

## **AFRO-OPETUKSEN ABC!**

Marjaana Siljamäki

### **”Afro” on tuttavallisempi nimi moninaisille afrikkalaisille tansseille**

Suomalaiset opettajat käyttävät usein nimitystä ”afro”, jonka sisälle mahtuu monia eri tanssiperinteitä ja -tyylejä. Tunneilla me opettajat kuvaamme tarkemmin, millaisesta tanssista on milloinkin kyse. Itse olen perehtynyt erityisesti länsiafrikkalaisiin ja kongolaisiin tansseihin. Jonkin verran olen tanssinut tanssialaisia tansseja, jotka kuuluvat erilaiseen, itäafrikkalaiseen tanssi- ja musiikkikulttuuriin.

### **Kenelle afro soveltuu?**

Tanssimuoto soveltuu kaikille afrikkalaisten tanssien rytmeistä, musiikista ja liikekielestä kiinnostuneille. Tanssin liikekieli antaa paljon vapauksia tanssijoiden henkilökohtaiseen, omanlaiseen ilmaisuun. Liikkeiden tekemisen ja ilmaisun vapaudesta huolimatta välttä opettajana sanomasta: ”ei ole niin väliä, miten liikkeet teet”. Tämä ei tee oikeutta afrolle, koska siinä on omat liikekielen perustansa ja voi viedä pohjaa oppimisen motivaatiolta.

Afro kehittää kehonhallintaa ja on fyysisesti kokonaisvaltainen tanssimuoto. Siinä käytetään kehon suuria lihasryhmiä, ja lisäksi käsivarret, olkapäät, rintakehä, selkä ja lantio saavat hyvää harjoitusta. Afron liikkeisiin kuuluu myös ylävartalon kunnon kannalta erinomaisia kiertoliikkeitä sekä liikkeitä, jotka auttavat niska-hartiaseudun jännityksiin. Sykettä nostava afro on lisäksi hyvää luuliikuntaa. Afro on tanssimuoto, josta saa nopeasti tanssimisen fiiliksen, kunhan opettaja aloittaa perusliikkeistä.

### **Mitä voit opettaa afron piirteistä?**

Afron piirteistä voit mainita opettaessani rentouden, maahan päin suuntautuvuuden, keskikehon liikkeet sekä ilon, energian, yhteisöllisyyden ja melko suuren yksilöllisen ilmaisun vapauden (koskee sekä länsiafrikkalaisia että kongolaisia tansseja). Silloin kun tunnilla on livemusiikki, muusikon ja tanssijoiden välinen vuoropuhelu on keskeistä. Musiikki soittaa signaalit, merkit, joista liike vaihtuu. Livemusiikki tuo myös tunnelmaa ja erilaisen fiiliksen tallenteiden sijaan.

Kouluopetuksessa liikunnanopettajat ovat tehneet yhteistyötä musiikinopettajien kanssa, jolloin afrotunnille on saatu livesäestys. Tunneilla ovat soittaneet esim. musiikinopettaja, mutta myös oppilaat. Afroa voi opettaa myös musiikkitalenteita käyttäen. Kun tunnilla ei ole musiikkia, voit tehdä musiikin päälle omalla äänelläsi signaalit (esim. ten-ke-ten-ken-ke-ten-ke-ta tai brem-be-tem-bem-be-bem-bem-ba tai yksinkertaisemmin esim. bem-bem-bem-bem). Tai voit soittaa signaalit myös djembé-rummulla tai jollakin muulla lyömäsoittimella. Tämä erottaa afrotanssin muista tanssimuodoista ja on hauska lisämauste opetuksessa. ”Väärin” ei ole myöskään välillä aloittaa liikesarjaa ja rytmittää tanssia afrotunnilla esim. 5-6-7-8. Kokeile kuitenkin signaaleja joko soittaen ne tai omalla äänelläsi! **Tunneille soveltuvaa musiikkia löydät myös täältä: mansku1, afro/afropop, Spotify.**

## **Afro-opetuksesta**

-Afro-opetusta voi lähestyä monesta näkökulmasta; se on kulttuurikasvatusta, tanssia, liikuntaa, yhteisöllisyyttä ja taidekasvatusta.

