

**LAULAVA JA LIIKKUVA LAPSI – TOIMINNALLISEN
LAULUNOPETUKSEN MATERIAALIPAKETTI ALAKOULUUN**

Sanna Kartiovaara
Maisterintutkielma
Musiikkikasvatus
Kevätlukukausi 2015
Jyväskylän yliopisto

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

Tiedekunta – Faculty Humanistinen tiedekunta	Laitos – Department Musiikin laitos
Tekijä – Author Sanna Maria Kartiovaara	
Työn nimi – Title Laulava ja liikkuva lapsi – Toiminnallisen laulunopetuksen materiaalipaketti alakouluun	
Oppiaine – Subject Musiikkikasvatus	Työn laji – Level Maisterintutkielma
Aika – Month and year Toukokuu 2015	Sivumäärä – Number of pages 71 + liitteet 30 sivua
Tiivistelmä – Abstract <p>Lapselle liike on luontaisin tapa ilmentää musiikkia. Myös laulaminen ja oman äänen käyttö on läsnä lapsen elämässä pienestä pitäen. Koulun musiikintunnilla voisi hyödyntää lapsen luontaista intoa liikua ja laulaa ja perustaa opetus niille.</p> <p>Tutkimukseni tarkoituksena on luoda toiminnallinen laulunopetuksen materiaalipaketti alakouluun ja testata sitä. Materiaalipakettini perustuu valtakunnallisen perusopetuksen opetussuunnitelman (2014) laulunopetuksen tavoitteisiin ja sisältöihin ja uusimpiin musiikin oppimateriaaleihin. Lisäksi olen lisännyt materiaaliin omia ideoitani ja vinkkejäni laulunopetuksesta alakoulussa.</p> <p>Tutkimuksessani punaisena lankana kulkee sana ”toiminnallisuus”, jonka koen tarkoittavan aktiivista toimintaa, liikettä ja liikkumista. Opetuksessa se näkyy oppijälähtöisyytenä ja kokonaisvaltaisena opetuksena, jossa oppija saa olla toiminnassa mukana kokeilemassa ja tekemässä. Toiminnallisuus on terminä vahvasti läsnä myös uusimmassa perusopetuksen opetussuunnitelmien perusteissa (2014).</p> <p>Suoritin tutkimuksen laadullisena toimintatutkimuksena. Pidin laatimani laulunopetusmateriaalin pohjalta alakoulun kolmannelle luokalle kaksi opetustuokiota musiikintunnilla. Sen lisäksi luokan oma, musiikkia opettava opettaja kokeili myös laulumateriaaliani samalle luokalle sekä muutamalle muulle opettamalleen luokalle. Lopuksi tein opettajalle teemahaastattelun hänen mielipiteistään ja kokemuksistaan laulunopetusmateriaalistani.</p> <p>Opettajan mielestä laulunopetusmateriaalini on hyvä ja hyödyllinen. Hän koki, että sen perusteella on helppo opettaa laulua jatkossakin. Opettajan ja omien havaintojeni perusteella laulumateriaalini toimi hyvin alakoulussa. Oppilaat olivat innokkaita laulamaan ja ottivat uudenlaiset harjoitukset mieluisasti vastaan. Toiminnallisuus laulunopetuksessa virkisti ja piristi oppituntia ja havaintojeni perusteella toi lauluun uutta puhtia ja iloa. Toiminnallisuus toi laulunopetuksen omakohtaisuutta ja harjoitukset sekä niiden tarkoitus, muistettiin hyvin. Materiaalipaketin tarkoituksena ei ole olla ainut ja ehdoton väline laulunopetuksessa. Sen tarkoituksena on toimia opettajalle laulunopetuksen kehittäjänä, ideapankkina ja inspiraation lähteenä.</p>	
Asiasanat – Keywords laulunopetus, opetussuunnitelma, toiminnallisuus, kokonaisvaltainen oppiminen, Dalcroze-pedagogiikka	
Säilytyspaikka – Depository Jyväskylän Yliopisto, musiikin laitos	
Muita tietoja – Additional information	

Sisällysluettelo

1	JOHDANTO	3
2	KOKONAISSVALTAISUUS JA TOIMINNALLISUUS	5
	2.1 Toiminnallinen oppiminen.....	5
	2.2 Kokonaisvaltainen oppiminen.....	6
	2.3 Kokonaisvaltaisuus laulamissa.....	8
3	MUSIIKKILIIKUNTA	10
	3.1 Dalcroze -pedagogiikka.....	12
4	LAULU PERUSKOULUN OPPIAINEENA	18
	4.1 Laulunopetuksen historiaa.....	18
	4.2 Laulun asema nykyään musiikinopetuksessa.....	21
	4.3 Laulunopetuksen käytänteitä.....	23
5	OPETUSSUUNNITELMAT	27
	5.1 Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet (POPS) 1970-2004.....	27
	5.1.1 POPS 1970.....	27
	5.1.2 POPS 1985.....	30
	5.1.3 POPS 1994.....	32
	5.1.4 POPS 2004.....	33
	5.2 POPS 2014.....	35
	5.3 Laulu peruskoulun opetussuunnitelmissa.....	37
5	OPPIMATERIAALIT	38
	5.1 Soi 1-6 -sarja.....	38
	5.2 Saa Laulaa -sarja.....	42
7	TUTKIMUSASETELMA	49
	7.1 Tutkimustehtävät.....	49
	7.2 Tutkimusmenetelmät.....	49
	7.3 Aineistonhankinta.....	50
	7.4 Tutkimuksen luotettavuus.....	51
8	TULOKSET	53
	8.1 Materiaalipaketti.....	53
	8.2 Tuntien kulku.....	58
	8.3 Opettajan pitämät tunnit.....	64
9	PÄÄTÄNTÖ	66
	Lähteet:.....	68
	Liitteet.....	72
	Liite 1 Haastattelukysymykset.....	72
	Liite 2 Materiaalipaketti.....	74
	Lähteet	

1 JOHDANTO

Lapsi liikkuu ja laulaa luonnostaan pienestä pitäen. Liike ja oma ääni ovat lapselle luontaisimmat tavat ilmentää musiikkia. Laulaminen on fyysistä, koko kehon toimintaa. Laulunopetuksen tulisi lähteä kokonaisvaltaisesti oppijan elämysmaailmasta ja pohjautua henkilökohtaiseen kokemukseen (Tuulari-Mäkinen 2014, 76–77). Koulussa se kuitenkin helposti unohtuu ja oppilaat joutuvat laulamaan omilla paikoillaan istuen. Kandidaatintutkielmassani (Kartiovaara 2013) haastoin ystäviäni muistelemaan alakoulun laulunopetusta. Muistot olivat suurimmilta osin negatiivisia. Laulua ei oltu opetettu tai sen taso oli ollut heikko. Laulunopetukseen ei juuri puututtu:

”Ala-asteellakin laulo vaan ne jotka osas laulaa, me laulutaidottomat soitettiin jotain keppejä. Kotona tykkäsin laulaa, mutta koulussa ei kyllä muistaakseni edes yritetty opettaa laulamaan.”
(Kartiovaara 2013, 4.)

Muun muassa tämän pohjalta halusin lähteä parantamaan ja kehittämään koulun laulunopetusta.

Valitsin tutkimuksen aiheekseni toiminnallisen laulunopetuksen. Laulaminen on ollut aina lähellä sydäntäni ja se on ollut ensimmäinen kimmoke musiikinopiskeluun. Olihan se helpoin ja edullisin tapa lähteä musiikin maailmaan. Laulamiseen ei tarvitse instrumenttia erikseen, se on jokaisessa ihmisessä sisäänrakennettuna. Musiikkikasvatuksen opintojen ohella olen harrastanut laulamista tiiviisti lähes kymmenen vuoden ajan. Nyt musiikinopettajaksi valmistuvana laulunopetus konkretisoituu ja sen tavoitteita ja tarkoituksia tulee pohdittua syvällisemmin. Haluan musiikinopettajana jakaa laulamisen iloa oppilaille ja antaa heille saman kokemuksen laulamisen vapaudesta ja kokonaisvaltaisesta ilmaisullisuudesta, minkä olen itse vuosien varrella löytänyt. Vaikkei laulamissa voi tuskin koskaan olla valmis, voi siinä kehittymisestä ja omien tavoitteiden saavuttamisesta nauttia.

Valmistun myös luokanopettajaksi ja sen kautta olen oppinut paljon kouluelämästä ja oppilaiden arkipäivästä koulunpenkillä. Musiikintunti voi olla hyvin erillinen pätkä oppilaan koulupäivässä. Musiikintunnilla saa tehdä, toimia ja opetella oman kokemuksen kautta, kuten usein myös muiden taito- ja taideaineiden tunneilla. Muilla tunneilla oppilas voi istua pulpetissaan koko loppupäivän ajan. Luokanopettajana haluaisin muuttaa tätä käytäntöä, tuoda toiminnan ja kokemuksen kautta oppimisen musiikintunneilta muuhunkin

koulupäivään. Uusi opetussuunnitelma (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet, POPS 2014) korostaa toiminnallisuuden merkitystä koko koulun toiminnassa ja koululaitosta ollaan muuttamassa aktiivisen toiminnan keskuksiksi, jossa oppilas on omine oppimistyyleineen ja omakohtaisine oppimiskokemuksineen keskiössä. Uskon, että laulu on oikea työkalu toiminnallisuuden välittämiseen ja samalla musiikin integroimiseen muihinkin kouluaineisiin. Laulu ei vaadi ulkoisia instrumentteja, ei isoja tiloja, äänentoistolaitteita, johtoja, plektroja tai mitään muuta kuin oppilaan oman kehon. Jotta laulu kulkee, oppilaan tulisi osata käyttää omaa kehoaan laulun edistämiseen vaadittavalla oikealla tavalla. Opettaja on tässä olennaisessa roolissa. Muiden instrumenttien opettamisesta eroten laulussa opettaja ei voi näyttää sormella, mistä kuuluu painaa, jotta toivottu ääni saadaan soittimesta ulos. Opettajan tehtäväksi jää oikeanlaisten ohjeiden antamisen, oman esimerkin näyttämisen ja muun toiminnan kautta ohjeistamisen kautta välittää oppilaille kehon käyttötapa, jolla laulu saadaan luonnolliseksi ja terveeksi. Opettaja tarvitsee tässä kohtaa (luultavasti) apukeinoja ja niitä hän voi etsiä muun muassa opetusmateriaaleista. Laatimani laulunopetuksen materiaalipaketti voisi olla yksi apukeino opettajille, musiikin- ja luokanopettajille, löytää keinot välittää oppilaille sekä oikeanlaista lauluntuottotapaa että iloa, rentoutta ja positiivista mieltä, jota laulunopetukseen kaivataan.

Haluan lainata Wächterin (1865) toistasataa vuotta vanhaa tekstiä kuvaamaan laulunopetusmateriaalini laatimisen lähtökohtia ja sen käyttötarkoitusta:

“Lauluopetus ei saa olla ikävää. Se on hylättävä tapa, että laulu-opettaja vuosi-kaudet rasittaa lapsia nuottija luvettamalla, sävelikköjä ja väli-päitä laulattamalla, enne kuin saavat oppi kunnollista iloista laulua. Jo ensimmäisinä tuntina voivat oppilaat pienempiä virtosia viritellä, josko vaan korviansakin myöten. Vaikk’ ei siit muuta voittoa olisi, kuin hartaampi laulu-into, niin ei tarkoituksesta kuitenkaan liene hairahduttu --- Vaikuttakoon tämä vihkonen sen turhamaisen ja kuiva-kiskoisen opetustavan poistamiseksi, jota tähän asti monessa koulussa on käytetty, ja paremman, käytännöllisemmän tavan osoittamiseksi.” (Wächter 1865.)

2 KOKONAISVALTAISUUS JA TOIMINNALLISUUS

2.1 Toiminnallinen oppiminen

Toiminnallinen oppiminen tarkoittaa fyysisen toiminnan avulla erilaisten (muun muassa kognitiivisten, sosiaalisten, eettisten ja motoristen) kysymysten, tehtävien ja ongelmien ratkomista. Toiminnallisuus parantaa oppijan vireystilaa, tarkkaavaisuutta ja keskittymistä ja tehostaa näin kaikkea muutakin oppimista. Oppimistulokset parantuvat toiminnallisuuden myötä, koska se kehittää oppijan tiedonkäsittely- ja muistitoimintoja. Toiminnalliset työtavat synnyttävät myös tunteita, jotka edelleen tehostavat oppimista. (Jaakkola & Sääkslahti 2000, 315.)

Pidin materiaalipakettini pohjana termiä ”toiminnallisuus”. Se osoittautui hankalaksi, sillä siitä ei löytynyt juuri muuta määritelmää kuin yllä mainittu. Itse koen toiminnallisen opetuksen tarkoittavan sitä, että opetus järjestetään niin, että oppija on keskiössä. Toiminnallisuuteen luen kuuluvaksi myös sen, että opetus ei tapahdu vain paikallaan istuen, siihen sisältyy jonkin asteista liikettä tai jopa liikuntaa. Musiikkiliikunnasta lainaamani termi kinestesia, tekemällä oppiminen, liittyy mielestäni olennaisesti toiminnallisuuteen.

Kinestesiaa käytetään siihen, että oppilas tulee tietoiseksi liikkeistään ja herkistyy aistimaan niitä. Kinesterialla tarkoitetaan liike- ja asentoaistia, jonka avulla kontrolloimme ja ohjaamme liikkeitämme ja asentojamme. Kinesteettisellä aistilla ihminen havaitsee omia liikkeitään ja sitä, miltä ne tuntuvat. Aistin kehittyminen on tärkeää etenkin fyysisen taidon kehittymisen alkuvaiheessa. Tämän avulla ihminen pystyy arvioimaan liikkeidensä oikeellisuutta ja tarvittaessa parantamaan fyysistä suoritustaan. Kinesteettistä tiedostamista voidaan kehittää eri harjoituksilla, ja se mahdollistaa liikkeen kautta oppimisen. Kinesteettinen aisti on yleensä ihmisen tiedostamattomalla tasolla, mutta musiikin kanssa liikuttaessa sen on muututtava tietoiseksi toiminnaksi. (Juntunen 2010, 24.)

Myös Dryden ja Vos (1998) puhuvat kinestesiasta osana oppimista. He liittävät kinestesian nimenomaan aktiiviseen oppimiseen, tekemällä oppimiseen. Kun kinesteettinen oppiminen yhdistetään audittiiviseen ja visuaaliseen oppimiseen, saadaan aivojen kaikki kolme tasoa aktivoitumaan. (Dryden & Vos 1998, 309.) Kun aivojen kaikki kolme tasoa ovat aktivoituneena, voidaan puhua kokonaisvaltaisesta oppimisesta.

2.2 Kokonaisvaltainen oppiminen

Toinen tutkimukseni kannalta tärkeä termi on kokonaisvaltainen oppiminen. Kokonaisvaltainen oppiminen on elämyksellistä, oppijalle merkityksellistä ja pohjautuu henkilökohtaiseen kokemukseen, toteaa Kohonen (1993). Oppiminen tapahtuu yhteistoiminnallisuuden kautta: toisia auttamalla ja toisilta oppimalla. Oppija on kokonainen ihminen eikä olento, joka prosessoi informaatiota yksipuolisesti ja rationaalisesti. Teoriat ja käsitteet jäsentävät omakohtaisia kokemuksia ja lisäävät niiden tietoista hallintaa. Käytännön kokemus toimii oppimisen tarttumispintana, johon teoriat ja kuvausmallit voivat tarttua. (Kohonen 1993, 67–69.) Kohonen (1993) määrittelee kokonaisvaltaista oppimista ja selittää sen olevan monipuolisesti aktivoivaa ja koskettavaa, toiminnallista oppimista, joka vetoaa tunteisiin, elämyksiin, kokemuksiin, mielikuviin ja mielikuvitukseen. Olennaista on, että oppija on omakohtaisen kokemuksen kautta mahdollisimman paljon kosketuksissa opittavan asian kanssa. Kokemuksen lisäksi opittavan asian havainnointi, pohtiminen ja tietoinen ymmärtäminen sekä käsitteellistäminen sopivan teorian tai säännön avulla on tärkeää oppimisen edistämiseksi. Kokonaisvaltaisen oppimisen piirteitä ovat oivaltava, tekemällä oppiminen, syväprosessointi, omaehtoinen ja yhteisvastuullinen oppiminen, omien kokemusten käyttö ja oppijan omakohtaiset kokemukset. (Kohonen 1993, 184–190.) Kokonaisvaltaisessa oppimisessa opettajan tehtävänä on laatia opetusmateriaali sellaiseen muotoon, että oppija pystyy oppimaan asian keskeisen sisällön hänelle parhaalla mahdollisella tavalla (Anttila & Hietapakka 1999, 41–42).

Mielen ja kehon suhteesta on väitely jo kauan. Erilaiset ihmiskäsitykset antavat oman näkemyksensä asiasta. Fenomenologisen filosofian mukaan maailma ei ole se, mitä ajattelen, vaan se, minkä elän. Maailmaa ymmärretään aina ensin kehollisesti, refleksien tasolla. Älyllinen toiminta tulee vasta myöhemmin. Käsitys maailmasta muotoutuu liikkeen ja kosketuksen kautta. (Juntunen 2010, 61.)

Rauhalan (2005) tajunnallisuuden käsite kuvaa osuvasti kokonaisvaltaista oppimista. Tajunnallisuus tarkoittaa sitä, että mieli ja elämys ovat toisistaan erottamattomat, koska mieli koetaan jossakin tajunnan tilassa eli elämyksessä, esimerkiksi tunne-elämyksessä. Mielet kietoutuvat siis mielellisyyden, niiden sisäisen merkitsevyyden sitomina. Niistä muodostuvat merkityssuhteet, maailmankuva ja käsitys itsestämme. Tajunta voi muuttua esimerkiksi kokemuksen kehittymisellä, taantumisella, avartumisella ja rajoittumisella. Tajunnallinen tapahtuminen etenee siis oman historiansa varassa ja kartuttaa jatkuvasti merkityssuhteiden organisoitumista. Tämä tajunnallisen tapahtumisen historiallinen luonne selittää sen, miksi kaikki muutoksiin tähtäävä toiminta, kuten kasvatus- ja opetustyö, etenee niin hitaasti. Kaikki tapahtuu ymmärtämisen kautta. Tajuntaan ei voida lisätä ei sieltä ottaa mitään pois esinemäisessä mielessä. (Rauhala 2005, 35–37.)

Kokonaisvaltaisen opetuksen yksi tarkoitus on saada keho sekä oikea ja vasen aivopuolisko toimimaan yhdessä (Dryden & Vos 1996, 355). Peruskoululainen oppii parhaiten liikkumalla ja tekemällä ja parhaat oppimistulokset saadaan yhdistelemällä aivojen eri ominaisuuksia (Dryden & Vos 1996, 129.) Isoa osaa ihmisaivojen kapasiteetista ei ole voitu vielä hyödyntää. Koulujen oppitunneilla suurin osa informaatiosta käsitellään vasemmassa aivopuoliskossa, joka hallitsee loogisia ja analyyttisiä tietoja ja taitoja. Oppimisen tulisi perustua opetusmetodeille, jotka hyödyntävät molempia aivopuoliskoja yhtä aikaa. (Dryden & Vos 1996, 355.)

On olennaista ymmärtää, että tunteet ja kehollinen vuorovaikutus ovat osa oppimisen prosessia. Opetuksessa tulisikin tarjota mahdollisuuksia kehollisiin kokemuksiin ja kinesteettisen aistin kautta saavutettuun tietoon. Musiikkiliikunta – ja muu taidekasvatus – on avainasemassa kokonaisvaltaisten kehollisten aistimusten löytämiseen. (Juntunen 2010, 61.)

2.3 Kokonaisvaltaisuus laulamisessa

Laulu on yksi ihmisen herkimmistä ja monipuolisimmista ilmaisun välineistä ja jokaisen ihmisen ensimmäinen instrumentti. Aiemmin laulaminen ja siihen kasvaminen tapahtui kotona työhön liittyvien laulujen ja arjen askareiden kertomisten laulamiseksi. Ne olivat osana jotain muuta toimintaa, joten ilmaisun vaatima rentous auttoivat ääntä toiminaan luonnollisesti ja terveellä tavalla. Monipuolinen äänenkäyttö ja laulu yhdessä liikkeen kanssa kehittää lapsen säveltajua ja kokonaisvaltaista ilmaisua. (Kivelä-Taskinen & Setälä 2006, 10.)

”Ihminen on kokonaisvaltainen (tajunnallinen, kehollinen, situationaalinen), laulunopetuksenkin tulee olla kokonaisvaltaista (tajunnallista, kehollista, situationaalista)”. Kehollisuus on laulunopetuksessa aina läsnä, koska ääni syntyy kehossamme. Mielen avulla käsitellään opittavia asioita, joita sitten tuotetaan kehollamme. Mieli voi estää ja auttaa kehoa ja sen tuottamaa ääntä. Kokonaisvaltaisessa laulunoppimisessa pyritään oppimaan laaja-alaisesti ja syvällisesti, kasvattamaan koko oppilaan olemusta ja persoonaa. Kokonaisvaltainen laulunopetus pohjautuu oppilaan omista kokemuksista ja on tiedollista, affektiivista ja fysiologista samaan aikaan. (Tuulari-Mäkinen 2014, 76–77.)

Koska ääni syntyy kehossa, oman kehon tuntemus auttaa myös äänen kehittymisessä. Äänenkäytön kannalta keskeisintä on oivaltaa kehossa tilaa ja suuntia. Myös oma keho, sen eri asennot ja tavat voivat ilmentää persoonallisuutta. Laulunopetuksessa oppilas voi oppia myös pitämään huolta kehostaan. (Tuulari-Mäkinen 2014, 66.) Tämä puhuu puolestaan musiikkiliikunnan ja laulunopetuksen yhdistämisestä. Musiikkiliikunnan toiminnallisuuden ja kehollisen kokemuksen kautta saadaan uusia tietoja ja taitoja, jotka auttavat myös laulamiseksi ja sen opiskelussa.

Laulunopetuksessa joudutaan käyttämään paljon mielikuvia. Lihasten liikkeitä ei voida näyttää samalla tavalla kuin muissa instrumenttiopinnoissa. Siksi mielikuva- ja käsitetieto on laulunopetuksessa olennaista. Mielenhallinnan työkalut voivat olla ratkaisevassa asemassa oppilaan äänen kehittämisessä. Mielen avulla käsitellään opittavia asioita, jotka sitten

tuotetaan keholla. Mieli auttaa tai estää ilmaisua ja äänen ja kehon toimintaa. Mieli voi olla avoin ja vapaa tai estynyt, sulkeutunut. Mielikuvat, skeemat, tiedollinen käsittely eli kognitio, tavoitteiden asettelu, motivaatio, uskomukset ja tunteet ovat mielen ”toimintoja”. Näillä kaikilla on vaikutusta äänen ja kehon toimintaan. Mielen avulla arvioidaan sekä annetaan ja vastaanotetaan palautetta. Jokin uskomus, esimerkiksi oma pystymättömyys laulaa korkeita nuotteja voi estää lihaksia toimimasta. Uskomus voidaan korvata uudella paneutumalla sen syntyyn ja näin edistää oppimista. (Tuulari-Mäkinen 2014, 66, 74–76.)

Tuulari-Mäkinen on asian ytimessä. Ihminen on kokonaisvaltainen aina ja kaikkialla, joten laulunopetuksenkin tulee olla kokonaisvaltaista. Laulajan instrumentti on hänen kehonsa ja laulu toimii tai on toimimatta vain sen kautta. Keho on otettava huomioon myös laulunopetuksessa. Koulumaailmassa tämä fakta tuntuu olevan usein toissijainen. Lapset istuvat pulpeteissaan ja laulavat istuen huonossa ryhdissä eivätkä välttämättä edes tiedosta, että oma keho on mukana heidän laulamissaan. Kuten Kivelä-Taskinen (2006, alkusanat) sen olennaisesti ilmaisee: ”Ääni liikkuu ja liike soi”. Ääni ja liike ovat yhtä ja heijastavat toisistaan vaikutteita laulamiseen.

3 MUSIIKKILIIKUNTA

Musiikkiliikunta on musiikkikasvatuksen osa-alue. Musiikkiliikunnassa yhdistellään kuuntelua, laulamista, kehon liikettä ja omaa keksintää kehollisten kokemusten kautta. Tavoitteena on saada oppilaan keho aistimaan ja vastaanottamaan musiikkia käyttäen ja yhdistäen eri aistitoimintoja ja -havaintoja. Tämä edesauttaa oppilaan kokonaisvaltaista oppimista ja korostaa ajatusta siitä, että musiikki voidaan havainnoida syvemmillä tasolla kehollisuuden kautta kuin pelkästään käsitteellisen ajattelun kautta. (Juntunen 2010, 11.) Lapsi oppii luovuuden, uuden keksimisen ja oivaltamisen lisäksi positiivishenkistä yhdessäoloa ja vuorovaikutusta. (Simola-Isaksson, Jääskeläinen, Ruoppila 1988).

Musiikkiliikunta perustaa holistiseen ihmiskäsitykseen, jossa ihminen on sosiaalinen olento ja kokonaisuus, jonka muodostavat järki, tunteet ja keho. Ihmisen ajattelu sekä itseensä ja toisiin suhtautuminen voi muovautua musiikin kanssa tehdyllä kehollisella vuorovaikutuksella. Oman kehollisuuden löytäminen voi kestää vuosia, se on prosessi, mutta se voi avata oivalluksia musiikin maailmaan ja itsensä löytämiseen. Kehollisuuden harjoitteluun ja löytämiseen auttaa omien ajatusten, reaktioiden, toimintatapojen ja minuuden tunnistaminen ja tiedostaminen. Vain oman fyysisen olemuksen hyväksymisen kautta päästään vapautuneeseen keholliseen ilmaisuun. (Juntunen 2010, 61.)

Musiikkiliikunta tähtää ensisijaisesti musiikkikasvatuksen päämääriin, mutta sen avulla on mahdollista saavuttaa myös yleisiä kasvatuksellisia tavoitteita, kuten luovuuden kehittäminen, tunteiden käsitteleminen, onnistumisten ja epäonnistumisten käsitteleminen ja identiteetin kehittäminen. Samalla ihminen kehittyy kokonaisvaltaisesti. (Juntunen 2010, 11.) Musiikkiliikunta musiikkikasvatuksen osa-alueena pyrkii kasvattamaan tasapainoisia, personaallisia, sosiaalisia ja luovia oppilaita. Musiikkiliikunnan avulla pystytään luontevasti vahvistamaan kaikkia musiikkikasvatuksen osa-alueita, kuten laulamista, soittamista ja kuuntelemista. Harjoittelu ja oppiminen tapahtuu leikinomaisesti. (Simola-Isaksson, Jääskeläinen, Ruoppila 1988.)

Liikkuminen on lapselle luontainen tapa tutustua ympäröivään maailmaan. Musiikkiliikunnan opetuksessa lapsi oppii kokeilun ja matkimisen kautta omaa uteliaisuuttaan käyttäen. Musiikkiliikunnassa keho on oppilaan instrumentti. Jokaisella on oma tapansa liikkua. Liike aktivoi musiikin kuuntelukokemusta ja vahvistaa sen ymmärtämistä. Liikkeen avulla oppilas voi myös ilmaista, mitä hän on kuullut. Ryhmässä tapahtuva liikkuminen auttaa oppilasta oppimaan muilta. Kuten kirjoittajat (Simola-Isaksson, Jääskeläinen, Ruoppila 1988) sen hyvin ilmaisevat: ”liikunta on lapsen musisointia”. Kirjoittajat puhuvat ”nykyaikaisesta” musiikkikasvatuksesta ja, että se pyrkii yhä enemmän yhdistämään tavoitteet yleisen pedagogiikan ja terapian kanssa. Liikunta on avainasemassa, sillä sen avulla musisoinnin mahdollisuus annetaan jokaiselle, musikaalisuudesta ja taidoista riippumatta. (Simola-Isaksson, Jääskeläinen, Ruoppila 1988.)

