015. Kasvu Kiikarissa. Havainnoinnin käsikirja varhaiskasvattajille. PS-Kustannus. Juva.

Laento, K. & Nousiainen, K. 2009. Varhaiskasvattaja taidekasvatuksen toteuttajana Neidonkalliolla. Teoksessa Ruokonen, I. & Rusanen, S. & Välimäki, A-L. (toim.). Taidekasvatus varhaiskasvatuksessa. Iloa ihmettelyä ja tekemistä, s.90–99. Yliopistopaino Oy. Helsinki.

- Laitinen, H. 1984. Näkökohtia osallistuvan havainnoinnin menetelmään. Tampereen yliopiston sosiaalipolitiikan laitos. Tampere.
- Miettinen, P. 1999. Liikkuva lapsi ja nuori. VK-Kustannus Oy. Jyväskylä.
- Nadel, M-H. & Strauss, M-R. 2003. All New Second Edition. The Dance Experience - Insights into history, culture and creativity. Princeton Book Company. Hightstown.
- Nirhamo, K. 18.3.2017. Luokanopettaja. Pääskyvuoren koulu. Tanssipedagogiikan opintomateriaali. Turku.
- Numminen, P. 1996. Kuperkeikka varhaiskasvatuksen liikunnan didaktiikkaan. Lasten Keskus Oy. Saarijärvi.
- Opetushallitus. 2016. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. Määräys 39/011/2016. Luettu 30.3.2017.
http://www.oph.fi/saadokset_ja_ohjeet/opetussuunnitelmien_ja_tutkintojen_perusteet/varhaiskasvatus/perusteet
- Pakkanen, P. 1994. Liike kehityksen edellytyksenä. Teoksessa (toimj.) Surakka, T. Lapsi keksii maailman uudelleen – Taide varhaiskasvatuksessa, s. 58–70. Suomen Kuntaliitto. Helsinki.
- Payne, H. 2006. Dance Movement Therapy Second edition – Theory, Research and Practice. Routledge Taylor & Francis Group. New York.
- Puurula, A. 2001. Kohti kokonaisvaltaista, kulttuurista taidekasvatusta: lapsi luovuuden lähteellä. Teoksessa Karppinen, S. & Puurula, A. & Ruokonen, I. Taiteen ja leikin lumous, s.170–188. OY FINN LECTURA Ab. Tampere.
- Pönkkö, A. & Sääkslahti, A. 2013. Liikuntapedagogiikka varhaiskasvatuksessa. Teoksessa (toim.) Jaakkola, T. & Liukkonen, J. & Sääkslahti, s. 462–481. Liikuntapedagogiikka. PS-kustannus. Juva.
- Rintala, P. Huovinen, T. Niemelä, S. Soveltava liikunta. 2012. Tammerprint Oy. Tampere.

Rintakorpi, K. 2009. Dokumentointi toiminnan kehittämisen välineenä. Teoksessa Ruokonen, I. & Rusanen, S. & Välimäki, A-L. (toim.). Taidekasvatus varhaiskasvatuksessa Iloa ihmettelyä ja tekemistä, s. 84–89. Yliopistopaino Oy. Helsinki.

Rooyackers, P.1997. Tanssileikkikirja. Oy Edita Ab. Helsinki.

Rouhiainen, L. 2011. Fenomenologinen näkemys taiteen kontekstissa.

Toimittanut Anttila, E. Taiteen jälki Taidepedagogiikan polkuja ja risteyksiä, s.75–93. Edita Prima Oy. Helsinki.

Ruokonen, I. 2001. Äänimaisemia ja ilmaisun iloa musiikin kielellä. Teoksessa Karppinen, S. & Puurula, A. & Ruokonen, I. Taiteen ja leikin lumous, s.120-143. OY FINN LECTURA Ab. Tampere.

Ruokonen, I. & Rusanen, S. 2009. Esteettinen kasvattaja kulttuurisena kasvattajana. Teoksessa Ruokonen, I. & Rusanen, S. & Välimäki, A-L. (toim.). Taidekasvatus varhaiskasvatuksessa Iloa ihmettelyä ja tekemistä, s. 10–15. Yliopistopaino Oy. Helsinki.

Solatie, J. 2009. Luova lapsi oivaltaa, oppii ja pärjää. Tammi. Helsinki.

Tummanvuori, V. 1994. Unelmasta tanssin perusopetukseksi. Teoksessa (toimj.) Surakka, T. Lapsi keksii maailman uudelleen – Taide varhaiskasvatuksessa, s. 100–108. Suomen Kuntaliitto. Helsinki.

Uusikylä, K. 2001. Lapsen luovuus elää vapaudessa. Teoksessa Karppinen, S. & Puurula, A. & Ruokonen, I. Taiteen ja leikin lumous, s.14–22 .OY FINN LECTURA Ab. Tampere.

Viitala, M. 1998. Tanssia elämyksen ehdoilla. Svoli-Palvelu Oy. Helsinki.

Vilkka, H. 2006. Tutki ja havainnoi. Kustannusosakeyhtiö Tammi. Vaajakoski.

Zimmer, R. 2011. Psykomotoriikan käsikirja – Teoriaa ja käytäntöä lasten psykomotoriseen tukemiseen. VK – Kustannus Oy. Lahti.

Liitteet

Liite 1. Lasten yhteistä kokemuksellisuutta tanssitunnin jälkeen piirtäen



Liite 2. Lasten kokemuksellisia kotitehtäviä



Liite 3. Kokemuksellisuuteen liittyvä kotitehtävä vanhemmille

Yksi kokemuksellisuuteen liittyvä tehtävä tunnin jälkeen seuran perhetanssitunnilla:
Kotitehtävä kokemuksellisuudesta, johon vastaukset hyvin spontaanisti ja lyhyesti, mikä tulee ensimmäisenä mieleen. Kirjatkaa, mitkä ovat aikuisen ja mitkä lapsen kommentteja.

1) Lapsi saa piirtää itsensä ja sinut tanssimassa. Antakaa luovuuden kukkia.

2) Muutama kysymys kokemuksellisuudesta perhetanssituntien jälkeen:

- Miltä tanssiminen tuntuu?
- Mitä tunnet tanssiessasi?
- Miltä kehosi tuntuu tanssiessasi?
- Miltä tuntuu tanssia yhdessä äiti-lapsi parina?
- Millaisia ahaa-elämyksiä tai muita tuntemuksia, kokemuksellisuutta olet kokenut tanssiessasi?
- Mikä on tuntunut kivalta, tai ehkä tuonut jotain muita tuntemuksia?
- Mikä on lempijuttusi?
- Millaisia unelmia sinulla on tanssin suhteen?
- Minkälaisia asioita on ehkä siirtynyt kotiin?
- Mitä uutta olet ehkä oppinut?
- Vapaa sana: saa vastata myös ihan omiin mielellä oleviin asioihin, jos valmiit kysymykset tuntuvat hankalilta.

Liite 4. Päiväkodin perhetanssitunnin kuva ja piirustuksia



Liite 5. Lasten kokemusmaailma päiväkodin tunnin jälkeen

