



VAASAN AMMATTIKORKEAKOULU
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Milla Halla-aho

LUOVAN TANSSIN VAPAUTTAVA VOIMA
PÄIVÄKODIN STRUKTUROIDUSSA ARJESSA

Sosiaali- ja terveysala
2024

TIIVISTELMÄ

Tekijä	Milla Halla-aho
Opinnäytetyön nimi	Luovan tanssin vapauttava voima päiväkodin strukturoidussa arjessa
Vuosi	2024
Kieli	suomi
Sivumäärä	31 + 8 liitettä
Ohjaaja	Tiina Järvelä

Tämän opinnäytetyön tavoite on selvittää luovan tanssin mahdollisuuksia varhaiskasvatuksessa lapsen myönteisen minäkäsityksen syntymisen tukemisessa sekä tarjota materiaalia tanssituokioiden pitämiseen. Tämän lisäksi opinnäytetyö tarjoaa lapsille uusia elämyksellisiä kokemuksia ja työntekijöille uusia ideoita ja rohkeaa luovan tanssin hyödyntämiseen varhaiskasvatuksessa.

Teoreettisessa viitekehityksessä avaan työn keskeiset käsitteet, joita ovat luova tanssi, minäkäsitys ja minäkuva sekä varhaiskasvatussuunnitelma. Toiminnallinen osuus koostuu laatimastani materiaalista, päiväkodissa pidetyistä tanssituokioista ja niistä saaduista palautteista sekä lopun pohdinnasta. Aineisto on kerätty teemahaastatteluna lapsilta ja yhdeltä ryhmän työntekijöistä.

Opinnäytetyön tavoitteet täyttyivät työssäni. Haastattelusta ilmeni, että materiaaliani tanssituokioista voidaan, että aiotaan käyttää varhaiskasvatuksessa, yksittäisiä harjoitteita hyödynnetään myös eri toimintojen välissä. Teoriapohjan, lasten palautteen, havaintojen ja niiden pohjalta pidetyn teemahaastattelun perusteella voidaan todeta luovan tanssin tukevan myönteisen minäkäsityksen syntyä. Varhaiskasvatussuunnitelma pitää sisällään luovan liikunnan, luovan tanssin, joka mahdollistaa inklusion toteutumisen. Lapset selkeästi nauttivat tanssimisesta ja antoivat useimmiten hyvää palautetta. Pitämäni tanssituokiot nähtiin rikastuttavana tekijänä päiväkodin arjessa niin lapsille kuin työntekijöille. Otanta työssäni oli kuitenkin suppea, jonka vuoksi aihe kaipaa jatkotutkimuksia.

VAASAN AMMATTIKORKEAKOULU
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES
Sosiaaliala

ABSTRACT

Author	Milla Halla-aho
Title	The Liberating Power of Creative Dance in the Structured Environment of a Kindergarten
Year	2024
Language	Finnish
Pages	31 + 8 Appendices
Name of Supervisor	Tiina Järvelä

The aim of this bachelor's thesis is to explore the possibilities of creative dance in early childhood education to foster a child's positive self-concept and to provide material for dance sessions. It also offers new experiences for children and new ideas and encouragement for staff to use creative dance in the kindergarten.

The following key concepts are discussed in the theoretical framework, creative dance, self-concept and self-image, and the early childhood education plan. The practice-based part includes drafted materials, held dance sessions and the feedback received from them, and final reflections. The material was collected through thematic interviews with children and an employee in the group.

The goals of the bachelor's thesis were achieved. Interviews showed that my dance session material can and will be used in early childhood education, with individual exercises also being used between different activities. The theoretical basis, children's feedback, observations and the thematic interviews conducted on the basis of these findings suggest that creative dance supports the development of a positive self-concept. The early childhood education plan includes creative movement, creative dance, that enables the realization of inclusion. the concept of inclusion. The children clearly enjoyed dancing and gave mostly good feedback. The dance sessions held by the bachelor's thesis author were seen as an enriching element in the day-to-day life of the kindergarten for not just the children but also the staff. However, it should be noted that because of the narrow sample size, the topic needs further research.

Keywords	creative dance, self-concept, early childhood education plan, child guidance
----------	--

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO	7
2	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET.....	11
3	LUOVA TANSSI JA MINÄKÄSITYS	12
3.1	Luova tanssi	12
3.1.1	Kehollisuus.....	13
3.1.2	Luovan tanssin elementit	14
3.2	Minäkäsitys ja minäkuva	16
3.2.1	Psykologisen minän kehittyminen	16
3.2.2	Minäkäsityksen osa-alueet.....	17
3.3	varhaiskasvatussuunnitelma	18
3.3.1	Monipuolinen oppiminen	18
3.3.2	Taidekasvatus	19
3.3.3	Liikuntapedagogiikka	20
3.3.4	Inkluusio varhaiskasvatuksessa	21
4	TOIMINNALLISEN OPINNÄYTETYÖN SUUNNITTELU JA TOTEUTUS.....	23
4.1	Ohjausten suunnittelu ja valmistautuminen	23
4.2	Aikuisen rooli ohjaamisessa.....	25
4.3	Luovan tanssin ohjaaminen	26
4.3.1	Ensimmäinen ohjauskerta	27
4.3.2	Toinen ohjauskerta	27
4.3.3	Kolmas ohjauskerta.....	28
5	PALAUTE TANSSITUOKIOISTA	29
5.1	Lasten palaute.....	29
5.2	Ryhmän aikuisen palaute	30
5.3	Tanssituokioiden onnistuminen ohjaajan näkökulmasta.....	31

6	YHTEENVETO JA POHDINTA.....	33
	LÄHTEET	39
	LIITTEET	41

LIITELUETTELO

LIITE 1. Tutkimuslupahakemus

LIITE 2. Tutkimuslupa

LIITE 3. Havainnointi lomake

LIITE 4. Lasten teemahaastattelu

LIITE 5. Ryhmän aikuisen teemahaastattelu

LIITE 6. Tanssituokioiden suunnitelmat

1 JOHDANTO

Tässä opinnäytetyössä tarkastellaan luovan tanssin mahdollisuuksia lapsen myönteisen minäkäsityksen synnyn tukemisessa. Opinnäytetyön kehitystehtävänä on kehittää luovan tanssin merkitystä varhaiskasvatuksessa ja selvittää sen mahdollisuuksia keskeisenä tapana lapsen minäkäsityksen tukemiseen. Lähtökohtana kehittämiprojektille on aiheen vähäinen aikaisempi tutkimus. Luovaa tanssia lasten kohdalla on tutkittu vähän eikä sen mahdollisuuksista lapsen myönteisen minäkäsityksen syntymiseen lähes lainkaan. Valmista tutkittua tietoa oli siis hyvin niukasti tarjolla. Kuitenkin taiteiden merkityksestä on viimeisen kahden vuosikymmenen aikana tutkittu enenevässä määrin. Kulttuurin ja taiteen merkitystä hyvinvointiin on alettu huomioimaan aikaisempaa enemmän sosiaali- ja terveydenhuollossa sekä koulutusten ja palveluiden suunnittelussa. Lisääntyneen taidetoiminnan vuoksi on saatu enemmän tutkittua näyttöä taiteen merkityksestä ilmaisun ja kommunikaatioon välineenä. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2023.)

Varhaiskasvatuksen tulee tutustuttaa lapsia kulttuuriperintöön ja eri taiteen aloihin, joista yksi on kehollinen ilmaisu. Lapselle luonteenomaista on ilmaisun eri muotojen yhdisteleminen luovasti ja ilmaisun kokonaisvaltaisuus. Taiteen kokemisen ja ilmaisun avulla edistetään lapsen sosiaalisia taitoja, oppimisedellytyksiä, valmiuksia ymmärtää ja jäsentää ympäröivä maailma sekä myönteistä minäkuva. (Opetushallitus, 2022.) Taidekasvatuksen avulla rakennamme ei-välineellistä arvoa maailmaa luodaksemme kestävän pohjan hyvinvoinnille, luovan tanssin kautta lapsi pääsee rakentamaan hyvinvointia ja terveyttä kokonaisvaltaisesti, yhteisöllisesti ja itseohjautuvasti. Pienikin yhteinen tanssihetki voi liikuttaa, koskettaa ja voimistaa niin lapsia kuin aikuisiakin. (Ruokonen ja muut, 2009, s.21.)

Tanssi ei ole oma suljettu maailmansa, se on kaikki alla läsnä. Varhaiskasvatuksessa tanssin voi sisällyttää aamupiiriin tuttujen liikkeiden laajentamiseen tai vaik-

kapa varpaiden kipristämiseen. Tanssiin voi sisällyttää runoja, loruja, draamaa, rytmiä ja musiikkia, tanssin hetki voi alkaa syksyn putoavista lehdistä tai lapsen mielikuvituksesta. (Ruokonen ja muut, 2009, s.20.)

Taideaineiden arvo nähdään nykyään yhteiskunnassa ja sen tasa-arvosuutta kehitetään jatkuvasti, taide nähdään kaikille kuuluvaksi. Tanssi on myös taidetta, jolloin myös tanssi kuuluu kaikille. Kiinnostukseni heräsi tämän vuoksi tekemään opinnäytetyötä itselleni mielenkiintoisesta intohimon kohteesta tanssista, yhdistäen siihen sosiaalialan koulutuksen erityisosaamista. Olen päässyt konkreettisesti näkemään luovan tanssin mahdollisuuksia ohjaamisen yhteydessä ja pohtinut, voisiko luovaa tanssia hyödyntää myös varhaiskasvatuksessa. Päiväkodin arki on toimivuuden kannalta hyvin strukturoitua ja vaatii joiltakin lapsilta enemmän tarkkaavaisuutta ja kykyä noudattaa sääntöjä, mihin lapsella on voimavaroja. Luova tanssi on vapaata, omaan kehoon ja rytmiin tutustumista, missä ei ole oikeaa tai väärää liikettä, vaan painottuu hyvin vahvasti lapsen omaan mielikuvitukseen. Luovassa tanssissa ei ole tarkoituksena asettaa suorituksia paremmuusjärjestykseen, liike lähtee sisältä päin ja on aina ainutlaatuinen tunteita herättävä kokemus. Näin ollen päiväkodin strukturoidussa arjessa luova tanssi antaa kaikille lapsille vapauden oman mielikuvituksen hyödyntämiseen, itseensä tutustumisen, liikunnallisuuden ja oman pystyvyyden sekä positiivisen minäkuvan syntyminen. Luovaa tanssia voidaankin pitää ”henkireikänä päiväkodin strukturoidussa arjessa”.

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää luovan tanssin asemaa varhaiskasvatuksessa. Teoreettisen viitekehyksen keskeisiä käsitteitä ovat luova tanssi, lapsen minäkäsityksen rakentuminen, varhaiskasvatusta ohjaava varhaiskasvatussuunnitelma ja lasten ohjaaminen. Toiminnallisen osuuden avulla selvitän näiden välisen yhteyden mahdollisuutta, jonka vuoksi tanssituokiot ja niistä tehdyt havainnot ja teemahaastattelut ovat isossa asemassa opinnäytetyössäni. Pystyäkseen ymmärtäisin luovan tanssin mahdollisuudet kokonaisvaltaisesti varhaiskasvatuksessa, koen työntekijöiden ja lasten antamat palautteet ensisijaisen

tärkeänä. Varhaiskasvatuksen työntekijöillä on arvokasta kokemusta alalta, jonka pohjalta heillä on mahdollisuus arvioida luovan tanssin soveltuvuutta ja tuoda esiin näkökulmia sen mahdollisuuksista. Koska tarkoituksena on selvittää erityisesti lapsen minäkäsityksen tukemista luovan tanssin avulla, lasten koetut ajatukset ja tunteet sekä mielipiteet ovat erittäin arvokasta tietoa, jonka koen oleelliseksi opinnäytetyön kannalta. Jotta pystyn ymmärtämään luovan tanssin mahdollisuuksia, tulee minun ymmärtää sen vaikutuksia osallisiin.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (2022) käsittelee kohdassa ilmaisun monet muodot varhaiskasvatuksen roolia taideaineiden tutustuttajana. Taiteen kokeminen ja sen ilmaiseminen edistää lapsen sosiaalisia taitoja, oppimisedellytyksiä, kykyä hahmottaa ympäröivä maailma sekä myönteistä minäkuva. Henkilöstön erityisosaamisen hyödyntäminen nähdään taidekasvatuksen rikastuttavana tekijänä. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet, 2022, s.46.) Oma erityisosaamiseni löytyy lastentanssista, jonka asema taideaineista on heikoimmillaan varhaiskasvatuksessa ja usein riippuvainen henkilöstön erityisosaamisesta. Tämän vuoksi näin ajankohtaisena hyödyntää erityisosaamistani opinnäytetyössä, tarkoituksena kehittää se kaikille työntekijöille soveltuvaksi.

Tanssi ja sen mahdollisuudet varhaiskasvatuksessa on laaja käsite, jonka vuoksi rajasin aiheeni tarkemmaksi. Tarkastelen opinnäytetyössäni tanssia vain luovan tanssin näkökulmasta, sillä luova tanssi vastaa parhaiten inklusiivisen varhaiskasvatuksen periaatetta sekä on muutoinkin vähemmän strukturoitua. Luovan tanssin vaikutuksia voidaan tarkastella monesta eri näkökulmasta, jonka vuoksi koin oleelliseksi rajata luovan tanssin vaikutuksia tarkasteltavaksi vain yhdestä näkökulmasta, minäkäsityksen näkökulmasta.

Tällä hetkellä lasten mahdollisuudet ohjatun tanssin suhteen ovat melko elitistiset. Vain niiden perheiden lapsilla on mahdollisuus tanssia, missä vanhemmat laittavat lapsen tanssitunneille ja heillä on varaa kustantaa lapsen harrastus. Vakiintuneem-

man aseman varhaiskasvatuksessa ovat saaneet jo muut luovat aineet. Myös tanssin asema tulisi vakiintua varhaiskasvatuksessa ja nähdä sen monet mahdollisuudet. Tanssiminen on jokaisen lapsen oikeus.