Musiikkiliikuntaharjoitukset aktivoivat sekä kehon että mielen. Musiikkiliikuntaa harjoittaessa ja sen tavoitteiden toteutumiseen tarvitaan iloa ja positiivisia kokemuksia. Jos musiikkiliikuntaa harjoitetaan säännöllisesti, se helpottaa oppilaiden osallistumista harjoituksiin. Lapsia rohkaistaan harjoituksissa keksimään itse liikkeitä, havainnoimaan ja keskustelemaan niistä. Musiikki toimii näin opettajan asemassa. Oppimisprosessi vaatii toistoja, harjoittelua ja aikaa. Prosessi jäsentyy helposta vaikeimpaan. Oppiminen tapahtuu ikään kuin huomaamatta ja virheitä pelkäämättä. Oppiminen ei rajoitu vain mieleen, vaan keho ja tunteet ovat prosessissa myös mukana. (Perkiö 2010, 13.) Musiikkiliikuntaan tarvitaan usein hieman luokkahuonetta isommat, esteettömät tilat. Juntunen (2010) perustelee tämän hyvin:

”On hyvä muistaa, että musiikin ja liikkeen yhdistämisen tarjoamat kokemukset voivat olla oppilaalle niitä harvoja hetkiä, jolloin hän voi tuntea, kokea ja ilmaista itseään kokonaisvaltaisesti, oppia kehonsa ja kehollisten kokemusten kautta sekä olla kehollisesti kontaktissa musiikin ja muiden oppilaiden kanssa.” (Juntunen 2010, 17.)

Jaques-Dalcrozen, musiikkiliikunnan ”isän” sanoin:

”Menetelmän (musiikkiliikunnan) tarkoituksena on lihasten, hermojärjestelmän, tahdon, tunteen ja älyn harjoittaminen ja siten koko yksilön kehittäminen kohti ruumiillis-sielullista tasapainoa. Oppiminen tähtää musiikin sisäiseen mieltämiseen. Kaikki aistikokemukset voidaan toteuttaa liikkein. Musiikin alku- ja ydinelämys on liike”. (Simola-Isaksson, Jääskeläinen, Ruoppila 1988, 29.)

Lapsi ajattelee ja tuntee koko kehollaan ja mielellään ja liikkeen avulla lapsi tutustuu ympäröivään maailmaan. Liike on lapselle luontainen tapa tutustua ja reagoida myös musiikkiin. Musiikkiliikunta auttaa lasta kehittämään omia musiikillisia valmiuksiaan kehoinstrumentin avulla. Musiikkiliikunnan kautta on helppo kehittää lapsen kehollisia valmiuksia ja taitoja. Lapsen luontaisia kehollisia reaktioita musiikkiin rohkaistaan ja myöhemmin kehitetään. Opettajalle liike on hyvä tapa seurata lapsen osaamisen eri vaiheita. Kun lapsen kyky suunnata kuuntelunsa musiikissa johonkin ja ilmaista sitä kehollisesti kehittyy, hänen kuuntelukykynsä ja spontaani ilmaisunsa kehittyvät myös. Laulujen ja leikkien kautta lapsi voi työstää myös monenlaisia tunteita ja niiden avulla luodaan turvallinen ja hyväksyvä ilmapiiri. Musiikkiliikunnan alkuvaiheissa usein lähdetään siitä, mitä oppilas jo osaa, jotta luodaan opetukselle hyvä pohja ja oppilaille tunne ”minä osaan”. Musiikki tukee liikkeitä ja musiikki ja liikkeet toimivat yhdessä. (Juntunen 2010, 44.)

3.1 Dalcroze -pedagogiikka

Lapsen kokonaisvaltaisessa liikkumisessa ja musisoimisessa olennaisena osana vaikuttaa musiikkiliikunnan isäksikin tituleerattu Émile Jaques-Dalcroze (1865–1950) ja hänen luomansa Dalcroze-pedagogiikka. Juntunen (2010) on tehnyt aiheesta väitöskirjan, joka on olennaisessa roolissa tutkimukseni teoriassa.

Dalcroze-pedagogiikka juontaa juurensa Émile Jaques-Dalcrozen havaintoihin 1900-luvun taitteessa musiikin oppilaistaan, jotka hänen mielestään olivat mekaanisesti musiikissa hyvin taitavia, mutta heillä oli puutteita musiikin kuuntelukyvyyssä ja sen ilmaisussa. Sen ajan opit Dalcroze tuomitsi pelkästään teoreettisiksi ja ne harjoituttivat vain pintapuolisesti korvan kykyä kuulla musiikillisia ilmiöitä. Hän huomasi, että kehollisen toiminnan avulla korvan tarkkuus parani kuulemaan säveliä ja rytmejä. (Jaques-Dalcroze 1973, vii–viii.) Dalcrozen mielestä musiikkikasvatuksen tehtävänä ei ole tuottaa pianisteja, viulusteja ja laulajia, vaan musiikillisesti kehittyneitä ihmisiä, jotka käyttävät musiikkia itseilmaisun välineenä. Dalcroze huomasi, että kehon liikkeiden yhdistäminen säveltapailuun lisäsi oppilaiden laulutarkkuutta, kun oppilas sai kokea musiikin ja rytmin eikä vain kuulla sitä. (Jaques-Dalcroze & Sadler 2007, 33.) Hän totesi myös, että rytmiset havainnot akvitoivat koko

kehon lihaksiston ja hermojärjestelmän. Oppilas ei välttämättä osannut soittaa rytmisesti tarkkaan, mutta hän kykeni luontaisesti liikkumaan rytmisesti. (Juntunen 2010, 18–19.)

Dalcroze-pedagogiikkaa kutsutaan usein Dalcroze-metodiksi, vaikka sana metodi on hieman harhaanjohtava. Dalcroze pedagogiikka ei anna suoria ohjeita, joita noudattaa vaan pikemminkin lähestymistavan tai filosofian, jota jokainen opettaja voi soveltaa haluamallaan tavalla. Oman kokemuksen kautta saa pedagogiikan parhaan hyödyn. Tästä johtuen alan kirjallisuus on tarkoitettu opettajien omien opetuksessa syntyvien kokemusten tueksi. (Juntunen 2010, 24.)

Dalcroze-pedagogiikan tavoite on musiikinopetuksessa yhdistää musiikki ja kehon liike. Musiikki nähdään sekä välineenä että päämääränä. Dalcroze-pedagogiikassa yhdistetään säveltapailua, kehon liikettä ja improvisointia. Pääpiirteitä ovat muun muassa monipuoliset kokemukset musiikin ja liikkeen yhdistämisestä oppimisen tukena, ilon ja ryhmän kanssa luotujen omien kokemusten käyttäminen opetuksessa, prosessinomainen oppiminen ja muusikkouden kehittäminen kokonaisvaltaisesti ja laaja-alaisesti. Opetus tapahtuu ryhmässä prosessinomaisesti ja opettajan tehtävä on rakentaa opetus mielekkäästi ja loogisesti. Oppilaat ilmaisevat kehollaan ja liikkeillään sen, mitä he kuulevat musiikissa. Opetus pyrkii korostamaan oppilaiden omaa keksimistä ja luovuutta. (Juntunen 2010, 18.) Dalcroze-pedagogiikalla pyritään opettamaan omien lahjojen ja taitojen löytämistä, käyttämistä ja hyödyntämistä (Bachmann 1993, 279).

Dalcrozen ihmiskäsitys oli hyvin kokonaisvaltainen. Hänen mielestään koulun tulisi kasvattaa ihmisen mieltä ja kehoa tasapuolisesti, kumpaakaan painottamatta toista enemmän. (Jaques-Dalcroze 1973, 91.) Hän uskoi, että ihmisen mieli ja keho ovat toisistaan erottamattomat. Niiden tasapainoinen yhdessä toimiminen edistää yleistä hyvinvointia ja kasvattaa ihmisestä tasapainoisen kokonaisuuden. Dalcrozen kasvatusmenetelmät ovat myös kokonaisvaltaisia: musiikin liikkeellinen toteuttaminen ohjaa oppilaita kuuntelemaan ja kommunikoidaan kokonaisvaltaisesti, joka muun muassa vahvistaa oppilaiden omia havaintoja musiikista ja herättää mielikuvituksen. Pedagogiikka vahvistaa mielen ja kehon yhteyttä. Eri aistitoiminnot, -havainnot, kuuntelu ja ajattelu ovat vuorovaikutuksessa keskenään ja synnyttävät yhdessä liikkeen kanssa musiikillisia kokemuksia. Dalcroze uskoi tämän takia, että kehollinen tieto ei tapahdu vain pintapuolisesti abstraktin ajattelun kautta, vaan paljon syvemmillä tasolla. (Juntunen 2010, 23.) Jos kehoa ja mieltä ei harjoiteta kokonaisvaltaisesti

ja tasapuolisesti musikin avulla, oppilaiden kyky kuulla, tuottaa ja ilmaista rytmejä on puuttellinen ja heijastuu myös muuhun musiikilliseen toimintaan (Jaques Dalcroze & Sadler 2007, 28).

Myös Tuulari-Mäkinen (2014) nojaa Dalcrozen ajatuksiin kokonaisvaltaisesta oppijasta. Dalcroze puhuu oppijasta kokonaisvaltaisena lähinnä musiikkiliikunnan piirissä, Tuulari-Mäkinen (2014) yhdistää kokonaisvaltaisuteen myös laulamisen. Kummankin näkemykset puhuvat kuitenkin kokonaisvaltaisen musiikinopetuksen puolesta, jossa oppijasta otetaan huomioon sekä keho että mieli ja pyritään välittämään opittava tieto oppijalle kummankin kanavan kautta. Vaikkei Dalcroze ollut laulupedagogi, näen hänen ajatuksissaan paljon käyttömahdollisuuksia myös koulujen laulunopetukseen.

Erotin Dalcroze-pedagogiigasta kaksi osa-aluetta, jotka ovat tutkimukseni kannalta olennaisia: oppilaslähtöisyys- ja keskeisyys sekä opettajan rooli. Kerron myös hieman Dalcroze-pedagogiikasta käytännössä, minkälaisia harjoituksia se voi pitää sisällään, miten oppitunti rakentuu ja niin edelleen.

Oppilaslähtöisyys ja -keskeisyys

Dalcroze-pedagogiikka korostaa ajatusta, että musiikki on opetuksessa sekä väline että päämäärä. Se on kasvatusta “musiikista musiikkiin”. Pedagogiikka pyrkii kehittämään musiikillisia valmiuksia ja tarjoamaan hyviä kokemuksia, joita syntyy musiikin ja liikkeen yhdistävässä toiminnassa. Oppiminen perustuu näille kokemuksille ja käytäntö opitaan ensin, sitten vasta teoria. Pääpaino on kokemuksessa, ei oppimistuloksissa. Jokainen oppilas saa siis oppia omalla tavallaan ja omaan aikaansa. Sana prosessi on usein esillä Dalcroze-pedagogiikassa ja viittaa pitkällä aikavälillä tapahtuvaan, omien kokemusten kautta oppimiseen. Prosessin aikana oppilaan musiikillinen ymmärtäminen ja erilaiset taidot kehittyvät ja muodostavat yhteyksiä aikaisemmin opittuun ja koettuun tietoon ja taitoon. Prosessinomaisessa tapahtumassa aistihavainnot, toiminta, kokemukset, tiedostaminen ja ajattelu ovat koko ajan vuorovaikutuksessa keskenään. (Juntunen 2010, 23–25.)

Oppilaille tulisi opettaa itsensä tuntemista ja omien kykyjensä hyödyntämistä sekä kehittää heidän kykyään kuunnella itsenäisesti. Myös esittäminen ja luominen ovat olennainen osa opetusta, ne edistävät oppilaan varmuutta ja yksilöllistä ajattelua musiikillisessa toiminnassa. Jos oppilas saa oppimistilanteessa oppia kokemusten kautta, tuloksena syntyvät ratkaisut ja ajatukset ovat autenttisia ja oppilaan omia. (Juntunen 2010, 23). Bachmannin (1993) mukaan oppilaita tulisi kannustaa ottamaan vastuu itsestään ja omasta oppimisestaan. Hän väittää, että harjoitusten avulla oppilas haluaa ottaa vastuun itsestään. Oppilas oppii myös etenemään omalla tahdillaan ja tekemään harjoituksia omalla, luovalla tavallaan ja etenemään päämäärään, joka on juuri hänelle tärkeää ja hyödyllistä. (Bachmann 1993, 129.) Dalcroze pedagogiikassa korostetaan sitä, ettei ole vain yhtä oikeaa tapaa liikkua: jokaisen liikkuminen on yksilöllistä ja heijastavat myös kulttuurisia vaikutteita (Juntunen 2010, 24).

Opettajan rooli

Opettajan ei tarvitse olla musiikin ammattilainen harjoittaakseen Dalcroze-pedagogiikkaa. Hänen tulee osata auttaa muita kehittämään omia taitojaan (Jaques-Dalcroze & Sadler 2007, 29.) Tärkeää on se, että harjoitukset olisivat osa jokapäiväistä lasten elämää ja niitä tarjottaisiin lapsille jo nuorella iällä. Bachmann (1993) väittää, että luokanopettajalla on jopa paremmat mahdollisuudet opettaa pedagogiikkaa kuin musiikinopettajalla, koska hän on läsnä oppilaiden koulutyössä päivittäin, tuntee oppilaat ja heidän kehityksensä ja tavoitteensa. Musiikinopettaja näkee oppilaita muutaman tunnin viikossa eikä näin pysty välttämättä olemaan läsnä tilanteissa, joissa pedagogiikasta voisi olla hyötyä. (Bachmann 1993, 276.)

Opettajan tehtävä Dalcroze-pedagogiikassa on ohjata ja kannustaa oppilasta omassa harjoituksessaan. Opettaja on vastuussa tiedon jakamisesta ja oikeanlaisten harjoitusten valitsemisesta. (Bachmann 1993, 129.) Opettajan on mietittävä, minkälainen lähestymistapa tuo oppilaille harjoituksista iloa ja mielekkään toiminnan. Opettaja seuraa oppilaiden liikkeitä ja tarvittaessa antaa lisäohjeita. Opettaja tarjoaa oppilaille käyttää taitojaan monipuolisesti ja olla vuorovaikutuksessa muiden oppilaiden kanssa. Oppimistilanteessa oppilas reflektoi omaa toimintaansa opettajan palautteen avulla. Myös opettajan oppiminen ja kasvatustilanteen omaksuminen tapahtuu reflektoiden omia oppimis- ja opetuskokemuksia sekä muiden opettajien opetusta analysoiden. Opetuksessa korostetaan yksilöllisyyttä, joka vaatii opettajalta oppilastuntemusta ja oppilaan huomioimista yksilönä. (Juntunen 2010, 23, 25.)

Opettajalla on iso rooli musiikin- ja laulunopetuksessa. Myös opettajan oma ammattitaito vaikuttaa opetukseen, sen tyyliin ja laatuun. Omien kokemuksieni mukaan usein alakoulun musiikinopettaja ei välttämättä ole tarpeeksi pätevä opettamaan ainetta. Joskus musiikinopetus jopa kaatuu niiden niskaan, jotka sitä eivät haluaisi opettaa. Tämä heijastuu varmasti opetukseen. Annalan (2014) mukaan laulaja antaa kuulijalle palan itsestään. Laulajan täytyy luottaa omaan ääneensä, vartalonsa ja itseensä, jotta hän pystyy käyttämään instrumenttiaan oikealla tavalla. (Annala 2014, 1.) Tämä pätee myös laulun opettamiseen koulussa. Musiikinopettajan on kyettävä luottamaan siihen, että pystyy esimerkillään välittämään oikea informaatio ja motivaatio oppilaille. Jos opettaja ei koe pystyvänsä tai haluavansa sitä, hän tuskin saa oppilaita pystymään tai haluamaan.

Dalcroze-pedagogiikka käytännössä

Dalcroze-pedagogiikassa liikkeet yhdistetään musiikin kuulohavaintoon: oppilas toteuttaa liikkeillään sitä, mitä hän kuulee musiikissa. Liikkeet voivat tapahtua paikallaan (esimerkiksi taputtaminen, heiluttaminen, puhuminen, keinuminen, laulaminen jne.) tai toteutettuna jossakin tilassa (käveleminen, juokseminen, hyppiminen, ryömiminen, hiipiminen jne.). (Juntunen 2010, 25.) Liikkeiden tulee olla etenkin aluksi hyvin yksinkertaisia ja kaikille tuttuja. Harjoitusten edetessä liikkeisiin voidaan lisätä enemmän haastetta ja ilmaisullisuutta. Harjoituksissa oppilas muodostaa ensin kuulokuvan päässään kuulemistaan rytmeistä ja vasta sitten tuottaa kuulemansa kehollisesti. Oppilaan tulee ensin ymmärtää kuulemansa, ennen kuin hän voi tuottaa sen kehollisesti. (Jaques-Dalcroze & Sadler 2007, 40–42.)

Kun oppilas pääsee toteuttamaan itseään kokonaisvaltaisesti yhdessä toisten oppilaiden kanssa, hän pääsee kokemaan syvällistä iloa (Jaques-Dalcroze 1973, 98). Dalcroze uskoi ilon, leikin ja miellyttävän oppimiskokemuksen vapauttavan oppilaat liiasta itsetietoisuudesta. Ilo vahvistaa oppilaan tahdonvoimaa, mielikuvitusta ja taiteellisia kykyjä. Dalcroze kutsuikin osaa harjoituksistaan “leikeiksi”, joista voidaan erottaa viisi eri kategoriaa. Juntunen (2010, 14) on suomentanut harjoitukset väitöskirjassaan:

1. seuraa (esim. musiikkia)
2. nopean reaktion harjoitukset
3. kaiku
4. kaanon
5. korvaus

Seuraa-harjoituksessa perussyke on lähtökohtana. Sitä harjoitellaan esimerkiksi oppilailta luontaisesti sujuvasti kuten kävellen, taputtaen tai hyppien. Nopean reaktion harjoituksessa pyritään reagoimaan mahdollisimaan nopeasti musiikissa tapahtuvaan muutokseen käyttäen esimerkiksi kuuluvia sanoja, kuten HIP tai HOP. Kaikuharjoituksessa harjoitellaan oman vuoron odottamista. Usein oppilaat toistavat opettajan perässä esimerkiksi liikkeen, laulettuun melodian tai taputetun rytmin. Kaanon toistaa kaikuharjoituksen toistamisideaa, mutta kaanonissa toiminta jatkuu tauotta. Oppilas joutuu seuraamaan jo seuraavaa tapahtumaa toistaessaan edellistä. Korvaus-harjoituksessa jokin tehtävä korvataan toisella. Opettaja voi esimerkiksi soittaa hidasta musiikkia, mutta oppilaiden tehtävänä onkin kävellä sen tahtiin reippaasti. (Juntunen 2010, 24.)

Oppitunti alkaa usein lämmittelyllä, jossa oppilaat pääsevät keskittymään ja kuuntelemaan omaa kehoaan, ja jolla johdatetaan oppilas varsinaisen harjoituksen teemaan. Tunti pitää sisällään laulamista, liikkumista, keksimistä ja improvisoimista, joskus myös tarinankerrontaa, laululeikkejä, soittamista, tansseja ja rentoutumista. Harjoitukset pyritään rakentamaan aikaisemmin opitun pohjalle ja ne etenevät loogisesti, helpommasta vaikeampaan. Kun musiikkia toteutetaan liikkein, pyritään siihen, että liikkeen ominaisuudet, kuten nopeus, voima, intensiteetti ja suunta ovat mahdollisimman samankaltaisia musiikin ominaisuuksien kanssa. (Juntunen 2010, 24–26.) Harjoitusten tarkoituksena on kehittää päänsisäisten kuulohavaintojen ilmaisemista kehollisesti ja kokonaisvaltaisesti (Jaques-Dalcroze & Sadler 2007, 39).

4 LAULU PERUSKOULUN OPPIAINEENA

4.1 Laulunopetuksen historiaa

Laulu oli jo keskiajalla korkeassa asemassa ja uskonpuhdistuksen myötä sen tarve lisääntyi entisestään. Uskonto oli tällöin koulun tärkein oppiaine ja laulu kulki sen kanssa käsi kädessä. Ruotsi-Suomen ensimmäisessä koulujärjestyksessä vuonna 1571 oli vain kolme pakollista oppiainetta: latina, uskonto ja laulu, jota opeteltiin tunnin verran joka päivä. Laulunopetuksen pääpaino oli pitkälti kirkollisessa laulussa. 1700-luvun taitteessa koululaulun arvostus alkoi kuitenkin laskea, kun maallisen musiikin myötä kouluihin tuli soitinmusiikki ja kirkkoihin urut. Se tarkoitti sitä, ettei kirkkopoikien laulua enää tarvittu jumalanpalveluksissa, kun urut säestivät pääosin kirkollisia menoja. Vuonna 1724 laulu poistui koulujärjestyksestä, mutta sitä kuitenkin harjoiteltiin innokkaiden opettajien johdolla. 1700-luvun lopulla kansan musiikkiharrastus ja kotimuisoinnin suosio kasvoi ja uranuurtajana toimi Johann Heinrich Pestalozzi, joka korosti laulun tärkeyttä lapsen varhaiskasvatuksessa. Vuosi 1886 oli merkittävä koululaulun osalta, kun annettiin kansakouluasetus, jonka mukaan laulu oli samanarvoinen kansakoulun muiden oppiaineiden kanssa. Alkuperäisenä ehdotuksena oli, että vain virsilaulu olisi ainoa aine – ja sekin vapaaehtoisena, mutta ”kansakoulun isän” Uno Cygnaeuksen ansiosta laulusta tuli pakollinen oppiaine kansakoulun kaikilla luokilla. 1800-luku oli merkittävää aikaa laulunopetuksen kannalta. Kansakoululaitoksen perustamisen myötä virsien ohella ruvettiin laulamaan myös isänmaallisia ja kansanlauluja. Tällöin syntyivät myös ensimmäiset koululaulukirjat, joiden toimittamisesta vastasi Heinrich Wächter. Hänen mielestään opettajat olivat tehneet laulunopetuksesta liian ikävän ja rasittavan laulattamalla liian paljon asteikkoja ja intervaleja. Wächterin toimittama laulukirja ”50 Koulu-Laulua” nousi yhdeksi merkittävimmäksi siteokseksi koulujen laulunopetuksessa. Isänmaallisten ja kansanlaulujen lisäksi se sisälsi myös lastenlauluja, leikki- ja liikuntalauluja. (Pajamo 1999, 11–13.)

1800-luvun lopulla laulunopetuksessa käytettiin niin sanottua kaavalaulumetodia, jossa duurin ja mollin jokaiselle sävelelle annetaan oma melodiansa eli kaavansa. Kun kaava oli opittu, sovellettiin sitä uuteen lauluun. Metodi perustui ranskalaisen Dessierin järjestelmään ja Suomessa sitä sovelsi muun muassa P.J. Hannikainen. Kaavalaulu osoittautui kuitenkin monimutkaiseksi ja opettajien mielestä liian teoreettiseksi, jopa kuivaksi. 1909 Helsingissä pidettävässä laulunopettajien yleisessä kokouksessa saatiin aikaan monta hyvää aloitetta laulunopetuksen kehittämiseksi, muun muassa Suomen Laulunopettajien Yhdistyksen perustaminen. 1900-luvun alussa koululaulun johtavaksi hahmoksi nousi Aksel Törnudd, joka toimi hyvin määrätietoisesti kohti koululaulun yhtenäistämistä ja sen aseman kohottamista. Pajamo (1999) viittaa Törnuddin vuonna 1913 ilmestyneeseen Kansakoulun lauluoppi - kirjaan, jossa Törnudd määrittelee osuvasti laulun merkitystä:

”Tänä koneiden aikakautena ihminenkin yhä enemmän tungetaan koneen asemaan. Luontainen vaisto nousee sellaista ulkonaisen elämän pakkoa vastaan vaatiensa omalle aistille ja omille mielentilanteille liikkumisaloja, ja siten on käsitettävissä se yleinen taidepyrkimys ja omaperäisyyden tavoittelemisen yksityiselämässä, mikä on viime vuosikymmenille ominainen. Ainoastaan yksi toiminta on vapaa koneellisuudesta, - se on laulu. Tämä tosiasia vie itsestään siihen tietoisuuteen, että musiikinopetuksen tulee lähteä laulettuun ja tunnolla tajutusta sävelestä”. (Pajamo 1999, 15–18; Törnudd 1913.)

1900-luvun toinen merkittävä hahmo laulopedagogiikan alalla oli Vilho Siukonen, joka monien kirjojen toimittamisen lisäksi julkaisi tutkimuksen suomalaisten lasten laulukyvystä. Hänen tutkimuksen tulokset olivat musertavat. Niiden mukaan suomalaiset lapset olivat laulussa heikompia kuin esimerkiksi naapurimaiden ja heidän äänialansa kapeampi. Syinä tähän on arveltu olevan muun muassa opettajien epämusikaalisuus, opetusmetodien teoreettisuus, koululaulujen liian korkea ääniala ja lastenlaulutradition puuttuminen kodeissa. (Pajamo 1999, 19–20.)

Laulunopetuksen kehitykseen on ollut vaikuttamassa monia pedagogeja 1800-luvun puolivälistä 1940-luvun alkuun, jotka kehittivät erilaisia metodeja ja edistivät laulunopetusmenetelmien kehitystä. Menetelmät kilpailivat usein keskenään ja käytössä saattoi olla useita metodeja yhtä aikaa jonka lisäksi pedagoginen linja vaihteli laulunopettajasta riippuen. Metodien runsaudesta voidaan päätellä, että laulunopetuksen kehitys oli hyvin tärkeää tuon ajan pedagogeille. Heidän tavoitteenaan oli saavuttaa sellainen taito, että lauluja voitiin laulaa nuoteista mutta myös hyödyntää ja edistää laulun kasvatuksellista merkitystä. Laulu toimi sivistyksen välikappaleena. (Rautiainen 2009, 51.)

Koulujen laulunopetuksessa ei ollut käytössä mitään yhtenäistä menetelmää, vaan jokainen opettaja valitsi vapaasti mieleisensä ja usein se oli korvakuulolaulu. Lulunopetukseen kaivattiin uusia tuulia ja 1950-luvun lopulla ilmestyikin laulukirjoja, joissa painottui koulusoittimien käyttö. Koulusoittinten uranuurtajana toimi saksalaisen Carl Orffin koulusoittimisto, joka oli saanut hurjan suosion musiikinopetuksessa. Opettajien mukaan jokainen laulutunti, jolla soittimia käytettiin, osoittautui virkeäksi ja iloiseksi. Sen lisäksi soittimet kiinnostivat lapsia, niiden avulla he innostuivat uudella tavalla musiikista ja ne tarjosivat paremmat mahdollisuudet esimerkiksi rytmin opetukseen. (Pajamo 1999, 21–22.)