-Kerro oppilaille tanssin liikekielestä, opettamasi tanssin taustasta (ellet yhdistele vain erilaisia liikkeitä ja perusaskeleita, mikä on koululiikunnassa ok, musiikista jne. sen mukaan miten paljon olet asiaan perehtynyt. Pitäydy siinä mitä tiedät.

-Vältä stereotyyppisten käsitysten välittämistä oppilaille, esim. ”afrikkalaisilla on rytmi veressä, suomalaiset ovat jäykkiä”. Kulttuuriset stereotypiat ovat tavallisia ja niiden avulla voimme asettaa kulttuurit ja niissä elävät ihmiset ”turvalliseen lokeroon”. Mieti kuitenkin, miten voisit käsitellä oppilaiden kanssa näitä stereotypioita? Voisitko lähteä opetuksessasi muista teemoista, kuin viidakkoaiheesta?

- Kokonaisvaltaisuus on afron tanssimisessä ja opetuksessa keskeistä; tanssi, musiikki, äänenkäyttö, taputukset, kulttuurista kertominen jne. Voit yhdistää tunneille myös esim. body percussio-harjoituksia, jotka soveltuvat hyvin afron ideaan. (rytmien tärkeys)

-Voit opettaa liikunnalla harjoittelemistamme liikkeistä/koreografioista myös osia, soveltaa niitä ryhmästä riippuen.

## **Kiinnitä opetuksessani seuraaviin asioihin**

-kehon asento (rintakehä ”auki”, hieman istuva asento ylävartalo etuviistoon taitettuna)

-liikkeiden maahan päin suuntautuvuus (tämä ei tarkoita sitä, ettei afrossa olisi isojakin hyppyjä!)

-rentouden ja voiman yhdistäminen

-rytmin ja musiikin tärkeys

-keskikehon liikkeet: olkapäät, rintakehä, lantio, selkä

-miten vältät kulttuuristen stereotyyppien vahvistamista?

## **Kulttuuriset taustat**

### **Tanssi Länsi-Afrikassa ja Kongon Tasavallassa**

Länsi-Afrikka on Afrikan läntiset osat käsittävä maantieteellinen alue, johon kuuluvat mm. Guinea, Burkina Faso, Mali, Senegal, Gambia, Benin, Togo, Ghana, Liberia, Sierra Leone ja Norsunluurannikko. Näillä mailla on rikas tanssi – ja musiikkiperinne, joka on levinnyt laajalti myös muualle maailmaan, kuten Suomeen.

Länsiafrikkalaisiin tansseihin kuuluvat olennaisesti askellukset, hyppyt, sekä keskivartalon monipuolinen käyttö. Tanssiasento on hieman ”istuva” ja kehon painopiste on alhaalla. Myös laulu on usein mukana rytmeissä ja tansseissa, ja jokaisella rytmillä onkin niihin kuuluvat laulunsa. Rytmit ja tanssit liittyvät esim. elämän siirtymäriitteihin, kuten häihin, tai vain yhdessäoloon ja

ystävien jälleennäkemiseen. Esimerkiksi Liberté-rytmi/tanssi liittyy Guinean itsenäistymiseen ja Dundunba-rytmi/tanssi taas on vahvojen miesten tanssi, joka sisältää akrobatiaa ja isoja hyppyjä. Eri mailla ja etnisillä ryhmillä on omat tanssinsa ja rytminsä, mutta niissä on paljon myös yhteisiä piirteitä liittyen Länsi-Afrikan historiaan.

Sen lisäksi, että tanssilla on useimmissa Afrikan maissa edelleen keskeinen rooli erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa ja tapahtumissa, on tanssi arvostettu taiteen muoto. Tällöin esiintyjinä ovat ammattimaiset tanssiryhmät ja tanssia muokataan näyttämölle soveltuvampaan muotoon, jolloin myös sen tehtävät ovat erilaiset kuin esimerkiksi juhlatilaisuuksissa. Yksi tunnetuimmista ammattimaisista, esiintyvistä tanssiryhmistä on Guinean kansallisbaletti - Les Ballets Africains, jonka kotipaikkana on Guinean pääkaupunki Conakry. Ryhmä edustaa eri Länsi-Afrikan maiden tanssi- ja musiikkiperinteitä, ja on kiertänyt maailmaa afrikkalaisen kulttuurin lähettiläänä jo 1950-luvulta lähtien.

Kongolaisissa tansseissa on sekä samoja että erilaisia piirteitä kuin länsiafrikkalaisissa tansseissa. Kongon Tasavallassa ei ole alun perin ollut käytössä Länsi-Afrikassa keskeistä djembé-rumpua (vaikka nykyään sitäkin siellä näkee). Sen sijaan samaan tapaan kuin länsiafrikkalaisissa tansseissa, myös Kongossa tanssijat vaihtavat liikkeitä soolorumpalin soittamista merkeistä eli signaaleista. Kongolaisissa tansseissa on myös tärkeää liikkeiden maahan päin suuntautuvuus, rentous, keskikehon liikkeet, ilo, yhteisöllisyys ja energisyys. Kongolaisissa tansseissa on yhtenä perusliikkeenä lantion liikkeet, kuten pyörikyset.

## **Musiikki**

Länsi-Afrikassa rumpalit ovat useimmiten edelleen miehiä, ja he kuuluvat usein arvostettuihin Griot-sukuihin. Griotit tunnetaan jo noin 1500 -luvulta. Tuolloin he toimivat hovimuusikkoina tai kiertävinä muusikkoina. Griotit toimivat edelleen ja ovat historiallisia tarinoita jälkipolville välittäviä tarinankertajia.

Djembé on keskeinen, Afrikan ulkopuolella kenties tunnetuin afrikkalainen rumpu. Djembéä soitetaan paljain käsin ja sen ääniala vaihtelee matalista bassoista korkeisiin ja teräviin slap-ääniin. Jokainen käsityönä valmistettu djembé kuulostaa yksilölliseltä. Rumpumusiikki säestää ja aksentoi tanssiaskeleita, ja tanssijoiden ja muusikoiden välinen vuorovaikutus on keskeistä. Solistirumpali soittaa signaalin, joka on merkki tanssijoille vaihtaa askeleita tai liikettä. Muita tärkeitä soittimia ovat djembé-rumpujen lisäksi dundun-rummut, kora, balafoni, kalebassista ja simpukankuorista sekä muista luonnonmateriaaleista valmistetut rytmisoittimet. Useamman rummun kokoonpanoissa toteutuu länsiafrikkalaiselle musiikille ominainen polyrytmikka, jossa päällekkäiset rytmikuviot muodostavat yhdessä kokonaisen rytmin. Rauhallisempaa, melodisempaa musiikkia edustavat mm. kora, ngoni, huilu ja balafoni.

Myös länsimaisen rytmimusiikin juuret ovat Afrikassa. Orjien mukana kulkeutui vahva perinne, jonka seurauksena saivat alkunsa mm. blues, jazz, rock, soul, reggae ja hip-hop. Kaikki nämä tyylit perustuvat afrikkalaiseen musiikkiperinteeseen. Kulttuurien välinen vuoropuhelu on kaksisuuntaista: myös afrikkalainen musiikki saa kaiken aikaa vaikutteita ja uusia muotoja länsimaisesta musiikista. Samoin etenkin esiintyvien ryhmien tanssi on saanut vaikutteita länsimaisista tanssimuodoista.

## Työtapoja ja muita ideoita afrotunneille

-opettajajohtoinen työtapo (esim. lämmittelyliikkeet voidaan tehdä opettajaa seuraten)

-tanssiminen piirissä (voi olla aluksi oppilaille jännittävääkin, liikkeitä voi olla myös vaativaa hahmottaa, mutta kokeile sopivassa kohdassa! Osa pitää tästä kovasti, osalle on vaikeaa olla silmätysten muiden kanssa ainakin alussa. Lisäksi suuntien ja aloittavan jalan hahmottaminen voi olla osalle vaikeaa. Voit korostaa, ettei aloittavalla jalalla ole piirissä tanssittaessa niin suurta merkitystä.

-liikkuminen kulmasta kulmaan pareittain (voidaan harjoitella koreografian osia, yksittäisiä liikkeitä ja askeleita, tehdä lämmittelyliikkeitä jne.) Valitse riittävän helppoja ja selkeitä liikkeitä, joilla voidaan edetä tilassa. Näitä ovat esimerkiksi kävely, johon yhdistetään rintakehän liike ja erilaisia käsiliikkeitä, sivulle-viereen askeleet erilaisin käsiliikkein, hyppelyt jne. Jos harjoittelette kulmasta kulmaan koreografian/sarjan osia, jotka eivät ole luonteeltaan tilassa liikkuvia, voit liittää liikkeisiin väliin esim. 4/8 kävelyaskelta.

- liikkuminen jonoissa (esim. neljä jonoa), tanssijat voivat liikkua salin päästä päähän ja mennä takaisin lähtöpisteeseen salin sivuseinien kautta heti kun ovat päässeet salin toiseen päähän (ei keskeltä > turvallisuus, jotta ei törmätä muihin tanssijoihin). Tällainen harjoitusmuoto on ollut aika toimiva, ne jotka ovat jo liikkuneet salin monessa kouluryhmässä hyvin).

-tanssiminen kahdessa ryhmässä vastakkain vuoropuheluna. Jompikumpi ryhmä tanssii signaaliin asti, jonka aikana toinen ryhmä on hengessä mukana ja jammailee. Tämän voi tehdä myös esim. 2x8, jonka jälkeen toinen ryhmä tanssii saman sarjan osan, jos ei vaihdeta liikkeitä signaaleista. Näin ei tarvitse vielä osata koko tanssia putkeen. Vuorovaikutteista!

-tanssijat voivat jatkaa ryhmissä opettamaasi koreografiaa; he voivat valita esim. tunneilla tanssittuja liikkeitä lisäten ne koreografiaan. Voit antaa esim. ohjeeksi: valitkaa liike, jossa on mukana rintakehä tai liike, jossa liikutaan sivusuunnassa tai jokin tunneilla tanssittu hyppy ne. Tietyt raamit yleensä helpottavat oppilaita tekemään omia liikkeitä.

-oppilaat voivat lisätä ilmaisua opettamaasi koreografiaan esim. valokuvien, lehtileikkeiden tunnelman pohjalta.

-Lattialiikkeet soveltuvat myös afrotunnille; esim. vatsalihasliikkeet, venyttelyt lattiatasossa, selän pyöristykset/notkistukset konttausasennossa (kissa/lehmä)

## Afrotunnin esimerkkirakenne

1. Rento aloitus jollakin jäänmurtoharjoituksella, esim. tanssihippa tms.
2. Alkulämmittelyt esim. isolations ja perusliikkeet opettajajohtoisesti sekä lyhyet venyttelyt.
3. Harjoitellaan lyhyt liikesarja esim. alkulämmittelyn liikkeistä - parin kanssa tai kahdessa rivissä vastakkain katsekontaktissa. Koreografian liikkeet tanssitaan vuoropuheluna, ensin toinen pareista tanssii yhtä liikettä signaaliin asti ja sitten toinen ”vastaa” samalla liikkeellä. Sitten leaderi tanssii liikesarjan toisen liikkeen ja pari vastaa samalla liikkeellä signaalin jälkeen. Ei-tanssiva henkilö jammailee omalla tavallaan ja esim. kannustaa pariaan taputtaen. Kun kaikki liikkeet on tanssittu, toinen pareista toinen vaihtuu leaderiksi.
4. Liikkuminen kulmasta kulmaan pareittain tai jonoissa liikkuminen salin päästä päähän (perusaskeleita, parin kanssa kasvot vastakkain liikkuminen harjoitellen esim. rintakehän liikkeitä, harjoitellaan tunnin lopun koreografiaan/perinteiseen tanssiin kuuluvia liikkeitä). Tunnista saa erittäin fyysisen tällä harjoituksella. **Mieti, mille ryhmälle tämä voisi sopia, osalle voi olla liian jännittävä harjoitus.**
5. Pidempi koreografia, jossa oppilaat voivat tehdä itsekin liikkeitä tai hyödyntää opettajan antamia ohjeita ilmaisusta tms. (esim. Kukulelombe tai itse tekemäsi koreografia, jonka olet tehnyt yksittäisiä liikkeitä yhdistämällä).
5. Loppurauhoittuminen/venyttelyt

Voit myös rikkoa tunnin rakennetta 😊

Tsemppiä afroiluun!

Mansku