2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää luovan tanssin mahdollisuuksia keskeisenä tapana lasten myönteisen minäkäsityksen synnyn tukemisessa varhaiskasvatuksessa sekä tarjoamaan materiaalia tanssituokioiden pitämiseen. Tanssituokioiden suunnitelmat löytyvät liitteinä työni lopusta ja ovat vapaasti kaikkien käytävissä. Lisäksi opinnäytetyö tarjoaa lapsille uudenlaisia elämyksellisiä kokemuksia ja työntekijöille uudenlaisia ideoita.

Opinnäytetyö on toiminnallinen opinnäytetyö, joka toteutetaan kvalitatiivisena eli laadullisena tutkimuksena. Tutkin ilmiönä luovaa tanssia ja sen yhteyttä siihen, minkälaisena lapsi näkee ja kokee itsensä. Tutkimusongelmana on varhaiskasvatuksessa lapsen myönteisen minäkuvan kehittäminen uudenlaisilla keinoilla, hyödyntäen luovaa tanssia, jossa yhdistyy luovuus, mielikuvitus, kehollisuus, liikunnallisuus ja rytmi. Tutkimuskysymyksenä on, voidaanko luovan tanssin avulla tukea lapsen positiivisen minäkuvan syntyä sekä onko varhaiskasvatuksen suunnitelmaan mielekästä sisällyttää luova tanssi. Opinnäytetyön tarkoituksena on myös rohkaista varhaiskasvatuksen työntekijöitä luovan tanssin pitämiseen ja hyödyntämään sen monet mahdollisuudet.

Yhteistyöpäiväkotina toimii Vaasan kaupungin Paakaran päiväkotit. Toiminnallinen osuus tehdään esikouluikäisten lasten ryhmässä. Paakaran päiväkotit on suomenkielinen neljän ryhmän päiväkotit, jonka toiminta-ajatuksena on: ”lapselle hyvä päivä”. Tarkoituksena heillä on luoda turvallinen kasvuympäristö ja tarjota monipuolista ja laadukasta hoitoa hyväksyvässä ilmapiirissä kiireettömästi. Niin oppimisen ilo kuin ilo jokaisesta lapsesta on heille tärkeää. He ovat läsnä ja kuuntelevat lasta. (Vaasan kaupunki, 2024.)

3 LUOVA TANSSI JA MINÄKÄSITYS

Teoreettinen viitekehys pitää sisällään luovan tanssin määritelmän ja sen yhteyden kehollisuuteen sekä sen, mitä ovat tanssin neljä elementtiä. Tämän lisäksi tässä osiossa käydään läpi minäkäsityksen ja minäkuvan määritelmä, psykologinen minä ja minäkäsityksen osa-alueet. Teoreettisessa viitekehyksessä avataan varhaiskasvatussuunnitelmaa ohjaavat lait ja asetukset sekä sen tarkoitus. Lisäksi käydään läpi monipuolista oppimista, taidekasvatusta, liikuntapedagogiikkaa ja inklusiota, joita toteutetaan varhaiskasvatuksessa ja jotka sisältyvät varhaiskasvatussuunnitelmaan.

3.1 Luova tanssi

Tanssiksi mielletään itsetarkoituksellinen, ei-kielellinen, rytmillinen kehollinen toiminta, jossa tunnistetaan kulttuurille ominaisia muotoja tai ”kuvioita” eli esteettisiä ominaisuuksia. Ihmisen varhaisimpia kykyjä on ollut herkkyys rytmisen liikkeen tunnistamiseen ja siihen vastaaminen harjoittelemalla. (Karppinen ja muut, 2001, s.77.) Luova tanssi on liikkeen ja taiteellisen ilmaisun yhdistelmä, jossa yhdistyy itsensä kehittäminen ja itseilmaisuus, jonka vuoksi sen on kaikille ihmisille soveltuva riippumatta iästä (Gilbert, 2015, s.4). Luovassa tanssissa lapsen rooli on aktiivinen, kulttuurin luoja, sillä liike lähtee aina lapsesta itsestä. Aikuinen ei sanan perinteisessä merkityksessä opeta lapselle vaan osallistuu yhdessä lapsen kanssa, jolloin toiminta on yhteistä kulttuurillista toimintaa. (Ruokonen ja muut 2009, s.17.)

Lapsen luontainen tapa kokea todellisuutta ja maailmaa tapahtuu liikunnan kautta. Ensimmäinen kieli lapsella on kehonkieli, liikekokemusten ja tuntemusten avulla lapsi saa tunteen olemassaolostaan. Syntymän jälkeisiä kokemuksia ovat äidin sylin lämpö ja keinutus. Iän karttuessa keho alkaa totella entistä paremmin, ryömimisen avulla päästään haluttuun paikkaan ja käden ojentuminen voidaan kohdentaa haluttua kohdetta kohden. (Karppinen ja muut, 2001, s. 62–63.) Tanssi

oli ihmisten ensimmäinen tapa kommunikoida ja näin ollen on ihmisille luonnollista. Kehomme toimii meidän kommunikointimme välineenä, jonka avulla ilmaiseimme itseämme, me olemme tanssi. (Gilbert, 2015, s.4–7.)

Käsityksemme lapsuudesta ylimenovaiheena aikuisuuteen on säädellyt lasten ja aikuisten välisestä suhteesta melko hierarkkisen, joka on mahdollista kääntää yhteisin luovan toiminnan avulla. Sadutusmenetelmä on hyvä esimerkki tästä ja sitä onkin kehitetty ansiokkaasti Suomessa. Luova tanssi on sadutusta, jossa sanat ovatkin liikkeitä. Liikkeellisen ja kehollisen ilmaisun merkitystä ei voi korostaa liikaa lapsuusiässä. Aikuiset yleensä ilmaisevat itseään mieluummin sanojen avulla, mutta lapsille kehon kieli on tunnetilojen ilmaisun välitön kanava sekä lapsen ja aikuisen välisessä vuorovaikutuksessa tärkeä kanava. Kasvattajille keskeistä on siis kehollisen ilmaisun ymmärtämisen taito. (Ruokonen ja muut, 2010, s.18.)

Luovan tanssin avulla lapsi voi luoda omaa kulttuuriaan näkyväksi oman kokemusmaailmansa pohjalta, jolloin aikuinen voi päästä osalliseksi lapsen kokemusmaailmaan ja oppia uutta niin lapsesta kuin itsestään (Ruokonen ja muut, 2009, s.18). Tanssi varhaiskasvatuksessa voi tuoda esiin uudenlaisia puolia ja varjoon jääneitä vahvuuksia lapsista liikkeen kautta, ryhmädynamiikan uudenlainen muotoutuminen on myös mahdollista. Nopeatempoinen tanssi voi auttaa vilkasta lasta keskittymään ohjattuun toimintaan, jonka seurauksena aikuiselta ja muilta ryhmän lapsilta saatu positiivinen palaute voi olla erityisen merkittävä kokemus. Samoin vetäytyvä lapsi voi osallistua toimintaan normaalia rohkeammin ja aktiivisemmin. (Ruokonen, 2022, s. 256.)

3.1.1 Kehollisuus

Kehollinen tieto tarkoittaa sisäistynyttä, kokemuksellista, merkityksellistä ja elämyksellistä tietoa, jonka avulla voimme ymmärtää itseämme ja ympäröivää maailmaa. Kehollinen tieto luo ajattelun ja toiminnan välille yhteyden sekä vahvistaa

kehotietoisuutta, oman kehon tuntemista ja herkkyyttä niin omille kuin toisten kehollisille tuntemuksille. (Anttila, 2006, s. 46–47.) Jokaisella on oikeus tuntea olonsa mukavaksi omassa kehossaan ja pystyä ilmaisemaan itseään kehon avulla sekä kehittää kinesteettistä älykkyyttä (Gilbert, 2015, s. 8).

Kehollista oppimista voidaan toteuttaa tanssin avulla sen tuottaessa kehollisia tuntemuksia, kokemuksia, aistimuksia, mielikuvia ja tunteita. Siinä yhdistyy vuorovaikutus fyysisen ja sosiaalisen maailman kanssa sekä luovaa ilmaisua ja ongelmanratkaisua. Musiikki ja sen tuoma rytmi ovat isossa asemassa tanssissa. Musiikkia ja rytmiä kuunnellaan, siihen eläydytään ja sitä tulkitaan. (Ruokonen, 2020, s. 250.)

3.1.2 Luovan tanssin elementit

Lapsen leikissä tuottama liike on lähestulkoon aina lähellä tanssia itseä, jolloin myös tanssin dynaamiset elementit löytyvät lapselta leikissä ja liikkeessä. Tanssin elementit eivät ole kovin vakiintunut käsite kielessämme, lapsi hallitsee usein hänen kanssaan olevaa aikuista paremmin tanssin elementit. Tanssin elementtien tutuksi tuleminen kasvattajille avaa heidän ymmärrystään kaikesta siitä, mitä lapsi tekee liikkeessä, leikkiessä ja tanssiessa. Tanssin elementit eli neljä dynamiikan perustekijää ovat: voima, aika, tila ja virtaus. (Karppinen ja muut, 2001, s. 79.)

Voima tanssin elementtinä toimii yhteistyössä lihastyön kanssa ja itse liikkeissä voidaan ajatella olevan joko vähän tai paljon voimaa tai se voi olla voimaton (Karppinen ja muut, 2001, s.80–81). Silloin, kun kehon liikettä pidetään voimakkaan, on se taistelutilassa. Liikkeen ollessaan kevyt, on se hemmottelun tilassa. (Nakata ja muut, 2001, s.27–28.) Voiman perusulottuvuudet ovat nähtävissä jo pienen lapsen liikkeissä leikin ja spontaanin toiminnan aikana, joita ovat esimerkiksi juokseminen, kiipeäminen ja kieriminen. Näissä liikkeissä lihasvoima ja painovoima työskentelevät vastavuoroisesti. (Karppinen ja muut, 2001, s.80–81.)

Aika on toinen tanssin elementti ja sitä voidaan mitata eli se on määrällistä. Aika on kuitenkin rajaton lapselle. Mielenkiintoisen tekemisen kohdalla lapselle aika ei

lopu, vaan lapsi heittäytyy ajan kulkuun eikä pyri tietoisesti voittamaan sitä. Jos kuitenkin mielenkiinto lopahtaa, täytyy uuden kiinnostuksen kohteen löytyä, sillä lapsi ei odota. Tanssissa aikaelementti ilmenee tyypillisesti rytminä tai pulssina, vaikka se onkin lapsen leikissä ja tanssissa myös paljon muuta. Se on läsnäoloa ja hetkeen heittäytymistä riippumatta liikkeen nopeudesta tai hitaudesta. (Karppinen ja muut, 2001, s. 81–82.) Taistelutilassa oleville liikkeille ominaista on liikkeiden räjähtäväisyys eli niiden hetkellisyys (sudden), kun taas hemmottelutilassa oleville liikkeille ominaista on (sustain) eli liikkeiden jatkuvuus (Nakata ja muut 2001, s.28).

Kolmantena tanssin elementtinä on tilankäsite, jota hyödynnetään tanssissa hahmottamisen apuvälineenä sen ollessa ennen kaikkea maailmaan suuntautumisen keino. Lapsi on utelias ympäristöään kohden ja liikkuu tilassa tutkien ympäröivää maailmaa. Usein tanssin aikana tanssija on suhteessa ympäröivään tilaan, jolloin suhde on joko haaveileva (epäsuora) tai määrätietoinen, pistämäinen (suora). (Karppinen ja muut, 2001, s.82.)

Viimeisenä tanssin elementtinä on virtaus, joka on läsnä kehossamme kaiken aikaa. Liikkumattomuus on ihmiselle luonnoton olotila, ”perusvirtaus” tuottaa pientä liikettä meissä koko ajan, joka toimii impulssina ihmiskehon kaikelle toiminnalle. Virtauksen vapaata kulkua estävät monotoninen elämä, haitalliset liiketottumukset ja rajoittunut kokemusmaailma, joita aikuisella voi olla rajoittunut käsivarsien liikerata tai jäykkä niska, tällöin liike ei pääse virtaamaan vapaasti eikä keho hengitä kunnolla. Koululaisilla on myös nähtävissä samoja oireita, jotka johtuvat leikin puutteesta. Ympäristön tulee tukea lapsia leikkimään siten, miten he luonnostaan leikkisivät. Tanssissa tarvittava vapaa virtaus (free flow) pääsee kehittymään, kun lapsi vapauttaa energiansa vapaana virtauksena esimerkiksi hippaleikin aikana, jossa suunnanvaihtojen ja pysähtymisen avulla lapsi kehittää virtauksen hallitsemista. Sana bound flow tarkoittaa virtauksen säätelyä vapaan ja sidotun välillä, molemmat ovat tanssissa oleellisia ja lapselle luonnollisia. Lapsi nauttii

vapaasta virtauksesta keinuessa, mutta myös sidotusta virtauksesta, esimerkiksi avaimen saaminen lukkoon. (Karppinen ja muut, 2001, s.83–84.)

3.2 Minäkäsitys ja minäkuva

Minäkuva on osa itsetuntoa, psykologiassa kaikkea mitä ihminen kokee ”minuna”. Voidaan luokitella omien kokemusten organisoimiseksi niin, että syntyy jonkinlainen mielekkyys. Erilaisten toimintojen, päämäärien ja ominaisuuksien avulla ihminen kuvailee itseään minäkuvan avulla. (Keltikangas-Järvinen, 2010, s.97.) Terve minäkäsitys pitää sisällään luottamuksen itseen, omiin kykyihin, omaan kehoon ja sosiaalisiin suhteisiin (Jaakkola ja muut, 2013, s.21).