Laulu näytteli erittäin keskeistä roolia kansakoulun aikana, niin arjessa kuin juhlassakin. Se antoi hyvät lauluevääät elämän eri tilanteita varten. Vaikka moni paheksuikin aluksi laulun asemaa pakollisen aineena, ovat he jälkeensä muistelleet kiitollisena laulujen myötä oppimaansa elämänviisautta. Uno Cygnaeuksen perustama kansakoululaitos väistyi 100-vuotisen toiminnan jälkeen sivuun ja antoi tilaa uudelle peruskoululle, jonka mukana myös laulu oppiaineena antoi tilaa musiikin oppiaineelle. ”Alkoiko tästä myös yhteislaulun alamäki, jää vielä arvoitukseksi”. (Pajamo 1999, 22.)

Koulun merkitys laulamiseksi on huomattava – laulaminen on kuulunut ja kuuluu edelleen kouluun ja jokainen Suomessa koulua käynyt on osallistunut kansakoulussa tai 1970-luvulta lähtien peruskoulussa musiikintunneille. Omasta laulamiseksi ja laulutaidosta muodostuu kouluaihana kuva, joka jää koko elämän ajaksi mieleen. (Lindeberg 2005, 40.)

4.2 Laulun asema nykyään musiikinopetuksessa

Lappalainen (2007) on tutkinut laulun asemaa Jyväskylän peruskouluissa. Hänen haastattelemiensa opettajien mukaan laulun asema Jyväskylän peruskouluissa on melko hyvä. Laulamisen määrää ja yhdessä laulamisen perinnettä on nimenomaan pyritty nostamaan. Osa haastateltavista oli kuitenkin sitä mieltä, että laulamisen suosio on vaihtelevaa ja laulua pitäisi olla kuitenkin vielä enemmän koulun musiikintunneilla. Osan mielestä laulun asema ja erityisesti lauluinto oppilaiden kesken on laskussa ja että yleisesti ottaen koulussa ja Suomessa voitaisiin laulaa enemmän. Yleinen mielipide olikin, että laulua on liian vähän ja siihen saisi entisestään yrittää panostaa enemmän. Haastateltavat olivat sitä mieltä, että laulun vähyys voi johtua liian tiukasta tuntijaosta ja siitä, että musiikintunteihin kuuluu niin paljon muutakin kuin laulamista – se on vain yksi työtapa. Lauluinnokkuuden haastateltavat kertoivat olevan heikohko tai ”ihan hyvä”. Luokkakohtaisia eroja innokkuudessa nähtiin paljon. Lauluinnokkuuden vähyys laitettiin sen piikkiin, että sitä yksinkertaisesti harrastetaan liian vähän sekä kotona että kouluissa. Yläkouluiässä tosin murrosikä alentaa laulumotivaatiota ymmärrettävästi etenkin pojilla. (Lappalainen 2007, 85–87.) Omien kokemuksieni pohjalta olen samaa mieltä Lappalaisen tutkimustulosten kanssa siitä, että laulua voisi olla ja siitä voisi puhua enemmän peruskoulun musiikintunneilla. Olen huomannut, että yleisesti ottaen lauluinto ja –motivaatio on etenkin alakoulun puolella kohdillaan, kaivattaisiin vain lisää ohjeistusta ja apua laulamiseen ja sen harjoitteluun. Tietenkin kaupunki- ja koulukohtaisuudet ovat varmasti suuret eikä opettajankaan vaikutusta pidä jättää huomioimatta.

Numminen (2005) harmittelee, että laulamisen suosio näyttää olevan hiipumassa. Yhtenä päätekijänä hän arvelee olevan muun muassa korkeatasoiset äänitteet, joista on pitkän prosessin tuloksena poistettu kaikki virheet ja säröt. Äänitteet luovat mielikuvan täydellisestä suorituksesta, johon on miltei mahdotonta päästä elävän elämän tilanteissa. (Numminen 2005, 259–260.) Hän heittää väitöskirjansa esipuheessa ehdotuksen, että laulun avulla olisi myös mahdollista nostaa musiikin asemaa koulussa, joka on marginalisoitunut yhä enemmän. ”Jos lähdetäisiinkin siitä, että jokainen oppii laulamaan – ja sitten laulettaisiin. Se on

hauskaa ja tarjoaa hienoja yhdessä tekemisen mahdollisuuksia” (Numminen, 2005.) Mielestäni Numminen osuu tässä naulan kantaan: musiikintunneilla ei voi korostaa liikaa sitä, että laulamista voi opetella, kaikki oppivat ja kaikki pystyvät laulamaan. Rohkea ja kannustava ilmapiiri antaa oikeanlaiset avaimet kokonaisvaltaiselle musiikin oppimiselle ja itsensä ilmaisulle, myös laulun avulla.

Auvisen (2009) tutkimustulosten mukaan laulun asema on heikentynyt huomattavasti. Hänen haastateltaviensa mielestä laulu hukkuu nykyään musiikintunnilla asiapaljouteen ja soittamisen sekaan. Sen kuitenkin nähtiin olevan luontevin tapa suurimmalle osalle ihmisistä ilmaista omaa musikaalisuuttaan. Yhden haastateltavan mukaan taito- ja taideaineet ovat jopa niin huonossa asemassa kouluissa, että ”suunta voi olla vain ylöspäin”. Lauluintoon vaikuttaviksi asioiksi listattiin muun muassa populaarikulttuuri, median tarjonta, luokkatoverit, opettajan kannustus, opettajan oma asenne laulamiseen ja esillä olevat artistit ja bändit. (Auvinen 2009, 42–43.) Samoja asioita on listattu muissakin tutkimuksissa, joissa on etsitty lauluintoon vaikuttavia tekijöitä.

Laulun asema nähdään, tutkimuksesta riippuen, olevan joko huono tai kohtalaisen hyvä. Tutkimustuloksiin vaikuttavat varmasti haastateltavat ja heidän omat kokemuksensa laulunopetuksesta koulussa. Yhtä oikeaa vastausta laulun asemaa koskevaan kysymykseen ei kuitenkaan ole. Omien kokemuksieni mukaan laulua arvostetaan ja sillä on oma paikkansa, etenkin koulun perinteisissä juhlissa ja tapahtumissa. Laulutaidon omaamista pidetään kuitenkin oudon mustavalkoisena: se joko on lapsesta asti tai sitä ei ole ollenkaan. Monet tuomitsevat itsensä täysin laulutaidottomiksi syyttä. Tuntuu, että laulutaidon harjoiteltavuus unohtuu. Se, että laulu on kuin muutkin taito- ja taideaineet, oikeanlaisella harjoittelulla siinä voi edistyä ja oppia laulamaan.

4.3 Laulunopetuksen käytänteitä

Opetussuunnitelmien ja oppimateriaalien perusteella (kts. kappaleet 5 ja 6) laulu on olennainen osa musiikintuntia. Laulunopetukseen kuuluu itse laulujen lisäksi myös lämmittely, venyttely, hengitysharjoituksia ja ääniharjoituksia sekä laulullisia seikkoja, kuten artikulaatio ja resonanssi. Nämä ovat tärkeä osa oppilaan äänen ja ilmaisuuden kehittämistä. Opettajan tehtävä on perehtyä ääniharjoituksiin ja poimia sieltä oppilaiden tieto- ja taitotasolle sopivimmat sekä selventää, miksi ääniharjoituksia tulee tehdä ja miten.

Ääniharjoitukset ovat äänen tuottoon, ilmaisuun ja huoltoon tähtääviä harjoitteita, jolla harjoitetaan tietynlaista äänellistä ja musiikillista ilmaisua. Ääniharjoitukset voivat olla kuin rituaali, joka virittää äänen, kehon ja mielen laulamiseen. Siksi harjoittelun ja harjoitusten tulee olla aina hauskoja, mielekkäitä ja motivoivia. Oppilaille on tärkeää kertoa, mitä ja miksi ääniharjoituksia tehdään. Oppilas oppii ymmärtämään, että ääntä, aivan kuten muitakin instrumentteja, voi harjoitella. (Arola, Honkanen, Huttunen, Jokelainen, Koskela, & Marttila, 2011a, 225.) Äänikokeilut ja harjoitukset ovat valmennusta puhe- ja ääni-ilmaisuun, niiden kautta edetään laulamiseen ja sen harjoittamiseen. Äänikokeiluja voi olla esimerkiksi äänileikit, eri äänenvärien ja äänenkorkeuksien kokeileminen, lorut, tarinat ja improvisointi. (Perkiö 2010, 29.)

Laulaminen on monen tekijän summa: oikea asento, kokonaisvaltainen hengitys, hyvä artikulaatio, positiivinen mieli ja kuuloaisti toimivat kaikki koordinoituna yhdessä vapaan äänen tuottamiseksi. Tähän päästäkseen on opittava käyttämään lauluinstrumenttia oikein ja kokonaisvaltiasesi. Äänenavauksen tarkoituksena on lämmittää, rentouttaa ja virittää instrumentti toimintakuntoon. Ääni syntyy luonnollisesti kehossamme eikä sitä pitäisi tarvita muodostaa millään tavalla. Sen takia äänenmuodostamista parempi termi voi olla äänen vapauttaminen. Äänen vapauttamisen pitäisi olla koko kehossa tapahtuvaa, elastista äänenkäytön luonnonmukaista opettelua ja jalostamista. Sillä pyritään löytämään laulajan kehossa jo olevat toimintamahdollisuudet ja harjoituttamaan niitä. (Koistinen 2005, 83–85.)

Ääniharjoituksissa voidaan käyttää mielikuvia laulamiseen tarvittavan lihaksiston harjoittamiseen. Harjoitukset kohdistuvat usein jonkin tietyn asian harjoittamiseen, mutta harjoittelun tulisi olla aina kokonaisvaltaista ja ilmaisullista. Harjoituksilla harjoitellaan lauluasentoa, hengitystä, äänen tuottamista ja sen vahvistamista ja artikulaatiota. Harjoitusten tulee olla tarpeeksi helppoja ja motivoivia, jotta ne kohdistuvat harjoiteltavaan asiaan tehokkaasti. (Arola ym. 2011a, 225–229.) Ääniharjoituksiin voi sisältyä esimerkiksi seuraavat:

- lämmittely: lihasten lämmittely hyppien, juosten, pomppien tms.
- venyttely: kaulan, hartioiden, kasvojen, kylkien ym. venyttäminen
- hengitys: tietoisuus omasta hengityksestä ja sen tarkoituksesta laulamissa, esimerkiksi suihin-, pärinä-, läähätys-, huohotus- ym. -harjoituksia
- sointiväri ja resonanssi : lauluäänen soinnin löytäminen, esimerkiksi mielikuvapurkan mutustelulla suussa ja äänen tunteminen nenässä, suussa ja kasvoilla
- äänen voimistaminen: mielikuvien avulla ja ääntä pakottamatta äänen vahvistamista
- artikulaatio: rentouden avulla haettu tarkka ja selkeä artikulaatio (Arola ym. 2011a, 225–229.)

Koska laulaminen on lihastyötä, on lihaksia hyvä lämmitellä ja venytellä hyvin ennen laulamista. Lämmittelyharjoituksia voi tehdä esimerkiksi tutun musiikin tahtiin liikkumalla, hyppimällä ja ravistelemalla. (Arola, ym. 2011a, 226–227.) Lämmittelynä toimii hyvin myös musiikkiliikunnalliset harjoitukset ja leikit ja lämmittelyharjoituksilla pyritään kiinnittämään oppilaan huomio omaan kehoonsa, toteavat Marja-Leena Juntunen, Soili Perkiö ja Inkeri Simola-Isaksson (2010). Oppilaan kinesteettinen tiedostaminen ja kehollisten kokemusten aistiminen aktivoituvat. Harjoitukset toimivat hyvänä johdantona opetukselle ja oppilaan ajatukset keskitetään tähän hetkeen. Lihakset ja koko keho lämpenevät ja mieli virittyy tulevaan toimintaan. Lämmittelyharjoitusten tavoitteena on auttaa oppilasta keskittymään, johdattaa tarkkaavaisuus tunnin teemaan, virittää keho ja mieli tuleviin harjoituksiin ja kehittää kehollisia valmiuksia. (Juntunen, Perkiö, Simola-Isaksson 2010, 73.) Lämmittelyn jälkeen lihaksia voi venyttellä, erityisesti kaulan, niskan ja kylkien lihakset on hyvä venyttellä pitkään ja sitkeästi. (Arola ym. 2011a, 227). Hengitysharjoituksilla tullaan tietoiseksi hengityslihaksista ja harjoitellaan ja herätellään niitä. Hengitysharjoitukset voivat olla erilaisia suihin-, pärinä-, läähätys-, hohotus- ja pihinäharjoituksia. Hurisemalla ja pärisemällä esimerkiksi uuden kappaleen melodian tulee harjoiteltua samalla kehon mukanaoloa laulamissa. Hurinat ja pärinät harjoittavat hengityslihaksia, lämmittävät ja aktivoivat äänentuottoon ja artikulaatioon liittyviä lihaksia. Artikulaatioharjoituksilla pyritään lisätä sen tarkkuutta ja saada artikulointi selkeämmäksi. Hyvän artikulaation saamiseksi olennaista on rentous: jännittyneet lihakset eivät toimi nopeasti ja tarkasti. Artikulaatiota voidaan

harjoitella esimerkiksi lausumalla erilaisia tavuja (oi, joi, jong, gaa, kaa, laa, naa, taka, kala jne.) niin, että vain kieli liikkuu ja leuka pysyy paikallaan. Vokaaleja voidaan harjoitella aktiivisten huulten avulla. Sanoja ja tavuja muodostuu, kun vokaaleihin lisätään huulilla aktiivisesti tehtyjä konsonantteja. Artikulointi on selkeää ja nopeaa, kun siihen ei käytetä turhaa lihastyötä. (Arola ym. 2011a, 228–229.)

Ääniharjoituksia voi miettiä kunkin harjoiteltavan laulun mukaan. Jos harjoiteltavassa kappaleessa on esimerkiksi isoja intervallihyppyjä, voidaan ääniharjoituksissa ennen varsinaista kappaletta harjoitella ensin pienillä intervalleilla äänestä toiseen liukumista. Intervallia voidaan laajentaa ja liukuminen vaihtaa äänestä toiseen hyppäämiseksi. (Arola ym. 2011a, 226.)

Koska pyrin osoittamaan tutkimukseni koskemaan koko alakoulua niin, että kokoamani materiaali olisi sovellettavissa niin ensimmäiselle kuin kuudennellekin luokalle, on oppilaiden ikäjakauma kohtuullisen suuri. Ensimmäisellä luokalla tärkeää on laulamaan rohkaistuminen ja oman äänen löytäminen, kuudennella luokalla murrosikä ja äänenmurros voivat olla oppilaille ajankohtaisia asioita. Rautamaa (2012) on tutkinut äänenmurrosvaiheessa olevan nuoren laulunopetusta. Tuloksista käy ilmi, että äänenmurroksessa olevien oppilaiden kanssa toimiminen vaatii musiikinopettajalta tietoutta murrosiästä ja sen tuomista haasteista nuoren äänelle. Musiikintuntien ilmapiirin tulisi olla kannustava ja rohkaiseva. Laulamaan ei tulisi pakottaa ketään vaan antaa valinnan mahdollisuus – musiikintunneilla voi tehdä paljon muutakin kuin laulaa. Myös puhelaulu tai rap voi olla mahdollista. Oppilaille kannattaisi selvittää, mistä äänenmurroksessa on kysymys ja miten se vaikuttaa laulamiseen. Rautamaa toteaaakin, että luokanopettajan ja musiikinopettajan koulutuksessa tulisi käsitellä äänenmurrosta, sillä se tulee ajankohtaiseksi suurimmalle osalle lapsista peruskoulun aikana. (Rautamaa 2012, 84–85.) Voisiko toiminnallisuudesta olla hyötyä äänenmurroksen kanssa painiville oppilaille? Asia ei varsinaisesti ole tutkimuskysymykseni, mutta uskon, että toiminnallisuudesta ja kokonaisvaltaisesta laulunopetuksesta ei ainakaan olisi haittaa äänenmurroksessa laulaville oppilaille.

Complete Vocal Techniquen kehittäjä Catherine Sadolin (2009) ehdottaa että lasten äänenkäytön tekniikoihin ei puututtaisi liikaa. Hän uskoo, että jos lapselta edellytetään täsmällistä sävelpuhtautta ja hengitykseen puututaan liian aikaisin, lauluun saattaa kehittyä estoinen suhde. Sadolinin mielestä hengitystekniikkaan tai laulamisen tukeen ei tulisi puuttua ollenkaan ennen kuin murrosiän alkamisesta on kulunut muutama vuosi, koska puberteetin aikana kasvava lapsi tulee tietoisemmaksi kehostaan ja oppii hallitsemaan sitä paremmin häiritsemättä kuitenkaan prosessien luonnollista kulkua. Lasten kanssa voisi tekniikoiden hiomisen sijaan keskittyä tulkintaan, fraseeraukseen ja rytmin käsittelyyn. (Sadolin 2009, 70.) Vaaliokin (1999) pohtii, miksi myöhemmässä vaiheessa elämää äänentuotto häiriytyy niin helposti. Lapsesta saakka omatun luonnollisen ja vaistonvaraisen äänentuottamisen säilyttämiseen täytyisi löytää oikeanlainen mielen ja kehon vapaus ja tasapaino. Nykypäivän kiireet, konfliktit, suorituspainet, sairaudet ja käsittelemättömät tunteet heikentävät tätä tasapainoa, joka vaikuttaa myös elinvoimaamme ja elämäämme muutenkin. (Vaali 1999, 10.)

Pitäisikö koulussa keskittyä oppilaan kykyyn ylläpitää omaa jo luontevaa tapaa käyttää ääntä ja laulaa sen sijaan, että lapsille opetetaan täysin uutena asiana laulamisen luonnollisuus ja terve äänenkäyttö? Tulisiko tarkkojen tekniikkaharjoitusten sijaan harjoituttaa laulun tulkintaa tai rytmikkää? Olen osittain Sadolinin kannalla, ettei lapsille tarvitsisi niin paljon painottaa äänenkäytön teknisiä puolia – suurin osa lapsista osaa jo käyttää ääntään täysin luontevasti. Kuitenkin leikkimieliset ja motivoivat lauluharjoitukset ovat hyväksi iästä riippumatta, jos tekniikkapuoleen ei tartuta liian tiukin säännöin. Musiikkiliikunta voisi tuoda lauluun luontevuutta ja kehittämä sitä sekä musiikillista ilmaisua kokonaisvaltaisesti.

5 OPETUSSUUNNITELMAT

Elämme opetussuunnitelmien murrosvaihetta. Tässä työssäni tarkastelen pääosin vuoden 2014 opetussuunnitelmaa. Vastapainoksi tulevaisuuden näkymille otan mukaan katsauksen historiaa ja aiempia opetussuunnitelmia peruskouluajalta 1970-2004. Opetussuunnitelmien tarkastelussa keskityin kokonaisvaltaiseen musiikin oppimiseen, kehollisuuteen ja musiikkiliikuntaan sekä laulunopetukseen. Valtakunnallisen opetussuunnitelman ohjeet ovat laajat ja monisyiset. Usein kyseiset aihealueet sisältyivät jonkun muun kanssa samaan kategoriaan.

5.1 Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet (POPS) 1970-2004

5.1.1 POPS 1970

Vuoden 1970 Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet (POPS) on jaettu kahteen osioon. Ensimmäinen osa, Opetussuunnitelman perusteet, käsittelee uudistumista kansakoulusta peruskouluksi ja koulunkäyntiä yleensä. Toisessa osassa, Oppiaineiden opetussuunnitelmat, esitellään nimensä mukaisesti sen ajan oppiaineet ja niiden opetussuunnitelmat. Jatkossa käytän osioista nimityksiä POPS I 1970 ja POPS II 1970.

Opetussuunnitelmassa sanotaan, että peruskoulun tulee tarjota oppilaalle mahdollisuuksia luovaan itseilmaisuun. Liikkeet nähdään luonnollisena tapana lapselle ilmaista itseään ja ehdotetaan, että niin sanottu ekspressiivinen, ilmaiseva liikunta auttaa lasten luovien taipumusten kehittymistä. Ekspressiivistä liikuntaa voi liittää muun muassa lauluun, soittoon, improvisointiin ja draamaan. (POPS I 1970, 44).

Tuntijako on mietitty niin, että 2/3 opiskeluajasta oli varattuna tiedolliselle kasvatukselle ja 1/3 taideaineille, käytännön taidoille (kuten käsityöt) ja liikunnalle. (POPS I 1970, 93). Musiikille on varattu 1.- ja 2.-luokille kolme viikkotuntia. Saman verran kuin liikunnalle. Komitea on perustellut päätöstä sillä, että usein musiikki ja liikunta voidaan integroida toisiinsa, esimerkiksi leikki ja laulu -tyyliin. Kolmannelta luokalta alkaen musiikki jakaa viikkotunnit kuvaamataidon kanssa, yhteensä niitä on neljä tuntia viikossa. Mietinnässä painotetaan sitä, ettei tuntien tarvitse jakaantua tasan aineiden kesken, vaan opettajan omista taidoista ja päätöksistä riippuen tuntijako voidaan järjestää myös 3:1 toisen aineen eduksi. (POPS II 1970, 24–25). Tässä kohtaa väkisinkin tulee mieleen se, kumpi aine jää todellisuudessa kumman jalkoihin. Käytännössä valinta on täysin riippuvainen opettajasta, hänen taidoistaan ja mielipiteistään.

Musiikin tavoitteiksi luetellaan muun muassa luonnollinen äänenkäyttö laulussa ja puheessa, ajankohtaiseen lauluaineistoon perehdyttäminen ja mahdollisuus vapaaseen, luovaan ilmaisuun. 1. ja 2. luokalla lauletaan lasten mielikuvamaailmaan liittyviä lauluja, loruja ja puhekaanoneita sekä harjoitellaan äänenkäyttöä. Vapaata ja kuvailevaa liikunnallista improvisaatiota harjoitellaan laululeikein ja musiikkitehostein saduin. 3. ja 4. luokalla lauluohjelmisto pysyy samana, mukaan tulee maakuntalauluja ja Maamme-laulu. Äänenkäyttöä ja kaanoneita harjoitellaan. Liikunnalliset improvisointiharjoitukset mainitaan, kuten alkuluokillakin. 5. ja 6. luokalla lauluohjelmistoon tulee lisänä oman ja muiden maiden kansanlauluja, ajankohtaisia viihdelauluja sekä eri maiden kansallislauluja. Äänenkäytön harjoittelu, kaanonit ja liikunnalliset improvisaatioharjoittelut pysyvät mukana. (POPS II 1970, 274–275).

Musiikin työtavoissa laulamisen sanotaan olevan lapsille luonnollisin musiikin ilmaisukeino. Sen perusteella lauluharrastusta tulisi tukea koko kouluajan. Luluharrastuksen säilymiseksi myös opettajan on luotava laulun harjoittelusta innostavaa. Liikuntaa ja musiikkia ehdotetaan opettamaan yhdessä, niiden avulla voi kehittää muun muassa luovaa ilmaisua. Tätä päätöstä perustellaan: ”Liikunta ja musiikki ovat aina kuuluneet yhteen.” (POPS II 1970, 277).

Laulunopetukseen annetaan tarkkoja ohjeita vaikeiden sanojen selvittämisestä väärin laulettujen kohtien korjaamiseen. Sävelkulut voidaan piirtää taululle, näyttää käden liikkein tai selventää laulun rytmistä rakennetta esimerkiksi naputtamalla. Laulunopetukseen viitataan muun muassa oikean ja kaikille sopivan sävellajin löytämisellä. Opettajan tehtävä on kartoittaa kunkin oppilaan äänialue ja merkata se ainakin kerran lukukaudessa oppilaista pidettävään äänikorttiin. Taitavimmille laulajille ehdotetaan ”vaikeahkoja” lauluja. Heille, joiden kyvyt eivät riitä näiden laulujen laulamiseen, mutta mielenkiintoa löytyy ”ei ole vahingoksi - - - , että he saavat vaikkapa hyräillen osallistua lauluihin.” Äänenmuodostuksesta mainitaan, että opettajan on pystyttävä joko itse näyttämään mallia oikeasta äänenmuodostuksesta tai annettava oppilaan ”jolla on luonnostaan vapaa ja kaunis äänenmuodostus” näyttää esimerkkiä. Lauluasentoon, hengitykseen, resonanssiin, alukkeisiin ja ääntämiseen kehoitetaan kiinnittämään jatkuvaa huomiota. Äänenmuodostus tiivistetään lauseeseen: ”Laulun tulee aina soida kauniisti, niin että koko tunnista itse asiassa muodostuu äänenmuodostusharjoitus”. (POPS II 1970, 277–280).

Musiikkiliikuntaan viitataan termin luova ilmaisu alla. ”Liiku niin kuin kuulet” on lähtökohtana toteuttaa luovaa toimintaa liikunnan ja kuuntelun yhteydessä. Liikunnallista ilmaisua kehoitetaan aloittaa laululeikeillä, joista osan liikkumisesta oppilaat voivat itse improvisoida. Musiikki- ja liikuntakasvatuksen yhteiseksi tavoitteeksi nähdään jännityksen laukaiseminen ja tasapainoisuuden edistäminen. (POPS II 1970, 282–283, 286).

”Musiikki voi edistää hyviä liikuntatottumuksia, koska se on omiaan myönteisellä tavalla saamaan aikaan järjestystä” (POPS II 1970, 285.)

5.1.2 POPS 1985

Vuoden 1985 opetussuunnitelma jatkaa samoilla linjoilla kuin 15-vuotias edeltäjänsä. Tavoitteenä on ohjata oppilaita vastaanottamaan musiikkia taiteena mahdollisimman monipuolisesti, osallistumaan sen tuottamiseen ja suhtautumaan myönteisesti musiikkikulttuuriin. (POPS 1985, 1.) Musiikin tuntijako pysyy suhteellisen samana: musiikkia on laskettu olevan 1–2 viikkotuntia 1. ja 2. luokalla ja 1–4 viikkotuntia luokilla 3–6 (POPS 1985, 269).

Peruskoulun ala-asteen musiikin tavoitteiksi on määritelty muun muassa elämykselliset ja myönteiset kokemukset musiikista, oppilaiden musiikillisten taitojen kehittäminen laulamissa, soittamisessa ja liikunnassa ja oppilaan luovan ilmaisun kehittäminen kaikilla musiikin osa-alueilla. Tavoitteet ovat ala-asteen osalta luokiteltu musiikin peruskäsitteiden mukaan: dynamiikka, sointiväri, rytmi ja tempo, melodia, harmonia ja muoto. Laulu mainitaan vuosiluokilla 1–2 osana sointiväriä oman äänenkäytön harjoitteluna ja melodian osana erilaisten melodiakulkujen seuraamisena ja keksimisena. 3. ja 4.-luokalla mainitaan yksinkertaisten sävelmien laulaminen korvakuulolta ja nuoteista. Harmonian kohdalla 3. ja 4.-luokilla mainitaan kaanonien ja helppojen kaksiaäänisten laulujen laulaminen ja 5. ja 6. -luokilla kolmi-neliäänisten laulujen laulaminen. Vasta yläasteen puolella paneudutaan äänenkäyttöön, -huoltoon, fysiikkaan ja ääniharjoituksiin. Yksi yläasteen musiikinopetuksen kuudesta sisältöluokasta on ”ääni”. (POPS 1985, 191–194.)

Sitä, miksi musiikin jako on tehty musiikin peruselementtien mukaan tai miten laulu liittyy näihin osa-alueisiin, ei erikseen mainita. Voisi kuvitella, että laulu on kuitenkin ollut osana musiikinopetusta, koska se on säilynyt semmoisena tähänkin päivään asti. Mietityttämään jää, miksi se on kuitenkin jätetty vasta yläasteen puolelle käsiteltäväksi asiaksi.

Laulamisesta mainitaan, että se on musiikinopetuksessa keskeinen työtapana, koska sen avulla voidaan kehittää kokonaisvaltaisesti oppilaan musiikillisia valmiuksia ja tunne-elämää. Laulamisen kerrotaan myös tukevan soiton opiskelua sekä soiton ohella kehittävän luonnollisella tavalla musiikin lukemis- ja kirjoitustaitoa. Liikkuminen luetellaan myös yhdeksi musiikinopetuksen työtavoista, koska sen avulla musiikkia koetaan ja opitaan musiikin lainalaisuuksia. Myös oppilaiden affektiivinen ja psykomotorinen kehitys kehittyy liikkumisen myötä. (POPS 1985, 199–200.)

Vuoden 1985 suunnitelmassa ohjeet laulamiseen ja musiikkiliikuntaan on vähäiset. Vuonna 1987 musiikille on kuitenkin luotu oma lisäopas, jonka tehtävänä on ollut täsmentää peruskoulun musiikin tavoitteita, sisältöjä ja työtapoja (Peruskoulun opetuksen opas, musiikki 1987, 1).

Laulamiselle on oma kappaleensa musiikin lisäoppaassa. Laulaminen nähdään lapselle luontaisena ilmaisutapana, joka lisää turvallisuuden tunnetta, yhteishenkeä ja herkistää tunne-elämää. ”Laulamisen yhteydessä” tulee harjoituttaa oppilaiden äänenkäyttöä: oikeanlaista hengitystä, äänialan laajentamista ja äänen kehittämistä kohti soivaa, ”kajentuvaa” ääntä sekä tervettä puheääntä. Oppaassa oletetaan, että lasten eritasoiset laulukyvut johtuvat siitä, että kotona lauletaan liian vähän. Tähän ehdotetaan, että opettajan tulisi laulatuttaa lapsia mahdollisimman paljon, niin että he tottuvat laulamaan estoitta ryhmässä ja yksin. Laulamisen pitää olla lapselle ilo eikä perustua pakkoon. Tässä kohtaa mainitaan myös ”niin sanottu” laulukoe. (Peruskoulun opetuksen opas, musiikki 1987, 21–22.)

Laulunopetukseen puutuaan vain vähän. Laulun sanoihin ja aiheeseen kehoitetaan tutustumaan niitä toistamalla ja opettajan mallia seuraamalla. ”Varsinaisen opettamisvaiheen jälkeen” laulussa voidaan kiinnittää huomiota artikulaatioon, fraseeraukseen, dynaamisiin vaihteluihin ja tempoon. Laulua kehoitetaan harjoituttamaan sekä säästytyn kanssa että ilman. Lauluohjelmisto valitaan oppilaiden äänellisen kehityksen, koulun tapahtumien ja eri aihekokonaisuuksine mukaan. Alkuopetuksessa lorut, hokemat ja piirileikit ovat olennaista laulunopetusohjelmistoa. (Peruskoulun opetuksen opas, musiikki 1987, 2–3, 22.)

Musiikkiliikunta näyttää olleen suosiossa 1987 musiikin lisäoppaassa. Sille on omistettu oma kappaleensa. ”Liike on lasten luontainen tapa reagoida musiikkiin” -lause toistuu myös vuoden 1987 lisäoppaassa. (Peruskoulun opetuksen opas, musiikki 1987.) Musiikkiliikuntaan tulisi tarjota jatkuvasti tilaisuuksia ja liikunnallista ilmaisua toteutetaan perinteisten ja uusien leikkien ja tanssien yhteydessä. Musiikkiliikunta tarjoaa mahdollisuuksia kaikille osallistua toimintaan, rentouttaa ja kehittää yhteenkuuluvuuden tunnetta. Musiikkiliikunta ei vaadi suuria liikuntasaliloja, vaan sitä voidaan toteuttaa paikallaankin tömistellen, taputtaen tai pyörien. Musiikkiliikunnan mahdollisuuksia kuvaillaan lauseella: ”Musiikkiliikunta ei ole ainoastaan esikoululeikkejä tai vaativia karaktääritansseja ja tanhuja, vaan se on kaikkea sitä toimintaa, jonka laulun ja soittamisen aiheuttama liikkumishalu saa aikaan” (Peruskoulun opetuksen opas, musiikki 1987, 32.)

Vuoden 1987 musiikin lisäoppaassa viitataan käyttämäni kokonaisvaltaisen oppimisen termiin musiikinopetuksen ”eheyttävillä työtavoilla”. Sillä tarkoitetaan kaikkien musiikin elementtien, kuvan, äänen, liikkeen ja sanojen yhdistämistä. Ehdotetaan esimerkiksi musiikin integroimista muihin oppiaineisiin koulun tapahtumien yhteydessä ja suurempien, luovien projektien tekemistä. Musiikin tavoitteiden täyttymiseksi opetuksen työtapojen tulee tukea lapsen oman toiminnallisuuden virittäytymistä ja ohjaamista. (Peruskoulun opetuksen opas, musiikki 1987, 36–38.)

5.1.3 POPS 1994

Peruskoulun musiikinopetuksen tehtävä on pysynyt samana myös vuoden 1994 opetussuunnitelman perusteissa. Musiikkikasvatuksen tehtäväksi luetellaan oppilaan musiikillisten ilmaisutaitojen tietojen ja taitojen kehittäminen sekä musiikin merkityksen ymmärtämisen yksilöllisestä, yhteisöllisestä, kansallisesta ja kansainvälisestä näkökulmasta (POPS 1994, 97.) Musiikin tavoitteiksi mainitaan oppilaan kokonaisvaltaisen musiikillinen kehittyminen ja myönteisten musiikillisten kokemusten kerryttäminen. Monipuolisten työtapojen avulla pyritään kehittämään oppilaan musiikillisia tietoja ja taitoja. Tavoitteeksi esitetään oppilaan toiminnallisuuden virittäminen ja ohjaaminen pysyvään musiikin harrastamiseen, myös kouluajan jälkeen. (POPS 1994, 97.)

Ala-asteen musiikinopetuksen lähtökohtana pidetään toiminnan avulla tapahtuvaa leikinomaista oppimista, iloista yhdessäoloa ja ryhmässä olemisen harjoittelua. Laulamisesta mainitaan laulamisen ilo ja terve äänenkäyttö. Musiikin toimintatapojen (kuuntelu, soittaminen, laulaminen ja musiikkiliikunta) yhdistelyllä voidaan niputtaa musiikin osa-alueita ehyiksi kokonaisuuksiksi. (POPS 1994, 98.)

Vuoden 1994 opetussuunnitelman mukaan arvosanan kahdeksan saamiseksi oppilaan on tullut osata laulaa mukana ja pystyä laulamaan laulun melodia ja rytmi lähes oikein. Täyttä sävelpuhtautta arvosanaan kahdeksan ei kuitenkaan vaadita. Oppilaalla on oltava myös kokemusta kaksiaänisten laulujen, kuten kaanonien laulamisesta. (POPS 1994, 101.)

Vuoden 1994 opetussuunnitelma musiikin osalta on kokonaisuudessaan tynkä, vain kuusi sivua. Verrattuna vuoden 1970 suunnitelmaan, vuoden 1994 on lähes puolet lyhyempi ja selvästi suurpiirteisempi. Vaikka työtavat, laulaminen, soittaminen, kuunteleminen ja musiikkiliikunta kulkevat kaikki käsi kädessä suunnitelmissa, vuonna 1994 esimerkiksi musiikkiliikunnasta ei mainittu juuri mitään. Myös kokonaisvaltainen ja luova ilmaisu jää selvästi vähemmälle kuin edellisissä opetussuunnitelmissa.

5.1.4 POPS 2004

Vuoden 2004 musiikin valtakunnallinen opetussuunnitelma on laadittu niin, että opettaja voi taitojensa ja tietojensa mukaan luoda omanlaisensa suunnitelman. Opetussuunnitelman perusteet eivät anna selkeitä ohjeita, mitä musiikintunnilla tulee opettaa. Täysin vapaita käsiä ei opettajille anneta, vaan tarkemmat ohjeet laaditaan kunnan ja koulun sisällä. Opetussuunnitelma on väljä, mutta vaativa ja sen toteutukseen tarvitaan ammattitaitoinen ja pätevä musiikinopettaja, joka omaa hyvät musiikilliset ja pedagogiset taidot. Opettajan taitojen lisäksi opetussuunnitelma vaatii toteutuakseen myös hyvin varustettuja tiloja. Suunnitelmassa painotetaan paljon tekemällä oppimista, musisoimista ja luovuuden tärkeyttä. (Koulujen Musiikinopettajat ry (KMO) 2013.) Musiikin opetusta painotetaan alueena, josta jokainen lapsi voi löytää oman kiinnostuksen kohteensa. Musiikki nähdään kokonaisvaltaisen kasvun edistäjänä, jolla kehitetään muun muassa sosiaalisia taitoja, vastuullisuutta ja taidollisen ja kulttuurisen erilaisuuden hyväksymistä ja arvostamista. Musiikin opetuksen tarkoitus kiteytetään lauseeseen:

”Musiikin opetuksen tehtävänä on auttaa oppilasta löytämään musiikin alueelta kiinnostuksen kohteensa sekä rohkaista oppilasta musiikilliseen toimintaan, antaa hänelle musiikillisen ilmaisuvälineitä ja tukea hänen kokonaisvaltaista kasvuaan.” (POPS 2004, 232.)

Opetussuunnitelma on laadittu yhtenäiselle peruskoululle eli perinteistä ylä- ja alakoulujakoa ei tässä kohtaa enää tunneta. On tärkeää, että opettajat tekevät opetussuunnitelmien luomisessa yhteistyötä, sillä käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että vuosiluokkein 1–6 ja 7–9 opettajat laativat kuntakohtaisen opetussuunnitelman yhdessä. (KMO 2013.)

Luokilla 1–4 musiikinopetus painottuu leikinomaiseen ja kokonaisvaltaiseen toimimiseen, jossa kehitetään lapsen omaa musiikillista ilmaisua. Laulamisen opetuksen sisällöissä ja tavoitteissa oppilaan tulee oppia osallistumaan yhteislauluun, hankkia luonteva ja terve äänenkäyttö sekä oppia joitakin lauluja ulkoa. Vuosiluokilla 1–4 oppilaan tehtävänä on oppia käyttämään ääntään luontevasti ja ilmaista sen avulla itseään. Tätä harjoitellaan laululeikeillä puhuen, loruillen ja laulaen. Moniäänisyyteen tutustutaan hiljalleen lauluharjoitusten kautta. Neljännen luokan päätyttyä oppilaan tulee osata yksin tai ryhmän jäsenenä tuottamaan omia musiikillisia ratkaisuja esimerkiksi kaikuharjoituksiin äänen, liikkeen, rytmin tai melodian avulla. Perussykettä kehitetään muun muassa kehorytmien kautta. Omaa kuuntelukokemustaan oppilaan tulisi osata ilmaista verbaalisesti, kuvallisesti ja liikkeen avulla. (POPS 2004, 232–233.)

5.2 POPS 2014

Tällä hetkellä käytössämme on vuoden 2004 opetussuunnitelman perusteet, mutta uusin luonnos on jo julkaistu. Uusi opetussuunnitelma tulee käyttöön alakouluihin 1.8.2016 lähtien. Siihen asti opetamme vuoden 2004 opetussuunnitelman mukaan. (Opetushallitus, säädökset ja ohjeet 2014.)

Uudessa opetussuunnitelmassa painotetaan oppilaan roolia aktiivisena toimijana. Oppimisessa olennaisena pidetään kieltä, kehollisuutta ja eri aisteja. Toiset oppilaat, opettajat, muut aikuiset sekä eri yhteisöt ja oppimisympäristöt otetaan mukaan opetukseen. Oppimista tapahtuu sekä yksin että yhdessä. Ilo, luova toiminta ja myönteiset kokemukset edistävät oppimista ja innostavat kehittymään oppijana. Oppilasta kannustetaan esiintymään eri tilanteissa ja ilmaisemaan itseään visuaalisen toiminnan, draaman, musiikin ja liikkeen avulla. Mielikuvitusta ja kekseliäisyyttä arvostetaan ja siihen rohkaistaan. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet (POPS) 2014, 14, 18–19.)

Koulujen toimintakulttuureilla tuetaan kehittämään vuorovaikutusta ja monipuolista työskentelyä. Rohkaistaan joustavuuteen, toiminnallisuuteen, annetaan aikaa luovalle työskentelylle sekä liikkumiselle ja leikeille. Monipuoliset ja kokemukselliset työtavat sekä eri aistien käyttö ja liikkuminen tukevat lapselle luovaa toimintaa ja lisäävät oppimisen elämyksellisyyttä. Vuorovaikutuksen ja itseilmaisun kehittämisessä mainitaan draama sekä muut taiteelliset ilmaisukeinot. (POPS 2014, 25, 28–29.)

Toiminnallisella musiikin opetuksella halutaan edistää oppilaiden musiikillisten taitojen kehittymistä ja kokonaisvaltaista kasvua. Musiikkia opiskellaan monipuolisesti, vuorovaikutuksessa muiden oppilaiden kanssa oppilaiden omat musiikilliset kiinnostuksen kohteet huomioiden. (POPS 2014, 150.)

Musiikin tehtävä oppiaineena on tarjota oppilaille oma kiinnostuksen kohde ja rohkaista musiikilliseen toimintaan. Musiikinopetus antaa oppilaalle musiikillisia ilmaisuvälineitä ja pyrkii tukemaan kokonaisvaltaista kasvua. Kokonaisvaltaista kasvun ja ilmaisun kehittymistä tuetaan myös integroimalla musiikkia muihin oppiaineisiin. (KMO 2015.)

Luokilla 1–2 musiikin opetuksessa kehitetään oppilaiden tervettä äänenkäyttöä ja myönteistä musiikkisuhdetta. Tavoitteena on laulaminen ja soittaminen ryhmän jäsenenä sekä äänen, musiikin ja musiikkikäsitteiden hahmottaminen liikkuen ja kuunnellen. Opetuksessa käytetään lauluja, leikkejä, loruja ja liikuntaa soittaminen ja kuuntelemisen ohella. Oppilaiden omaa ideoita ja luovuutta tuetaan käyttäen äänellisiä tai liikunnallisia ilmaisukeinoja. Luonteva hengitys ja äänenkäytön ja laulamisen harjoittaminen mainitaan keskeisinä sisältöinä. Oppilaita innostetaan kehittämään omia taitojaan myönteisillä musiikkikokemuksilla, luovalla ilmapiirillä ja oppimisen ilolla. Musiikki luodaan osaksi koulun arkea ja juhlia. (POPS 2014a, 150–151.)

Vuosiluokilla 3–6 musiikin tehtäväksi oppiaineena listataan oppilaiden musiikillisten taitojen ja ymmärryksen kehittäminen toiminnallisen musiikinopetuksen avulla, kokonaisvaltainen kasvaminen ja yhteistyön tekeminen muiden oppilaiden kanssa. Musiikki nähdään edelleen osana koulun tapahtumia ja arkea. Myönteisten kokemusten ja luovan toiminnan avulla oppilas kehittää käsitystä itsestään itsenäisenä musiikillisena toimijana. Luonteva äänenkäyttö ja laulaminen kulkevat edelleen mukana musiikin tavoitteissa luokilla 3–6. Kokonaisvaltainen liikkuminen, musiikkiliikunta ja laulut, lorut sekä leikit nähdään osana musiikinopetusta. Musiikkiliikunnan avulla oppilas pyrkii hahmottamaan ja kokemaan kuulemaansa ja ilmaisemaan ideoitaan ja tunnetilojaan. (POPS 2014b, 109–110.)

5.3 Laulu peruskoulun opetussuunnitelmissa

Laulu on opetussuunnitelmien mukaan ollut koko peruskouluajan olennainen osa musiikinopetusta. Sen lisäksi on myös haluttu lauluinnostuksen jatkuvan koulun ulkopuolella jakoulun jälkeenkin. Laulu on haluttu nähdä myös iloisena ja myönteisenä asiana, eikä missäänvaiheessa pakkona. Lauluohjelmisto on valittu luonnollisesti aina ikäkauden mukaan, kansan-, lasten- ja viihdelauluja yhdistellen aihepiirien ja koulun tapahtumien mukaan.

Musiikkiliikunta ja kokonaisvaltainen ilmaisu kulkee hennosti mukana koko peruskouluajan musiikinopetussuunnitelmissa. Se on nähtävissä suunnitelmissa, mutta joinain vuosina opettaja on voinutjättää liikunnallisen ilmaisun vähemmällekin. Vasta uusimmassa 2014 opetussuunnitelmassakäytetään suoranaisesti termejä toiminnallisuus ja kokonaisvaltaisuus musiikin yhteydessä, muttaei erikseen laulamisen yhteydessä. Yleisesti ottaen vuoden 2014 opetussuunnitelma eroaedeltäjistään. Koko koulua pyritään uudistamaan kohti monipuolista ja toiminnallista oppimiskeskusta, jossa oppilaat olisivat tekijöinä ja tutkijoina, ei niinkään kuuntelijoina.

Tulisiko laulamiseen ja sen opettamiseen antaa sitten tarkempia ohjeita jo opetussuunnitelmassa? Toisaalta, itse näin nuorena ja vielä hyvin kokemattomana musiikinopettajana opetussuunnitelmia lukiessani tulen isojen kysymysten ääreen: miten opetan lapselle luontevan äänenkäytön? Miten rohkaisen jokaista nauttimaan laulusta ja pyrkimään kehittämään sitä? Toisaalta, opetussuunnitelmien tarkoituksena ei ole antaa yksityiskohtaisia neuvoja, vaan toimia hahmotelmana sille, mitä musiikintunnilla oikeasti tapahtuu. Muun muassa oppimateriaalit ovat parempi apuväline tarkempien neuvojen ja vinkkien etsimiseen.

5 OPPIMATERIAALIT

Tutkin nykyään koulussa käytössä olevia oppimateriaaleja sekä opettajan oppaita laulunopetuksen kannalta: minkälaisia ohjeita laulun opettamiseen annetaan, minkälaista materiaalia niiden ohjeen tarjotaan, miten lapset tutustutetaan omaan kehoonsa instrumenttina? On helppo todeta, että materiaali koostuu suurimmaksi osaksi kappaleista, jotka on tarkoitettu laulettavaksi – niiden määrän perusteella laulaminen on siis otettu huomioon oppimateriaaleissa. Mutta riittääkö se, antaako se tarpeeksi hyvät ohjeet opettajalle tarjoamaan oppilailleen kokonaisvaltaisen kuvan laulamisesta? Valitsin kirjasarjoiksi uusimmat, ne, mitkä todennäköisesti ovat tulevaisuuden koulussa käytössä. En sano, etteikö vanhoissa kirjasarjoissa olisi hyviä ohjeita laulunopetukseen, mutta tässä tutkielmassani perehdyn Soi 1–6 - ja Saa Laulaa 3–6 -kirjasarjoihin ja niiden tarjoamiin vinkkeihin ja ohjeisiin laulunopetuksesta.

5.1 Soi 1-6 -sarja

Soi 1–6 -kirjasarja on koottu realistiseksi ja selkeäksi kokonaisuudeksi, jota tukee Opettajan vinkkipankin lisäksi siihen kuuluvat Komppi CD, Laulu CD ja Kuuntelu CD. Soi 1-2 kirjan alkupuheessa mainitaan, että nämä kaikki auttavat opettajaa siirtymään pois pianon taka käytännön laulun ja soiton ohjaamiseen. (Mikkonen, Räsänen, Salminen 2010, 6.) Kukapa ei muistaisi klassista tilannetta, jossa musiikinopettaja hautautuu pianon taakse ja päätyy lopulta laulamaan yksin oppilaiden puuhatessa pääosin jotakin aivan muuta? Valitsin tämän kirjasarjan, koska se on musiikinkirjojen uusimmasta päästä ja monessa peruskoulussa juuri tällä hetkellä käytössä. Se, että se on uusi kirjasarja, voi mielestäni vaikuttaa laulun asemaan ja siihen annettuun ohjeistukseen. Omien kokemuksieni pohjalta laulunopetukseen panostetaan nykyään enemmän kuin esimerkiksi omassa lapsuudessani.

Ensimmäisillä luokilla laulunopetuksessa keskitytään tuttuihin, helposti opittaviin lauluihin, joiden avulla oppilaita saadaan rohkaistua laulamisen aloittamiseen. Laulujen ohella tutustutaan erilaisiin ääniharjoituksiin jotka johtavat terveempään ja vapaampaan äänenkäyttöön. Myös äänenavausten käyttämistä ehdotetaan. Lauluasento ja resonointi jätetään myöhemmille luokille, mutta niihin pyritään kiinnittämään huomiota jo ensimmäisistä hetkistä lähtien, jotta ne olisivat myöhemminkin automaattinen osa laulamista. Oman äänen arvostamista ja sen tärkeyttä yhteislaulussa korostetaan (Mikkonen ym. 2010, 6.) Oman huomioni kiinnitti erityisesti se, että omaa ääntä kehoitetaan arvostamaan, myös yhteislaulutilanteissa. Mielestäni samaan henkyykseen tulisi muistaa sanoa, että laulaminen on opittava taito, jossa kaikki voivat kehittyä. Näinkin arkipäiväinen asia ei ole kaikille itsestäänselvyys, minkä huomasin tehdessäni musiikinopettajan sijaisuutta. Suurin osa oppilaista ja jopa aikuiset eivät olleet tiedäneet, että laulamista ja omaa ääntään voi kehittää ja sen ongelmia korjata. Lapsille oma äänenkäyttö on vielä luontevaa ja sitä tulisi ylläpitää, jotta tulevaisuuden ääniongelmat voitaisiin ehkäistä.

Soi 1–2 Opettajan vinkkipankissa laulun opettamiselle on kokonaan oma osionsa. Sen johdannossa muistutetaan, että laulaminen voi olla lapselle ja monelle aikuisellekin hyvin henkilökohtainen tapahtuma ja tärkeintä on löytää rento ja vapaa ilmapiiri. Laulaminen ei saa olla velvollisuus eikä pakottamista tulisi käyttää koskaan. Rohkaiseminen ja kannustaminen ovat avain mielihyvään ja positiivisiin kokemuksiin. Mukaan tarvitaan myös hiukan uteliaisuutta ja kokeilevuutta, jotta jokainen lapsi saa mahdollisuuden kehittää rohkeuttaan laulaa. Opettajaa kehoitetaan kertomaan lapsille, miten laulu erotetaan puheesta ja että esimerkiksi huutaminen voi aiheuttaa pysyviä haittoja äänelle. Yhteishenkeä ja turvallisuuden tunnetta pyritään pitämään yllä yhteislauluilla, jotka vapauttavat estoista ja alentavat kynnystä laulamiseen. (Mikkonen ym. 2010, 75.)

Samassa ”Laulun opettaminen” –osiossa annetaan myös konkreettisia esimerkkejä, miten laulamiseen ja esimerkiksi uuden laulun opettelemiseen voitaisiin valmistautua. Äänenavaukseen ja lauluun valmistautumiseen annetaan muun muassa seuraavanlaisia vinkkejä (Mikkonen ym. 2010, 75):

- Lauluun voidaan orientoitua esimerkiksi sadun, leikin tai liikkumisen avulla
- Äänellä voidaan leikitellä ennen varsinaista laulamista, esimerkiksi matkia eläinten ääntelyä tai kuvata tunnetiloja
- Mielikuvien käyttö esimerkiksi oikeanlaisen hengityksen opettelemisessa, esimerkiksi pienen koiran läähätyksen matkiminen

Myös laulun opettamistapoihin annetaan konkreettisia vinkkejä. Lähes aina uuden laulun opettelu aloitetaan sillä, että se kuunnellaan läpi kokonaan joko opettajan soittamana ja laulamana tai käyttämällä Laulu CD:tä. (Mikkonen ym. 2010, 76.) Mielestäni on hyvä antaa oppilaille kuuntelemisen yhteyteen jokin tehtävä, esimerkiksi hyräillä mukana tai miettiä sanojen tarkoitusta. Olen itse huomannut, että oppilaiden keskittymiskyky pysyy paremmin yllä, jos kuuntelemisen ohkeen on osoitettu jokin tehtävä. Silloin oppilaatkin ymmärtävät, miksi laulua kuunnellaan.

Laulun opettamistavat jaetaan kolmeen osaan: kokonaismenetelmä (toiselta nimeltään luonnollinen menetelmä), jäljittely- eli kaikumenetelmä ja graafisen merkinnän menetelmä. Kokonaismenetelmän avulla lapsi oppii laulun kuuntelemalla ja tulemalla vähiten mukaan. Kokonaismenetelmän avulla pieninkin lapsi oppii uusia lauluja ja se onkin varmasti ensimmäinen ja tutuin tapa opettaa laulua. Jäljittely- eli kaikumenetelmässäkin laulu kuunnellaan ensin kokonaan läpi ja sen jälkeen opetellaan esimerkiksi säe kerrallaan. Opettaja voi esimerkiksi laulaa säkeen läpi, jonka jälkeen oppilaat toistavat sen. Kolmas eli graafisen merkinnän menetelmä perehtyy nuottikuvan tutkimiseen ja melodialinjan kaarroksiin: nouseeko melodia, laskeeko vai pysyykö se paikoillaan. Laulun oppimisen jälkeen voidaan kiinnittää huomiota esimerkiksi artikulaatioon, rytmiseen selkeyteen, fraseeraukseen tai dynaamisiin vaihteluihin. (Mikkonen ym. 2010, 76.)

Laulunopetusta jatketaan 3–4-luokilla varovaisesti ilman monimutkaisia, vaativia tai pahimmassa tapauksessa äänelle haitallisia äänenavausharjoituksia. Painotus keskittyy edelleen satujen ja mielikuvituksen avulla tapahtuvaan omaan kehoon, ryhtiin, ääneen ja sen resonanssiin tutustumiseen. (Ruodemäki, Ruoho, Räsänen, Salminen 2008a, 6.)

Olen huomannut, että peruskoulun alimmilla luokilla olevat lapset lähtevät useimmiten innoissaan mukaan oman äänen etsimiseen, jos se on hauskasti ja motivoivasti esitetty. Lämmittelevät laululeikit, joihin sisältyy kehorytmejä tai liikuntaa, saavat lähes aina hyvän vastaanoton. On kuitenkin tärkeää, että laululeikkien ja/tai -harjoitusten ohella kerrotaan, mistä asiasta on kyse ja miksi tällaista harjoitellaan. Lapsille on tärkeää myös painottaa sitä, että laulamissa, kuten muussakin musisoinnissa, virheitä ei tarvitse pelätä ja kaikki oppivat omalla tavallaan ja ajallaan.

Soi 3–4-kirjassa on myös oma osionsa laulun opettamiselle. Laulamiseen lähdetään hauskojen äänenavausharjoitusten kautta ja opettajan vinkkipankissa korostetaan, että laulunopetuksen on oltava innostavaa ja kannustavaa, koska laulu alueena on hyvin henkilökohtainen ja kielteiset kommentit voivat jäädä kummittelemaan lapsen mieleen. Laulamisen kynnyksiä yritetään madaltaa ja äänenkäyttöä opettaa ”ikäni kuin vahingossa” leikin, kokeilun ja etsinnän kautta. Yhdessä laulamista korostetaan edelleen myös identiteetin ja yleisen äänenkäytön kehittämisen kannalta. Äänenavauksen tärkeyttä korostetaan ja sen muodostamiseen annetaan konkreettinen esimerkki, jonka mukaan edetä. Kirjassa on oma osionsa ”Seireenin salaisuus”, joka tarinamuodossa johdattaa laulajat hyvään lauluasentoon, resonanssin etsimiseen ja perushengitykseen. (Ruodemäki ym. 2008a, 51, 56.)