Alusta terveen itsetunnon rakentumiselle lähtee fyysisen minän ja kehon toimintojen tuntemisesta. Tämän jälkeen tulee kyky säädellä kehoaan ja sen toimintoja. Muiden ihmisten käsitykset itsestään ja tietoisuus oman käytöksen vaikutuksista muissa ihmisissä on kolmas rakennuspilari itsetunnon kehityksessä. Ulospäin lapsen sisäinen kuva omasta arvostaan ja merkityksellisyydestä näkyy esimerkiksi suorana ryhtinä ja rohkeana katseena. (Karppinen ja muut, 2001, s.63.) Liikunta tarjoaa onnistumisen ja edistymisen kokemuksia, oivalluksia ja uuden oppimista, joka tukee minäkäsitystä varsinkin silloin, kun opetuksessa korostetaan uuden oppimista, yrittämistä ja itsevertailua. Keholliset kokemukset ovat keino itseilmaisuuksiin ja väylä luovuuteen. (Jaakkola ja muut, 2013, s.21.)

Sosiaalisten taitojen ja ryhmässä toimimisen kannalta lapsen minäkäsityksellä on suuri vaikutus. Mikäli lapsella on huono itsearvostus tai kielteinen kuva itsestään tai muista lapsista, saattaa hän jäädä toiminnan ulkopuolelle, sillä käytös herättää muissa lapsissa negatiivisia tunteita, jotka entisestään heikentää lapsen itsearvostusta ja asemaa ryhmässä. (Koivunen & Lehto, 2016, s.194.)

3.2.1 Psykologisen minän kehittyminen

Keltikangas-Järvinen (2010) kertoo kirjassaan, että minä kehittyy ihmisten välisen vuorovaikutuksen avulla, jota kutsutaan ihmisen psykologiseksi syntymäksi. Minän

syntyminen voi alkaa heti syntymän jälkeen vuorovaikutuksessa, vaikka vasta kolmevuotiaan kokemusta itsestään voidaan nimetä psykologiseksi minäksi. Jotta voi kehittyä ihmiseksi ja elää ihmiselämää, tulee ihmisen sada vuorovaikutusta ja hoiavaa muilta ihmisiltä, pelkkä biologinen perimä ei riitä toisin kuin eläimillä. (Keltikangas-Järvinen, 2010, s.100–101.)

Tietoisuus omasta kehosta on ensimmäinen vaihe minän syntymisessä. Lapsi kykenee erottamaan itsensä fyysisesti erilliseksi muista ihmisistä. Kielen kehittyminen on seuraava vaihe, jolloin lapsi oppii käyttämään kieltä asianmukaisella tavalla. Tämän lisäksi lapsi pystyy näyttämään, mitkä kuvaukset häneen sopii ja näin ollen näyttämään omaa minäkäsitystään. Seuraava vaihe on, kun lapsi pystyy näyttämään omat kykynsä, toiveensa ja hänelle sattuneet tapahtumat. Kyseinen kehitys päättyy, kun lapsi kykenee näkemään itsensä samalla lailla kuin muut ihmiset hänet näkevät. Erilaisten kokemusten kautta syntyy myöhempi kehitys, yksilöllinen minä ja erillinen minä saavutetaan varhaislapsuuden aikana myöhemmin. (Keltikangas-Järvinen, 2010, s. 101.)

3.2.2 Minäkäsityksen osa-alueet

Ihmisen ”minuus” jakautuu kolmeen osaan: yksityinen minä, sosiaalinen minä ja ihanneminä. Yksityinen minä kehittyy lapselle, kun hän tajuaa itsessään olevan jotain sellaista, mitä hän vain itse tietää. Ajatukset, unelmat, toiveet ja pelot ovat henkilökohtaisia, lapsen tajutessaan ajatuksien olevan omia syntyy pohja minuudelle, psyykkiselle itsenäisyydelle ja riippumattomuuden tunteelle. Sosiaalinen minä taas syntyy lapsen ensimmäisestä kokemuksesta kuulua johonkin ryhmään tai yhteisöön. Ihmisellä on monta sosiaalista minää aina riippuen silloisesta ryhmästä. Tämä ei tarkoita ihmisen kokevansa olevan aina erilainen eri yhteyksissä. Ihanneminä on ihmisen tavoite minä, johon kuuluu ihailemat ominaisuudet ja luonteenpiirteet, jotka ihminen kokee puuttuvaksi omasta persoonastaan, mutta haluaisi omistaa. Ihanneminän ja yksityisen minän välillä kuuluu olla pieni jännite, joka on tervettä. Ihminen haluaa olla aina vähän parempi, mitä silloisella hetkellä on. Jos ihanneminän ja yksityisen minän välillä on liian suuri ristiriita, kyseessä on

neuroottinen häiriö. Ristiriidan puute ja ihmisen tunne olevansa hyvä sellaisenaan viestii narsistisesta häiriöstä tai psykopatiasta. (Keltikangas-Järvinen, 2010, s.98–99.)

3.3 Varhaiskasvatussuunnitelma

Varhaiskasvatus on hoidon, kasvatuksen ja opetuksen muodostama kokonaisuus, joka on tavoitteellista ja hyvin suunniteltua. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022 on opetushallituksen laatimat ja niiden tarkoitus on sekä ohjata että tukea varhaiskasvatuksen järjestämistä, kehittämistä ja toteuttamista. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet edistävät yhdenvertaisen ja laadukkaan varhaiskasvatuksen syntymisen ympäri maan. (Opetushallitus, 2024.) Opetushallituksen valtakunnallinen määräys on laatia varhaiskasvatussuunnitelmat varhaiskasvatussuunnitelmien perusteet 2022 mukaan, jotka on otettu käyttöön elokuussa 2022 (Opetushallitus, 2024).

Varhaiskasvatusta ohjaa seuraavat lait ja asetukset: Varhaiskasvatuslaki 540/2018, Valtioneuvoston asetus varhaiskasvatuksesta 753/2018, Opetus- ja kulttuuriministeriön asetus varhaiskasvatuksen yksityisen palveluntuottajan lupa- ja ilmoitusmenettelyyn kuuluvista liitteistä 890/2022, Perusopetuslaki 628/1998, Asetus opetustoimen henkilöstön kelpoisuusvaatimuksista 986/1998, Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 812/2000 ja Laki yksityisistä sosiaalipalveluista 922/2011. (Opetus- ja kulttuuriministeriö, n.d.)

3.3.1 Monipuolinen oppiminen

Varhaiskasvatuslaissa (2018/540 2 §) todetaan tavoitteeksi, ”toteuttaa lapsen leikkiin, liikkumiseen, taiteisiin ja kulttuuriperintöön perustuvaa monipuolista pedagogista toimintaa ja mahdollistaa myönteiset oppimiskokemukset”. Oppimista tapahtuu monipuolisesta liikunnan avulla, eikä sitä tule pitää erillisenä alueena muusta oppimisesta. Liikunta kehittää sosiaalisia taitoja, ongelmanratkaisukykyä, ryhmätyöskentelyä ja yhteisen tavoitteen eteen työskentelyä ryhmässä. Liikunnan

avulla mahdollistuu myös omien tunteiden tunnistaminen, nimeäminen ja kokeminen sekä niiden hallinnan opettelu. (Karppinen ja muut, 2001, s. 65.) Taide ja tiede eivät ole toisiaan poissulkevia alueita, niiden sisältöjä voidaan käyttää samanaikaisesti. Tiedollista oppimista ja käsitteellistä ajattelua voi tukea monin eri keinoin taiteen avulla. Taide itsessään on myös arvokasta, taiteen avulla ihminen voi laadullisesti ymmärtää itseään ja muita ihmisiä, elämää ja maailmaa eri tavoin, mitä tieteen kautta on mahdollista. Kasvatuksessa taide mahdollistaa uusia sivistyksen ja ymmärryksen ulottuvuuksia kokonaisvaltaisten tuntemusten ja omakohtaisten kokemusten kautta. (Anttila, 2006, s. 51.)

3.3.2 Taidekasvatus

Lasten taidekasvatus kehittää luovaa ajattelua ja mielikuvitusta, jonka seurauksena taidepedagogiikalla on yhteys lapsen leikkiin, tarinallisuuteen ja mielikuvitukseen. Toteutetaan lapsen iän ja kehitystason mukaan innostavasti ja yhdistellen lasten mielenkiinnon kohteisiin. Taidekasvatuksen avulla varhaiskasvatuksessa voidaan kehittää lapsen yhteistyö- ja vuorovaikutustaitoja lapsen saadakseen valmiudet kunnioittaa ja ymmärtää tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta, kulttuuriperinnettä ja omaa kielellistä ja kulttuurillista uskontoa tai elämäntapomusta. Taidepedagogiset ratkaisut tarjoavat mahdollisuuden luoda lapselle osallisuuden tiloja, joissa lapsi saa vapaasti ilmaista ja luoda ajatuksiaan taiteen eri kielin. (Ruokonen, 2022, s.19–20.)

Koulumaailmassa taito- ja taideaineet ovat hyvin pidettyjä niiden tuomien onnellisuuden ja ilon kokemusten myötä, vain harva kokee ahdistusta tai ikävystymistä näillä oppitunneilla. Yhteiskunnan paineet, median tuomat vaatimukset nostaa Suomi huipulle sekä tehokkuutta ja kilpailua lietsova ympäristö ajaa oppilaita huijarisyndroomaan, oppilaan käsitystä itsestä, kyvyistä ja koulun tavoitteista. Kilpailu ei ole pelkästään lapsille hyväksi vaan kasvattaa heitä kilpailuyhteiskuntaan. Opettajan avulla oppilaiden tulisi oppia ymmärtämään jokaisen ihmisen oppivan eri tavoin ja eri nopeudella, jokaisella on heikkoudet ja vahvuudet. Varhaiskasvatus voi

parhaimmillaan olla tehokas vastamyrkky lasten yksipuoliseen tehovalmennukseen ja ranking-listojen kärkisijojen tavoitteluun. (Ruokonen, 2022 s.39–40.)

3.3.3 Liikuntapedagogiikka

Liikuntapedagogiikka pitää sisällään liikunnan ja pedagogiikan käsitteen. Liikunta tarkoittaa kehon fyysistä aktiivisuutta, lihastoimintaa, jonka seurauksena energiankulutus kasvaa. (World Health Organization, 2022.) Pedagogiikka tarkoittaa kasvatuksen oppia teoreettisesti ja käytännöllisesti. Liikuntapedagogiikka käsitteenä tarkoittaa toimintaa, jossa liikuntaa tarkastellaan kasvatuksen näkökulmasta. Liikuntapedagogiikkaa toteutetaan päiväkodeissa ja sitä voidaan käyttää välineenä kasvun ja kehityksen tukemisessa. Keskeinen tavoite suunnitelmallisessa liikuntapedagogiikassa on tukea lapsen psyykkistä, fyysistä ja sosioemotionaalista kehitystä. (Jaakkola ja muut, 2013. s.20.)

World Health Organization WHO:n mukaan yli 5-vuotias lapsi tarvitsee ainakin tunnin päivässä fyysistä liikuntaa sekä ainakin kolmesti viikossa luita ja voimaa kehittävää liikuntaa. Varsinkin ruudun edessä olevaa paikallaan oloa tulisi välttää. (World Health Organization, 2022.) Lapsen motiivi liikunnassa on liikkuminen itsessään, vasta yli 10-vuotiaana sosiaalinen motiivi tulee mukaan. Alle 10-vuotiailla suoritusten vertailu ei ole ensisijaisen tärkeää eikä sillä ole väliä, ketä hyppäsi korkeimmalle. Liikkumisen avulla lapsi tutkii ja aistii ympäristöään. (Karppinen ja muut, 2001, s. 63.)

Liikunnalliseen elämäntapaan kannustaminen on iso panostus jokaisen lapsen elämässä, sillä joillakin perheillä on vaikeuksia ylläpitää liikunnallista elämäntapaa, jolloin tarvitaan tukea varhaiskasvatuksesta. Liikunnan positiiviset vaikutukset terveyteen ovat kiistattomat. Tämän lisäksi liikunta tukee muistitoimintoja ja oppimista, liikunta lisää hermosolujen syntymistä aivoissa. Unenlaatu paranee niin yökuin päiväunissa. Lapsen kehon käyttäminen oppimistilanteessa helpottaa muistamista, uusien asioiden oppiminen varhaiskasvatuksessa voi sujua lapsilta paremmin, kun lisätään liikettä opittavaan asiaan. (Ruokonen, 2022, s.76–68.)

Varhaiskasvatuksen tavoitteena on tarjota lapsille liikunnan iloa ja innostaa monipuolista liikkumista. Pohja terveelle, fyysistä aktiivisuutta edistävälle ja hyvinvointia arvostavalle elämäntavalle luodaan varhaiskasvatuksessa yhdessä huoltajien kanssa. Omaehtoisen liikunnan lisäksi tulee tarjota ohjattua liikuntaa ryhmässä, jossa lasten sosiaaliset taidot sekä itsesäätely- ja vuorovaikutustaidot pääsevät myös kehittymään. (Opetushallitus, 2022.)

3.3.4 Inklusio varhaiskasvatuksessa

Inklusion periaatteiden mukaisesti kehitetään varhaiskasvatuksen toimintakulttuuria sen edistäessä lasten oppimista ja osallisuutta ja sen vastatessa kaikkien lasten erilaisiin tarpeisiin. Ryhmään kuulumisen ja yhteiseen toimintaan osallistuminen on jokaisen lapsen oikeus, lisäksi kasvaminen omaan potentiaaliin vahvuuksien ja yhdessä vertaisten kanssa myönteisten oppimiskokemusten avulla. Lapsille tarjotaan tarvittava tuki, sopivia haasteita oppimisessa ja oppimisympäristöä kehitetään ja arvioidaan heille sopiviksi yhteistyössä lasten kanssa. (Opetushallitus, 2022, s.86–87.) Varhaiskasvatuksen tehtävänä on tukea jokaisen lapsen kehitystä. Tärkeimpänä tukitoimena on ympäristön muokkaaminen siten, että se on kaikille sopiva, kuntouttavat elementit ja kasvatustoiminta suunnitellaan kaikkien lasten kehitystä monipuolisesti tukevaksi. Taito- ja taideaineet ovat oiva ratkaisu kaikkien lasten kehityksen tukemiseen myös silloin, kun lasten väliset kehityserot ovat suuret. Taito- ja taideaineet ovat sen vuoksi hyviä, koska niissä toiminta on lapsilähtöistä lapsen toimiessa aktiivisena toimijana säädellen toimintaa itselleen sopivaksi, jolloin eriyttämistä taitotason perusteella ei tarvita. (Ruokonen, 2022, s. 69.)