Ylemmillä luokilla Soi 5–6-kirja jatkaa siitä, mihin aikaisemmin on jääty kohti tiedostavampaa äänen ja kehon hallintaa. Laulamisen mahdollisuuksiin tutustutaan rentoutumisella, luovuudella, heittäytymisellä ja hengityksen harjoittamisella. Kappaleet on valittu sopimaan varhaisnuorten elämään ja niiden pitää tuntua oikealta musiikin tekemiseltä. (Ruodemäki, Ruoho, Salminen 2009, 6.) Oman lauluäänen ja sen kehittämisen ohella on oleellista muistuttaa lapsia siitä, että omaa ääntään ja laulamistaan voi kehittää. Myös se, että jokaisella on omanlainen tapansa laulaa on hyvä huomio muistettavaksi. Kaikkien tarvitse olla siinä täydellisiä tai kaikista ei tarvitse tulla ”Idolseja”.

Soi 5–6-kirjassa laulamiseen ja sen opettamiseen on keskitytty hieman vähemmän kuin aiemmissa osissa. Laulamiseksi on osio ”Laulutalo”, jossa rentous, hengitys, resonanssi ja artikulaatio kasataan yhdeksi laulajan taloksi. Osiossa kerrataan aikaisempien kirjojen hengitys- ja ryhtiharjoituksia ja viedään niitä hieman pidemmälle.

Harjoitukset tapahtuvat kokeilemisen ja tunnustelun kautta. Yhtenä ohjeena on esimerkiksi yrittää keho mahdollisimman jännittyneenä ja sitten korjata asento ja yrittää laulaa uudestaan ja verrata näiden eroa. (Ruodemäki ym. 2009, 60-61.)

On ymmärrettävää, että laulun opetus jää ylemmillä luokilla hieman vähemmälle, kun mukaan tulevat bändisoittimet, musiikin historia, musiikkityylit, Euroviisut ja niin edelleen. Kappaleetkin vaihtelevat kansanlauluista räppäämiseen ja Iron Maidenista somalialaiseen populaarimusiikkiin. Jopa ammattilaulajalla olisi tiukat paikat tällaisen kappalekavalkaadin edessä. Kuitenkin esimerkiksi luovaan äänenkäyttöön kannustetaan kirjassa joikujen ja rohkeiden improvisointi- ja äänimaisemaharjoitusten avulla. Konkreettisten ohjeiden avulla laulunopetuksesta on tehty mahdollisimman helposti lähestyttävä ja motivoiva alue opettajan ja oppilaiden laulutaidoista riippumatta.

5.2 Saa Laulaa -sarja

Saa Laulaa -sarja jo nimensäkin perusteella keskittyy laulamisen rohkaisemiseen ja oman äänen kanssa työskentelyyn. Tämä on musiikin oppikirjasarjoista tällä hetkellä uusin ja omasta mielestäni hyvin monipuolinen, selkeä ja motivoiva sekä opettajalle että oppilaalle.

Saa Laulaa -sarjan resepti on tekijöidensä mukaan seuraava: laareittain laulamista, roimasti rohkeutta, kannukaupalla keksimistä, hulpeasti huumoria, olohuoneellinen oppimista ja säkkitolkulla soittamista. (Arola, Honkanen, Huttunen, Jokelainen, Koskela, Marttila 2011a, 6–7.) Työssäni keskityn pääasiassa kirjasarjan laulunopetuksellisiin ohjeisiin, äänenhuoltoon, ääniharjoituksiin ja kehollisiin harjoituksiin, kuten musiikkiliikuntaan.

Kirjasarjan lähtökohtana on, nimensäkin mukaisesti, houkutella laulamaan. Lauluihin on helppo liittää soittamista, liikkumista ja kuuntelemista. ”Äänisoittimeen” tutustutaan monipuolisesti ja systemaattisesti, sekä oppilaan että opettajan kohdalla. Laulamisen ja musiikin päämääränä nähdään erityisesti kokonaisvaltainen musiikillinen kokemus, ei jonkun yksittäisen asian esitleminen. Kirjasarja kannustaa opettelemaan joitakin lauluja ulkoa,

kuten juhliin liittyviä lauluja tai kansanlauluja. Ne on merkitty erikseen omalla symbolillaan. (Arola ym. 2011a, 6.)

Kirjasarja jakautuu neljään osaan vuodenaikojen mukaan. Jokaisen jakson alussa on oppimistavoitteet ja lopussa itsearviointi, kuinka tavoitteet tuli täytettyä. Jokainen jakso jakautuu metodiosaan ja laulustoon. Metodiosassa yhdistyvät eri musiikin osa-alueet ja se mukailee opetussuunnitelmaa. Teoria liittyy aina käytäntöön ja metodiosaa seuraa aina laulusta, josta opettaja voi poimia lisää ohjelmistoa tarpeen mukaan. (Arola ym. 2011a, 6.)

Kirjasarja on tarkoitettu 3–6-luokkalaisille ja jokaiselle luokka-asteelle on oma kirjansa sekä opettajalle opettajan opas.

Saa Laulaa 3

Kolmannella luokalla opetettavissa asioissa laulamisen kohdalla on listattu hyvä asento, hengitys- ja äänentuottoelimitykseen tutustuminen, eläytyvä ja ilmeikäs laulaminen, kaanon ja korpakuulolaulut. Musiikkiliikunnasta on opetettaviksi asioiksi mainittu sykkeessä ja musiikin tunnelman mukaan liikkuminen, peruskehorytmit (kuten napsu, taputus, taputus rintaan, reiteen yms.), kehorytmiloru, pariläpsy, laulun säestäminen kehorytmeillä ja ryhmätanssi. Myös omalla äänellä leikkiminen, erilaisten äänten etsiminen ja tuottaminen ja äänimaisema ovat listattu opetettaviksi asioiksi otsikon ”keksiminen” alle. (Arola, Honkanen, Huttunen, Jokelainen, Koskela, Marttila 2011a, 14.) Kirjan ensimmäisessä ”Pörinää”-osassa tutustutaan kehoon soittimena: minkälaisia ääniä sillä voi päästää, miten sitä voi käsitellä, mitä muuta soittimella voi tehdä? Opittaviksi asioiksi mainitaan laulaminen reippaasti ja hyvässä asennossa sekä sanojen, äänien, rytmien, liikkeiden ja soolojen keksiminen. (Arola ym. 2011a, 14–15.) Lauluasentoa harjoitellaan esimerkiksi kokeilemalla laulamista erilaisissa asennoissa: selällä maaten, yhdellä jalalla seisten, selkä pyöreänä istuen. Tarkoituksena on auttaa oppilasta itse löytämään ja hoksaamaan oikea lauluasento. Kehorytmit esitellään ja niitä harjoitellaan. Monipuolisten lastenlaulujen avulla harjoitellaan muun muassa luontevaa hengitystä, oikean hengityspaikan löytämistä laulusta, ilmeikkäästi laulamista ja artikulaation tärkeyttä. (Arola ym. 2011a, 18–41.)

Toisessa ”Hohotusta” -osiossa paneudutaan hengitykseen tarkemmin ja huomataan, että se liittyy olennaisesti laulamiseen. Esimerkiksi uloshengityksen säatelemistä harjoitellaan pärinä-harjoituksilla, luontevasti ja lihaksia jäykistämättä. (Arola ym. 2011a, 58–59.) Voimakkuuserojen laulamista pianosta forteen harjoitellaan huutamatta. Tutustutaan myös laulujen kautta legatona ja staccatona laulamisen eroihin. (Arola ym. 2011a, 83–124.)

Kolmas osa ”Rati riti rallaa” opettaa, missä oma ääni syntyy. Sitä harjoitellaan ja tunnustellaan eri harjoituksin, esimerkiksi laulamalla jokin tuttu laulu ensin hampaat ja suu kiinni ja verraten sitä siihen, että saman laulun laulaa suu ja hampaat auki. Artikulointi, hengittäminen ja sävelpuhtaus liikkuvat edelleen kappaleissa mukana tärkeinä asioina. (Arola ym. 2011a, 125–178.) Kolmannessa ”Hurraa!” -osiossa harjoitellaan artikulaatiota ja ilmaisua laulamissa, kaanonissa laulamista ja esiintymistä. Myös laulamista eri tempoissa ja laulun tekstin ja tarinan esilletuomista harjoitellaan. (Arola ym. 2011a, 126–224.)

Saa Laulaa 4

Neljännellä luokalla laulamisen tavoitteiksi on asetettu hyvä lauluasento seisten ja istuen, asennon vaikutus ääneen, äänen synty, äänenvoimakkuuden säätely, hengityksen voimakkuuden säätely, selkeä artikulaatio, laulun tunnelmaan eläytyminen ja reipas esiintyminen, kaanon ja korvakuulolaulut. Omalla äänellä leikkiminen, erilaisten äänten etsiminen ja tuottaminen sekä äänimaisema kulkevat myös mukana tavoitteissa. Musiikkiliikunnan tavoitteiksi on listattu muun muassa laululeikit, laulun säestäminen kehorytmeillä ja perukehorytmit. (Arola, Honkanen, Huttunen, Jokelainen, Koskela, Marttila 2012a, 11.)

Äänisoittimen toiminnasta on kerrottu, että se toimii mielikuvien ja mielen ohjaamana. Huonot äänenkäyttötavat (kuten äänen narisuttaminen, tarpeeton kovalla äänellä puhuminen, liian pienellä lihastyöllä tuotettu, heiveröinen lauluääni, karjuminen, kuiskaaminen) rasittavat ääntä ja niihin kannattaa kiinnittää huomiota sekä pyrkiä korjaamaan niitä. Äänenkäytön perustuksena on hyvä asento ja aktiivinen rentous. (Arola ym. 2012a, 15.)

Artikulaatiota selitetään työkaluksi, jolla kuulija saa laulun sanoista selvää. Harjoitusten avulla artikulaatioelimiä (kieli, huulet, pehmeä kitalaki) harjoitetaan toimimaan yhdessä ja liikkumaan sulavasti. Harjoitukset eivät kuitenkaan tähtää liitoiteltuun, väkinäiseen tekstin veivaamiseen, vaan notkeaan liikkuvuuteen ja äänteiden selkeyteen. (Arola ym. 2012a, 227.)

Mielikuvien avulla vahvistetaan äänen ambitusta, artikulaatiota ja äänen sointia. Tutustutaan laulamissa tutti- ja soolo-osuuksiin, kerrataan laulun rakenteita. Hengityksessä opitaan, mitä pallea tekee ja mitä eroa on lepo- ja ääntöhengityksellä. Huutamiseenkin ja sen hallitsemiseen harjoitetaan ja opitaan oman äänikäytön rajoja. Onpa kirjassa ohjeet jopa tutkivaa oppimista hyödyntävään musiikintuntiin, jossa musiikki integroidaan fysiikkaan tutkimalla, mitä ääni on ja miten se syntyy. (Arola ym. 2012a.)

Saa Laulaa 5

Viidennen luokan laulamisen tavoitteiksi Saa Laulaa -sarja listaa erilaisten äänenkäyttötapojen oppimisen, fraseerauksen ja tulkinnan, ääniväylän havainnoimisen ja tutkimisen, missä ääni syntyy. Mukana kulkee edelleen omalla äänellä keksiminen, sanojen ja rytmien keksiminen ja omien sävellyksellisten ideoiden toteuttaminen. Musiikkiliikunnassa opetettavia asioita ovat muun muassa musiikin mukana liikkuminen, erilaiset tanssit ja niiden liikkeet, kehorytmisäestykset ja rytmikaanon. (Arola, Honkanen, Huttunen, Jokelainen, Koskela, Marttila 2013, 9.)

Laulamisen fraseerauksesta muistutetaan, ettei nuottikuva ole kuin muistiinmerkitsemistapa. Nuottikuvan tarkan seuraamisen sijaan tulisi keskittyä enemmän musiikista nauttimiseen ja sen tekemiseen. Luokan kanssa kehoitetaan tekemään itse esitysmerkintöjä ja keskustelemaan laulujen tekstin esiin nostamista tunteista ja mielikuvista. Laulut tulevat näin omakohtaisemmiksi ja tärkeiksi laulaa. (Arola ym. 2013, 85.)

Kirjassa paneudutaan kuvamateriaalin avulla siihen, missä ihmisääni syntyy. Ihmisen pää ja kurkunpää on kuvattu myös oppilaan kirjaan. Äänihuulten toiminta ja siihen vaikuttavat tekijät on selitetty yksityiskohtaisesti. Äänen toimintaa voi myös testata kokeilemalla esimerkiksi, voiko samaan aikaan hyräillä ja nielaista. (Arola ym. 2013, 147–148.) En tiedä, onko viidesluokkalaisten olennaista tietää, missä ihmisellä sijaitsee kannusrustot tai kuinka pitkät ovat naisen äänihuulet verrattuna miehen äänihuuliin. Materiaali ei varmasti ole

haitaksi, mutta tärkeämpää olisi tietää, että vaikka ihmisääni syntyy kurkussa, ei kurkussa kuuluisi tuntua mitään ylimääräistä eikä siellä ole tarkoitus yrittää tehdä mitään ja se, että naisen ja miehen äänet ovat erilaiset ja niillä on eri ominaisuuksia. Luokanopettajille tämä kappale on varmasti hyvä idea integroida aihetta esimerkiksi ihmisen biologiaan. Myös ääniväylän toimintaan ja sen harjoitteluun on oma kappaleensa (Arola ym. 2013). Ääniväylän tehtäväksi kerrotaan äänihuulissa syntyneen äänen vahvistaminen ja äänen väriin vaikuttaminen. Ääniväyliä erillaisuuksien vuoksi kahdella ihmisellä ei ole koskaan täysin samanlaista ääntä. Ääniväylän toimintaa ja sen vaikuttamista äänenväriin on ehdotettu kokeiltavaksi esimerkiksi huulten pyöristämisellä ja kurkunpään laskemisella, jolloin ääni kuulostaa tummemmalta ja pyöreämmältä. Suupielten kohottamisella ja suuontelon litistämällä äänenväri saadaan vaalenemaan. Näitä ehdotetaan kokeiltavaksi erityisesti kuorossa, jolloin voidaan miettiä, miten saataisiin kuoron kesken yhtenäinen sointi. (Arola ym. 2013, 199.) Kuoron yhtenäisen soinnin löytämiseen ääniväylän muokkaamisharjoitukset ovat oivallisia. Muuten, kuten äänen syntymisessäkin, en usko olevan olennaista tietää näin tarkkoja tietoja ihmisen ääniväylästä.

Artikulointiin ja äänenavaukseen, fraseeraukseen ja tekstin tulkinnallisiin kysymyksiin puututaan monien kappaleiden kohdalla. Myös hyvään ryhtiin ja hengitykseen muistutellaan laulujen ohjeissa. Lauluja, joissa erilaisia äänenkäyttötapoja pääsee ja joutuu kokeilemaan on monia: afrikkalaisia, suomalaisia kansanlauluja, poplauluja, iskelmiä ja niin edelleen. Kappaleiden kohdalla on annettu vinkkejä niiden tyyliin sopivista fraseeraustavoista. (Arola ym. 2013.) Monipuoliset lauluvalinnat kulkevat läpi kirjasarjan, mikä on erityisen ilahduttavaa. Pelkkien radiohittien tai lastenlaulujen laulattaminen oppilailla ei varmasti kehitä ääntä monipuolisesti ja motivaatiokin kärsii. Samalla tuodaan laulamisen kautta tietoutta omasta ja muiden maiden kulttuureista. Tässä on taas herkullinen väline luokanopettajien aineiden väliseen integroimiseen.

Saa Laulaa 6

Saa Laulaa 6 listaa laulamisen tavoitteiksi erilaiset äänenkäyttötavat, äänenmurroksen, äänenhuollon, äänentuottoelimistön, korvakuulolta laulamisen, esiintymisen ja esiintymisjännityksen hallinnan sekä mikrofonin laulamisen. Laulamisen arvioinnissa opettajaa kehoitetaan kiinnittämään huomiota lauluasentoon, artikulointiin, fraseeraukseen, sävelpuhtauteen ja kokonaisilmaisuun. Ensimmäistä kertaa kirjasarjassa myös suoraan suositellaan välttämään laulu- ja soittokokeiden järjestämistä niin, että oppilas laulaa tai soittaa yksin muiden oppilaiden edessä. (Arola, Honkanen, Huttunen, Jokelainen, Koskela, Marttila 2014, 6, 11.) Laulukokeet taitavat olla ikiaikainen kysymys musiikinopetuksessa. Mielestäni kirjasarjan tekijät ovat oikeilla jäljillä kehoittaessaan välttämään ”julkisia” laulukokeita. Omien kokemusten mukaan juuri laulukokeet ovat olleet se, mikä alakoulun musiikin- ja laulunopetuksessa ovat aiheuttaneet eniten traumoja ja motivaation laskemista.

Heti kirjan alussa on kannustava kappale ”Laulamista oppii laulamalla”, jossa muistutetaan, että oppilaita kannattaa kannustaa laulamaan ja kertoa, että jokainen voi ja saa laulaa omalla äänellään ja omilla lahjoillaan. Laulamista oppii vain laulamalla ja laulaja voi harjoitella esimerkiksi oikeanlaista kehonasentoa ja hallintaa, ilmanpaineen säätelyä, äänentuottoon liittyviä asioita (kuten äänialan laajentamista ja puhdasvireisyyttä), sointia ja sointivärejä, artikulaatiota sekä ilmaisuja. Se, miltä laulajan tulee lopulta kuulostaa, määrittelee esitettävän kappaleen tyyli ja esitystraditio. Erityyisiä lauluja harjoitellessa tulee harjoitella tyylinmukaista äänenkäyttöä. (Arola ym. 2014, 15–16.)

Artikulaatiota on perusteltu sillä, että kuulija saa selvää laulun sanomasta. Hyvä artikulaatio syntyy vokaalien ja konsonanttien tasapainoisesta suhteesta. Vokaaleissa on voimaa, ne tuovat lauluun linjakkuutta ja sointia. Konsonantit syntyvät pääasiassa kielten ja huulten avulla ja niiden korostaminen selkeyttää tekstiä ja auttaa rytmian esiintuomisessa. (Arola ym. 2014, 66.)

Äänenmurroksesta on haluttu valistaa myös oppilaita, koska äänielimistöä ei yleisesti ole tutkittu koulussa aiemmin. Kirjassa kerrotaan, mitä äänenmurros oikeastaan tarkoittaa ja miksi miesten ääni madaltuu ja tummenee. Äänenmurroksen aikana syntyvät ”kiekaisut” ovat tilapäisiä äänihuulitoiminnan holtittomuutta eikä niitä voi hallita. Äänenmurros, kuten muukin murrosiän kasvu, on hyvin yksilöllistä tytöillä ja pojilla. Tytöillä äänenmurros voi olla huomaamattomampi kuin pojilla. Tervettä järkeä ja oman kehon kuuntelua kehoitetaan välittämään oppilaille. Silloin kun ääni toimii, sillä voi laulaa ja puhua normaalisti, mutta jos ääni väsyä tai käheytyä helposti, sen tulisi antaa levätä. (Arola ym. 2014, 103.) Mielestäni tätä voisi painottaa todella paljon äänenmurroksen ja muunkin äänenkäytön yhteydessä. Silloin, jos ääni ja keho tuntuvat toimivan, mitä luultavimmin silloin laulaminen toimii oikein ja oikeilla asetuksilla. Jos jossain kiristää, ääni väsyä tai kurkussa tuntuu pahalta, laulaminen pitää lopettaa. Silloin ääni ja keho eivät ole kunnossa tai niitä käytetään väärin.

Kokonaisuudessaan kirjasarja on ottanut laulunopetuksen hienosti mukaan opetuksen tavoitteisiin. Se kulkee järjestelmällisesti mukana lähes kaikissa osioissa, mutta siinä on kuitenkin aina jotain uutta opittavaa lisänä. Erityisesti pidän monipuolisuudesta, joka on otettu huomioon myös lauluissa. Opetellaan erilaisia äänenkäytön tapoja ja konkreettisesti kehitetään ääntä luonnolliseen ja terveeseen sointiin. Äänenavaukseen, kehon lämmittelyyn ja herättelyyn kannustetaan monipuolisilla harjoitteilla ja ideoilla, jotka löytyvät kaikkien kirjojen takaa. Myös opettajan oma äänenhuolto on otettu huomioon opettajalle suunnatulla ”äänenhuoltoasemalla” (esim. Arola ym. 2013, 307–316), jossa opettajan ääniongelmiin etsitään syitä ja parannuksia sekä kerrotaan, miten opettajan ääni kestää ja toimii paremmin. Opettaja on kuitenkin äänensä kanssa elävä esimerkki oppilailleen.

Lähes jokaisen laulun ohessa on vinkkejä ja vihjeitä laulun harjoittamiseen, sen hankalien paikkojen löytämiseen ja niiden ratkaisemiseen sekä äänenkäyttöön liittyviin harjoitteisiin. Kirjan lopusta löytyy sovitusten, liitteiden, laulujen ja sanaston lisäksi myös leikkilaari, jossa toiminnallisia, hauskoja leikkejä tuntien alkuun tai loppuun, ääniharjoituksia ja äänenavauksia.

7 TUTKIMUSASETELMA

7.1 Tutkimustehtävät

Tehtävänäni tässä tutkimuksessa oli laatia toiminnallinen ja kokonaisvaltainen laulunopetuksen materiaalipaketti alakouluun sekä testata sitä. Laulumateriaalit pohjautuvat musiikin opetussuunnitelman (POPS 2014) tavoitteisiin ja sisältöihin sekä musiikin oppikirjojen ideoihin ja sisältöihin. Olen myös lisännyt materiaaliin omia ideoitani ja vinkkejäni koskien laulunopetusta alakoulussa.

7.2 Tutkimusmenetelmät

Tarkoitukseni ei ollut kerätä aiheesta tilastollista tietoa, vaan paneutua asiaan henkilökohtaisemmalla tasolla, joten päädyin laadulliseen toimintatutkimukseen. Laadullisen tutkimuksen lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen ja tavoitteena on tutkia kohdetta mahdollisimman kokonaisvaltaisesti (Hirsjärvi, Remes, Sajavaara 2009, 161). Laadullisessa tutkimuksessa tutkija luottaa omiin havaintoihinsa ja keskusteluihin tutkittavien kanssa. Laadullinen tutkimus toteutetaan myös joustavasti ja suunnitelmat voivat muuttua tutkimuksen edetessä. Tutkittavia tapauksia ja niiden pohjalta tehtyä aineiston analyysiä käsitellään ainutlaatuisina tapauksina. (Hirsjärvi ym. 2009, 164.) Laadullisessa tutkimuksessa ei pyritä täydelliseen objektiivisuuteen, jossa tutkijan omat arvot, uskomukset ja arvostukset eivät vaikuttaisi tutkimukseen (Eskola&Suoranta 1998, 17).

Toimintatutkimuksella pyritään ratkaisemaan todellisessa maailmassa erilaisia käytännön ongelmia tai kehittämään käytäntöjä parempaan suuntaan (Metsämuuronen 2008, 29–30). Toimintatutkimukselle tyypillistä on, että tutkija on aktiivisesti vaikuttamassa tutkimuksen tapahtumiin eikä ole vain ulkopuolisena havainnoijana (Eskola&Suoranta 1998, 131). Toimintatutkimuksella pyritään muutokseen ja tutkittavat osallistuvat itse tutkimusprosessiin. Se on tutkimustapana ongelmakeskeinen ja suuntautuu käytäntöön. (Kuula 1999, 10, 218.) Toimintatutkimus on prosessinomaista: toiminnan kehittäminen ei pääty koskaan. Tarkoituksena ei ole löytää entistä parempaa ja uutta toimintatapaa vaan uudella lailla ymmärretty prosessi. (Aaltola & Syrjälä 1999, 18.) Tutkimuksessani pyrin ratkaisemaan alakoulun laulunopetuksen ongelmia muokkaamalla vanhoja käytänteitä. Olin aktiivisesti osana tutkimusta opettamalla itse laulunopetusmateriaaliani ja havainnoimalla sekä omaa toimintaani että luokan toimintaa. Omat arvoni ja uskomukseni vaikuttivat havainnointiini ja tulosten analysoimiseen. Tarkoitukseni ei ollut laatia täysin uutta laulunopetusmateriaalia tai metodia alakouluun, vaan kehittää ja päivittää nykyistä laulunopetusta.

7.3 Aineistonhankinta

Keräsin aineistoni jyvaskyläläisessä alakoulussa, kolmannen luokan musiikintunneilla pitämällä kaksi laulunopetustuokiota kokoamani materiaalin pohjalta. Videoin opetustuokiot oman muistini ja havainnointini tueksi. Tuntien kulkua avaan myöhemmin luvussa 8.2. Myös luokan oma opettaja, joka opetti myös musiikkia, opetti laulumateriaalini pohjalta. Lopuksi haastattelin opettajaa hänen kokemuksistaan laulumateriaalistani ja sen kanssa opettamisesta.

Valitsin haastattelun, koska se on joustava ja vastaajaa myötäilevä tiedonkeruutapa (Hirsjärvi, Remes, Sajavaara 2009, 205). Toteutin haastattelun teemahaastatteluna, jossa olin laatinut etukäteen haastattelurungon ja lähettänyt sen haastateltavalle tutustuttavaksi. Teemahaastattelussa aihepiirit ovat selvillä, mutta kysymysten tarkka muoto ja järjestys välttämättä ei ole (Hirsjärvi ym. 2009, 204). Kaikki etukäteen päätetyt aihepiirit käydään teemahaastattelussa läpi, mutta niiden järjestys ja laajuus voi vaihdella. Haastattelijalla ei välttämättä ole valmiita kysymyksiä, vaan jonkinlainen tukilista käsiteltävistä asioista. Yksi

teemahaastattelun hyvistä puolista on se, että vastaaja pääsee halutessaan puhumaan hyvinkin vapaamuotoisesti. Tällöin kerätty materiaali voidaan katsoa edustavan haastateltavan puhetta itsessään. (Eskola&Suoranta 1998, 87–88.)

Haastattelun teemat valitsin omaa mieltäni askarruttavien kysymysten sekä sen hetkisestä teoriapohjasta nousseiden tietojen ja kysymysten pohjalta. Koska haastateltava oli perehtynyt hänelle toimittamaani haastattelun runkoon, haastattelu eteni sujuvasti lähes suunnittelemani järjestyksessä. Pyrin antamaan haastateltavalle mahdollisimman vapaan sanan vastauksissa, jotta ne kuvastaisivat hänen todellisia mielipiteitään ja uskomuksiaan, mutta pidin aiheen kuitenkin haastattelun rungon ympärillä. Teemojen välille tein apukysymyksiä, jos haastateltava ei osaa vastata tai ei keksi haastattelurungon perusteella vastauksiaan. Haastattelu toteutettiin olosuhteiden pakosta haastateltavan työpaikalla, koululuokassa ja se kesti noin 45 minuuttia. Nauhoitin haastattelun oman muistini tueksi.

7.4 Tutkimuksen luotettavuus

Laadullisen tutkimuksen luotettavuudesta puhuttaessa olennaista on tarkka selostus tutkimuksen toteuttamisesta. Aineiston keräämisen ja tuottamisen vaiheessa olosuhteet, esimerkiksi haastattelu- ja havainnointipaikat, kerrotaan selvästi ja totuudenmukaisesti. Luotettavuuden parantamiseksi tutkijan kuuluu myös kertoa haastatteluihin käytetty aika, mahdolliset häiriötekijät ja tutkijan oma itsearviointi tilanteesta. Aineiston tulkinnassa tutkijan on myös perusteltava omat tulkintansa ja päättelynsä teoreettisella tasolla. (Hirsjärvi ym. 2009, 231–233.) Tutkimusmenetelmät ja aineistonkeruun olen kuvannut kappaleissa 7.2 ja 7.3.

Laadullisessa tutkimuksessa tutkija pohtii jatkuvasti omia valintojaan ja työn luotettavuutta. Tutkijalla on apunaan vain omat ennakko-oletukset, arkielämän peukalosäännöt ja teoreettinen oppineisuus. Luotettavuuden lähtökohtana pidetään tutkijan avointa subjektiiviteettiä ja sen myöntämistä. Tutkija itse on keskeisin luotettavuuden kriteeri laadullisessa tutkimuksessa. (Eskola & Suoranta 1998, 209–211.)

Haastattelussa voi olla helppo unohtua syvälliseen keskusteluun ja unohtaa tutkijan rooli. Omia mielipiteitä on vaikea olla tuomatta ilmi ja pyrkiä laittamaan sanoja haastateltavan suuhun. Pysin haastattelussa kuitenkin pysymään tutkijan roolissa antamalla haastateltavalle vapaan sanan kysymysten vastauksissa, vaikkei tulos olisikaan miellyttänyt. Pysin pitämään keskustelun haastattelurungon ympärillä, vaikka halusinkin haastattelun olevan mahdollisimman rento ja vapaa tilanne, jossa haastateltavan mielipiteet pääsevät esille.

Tutkimuksen luotettavuuteen tässä tapauksessa liittyy olennaisesti osallistuva havainnointi. Osallistuva havainnointi on aineistonkeruutapa, jossa tutkija osallistuu tutkivansa yhteisön toimintaan. Osallistuvassa havainnoinnissa tutkija voi osallistua aitoon kenttätoimintaan toimivana yksilönä tai tehdä havaintoja ulkopuolisena tarkkailijana. (Eskola & Suoranta 1998, 100.) Oma havainnointini oli molempia: toisaalta olin aktiivisena osallistujana tutkimukseni opetustuokioissa, joissa itse opetin. Toisaalta havainnoin jälkikäteen ulkopuolisena tarkkailijana videomateriaalin perusteella omaa ja tutkittavien toimintaa. Osallistuva havainnointi on valikoivaa (Eskola & Suoranta 1998). Ennako-oletukset ja tunnetut, käsitteelliset asiat suuntaavat havainnointia. Havainnointiin vaikuttaa myös havainnoijan vaikutus tutkittavaan ilmiöön tutkimuksen aikana sekä aiemmat elämäkokemukselliset tiedot, joiden perusteella havainnoija voi tehdä omia päätelmiä. Havainnointi on hyvin subjektiivista ja inhimillistä toimintaa. (Eskola & Suoranta 1998, 103.) Pelkän havainnoinnin perusteella en usko, että olisin saanut luotettavaa tietoa tutkimukseeni. Opetustuokioiden videointi oli ehdoton tapa päästä katsomaan tilannetta ulkopuolisen silmin. Opetettaessa oma huomio keskittyy kuitenkin tutkimuksen kannalta ehkä epäolennaisiin asioihin ja uudelle porukalle opettaminen on aina jännittävää. Videomateriaalin perusteella pystyin kuitenkin jälkikäteen analysoimaan tilannetta, omaa ja oppilaiden toimintaa suhteellisen objektiivisesti ja perustamaan aineiston analyysini myös tähän.

Toimintatutkimuksessa tutkija on osa kohdetta ja siten tutkimus on aina subjektiivista ja tulkinnallista. Havaintoni opetustuokioista perustuivat itse toiminnassa tapahtuviin havaintoihin, heti opetustuokioiden jälkeen kirjoittamiini muistiinpanoihin sekä kuvaamaani videomateriaaliin. Haastattelun analyysi perustui ennaakkoon laatimaani haastattelurunkoon sekä nauhoittamaani haastatteluun. Materiaalipakettini perustuu opetussuunnitelmiin (kts. kappale 5) ja oppimateriaaleihin (kts. kappale 6) sekä omiin ajatuksiini, ideoihini ja mielipiteisiini.

8 TULOKSET

8.1 Materiaalipaketti

Kokosin materiaalipaketin (Liite 2) lauluharjoitukset mielessäni alakoulun kolmannen luokan laulunopetus. Halusin harjoitusten olevan kuitenkin sovitettavissa koko alakouluun. Lauluun ohjaavia harjoitteita on kirjakaupalla, kukaan tuskin tulee tutustumaan niihin kaikkiin. Tarkoitukseni ei ollut kerätä kaikkea mahdollista lauluun liittyvää materiaalia, vaan kasata hyvä ja napakka paketti toiminnallisista ja kokonaisvaltaisista harjoituksista laulunopetukseen. Materiaalia olisi voinut jatkaa, mutta päädyin valitsemaan mukavimmat, motivoivoimmat ja selkeimmät harjoitukset, mitä löysin sekä keksimään itse lisää. Jokainen opettaja voi käyttää ja soveltaa harjoituksia parhaimmaksi näkemällään tavalla, kerätä ja keksiä niitä lisää. Keskiö keräämissäni harjoituksissa on lauluun rohkaisemisessa, oman äänen löytämisessä ja käyttämisessä sekä kokonaisvaltaisessa, toiminnallisessa ja hauska toiminnassa.

Harjoituksista halusin kasata helposti lähestyttävän laulumateriaalipaketin, johon jokainen opettaja voisi tarttua. Paketti, joka kannustaa lapsia laulamaan, löytämään oman äänensä ja motivoitumaan kehittämään sitä. Paketti, joka tarjoaa opettajalle lähestymistavan kokonaisvaltaiseen ja toiminnalliseen laulunopetukseen, josta molemmat osapuolet hyötyvät. Paketti ei ole ainut ja ehdoton väline laulunopetukseen alakoulussa. Se on tukipuu, jota voi käyttää ideapankkina uusille harjoituksille tai sysäyksenä laulunopetuksen kehittämiseen koulussa.

Laulut ovat lyhyitä, helppoja ja motivoivia. Niitä on helppo opettajan itse muokata tarpeen mukaan. Kokosin lauluihin osion ”vinkkejä”, johon keräsin omia ideoita laulunopetukseen ja kappaleisiin liittyen. Osaan lisäsin myös liikunnallisia ideoita, joita voi käyttää ja soveltaa tarvittaessa. Osassa kappaleista on valmiit leikit ja niiden ohjeet. Pysin kokoamaan harjoituksia materiaalipakettiini mielessäni seuraavat aihepiirit: kehon ja mielen lämmittely, äänen vapauttaminen (muodostaminen, avaaminen) ja laulaminen, johon sisältyy muun muassa artikulaatio, tuki ja hengitys. Laulun yhteydessä olen kertonut, mitä laulussa keskitytään harjoittelemaan ja miten. Osa kappaleista on tekijänoikeuslain alaisia. En ole saanut kaikilta oikeuden omistajilta lupaa nuottien tutkimuskäyttöön, joten osa lauluista on lähdeviitteillä materiaalipaketissa. Lähdeviitteen perusteella laulu löytyy kokonaisuudessaan.

Lauluharjoitteet on koottu pakettiin aakkosjärjestykseen. Niitä ei tarvitse käydä siinä järjestyksessä läpi, vaan opettaja voi itse valita sieltä parhaat, omaan opetustilanteeseensa sopivimmat laulut ja harjoitukset tai osia niistä.

Harjoituksissa on usein monta harjoitettavaa osa-aluetta. Samaa harjoitusta voidaan sen painotuksesta ja opettajasta riippuen käyttää alkulämmittelyyn, äänenavaukseen, kehorytmien ja artikulaation harjoittamiseen. Harjoituksien vaikeustaso riippuu siitä, miten niitä käytetään. Käytetäänkö harjoitusta harjoituttamaan kaikki osa-alueita samaan aikaan vai keskitytäänkö vain yhteen kerrallaan? Olen myös listannut harjoituksia niiden käyttötarkoitusten mukaan. Nämä, kuten harjoitusten käyttö muutenkin, ovat opettajan päätettävissä ja arvioitavissa.

Alkulämmittelyksi, mielelle ja keholle sopivia harjoituksia:

- Asikkalan puiset rattaat (Liite 2, 4)
 - Kehon ja mielen lämmittelylaulu. Piirissä käveleminen ja jaloilla tempon ylläpitäminen harjoituttaa kuulokuvan ja kehollisen ilmaisun yhteyttä (kts. esim. Jaques-Dalcroze kappaleessa 3).
- Hattutanssi (Liite 2, 7)
 - Musiikkiliikunnallinen (kts. kappale 3) harjoitus, jonka avulla saadaan koko kehoa lämmiteltyä. Harjoituttaa myös kuuntelemista ja koordinaatiokykyä.

- Iijaijaa (Liite 2, 12)
 - Ryhmässä tehtävä harjoitus, jossa kaikki osallistuvat samalla tasolla. Luo iloa ja ryhmähenkeä.
- Kaikki soittamaan (Liite 2, 13)
 - Harjoitus, jossa käydään kehonosia läpi. Hyvä harjoitus kehorytmeihin tutustuttamiseen.
- Kehon ja mielen lämmittelyharjoituksia (Liite 2, 14)
 - Esimerkiksi tunnin alkuun sopivia kehon herättelyharjoituksia. Osaan voi liittää myös laulamista. Harjoituksia voi keksiä myös itse lisää.
- Kone (Liite 2, 16)
 - Dalcroze-pedagogiikka (kts. kappale 3) mukaileva harjoitus, jossa mukana myös kehorytmiikkaa.
- Kroppamestari (Liite 2, 17)
 - Kehosoittimiin ja kehorytmeihin liittyvä harjoitus, johon voidaan yhdistää piirissä liikkumista. Kehorytmeillä ”säestetään” laulua.
- Leikkilaulu (Liite 2, 18)
 - Kehorytmien avulla tapahtuvaa lämmittelyä koko keholle.
- Naapurin täti tuli leirille (Liite 2, 19)
 - Säkeistöittäin kasataan uusia liikkeitä lauluun mukaan. Kehittää koordinaatiokykyä ja tuo lauluun iloa ja hyvää mieltä.
- Numerojumppakaanon (Liite 2, 21)
 - Edestakaisin intervallien mukana kävelemistä. Lämmittelee kehoa, mieltä ja ääntä.
- Perhe Hohohahhaa (Liite 2, 22)
 - Lämmitellään hengityselimistöä hohottelemalla laulun mukana. Laulun mukana voidaan myös hyppiä, jolloin hengästyään ja saadaan hengityselimistö konkreettiseksi.
- Trullan, Trullan (Liite 2, 25)
 - Musiikkiliikunnallinen (kts. kappale 3) harjoitus, jossa liikutaan ja lauletaan. Kehorytmejä voidaan harjoituttaa.
- Vokaalilaulu (Liite 2, 26)
 - Eri säkeistöissä liikutaan laulun sanojen kuvaamalla tavalla.

Äänen harjoittamiseen, äänen avaamiseen tai muodostamiseen ja äänikokeiluihin sopivia harjoituksia:

- Asikkalan puiset rattaat (Liite 2, 4)
 - Laulun isoja melodiahypyjä voidaan harjoitella ja helpottaa liikkeiden avulla.
- Dem dry bones (Liite 2, 5)
 - Asteittain nouseva ääniharjoitus, jossa samalla toiminnallisuuden kautta ”kasataan luurankoa” alhaalta ylös. Luita voi keksiä niin paljon, kun laulajat pystyvät nostamaan sävellajia.
- Hattutanssi (Liite 2, 7)
 - Melodialinja liikkuu pääosin soinnun sävelillä. Sävellajia vaihtamalla harjoitus toimii hyvin äänenavauksena. Liikunnallinen leikki luo laulamiseen toiminnallisuutta ja kehollisuutta.
- Hirsilaulu (Liite 2, 11)
 - Nousevan melodialinjan kanssa voidaan harjoitella eri dynamiikkojen laulamista hiljaisesta voimakkaaseen.
- Iijaijaa (Liite 2, 12)
 - Ryhmässä tehtävä harjoitus, jossa melodiaa tukee keinuva liike ja kaverin tuki. Toiminnallinen leikki, joka luo iloa ja hyvää mieltä.
- Kaikki soittamaan (Liite 2, 13)
 - Laulua voidaan laulaa myös kaanonissa. Kehorytmit helpottavat kaanonissa laulamista.
- Kroppamestari (Liite 2, 17)
 - Kehorytmien avulla ”säestetään” laulua.
- Leikkilaulu (Liite 2, 18)
 - Kehorytmien ja koko kehon liikkeiden kanssa laulamista.
- Numerojumbppakaanon (Liite 2, 21)
 - Harjoituttaa intervallien ja asteikon laulamista. Liikkeet helpottavat sävelten hahmottamista. Voidaan laulaa myös kaanonissa.
- Piippolan vaari (Liite 2, 24)
 - Voidaan kokeilla erilaisten eläinten ääniä.
- Trullan, Trullan (Liite 2, 25)

- Laulussa esiintyvän r-kirjaimen avulla voidaan lämmitellä ääntä. Liikkeet auttavat melodiahypyissä.
- Vokaalilaulu (Liite 2, 26)
 - Oktaavin alueella pysyttelevä laulu toimii äänenavauksena. Vokaaleja ja erilaisia laulutyyliä voidaan varioida. Koko laulua ei tarvitse laulaa alusta loppuun.

Hengitysharjoituksia ja tuen käyttöön sekä löytämiseen keskittyviä harjoituksia:

- Hengitysharjoituksia (Liite 2, 8)
 - Esimerkiksi tunnin alkuun sopivia hengitysharjoituksia, jotka vaativat myös keskittymistä. Harjoituksia voi keksiä itse lisää.
- Perhe Hohohahhaa (Liite 2, 22)
 - Hohotellaan laulun mukana ja tutustutaan hengityslihaksistoon. Voidaan myös hyppiä, jolloin hengästyminen saa lihakset konkreettisiksi. Harjoitellaan erilaisia hengitystyyliä.
- Hirsilaulu (Liite 2, 11)
 - Asteittain nousevan melodian avulla harjoitellaan tuen käyttöä parin kanssa.

Artikulaatioon sopivia harjoituksia:

- Asikkalan puiset rattaat (Liite 2, 4)
 - Kansanlaululle ominaista konsonanttien korostusta voidaan harjoituttaa tässä kappaleessa.
- Hepokatti (Liite 2, 9)
 - Havainnoidaan artikulaation tärkeyttä asteittain ja oman kokeilun ja toiminnallisuuden kautta.
- Kone (Liite 2, 16)
 - Artikulaation tärkeys korostuu paljon konsonantteja sisältävässä laulussa.
- Vokaalilaulu (Liite 2, 26)
 - Eri vokaaleiden artikulaation harjoittamista. Huolehditaan, että leuka, huulet ja posket pysyvät rentoina vokaaleita äännettäessä.

8.2 Tuntien kulku

Testasin laulumateriaaliani jyvaskyläläisessä alakoulussa kahdella kolmannen luokan musiikintunnilla. Tunnilla oli sekä tyttöjä että poikia. Laulutuokioni kesti kerralla noin puoli tuntia. Materiaalien testaamisessa halusin kokeilla, miten alakoululaiset suhtautuvat harjoituksiin. Kiinnitin huomiota siihen, lisäävätkö ne motivaatiota ja tunnin viihtyvyyttä, joita tarvitaan laulun opetteluun. En yrittänyt kukaan kahden kerran aikana testata kaikkea, vaan keskityin tiettyihin aihealueisiin ja pidin tuokiot tiiviinä ja toiminnallisina. Luokkaa opetti kasvatustieteiden maisteriksi valmistunut, noin 17 vuotta työelämässä ollut miespuolinen opettaja. Pitämieni laulutuokioiden jälkeen musiikinopettaja sai materiaalini käyttöön ja hän kokeili sitä omalla musiikintunnillaan. Lopuksi haastattelin opettajaa.

1. tunti

Opettaja oli aiemmin viikolla maininnut luokalle tulostani tunnille. Esittelin itseni ja kerroin, miksi olin tullut tunnille, ja mitä aiomme tehdä. Pyysin jokaista osallistumaan omalla panoksellaan ja kysymään, mikäli jokin jää epäselväksi. Videoin tuokion oman muistini tueksi.

Aloitimme laulamalla laulun Meksikon Pikajuna. Luokka ei ollut aiemmin laulanut kappaletta, mutta se oli suurimmalla osalle tuttu entuudestaan. Ennakko-oletukseni oli, että luokka laulaisi, mutta se voisi olla vaisua, hiljaista ja epävarmaa. Oppilaat olivat laulusta kuitenkin innoissaan ja lauloivat laulun kolme ensimmäistä säkeistöä reippaasti ja varmasti. Myöhemmin opettajan haastattelussa kävi ilmi, että luokka on kova laulamaan ja sen kanssa on laulettu paljon:

”Joo, no me ollaan laulettu aika paljon tän luokan kanssa. Eppuluokalta asti oon näitä opettanu, ja joskus me lauletaan ihan muuten vaan”.

Emme laulaneet kaikkia säkeistöjä aikataulun vuoksi, vaikka oppilaat olisivat halunneetkin jatkaa laulamista. Laulamisen jälkeen kysyin pikaisesti, miltä tämän laulun laulaminen tuntui. Pääosin vastaukset kuuluivat ”kivalta”, ”ihan helpolta” tai ”mukavalta”.

Laulun jälkeen kerroin, että laulamiseen tarvitaan lihaksia ja ennen laulamista kannattaa lämmitellä kehoa. Kysyin vielä, tietääkö joku oppilaista, miksi. Moni osasi vastata, että kuten liikunnassa, lihakset täytyy valmistella tulevaa koitosta varten lämmittelemällä niitä. Lämmittelimme tunnelmaa ja kehoamme laulu-leikillä Naapurin tati (Liite 2, 19). Leikki ei ollut oppilaille entuudestaan tuttu, mutta muutaman kerran jälkeen sitä laulettiin ja leikittiin sujuvasti. Leikki aiheutti hilpeyttä ja pientä hengästymistä. Laulamisen lisäksi siinä joutuu keskittymään omaan koordinaatioon ja rytmiin. Luokan oma opettaja oli käyttänyt samaa harjoitusta myös omalla tunnillaan ja kertoi siitä:

”Oli äksöniä, mut toisaalta kuitenkin kontrolloidusti. Sit toisaalta huomas, et joutu itekin siinä aivot töihi. Et minä en ainakaan kauheesti kiinnittäny huomiota siihen, et tekeekö ne just niinku...Mikä ei kaiketi oo tarkotuskaa?” ”Joo, ei oo.” ”Niin, et sit teet niinku teet. Mut näki et jokuhan teki, keskitty hirmu huolellisesti, et miten ne jalat menee ja toinen sit teki vähän sinne päin. Mutta varmaan oikeesti aika isoja asioita tapahtuu.”

Lämmittelyä opettaja myönsi käyttävänsä liian harvoin laulunopetuksessa ja perusteli sitä kiireen tunnilla, mutta kuitenkin huomasi itsekin sen tarkoituksen:

”Tulee vähän semmonen pisto rintaan, että ei me aina kyllä lämmitellä ja sillain. Pitäis varmaan, mutta kun nää tunnit menee aina tällain vaan, niin ei sitä aina kerkeä. --- Semmonen huomio kuitenkin, että heti oli liikaa vaatteita, et heti tuli lämmin, itellekin. Et varmaan toteutu se, mitä pitikin.”

Lämmittelyn jälkeen kysyin, miten oppilaat istuvat tai seisovat lauletaessa. Suurin osa korjasi heti ryhtiään penkillä ja vastauksista ilmeni, että oikeanlainen lauluasento on heille tuttu. Kävimme vielä läpi, miksi lauluasennon pitää olla sellainen kuin se on: jotta keuhkot saavat tilaa hengittää, kaikki lauluun tarvittavat lihakset ovat toimintavalmiudessa, mutta rentoina ja ääni pääsee kulkemaan vapaasti. Kokeilimme laulaa Jänis istui maassa -laulun istumalla mahdollisimman huonossa ryhdissä penkillä. Tämän jälkeen haimme seisten oikeanlaisen lauluasennon varpaista niskaan asti ja lauloimme saman laulun uudestaan. Tulimme yhdessä siihen tulokseen, että hyväryhtisenä laulaminen kuulostaa ja tuntuu paremmalta kuin huonossa ryhdissä laulaminen. Vaikka laulamisen hyvä ryhti oli oppilaille ilmeisesti jollakin asteella tuttu asia, sen läpikäyminen ja omakohtaisesti sen merkityksen

testaaminen ja ymmärtäminen jäi varmasti paremmin mieleen kuin opettajan kehoitukset istua hyvässä ryhdissä laulettaessa.

Siirryimme ääniharjoituksiin. Kerroin lyhyesti, miten ääni syntyy ja osasipa yksi oppilas kysyttäessä selittää, miten äänihuulet toimivat ja mitä niillä tehdään. Äänilämmittelyksi teimme pieniä äänikokeiluja: aluksi leikimme uikuttavaa, pientä koiraa, paloauton sireeniä, ralliauton ääntä ja kärpäsen surinaa. Osaan äänikokeiluista – kuten ralliauton ääntelyyn ja kärpäsen surinaan – liitimme myös käden liikkeen, jota äänen tuli seurata. Esimerkiksi, kun käsi meni alas, ralliauton ääni madaltui ja päinvastoin. Oppilaat jaksoivat hyvin kuunnella ohjeet ja tehdä mukana, vaikka näin toiminnallinen ja äänekäs toiminta alkulämmittelyineen aiheutti paljon hilpeyttä ja iloa. Opettaja oli huomannut saman ja pohti toiminnallisuuden ja järjestyksenpidon yhteyttä:

”Semmoset, jotka nyt ei paikallaoloa muutenkaan jaksaa, niin tässä ehkä paremmin. Mut ei siinä nyt sillee hirveesti tarvii sitä järjestyksenpitoa, jota nyt kuitenkin näilläkin porukoilla joutuu jos ruvetaan laulaa, ni joutuu et nyt hei, älä tee nyt kauheesti muuta. Tai että laula ainakin. Tai kyllä mä luulen, että sillä on vaikutusta siihen.”

Loppuun lauloimme Asikkalan puiset rattaat (Liite 2, 4) ja teimme laulua helpottavat liikkeet. Lopuksi oppilaat toivoivat vielä, että laulaisimme Meksikon Pikajunan alusta loppuun. Kertasimme, mitä olimme oppineet muun muassa ryhdistä, ja kehoitin oppilaita laulamaan laulun seisten. Laulu laulettiin alusta loppuun (viisi säkeistöä) innokkaasti ja tarmokkaasti.

Epäilevistä ennakko-oletuksistani huolimatta ensimmäisen tunnin laulumateriaalini kokeiluni meni hyvin. Oikeastaan paremmin kuin luulin, juuri siksi, että oppilaat olivat jo valmiiksi motivoituneita ja innostuneita laulamaan. Toiminnallisuus selvästi virkisti ja motivoi laulamaan. Liikkeet auttoivat melodian hypyissä (esimerkiksi Asikkalan puiset rattaat) ja aktivoi kehoa ja lihaksia mukaan laulamiseen. Oppilaat vaikuttivat olevan myös kiinnostuneita ja motivoituneita oppimaan asiasta lisää. Opettaja mainitsi, ettei oppilaiden laulumotivaatiossa ole ollut puutteita:

” ---niin ihan sama mitä lauletaan, niin lauletaan innokkaasti.”

2. tunti

Toisen kerran aloitimme keskustelemalla siitä, mitä viimeksi tehimme. Ilman sen kummempia tenttauksia halusin kokeilla, miten lapset muistivat, mitä viime kerralta muistavat. Päällimmäiseksi mieleen oli jäänyt laulamamme hauska kappale ”Meksikon Pikajuna”. Muistiin palautui myös lämmittelyleikkimme ”Naapurin Täti”. Kysyttäessä muistavatko, miksi lämmiteltiin, oli vastaus sama kuin viimeksi: ”pitää sillain valmistella kehoa ja lihaksia laulamiseen, ihan kun liikunnassakin”. Myös hyvän ryhdin vaikutus muistettiin kokeilemamme ”Jänis istui maassa” huonossa ryhdissä laulamiseen verraten hyvässä ryhdissä laulamiseen.

Lauloimme toisen laulun ”Merirosvolaulu”, joka oli kaikille oppilaille jo tuttu, mutta sitä ei oltu musiikintunnilla aiemmin laulettu. Alunperin tarkoituksenani oli laulattaa myös tällä tunnilla sama laulu kuin ensimmäisellä, mutta koska tunsin, että viimeksi ehdimme laulaa laulun kokonaisuudessaan läpi, vaihdoin laulua. Tämä laulu on kuitenkin samankaltainen: mollisävellajissa menevä, paljon tekstiä sisältävä, tunnettu lastenlaulu. Laulun vaihdoin vain siksi, että oppilaiden mielenkiinto pysyisi yllä paremmin. Tosin Meksikon Pikajunaa toivottiin laulettavaksi tälläkin tunnilla.

Puhuimme yhdessä lyhyen hetken hengityksen vaikutuksesta laulamiseen, ja yleensä ottaen kaikkeen, mitä teemme. Harjoittelimme siipihengitystä (Liite 2, 8) ja koiran läähätystä. Koiran läähätyksessä pyysin oppilaita laittamaan kätensä vyötärölle ja kysyin, mitä he tunsivat. Useat vastasivat ”hytkyntää” tai ”tärinää”. Päädyimme tulokseen, että tarvitsemme näitä ”hytkyviä” lihaksia hengitykseen ja näin ollen myös laulamiseen.

Tähän hengitys-osioon olisi voinut jäädä pidemmäksikin aikaa ja tehdä lisää harjoituksia oppilaiden kanssa. Tähän olisi sopinut esimerkiksi ”Perhe Hohohahhaa” hyvin (Liite 2, 22). Uskon, että tällä harjoittelulla hengityksen ja laulamisen yhteys saattoi jäädä pinnalliseksi. Aikataulun puitteissa en pystynyt kuitenkaan keskittymään tähän osa-alueeseen tämän enempää. Oppilaiden kommentteista päätellen hengityksen ja laulamisen yhteyttä oli kyllä käyty joskus aikaisemminkin. Olen tyytyväinen, että pääsin kokeilemaan hengityksen harjoittelemista tämänkin verran.

Vasta hengitysharjoitusten jälkeen lämmittelimme kappaleella ”Iijajaa” (Liite 2, 12). Ajattelin, että on hyvä tehdä ensin hieman rauhallisemmat hengitysharjoitukset ja vasta sitten lämmitellä kroppa ja mieli reippaalla ja naurua viljelevällä laululeikillä. Lauloimme Iijajaa-kappaleen muutamaan kertaan ennen leikin ottamista mukaan. Laulu ei ollut lapsille entuudestaan tuttu. Laulun opettelemisen jälkeen otimme mukaan leikin. Huolenani oli, etteivät lapset pysty keskittymään leikkiin ja laulamiseen samaan aikaan, mutta huoli oli turha. Havaintojeni mukaan laulu sai uutta pontta ja reipastui selvästi yhdessä tekemisen ja rennon toiminnan myötä. Leikki sai hyvän vastaanoton ja opettajakin sai siitä idean käyttää leikkiä muullakin kuin musiikintunnilla.