Emotionaalisista ongelmista kärsivät ihmiset kokevat luovan tanssin yleensä hyvin terapeuttisena sen itseilmaisun ansioista. Piilossa olevien tunteiden tutkiminen mahdollistuu heillä vastakkaisen liikeradan tutkimisella. Havainnoinnin avulla voi nähdä muutosta ihmisen kehonkielessä, rentoutuminen, avoimuus ja niin edes päin. Kehonilmaisu ilmaisee aivojen ajattelua. Liikkeiden kontrollin kehittyminen

ilmaisee tunteiden kontrollin kehittymistä, joka on yhteydessä parempaan non-verbaaliseen kommunikointiin. (Gilbert, 2015 s. 17.) Säännönmukaisuudet leikissä ja taiteessa ovat joustavia, minkä vuoksi toiminta on mahdollista myös vammaisille ihmisille, tanssiminen ei vaadi täydellistä kehoa ollakseen nautinnollista (Karppinen ja muut, 2001, s. 78). Ruokonen (2022) kertoo yhteenkuuluvuuden tunteen olevan yksi ihmisen merkittävimmästä perustarpeesta koko elinkaaren ajan. Taidekasvatus parhaimmillaan luo edellytyksiä yhteenkuuluvuuden kokemuksille. (Ruokonen, 2022, s.274.)

4 TOIMINNALLISEN OPINNÄYTETYÖN SUUNNITTELU JA TOTEUTUS

Toiminnallinen osuus pitää sisällään kolme tanssituokiota Paakaran päiväkodissa, jokainen tanssituokio on kestoaltaan 30 minuuttia. Liikunnallisen toimintatuokion kesto on hyvä pitää sopivan lyhyenä, jotta lapset jaksavat osallistua koko toimintatuokion ajan ohjattuun toimintaan.

Yksi ryhmän aikuisista havainnoi tanssitunteja sekä sitä, näkykö niiden vaikutus muutoin päiväkodin arjessa. Havainnoinnin avulla havainnoija saa tietoa lapsen mielenkiinnon kohteista, kokemuksista ja edistymisestä kasvun ja oppimisen suhteen. Havainnointi tarjoaa aikuiselle oivan mahdollisuuden nähdä lapsen näkökulmasta ympäröivä maailma. (Koivunen & Lehto, 2015 s.16.)

Tässä opinnäytetyössä havainnointi toteutetaan strukturoituna havainnointina. Strukturoidulla havainnoinnilla tarkoitetaan etukäteen suunniteltua ja strukturoitua havainnointia, jossa havainnoijalla on kyseistä tilannetta varten laadittu havainnointipöytäkirja- tai lomake. Strukturoidussa havainnoinnissa havainnoija ei osallistu mukaan toimintaan vaan valitsee itselle sopivan paikan, missä hän keskittyy ainoastaan havainnointiin. Edellytyksenä onnistuneella havainnoinnilla on havainnoijan objektiivisuus koko havainnoin ajan. (Koivunen & Lehto s. 56–63.)

Jokaisen tanssituokion jälkeen teemahaastattelun lapsia (Liite 4). Viimeisen tanssituokion jälkeen toteutan teemahaastattelun tanssituokioita havainnoineelle aikuiselle (Liite 5).

4.1 Ohjausten suunnittelu ja valmistautuminen

Tanssituntien pitämistä varten suunnittelen jokaista tuntia varten tuntisuunnitelman, johon kirjaan ylös toiminnan, välineet ja tavoitteet sekä tarvittavat musiikit. Tuntisuunnitelma on minulla paperilla, jonka otan mukaan ohjaamiseen.

Toimintatuokion jäsentäminen tarkoittaa ohjauksen suunnittelua selkeäksi ja helposti seurattavaksi. Toimintatuokion, tässä tapauksessa tanssituokion jäsentäminen tekee toimintatuokiosta sujuvamman. Jäsennelty tuokio auttaa varsinkin lapsia, joilla on haasteita kommunikoinnin, oppimisen, tilanhahmottamisen tai keskittymisen kanssa. Tutut toimintamallit tuovat turvallisuutta ja useamman aistikanavan esimerkiksi kuvakorttien hyödyntäminen auttaa lasta hahmottamisessa ja oppimisessa. Toimintatuokio on hyvä aloittaa ja lopettaa samalla tavalla, kun kyseessä on liikunnallinen toimintatuokio. (Suunnittelen liikuntaa -palvelu, 1995–2012). Tanssituokioiden alkavat aina istualtaan alkupiiristä ja loppuvat aina istualtaan loppupiiriin, sillä istuminen ja katsekontaktin saaminen rauhoittavat lasta. Olen tuokioiden suunnittelussa huomioinut turvallisuuden tunteen rakentumisen erilaisten oppijoiden näkökulmasta käyttämällä aina edelliseltä kerralta tuttuja harjoitteita myös seuraavalla kerralla. Näin toisella ja kolmannella kerralla oli myös tuttuja harjoitteita mukana.

Oppimisen lähtökohtana varhaiskasvatuksessa on lapsen aiemmat kokemukset, osaaminen ja mielenkiinnon kohteet. Oppiminen on jatkuvaa ja kaikkialla tapahtuvaa, lasten voidessaan hyvin ja kokiessaan olonsa turvalliseksi tapahtuu parhaiten oppimista. (Opetushallitus, 2022). Turvallisen tilan luomiseksi ryhmän aikuiset ovat mukana tanssituokioissa tuttuina aikuisina, joiden puoleen lapsi voi kääntyä tarvittaessa. Lasten mielenkiinnon heräämiseksi olen nimennyt harjoitukset konkreettisesti niin, että lapset pystyvät hyödyntämään mielikuvitustaan ja ohjeiden antaminen on mielekästä. Lapsi saa olla osallinen ja vaikuttaa oman toiminnan toteuttamisessa, patsastanssissa lapsi saa itse muodostaa oman patsaan ja karhukävelyssä päättää, miten hänen karhunsa kävelee (Liite 6) Näin huomioidaan lasten osallisuus toiminnassa.

Pidän tanssituokioiden esikouluikäisten ryhmässä, jolloin huomioin tuokioita suunnitellessani lasten iän. Koivunen ja Lehtinen (2015, s. 130) kirjoittavat 6-vuotiaan lapsen niin motoristen perustaitojen kuin karkeamotoristen käsittelytaitojen vakiintuvan sujuvaksi tässä iässä. Lapsi hahmottaa oman kehon suhteessa esineisiin

sekä oikean vasemmasta. Kyky verrata ja epäillä omia kykyjään, epäonnistumisen pelko ja liiallinen vaatiminen itseltään ovat mahdollisia tämän ikäisellä lapsella.

Kaikki tanssituokioiden suunnitelmat löytyvät liitteinä työni lopusta (Liite 6). Olen pyrkinyt rakentamaan tanssituokioiden suunnitelmat siten, että jokainen työnteekijä taustastaan huomioimatta pystyy varhaiskasvatuksessa hyödyntämään materiaaliani ja pitämään luovaa tanssia niiden pohjalta. Jokaiselle kerralle on kirjattu teema ja sen päivän tavoite. Lisäksi jokainen harjoite on nimetty ja tavoitteet asetettu. Jos musiikki on ollut oleellinen harjoitteen kannalta, on se kirjattu ylös myös. Tanssituokioissa on käytetty lapsille soveltuvaa musiikkia, Kari Mäkirannan (Liikunta Leikkikoulu) albumia *Sykkivät Sydämet*, joka löytyy cd-levynä usein päiväkoedeista.

4.2 Aikuisen rooli ohjaamisessa

Olenaisinta on tarjota erilaisia kokemuksia ja liikunnan iloa, koska kyseessä on lasten liikunta. Ohjaajan tehtävänä on positiivisen ilmapiirin luominen ja harjoitteiden suunnitteleminen ikäryhmälle sopiviksi vastaamaan fyysisesti, sosiaalisesti, taidollisesti ja tiedollisesti. (Autio, Kaski, 2005, s. 9–10.) Lasten ohjaajana on myös aina kasvattaja, tapahtui ohjaaminen varhaiskasvatuksessa tai harrastustoiminnassa. Ohjaaja on yleensä lasten esikuva, jonka vuoksi ohjaajan on hyvä miettiä omaa rooliaan säännöllisin väliajoin. Toimintatuokiossa ohjaaja pitää huolen, että kaikki kokevat olonsa ryhmässä turvallisiksi ja toimii omalla käytöksellään esimerkkinä lapsille. (Suunnittelen liikuntaa -palvelu, 1995–2012.)

Lasten ohjaamisessa korostuu hyvin suunniteltu tuntisuunnitelma sekä mukaan laaditut varasuunnitelmat. Lasten ohjaaminen voi helposti mennä kaaokseksi, jonka vuoksi tyhjiä hetkiä ja pitkiä jonotustilanteita tulee välttää. Lasten ohjaajan tärkeät ominaisuudet ovat aitous, ohjaajan hyvä itsetunto, kannustavuus, luotettavuus, turvallisuus, välittäminen ja luovuus. (Autio & Kaski, 2005, s.63–66.) Suunnitelmiin tulee suhtautua joustavasti, hyvä kasvattaja tukee lasten osallisuutta antamalla lasten vaikuttaa toteutustilanteessa tapahtuvaan toimintaan. Näin lapsi

saa merkityksellisyyden kokemuksen ja tuokio on mielekäs lapselle. Tämä vaatii kasvattajalta kykyä heittäytyä. (Sääkslahti, 2015, s.178.)

Liikuntatilanteissa ollaan läsnä kaikilla aisteilla ja koko olemuksellaan, jonka vuoksi liikuntatilanteet ovat hyvin kokonaisvaltaisia ja tunnekokemukset hyvin pysyviä. Ohjaajan tulee luoda myönteinen ilmapiiri, jossa jokaisen ainutlaatuisuutta kunnioitetaan. Kannustava liikuntaympäristö tukee lapsen myönteisen minäkuvan syntymistä ja vahvistaa terveen itsetunnon kehittymistä. (Suunnittelen liikuntaa -palvelu, 1995–2012.)

4.3 Luovan tanssin ohjaaminen

Luovan tanssin ohjaamisessa liike lähtee lapsesta itsestään, ja lähtökohtana on, että ohjaaja ei näytä mallia lapsille. Tuokion aikana voi esiintyä jäljittelyä, missä aikuinen voi jäljitellä lasta samoin kuin lapsi aikuista. On hyvä muistaa, että luovaa liikuntaa toteutetaan aina yhdessä, sitä ei opeteta ja näin ollen lähestytään sellaista pedagogiikkaa, jossa oppijan ja opettajan roolit sekoittuvat. (Ruokonen ja muut, 2009, s. 17.)

Luovan tanssin ohjaamisessa tulee huomioida tarvittava tila lapsen liikkeiden luomiseen sekä jonkinlainen struktuuri auttamaan lasta valitsemaan monista vaihtoehdoista ja kehittämään ideoitaan pidemmälle. Aikuisen tehtävä tuokion aikana on rauhoittaa tilanne aina turhilta häiriöiltä sekä rakentaa turvallinen, mutta joustava struktuuri. Omaehtoisen liikkeen ilmaisun tukemisena ja lähtökohtana voi hyödyntää tanssin eri elementtejä: aika, voima, tila ja virtaus sekä niiden eri ulottuvuuksia. Suurimpina haasteina aikuiselle luovan tanssin ohjaamisessa on yleensä heittäytymisen kyky eli kykyä improvisoida ja olla osallisena luovan liikkeen prosessia, jota voidaan pitää seikkailuna erilaisten liikkeiden äärettömien mahdollisuuksien maastona. (Ruokonen ja muut, 2009, s.19).

4.3.1 Ensimmäinen ohjauskerta

Ensimmäinen tanssituokio sujui kokonaisuudessaan hyvin. Ryhmä sekä päiväkotit olivat uusia minulle, jonka vuoksi tanssituokiota oli mahdoton kohdistaa juuri kyseiseen tilaan ja ryhmään sopivaksi. Melkein kaikki lapset osallistuivat tuokion toimintaan koko ajan ja olivat aktiivisesti osallisia. Alkupiiri ja loppupiiri toimivat hyvin rauhoittavana tekijänä, tuokion keskivaiheen liikkuvissa harjoitteissa oli huomattavissa välillä keskittymisen puutetta. Oli hienoa nähdä lasten innostuneisuus tekemiseen.

Lopuksi kysyin lasten palautteen tanssituokiosta (Liite 4) mukaan, jolloin esiintyi paljon mallikäyttäytymistä eli lapset mallinsivat samoja vastauksia kuin ystävänsä ja peukuttaessa mielipide vaihtui jatkuvasti enkä pystynyt laskemaan, kuinka monta peukua oli ylös päin ja kuinka monta alaspäin. Seuraavalla kerralla pyydän lapsia laittamaan silmät kiinni, jolloin jokainen voi vapaasti näyttää oman näkemyksensä tanssituokion mielekkyydestä. Vapaan sanan kohdalla tuli aina muutama kommentti itselle mieluisista harjoitteista, joita muut lapset rupesivat mallintamaan sen jälkeen. Ensimmäisen kerran jälkeen patastanssi oli selkeästi tykättyin harjoite.

4.3.2 Toinen ohjauskerta

Toinen pitämäni tanssituokio meni paremmin, sillä ryhmä ja paikka olivat minulle jo tuttuja. Lapset olivat ensimmäiseen kertaan verrattuna avoimempia minun ja luovan tanssin ollessa tutumpia. Suunnittelemissani harjoitteissa oli aiempaan kertaan verrattuna enemmän variaatiota, josta lapset pitivät. Keskittyminen sujui melko hyvänä koko toimintatuokion ajan ja toimintaan osallistuttiin ensimmäistä kertaa paremmin.

Palautteen annossa pyysin lapsia tällä kertaa laittamaan silmät kiinni, jolloin pystyin laskemaan peukutukset huomattavasti paremmin. Olin positiivisesti yllättynyt

siitä, että kaikki lapset peukuttivat ja tulokset olivat aiempaa positiivisemmat. Loppussa lapset saivat kertoa vielä halutessaan vapaasti tanssituokiosta, ja vastauksia tuli enemmän ja monipuolisemmin, innostuneisuus luovasta tanssista näkyi lapsista enemmän.

Kokonaisuudessaan olen tyytyväinen toiseen ohjaukseen. Osasin soveltaa suunnitelmiani ryhmälle sopivammaksi ja tekemiseen osallistuttiin paremmin, joka näkyi lasten antamassa palautteessa. Välillä osalla ryhmän lapsista keskittyminen harhaili ja ohjeita ei aina täysin kuunneltu, ensi kertaa varten huomioin tämän myös ohjeiden antamisessa

4.3.3 Kolmas ohjaukset

Viimeisellä ohjauksella lapset olivat vapautuneempia ja osallistuivat rohkeasti, mutta myös edellisiin kertoihin verrattuna selkeästi energisempiä. Ohjaajan ja tanssin tutuksi tulemisen huomasi lapsista. Tuokion alussa heti kaikki lapset halusivat istua piirissä lähelläni ja omia ideoita harjoitteisiin liittyen uskallettiin rohkeammin esittää sekä liikkeitä kokeilla.

Alku ja loppu pysyivät taas rauhallisina ja toivat tanssituokioihin selkeyttä, tuokion keskivaiheen vapaammat harjoitteet olivat vähän levottomampia. Kehitys lasten vapautuneisuudessa liikkeeseen oli näkyvässä koko tunnin ajan hienosti ja tunnin rakenne oli selvästi tullut lapsille tutuksi. Keskivaiheessa osalla lapsista oli levottomuutta ja harjoitteisiin ei täysin jaksettu keskittyä. Olisin voinut vielä selkeämmin esittää ohjeet ja toistaa niitä. Yllätyksekseni viimeiselle tanssituokiolle osallistui kaksi aiempaa kertaa toimintaa seurannut lapsi, joka ilahdutti minua suuresti. Kolmas eli viimeinen ohjaukseni meni hyvin ja olen tyytyväinen pitämiini tanssituokioihin ja iloisesti yllätynyt siitä, että kaikki lapset osallistuivat toimintaan eikä ketään lapsista missään vaiheessa valittanut.

5 PALAUTE TANSSITUOKIOISTA

Keräsin palautteen tanssituokioista niin lapsilta kuin tanssituokioita havainnoineelta ryhmän työntekijältä. Lasten teemahaastattelu tapahtui jokaisen tanssituokion jälkeen loppupiirissä. Ryhmän aikuisen teemahaastattelu tapahtui viimeisen tanssituokion jälkeen. Lasten kanssa käytetty teemahaastattelu löytyy liitteestä 4, ryhmän aikuiseen kanssa käyty teemahaastattelu löytyy liitteestä 5.

5.1 Lasten palaute

Lasten teemahaastattelussa peukutuksen määrät vaihtelevat kysymysten välillä, koska kaikki eivät peukuttaneet jokaiseen kysymykseen. Ensimmäisen kerran teemahaastattelu lasten kanssa ei onnistunut, sillä lapset pitivät silmänsä auki ja he vaihtelivat jatkuvasti peukun suuntaa, jonka vuoksi oli mahdotonta laskea, kuinka monta peukkua on ylöspäin ja kuinka monta vaakatasoon ja kuinka monta alas päin. Avointen kysymysten kohdalla useampi lapsista piti patsastanssista, myös eläiminä liikkuminen ja revontulitanssi koettiin kivana.

Toisen tanssituokion jälkeinen teemahaastattelu sujui huomattavasti paremmin, sillä lasten täytyi pitää silmät kiinni peukuttaessa, jolloin jokainen pystyi näyttämän rohkeammin oman mielipiteensä peukuttamisessa. Luova tanssi oli mukavaa 11 lapsen mielestä, yksi ehkä ja kaksi ei-vastausta. Toisessa kysymyksessä kysyttiin, että haluaisitko päiväkotiin useammin luovaa tanssia. Kahdeksan lasta vastasi joo, neljä ehkä ja yksi ei. Viimeisenä kysyttiin, että opitko jotain uutta, mihin seitsemän vastasi joo, kaksi ehkä ja kolme ei. Avoimissa kysymyksissä tuli esiin, että huivien kanssa tanssiminen eli revontulitanssi oli jälleen kiva sekä peili parin kanssa ja soittorasia. Harjoitteet, joissa piti aina pysähtyä, oli myös mieleinen.

Kolmannen eli viimeisen kerran haastattelussa kahdeksan lapsen mielestä luova tanssi oli mukavaa, yksi ehkä-vastaus ja yksi ei-vastaus. Enemmän luovaa tanssia päiväkotiin tuli yhdeksän joo-vastausta, kolme ei-vastausta ja yksi ehkä. Neljä lap-

sista koki oppineensa jotain uutta tällä kerralla, neljä lapsista vastasi ehkä-vastauksen. Vapaan sanan kohdalla lapset kertoivat autokuskit harjoitteen olleen mukava ja autona oleminen koettiin hauskana. Satuhieronta, soittorasias ja nimi + liike harjoitteet olivat myös mieluisia ja kaverin kanssa opittiin harjoittelemaan.

5.2 Ryhmän aikuisen palaute

Haastattelemani ryhmän aikuinen oli tehtävänimikkeeltään varhaiskasvatuksen opettaja, ja kokemusta alalta on tullut noin 19 vuoden verran. Luova tanssi oli ennuudestaan tuttua ja haastateltavalla tuli mieleen ohjauksien jälkeen, ettei sen tarvitse olla mitään ihmeellistä ollakseen luovaa tanssia. Luovaa tanssia on aikaisemmin hyödynnetty ja huivien kanssa tanssittu, mutta koko jumpan teemana ei ole ollut luova tanssi. Lasten positiivisen minäkuvan syntyä on huomioitu monipuolisesta ryhmässä. Aamulla lapsen tullessa hoitoon huomioidaan ja toivotetaan lapsi tervetulleeksi hoitoon. Annetaan paljon positiivista palautetta ja kehuja. Aina positiivisen kautta, jokainen päivä on uusi alku. Ryhmässä on käytössä myös viikon Tuulihattu-menetelmä, jossa jokainen lapsi vuorotellen on viikon Tuulihattu, jolle muut lapset antavat positiivista palautetta. Pienryhmiä hyödynnetään mahdollisimman paljon, jolloin pystytään huomioimaan lapset henkilökohtaisemmin.

Ohjaamiset sujuivat haastateltavan mielestä hyvin ja kokemuksen näki ohjaajassa, aikataulut ohjauksissa oli onnistunut. Ohjeita olisi voinut toistaa enemmän ja kohdentaa enemmän sitä tarvitseville lapsille. Satuhieronnassa tahti olisi voinut olla hitaampi. Kaikki tanssitunneille asetetut tavoitteet saavutettiin haastateltavan mielestä.

Haastateltavan mielestä lapset osallistuivat hyvin ohjattuun toimintaan, viimeisellä kerralla aikaisemmin tanssituokioita seurannut lapsi osallistui myös toimintaan. Lapsissa oli nähtävissä onnistumisen kokemuksia ja haastateltava oli havainnoinut varsinkin vartalonosat maahan harjoitteessa ja huivin ilmaan heittämisessä ja vartalonosalla kiinni ottamisessa onnistumisen kokemuksia lapsissa. Haastatel-

tavan mielestä luova tanssi on kaikille lapsille sopivaa varhaiskasvatuksessa. Lapsissa oli nähtävissä tanssituokioiden aikana vapautumisen tunteita, joka näkyi kehityksenä tanssituokioiden välissä. Joissakin lapsissa näkyi normaaliin päiväkodin arkeen poiketen enemmän vapautuneisuutta ja uskaltaneisuutta tanssituokioissa. Haastateltavan mielestä luova tanssi auttoi lapsia tutustumaan omaan kehoon ja sen pystyvyyteen.

Luova tanssi nähtiin hyödyllisenä pitää varhaiskasvatuksessa ja sen harjoitteita halutaan ottaa jumppaan mukaan enemmän. Myös tuntisuunnitelmani nähtiin hyvinä ja niitä voidaan hyödyntää jatkossa haastateltavan mielestä. Luovaa tanssia voidaan nähdä pitävän myös ihan ”välipalana” eri toimintojen välillä.

Vapaan sanan kohdalla haastateltava kertoi vielä, että oli mukavaa, kun tulin. Tanssituokioiden pitäminen saman viikon aikana oli hyvä sekä luovan tanssin ohjaukset rikastuttivat niin lapsia kuin aikuisia.

5.3 Tanssituokioiden onnistuminen ohjaajan näkökulmasta

Tanssituokioiden ohjaamisen näkökulmasta olen tyytyväinen kaikkiin pidettyihin tanssituokioihin. Suurin yllätys itselleni oli lasten hyvä osallistuneisuus ja avoin mieli luovaa tanssia kohtaan jokaisella kolmella kerralla.

Tanssituntien rakenne pysyi selkeänä, tuokioiden toistuva kaava toi turvaa tuokioihin ja auttoi lapsia hahmottamaan tuntien kulkua. Käytin jokaiselle kerralla edelliseltä tunnilta tuttuja harjoitteita, jonka lisäksi aloitus ja lopetus pysyivät aina samoina. Viimeisellä kerralla lapset eivät jaksaneet aikaisempaan verraten niin hyvin keskittyä harjoitteisiin, variaatiota ja uusia harjoitteita olisi voinut olla enemmän.

Lasten osallistuminen ja tuokioiden aikainen osallisuus oli hyvää ja innokasta. Palautteen saanti tuokion jälkeen lapsilta oli kuitenkin hankalaa. Ensimmäisen kerran epäonnistuneen palautteen saannin jälkeen vaihdoin palautteen annon siten, että lapset pitävät silmät kiinni peukuttaessaan. Ilokseni huomasin ja osasin kehittää

palautteen antamisen tilannetta tuokioiden välissä, mutta koska en ollut huomionnut asiaa ennen ensimmäistä tuokiota, jäi ensimmäisen kerran palaute saamatta.

Kokonaisuudessaan olen tyytyväinen tanssituokioiden ohjaamisiin. Laatimiani tanssisuunnitelmia voitiin hyödyntää sellaisenaan ilman muutoksia, ohjaamiset sujuivat suunnitellusti ja aikataulu pysyi.

6 YHTEENVETO JA POHDINTA

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää luovan tanssin mahdollisuuksia keskeisenä tapana lasten myönteisen minäkäsityksen synnyn tukemisessa varhaiskasvatuksessa sekä tarjoamaan materiaalia tanssituokioiden pitämiseen. Lisäksi opinnäytetyön avulla tavoitteeni oli tarjota lapsille uudenlaisia elämyksellisiä kokemuksia ja työntekijöille uudenlaisia ideoita, tarkoituksena myös rohkaista varhaiskasvatuksen työntekijöitä luovan tanssin pitämiseen ja hyödyntämään sen monet mahdollisuudet.

Niin kuin työntekijän haastattelussa kävi ilmi (Luku 5.2), onnistuin tarjoamaan lapsille uudenlaisia elämyksellisiä kokemuksia ja työntekijöille uudenlaisia ideoita, sillä pitämäni tanssituokiot nähtiin niin lapsia kuin aikuisia rikastuttavana asiana. Suunnittelemani tanssituokion materiaalit nähtiin hyödyllisinä ja niitä aiotaankin hyödyntää tulevaisuudessa. Toivon, että laatimani materiaali pääsee muissakin päiväkodeissa käytäntöön. Tanssituokioiden suunnitelmien laatiminen oli työlästä ja haastoi minua, vaikka olenkin opettanut esikouluikäisille tanssia tanssikoulussa ja toisessa päiväkodissa aikaisemmin. En tuntenut lapsia, työntekijöitä, päiväkotia tai sen käytäntöjä etukäteen, jolloin oli haastavaa suunnitella juuri kyseiselle ryhmälle ja ympäristölle sopivia tanssituokioita. Tavoitteeni oli luovan tanssin avulla tukea myönteisen minän syntyä, jolloin suunnittelussa korostui harjoitteiden laatiminen, missä on mahdollisuus kokea onnistumisen tunteita, harjoite on kaikille sopiva eikä vaadi aikaisempaa kokemusta tanssin maailmasta laisinkaan. Huomioin tanssituokioiden laatimisessa myös sen, että materiaalin käyttäminen ei vaadi ohjaajalta erikseen tanssin osaamista. Ennen tanssituokioiden ohjaamista pohdin jonkin verran laadittujen suunnitelmien hyödyllisyyttä sekä sitä, että ovatko ohjaamani tuokiot tarpeeksi kehittäviä lapsille. Oli vaikeaa heittäytyä suunnittelemaan tanssituokioita, jotka perustuvat vain luovan tanssin harjoitteisiin.

Normaalisti lastentanssia ohjatesani käytän aina samaa tuntirakennetta, jonka olen kokenut sopivaksi, mikä ei tässä kontekstissa kuitenkaan toiminut, sillä kyseessä on vain luovan tanssin ohjaaminen ja sen tavoitteena juuri minäkäsityksen tukeminen. En halunnut myöskään käyttää liikaa aikaa tanssituokiolla olemisen käytäntöjen harjoitteluun eli esimerkiksi rivin muodostamiseen, oman vuoron saamiseen viittaamalla, musiikin alkamiseen hiljaisuudesta, joita painotan normaalisti enemmän. En jättänyt näitä täysin huomioimatta, mutta en määräänsä enempää painottanutkaan, sillä tärkeämpää oli mielestäni tuoda lapsille luova tanssi turvalliseksi ja tutuksi. Luovassa tanssissa korostuu ajatus jokaisen liikkeen ainutlaatuisuudesta, jota halusin kunnioittaa enkä halunnut heti moittia, jos lapsen ensimmäinen itse tuottama liike oli ”liian säheltämistä”, koska tärkeää oli, että jokainen uskalsi tuottaa itsestä lähtevää liikettä. Tuokioiden alussa kertosin aina kolme sääntöä, jotka näin kaikista oleellisimmiksi tuokioiden kannalta, ei saa juosta, jokainen tapa liikkua on oikein sekä myös paikallaan olo on sallittua sekä viittaamalla saa vuoron.

Ohjaustilanteissa huomasin, että suunnitelmani olivat hyviä esikoululaisille, tekemiseen lähdettiin innokkaasti ja harjoitteita kokeiltiin hyvin, lapset halusivat näyttää niin minulle kuin muille ryhmän aikuisille liikkeitään ja onnistumisiansa iloisesti. Uskon harjoitteiden olleen myös kehittäviä ja lapset saivat varmasti jotain irti pitämistäni tanssituokiosta, vaikka niissä ei harjoiteltukaan mitään tiettyjä liikkeitä. Monelle lapselle pitämäni tanssituokiot olivat ensimmäisiä, jonka vuoksi halusin rakentaa tanssituokiosta mahdollisimman selkeitä ja mukaansa tempaisevia, jolloin lasten oli helppo pysyä mukana ohjatussa toiminnassa ja siihen osallistuminen ei vaatinut erityistä ponnistelua. Harjoitteilla oli hauskat nimet ja hyödynsin tarinallisuutta harjoitteissa, ja ohjeiden antamisessa sekä annoin lasten vaikuttaa niin omaan kuin yleiseen tekemiseen, esimerkiksi lapset saivat päättää, minkä eläimen lailla liikuttiin ja aina odotustilanteissa sai tehdä oman patsasasennon. Huiveja ja-kaessa käytin itselleni tuttua menetelmää, jossa annan lapsille kaksi väri vaihtoehtoa, joista lapsi saa valita. Tällöin huivien jakaminen ei mene riitelemiseksi siitä,

minkä värin kukakin saa, mutta lapsi saa silti vaikuttaa omaan väriinsä. Tämä menetelmä oli lapsille täysin uusi ja ensimmäisellä kerralla se aiheuttikin mielipahaa osalle lapsista, kun ei saatu juuri sitä väriä, mitä haluttiin eikä revontulitanssiin aluksi lähdetty niin innokkaasti. Mikäli lapsi ei suostunut ottamaan kumpaakaan huivia värivalinnoista, jätin ne lattialle odottamaan hänelle. Tästä sain hyvää palautetta työntekijöiltä ja he olivat positiivisesti yllättyneitä, kun en joutanut ja lopuksi antanut sitä väriä lapselle, mitä hän halusi. Työntekijät kertoivat aikovansa käyttää tätä menetelmää jatkossa. Itselläni ensimmäisellä kerralla huiveja jakaessa tuli hiukan epävarma olo, että teenkö nyt oikein, kun en jouta värien suhteen, olin yllättynyt lasten reaktiosta, kun väriä ei saanutkaan täysin itse päättää, pitämälläni tanssitunneilla lapset ovat jo niin tottuneita käytäntöön. Olen ylpeä, että pysyin oman käytännön takana, sillä juuri tästä sain kiitosta ja siitä, että en antanut periksi sitten, kun lapset näyttivätkin pettymystä, vaan kuuntelin lasta, jätin huivit odottamaan ja kerroin, että myös ilman huivia voi tanssia. Seuraavalla kerralla huivien jakaminen ei tuonut enää samanlaista reaktiota, lapset olivat omaksuneet menetelmän ja suurimmaksi osaksi iloissaan valitsi kahden värin välillä. Pyrin myös tekemisen aikana huomioimaan lasten toiveet ja mielipiteet sen verran, mitä se oli mahdollista sekä huomioimaan ryhmän energiatason.

Varauduin siihen, että lapsia olisi vaikea innostaa tekemiseen mukaan ja harjoitteiden toistaminen tuokioissa toisi turvaa. Yllätyksekseni lapset osallistuivat toimintaan todella innokkaasti eikä heitä tarvinnut erityisemmin innostaa, tutut harjoitteet näyttivät osaa lapsista pitkästyttävän. Tanssituokiot pidettiin yhden viikon aikana, jonka vuoksi ne olivat lapsilla aika hyvin muistissa verrattane, jos tuokiot olisi pidetty kerran viikossa. Jälkeen päin mietittynä olisin ehkä vähän voinut varioida enemmän tuokiota viimeisellä kerralla.

Kolmen tanssituokion aikana selkeästi tykätyimmät harjoitteet olivat huiveilla tanssiminen ja harjoitteet, joissa pysähdytään musiikin pysähtyessä. En ollut tästä laisinkaan yllättynyt, sillä jokaista ryhmää, jota olen ohjannut niin tanssikoulussa kuin muutoin, on nämä harjoitteet aina ehdottomia suosikkeja päiväkotikäisillä

lapsilla. Se kertonee jotain näistä harjoitteista, joita voi myös varioida hyvin monipuolisesti. Huiveilla tanssimisessa voi olla erilaisia teemoja, se voi olla täysin vapaata tai koreografioitua, huivia voidaan liikuttaa eri tavoin tai heittää ylös ja ottaa eri vartalonosalla kiinni. Musiikki – stop harjoitetta käytin myös jokaisessa tanssi-tuokiossa eri variaatioin, patsastanssina, vartalonosat maahan ja autokuskit. Teoriaosuudessa toin esiin, miksi varsinkin musiikin tahtiin pysähtyminen on lapsista mukavaa sekä sen, että varsinkin vastakkaisista liikeradoista (liikkuminen ja pysähtyminen) nauttivat erityisesti lapset, joilla on tuen tarvetta, koska näissä harjoitteissa he pystyvät harjoittamaan oman kehonsa hallitsemista, joka on yhteydessä omien tunteiden hallitsemiseen. Näihin harjoitteisiin osallistuttiin myös hyvin ja näen ne kaikista eniten inklusiivisuuden periaatetta tukevana.

Tutkimusongelmana oli varhaiskasvatuksessa lapsen myönteisen minäkuvan kehittäminen uudella keinoilla, hyödyntäen luovaa tanssia, tutkimuskysymykseksi oli: voidaanko luovan tanssin avulla tukea lapsen positiivisen minäkuvan syntymistä sekä onko varhaiskasvatuksen suunnitelmaan mielekäästä sisällyttää luova tanssi. Teoriaosuuden, lasten palauteen ja tanssituokiosta tehtyjen havainnotien sekä ryhmän aikuisen palauteen perusteella luovaa tanssia voidaan hyödyntää lapsen myönteisen minäkäsityksen syntymisen tukemisena sekä luovaa tanssia on hyödyllistä pitää varhaiskasvatuksessa. On hyvä muistaa, että tämän opinnäytetyön toiminnallinen osuus toteutettiin vain yhden päiväkodin lapsiryhmässä kolmesti, jonka vuoksi havaintoja ei voida yleistää. Pidin luovaa tanssia tanssituokioina, joissa aina 30 minuuttia kerrallaan keskityttiin vain luovaan tanssiin. Erilaisia tuloksia olisi voitu saada, jos luova tanssi olisi sisällytetty päiväkodin arkeen, jossa yksittäisiä harjoitteita olisi siellä täällä. Tämmöinen asetelma on haastava kuitenkin toteuttaa päiväkodin ulkopuolisena henkilönä. Jatkotoimenpiteenä aihetta olisi hyödyllistä tutkia useammassa eri päiväkodissa ja ryhmässä sekä selvittää, minkälaisia tuloksia tulisi, jos ikäryhmänä olisikin 3–5-vuotiaat tai alle 3-vuotiaat tai jos kyseessä olisikin kouluikäiset. Jäin myös pohtimaan sitä, voisiko satuseikkailun yhdistää luovaan tanssiin.

Opinnäytetyö toteutettiin eettisesti, salassapitosopimusta noudatettiin eikä kukaan ole tunnistettavissa työssäni. Koska toiminnallinen osuus toteutettiin lasten kanssa, tuli eettisyyden kanssa olla erityisen huolellinen. Lasten itsemääräämisoikeutta kunnioitettiin eikä toimintaan ollut pakko osallistua, ryhmän tutut aikuiset olivat koko ajan vierellä ja vanhemmilta oli kysytty lupa osallistua tuokioihin (Liite 2). Jälkikäteen mietittynä otanta oli kuitenkin liian pieni, anonymiteetti on paljon pienempi tässä työssä mitä se olisi ollut, jos toiminnallinen osuus olisi toteutettu useammassa eri ryhmässä. Olisin voinut huomioida tämän paremmin jo tutkimussuunnitelmaa laatiessa.

Aiheesta oli niukasti tarjolla valmista materiaalia ja sen aikaisempi tutkimus oli vähäistä. Alun kankeuden jälkeen aloin löytämään luovasta tanssista paljon materiaalia liikuntakasvatuksen ja taidekasvatuksen puolelta. Vähäinen materiaali kertookin aiheen tutkimattomuudesta ja tuntemattomuudesta. Oma tietämykseni kasvoi suuresti tämän työn myötä, vaikka luova tanssi olikin minulle entuudestaan tuttu. Opin ymmärtämään entistä laajemmin liikkeiden merkityksistä ja tanssin eri elementeistä sekä siitä, kuinka kokonaisvaltaista tanssi onkaan ja kuinka tanssia on kaikki alla, varsinkin varhaisvuosien aikana, ennen kuin käytöksemme alkaa muuttua pidättäytyväisemmäksi. Tanssi ajatellaan yleensä ylihienoksi ja vain tiettyille sopivaksi, vaikka tanssi onkin arkista ja kaikki alla sekä jokaiselle sopiva. Tanssin ”arkisuus” yllättikin myös päiväkodin työntekijät sekä itseni sen suhteen, miten laaja käsite tanssi oikeasti onkaan ja kuinka tanssin hetki ei vaadi ihmeitä, aikuisen spontaani kyky heittäytyä tanssin vietäväksi korostuu.

Luova tanssi mielestäni huomioi hienosti jokaisen lapsen sen antaessa tilaa jokaiselle lapselle loistaa ja onnistua. Mikä tekee juuri luovasta tanssista erityistä, on se, että kukaan ei ole siinä toistaan parempi eikä suorituksia voida laittaa paremmuusjärjestykseen ja näin ollen tasoryhmiä ei tarvita, vaan jokainen on yhtä kykenevä riippumatta omista lähtökohdistaan. Luovan tanssin avulla voidaan antaa jokaiselle lapselle ryhmässä kokemisen tunne sekä tunne siitä, että on kykenevä osallistumaan ryhmässä tapahtuvaan toimintaan. Lapset voivat kehonsa avulla

niin näyttää kuin vapauttaa tunteitaan ja olla vuorovaikutuksessa niin muihin kuin ympäröivään tilaan. Luova tanssi on niin taidetta kuin liikuntaa, johon pystyy osallistua samanaikaisesti kaikenlaiset ihmiset, ja jokainen on onnistunut yhtä hyvin suorituksissaan. Harva liikunta antaa tällaista myönteistä kokemusta omasta onnistumisestaan, ja että se olisi samaan aikaan myös taidetta. Haastattelemanani ryhmän aikuinen koki saavansa ideoita ja rohkeutta luovan tanssin pitämiseen varhaiskasvatuksessa. Toivon, että luovan tanssin vapauttava voima nähtäisiin myös jatkossa useammassa päiväkodissa.

LÄHTEET

- Aittola, T., Ampuja, M., Anttila, E., From, E., Herkman, J., Huttunen, R., Kauppi-
nen, E., Kupiainen, R., Kurki, L., Lempiäinen K., Nivala, E., Rekola, H., Salo,
P., Sillanpää, K., Sintonen, S., Suoranta, J., Tomperi, T. & Vuorikoski M.
(2006). Kasvatus. Suomen kasvatustieteellinen aikakausikirja.
- Autio, T. & Kaski, S. (2005). Ohjaamisen taito. Helsinki. Edita Prima Oy.
- Gilbert, A. G. (2015). Creative dance for all ages. Human Kinetics.
- Jaakkola, T., Liukkonen, J. & Sääkslahti A. (2013). Liikuntapedagogiikka. PS-kus-
tannus.
- Karppinen, S., Puurula, A. & Ruokonen, I. (2001). Taiteen ja leikin lumous. Tam-
pere. Tammer-Paino Oy,
- Keltikangas-Järvinen, L. (2010). Hyvä itsetunto. WSOY.
- Koivunen, P. & Lehtinen, T. (2016). Kasvu kiikarissa: Havainnoinnin käsikirja var-
haiskasvattajille. Jyväskylä. PS-kustannus 2015.
- Nakata, T., Mori, T. & Sato, T. (2002). Analysis of impression of robot bodily ex-
pression. *J. Robotics Mechatronics*, 14(1), 27–36.
- Opetushallitus. (2024). Mitä on varhaiskasvatus? Noudettu 27.4.2024 osoitteesta
<https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/mita-varhaiskasvatus>
- Opetushallitus. (2022). Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022. Noudettu
3.4.2024 osoitteesta [https://www.oph.fi/sites/default/files/docu-
ments/Varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2022_1.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2022_1.pdf)
- Opetus- ja kulttuuriministeriö. (n.d). Varhaiskasvatusta koskeva lainsäädäntö.
Noudettu 27.4.2024 osoitteesta <https://okm.fi/varhaiskasvatuslait>
- Ruokonen, I. (2022). Ilmaisun ilo. PS-kustannus.
- Ruokonen, I., Rusanen, S. & Välimäki, A. (2009). Taidekasvatus varhaiskasvatuk-
sessa. Yliopistopaino Oy.
- Satuhieronta. (n.d). Ilmaisia satuhierontoja. Noudettu 4.4.2024 osoitteesta
<https://satuhieronta.fi/satuhierontoja-ohjeineen/>

- Suunnittelen liikuntaa. (1995–2012). Jäsentäminen auttaa lasta oppimaan. Noudettu 2.5.2024 osoitteesta http://www.suunnittelenliikuntaa.fi/Nuori-Suomi/Evaita_ohjaamiseen/nuorisuomi/Ohjaaja/J%C3%A4sent%C3%A4minen+auttaa+lasta+oppimaan.htm
- Sääkslahti, A. (2015). Liikunta varhaiskasvatuksessa. Jyväskylä. PS-kustannus.
- Terveystieteiden tutkimuskeskus (2023). Kulttuurihyvinvointi ja taidelähtöiset menetelmät. Noudettu 3.4.2024 osoitteesta [https://thl.fi/aiheet/lapset-
nuoret-ja-perheet/kehittyvat-kaytannot/kulttuurihyvinvointi-ja-taidelähtöiset-menetelmat](https://thl.fi/aiheet/lapset-nuoret-ja-perheet/kehittyvat-kaytannot/kulttuurihyvinvointi-ja-taidelähtöiset-menetelmat)
- Tuire, A. & Kaski, S. (2005). Ohjaamisen taito. Helsinki. Edita Prima Oy.
- Vaasan kaupunki. (2024). Paakaran päiväkotit. Noudettu 5.4.2024 osoitteesta <https://www.vaasa.fi/asu-ja-ela/varhaiskasvatus-ja-koulut/varhaiskasvatus/paivakodit/gerby-isolahti-vastervik/paakaran-paivakoti/>
- World Health Organization. (2022). Physical activity. Noudettu 9.5.2024 osoitteesta <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

LIITTEET

Liite 1. Tutkimuslupahakemus	20
Liite 2. Tutkimuslupa.....	22
Liite 3. Havainnointilomake	24
Liite 4. Lasten teemahaastattelu.....	25
Liite 5. Ryhmän aikuisen teemahaastattelu	26
Liite 6. Ensimmäinen tanssituokio.....	28
Liite 7. Toinen tanssituokio.....	32
Liite 8. Kolmas tanssituokio	36

LIITE 1. Tutkimuslupahakemus



VAASAN KAUPUNKI
VASA STAD

**VIRANHALTIJAPÄÄTÖS -
TJÄNSTEINNEHAVARBESLUT**
Varhaiskasvatusjohtaja - Direktör för
småbarnspedagogik
§ 47 / 2024
25.3.2024
VAASA/1594/12.06.00/2024
Julkinen

Asia - Ärende	<p>Tutkimuslupa, Luovan tanssin vaikutus lapsen minäkäsitykseen varhaiskasvatuksessa</p> <p>Sosionomiksi opiskeleva Milla Halla-aho anoo tutkimuslupaa ammatilliseen opinnäytetyöhön liittyvää tutkimusta varten.</p> <p>Tutkimuksen aiheena on "Luovan tanssin vaikutus lapsen minäkäsitykseen varhaiskasvatuksessa" ja kyseessä on toiminnallinen opinnäytetyö.</p> <p>Tavoitteena on luoda kasvattajille uusia ideoita ja lapsille uusia elämyksellisiä kokemuksia sekä tutkia, löytyykö luovan tanssin ja lapsen minäkäsityksen välillä positiivista yhteyttä.</p> <p>Toiminnallinen osuus toteutetaan järjestämällä luovan tanssin tanssituokioita (3 kertaa 30 minuuttia). Tutkimusmenetelmänä käytetään havainnointia ja haastatteluja. Havainnoinnin suorittaa yksi varhaiskasvatusryhmän työntekijä. Havainnointien pohjalta kyseinen työntekijä osallistuu teemahaastatteluun. Lapset osallistuvat tutkimukseen tanssituokioiden jälkeen pienryhmissä toteutettavilla teemahaastatteluilta.</p> <p>Tutkimus toteutetaan Paakaran päiväkodissa.</p> <p>Tutkimuslupahakemus sekä tutkimuslupa oheismateriaalina.</p>
Päätös - Beslut	<p>Hyväksyn edellyttäen, että tutkimuksen aikana noudatetaan salassapitovelvollisuutta ja tietosuojasta annettuja määräyksiä, huoltajilta on saatu kirjallinen suostumus lapsen osallistumisesta tutkimukseen, ja että valmis opinnäytetyö luovutetaan varhaiskasvatuksen käyttöön (sähköisenä).</p> <p>25.3.2024</p>
Päätöksentekijä - Beslutsfattare	<p>Maria Karvonen Varhaiskasvatusjohtaja - Direktör för småbarnspedagogik</p>
	<p>Asiakirja on allekirjoitettu sähköisesti asianhallintajärjestelmässä. Dokumentet har signerats elektroniskt i ärendehanteringssystemet.</p>
Litteet - Bilagor	<p>Tutkimuslupahakemus Tutkimussuunnitelma</p>

Karvonen Maria palvelupäälikkö, 25.3.2024
Sähköinen allekirjoitus - Elektronisk underskrift



VAASAN KAUPUNKI
VASA STAD

VIMANHALLUUPÄÄTÖS -
TJÄNSTEINNEHAVARBSLUT
Varhaiskasvatusjohtaja - Direktör för
småbarnspedagogik
§ 47 / 2024
25.3.2024
VAASA/1594/12.06.00/2024
Julkinen

Lisätietoja antaa - Tillsäggsuppgifter ges av
Vt. varhaiskasvatusjohtaja Maria Karvonen, maria.karvonen@vaasa.fi, 050 325 4821

Tiedoksianto -
Delgivning

Sähköinen tiedoksianto - Elektronisk delgivning
Päivämäärä - Datum 25.3.2024
Vastaanottaja - Mottagare
ao., T Välimäki/Paakaran pk

Muutoksenhakuviranomainen - Besvärinstans

Kasvatus- ja opetuslautakunta
Vaasan kaupungin kirjaamo
PL 3/Vaasanpuistikko 10
65101 Vaasa
kirjaamo(at)vaasa.fi

Nämnden för fostran- och undervisning
Vasa stads registratur
PL 3/Vasaesplanaden 10
65101 VASA
registraturen(at)vasa.fi

LIITE 2. Tutkimuslupa

Hei!

2.4.2024

Olen sosionomi opiskelija Vaasan ammattikorkeakoulusta ja teen opinnäytetyötä luovan tanssin vaikutuksesta lapsen minäkäsitykseen varhaiskasvatuksessa. Luova tanssi on vapaata, omaan kehoon ja rytmiin tutustumista, missä ei ole oikeaa tai väärää liikettä, vaan painottuu hyvin vahvasti lapsen omaan mielikuvitukseen ja luontaisiin tapoihin liikkua. Näin ollen päiväkodin strukturoidussa arjessa luova tanssi antaa kaikille lapsille vapauden oman mielikuvituksen hyödyntämiseen, itseensä ja omaan kehoon tutustumisen, liikunnallisuuden ja oman pystyvyyden sekä positiivisen minäkuvan syntymisen.

Opinnäytetyön tavoitteena on mahdollistaa varhaiskasvatuksen työntekijöille uudenlaisia keinoja ja ideoita sekä lapsille uusia elämyksellisiä kokemuksia. Tämän lisäksi opinnäytetyössä tutkitaan, voidaanko luovan tanssin avulla tukea lapsen myönteisen minäkuvan syntyä sekä onko varhaiskasvatuksessa mielekästä pitää luovaa tanssia säännöllisesti

Tulen ohjaamaan luovaa tanssia keväällä 2024 kolme kertaa, aina 30 minuuttia kerralla. Tanssituokioita havainnoi yksi ryhmän aikuisista sekä tuokioiden jälkeen suullisesti haastattelen lapsia, sillä koen heidän kokemuksensa myös tärkeänä osana opinnäytetyötäni. Lapset eivät ole missään vaiheessa tunnistetavissa.

Lapsi saa osallistua tanssituokioihin Kyllä _____

Ei _____

Lapsen nimi: _____

Huoltajan nimi: _____

Huoltajan allekirjoitus: _____

Ystävällisin terveisin Milla Halla-aho

Vaasan ammattikorkeakoulu

Mikäli tulee kysyttävää, vastaan mielelläni, puh. 044xxxxxxx

Opinnäytetyön ohjaaja Tiina Järvelä, puh. 020xxxxxxx

LIITE 3. Havainnointilomake

Havainnointi lomake, luovan tanssin toimintatuokiot

1. Oliko tunnin rakenne selkeä?
2. Saavutettiin tuokiolle asetetut tavoitteet mielestäsi?
3. Ilmeni lapsissa onnistumisen kokemuksia?
4. Osallistuivatko lapset ohjattuun tekemiseen ja oliko tuokio hyödyllinen lapsille?
5. Uskalsivatko lapset rohkeasti olla mukana toiminnassa, näkyikö lapsissa vapautuneisuutta?
6. Oliko tanssitunti kaikille lapsille sopiva?
7. Uskalsivatko lapset tutustua omaan kehoon ja sen pystyvyyteen?
8. Millainen lasten olemus oli tanssitunnilla? Oliko erilainen kuin yleensä, jos joo, millä lailla?
9. Muuta, mitä jäi mieleen

LIITE 4. Lasten teemahaastattelu

Teemahaastattelu, lapset

Näytä peukalolla aina kysymyksen jälkeen (peukku ylös, oli kivaa. Peukku vaakatasoon, en osaa sanoa. Peukku alas, ei ollut kivaa.) mitä mieltä olet.

1. Oliko luova tanssi mielestäsi mukavaa?
2. Haluaisitko, että päiväkodissa olisi useammin luovaa tanssia?
3. Opitko jotain uutta? Jos joo, jäikö siitä hyvä mieli?
- 4.

Jos haluat, voit vielä kertoa minulle:

5. Mikä jäi erityisesti mieleen? Oliko jokin tietty harjoitus erittäin mukava?
6. Haluatko vielä kertoa minulle jotain luovan tanssin toimintatuokiosta?

LIITE 5. Ryhmän aikuisen haastattelu

Teemahaastattelu, varhaiskasvatuksen työntekijä

1. Henkilötiedot

- tehtävänimike
- Kauanko olet ollut töissä varhaiskasvatuksessa?

2. Päiväkodin tietämys luovasta tanssista ja aikaisemmat käytännöt

- Oliko luova tanssi entuudestaan tuttu?
- Oletteko aikaisemmin hyödyntäneet tanssia varhaiskasvatuksessa? Jos joo, millaisena oletteko kokeneet sen vaikutukset?
- Millä tavoin olette huomioineet lasten positiivisen minäkuvan syntyä varhaiskasvatuksessa?

3. Tanssituokioiden onnistuminen

- Miten ohjaamani tanssituokiot sujuivat?
- Mikä olisi voinut mennä paremmin? Onko teillä käytännön kokemuksen kehittämisvinkkejä?
- Saavutettiin tanssitunneille asetetut tavoitteet?

4. Minäkäsitys luovassa tanssissa

- Osallistuivatko lapset hyvin tuokioihin?
- Näkyikö lapsissa onnistumisen tunteita?
- Oliko luova tanssi kaikille soveltuvaa?

- Näkyikö lasten olemuksessa tanssituokioiden jälkeen muutosta? Muutoin päiväkodin arjessa?
- Näkyikö lapsissa erilaisia piirteitä, tunteita ja käyttäytymistä poiketen normaaliin päiväkodin arkeen?
- Auttoiko luova tanssi lapsia tutustumaan omaan kehoon ja sen pystyvyyteen?

LIITE 6. Ensimmäinen tanssituokio

Ensimmäinen tanssituokio

Teema: keho tutuksi

Tavoite: tutustua luovaan tanssiin ja omaan kehoon

Nimipiiri

Alkupiirissä jokainen lapsi saa kertoa oman nimen ja tehdä oman liikkeen, muut toistavat perässä nimen ja liikkeen. Myös pelkkä oman nimen kertominen riittää, mikäli liikkeen keksiminen tuntuu lapsesta epämukavalta.

Tavoite: Jokaisen lapsen henkilökohtainen huomioiminen, luovuuden herättely, toisiin tutustuminen, oman vuoron odottaminen.

Tanssivartalon herättely taikapulverilla

Herätellään vuorotellen jokainen ruumiinosa kuvitteellisen taikapulverin avulla ja mietitään, mikä vartalonosa on kyseessä ja miten sitä voidaan liikuttaa. Lopuksi käydään läpi koko vartalo.

Tavoite: Vartalon herättely, kehonosien nimeäminen ja tunnistaminen, kehollinen tutustuminen jokaiseen vartalonosaan.

Patsastanssi

Keskustellaan ensiksi, minkälainen on patsas. Heiluuko tai äänteleekö se? Onko kaikki patsaat aina samanlaisia? Patsas ei heilu eikä ääntele, patsaita on kaikenlaisia. Jokaisen patsas asento voi olla mikä vaan asento, kunhan se on heilumatta ja ääntelemättä. Musiikin soidessa liikutaan vapaasti tilassa tanssien, miten kukakin itse haluaa. Musiikin pysähtyessä tulee kaikkien pysähtyä omaan patsas asentoon siksi aikaa, kunnes musiikki taas jatkuu.

Tavoite: Oman tavan löytäminen liikkua, luovuuden käyttäminen patsasasennon keksimisessä, reaktionopeus, musiikin kuuntelu.

Musiikki: Kari Mäkiranta – Hyönteisiä etsimässä

Liikutaan kuin eläimet

Liikutaan aina salin puolelta toiselle ohjaajan kertoman eläimen mukaisesti. Pohditaan yhdessä, liikkuko eläimet aina samalla tavalla ja vauhdilla? Jokaisen keksimä eläin saa liikkua omalla tavalla ja vauhdilla. Eläiminä on kirahvi, pupu, hevonen, karhu, kala, rapu ja lintu. Ohjaaja näyttää oman versionsa esimerkkinä, johon lapsi voi tarvittaessa turvautua.

Tavoite: Eri tasojen hyödyntäminen, erilaisuuden hienous, motoristen taitojen kehittäminen, mielikuvituksen hyödyntäminen liikunnassa.

Revontulien tanssi

Jokaiselle lapselle annetaan oma tanssihuivi, jolla lapsi saa maalata taivaalle revontulia musiikin soidessa. Kun musiikki on rauhallista, maalataan pehmeitä ja hitaita revontulia, musiikin ollessa nopea ja voimakkaampi myös revontulet liikkuvat nopeammin. Lapsia muistutetaan, että he saavat itse revontulien tekijänä päättää, minne muodostavat revontulia. Korkealla vai matalalle, ympyröinä vai suorin vedoin ja niin edes päin. Musiikin pysähtyessä lapset pysähtyvät viimeiseen revontuliasentoon. Huivit palautetaan koriin aina yksi väri kerrallaan, esimerkiksi ne, joilla on punaiset huivit saavat tuoda huivin. Näin käydään kaikki värit läpi ja vältetään ruuhkaa ja levottomuutta huivien palautuksessa. Huivin palautuksen jälkeen lapset saavat mennä maahan makaamaan haluamallansa tavalla.

Tavoite: Luovuuden käyttäminen, mielikuvituksen yhdistäminen liikkeeseen, itselle mieluisat tavat ja tasot liikkua.

Musiikki: Kari Mäkiranta - omenatarha

Eläinasennot

kokeillaan pysyä aina hetken aikaa yhdessä eläinasennossa, niin paikallaan kuin mahdollista. Jokaisen asento saa olla myös erilainen. Ohjaaja näyttää omalla toiminnallaan esimerkkejä mahdollisista asennoista mihin lapsi voi turvautua. Kokeillaan olla kuin valas, mahan makuulla, kädet ja jalat ilmassa. Kilpikonna, joka on kääriytynyt kiviasentoon. Kissa konttausasennossa, jalka suorana takana häntänä. Iso kissa, sama asento seisten. Flamingo, joka seisoo yhdellä jalalla. Lopuksi jokainen saa valita oman eläimen.

Tavoite: Tasapaino, liikkeen hahmotus ja mielikuvituksen yhdistäminen sekä venyvyyden kehittäminen.

Tanssirasian sulkeminen

Asetutaan loppupiiriin, jokainen lapsi ottaa käsiinsä mielikuvitus soittorasian ja miettii mielessään, mikä värinen oma rasia on. Laulun soidessa suljetaan soittorasia ohjaajan liikkeitä seuraten, halutessaan lapsi saa laulaa mukana.

Musiikki: Tuttiorkesteri – soittorasia

LIITE 7. Toinen tanssituokio

Toinen tanssituokio

Teema: Miten minä voin liikkua

Tavoite: Tutustutaan erilaisiin tapoihin, tasoihin ja nopeuksiin liikkeessä. Suurempien liikeratojen löytäminen.

Nimipiiri

Aloitetaan jälleen alkupiirissä, missä jokainen saa vuorollaan keksiä oman liikkeen ja kertoa oman nimen, muut seuraavat perässä.

Tavoite: Jokaisen lapsen henkilökohtainen huomioiminen, luovuuden herättely, toisiin tutustuminen, oman vuoron odottaminen.

Tanssivartalon herättely taikapulverilla

Herätellään vuorotellen jokainen ruumiinosa kuvitteellisen taikapulverin avulla ja mietitään, mikä vartalonosa on kyseessä ja miten sitä voidaan liikuttaa. Kokeillaan heiluttaa niin hitaasti kuin nopeasti. Lopuksi käydään läpi koko vartalo.

Tavoite: Vartalon herättely, kehonosien nimeäminen ja tunnistaminen, keholinen tutustuminen jokaiseen vartalonosaan ja liikenopeus.

Taikametsä

Lähdetään seikkailemaan salissa, joka on kuvitteellinen taikametsä. Kävellään ensiksi korkealla varpailla ja katsotaan, mitä kaikkea taikametsästä voisi löytyä. Siirrytään kävelemään kantapäillä ja tunnustellaan, miltä maa tuntuu. Heilutellaan käsi ja tunnustellaan puiden lehtiä. Pomppien hypitään lätäköiden ylitse, kokeillaan onnistuuko sama myös yhdellä jalalla. Hyppiä voi hitaasti tai nopeasti tai erittäin korkealle, niin että osuu melkein taivaaseen. Jos eläin tulee.... hiivitään niin hiljaa kuin mahdollista, ettei se vain kuule meitä, tarvittaessa pysähdytään paikalle. Mikäli lapset viihtyvät hyvin taikametsässä, toistetaan harjoite uudelleen. Taikametsän päättyessä lapset etsivät mieluisan asennon itselle. Se voi olla puuasento tai mato maassa, mikä ikinä lapsella tulee mieleen.

Seuraa minua

Lapset ovat jääneet edellisestä harjoitteesta omiin asentoihin, joissa he saavat pysyä. Ohjaaja jakaa sillä välin lapset pareihin lasten muodostamien asentojen perusteella. Jos esimerkiksi kaksi lasta on jäänyt korkealle päkiöille, he ovat pari. Toinen parista lähtee liikkeelle ja liikkuu omin tavoin, toinen pari seuraa takana ja yrittää toistaa kaikki liikkeet, mitkä ensimmäinen pari tekee. Hetken ajan kuluttua vaihdetaan roolia. Lapsia on hyvä muistuttaa harjoitteen alussa tekemään liikkeitä hitaasti, että niitä pystyy seurata.

Tavoite: Omien liikkeiden keksiminen, parityöskentely, toisen huomioiminen, liikkuminen tilassa, liikkeiden hahmottaminen.

Tasapainoilua

Lapset saavat vapaasti tanssia salissa, musiikin pysähtyessä ohjaaja kertoo, mitkä vartalonosat saavat koskettaa maata, lapset muodostavan asennon sen mukaan. Esimerkiksi, yksi jalka tai selkä.

Tavoite: Vapaa tanssi, kehonosien tunnistaminen ja niiden käyttäminen, tasapaino, ongelmanratkaisu, kehon pystyvyyteen tutustuminen.

Revontulitanssi

Jokaiselle lapselle annetaan oma tanssihuivi, jolla lapsi saa maalata taivaalle revontulia musiikin soidessa. Kun musiikki on rauhallista, maalataan pehmeitä ja hitaita revontulia, musiikin ollessa nopea ja voimakkaampi myös revontulet liikkuvat nopeammin. Lapsia muistutetaan, että he saavat itse revontulien tekijänä päättää, minne muodostavat revontulia. Korkealla vai matalalle, ympyröinä vai suorin vedoin ja niin edes päin. Musiikin pysähtyessä lapset pysähtyvät viimeiseen revontuliasentoon. Huivit palautetaan koriin aina yksi väri kerrallaan. Ne, joilla on punaiset huivit saavat tuoda huivin, näin käydään kaikki värit läpi ja vältetään ruuhkaa la levottomuutta huivien palautuksessa. Huivin palautuksen jälkeen lapset saavat mennä maahan makaamaan haluamallansa tavalla.

Tavoite: Luovuuden käyttäminen, mielikuvotuksen yhdistäminen liikkeeseen, itselle mieluisat tavat liikkua.

Musiikki: Kari Mäkiranta - omenatarha

Tanssirasian sulkeminen

Asetutaan loppupiiriin, jokainen lapsi ottaa käsiinsä mielikuviutus soittorasian ja miettiä mielessään, minkä värinen oma rasia on. Laulun soidessa suljetaan soittorasiasia ohjaajaa seuraten, halutessaan lapsi saa laulaa mukana.

Musiikki: Soittorasiasia - Tuttiorkesteri

LIITE 8. Kolmas tanssituokio

Kolmas tanssituokio

Teema: mielikuvitusmatkalla

Tavoite: oman mielikuvituksen hyödyntäminen tanssiessa. Erilaisuuden ainutlaatuisuus.

Nimipiiri

Aloitetaan jälleen alkupiirissä, missä jokainen saa vuorollaan keksiä oman liikkeen ja kertoa oman nimen, muut seuraavat perässä.

Tavoite: Jokaisen lapsen henkilökohtainen huomioiminen, luovuuden herättely, toisiin tutustuminen, oman vuoron odottaminen.

Tanssivartalon herättely

Herätellään vuorotellen jokainen ruumiinosa kuvitteellisen taikapulverin avulla ja mietitään, mikä vartalonosa on kyseessä ja miten sitä voidaan liikuttaa. Koikeillaan heiluttaa niin hitaasti kuin nopeasti. Lopuksi käydään läpi koko vartalo. Mitä vartalonosia voidaan liikuttaa samaan aikaan? Voiko jalkaa ja kättä heiluttaa samaan aikaan? Entä peppua ja päätä? Entä sitten kaikkia vartalonosia?

Tavoite: Vartalon herättely, kehonosien nimeäminen ja tunnistaminen, keholinen tutustuminen jokaiseen vartalonosaan ja liikenoisuus.

Autokuskit

Käydään läpi liikennevalot lasten kanssa. Kun on vihreä valo, autot saavat liikua normaalisti. Keltainen valo tarkoittaa vauhdin hidastumista. Punainen valo tarkoittaa pysähtymistä, eihän punaista päin saa ajaa? Saavatko autot ajaa niin lujaa kuin haluavat? Eivät saa, on nopeusrajoitukset ja niin on myös meillä, juokseminen on ylinopeus. Keskustellaan lasten kanssa siitä, miksi ei juosta. Emmehän me halua autokolareita. Kun värit ja säännöt on käyty läpi, otetaan käsiin mielikuvitus ratti ja lähdetään liikkeelle. Ohjaajalla on kolme ympyrää, punainen, keltainen ja vihreä. Aina se väri, mitä ohjaaja näyttää on sen hetkinen liikennevalon väri.

Tavoite: Liikenopeuden hahmottaminen, reaktionopeus, toisten huomioiminen tilassa, mielikuvituksen yhdistyminen tapaan liikkua.

Välineet: Kolme isoa ympyrää, esim. kartongista tehtyä. Väreinä punainen, keltainen ja vihreä.

Viidakko seikkailu

Viidakkoon pitää aluksi matkustaa. Asetutaan ensiksi laivaan, istutaan maahan täysistuntaan ja lähdetään keinumaan puolelta toiselle, ison myrskyn tullessa täytyy nostaa jalat ja kädet ilmaan niin että vain peppu on maassa (V-asento). Laivan jälkeen edessä on junamatka, kädet liikkuvat junan pyörien lailla vartalon sivussa lasten kävellessä eteenpäin. Viimeisenä vuorossa on lentomatka, otetaan kädet lentokoneen siiviksi ja lähdetään lentämään eritasoissa mutkittellen.

Viidakossa tähystellään ensiksi ja liikutaan etsivin liikkein, jonka jälkeen lähde-
tään marssimaan, jotta kaikki eläimet kuulevat meidät. Mitä kaikkea ihanaa
syötävää viidakosta löytyykään! Banaaneja nam, pitää hypätä korkealle pol-
vennosto hypyllä ja tavuttaa toisella kädellä oikein korkealle yltääkseen banaa-
niin. Kaikenlaisia ihania marjoja löytyy myös. Kurkotellaan alas parin askeleen
välein marjoja poimimaan. Maha alkaakin olla täynnä, sitä voidaan koskea ja
tunnustella.

Mitä kaikkia ihania eläimiä viidakossa onkaan, kokeillaan liikkua viidakon eläi-
mien mukaan: apina, lisko, elefantti, leijona, flamingo ja valas. Ennen kotimat-
kaa Syödään vielä uudestaan banaaneja ja marjoja sekä annetaan hyvästit vii-
dakolle, hiivitään hiljaa takaisin lentokoneeseen, annetaan viidakon eläinten
nukkua rauhassa.

Paluumatkalla matkustetaan ensiksi lentokoneella, sitten junalla ja viimeiseksi
laivalla. Tämä harjoite on pitkä, jossa hyödynnetään mielikuvitusta ja paljon.
Mikäli lapsilla herää paljon asiaa ja kerrottavaa, voi laivamatkan jälkeen pysäh-
tyä hetkeksi lapsia kuuntelemaan jo. Viidakkoseikkailun runkoa voi hyödyntää
eri teemoina myös.

Tavoite: Liikkumisen yhdistäminen tarinaan, miten tarinaa voi kehollisesti il-
maista.

Musiikki: viidakko aiheista musiikkia taustalle

Satuhieronta

Jaetaan lapset pareihin, toinen lapsista menee kivasentoon ja toinen pari piirtää ensiksi kaverin selkään. Ohjaaja lukee sadun ja näyttää esimerkillään, mitä liikkeitä parin selkään piirretään. Vaihdetaan rooleja ja toistetaan sama. Käytän Satuhieronta sivuston tekemää ilmaista satuhierontaa: ”värit sateenkaaren”.

Tavoite: rentoutuminen, kosketuksen vastaanottaminen ja kosketuksen antaminen, kaverin huomioiminen, liikkeiden hahmotus.

Tanssirasian sulkeminen

Asetutaan loppupiiriin, jokainen lapsi ottaa käsiinsä mielikuvitus soittorasian ja miettiä mielessään, minkä värinen oma rasia on. Laulun soidessa suljetaan soittorasia ohjaajaa seuraten, halutessaan lapsi saa laulaa mukana.

Musiikki: Soittorasia - Tuttiorkesteri