Keskityimme hetken myös artikulaatioon ja sen tärkeyteen laulamissa. Lapsille sana ”artikulaatio” oli tuttu, mutta he eivät osanneet siinä hetkessä sitä selittää. Lauloimme ja harjoittelimme ”Hepokatti”-laulun (Liite 2, 9) artikulaatioharjoitukset ja samalla kävimme läpi, mitä vaaditaan hyvään artikulaatioon: suu toimii rennosti, kieli on aktiivinen ja huulet hoitavat oman hommansa. Oppilaat ymmärsivät artikulaation merkityksen, kun olimme kokeilleet artikulaatioelimistön toimintaa ja sen vaikutusta laulamiseen. Kysyin jokaisen harjoituksen välissä, saako laulusta hyvin selvää, jos esimerkiksi kieli on ”liimattuna” suun pohjaan. Oppilaat huomasivat, että artikulaatioon tarvitaan kaikkia artikulaatioelimiä ja niiden toiminnan on oltava rentoa, mutta aktiivista, jotta laulun sanat saadaan kuulijalle selkeiksi.

Lopuksi lauloimme uudelleen alussa laulamamme ”Merirosvolaulun”. Sitä ennen muistelimme, mitä olimme oppineet ja yritimme pitää ne mielessä laulaessa: hyvä ryhti, hengitys mukana ja artikulaation tärkeys.

Yleisesti ottaen koen, että materiaalini toimi hyvin. Halusin luoda lapsille mukavaa, toiminnallista tekemistä laulamisen parissa ja innostaa heitä laulamaan. Haasteeksi osoittautui se, että lapset olivat jo valmiiksi hyviä ja innokkaita laulamaan, mutta se oli onneksi positiivinen haaste. Opettajan sanojen mukaan luokka on laulanut paljon aikaisemminkin ja sen kyllä huomasi. Harjoitukset otettiin hyvin vastaan ja niihin keskityttiin. Harjoituksista saatiin iloista toimintaa, jossa laulu ja kokonaisvaltainen kehon käyttö kulki sujuvasti mukana. Kaikkea materiaaliani en pystynyt testaamaan, mutta se ei ollut tarkoituksenikaan.

Harjoituksiin olisi yleisesti ottaen voinut käyttää enemmän aikaa. ”Oikeassa” tilanteessa itse ottaisın niistä ehkä yhden ennen laulamiseen ryhtymistä, ja perehtyisimme siihen kunnolla ennen varsinaisen kappaleen laulamista. Kuten musiikinopettajakin sanoi, harjoituksia voi käyttää myös muualla kuin musiikinluokassa ja musiikintunnilla. Hän oli yhdistänyt musiikkia liikuntatunnille ja koki sen tuovan monipuolisuutta ja mielikuvitusta molempiin aineisiin:

”No siis silleen se toimii. Esim nyt ku pelattiin sählyä, niin mä pistin soimaan Herra Heinämäen lato-orkesteria. Ja ne rupes kuljettaan. Sit aina kun tuli semmonen biisi ku Lapanen Lapanen, ne pyörähti ympäri pallon kanssa. Sit joku toinen biisi ni tehtiin jotain muuta. --- Sen huomasi tossa sählyhommassakin, et nehän tekee. Todella keskittyneesti. Kun että mä sanoisin, että kulettakaa, et ku mä vihellen pillii ni pyörähdä. Et se musiikki saa ne tekee paljon paremmin.”

”Toisaalta ku just miettiny et liikunnassa, ei liittyen nyt tähän, mut samaa liikkumisen juttua. Se on aika tylsää, et pillin vihellyksestä juokse, ja tässä ohje, et tee vatsalihaksia. Et voiko sitä tylsemmäks elämää enää tehdä? Tässä vois olla sitä samaa, et just saahan juttu, jossa on mielikuvitusta”

8.3 Opettajan pitämät tunnit

Luokan oma opettaja käytti materiaaliani myös omilla tunneillaan, saman luokan kanssa. Opettaja koki laulumateriaalini testaamisessa haastavimmaksi sen, kun joutuu käyttämään toisen tekemää materiaalia:

”No, sehä oli ensimmäinen ajatus, että ottaa jonkun toisen materiaalin, sehän se ongelma on. Joutuu, et kirjoitanko mä niinku puheet valmiiks. Se oli ihan oikeesti, ku sanoin, et jännitti, nii ihan oikeesti melkein jännitti, et mitähän mä tästä nyt. Ja laitoin iha käsikirjotuksen, et oppitunnilla sitä mä harvemmin teen. Mut se meni, sit ku lähti menemään, niin anto vaan mennä. Se verran, et piti välillä käydä kattoo, et mikä se seuraava juttu olikaan, mitä piti tehdä. Ja huomaan sen, että lapset osas. Et mun piti pitää tätä paperi koko ajan, mut nehän osas laulaa sen paljo paremmin.”

Opettaja kertoi jännittäneensä laulumateriaalini pohjalta opettamista ja oli siksi valinnut samat harjoitukset opetukseensa, mitä itse olin opettanut opetustuokioissani, mutta koki harjoitukset kuitenkin toimiviksi ja hyviksi:

”Et mä otin ne just mitä säki vedit. Että mua jännitti ihan hirveesti se, että miten mä selviän tästä.”

En ollut etukäteen antanut opettajalle erinäisiä ohjeita materiaalin pohjalta opettamiseen, vaan tarkoituksena oli, että opettaja saa itse muodostaa mielipiteensä ja päättää, mitä opettaa omalla tunnillaan. Opettaja koki, että materiaalin pohjalta opettaminen oli suhteellisen helppoa, kun siinä pääsi vauhtiin. Hän oli kokeillut materiaaliani myös toisen luokan kanssa, jolle harjoitukset olivat tuntemattomia:

”Ja hei, mä muuten tein tän saman jutun tolle toiselle luokalle. Mä pidin peräkkäin, pidin saman satsin niille, jotka ei ollu koskaan tehny.” ”No, miltä vaikutti?” ”No, se meni ihan hyvin sekin. Ja sit toisaalta itellä oli se, et uudestaan vaan! Et ei siinä toisaalta enää kauheesti mitää eroa ollu.”

Opettajan mielestä oppilaat ottivat uudet harjoitukset hyvin vastaan, koska he ovat muutenkin innokkaita laulamaan:

”Jos mietin sitä toista ryhmää (joka ei ollut kokeillut aiemmin harjoituksia), joka on siis innokas porukka laulaa, et ei ne mitenkään sitä niinku. Mä vaan sanoin, et nyt tehään näin, et joo joo. Ja me kerittiin vähän vielä soittaa sen jälkeen.”

Hänen mielestään kaikki kolmosluokat eivät kuitenkaan laula samalla tavalla. Syytä siihen opettaja ei osannut sanoa. Opettaja arveli, että materiaalissa olleet toiminnalliset harjoitukset voisivat kuitenkin auttaa:

”Sit on se toinen kolkki luokka, joka ei laula sitten millään. Saa perässä melkein raahata. Enkä oikein tiedä, miks se on niin. --- No tää (toiminnallisuus) vois auttaa, vois kuvitella.”

Kysyttäessä materiaalin pohjalta laulunopetusta jatkossa opettaja koki, että uusien harjoitteiden keksiminenkin voisi jatkossa onnistua:

”No, pystyyhän näitä siis itekin. Tai tämän avulla pystyy varmasti. Ja sitte tosiaan ottaa biisin kerrallaan uuden. Et tän avullahan voi mennä niinku alkuun ja sitte ottaa ja keksiä lisää.”

Opettaja oli pohtinut uuden opetussuunnitelman (2014) mukaista uudistusta, jossa toiminnallisuudella on iso osa. Kysyttäessä toiminnallisuudesta laulunopetuksessa hän vastasi näin:

”Varsinkin nyt, ku pitäis koko opetus saada, tai koko koulussa työskentely, et tässä ei kukaan istuis. Toisaalta se on hyvä se musiikinluokka, kun ne pulpetit on hävinny et ne on vaan ne tuolit. Et se on niinku tehty näin. Mutta ilman muuta, tosi hyvä.”

Opettaja mietti toiminnallisuuden lisäämistä myös alkuopetuksen laulunopetukseen, jossa hän oli kohdannut ongelman siinä, etteivät kaikki osaa vielä lukea. Myös kiireen tuntua laulun valmistumisesta pitäisi hänen mielestään vähentää ja keskittyä siihen, että pääsee mahdollisimman nopeasti itse asiaan:

”Mutta toisaalta tässä just mietin sitä, että kun eppuluokalla puolet ei osannu lukee. Et välillä mietittiin oppilaiden kanssa, että huomaatteko, miten helppoa tää on, että laitetaan sanat tuohon ja ruvetaan laulamaan. Et piti itekin eppuluokalla miettiä, että miten mä tätä hommaan. Et se on vaan toistoa ja... et toisaalta se toiminnallisuus kävis siihenkin, että päästäis niinkun toisaalta mahdollisimman äkkiä laulamaan. Että pitäs kääntää se, ettei olis aina kiire sen laulun valmiiks saamiseen.”

9 PÄÄTÄNTÖ

Tutkimukseni tarkoituksena oli luoda toiminnallisen laulunopetuksen materiaalipaketti alakouluun ja testata sitä. Toivoin materiaaleillani vieväni opetukseen toimintaa, omakohtaisuutta ja iloista ja rentoa henkeä, jonka avulla laulunopiskelu olisi motivoivampaa ja vapaata. Onnistuin mielestäni tutkimuksessani hyvin ja sain hyvää palautetta kokoamastani materiaalipaketista.

Keskeisimpänä asiana ja terminä tutkimuksessani nousi käsite *toiminnallisuus*. Se osottautui luultua hankalammaksi, sillä en löytänyt sille tarpeeksi yksiselitteisiä selityksiä tai kuvauksia. Mielessäni näin laulunopetuksen kuitenkin toiminnallisena, jossa liikkeiden ja omakohtaisen kokemuksen kautta opetetaan laulua, pidin siis termin tutkimuksessani. Termi *kokonaisvaltaisuus* on hyvin lähellä toiminnallisuuden käsitettä. Tuulari-Mäkinen (2014) on perehtynyt kokonaisvaltaiseen laulunopetukseen ja löysin hänen tutkimuksestaan paljon yhtymäkohtia omaani. Kokonaisvaltaista tai toiminnallista laulunopetusta on muuten tutkittu vähän. Ehkä se on jotenkin uusi nimitys tai nykyiset laulun- ja musiikinopettajat eivät vielä tunnista sitä omasta opetuksestaan. Omassa tutkimuksessani yhdistin musiikkiliikunnan ja laulunopetuksen välineitä luomaan laulunopetuksesta toiminnallista ja kokonaisvaltaista. Dalcroze-pedagogiikka osottautui yhdeksi olennaisimmista aihepiireistä tutkimuksessani. Dalcrozen kokonaisvaltainen ihmiskäsitys sekä ilon, leikin ja positiivisen mielen liittäminen musiikinopiskeluun (kts. esim. Juntunen 2010) oli mielestäni juuri se, mitä halusin tuoda toiminnalliseen laulunopetukseen.

Laulunopetustuokiot jyvaskyläläisen alakoulun kolmannella luokalla onnistuivat mielestäni hyvin. Ennako-oletukseni aiempiin opetuskokemuksiin pohjautuen olivat, että luokka ei olisi kovin innostunut laulamista, mutta opettajan kehoituksesta osallistuisi laulamiseen kuitenkin. Oletukseni osottautui vääräksi, sillä opettamani luokka oli erittäin innokas laulamaan ja harjoittelemaan heille tuomiani harjoituksia. Ehkä tutkimuksestani olisi saanut enemmän aineistoa irti, mikäli luokka olisi alkutilanteessa ollut vastahakoinen laulamaan.

Siinä olisi voinut nähdä selkeämmin, lisääkö toiminnallisuus motivaatiota laulamiseen ja auttaako se laulun opettamisessa ja opiskelussa. Valitsin koulun ja luokan kuitenkin sattumanvaraisesti enkä halunnut enää sitä vaihtaa. Mielestäni oli hyväkin, että luokka otti harjoitukseni vastaan ennakkoluulottomasti ja innokkaasti. Laulumateriaalini yhtenä tarkoituksena kun oli myös toiminnallisuuden kautta tuoda laulunopetukseen iloa, rentoutta ja vapaata ilmapiiriä. Siinä onnistuin taatusti.

Opettajalle tekemäni haastattelu toi myös käyttökelpoista lisätietoa laulunopetuksesta koulussa ja laatimastani materiaalista käytännössä. Opettaja testasi materiaaliani vain muutamalla tunnilla, mutta koki sen kuitenkin hyödylliseksi ja tarpeelliseksi työvälineeksi. Opettaja kertoi myös jälkepäin, että muutkin opettajat olivat hänen kauttaan tiedustelleet, mikäli materiaalia saisi käyttää opetuksessa. Tämä oli asia, mitä halusin alun perinkin välittää. Intoa ja mielenkiintoa laulamista kohtaan sekä motivaatiota sen opettamiseen. Koulussa, jossa opetustuokioni pidin, musiikkia opettivat luokanopettajat, eivät varsinaiset musiikin aineenopettajat. Tämä sai miettimään myös opettajan ammattitaidon vaikutusta laulunopettamiseen. Tarvitaanko oikeanlaiseen laulunopetukseen musiikin aineenopettajan pätevyys vai voiko oman innokkuuden ja motivaation avulla myös muut opettajat opettaa laulua? Halusin materiaalillani pyrkiä vaikuttamaan myös tähän: helpottaa laulunopetusta ja madaltaa kynnystä siihen tarttumiseen, niin että myös muut opettajat pystyvät ottamaan ilon irti laulunopetuksesta ja saavuttamaan samoja tuloksia kuin aiheeseen perehtyneet aineenopettajat. Tarkoitukseni ei ollut luoda ainutta ja ehdotonta laulunopetuksen materiaalia, vaan herättää motivaatiota sen opettamiseen, antaa vinkkejä ja ideoita sekä kehittää laulunopetusta toiminnalliseksi ja kokonaisvaltaiseksi.

Jatkotutkimuksena olen miettinyt materiaalin laajempaa kehittämistä ja testaamista. Tutkimukseen voisi haastatella isompaa ryhmää opettajia sekä myös oppilaita. Olisi myös mielenkiintoista tehdä vertailevaa tutkimusta oppilaille toiminnallisella laulunopetuksella ja vähemmän toiminnallisella laulunopetuksessa, vertailla tutkimuksen tuloksia ja oppilaiden kokemuksia. Oman tutkimukseni myötä kiinnostuin myös toiminnallisuuden vaikuttamisesta oppilaiden laulumotivaatioon, lisääkö se sitä ja jos lisää, niin miten. Miten toiminnallisuutta voitaisiin siten hyödyntää ja soveltaa myös muuhun musiikinopetukseen ja yleensä kouluelämään? Uskon, että tulevan opetussuunnitelman (2014) myötä toiminnallisuus opetuksessa tulee ajankohtaiseksi ja siitä tullaan tekemään vielä lisää tutkimuksia.

LÄHTEET:

- Annala, J. (2014). *Psyyken ja itsetunnon merkitys laulunopetuksessa*. Jyväskylän Yliopisto. Musiikin laitos. Musiikkikasvatuksen maisterintutkielma.
- Anttila, S., & Hietapakka, K. (1999). *Musiikki työvälteenä kokonaisvaltaisessa opetuksessa*. Jyväskylän yliopisto. Pro gradu. Osoitteessa: <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/10731/santtila.pdf?sequence=1> , luettu 10.4.2015.
- Arola, A., Honkanen, R., Huttunen, T., Jokelainen, H., Koskela, I., & Marttila, N. (2011a). *Saa laulaa! 3, opettajan opas*. Helsinki. Otava.
- Arola, A., Honkanen, R., Huttunen, T., Jokelainen, H., Koskela, I., & Marttila, N. (2011b). *Saa laulaa! 3*. Helsinki: Otava.
- Arola, A., Honkanen, R., Huttunen, T., Jokelainen, H., Koskela, I., & Marttila, N. (2012a). *Saa laulaa! 4, opettajan opas* (1. p. ed.). Helsinki: Otava.
- Arola, A., Honkanen, R., Huttunen, T., Jokelainen, H., Koskela, I., & Marttila, N. (2012b). *Saa laulaa! 4* . (1. p. ed.). Helsinki: Otava.
- Arola, A., Honkanen, R., Huttunen, T., Jokelainen, H., Koskela, I., & Marttila, N. (2013). *Saa laulaa! 5, opettajan opas* (1. p. ed.). Helsinki: Otava.
- Arola, A., Honkanen, R., Huttunen, T., Jokelainen, H., Koskela, I., & Marttila, N. (2014). *Saa laulaa! 6, opettajan opas* (1. p. ed.). Helsinki: Otava.
- Bachmann, M. (1993). *Dalcroze today : An education through and into music* (Paperback repr. ed.). Oxford: Clarendon.
- Boud, D. (1985). *Reflection: Turning experience into learning*. New York: Kogan Page.
- Eskola, J., & Suoranta, J. (1998). *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino.
- Hirsjärvi, S., Remes, P., & Sajavaara, P. (2009). *Tutki ja kirjoita* (15. uud. p. ed.). Helsinki: Tammi.
- Jaques-Dalcroze, E. (1973). *Rhythm, music & education*. Iso-Britannia: Dalcroze Society.
- Jaques-Dalcroze, E., & Sadler, J. (2007). *Eurhythmics of Jaques-Dalcroze : Introduction by professor M. E. sadler*. Salt Lake City: Project Gutenberg.

- Jaakkola, T., Liukkonen, J., Sääkslahti, A. (2000). *Liikuntapedagogiikka*. Jyväskylä. PS-kustannus.
- Juntunen, M., Perkiö, S., & Simola-Isaksson, I. (2010). *Musiikkia liikkuen*. Helsinki: WSOYpro.
- Kartiovaara, S. (2013). *Laulun opetus – tai sen opettamattomuus koulussa*. Jyväskylän yliopisto. Musiikin laitos. Musiikkikasvatuksen kandidaatintutkielma. Osoitteessa: <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/44012/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201408132353.pdf?sequence=1> , luettu 10.4.2015.
- Kohonen, V. 1993. *Kohti kokonaisvaltaista kasvua ja oppimista. Opettaja oman työnsä kehittäjänä ja tutkijana ja työyhteisön uudistajana*. Teoksessa Tutkiva opettaja. Opetus 21.vuosisadan ammattina. Sinikka Ojanen (toim.) Lahti: Helsingin yliopisto, Lahden tutkimus- ja koulutuskeskus, 66-89.
- Koistinen, M. (2005). *Tunne kehosi, vapauta äänesi. Äänitimpurin käsikirja*. Helsinki: Sulasol.
- Koulujen musiikinopettajat. Osoitteessa: <http://www.koulujenmusiikinopettajat.fi/>, luettu 31.3.2015.
- Kuula, A. (1999). *Toimintatutkimus : Kenttätöitä ja muutospyrkimyksiä*. Tampere: Vastapaino.
- Lappalainen, P. (2007). *Laulu kaikkien pääomaksi : Laulunopetus ja laulun aseman vahvistaminen Jyväskylän peruskoulujen musiikinopetuksessa*. Jyväskylän Yliopisto. Musiikin laitos. Pro gradu. Osoitteessa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-2007240>, luettu 10.4.2013.
- Lindeberg, A-M (2005). *Millainen laulaja olen : Opettajaksi opiskelevan vokaalinen minäkuva*. Joensuun yliopisto. Joensuun Yliopiston kasvatustieteellisiä julkaisuja, 0781-0334; N:o 104. Osoitteessa: <http://urn.fi/URN:ISBN:952-458-668-1>, Luettu 10.4.2013.
- Mikkonen, H., Räsänen, T., & Salminen, P. (2010). *Soi .1-2, opettajan vinkkipankki*. Helsinki: WSOYpro.
- Numminen, A. (2005). *Laulutaidottomasta kehittyväksi laulajaksi : Tutkimus aikuisen laulutaidon lukoista ja niiden aukaisemisesta*. Helsinki: Sibelius-Akatemia.Studia musica 25.
- Ojanen, S. (1993). *Tutkiva opettaja : Opetus 21. vuosisadan ammattina*. Helsingin yliopisto, Lahden tutkimus- ja koulutuskeskus.
- Opetushallitus, säädökset ja ohjeet (2014). Osoitteessa: http://www.oph.fi/saadokset_ja_ohjeet/opetussuunnitelmien_ja_tutkintojen_perusteet/erusopetus , luettu 3.2. 2015.

- Pajamo, R. (1999). *Lehti puusta variseepi : Suomalainen koululauluperinne*. Porvoo ; Helsinki ; Juva: WSOY.
- Peruskoulun opetuksen opas, musiikki 1987. Helsinki. Kouluhallitus.
- Perusopetuksen Opetussuunnitelman perusteet (POPS) I 1970. Helsinki: Opetusministeriö.
- Perusopetuksen Opetussuunnitelman perusteet (POPS) II 1970. Helsinki: Opetusministeriö.
- Perusopetuksen Opetussuunnitelman perusteet (POPS) 1995. Helsinki: Opetushallitus.
- Perusopetuksen Opetussuunnitelman perusteet (POPS) 2004. Helsinki: Opetushallitus.
Osoitteessa: http://www.oph.fi/download/139848_pops_web.pdf , luettu 3.2. 2015
- Perusopetuksen Opetussuunnitelman perusteet (POPS) 2014a (luokat 1.-2.). Helsinki: Opetushallitus. Osoitteessa: http://www.oph.fi/download/139848_pops_web.pdf , luettu 3.2. 2015
- Perusopetuksen Opetussuunnitelman perusteet (POPS) 2014b (luokat 3.-6.). Helsinki: Opetushallitus. Osoitteessa: http://oph.fi/download/156872_perusopetus_perusteluonnos_vuosiluokat_3_6.pdf, luettu 17.2. 2015.
- Pyötsiä, M. (2011). *Tule, tule leikkiin - Lasten laululeikkejä*. F-kustannus Oy.
- Rauhala, L. (2005). *Ihmiskäsitys ihmistyössä*. Helsinki: Yliopistopaino.
- Rautamaa, P. (2012). *Äänenmurros ja laulaminen : Äänenmurrosvaiheessa olevan nuoren opettaminen*. Jyväskylä. Osoitteessa: <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/37332/URN%3aNB%3afi%3ajyu-201202071138.pdf?sequence=1> , luettu 17.2.2015.
- Rautiainen, K. (2009). *Laulunopetusmetodien kehityslinjoja*. Teoksessa J. Louhivuori, P. Paananen, L. Väkevä (toim.) *Musiikkikasvatus näkökulmia kasvatukseen, opetukseen ja tutkimukseen*. Jyväskylä: Suomen musiikkikasvatusseura FiSME. 51–65.
- Ruodemäki, R., Ruoho, E., & Salminen, S. (2008a). *Soi .3-4, opettajan vinkkipankki*. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit.
- Ruodemäki, R., Ruoho, E., & Salminen, S. (2008b). *Soi .3-4*. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit.
- Ruodemäki, R., Ruoho, E., & Salminen, S. (2009). *Soi .5-6, opettajan vinkkipankki*. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit.
- Sadolin, C. (2009). *Kokonaisvaltaisen äänenkäytön tekniikka*. Kööpenhamina: Shout Publishing.
- Simola-Isaksson, I., Jääskeläinen, L., Ruoppila I. (1988). *Lapsi ja musiikki*. Musiikkiliikunta. Mannerheimin lastensuojeluliitto.

- Tuulari-Mäkinen, K., (2014). *Laulunharrastajan opetussuunnitelma kokonaisvaltaisen oppimisen näkökulmasta*. Jyväskylän yliopisto. Musiikin laitos. Musiikkikasvatuksen Pro gradu. Osoitteessa:
<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/44864/URN:NBN:fjyu-201412123493.pdf?sequence=4>, luettu 23.4.2015.
- Törnudd, A. (1913). *Kansakoulun lauluoppi*. Porvoo: WSOY.
- Vaaliö, K. (1999). *Ääni-instrumentti ja sen rakenne*. Teoksessa T. Hautamäki (toim.) *Laulajan opas*. Tampere: Tampereen yliopistopaino.
- Wächter, H., (1865). *Kort praktisk sånglära : Inledning till författarens "50 koulu-laulua" och "valda sångstycken" = vähäinen käytännöllinen laulu-oppi : Johdatus toimittajan sovittamiin "50 koulu-laulua" ja "valda sångstycken"*. Helsinki: H. Wächter.

LIITTEET

Liite 1 Haastattelukysymykset

Toiminnallinen laulunopetus alakoulussa – Haastattelukysymykset

Kysymykset ovat vain pohjaksi haastattelulle.

Pohjustus:

1. Koulutus, ikä, opetusvuodet?

Laulunopetus:

2. Miten näet laulunopetuksen nykyään alakoulussa? Onko laulun asema hyvä vai huono?

3. Millä tavalla olet aikaisemmin opettanut laulua? Mitä keinoja käytät?

4. Haluaisitko muuttaa alakoulun laulunopetusta jotenkin? Miten?

5. Mistä yleensä haet / saat laulunopetusmateriaalisi? Ovatko ne toimivia? Mitä kaipaisit niihin lisää, jos kaipaat?

6. Ovatko oppilaat mielestäsi motivoituneita laulamaan? Miksi ja mikä siihen vaikuttaa?

7. Mitä mieltä olet toiminnallisuuden käyttämisestä laulunopetuksessa /musiikintunnilla yleensä?

Laulunopetusmateriaalipaketti:

8. Miltä materiaalipaketti vaikuttaa? Näetkö sen hyödyllisenä? Kaipaisitko siihen jotain lisää / onko siinä jotain liikaa?

9. Millä tunnilla käytit materiaaliani? Mitä osaa siitä käytit? Kuinka kauan opetit sen pohjalta?

10. Miten koit opetuksen materiaalin pohjalta? Vaikuttiko se lasten motivaatioon laulaa?

Vaikuttiko se sinun opetusmotivaatioosi?

11. Oliko toiminnallisuudella vaikutusta lasten laulamiseen? Miksi ja miten?

12. Onko mielestäsi materiaalin pohjalta helppo jatkaa laulunopetusta? Koetko, että pystyisit

materiaalin pohjalta keksimään itse lisää tehtäviä ja harjoituksia laulunopetukseen?

Kiitos vastauksistasi!

Liite 2 Materiaalipaketti

TOIMINNALLISEN LAULUNOPETUKSEN MATERIAALIPAKETTI ALAKOULUUN

Sanna Kartiovaara

Jyväskylän yliopisto

Musiikkikasvatus

2015

Sisältö

Asikkalan puiset rattaat.....	4
Dem dry bones.....	5
Hattutanssi.....	7
Hengitysharjoituksia.....	8
Hepokatti.....	9
Hirsilaulu.....	11
Iijajaa.....	12
Kaikki soittamaan.....	13
Kehon ja mielen lämmittelyharjoituksia.....	14
Kone.....	16
Kroppamestari.....	17
Leikkilaulu.....	18
Naapurin täti tuli leirille.....	19
Numerojummppakaanon.....	21
Perhe Hohohahhaa.....	22
Piippolan vaari.....	24
Trullan, trullan.....	25
Vokaalilaulu.....	26
Lähteet	

Käyttäjälle

Kokosin lauluharjoitukset mielessäni alakoulun kolmannen luokan laulunopetus, mutta halusin harjoitusten olevan sovitettavissa koko alakouluun. Lauluun ohjaavia harjoitteita on kirjakaupalla, kukaan tuskin tulee tutustumaan niihin kaikkiin. Tarkoitukseni ei ollut kerätä kaikkea mahdollista lauluun liittyvää materiaalia, vaan kasata hyvä ja napakka paketti toiminnallisista, kehollisista ja kokonaisvaltaisista harjoituksista laulunopetukseen. Materiaalia olisi voinut jatkaa sivutolkulla, mutta päädyin valitsemaan mukavimmat, motivoivoimmat ja selkeimmät harjoitukset, mitä löysin sekä keksimään itse lisää. Jokainen opettaja voi käyttää ja soveltaa harjoituksia parhaimmaksi näkemällään tavalla, kerätä ja keksiä niitä lisää. Keskiö keräämissäni harjoituksissa on lauluun rohkaisemisessa, oman äänen löytämisessä ja käyttämisessä sekä kokonaisvaltaisessa ja hausassa toiminnassa.

Harjoituksista halusin kasata helposti lähestyttävän laulumateriaalipaketin, johon jokainen opettaja voisi tarttua. Paketti, joka kannustaa lapsia laulamaan, löytämään oman äänensä ja motivoitumaan kehittämään sitä. Paketti, joka tarjoaa opettajalle lähestymistavan kokonaisvaltaiseen ja toiminnalliseen laulunopetukseen, josta molemmat osapuolet hyötyvät. Paketti ei ole ainut ja ehdoton väline laulunopetukseen alakoulussa. Se on tukipuu, jota voi käyttää ideapankkina uusille harjoituksille tai sysäyksenä laulunopetuksen kehittämiseen koulussa.

Laulut ovat lyhyitä, helppoja ja motivoivia. Niitä on helppo opettajan itse muokata tarpeen mukaan. Kasasin lauluihin osion ”vinkkejä”, johon keräsin omia ideoitani laulunopetukseen ja kappaleisiin liittyen. Osaan keksin myös liikunnallisia ideoita, joita voi käyttää ja soveltaa tarvittaessa. Osassa kappaleista on valmiit leikit ja niiden ohjeet. Pyrin kasaamaan harjoituksia materiaalipakettiini mielessäni seuraavat aihepiirit: kehon ja mielen lämmittely, äänen vapauttaminen ja laulaminen, johon sisältyy muun muassa artikulaatio, tuki ja hengitys. Laulun yhteydessä olen kertonut, mitä laulussa keskitytyään harjoittelemaan ja miten. Kaikkia kappaleita ja osa-alueita ei tarvitse käydä järjestelmällisesti läpi, niistä voi valita ja muokata tilanteeseen ja luokkaan sopivimmat.

Osa kappaleista on tekijänoikeuslain alaisia. Siksi niitä ei tule kopioida, jakaa tai käyttää laittomasti.

Asikkalan puiset rattaat

Suomalainen kansanlaulu

C G7

A - sik - ka - lan, A - sik - ka - lan pui - set rat - taat, pui - set rat - taat,

4 C

7 G7 C F C

on niin huo - no - ja kul - ke - maan. Niin näin a - la - mä - es - sä,

11 G7 1. C 2. C

y - lä - mä - es - sä ei ol - len - kaan. ol - len - kaan.

Vinkkejä:

- Laulu on hyvä lämmittelyleikki keholle ja mielelle
- Voidaan laulaa tempoa kiihdyttäen
- Konsonantteja voidaan korostaa laulettaessa ja havainnoida niiden osuutta laulamiseen:
 - Miltä laulu kuulostaa ilman konsonantteja tai ”laiskoilla” konsonanteilla? Verrataan kunnolliseen, selkeään konsonanttien käyttöön.

Liikuntaideoita:

- Kävellään piirissä samaan suuntaan laulaen. Pidetään jaloilla tempoa yllä. Yritetään kiihdyttää tempoa hitaasti samassa tahdissa ja lauletaan mukana.
- A-osassa (Asikkalan, Asikkalan puiset rattaat...) esitetään käsillä rattaiden pyörän liikkeitä vartalon sivuilla. B-osan alkupuolella (Niin näin alamäessä...) ”sukelletaan” alamäkeen kyykäten ja loppuosassa (ylämässä ei ollenkaan.) ”työnnetään” rattaita käsillä ylämäkeen.

DEM DRY BONES

(Ruodemäki, Ruoho, Räsänen, Salminen 2008a, 146)

Vinkkejä:

- Laulu on hyvä lämmittely- ja äänenavauslaulu. Sävellaji nousee joka kertauksella, kun uusi luu liitetään luurankoon.
- Luita voi keksiä niin paljon, kun laulajat pystyvät nostamaan sävellajia.

(Ruodemäki, Ruoho, Räsänen, Salminen 2008a, 146)

Liikuntaideoita:

- Luiden nimiin voidaan liittää liike: taputetaan tahdissa sitä luuta, mistä lauletaan. ”Oh, hear the word of the Lord!” -kohdassa heilautetaan molemmat kädet ylös. ”Dem bones gonna walk around” -kohdassa kävellään tilassa vapaasti musiikin tahtiin.

Hattutanssi

Meksikolainen kansansävelmä

La-la-la - la-la-la - laa, Jo - sé! La-la-la - la-la-la - laa, Pe - pé!
 La-la-la - la-la-la - laa, Rosé! La-la-la - la-la-la - laa, o - lé!

suom. sanat Kari Tuomisaari

Leikkiohje:

- Laulu on hyvä lämmittely- ja äänenavauslaulu. Kehittää myös koordinaatiokykyä.
- juostaan laulun tahdissa piirissä myötöpäivään pitäen käsistä kiinni. Nimien kohdalla (*José, Pepé, Rosé*) pysähdytään ja taputetaan kaksi kertaa. Viimeisten ”lallatusten” aikana pyöritään paikalla ympäri. Sanalla *Olé* laskeudutaan toisen polven varaan ja levitetään kädet sivuille.

Hengitysharjoituksia

Linnun siivet:

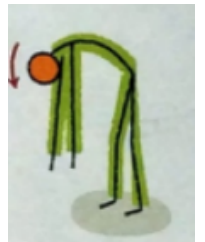
Sisäänhengityksellä viedään kädet sivukautta ylös ja lasketaan ne uloshengityksellä rauhallisesti alas. Käsien liikettä pyritään jatkamaan koko uloshengityksen ajan. Uloshengityksellä voidaan myös sihistä shh-äänteellä, joka auttaa vastustamaan ilman karkaamista keuhkoista. Harjoitus voidaan toistaa muutamia kertoja.

Nöyrät niskat:

Uloshengityksellä painetaan pää eteen alas ja uloshengityksellä nostetaan pää ylös. Päätä voi viedä välillä myös sivulta sivulle. Kuunnellaan omaa, rauhallista hengitystä ja annetaan pään liikkeiden seurata sitä.

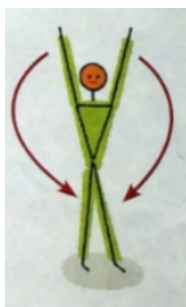
Matka maahan:

Uloshengityksellä rullataan koko vartalo alas kädet edellä ja sisäänhengityksellä nostetaan vartalo ylös. Muistetaan pitää polvet joustavina, käsivarret ja niska rentoina. Alhaalla voidaan ravistella kehoa ennen sisäänhengittämistä ja ylösnousua.



Täysikuu:

Asetetaan kädet navan korkeudelle, kämmenet alaspäin, oikea kämmen vasemman päälle. Sisäänhengityksen aikana vasen nostaa kädet ylös ja katse seuraa käsiä (kuu nousee). Uloshengityksen aikana kädet avautuvat ja laskeutuvat sivukautta alas kämmenet kohti lattiaa (maalataan täysikuu). Katse voi seurava oikeaa kättä. Asetetaan kädet takaisin alkuasentoon, nyt vasen kämmen oikean päälle. Toistetaan harjoitus muutamia kertoja.



Hepokatti

Trad. Amerikka

O-li he-po-kat-ti maan-tie-lä poi-kit-tain, ja-la - jal-lai - ja-la-ja-la - vei, ja se

kai - ve-li ha-ra-val-la ham-pai-taan, ja-la - jal - lai - ja-la-ja-la - vei. Ja-la-

vei, ja - la - vei, ja - la - jal - lai - ja - la - ja - la - vei. Ja se

kai - ve-li ha-ra-val-la ham-pait-taan, ja-la - jal - lai - ja - la-ja-la - vei.

2. Kuului aitasta kananpojan aivastus,
jalajallai-jalajala-vei.
Oli raukalla lapsihalvaus,
jalajallai-jalajala-vei.

Jalavei...

3. Siellä seinällä soitteli suolainen silli,
jalajallai-jalajala-vei.
Oli apunansa sillä yks värinen pilli,
jalajallai-jalajala-vei.

Jalavei...

4. Kirppu tanssasi tangoa lattialla,
jalajallai-jalajala-vei.
ja lude oli katkera sängyn alla,
jalajallai-jalajala-vei.

Jalavei...

5. Kissa lauloi sooloa orrella,
jalajallai-jalajala-vei.
ja hiiri löi tahtia korrella,
jalajallai-jalajala-vei.

Jalavei...

6. Hento lehmä se istui vintissä,
jalajallai-jalajala-vei.
ja härkä oli synkkänä pirtissä,
jalajallai-jalajala-vei.

Jalavei...

7. Talo heitteli volttia ilmassa,
jalajallai-jalajala-vei.
ja sekös vasta nauratti lammasta,
jalajallai-jalajala-vei.

Jalavei...

8. Mutta juhla se tuli yhä hurjemmaks,
jalajallai-jalajala-vei.
Muuttui lattia katoks, katto lattiamatoks,
jalajallai-jalajala-vei.

Jalavei...

Vinkkejä:

- Huomataan, miten artikulaatio toimii: kieli, huulet ja naaman lihakset toimivat yhdessä muodostaen sanoja ja tehden niistä selkeitä ja ymmärrettäviä.
- Voidaan havainnoida artikulaation tärkeyttä laulamalla laulu:
 - Suu kiinni.
 - Suu auki rennosti, mutta kieli liimattuna suun pohjaan, alahampaiden taakse.
 - Suu rennosti auki ja kieli aktiivisesti liikkuen, mutta huulet ”halvaantuneina”.
 - Suu, kieli ja huulet aktiivisesti lauluun mukaan.
 - Mitä kussakin kohdassa tapahtuu? Saako laulun sanoista selvää?
 - Peilistä katsominen helpottaa oman naaman liikkeiden seuraamista.
- Voidaan laulaa laulu mahdollisimman nopeasti, mutta selkeästi

Hirsilaulu

suomalainen kansanlaulu

Tien lai - das o - li mök - ki, tien lai - das o - li mök - ki, tien
 5 lai - das o - li hir - si-mök - ki, hump - pa - hump - pa, hei!

- | | |
|---|---|
| 2. Ja möis asui ukko...
Ja mökis asui hirsiuukko.... | 8. Ja akselis oli mato... |
| 3. Ja ukol oli akka... | 9. Ja madol oli silmä... |
| 4. Ja akal oli poika... | 10. Ja silmäs oli ripset... |
| 5. Ja pojäl oli auto... | 11. Ja ripsi putos maahan...
ja hirsiripsi putos maahan... |
| 6. Ja autos oli pyörä... | 12. Ja nyt on laulu loppu... |
| 7. Ja pyöräs oli aksel... | |

Vinkkejä:

- Asteittain nouseva melodialinja on hyvä esimerkki tuen käyttämisen ja sen oikean määrän löytämisen tärkeydestä. Harjoitellaan:
 - Lauletaan parin kanssa kädet vastakkain. Ensimmäinen lause lauletaan kädet hellästi toisen käsiä vasten. Toisella lauseella nojataan parin käsiin enemmän. Kolmannella lauseella koko tasapaino on parin käsien varassa. Viimeinen ”humppa, humppa, hei!” voidaan pyöriä parin kanssa käsikynkkää.
- Laulua voidaan laulaa aloittaen hiljaa (*p*), jokaisella lauseella äänenvoimakkuutta lisäten. Lopun ”humppa, humppa, hei!” lauletaan kovaa (*f*). Pidetään huolta, ettei laulaminen mene kuiskaamiseksi tai huutamiseksi. Dynamiikkaa saadaan vaihdettua tuen avulla.

IJJAIJAA

Leikkiohjeet:

- Leikkijät asettuvat tiiviseen piiriin niin, että vasen polvi on kaverin oikeassa polvitaipessa kädet toisten hartioilla. Keinutaan laulun mukana oikealta vasemmalle. Kun lauletaan ”Ou!”, joustetaan polvista painamalla omaa polvea vieruskaverin polvitaipeseen. Tuki kaverin hartioista osoittautuu tärkeäksi.
 - Seuraavalla laulukerralla voidaan taipua taaksepäin ja viimeisellä kerralla eteenpäin, kohti piirin keskustaa.

(Ruodemäki, Ruoho, Räsänen, Salminen 2008a, 29)

KAIKKI SOITTAMAAN

(Arola, Honkanen, Huttunen, Jokelainen, Koskela, Marttila 2011b, 13)

Vinkkejä:

- Laulu on hyvä lämmittely- tai äänenavauslaulu.
- Lauletaan laulu ja liikutaan sen mukaan.
- Laulu voidaan laulaa myös kaanonissa. Toinen ryhmä aloittaa kolmannen tahdin kohdalla laulamaan.

Kehon ja mielen lämmittelyharjoituksia

Harjoitus lämmittää kehoa, nostaa vireystilaa ja kiihdyttää hapenottoa. Liittämällä harjoitukseen kolmisoinnun, sillä voidaan harjoitella sävelkorvaa, kaanonia ja harmonian muodostamista.

Päästä varpasiin

Taputetaan molemmilla käsillä päähän 8 kertaa,
taputetaan olkapäihin 8 kertaa,
taputetaan polviin 8 kertaa,
taputetaan varpasiin 8 kertaa.

Toistetaan taputukset samoissa kehonosissa, mutta tällä kertaa taputuksia on neljä kuhunkin kohtaan. Toistetaan harjoitus vielä, mutta taputukset vähenevät kahteen. Lopuksi vastaavasti taputetaan kuhunkin kehonosaan kerran.

Leikkiin voi liittää kolmisoinnun laulamisen.

Pää = 8. sävel (esim. C)

olkapäät = 5. sävel (esim. G)

polvet = 3. sävel (esim. E)

varpaat = 1. sävel (esim. C)

Harjoitusta voidaan kokeilla myös kaanonissa.

Triathlon

Tähän harjoitukseen voi valita mieleiset, ajankohtaiset tai käyttötarkoitukseen sopivimmat lajit. Kutakin osiota voi käyttää myös erikseen. Harjoitukseen voi keksiä tarinan tai kehystettömäksi. Harjoituksella lämmitellään laulamiseen tärkeitä lihasryhmiä ja parannetaan hengityksen kulkemista.

Osa 1. Otetaan tilaa ympärille. Aloitetaan kävelemällä rauhallisesti omalla paikalla. Hengitys kulkee omaan tahtiin nenän kautta sisään ja suun kautta ulos. Kädet voivat heilua vapaasti sivuilla. Kävelyä voi varioida: kuvittele käveleväsi ylämäkeen, lumihangessa, vastatuuleen jne. Miten kävely muuttui?

Osa 2. Rauhallisen kävelyn jälkeen vaihdetaan reippaaseen hiihtoon. Hiihdetään ensin tasatyönä. Hengitetään sisään, kun kädet nousevat ylöspäin. Kun kädet laskevat, puhalletaan suun kautta ilma ulos tiivillä s:n sihinällä. Hiihtämistä voi varioida: kuvittele hiihtäväsi umpihangessa, ylämäkeen, hiihtokisoissa jne.

Osa 3. Asetetaan jalat tukevasti maahan pieneen haara-asentoon ja aloitetaan tekemään rintatuintiliikkeitä ilmassa. Hengitys kulkee samaan tahtiin kuin vedessä: hengitetään sisään, kun kädet liukuvat vartalon viereen. Uloshengitys tapahtuu ”liukuessa” vedessä, kun kädet viedään eteen. Uimista voi varioida: kuvittele uivasi selkäuintia, perhosuintia, vapaauintia jne. Muista pitää hengitys mukana ja tasaisena koko ajan.

(Koistinen 2005, 131)

Lämmittely- ja äänenavausharjoituksia voi keksiä itse lisää. Kun pitää mielessään, mitä harjoitellaan ja miksi, voi lämmittely- ja äänenavausharjoituksia keksiä pienellä vaivalla ja maalaisjärjellä.

KONE

Vinkkejä:

- Laulu on hyvä lämmittely- ja äänenavauslaulu.
- Laulussa voidaan harjoitella myös artikulaation tärkeyttä. Mitä nopeammin laulun laulaa, sitä selkeämmin sanat on sanottava.

Liikuntaideoita:

- Kävellään tilassa vapaasti ”konemaisesti”. Leikin johtaja huutaa esimerkiksi HIP, käännetään oikealle 90 astetta. Kun johtaja huutaa HOP, käännetään vasemmalle. Jos koneen eteen tulee este, kävellään paikallaan niin kauan, kunnes tulee komento kääntyä.
- Leikkijät ovat koneita. Leikin johtaja määrää, mikä koneen osa liikkuu milloinkin. Ensimmäinen voi liikkua vain yksi käsi, johtajan merkistä liike voi siirtyä vasempaan käteen. Uudesta merkistä mukaan voi tulla jalka, pää tai lantio.

(Juntunen, Perkiö, Simola-Isaksson 2010, 95)

Kroppamestari

Trad. USA

Huo-maa, fren - di, sul - la- kin, _ soi - tin on niin-kuin
 4 mul - la- kin. Lämp - syt - te - le krop - paa - si,
 7 1. 1.-5. kerralla 2. 6. kerralla
 sii - nä on mat - ka - op - paa - si. op - paa - si.

2. säkeistö 3. säkeistö 4. säkeistö 5. säkeistö 6. säkeistö

o v o v o v o v o v

(Kivelä-Taskinen, Setälä 2006, 37)

Vinkkejä:

- Laulu on hyvä lämmittely- ja äänenavauslaulu.
- Laulu voidaan laulaa tutustuttaessa kehosoitteihin ja kehorytmeihin
- Lauletaan ja soitetaan omaa vartaloa laulun sanojen mukaan.
 - säkeistöjen alussa voidaan ”soittaa” siinä mainittua soitinta muutaman tahdin verran ennen kuin laulu alkaa.
- Laulua voidaan laulaa ja ”soittaa” piirissä kävellen laulun tahtiin.
- Kuuntele, miten keho soittaa laulua eri säkeistöissä!

LEIKKILAULU

(Arola, Honkanen, Huttunen, Jokelainen, Koskela, Marttila 2011b, 11)

Vinkkejä:

- Laulu sopii lämmittely- ja äänenavauslauluksi tai keho-soittimeen tutustuttamiseksi.

NAAPURIN TÄTI TULI LEIRILLE

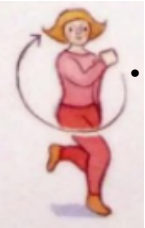
Leikkiohjeet:



- Ensimmäinen säkeistö lauletaan seisten. ”Bassorummun” kohdalla leikin johtaja polkee jalalla ensimmäisellä ja kolmannella iskulla maata. Muut toistavat. Liike jatkuu toiseen säkeistöön.



- Toisessa säkeistössä toistetaan ensimmäisenä ”Bassorummun” liikkeineen ja vasta sitten ”Polkupyörän”, jolloin jaloilla poljetaan vuoronperään maata, kuin pyörällä ajaen. Liike jatkuu kolmanteen säkeistöön.



- Kolmannessa säkeistössä ensin toistetaan ”Bassorummun”, sitten ”polkupyörän”, kummatkin liikkeineen. Sen jälkeen ”Käsiveivin” kohdalla veivataan oikealla kädellä ympyrää kahden edellisen liikkeen lisäksi. Kaikkia liikkeitä jatketaan seuraavaan säkeistöön.



- Neljännessä säkeistössä edellisiin kolmeen liikkeeseen lisätään ”suuren kärpäslätkän”, jolloin vasemmalla kädellä huidotaan rytmissä kuin suurella kärpäslätkällä.



- Viidennessä säkeistössä liikkeisiin lisätään ”sähköhammasharjan”, jolloin irvistetään hampaat esille ja pyöritetään päätä puolelta toiselle.



- Kuudennessa säkeistössä leikki loppuu, kun kaikki edelliset liikkeet on toistettu. Leikin johtaja huutaa ”muurahaisia housuun”, jolloin leikkijät kiemurtelevat saadakseen muurahaiset pois housuista.

(Ruoho, Ruodemäki, Räsänen, Salminen 2008b, 13)

NUMEROJUMPPAKAANON

(Ruoho, Ruodemäki, Räsänen, Salminen 2008b, 54)

Vinkkejä:

- Laulu sopii lämmittely- ja äänenavauslauluksi sekä kaanon-harjoitukseksi.

Liikuntaideoita:

- Jokaisella numerolla voidaan ottaa yksi askel eteen- tai taaksepäin, numeroiden mukaan. Laulun mukana kävellään siis edestakaisin.

PERHE HOHOHAHHA

(Arola, Honkanen, Huttunen, Jokelainen, Koskela, Marttila 2011b, 37)

Vinkkejä:

- Nauretaan ja hohotetaan laulun mukana. Huomataan, mitkä lihakset ja missä toimivat laulaessa ja nauressa: koitetaan kylkiä, vatsaa ja selkää. Mitä niissä tapahtuu?
- Laulun mukana voidaan hyppiä. Tarkoituksena on hengästyä ja saada hengitys- ja laululihaksisto konkreettiseksi, jopa näkyviksi. Huomataan, että kylki, rinta, vatsa ja selkä osallistuvat hengitykseen.
 - Voidaan hyppiä eri lailla: tasahyppyjä, yhdellä jalalla, ravistellen, haara-perushyppyjä jne.
- Koitetaan erilaisia hengityksiä:
 - hengitetään pelkästään nenän tai suun kautta
 - nenän kautta sisään ja suun kautta ulos tai päinvastoin
 - vaihdellaan hengityksen voimakkuutta ja nopeutta
 - hengitetään hitaasti sisään ja nopeasti ulos tai päinvastoin
 - hengitetään paljon tai vähän
 - voidaan kokeilla hengittää äänettömästi tai niin, että hengityksestä kuuluu jokin ääni

Piippolan vaari

Trad. Englanti

Piip - po - lan vaa - ril - la o - li ta - lo, hii - a - la hii - a - la
 Vaa - ri se hoi - te - li lam - pai - tan - sa, hii - a - la hii - a - la

4 hei! Mää mää siel - lä ja mää mää tääl - lä ja
 7 hei!

siel - lä mää, tääl - lä mää, jo - ka puol - la mää mää, hii - a - la hii - a - la hei!

2. ...porsaitansa ... röh, röh ...
3. ... lehmiänsä ... muu, muu ...
4. ... koiriansa ... vuf, vuf ...
5. ... kissojansa ... mjau, mjau ...

Vinkkejä:

- Laulu on hyvä äänenavauslaulu ja harjoitus omaan äänenkäyttöön
- Minkälaisia ääniä omasta instrumentista lähtee?
 - Voidaan kaakattaa, määmättää, röhkiä, hirnua, ammuja yms.
- Laulun eläimet voivat olla pieniä tai suuria, vanhoja tai nuoria, laiskoja tai pirteitä, uros- tai naaraspuolisia

Trullan, Trullan

Trad. Suomi

C Dm G⁷

Trul - lan, tur - lan trul - la lal - la lei. Trul - lan, trul - lan,

4 C F C

trul - la lal - la lei. Oi ma - ka - roo - ni, oi ma - ka - roo - ni, oi

7 G⁷ | 1.C | 2.C

ma ka - ma - ka - ma - ka - ma - ka - roo - ni. Oi ma - ka - roo - ni.

Vinkkejä:

- Laulu on hyvä lämmittely- ja äänenavauslaulu
- Leikkiohjeet:
 - kävellään vapaasti laulun sykkeen tahdissa
 - Makarooni-sanoilla nostetaan kädet suoraan ylös ja taputetaan tahdissa kädet pään päällä
 - taputusta voi varioida: takapotkuina, jokaisella neljäsosalla, kahdeksasosilla yms.
 - lauluun voi yhdistää myös kehorytmit. Rytmi voi vaihtua olla eri ”A-” ja ”B-osassa”.

Vokaalilaulu

Marjatta Pokela

Kaa kaa Kar - hu - las - sa kar - hun lap - set lau - laa.

Aa jaa ja - pa - ta - pa - taa, jal - la ral - la ral - laa,

aa jaa ja - pa - ta - pa taa, jal - la ral - la raa.

2. Kee kee Kettulassa ketun lapset laulaa
Ee jee jepe tepe tee, jelle relle rellee ---
3. Kii kii Kirppulassa kirpun lapset laulaa.
Ii jii jipi tipi tii, jilli rilli rillii ---
4. Too too Tonttulassa tontun lapset laulaa.
Oo joo jopo topo too, jollo rollo rollo ---
5. Suu suu Sutilassa suden lapset laulaa.
Uu juu jupu tupu tuu, jullu rullu rulluu ---
6. Hyy hyy Hyttilässä hyttyslapsek laulaa.
Yy jyy jyy jypy tyy, jyly ryly rylyyy ---
7. Kää kää Käärmeässä käärmeen lapset laulaa.
Ää jää jäpä täpä tää, jällä rällä rällä ---
8. Möö möö Mökkyrässä moron lapset laulaa.
Öö jöö jöpö töpö töö, jöllö röllö röllöö ---

Vinkkejä:

- Laulu (tai sen osa) on hyvä äänenavaukseen tai lämmittelyyn
- Laulaessa kiinnitetään huomiota siihen, että leuka, huulet ja posket pysyvät rentoina ja suhteellisen samoissa asemissa koko laulun läpi.

Liikuntaideoita:

- Säkeistöissä voidaan liikkua sanoja kuvaavien liikkein ja/tai muuttaa laulutapaa
 - karhulassa tömistellään, harpotaan isoja askeleita ja lauletaan ”möreästi”
 - kettulassa hiivitään ja hiippaillaan ja lauletaan hiljaa
 - kirppulassa ollaan pieniä, nopeita, pompitaan ja lauletaan ”pienellä äänellä”.
 - tonttulassa sipsutetaan, kurkkaillaan ikkunoihin ja lauletaan ”salaperäisesti”
 - suttilassa liikutaan ”neljällä jalalla” ja kurkotetaan kuuhun, voidaan myös ulvoa
 - hyttylässä lennetään ja lauletaan inisten
 - käärmelässä luikerrellaan ja sihistään
 - mökkyrässä liikutaan köyryselkäisenä ja lauletaan ”räkäisesti”

Lähteet

- Arola, A., Honkanen, R., Huttunen, T., Jokelainen, H., Koskela, I., & Marttila, N. (2011a). *Saa laulaa! 3, opettajan opas*. Helsinki: Otava.
- Arola, A., Honkanen, R., Huttunen, T., Jokelainen, H., Koskela, I., & Marttila, N. (2011b). *Saa laulaa! 3 /*. Helsinki: Otava.
- Juntunen, M., Perkiö, S., & Simola-Isaksson, I. (2010). *Musiikkia liikkuen*. Helsinki: WSOYpro.
- Kivelä-Taskinen, E., Setälä, H., & Pitkänen, E. (2006). *Rytmiä koulussa*. Espoo: Kultanuotti.
- Koistinen, M. (2003). *Tunne kehosi, vapauta äänesi : Äänitimpurin käsikirja : Käytännönläheinen opas laulajille, kuorolaisille, kuoronjohtajille ja kaikille oman äänensä vapauttamisesta ja kehittämistä kiinnostuneille*. Helsinki: Sulasol.
- Pyötsiä, M. (2011). *Tule, tule leikkiin - Lasten laululeikkejä*. F-kustannus Oy
- Ruodemäki, R., Ruoho, E., & Salminen, S. (2008a). *Soi .3-4, opettajan vinkkipankki*. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit.
- Ruodemäki, R., Ruoho, E., & Salminen, S. (2008b). *Soi .3-4 /*. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit.