



Vantaa



TANSSIEN

läpi lukkarin



TANSSIKASVATUKSEN MENETELMÄOPAS PERUSOPETUKSEEN

# Taikalamppu-menetelmäoppaat

*Kädessäsi on ainutlaatuinen opas, jonka avulla voit avata kulttuurin kokemisen maailmaa ja toteuttaa uudenlaisen työpajan tai taidehetken lasten tai nuorten kanssa. Se on syntynyt Taikalamppu-verkostossa, osana valtakunnallista lasten- ja nuortenkulttuurikeskusten kehitystyötä. Taikalamppu-verkosto on toiminut vuodesta 2003 alkaen, ja sitä tukee opetus- ja kulttuuriministeriö. Lastenkulttuurikeskusten verkostossa on tällä hetkellä yksitoista jäsentä eri puolilla Suomea. Niillä kullakin on omat kehitystehtävänsä, jotka liittyvät eri taiteenlajeihin ja myös laajempiin kokonaisuuksiin kuten esimerkiksi monitaiteisuuteen tai kulttuurien kohtaamiseen ([www.taikalamppu.fi](http://www.taikalamppu.fi)). Taikalamppu-menetelmäopas toteuttaa tiettyjä arvoja, jotka ovat yhteisiä kaikille verkoston toimijoille. Niitä ovat jokaisen lapsen ja nuoren oikeus taide- ja kulttuuripalveluihin, lapsi ja nuori aktiivisena toimijana, taide ja kulttuuri osana lasten ja perheiden hyvinvointia, taiteen raja-aitojen rikkominen, kulttuurien välinen vuoropuhelu sekä vankka usko ammattitaitoon. Tavoitteenamme on, että nämä arvot leviävät menetelmäoppaittemme avulla ympäri Suomen – myös sinne, missä ei ole varsinaisia lastenkulttuurikeskuksia.*

*Toivotamme sinulle ja ryhmällesi lämmittäviä Taikalampun säteitä ja onnistunutta taidehetkeä!*

*Terveisin,  
Taikalamppu-verkoston toimijat*

Julkaisija: Vantaan kaupunki / Taikalamppu  
Toimitus: Reeli Karimäki, Laura Norppa ja Hanna Nyman

Painopaikka ja vuosi: Spin Press, 2012  
Graafinen suunnittelu ja taitto: Tiina Kuoppala  
Valokuvat: Rebekka Muanja  
Oppaan tilaus: Tanssien läpi lukkarin -menetelmäopasta ja opettajille suunnattuja tanssikoulutuksia voi tilata Vantaan kaupungin kulttuuripalveluilta: [taikaloikka@vantaa.fi](mailto:taikaloikka@vantaa.fi)  
Opas on ladattavissa osoitteesta: <http://www.taikalamppu.fi/index.php/menetelmaeoppaat>

ISBN 978-952-443-386-0



# Vantaan Taikalamppu

Vantaan kaupungin kulttuuripalveluiden lastenkulttuuriyksikkö on kuulunut vuodesta 2003 lähtien valtakunnalliseen lastenkulttuurikeskusten verkostoon – Taikalamppuun. Verkoston jäsenenä Vantaan taiteenalakohtainen kehittämistehtävä on tanssi. Tavoitteena on tanssitaiteen kehittäminen edistämällä saavutettavuutta, erityisryhmille suunnattuja palveluja, tanssialan tapahtumia ja taidekasvatushankkeita. Nämä tanssitaidekasvatuksen tavoitteet on yhdistetty hedelmällisesti tanssipedagogiikan uusien muotojen etsintään, josta loistavana esimerkkinä ja tuloksena on tämä käsissäsi oleva Tanssien läpi lukkarin -menetelmäopas. Op-  
paassa esitellään harjoituksia, joissa tanssi yhdistyy eri oppiaineisiin perusopetuksessa. Tämän oppaan myötä toivomme teille inspiraatiota ja oivalluksien iloa opetustyössä.

Reeli Karimäki

Lastenkulttuurin päällikkö

Vantaan kaupunki

## SISÄLLYS

### ESIPUHE

5

**JOHDANTO:** Oppia tanssin avulla

6

Kehollinen oppiminen ja tanssi koulun arjessa

8

Johdanto harjoituksiin

10

### ÄIDINKIELI

11

1. luokka

11

1.–3. luokat

11

1.–4. luokat

13

3.–4. luokat

13

4.–9. luokat

13

1.–9. luokat

14

3.–9. luokat

15

### VIERAAT KIELET

16

1.–6. luokat

16

### MATEMATIIKKA

20

1.–2. luokat

20

### GEOMETRIA

24

3.–6. luokat

24

4.–9. luokat

25

### BIOLOGIA / YMPÄRISTÖ- JA LUONNONTIETO

27

1.–3. luokat

27

9. luokka

27

### YMPÄRISTÖ- JA LUONNONTIETO

29

1.–2. luokat

29

1.–3. luokat

30

### YMPÄRISTÖOPPI JA KANSANPERINNE

31

1.–3. luokat

31

### MAANTIETO JA KANSAINVÄLISYYSKASVATUS

32

4.–9. luokat

32

### HISTORIA

33

4.–6. luokat

33

### MUSIIKKI

34

1.–9. luokat

34

### KUVATAIDE

35

2.–4. luokat

35

### LIIKUNTA

36

4.–9. luokat

36

### Aivot tanssimaan ja ajatus liikkeeseen!

37

### Tanssinopettajien ajatuksia opettamisesta

38

### Kirjoittajat

39





## ESIPUHE



*Tanssien läpi lukkarin* on Koko koulu tanssii! -hankkeessa kehitettyjen pedagogisten menetelmien, harjoitusten ja toimintamallien menetelmäopas. Hanke käynnistyi Kartanonkosken yhtenäiskoulussa Vantaalla elokuussa 2009 ja se on osa opetus- ja kulttuuriministeriön rahoittamaa Taikalamppu-hanketta.

Koko koulu tanssii! -hankkeen tarkoitus on, että jokainen oppilas saa säännöllistä ja korkeatasoista tanssin opetusta ja että oppilaalle muodostuu myönteinen suhde omaan kehoonsa ja sen ilmaisullisiin mahdollisuuksiin. Tavoitteena on myös, että kehollisesta ilmaisusta tulee luonteva osa koko koulu yhteisön elämää. Luova, taiteellinen ja kokonaisvaltainen toiminta koulu yhteisössä rakentaa koulun ilmapiiriä kohti hyväksyvää avoimuutta, jossa omia tunteita on mahdollista ilmaista rakentavasti (Kartanonkosken yhtenäiskoulun opetussuunnitelma)<sup>1</sup>.

Lähdimme hankkeeseen kuin tutkimusmatkalle – avoimin mielin kehittämään koulutanssin mallia. Tanssi on tuonut paljon uudenlaista pedagogista ajattelua kouluun ja vahvistanut koulumme luovuutta. Ehkä emme itsekään kaikilta osin vielä tiedosta, miten monin tavoin hanke on vaikuttanut toimintakulttuuriimme. Olemme oppineet, että asioita voi tehdä toisin.

Tanssinopettajat Reeta Riekkinen ja Sari Perttu ovat tehneet uraa uurtavaa työtä koulutanssin kehittämisessä ja vastaavat tämän menetelmäoppaan sisällöstä. Koko koulu tanssii! -hankkeesta vastaavat yhteistyössä Teatterikorkeakoulun tanssipedagogiikan laitos, Tanssiteatteri Raatikko, Vantaan kaupungin kulttuuripalvelut / Taikalamppu -kehittämis-hanke ja sivistystoimi.

Toivon, että tästä menetelmäoppaasta on iloa ja hyötyä koulutanssin kehittämisessä. Toivon myös, että tämä hanke osaltaan vaikuttaisi siihen, että kehollisen ilmaisun osuus opetussuunnitelmassa vahvistuisi ja se kuuluisi tulevaisuudessa jokaisen koulun toimintakulttuuriin ja oppisisältöihin.

**Tuija Tammi**

*alurehtori*

Kartanonkosken yhtenäiskoulu

<sup>1</sup> [http://www.edu.vantaa.fi/kartanonkoski/ladattavat\\_tiedostot/KKK\\_OPS\\_25\\_5\\_2009.pdf](http://www.edu.vantaa.fi/kartanonkoski/ladattavat_tiedostot/KKK_OPS_25_5_2009.pdf)

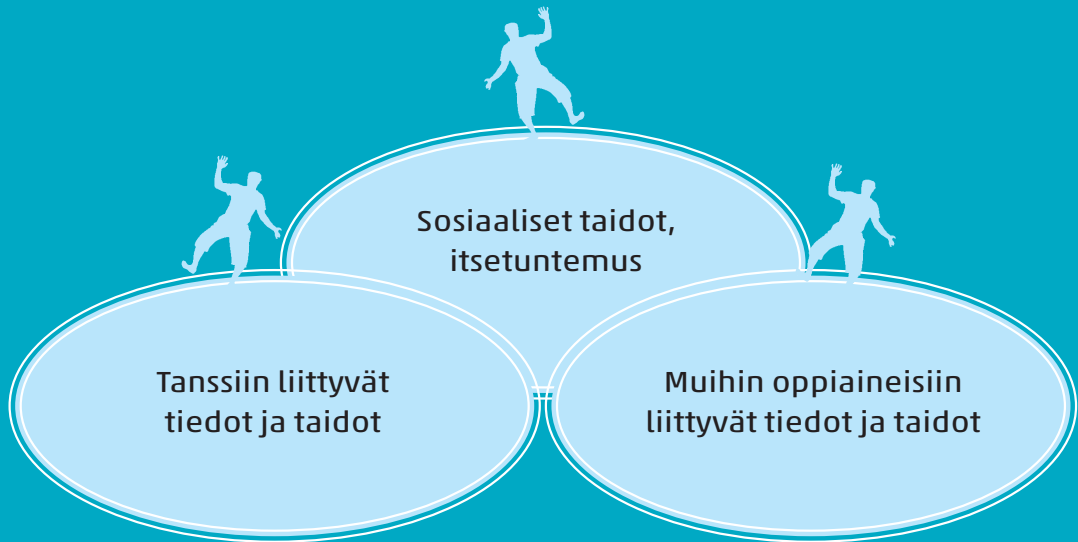


# JOHDANTO

## Oppia tanssin avulla

Koko koulu tanssii! -hankkeessa perusajatuksena on tanssin integroiminen eri oppiaineisiin, jotta kaikki luokka-asteet saavat tanssinopetusta. Tunneilla ovat läsnä tanssinopettajan lisäksi myös ryhmän oma opettaja. Käytännössä tämä tarkoittaa, että aihekokonaisuudet ja tavoitteet tanssitunneille nousevat siitä oppiaineesta, jonka kanssa tanssi kulloinkin nivoutuu yhteen. Tämän vuoksi olemme koonneet tähän menetelmäoppaaseen harjoituksia, joiden avulla voi käsitellä koulun opetussuunnitelmassa olevia sisältöjä tanssin ja liikkeen kautta.

Tanssi ei kuulu peruskoulun oppiaineisiin, eikä maassamme ole opetussuunnitelmaa tanssille osana yleissivistävää koulua. Tämä lähtökohta on haastanut hankkeen toteuttajat ratkaisemaan kysymyksen taiteen soveltavasta käytöstä. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että jokainen tanssitunti ja jopa jokainen yksittäinen harjoitus toimii kolmella tasolla tai kolmenlaisten tavoitteiden tukemiseksi:



Harjoitukset eivät ole useinkaan sidottuja tiettyyn tanssilajiin, vaan tanssinopetus toteutuu improvisaation, luovan tanssin ja eri tanssilajeihin tutustumisen kautta. Oppilaat opiskelevat esimerkiksi geometriaa tanssien ja tutustuvat samalla myös tanssin elementteihin, kuten dynamiikkaan, muotoihin, rytmiin ja improvisaatioon. Katsomme, että hankkeen myötä oppilaat ovat oppineet tanssin avulla ja samalla myös tanssimaan.

Uskomme, että tanssin ja kehollisen oppimisen avulla oppimistulokset voivat olla syvempiä ja pysyvämpiä, sillä oppilaat ovat opiskellessaan käyttäneet koko kehoaan. Tanssin myötä myös lasten ryhmätyötaidot, sosiaalisuus, itsetunto sekä ilmaisun rohkeus saavat mahdollisuuden vahvistua. Kokemuksemme mukaan liike ja tanssi toimivat myös oppimisen edellytysten edistäjinä niille lapsille, joille tavallinen luokka-opetus tuntuu joskus haastavalta.

Tämän oppaan tarkoitus on rohkaista opettajia tarttumaan tanssiin yhtenä opetusmenetelmänä. Olemme hioneet oppaan harjoitukset omassa työssämme Kartanonkosken yhtenäiskoulussa, ja ne ovat käytännössä osoittautuneet toimiviksi. Olemme myös halunneet tuoda esimerkkejä mahdollisimman monen oppiaineen piiristä, jotta tanssin laajat mahdollisuudet opetuskäytössä tulisivat ilmi. Oppaaseen on koottu valmiita esimerkkitunteja, mutta harjoituksia voi käyttää myös yksittäin tai pidempinä kokonaisuuksina. Tanssiharjoitukset voivat toimia myös opetusjakson aloittajina ja motivoijina.

Toivomme, että moni opettaja soveltaa ja kehittää edelleen harjoituksia omassa työssään ja kokee kehollisen oppimisen antoisana opetusmenetelmänä.

siis: **"Tanssien läpi lukkarin!"**

**Sari Perttu ja Reeta Riekkinen**  
*tanssinopettajat*  
Kartanonkosken yhtenäiskoulu





## Kehollinen oppiminen ja tanssi koulun arjessa

EEVA ANTILA

Koko koulu tanssii! -hankkeen perustana on kokonaisvaltaisuus, yhteisöllisyys ja tasa-arvo. Hankkeessa kehitetään kehollisen oppimisen menetelmiä ja arvioidaan niiden toteutumista. Tanssi on tuotu jokaisen oppilaan ja opettajan ulottuville. Kaikki oppilaat saavat tanssinopetusta pätevän tanssinopettajan johdolla, ja kehollista oppimista soveltaa mahdollisimman moni opettaja omassa luokassaan. Opettajat ovat saaneet koulutusta keholliseen oppimiseen liittyen, ja tanssinopetuksen suunnittelu tapahtuu yhdessä luokan- tai aineenopettajan kanssa. Näin opettajilla on mahdollisuus rakentaa yhteyksiä tanssin ja muun opetuksen välillä. Yhteydet voivat olla sisällöllisiä tai menetelmällisiä, parhaassa tapauksessa molempia.

Tavoitteena on kehollisuuden ja tanssin sulautuminen luontevaksi osaksi jokapäiväistä elämää koulussa. Tällaisen muutoksen saavuttaminen koko yhteisön tasolla vie aikaa ja edellyttää vankkaa sitoutumista. Luokkatasolla muutos tapahtuu vaihtomammin, ja on ennen kaikkea riippuvainen opettajan kiinnostuksesta. Oppilaat lähtevät mukaan tanssiin ja keholliseen ilmaisuun opettajansa kannustamana. Opettajien kanssa on pohdittu kehollisuuden ilmenemismuotoja koulumaailmassa ja opettajan roolia kehollisuuden mallina.

Kehollisuus on laaja käsite. Sen pariin kuuluvat kehon sisäiset tuntemukset ja aistimukset, kehon taidot, kehollinen kommunikaatio ja ilmaisu, eli kehon sisäinen kokemusmaailma ja kaikki se, mitä keho ilmaisee ja viestii. Kaikki tämä tuottaa kehollista, kokemuksellista tietoa. Nykyisen kognitio- ja neurotieteen mukaan käsitteellinen tieto, kieli ja kyky abstraktiin ajatteluun rakentuvat kehon tiedon varaan. Tämä käsitys on hiljattain todettu myös Opetushallituksen taholla. (Kujala et. al. 2012)<sup>2</sup>. Peruskoulun opetussuunnitelman perusteisiin tämä kokonaisvaltainen käsitys oppimisesta ei valitettavasti näytä yltävän.<sup>3</sup>

2 Kujala T., Krause C., Sajaniemi N., Silvén M., Jaakkola T., Nyysölä K. (toim.) 2012. Aivot, oppimisen valmiudet ja koulunkäynti: Neuro- ja kognitiotieteellinen näkökulma. Saatavissa: [http://oph.fi/download/138958\\_Aivot\\_oppimisen\\_valmiudet\\_ja\\_koulunkaynti.PDF](http://oph.fi/download/138958_Aivot_oppimisen_valmiudet_ja_koulunkaynti.PDF).

3 Ks. [http://www.minedu.fi/OPM/Julkaisut/2012/Tulevaisuuden\\_perusopetus.html](http://www.minedu.fi/OPM/Julkaisut/2012/Tulevaisuuden_perusopetus.html)



Kehollisessa oppimisessa liike ja ajattelu kietouvat yhteen. Tähän oppaaseen on koottu erilaisia harjoituskokonaisuuksia, joissa tätä yhteyttä käytetään oppimisen syventämiseksi. Kehollinen oppiminen on monimuotoinen tapahtuma, jossa ihminen on mukana kokonaisuutena: toiminta, ajattelu, kokemukset ja sosiaalinen vuorovaikutus toimivat rinnakkain. Kun kehollinen oppiminen tapahtuu tanssin ja taiteen kontekstissa, mukaan tulevat vielä luovuus, ilmaisu ja mielikuvitus.

Tällainen käsitys oppimisesta kääntää päälaelleen näkemyksen, jonka mukaan oppiminen on yksilön aivoissa tapahtuvaa symbolisen tiedon käsittelyä. Kehollinen oppiminen tapahtuu koko ihmisessä ja ihmisyhteisöissä. Se on luova tapahtuma, jossa fyysinen todellisuus ja kuvitteelliset maailmat risteytyvät. Kehollinen oppiminen ei ole kieleen sidottua, mutta se tuottaa kieltä, luovaa ajattelua, merkityksiä ja oivalluksia.<sup>4</sup>

Koko koulu tanssii! -hankkeessa tanssi on enemmän kuin askeleita ja liikesarjoja. Tanssi on vuorovaikutusta ja kehollista kommunikaatiota. Se kuuluu yhteisölliseen elämään arjessa ja juhlassa. Tanssi tuo iloa ja nautintoa, mutta se myös luo merkityksiä ja avaa näkökulmia maailman ymmärtämiseen. Tanssi on myös metafora, joka kuvastaa mielen liikettä, joustavaa ja luovaa ajattelua sekä rakentavaa, elävää suhtautumista toisiin ihmisiin. Tanssin mahdollisuudet tukea ihmisen kehitystä ja kokonaisvaltaista oppimista ovat moninaiset ja suurelta osin vielä käyttämättä.

Tästä saadut kokemukset ovat olleet pääsääntöisesti hyvin myönteisiä tässä pilottiprojektissa. Erityisesti luokanopettajien ja taideaineiden opettajien kokemukset kuvastavat innostusta, voimaantumista, omien pedagogisten käsitysten avartumista ja taito-

jen monipuolistumista. Tanssi ja kehollinen oppiminen tempaa mukaansa ennakkokäsitysten vastaisesti myös monet pojat. Alun varautuneisuudesta päästyään tanssi näyttäisi olevan erityisesti alakouluikäisille pojille uusia mahdollisuuksia avaava oppimisen väylä.

Yläkoulun puolella kehollisen oppimisen toteuttaminen on odotetusti haasteellisempaa. Opetussuunnitelmat ovat hyvin täysiä, aikaa kokeilevaan pedagogiikkaan on vaikea löytää. Myös oppilaiden asenteet kehollista ilmaisua, tanssia, ja muutakin tavallisuudesta poikkeavaa toimintaa kohtaan tiukenevat iän myötä. Tämänkin hankkeen kohdalla nähdään että, oppilaiden iällä on suuri merkitys suhtautumisessa: mitä nuorempia oppilaat ovat, sitä ennakkoluulottomammin he heittäytyvät tanssiin ja liikkeeseen.

Koko koulu tanssii! -hanke ei kuitenkaan suostu jättämään yläkoulun oppilaita ja opettajia ulkopuolelle. Alusta asti tavoitteena on ollut löytää keinoja ratkaista nimenomaan yläkoulun ja murrosiän haasteita. Pedagogisten kokeilujen tarkoituksena on selvittää, miten murrosikään luonnollisena kuuluvaa kehollisuuden rajoittuneisuutta ja itseilmaisun estyneisyyttä voisi lieventää.

Nyt halutaan haastaa kaikkien aineiden opettajat miettimään, miten vapautuneisuutta ja tanssin iloa voisi vaalia mahdollisimman pitkään. Kun toiminnallisuus ja kehollinen ilmaisu kuuluvat jokaisen oppilaan arkeen, on ehkä mahdollista vähentää ainakin itseilmaisuuksiin ja tanssiin helposti liittyvää sosiaalista painetta. Yhdenmukaisuuden paine näyttää olevan monille nuorille lähes ylittämätön este. Tämän esteen voittaminen vaatii paljon työtä ja tahtoa.

Jokainen opettaja vaikuttaa siihen, millaista kehollisuutta kouluissa rakennetaan. Kehollisen oppimisen ja tanssin kautta avautuu uusia mahdollisuuksia jokaisen oppiaineen opetukseen ja yhteisön rakentamiseen. Vapautuneisuus, ilmaisun rohkeus, liikkumisen ilo ja luova yhteinen toiminta voivat rakentaa koulua entistä dynaamisemmaksi ja elävämmäksi kohtaamispaikaksi.

4 Kehollisesta oppimisesta tarkemmin ks. esim. Anttila, E. 2011. Taiteen tieto ja kohtaamisen pedagogiikka. Teoksessa E. Anttila (Toim.) 2011. Taiteen jälki: Taidepedagogiikan polkuja ja risteyksiä. Teatterikorkeakoulun julkaisusarja 40; Anttila, E. 2010. Tanssiva koulu: Mahdottoman hyvä idea. Taiteen keskuustoimikunta. <http://www.danceinfo.fi/assets/PDFt/Focus-PDF/TANSSINPAIKKA-web.pdf>









ÄIDINKIELI...VIERAAT KIELET...MATEMATIIKKA...GEOMETRIA...  
 BIOLOGIA / YMPÄRISTÖ- JA LUONNONTIETO...  
 YMPÄRISTÖ- JA LUONNONTIETO...YMPÄRISTÖOPPI JA KANSANPERINNE...  
 MAANTIETO JA KANSAINVÄLISYYSKASVATUS...HISTORIA...  
 MUSIIKKI...KUVATAIDE...LIIKUNTA

## Johdanto harjoitukseen

Tämän menetelmäoppaan harjoitukset on sidottu eri oppiaineiden sisältöihin, ja niitä voidaan soveltaa myös esi- ja erityisopetusryhmissä, valmistavassa opetuksessa sekä koulujen kerhotoiminnassa. Käyttöönotto on helppoa, sillä osa harjoituksista ovat osin ennestään tuttuja liikunta- ja ryhmäleikeistä. Mikäli jonkin menetelmän toteuttaminen vaatii liikuntasalin, on siitä erikseen maininta. Muutoin harjoitteet sopivat tavalliseen luokkahuoneeseen. Osa on kesto- taan lyhyitä, muutaman minuutin mittaisia, mutta mukana on myös koko oppitunnin kestäviä kokonaisuuksia. Oppaassa olevien harjoitusten lisäksi suosittelemme Nuoren Suomen *Suunnit- telen liikuntaa* -nettipalvelua, josta löytyy liikuntaleikkejä eri ikäryhmille. ([www.nuorisuomi.fi](http://www.nuorisuomi.fi))

Tarvittavat materiaalit ja välineet on merkitty jokaisen harjoitteen yhteyteen omilla tunnisteeillaan:

Musiikki, cd-soitin	
Piirustusvälineet	
Liikuntasali	
Tietokone, DVD -soitin, videokamera	



## 1. luokka

### KIRJAINMUODOT JA KIRJOITUSSUUNNAT

Oppilaat tekevät ensin piirissä omalla kehollaan kirjaimen, jonka opettaja näyttää kuvatauluna. Sitten he liikkuvat vapaasti tilassa musiikin mukaan. Musiikin loppuessa kukin oppilas muodostaa kehollaan kirjaimen, jonka opettaja näyttää. (I, L, O, U, V, Y, R, S, K, P, C, X, Ö)

Vaihtoehtoja:

Muodostetaan kirjaimia parin kanssa  
(A, G, H, L, S, Q, X, Y, Å, Ä, V)

Kolme oppilasta muodostaa yhdessä kirjaimia  
(A, B, N, F, R, Z)

Neljä oppilasta muodostaa yhdessä kirjaimia  
(M, E)

Kun taidot karttuvat, voidaan liikkua vapaasti musiikin mukaan, ja musiikin pysähtyessä opettaja sanoo kirjaimen ja oppilasmäärän, joka tarvitaan kirjaimen.

Oppilaat seisovat rivissä opettajansa edessä. Heillä on edessään kuvitteellinen maalipurkki, johon he ovat kastavinaan jonkin kehonosansa. Kastamallaan kehonosalla he piirtävät opettajan mallista opetettavan kirjaimen ilmaan. Piirtää voi kädellä, kahdella kädellä, sormella, jalalla, kahdella jalalla, nenällä, kyynärpäällä tai polvella.

## 1.-3. luokat

### SANARYTMI JA RUNOUS

Tunnin alussa istutaan piirissä risti-istunnassa. Kukin oppilas lausuu nimensä ja taputtaa jokaisella nimensä tavulla kerran. Ryhmä toistaa taputukset ja nimen. Seuraavaksi jokainen vuorollaan keksii käsi liikkeen ja muut toistavat sen. Sitten jokainen keksii vuorollaan patsasasennon, jonka muut toistavat. Liikkeeseen ja asentoon voi liittää myös sitä kuvailevan sanan.



## Lorut

Oppilaat saavat ehdottaa liikkeitä ja opettaja poimii niistä sopivia. Kaikki oppilaat harjoittelevat valitut liikkeet samalla lausuen runon ääneen. Toistetaan liike ja loruharjoitus niin kauan että kaikki oppivat sen. Oppilaat ovat innokkaita keksimään itse liikkeitä, kun heitä rohkaisee ja kehuu!

ESIMERKKI 1. *Entten tentten teelikamentten, hissun kissun vaapula vissun, Eelin keelin klot, viipula vaapula vot / Eskon saum, pium, paum / Nyt mä lähden tästä pelistä pois!*

Opettaja opettaa loruun kuuluvat liikkeet piirissä. **Entten tentten teelikamentten** – astutaan rytmikkäästi piirin keskustaan ja samalla taputetaan reisiin / **hissun kissun vaapula vissun** – hiivitään hiljaa keskustaan päin / **Eelin keelin klot** – hypähdellään taaksepäin / **viipula vaapula vot** – hypätään paikalla X-I-hyppyjä / **Eskon saum, pium, paum** – kierretään vartaloa puolelta toiselle ja samalla isketään rytmikkäästi nyrkeillä ilmaan vartalon vieressä. Joustetaan jaloilla alas ja ylös/ **Nyt mä lähden tästä pelistä pois!** – kävellään pienen pieniä askelia taaksepäin ja hypähdetään ympäri sanalla **pois**.

ESIMERKKI 2. *Pium, paum paukkaa / jänis metsässä laukkaa / kultakello kaulassa / punaisessa nauhassa.*

**Pium, paum paukkaa** – lapset tömistelevät jalkojaan ja taputtavat käsiään / **jänis metsässä laukkaa** – lapset pomppivat kuin jänikset / **kultakello kaulassa** – keinutaan kuin kirkonkello puolelta toiselle / **punaisessa nauhassa** – pyörähdetään ympäri tehdyn nauhamainen liike kädellä.



Ryhmätyö 2–3 -luokkalaisille: Oppilaat suunnittelevat koreografian runon säkeeseen. Runossa tulisi olla säkeistöjä luokan koon mukaan. On hyvä, jos runo on rytmikäs ja mielikuvitusta inspiroiva. Sopivia runoja voi hakea muun muassa Kultaisesta lastenrunokirjasta.

Oppilaat jaetaan 3–5 hengen ryhmiin. Kullekin ryhmälle annetaan valitusta lastenrunosta yksi säkeistö. Ryhmät opettelevat sen ulkoa, suunnittelevat säkeistöön liikkeet ja harjoittelevat sen. Lopuksi kukin ryhmä esittää lausuen ja liikkuen oman säkeistönsä toisille oppilaille. Näin lapset kuulevat toistensa esityksistä koko runon.

Vaihtoehtoisesti ryhmille voi kullekin antaa oman pienen rytmikkään runon, johon oppilaat suunnittelevat liikkeet. Oppilaat voivat esittää runoliike-esityksiään esimerkiksi muille luokille, vanhempainillassa tai koulun juhlissa.





## 1.-4. luokat

### SANALUOKAT

#### Verbit

##### Tulkaa tänne kaikki lapset -leikki:

Oppilaat seisovat rivissä, ja opettaja lausuu: "Tulkaa tänne kaikki lapset!" Oppilaat vastaavat: "Miten?" Opettaja sanoo ja näyttää samalla liikkumistavan. Esimerkiksi: juosten, pomppien, ryömien, hyppien jalalta toiselle, hiihtäen, luistellen, laukaten, pyörien, varpailla kävellen, hiipien, tanssien, kontaten tai tömistellen. Kun leikki tulee tutuksi, oppilaat saavat vuorotellen olla leikin 'johtajia' eli sanoa ja näyttää muille liikkumistavan.

#### Adjektiivit

Opettaja istuu oppilaiden kanssa pirissä. Hän lähettää kiertämään oppilaalta oppilaalle toiseen suuntaan höyhenen ja toiseen suuntaan kiven. Mikäli ryhmä on pieni, voi lähettää yhden esineen kerrallaan. Oppilaat saavat kertoa minkälainen esine on. Seuraavaksi opettaja lähettää kiertämään köyden ja pehmeän liinan. Oppilaat saavat jälleen kuvailla minkälainen esine on.

Tämän jälkeen järjestäytytään peräkkäisiin jonoihin. Eteenpäin liikkuvan rivin tulee olla riittävän väljä niin, että jokaisella oppilaalla on riittävästi tilaa liikkuu. Rivi kerrallaan liikkuu tilan poikki eri tavoin: kevyesti, raskaasti, pehmeästi, terävästi, kiemurtelevasti, hitaasti, nopeasti, pelottavasti, veltosti, robottimaisesti, räsynukkemaisesti tai vaikka iloisesti.

Opettaja näyttää tai sanoo oppilaille muotoja, ja oppilaat tekevät muodon omalla kehollaan parinsa kanssa patsaana. Esimerkiksi pyöreän, suoran, kulmikkaan, kiemurtelevan tai terävän muodon. Opet-

taja lisää muotoon laadun. Minkälainen muoto on: merkiksi kaunis, hauska, pelottava tai vihainen?

Sopiva musiikki tähän harjoitteeseen on esimerkiksi *Antonion sadetanssi – musiikkia luovaan ja esittävään tanssiin* (Mikko-Ville Luolajan-Mikkola ja David Yoken).

#### Substantiivit

Oppilaat työskentelevät pareittain. Toinen parista on kuvanveistäjä ja toinen savea, josta kuvanveistäjä muovaa patsaan. Opettaja voi jakaa lapuilla substantiiveja veistotehtäviksi (urheilija, ammatti tai eläin) tai oppilas saa itse valita, mitä hän veistää. Kun veistos on valmis, ollaan ikään kuin taidenäyttelyssä ja tunnustetaan veistoksia. Tämän jälkeen parit vaihtavat rooleja.

## 3.-4. luokat

### LAUSEHARJOITUS

Kukin oppilasryhmä tai -pari saa lapulla lauseen. Ensin he kirjoittavat sanojen yläpuolelle sanaluokan. Sitten ryhmä suunnittelee sanoihin sopivat liikkeet. Jokainen ryhmä esittää oman lauseensa liikkuen. Tarkastetaan yhdessä, että sanat on nimetty oikeisiin sanaluokkiin.

Esimerkkilauseita:

- Pojat pelaavat jalkapalloa upottavassa suossa
- Vuorikiipeilijät kiipeävät korkealla vuorella
- Nuorallatanssijat kävelevät ohuella narulla
- Leijonat saalistavat hiljaisesti savannilla



## 4.–9. luokat

### SANARYTMI JA RUNOUS

**Lämmittely:** Kuunnellaan vauhdikasta musiikkia ja tehdään sitä kuvaavia liikkeitä. Kuunnellaan rauhallista ja pehmeää musiikkia ja etsitään sitä kuvaavia liikkeitä. Oppilasryhmän mukaan liikutaan joko opettajajohtoisesti tai niin, että oppilaat saavat keksiä itse liikkeitä musiikkiin ja liikkuvat vapaasti tilassa.

Sopiva musiikki tähän harjoitukseen löytyy esimerkiksi levyiltä: *Antonion sadetanssi – musiikkia luovaan ja esittävään tanssiin* (Mikko-Ville Luolajan-Mikkola ja David Yoken).

**Sanarytmiharjoitus:** Oppilaat jaetaan 3–5 hengen ryhmiin. Ryhmille jaetaan kaksi A4-kokoista paperiarkkia. Toiseen he kirjoittavat sanan *takete* ja toiseen sanan *malumba*. He piirtävät kumpaankin paperiin vahaväreillä sanaa kuvaavia muotoja. Ryhmät näyttävät piirroksensa toisilleen.

Seuraavaksi ryhmät saavat suunnitella vähintään kolme liikettä, jotka kuvaavat sanaa *takete* ja sanaa *malumba*. Ryhmät harjoittelevat tunnin alussa kuulujen musiikkien soidessa. Lopuksi ryhmät esittävät liikesommitelmansa toisilleen.

**Runoharjoitus:** Kullekin ryhmälle jaetaan oma runo. Runo luetaan ääneen useaan kertaan ja suunnitellaan sitä kuvaavat liikkeitä. Kukin ryhmä esittää koreografian vuorollaan toisille samalla lukien runon ääneen. Sopivia runoja löytyy esimerkiksi Risto Rasalta.

- Vaihtoehtoisesti kukin ryhmä saa oman säkeistön samasta runosta. Kukin ryhmä harjoittelee lukemaan oman säkeistönsä ääneen ja suunnittelee runosäettä kuvaavat liikkeitä. Valitaan ikätasolle kiinnostava rytmikäs runo, jossa on vaihtelevuutta ja ilmeikkyyttä.
- Ryhmät esittävät koreografiat vuorollaan toisilleen, ja niistä muodostuu koko runo.
- Kukin ryhmä voi saada myös kokonaisen oman runon esitettäväkseen.

## 1.–9. luokat

### VUOROVAIKUTUSTAITOT

Kävellään vapaasti tilassa liikkuen mahdollisimman kaukana tai lähellä muita. Kun joku tulee vastaan, valutaan rentona lattialle ja jatketaan saman tien matkaa nosten ylös. Tervehditään vastaan tulevaa eri kehonosilla: kädellä, kyynärpäällä, jalalla, selällä, olkapäällä, varpailla tai polvella. Voidaan keksiä, mitä tehdään kohdatessa: esimerkiksi tietynlainen yhdessä sovittu hassu asento tai ”mitä kuuluu”-asento jne.

#### Ryhmäreippailu

Oppilaat liikkuvat vapaasti musiikin mukaan. Musiikin pysähtyessä opettaja sanoo jonkin luvun kahden ja kymmenen väliltä. Oppilaat muodostavat luvun kokaisen ryhmän. Ryhmille annetaan ikätason mukaisia tehtäviä: kirjainmuotoja, geometrisia muotoja, muoto-tasopatsaita, tunnepatsaita tai kertolaskupatsaita.

#### Luottamuspiiri

Yksi oppilas seisoo tiiviin piirin keskellä. Hän kaatuu keho jännitettynä muiden varaan. Muut oppilaat ottavat kaatuvan kiinni ja siirtävät hänen painonsa rauhallisesti eteenpäin muille piirissä olijoille.



**Still-kuva**

Luokka on piirissä. Valitaan aiheeksi jokin tapahtuma, esimerkiksi liikenneuhka, eläintarha, oppitunti, tanssiesitys, jalkapallo-ottelu, jääkiekko-ottelu, sirkus, pankkiryöstö tai konsertti. Mietitään, mitä rooleja valitussa tapahtumassa on. Yksi oppilas kerrallaan menee piirin keskelle ja ottaa still-asennon. Sitten seuraava oppilas liittyy osaksi muodostelmaa ja niin edelleen.

**Patsas**

Patsas tarkoittaa, että oppilas pysähtyy johonkin asentoon ja pysyy siinä liikkumatta. Tämä tarkoittaa samaa kuin still-kuva. Patsaan aiheet voivat olla vaikka tasot, jolloin oppilas voi jähmettyä matalaan, keskitasoiseen tai korkeaan asentoon. Patsaan aihe voi olla myös tunteet, jolloin jähmettyneen asennon tulee kuvata jotakin tunnetta. Tässä yhteydessä voidaan keskustella siitä, miten erilaiselta näyttää surullinen tai vihainen patsas. Kertolaskupatsaissa oppilaan tai oppilasryhmän tulee muodostaa yhteinen jähmettynyt asento, joka kuvaa esimerkiksi 3 x 2 laskua.



Kun harjoitteissa kehoitetaan käyttämään eri tasoja, tarkoittaa tämä, että käyttää liikkeussaan tilan ala-, keski- ja ylätasoa. Esimerkiksi alatasolla liikkuminen merkitsee matalaa liikkumista lähellä lattiaa ja vastaavasti ylätasolla liike suuntautuu ylöspäin.



Tunneharjoitukseen voi liittää musiikin ja liikkeen. Harjoitusta voi soveltaa myös kielten opiskelussa, jolloin tunteet voi nimetä vieraalla kielellä.

**3.-9. luokat****ILMAISUTAITO**

**Tunneharjoitus:** ohjataan käyttämään eri tasoja sekä kehokosketusta muihin ryhmäläisiin.

Jarjoitetaan tunteita lapuille. Opettaja valitsee lap-puja yksitellen. Tämän jälkeen koko ryhmä ilmaisee tunnetilan fyysisesti piirin keskellä.

Ryhmät (4-5 oppilasta) saavat lapuilla kaksi tunnet-ta, jotka he ilmaisevat patsaana peräkkäin. Oppilaat saavat arvata, mitä tunnetta kunkin ryhmän pat-saat esittävät. Ensimmäinen tunnepatsas pysyy pai-kallaan noin kaksikymmentä sekuntia. Sitten ryh-mä vaihtaa patsasasentoa ja pysyy siinä myös yhtä kauan. Taitojen karttuessa, sama harjoitus voidaan toteuttaa sopivan musiikin tukemana. Tällöin mo-lemmille tunteille on omat musiikit, jotka opetta-ja vaihtaa.



# VIERAAT KIELET

## 1.–6. luokat

*Tässä on esimerkkinä englannin kieli, mutta harjoituksia voi soveltaa minkä tahansa vieraan kielen opiskeluun.*

🕒 5 min

– *What’s your name?*

– *My name is...*

Oppilaat seisovat piirissä ja kysyvät yhteen ääneen: “What’s your name?” Samalla he taputtavat jonkin rytmin omalla kehollaan taputtaen, napsuttaen, koputtaen, suhisten, tömistellen tai tiettyä sanaa tai tavua toistaen. Kukin oppilas vastaa vuorollaan oman nimensä ja liittyy siihen joko yhteisesti sovitun tai oman rytmensä.

Harjoitus voidaan myös toteuttaa siten, että käydään läpi ryhmän oppilaiden nimet sanomalla aina “Your name is...” ja sitten piirissä seuraavan nimi. Tässäkin variaatiossa on mukana kehorytmi. Se voi olla kaikilla sama tai vaihtoehtoisesti jokaisen itsensä keksimä.

## KEHONOSAT

### Kehonosien metsästys

*Tämä harjoitus toimii lämmittelynä muille harjoituksille.*

🕒 5 min

Oppilaat seisovat aloitustilanteessa vastakkain ja alkavat merkistä “metsästää” toistensa kehonosia. Ideana on koskettaa kevyesti kaverin polvia, olkapäitä, kyynärpäitä, selkää tai jotain muuta kehonosaa. Kun lapsi osuu esimerkiksi parinsa polviin, hän sanoo kehonosan vielä vieraalla kielellä ja saa siten yhden pisteen. Pelissä molemmat parit yrittävät osua vastapuolen polviin yhtä aikaa, joten oppilaiden on samanaikaisesti myös koetettava väistellä oman parinsa kosketuksia.

### Improvisaatio- tai lämmittelytehtävä:

Seuraa kättä, sormea...

Opettaja kertoo opiskeltavalla kielellä, mitä vartalon osaa tulee kulloinkin seurata, esimerkiksi “Follow your hand”. Seuratessa kehonosaa, annetaan kyseessä olevan osan viedä. Musiikin soidessa liikutaan ja musiikin loppuessa pysähdytään patsaaksi.

Oppilaita kannattaa kannustaa käyttämään liikkussaan eri tasoja, suuntia ja muuttelemaan tempo. Ohjeet voidaan myös kertoa ja opiskella vieraalla kielellä.

🕒 5–10 min

### **Kehonosat-tanssi**

Musiikin soidessa saa liikuttaa vain tiettyä kehonosaa, jonka opettaja määrittää. Ideana on keksiä mahdollisimman monipuolisia ja vaihtelevia liikkeitä kyseessä olevalla kehonosalla, ja musiikin pysähtyessä muodostetaan patsas.

🕒 5–10 min





## Marionetti-nuket

Oppilaat toimivat pareittain: toinen on marionettinukke ja toinen nukken ohjaaja. Ohjaaja sanoo vieraalla kielellä jonkin kehonosan nimen ja ottaa samalla tästä kehonosasta lähtevästä kuvitteellisesta narusta kiinni ja alkaa liikuttaa "narua". Marionettinukke seuraa "narun" liikkeitä. Nukke saa liikkua vain ohjaajan vieraalla kielellä sanomien kehonosien ja narulla liikuttamisen mukaisesti. Aluksi eri kehonosien liikkeitä tehdään paikallaan, mutta myöhemmin voi koettaa myös liikuttaa nukkea tilassa.

🕒 10 min

## Kehonosatorut

Aluksi voi laulaa ja leikkiä *Pää-olkapää-peppu-polvetarpaat* -laululeikin vieraalla kielellä. Tämän jälkeen oppilaat keksivät pareittain oman vastaavan lorun, johon ei välttämättä tarvitse olla säveltä. Omaa loru toistetaan niin monta kertaa, että oppilaat osaavat sen ulkoa. Loruun liitetään liikkeitä, jotka kukin pari keksii itse. Loru yhdessä liikkeiden kanssa toistetaan eri tempoilla, voimakkuuksilla ja liikelaauduilla, ja tältä pohjalta voidaan edetä myös oman koreografian tekoon.

🕒 5–30 minuuttia riippuen oppilaiden iästä ja siitä, tehdäänkö harjoitus kokonaisuudessaan. Harjoituksen voi jakaa myös useammalle tunnille.

## Keskittyminen ja rauhoittuminen

Istutaan piirissä risti-istunnassa. Opettaja tai yksi oppilas sanoo aina yhden kehonosan, jota jokaisen tulee kevyesti koskettaa kädellään. Tämä harjoitus toistetaan silmät kiinni. Harjoituksen voi tehdä myös pareittain siten, että pari laittaa aina jotkut kehonosat (kädet, selät, kyynärpäät) vastakkain.

🕒 5 min

[ Idea: tanssinopettaja Tina Wezelius Grebacken ]

## NUMEROT, VIIKONPÄIVÄT JA KUUKAUDET

### Ventti

*Tässä harjoitteessa opetellaan vieraalla kielellä numeroita, viikonpäiviä tai kuukausia. Pelin nimi "ventti" viittaa korttipeliin, jossa luku 21 on "ventti", johon pyritään lopettamaan pelaaminen. Tässä harjoitteessa lopetus voidaan kuitenkin sopia vapaasti.*

Oppilaat seisovat tai istuvat piirissä. Pelin tavoitteena on luetella vieraalla kielellä numeroita, viikonpäiviä, kuukausia tai muita sanoja, jotka ovat sillä hetkellä harjoittelun kohteena. Jos ryhmä pääsee lukuun 21, peli loppuu. Muiden lueteltavien käsitteiden kohdalla lopetetaan ennalta määrättyyn lopetukseen, esimerkiksi kun kaikki kuukaudet ovat lueteltu.

🕒 10 min



### Ventti

**Katso tarkemmat ohjeet kohdasta matematiikka 2. luokka: yhteen- ja kertolaskun yhteys sekä kertotaulut.**



## SUUNNAT JA ADJEKTIIVIT

### Kaukosäädin

Aluksi opettaja tai yksi oppilas toimii kaukosäätimen käyttäjänä, mutta myöhemmin oppilaat voivat toimia pareittain. Kaukosäädin voi olla joko kuvitteellinen tai konkreettinen esine, joka kuvastaa säädintä. Kaukosäätimen haltijalla on säädin hallussaan, jossa on sovitut toiminnot kuten suunnat, pysäytys ja tiettyjä liikelaatuja. Kaukosäätimen haltija "painaa" yhtä nappia säätimestä ja sanoo samalla kyseisen suunnan, esimerkiksi vasen, vieraalla kielellä. Toiset ovat "robotteja", jotka saavat liikkua vain kaukosäätimen määräämällä tavalla. He liikkuvat aloittamallaan tavalla tai määrättyyn suuntaan niin kauan kunnes säätimestä annetaan uusi määräys.

⌚ 10 min

### Tietokonepeli

*Tämä harjoite voidaan toteuttaa improvisaation keinoin tai suunnitteleamalla yhteinen tanssi. Lämmitte-lyksi sopii edeltävä kaukosäädin-harjoitus.*

Aluksi sovitaan, että pelattavassa tietokonepelissä on neljä osaa eli pelikielellä "tasoa". Ne voivat olla esimerkiksi liikelaatuja, suuntia tai adjektiiveja, joita muutenkin pyritään opiskelemaan. Jokaisella pelin tasolla esimerkiksi on oma liikkumistapansa. Ensimmäinen taso voi olla vaikka kulmikas, toinen nopea, kolmas sitkeä ja neljäs pyörivä liike. Jokaisella tasolla on myös omat musiikkinsa. Aloitetaan ensimmäiseltä tasolta eli liikkumalla kulmikkaasti. Kun musiikki vaihtuu, siirrytään seuraavalle tasolle eli liikutaan nopeilla liikkeillä. Lopuksi pelissä tulee "game over" eli oppilaiden tulee muodostaa pysähtynyt patsas itsestään. Harjoituksen voi tehdä myös pareittain siten, että toinen liikkuu ensin neljällä erilaisella tavalla, ja pari katsoo. Ensimmäisen oppilaan loppettua katsojan tulee kertoa vieraalla kielellä, mitä liikkeitä tai suuntia hän äsken näki.

⌚ 10–15 min



**Liikelaatu tarkoittaa eri dynamiikalla tehtyjä liikkeitä. Perusliikelaatuja ovat pehmeä, kova, nopea, hidas, kulmikas ja pyöreä. Liikelaatu on sama asia kuin adjektiivit kielessä: ne vastaavat kysymykseen minkälainen liike on?**

Liikelaatuja ja -suuntia voi harjoitella myös suunnitteleamalla ryhmälle yhteisen tanssin, tai opettaja voi suunnitella helpon koreografian jo valmiiksi. Ajatus on, että tanssi muodostuisi niistä liikelaaduista tai suunnista, joita vieraalla kielellä halutaan opiskella: vasen, oikea, eteen, taakse, nopea, hidas, ylös ja alas. Samalla kun oppilaat tanssivat yhteistä sarjaa, he toistavat ääneen ne suunnat, mihin päin he liikkuvat tai liikelaadun, jolla he liikkuvat.

⌚ 10–15 min

## ELÄIMET, HARRASTUKSET, KOTITYÖT JA AMMATIT

### Kirjain + patsas

Aivan kuten kaukosäädin-harjoitus, myös tämä kannattaa ensin harjoitella siten, että opettaja tai yksi oppilas näyttää vartalollaan kirjaimen, ja muut keksivät samalla kirjaimella alkavan eläimen tai ammatin ja esittävät sen patsaana.

Myöhemmin oppilaat voivat tehdä saman pareittain.

⌚ 10–15 min



## Tarina

### Verbien, numeroiden ja ammattien opiskelu.

Opettaja lukee tarinaa vieraalla kielellä ja aina kun oppilas kuulee tarinassa verbin, numeron tai ammatin, tulee hänen esittää kyseinen asia pantomiimina tai patsaana.

⌚ 5 min

## Eläinpantomiimi

*Kysymyslauseet (esimerkiksi 3.lk:n englantia)*

Toimitaan pareittain. Toinen tekee vartalollaan eläimen muotoisen patsaan, jolloin toinen kysyy: "Is it a cat?" Tähän pari vastaa joko: "Yes, it is." tai "No, it is not."

⌚ 5 min

## Vastakohta-improvisaatio

Alkutilanteessa oppilaat seisovat kahdessa vastakaisessa rivissä salissa. Ensimmäisen rivin oppilaat tanssivat keskellä mitä, jossa kulkee kuvitteellinen joki. Oppilas tekee pienen patsaan, hänen parinsa tanssii hänen luokseen ja sanoo vieraalla kielellä sanan "pieni" ja tekee kyseisen adjektiivin vastakohtaan eli suuren patsaan. Ensimmäinen sanoo tämän adjektiivin ääneen, jonka jälkeen molemmat peruuttavat omalle paikalleen.

⌚ 5–10 min

## Improvisaatio tuolien kanssa

A) Oppilaat voivat kokeilla eri tapoja olla tuolin kanssa, esimerkiksi istua sillä eri tyyleillä: ryhdikkäänä, velttona, pienenä, isona, pää alaspäin tai kokeilla erilaisia tapoja nousta ja istuutua takaisin tuoliin. Voi myös kokeilla istuutumista eri rooli-hahmojen muodossa kuten robotti, mummo, rokitähti... Voidaan sopia, että merkistä tai kahdeksan iskun jälkeen tulee asennon vaihto.

Saman harjoituksen voi tehdä *Simon says* -leikkinä, jolloin opettaja sanoo aluksi "Simon says..." ja jatkaa kertoen, mitä tuolilla tehdään. Jos "Simon says" jää alusta pois, oppilaat eivät saa liikkua. Jos joku liikkuu, hänellä jää yksi kierros väliin. Oppilaat voivat vuorotellen toimia myös leikin johtajina.

⌚ 5–10 min

B) Yksin tai pareittain tehdään lyhyet koreografiat, joiden pohjana on tietty määrä prepositiota (under, on, behind, in front of). Tässä harjoitteessa voidaan yhdistää kahden, kolmen tai neljän oppilaan tanssit yhteen, jolloin yksi aina opettaa omansa muille. Esityksen jälkeen yleisö kertoo, mitä prepositioita havaitsi kussakin tanssissa.

⌚ arvio 10–40 min

*Kesto riippuu kuinka tottuneita oppilaat ovat koreografian tekemiseen ja kuinka pitkälle esitysosuutta viedään.*



## Koreografia

**Koreografisia elementtejä ovat muun muassa tilankäyttö ja tempon vaihtelut. Tilankäyttö tarkoittaa, kuinka paljon tilaa liike tai koreografia vaatii: liikutaanko pienellä alueella omalla paikalla vai laajasti koko tilaa käyttäen. Tilaa voidaan käyttää myös liikkuen eri tavoin esimerkiksi pyöriällä liikkeillä. Jos jaloissa olisi maalia, lattiaan jäisi kaaria ja ympyröitä. Tilalla tarkoitetaan lattiaa eli alatasoa, mutta tilaa voidaan hahmottaa myös ylöspäin ja sivulle. Tilaa oman kehon ympärillä voidaan käyttää laajasti tai suppeasti. Tempon vaihtelu tarkoittaa samaa kuin musiikissakin: liikutaanko hitaasti vai nopeasti, hidastaen, nopeuttaen, koko ajan samalla nopeudella vai nopeutta vaihdellen?**



## 1.-2. luokat

### YHTEEN- JA KERTOLASKUT

#### **Lämmittely A: kaksi selkää ja kaksi kättä**

Liikutaan tilassa yhteisesti sovituilla liikkeillä musiikin soidessa, 2–3 oppilaan ryhmissä. Musiikin loputtua tulee muodostaa ryhmässä patsas, jolla on aina opiskeltavana olevan kertotaulun laskujen verran kehonosia maassa. Kahden kertotaulun kohdalla on kaksi kutakin kehonosaa maassa tyyliin ”kaksi jalkaa ja kaksi kättä” tai ”kaksi selkää, kaksi kättä ja kaksi päätä”. Lasketaan yhdessä kuinka monta kehonosaa yhteensä on maassa.

⌚ 5–10 min

#### **Lämmittely B: kertolaskun tulo**

Oppilaat liikkuvat musiikin soidessa tilassa, ja musiikin loputtua opettaja sanoo tai kirjoittaa jonkun kertolaskun. Oppilasparin tulee laskea lasku ja ilmoittaa tulos muodostamalla vartaloistaan oikea luku.

⌚ 5 min

#### **Ventti: keskittymisharjoitus**

*Katso myös kohta vieraat kielet: ventti.*

Harjoitus sopii myös vanhemmille oppilaille vaihtamalla luettelaviksi luvuiksi haastavampien kertotaulujen tuloja tai esimerkiksi aina kolmella jaollisia lukuja. Harjoitus toimii myös keskittymisharjoitukseen sekä tukee yhteishengen muodostumista.

Oppilaat seisovat piirissä ja kaikki pelaavat yhdessä peliä. Pelin tavoitteena on saada lueltua yhden kertotaulun tulot läpi siten, että yhden tulon saa sanoa aina vain yksi oppilas ääneen. Järjestystä ei sovita etukäteen ja jos useampi kuin yksi sanoo samanaikaisesti jonkin tulon, alkaa peli alusta. Lisäsääntönä voi olla,

että yksi oppilas saa sanoa vain yhden tulon peräkkäin, jottei muodostu tilannetta, jossa yksi oppilas luettelee kaikki kertotaulun tulot läpi.

Oppilaat luettelevat numeroita kertotaulun järjestyksessä, mutta oppilaiden puhumisjärjestystä ei ole sovittu ennakoon. Tavoite on, että yksi oppilas sanoo yhden numeron kerrallaan ja näin edettäisiin ”venttiin” tai muuhun sovitтуun loppuun saakka. Jos kaksi tai useampi oppilas sanoo saman numeron yhtä aikaa, aloitetaan alusta. Ryhmässä voidaan myös sopia, että sama oppilas ei saa sanoa kahta numeroa peräkkäin. Samalla tavoin voidaan harjoitella myös kertotauluja luettelemalla tietyn kertotaulun tuloja tai vaikka kolmella jaollisia lukuja.

⌚ 5–10 min

#### **Askelsarjat**

Liikutaan salin päästä jonoittain siten, että tehdään aina kaksi kertaa kutakin liikettä, esimerkiksi kaksi matalaa askelta ja kaksi korkeaa askelta. Lasketaan, kuinka monta askelta tehtiin yhteensä ennen kuin aloitettiin sarja alusta. Yksi sarja tarkoittaa yhtä laskua: esimerkiksi  $2 + 2$  tai  $2 \times 2$ . Sitten merkitään lasku taululle.

Askelsarjaan lisätään uusi liike, jota toistetaan myös kaksi kertaa, esimerkiksi kaksi hyppyä. Taas merkitään taululle laskut eli  $2 + 2 + 2$  ja  $3 \times 2$ .

Sarjaan voi lisätä haluamansa määrän liikkeitä ja toistaa niitä useaan kertaan. Kun lapset harjoittelevat sarjaa, he voivat samalla laskea ääneen aina kahden kunkin liikkeen kohdalla, jotta yhtä liikettä tulee tehtyä huolellisesti vain kaksi kertaa.

Liikkeissä voi vaihdella nopeutta, liikelaatua ja -laajuutta.

⌚ 10–15 min



### Parityöskentely: kertolaskutanssit

Kukin pari saa kortin, johon on kirjoitettu jokin ope-  
teltavan kertotaulun lasku, esimerkiksi  $7 \times 2$ . Parin  
tulee suunnitella yhteinen liikesarja, jossa tulee olla  
niin monta erilaista liikettä kuin kertojana oleva lu-  
ku ilmoittaa ja kutakin liikettä tehdään kerrottavana  
olevan luvun verran.  $7 \times 2$  -laskun tapauksessa pari  
suunnittelisi tanssin, jossa olisi seitsemän eri liikettä ja  
kutakin tehtäisi kaksi kertaa. Tämän jälkeen tanssei-  
hin lisätään koreografisia elementtejä kuten suuntia,  
erilaista tilankäyttöä, eri liikelaatuja ja tempon vaihteluita.  
Näin syntyneet pienet tanssit esitetään muulle  
ryhmälle ja ryhmän tulee päätellä, mikä lasku kulla-  
kin parilla on ollut koreografiansa pohjana.

⌚ 15 min

### Kymppi-pari-hippa

Kun hippa saa toisen lapsen kiinni, hän sanoo jonkin  
luvun väliltä 1–10, jolloin kiinnijääneen oppilaan tu-  
lee muodostaa vartalolleen tämä luku. Toinen op-  
pilas voi pelastaa kiinnijääneen tulemalla tämän  
eteen ja muodostamalla vartalolleen luvun ”kymppi-  
parin”. Esimerkiksi, jos ensimmäinen on jähmetty-  
nyt luvun kahdeksan muotoon, pelastaja asettuu lu-  
vun kaksi muotoon.

⌚ 5–10 min

### Ryhmätyöskentely: kellonajat

Luokan lattialle merkitään teipillä halkaisijaltaan  
noin neljä metriä iso ympyrä, joka kuvaa kellotau-  
lua. Kellotaulun numerot merkitään korteille, ja op-  
pilaat sijoittavat numerot yksin tai pareittain oikeil-  
le kohdille kellotauluun. Näin lattialle muodostuu  
”jättikello”. Puolet luokan oppilaista menee ”jätti-  
kellotaulun” sisälle ja muodostaa kaksi eripituista  
jonoa, jotka symboloivat minuutti- ja tuntiviisareita.  
Muut oppilaat asettuvat kellotaulun ulkopuolelle  
ja heistä joku saa sanoa kellonajan. Viisarit lähtevät  
hitaasti liikkumaan haluttuun aikaan ja pysähtyvät,  
kun viisari on oikealla kohdalla. Viisarin täytyy liik-  
kua hitaasti, jotta se säilyttää muotonsa. Ympyrän ul-  
kopuolella olevat oppilaat tarkastavat, onko kellon-  
aika oikein.

⌚ 15 min

### Kymmenhajotelmien harjoittelu: ilmapallot

Oppilaat ovat ”ilmapalloja”, joihin puhalletaan ilmaa  
ja päästetään ilmaa ulos. Kun ilmaa puhalletaan,  
pallo suurenee ja ilmaa poistettaessa se pienenee.  
Sovitetaan, että palloilla on aina kymmenen taputusta  
aikaa suurentua ja pienentyä. Aluksi voidaan kokeil-  
la yhdessä niin, että kaikki suurenevät viiden tapu-  
tuksen ja pienenevät viiden taputuksen ajan. Oppi-  
laita kannattaa rohkaista muodostamaan kehostaan  
jännittävän muotoisia palloja tai esimerkiksi tasa-  
painoilevia palloja. Kannattaa myös kiinnittää huo-  
miota siihen, että oppilaat käyttävät juuri sovitun  
määrän iskuja suurenemiseen ja pienemiseen.

Kokeilun jälkeen pohditaan, miten muuten pallon  
muutoksen voisi jakaa kuin  $5 + 5$ , jos käytettävissä  
on edelleen kymmenen taputusta. Kokeillaan yh-  
dessä eri vaihtoehtoja ( $1 + 9$ ,  $4 + 6$  tai  $9 + 1$ ). Vaihtoehtot kannattaa kirjoittaa näkyville. Samalla voi  
myös havainnoida vaihdannaisuutta eli  $1 + 9$  on sa-  
ma kuin  $9 + 1$ .

Lopuksi jokainen valitsee itselleen yhden laskun tai  
kymmenhajotelman, jonka näyttää ilmapallolleen.  
Parit havainnoivat ja kertovat, minkä laskun he nä-  
kivät.

Suurentumista ja pienentymistä voi havainnollistaa  
myös piirissä, jolloin yhteinen piiri suurenee esimer-  
kiksi kahdeksan taputuksen ajan ja pienenee kahden  
taputuksen ajan. Tämä toimii myös ryhmätyöskente-  
ly- ja keskittymisharjoituksena, sillä oppilaiden tulee  
huolehtia ryhmänä, ettei pallo räsähdä rikki.

⌚ 15–20 minuuttia, mutta harjoituksen osia voi  
jakaa myös useammalle tunnille.



## TIETYN LUKUALUEEN LUKUJEN HARJOITTELU

*Lukualue 0–20, lukujen luetteleminen kumpaankin suuntaan*

Hissit: Oppilaiden kehot muodostavat hissin, joka liikkuu tietyn luvun verran ylös tai alaspäin. Välissä joku oppilaista tarkistaa missä kerroksessa ollaan. Jos on sovittu, että talossa on kaksikymmentä kerrosta ja hissi lähtee laskeutumaan ylimmästä alaspäin viisi kerrosta, mihin kerrokseen päädytään?

Raketit: Oppilaat ovat kyykyssä ja suoritetaan yhdessä lähtölaskenta, jonka aikana nousee hitaasti ylös ja lopuksi räjähdys, jota havainnollistetaan korkealla hypyllä.

⌚ 5 min

## Numerot keholla: Tietyn lukualueen lukujen harjaannuttaminen, 0–100 tai suurempi kuin-, pienempi kuin- ja yhtä suuri kuin -käsitteiden harjoittelu.

Oppilaiden tulee tehdä kehollaan yksin, pareittain tai pienissä ryhmissä suurin tai pienin luku, jonka kehoillaan pystyvät muodostamaan. Oppilaita voidaan pyytää muodostamaan myös luku, joka on esimerkiksi pienempi kuin 50 mutta suurempi kuin 30. Jos oppilaat ovat muodostaneet (edellä mainitun) luvun pareittain (sanajärjestys), voidaan tämän jälkeen laittaa kaksi paria yhteen. Parien tulee miettiä, mikä kolmesta laskumerkistä sopii heidän lukujensa välille.

⌚ 5–10 min

## Luvut 1–6

Kukin oppilas heittää piirissä arpakuution ilmaan vuorollaan. Jokainen keksii liikkeen, joka toistaa nopan näyttämän luvun.

## MATEMATIIKKA JA KUVATAIDE: SYMMETRIA JA EPÄSYMMETRIA

### Symmetria 🎵 📐

Harjoituksessa tutkitaan liike-improvisaation keinoin symmetriä ja epäsymmetriä siten, että musiikilla A liikutaan aina symmetrisesti ja musiikilla B epäsymmetrisesti. Pareittain tämän voi toteuttaa siten, että ensimmäisen oppilaan johtaessa liikkeet ovat symmetrisiä ja toisen johtaessa epäsymmetrisiä. Ryhmäharjoituksena oppilaat muodostavat neljän oppilaan ryhmän ja salmiakkikuvion. Johtaja saa liikkuu aina vain symmetrisesti ja toiset seuraavat häntä.

⌚ 10 min

### Epäsymmetria: peikot ja esteet 📐

Aluksi ryhmässä voidaan keskustella symmetrian ja epäsymmetrian käsitteistä ja etsiä luokasta symmetrisiä ja epäsymmetrisiä esineitä. Kun käsitteet ovat selvät, oppilaat muodostavat kehostaan luokassa havaittuja muotoja. Harjoitukseen voi lisätä myös tasojen ja muotojen käyttöä pyytämällä oppilaita muodostamaan patsaan, joka on esimerkiksi epäsymmetrinen, alatasolla ja kapea.

Seuraavaksi ryhmä jaetaan puoliksi, jolloin toiset ovat "peikkoja" ja toiset "esteitä". Esteinä olevat oppilaat jakautuvat tasaisesti tilaan ja muodostavat vartalollaan patsaita, jotka ovat joko symmetrisiä tai epäsymmetrisiä. Peikkojen tulee puikkelehtia eri esteiden yli ja ali musiikin soidessa. Aluksi on kuitenkin sovittava yhdessä ne liikkeet, joilla epäsymmetrinen esteet ja symmetriset esteet ohitetaan. Esimerkiksi symmetrisestä esteestä tulee aina mennä ali ja epäsymmetrisestä yli. Esteenä olevien oppilaiden tulee huomauttaa, jos joku peikko läpäisee esteen väärällä tavalla. Esteet saavat vaihtaa asentoa harjoituksen aikana. Lopuksi roolit vaihtuvat.

⌚ 10 min



## 3.–6. luokat

Tässä harjoitteessa opetellaan seuraavia kulmia, suorja ja kolmioita:

- suora, terävä ja tylppä kulma
- yhdensuuntaiset, kohtisuorasti ja vinosti leikkaavat suorat
- terävä-, suora- ja tylppäkulmainen kolmio
- suorakulmainen, tasasivuinen ja tasakylkinen kolmio

### Vastakkaiset jonot

*Harjoitus toimii myös symmetrian, vastakohtien ja muotojen opetuksessa.*

Oppilaat muodostavat kaksi riviä vastakkain etäisyydelle, joka mahdollistaa juoksemisen. Jonojen ensimmäiset oppilaat lähtevät juoksemaan toisiaan kohden ja pysähtyvät keskelle. Toinen heistä muodostaa kehollaan jonkin edellä mainituista kulmista tai kuvioista. Toinen parista joko sanoo näkemänsä kulman ääneen tai muodostaa saman kulman itse kehonsa eri osalla. Kun ensimmäinen oppilas on tarkastanutparinsa patsaan, oppilaat juoksevat vastakkaisen jonon viimeiseksi.

Vaikeammassa versiossa kumpikin oppilas muodostaa yhtä aikaa jonkin kulmista, sitten pari vaihtaa keskellä paikkaa keskenään. Lopuksi molemmat kopioivat parinsa tekemän kulman eri kehonosalla kuin tämä ja sitten he juoksevat toisen jonon perälle.

⌚ 10 min

[Idea: tanssinopettaja Ninnie Andersson ]

### Ryhmäpatsaat ja kolme erilaista suoraa

Oppilaat jaetaan 4–5 henkilön ryhmiin. Opettaja sanoo jonkin edellä mainitun kolmion tai suoran ja oppilasryhmän tulee muodostaa kuvio yhteisesti. Nopein ryhmä voi saada yhden pisteen.

Tehtävää voi vaikeuttaa lisäämällä säännön, etteivät ryhmän jäsenet saa keskustella keskenään, vaan heidän tulee sanattomasti päästä yhteiseen ratkaisuun muodostettavasta kuvioista.

⌚ 10 min

### Vakooja ja erilaiset kolmiot

Yksi oppilas valitsee ryhmästä itselleen kaksi henkilöä, joiden nimiä hän ei paljasta, mutta joita hän harjoituksen kuluessa seuraa.

Musiikin soidessa oppilaat liikkuvat tilassa opettajan päättämässä muodossa siten, että ovat esimerkiksi jatkuvasti tasakylkisen kolmion muodossa suhteessa vakoiltaviinsa henkilöihin. Oppilaan tulee siis liikkua ja muuttaa omaa paikkaansa sen mukaan, miten vakoiltavat liikkuvat, mutta kuitenkin niin, että näiden kolmen henkilön välillä säilyy sovittu geometrian muoto.

Lopuksi keskustellaan siitä, mikä kuvio oli helpoin tai vaikein säilyttää ja miten eri kuviot vaikuttivat liikkumiseen.

⌚ 5–10 min







## 4.-9. luokat


### Salmiakki-improvisaatiot

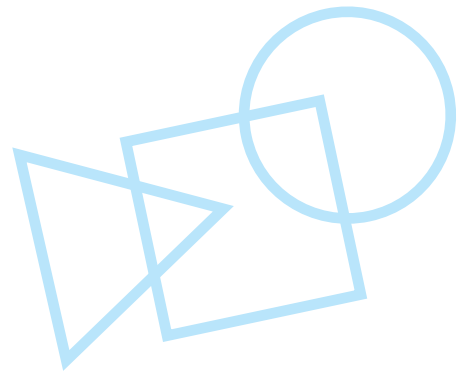
Oppilaat toimivat neljän henkilön ryhmässä ja muodostavat säännöllisen nelikulmion siten, että kukin lapsi seisoo yhdessä kulmassa. Kaikkien kasvat ovat samaan suuntaan, jolloin yksi oppilas toimii johtajana.

Johtaja lähtee tanssimaan hitaasti ja toiset seuraavat häntä. Kun johtaja kääntyy, tulee uudesta kärkeä olevasta lapsesta johtaja.

Aluksi liikkeet voivat olla vain paikallaan tehtäviä, mutta harjoituksen idean selkiinnyttyä saavat ryhmät lähteä liikkeelle tilassa johtajaa seuraten. Liikkuessa tulee tarkasti säilyttää säännöllisen monikulmion muoto.

Harjoitukseen voi lisätä myös mittasuhteiden opiskelun, jolloin opettaja voi pyytää ryhmiä suurentamaan kuviota kaksinkertaiseksi. Suurentaessa tai pienentäessä tulee mittasuhteiden säilyä samoina. Kuviota voi suurentaa tai pienentää ilmoittamalla muutoksen myös prosentteina tai murtolukuina. Tällöin tulee selvittää oppilaille, muutetaanko kuvion kokoa aina alkuperäiseen kokoon nähden vai kulloistestakin tilanteesta aloittaen.

 5-10 min




## Omat koreografiat

Jokaiselle pienryhmälle arvotaan yhdestä kahteen geometrasta kuviota, joita heidän tulee käyttää omassa koreografiassaan. Muotojen lisäksi koreografiassa tulee olla liikkeitä yhteisestä tanssista tai voidaan sopia että käytetään erikokoisia tai erilaadullisia liikkeitä.

Pienryhmien suunnittelemat koreografiat esitetään muulle luokalle. Yleisö saa esityksen lopuksi kertoa, mitä muotoja ja liikelaatuja he löysivät tanssista.

Koreografiaan voi lisätä myös muita tanssin tai musiikin elementtejä, kuten tietyn rytmin, taukoja, hidastuksia, nopeutuksia, tilankäyttöä ja tasoja.

 15–30 min

## Omat koreografiat musiikkivideon tai valmiin esityksen pohjalta

*Tämä on harjoitus, jota on tehty useiden eri luokkien ja ikäisten oppilaiden kanssa ja aina se on toiminut loistavasti. Kaikki ryhmät saavat koreografiansa valmiiksi ja oppilaat pääsevät hyvin mukaan, koska harjoitus etenee niin pienin askelein. Eli ei tarvitse varsinaisesti osata itse, vaan kopioi vain videolta!*

Ryhmä katsoo ensin yhteisesti jonkin lyhyen tanssiesityksen, joka sisältää paljon eri muotojen ja kuvioiden käyttöä. (Sopivia esimerkkejä löytyy YouTube:sta *locking*-hakusanalla).

Ensimmäisen katselukerran jälkeen oppilaiden tulee kirjata ylös, mitä eri muotoja he havaitsivat esityksessä. Tämän jälkeen keskustellaan lyhyesti havainnoista.

Toisen katselukerran jälkeen kirjataan ylös, mitä liikkeitä oppilaat havaitsivat tai mitkä liikkeet jäivät erityisesti mieleen.

Oppilaat jakautuvat 4–5 henkilön ryhmiin, ja opettaja sanoo jonkin oppilaiden esityksestä löytämän muodon kuten jonon, rivin tai piirin. Ryhmän tulee yhdessä muodostaa vastaava kuvio. Tällä tavoin käydään läpi kaikki havaitut kuviot. Samalla voidaan opiskella myös uusia kuvioita.

Tämän jälkeen oppilaat esittelevät pienryhmissä ne liikkeet, jotka heitä erityisesti esityksessä kiinnostivat. Näiden pohjalta ryhmät suunnittelevat yhteisen tanssin. Tanssissa tulee käyttää kahta esityksestä löytyvää muotoa ja kolmea liikettä. Lopuksi koreografiat esitellään muulle ryhmälle.

 45 min

*Jos koreografioita haluaa työstää pidemmälle, on syytä varata enemmän aikaa*



# BIOLOGIA / YMPÄRISTÖ- JA LUONNONTIETO

## 1.–3. luokat

### NIVELET, LUUT JA KEHON LIIKKUMINEN

#### Nivelten toiminta: marionetit

Virikkeitä ja mainioita esimerkkejä tähän löytyy erilaisista tanssivideoista *locking*- ja *robot dance* -lajeista. Nivelten liikuttamiseen voi soveltaa samaa harjoitetta kuin kohdassa Vieraat kielet 1.–9. luokat: marionetti-nuket.

🕒 10 min

## 9. luokka

### NIVELET JA LIHAKSET

🕒 90 min

Tässä harjoitteessa on kaksi erilaista liikkumistapaa. ”Robotti” tarkoittaa, että liikutetaan vain yhtä niveltä kerrallaan ja ”käärme” sulavaa liikkumista peräkäisiä niveliä liikuttaen.

Inspiraatioksi katsotaan videoesimerkki *popping*-tanssityyliin kuuluvasta robottiliikkumisesta, jossa muut vartalonosat ovat paikallaan yhden nivelen liikkuesssa. Kokeillaan itse vastaavaa liikkumistapaa yhtä niveltä kerrallaan liikuttaen ja muut nivelet pysyvät paikallaan.

Lisäksi katsotaan videoesimerkki *breakdance*-tanssityyliin liittyvästä käärmeenomaisesta liikkumisesta ja kokeillaan toistaa itse vastaava liike. Esimerkkinä voi olla niin sanottu *arm wave* -liike, jossa liike aloitetaan taivuttamalla sormen nivelet järjestyksessä, sitten ranteen, kyynärpään ja olkavarren, jonka jälkeen jatketaan liikettä toiseen käteen aloittaen olkavarren nivelistä.

Oman kokeilun jälkeen oppilaat kirjoittavat vihkoihin ylös kaikki ne nivelet, minkä läpi *arm wave* -liike kulki sekä merkitsevät, mitä niveltyyppiä kukin nivel on.

[ suunnittelu: Reeta Riekkinen ja Johanna Leppänen ]

### Selkärangan rullaus

Aloitusasennossa oppilaat seisovat lattialla jalkapohjat tukevasti maassa, selkä suorana. Taivutetaan niska- ja kaularankaa nikama kerrallaan ja jatketaan liikettä selkärankaan mahdollisimman alas asti, palataan samaa reittiä ajatuksena suoristaa selkä yksi nikama kerrallaan. Tämän jälkeen seuraa keskustelu siitä, miten selkäranka toimii ja minkälainen niveltyyppi se on.

### Lihakset

Oppilaat käyvät suurimmat lihakset läpi oppikirjan tai vihon avulla ja etsivät ne myös itseltään tai pariltaan. Voi tunnustella itseltään, missä kulkee epäkäslihas ja mihin liikkeisiin se osallistuu.

Tehtävänä on miettiä esimerkkiliike, jossa ihminen käyttää tiettyä lihasta tai lihasryhmää. Tämän jälkeen näytetään liikkeet muulle ryhmälle.

Opettaja näyttää muutamia esimerkkiliikkeitä. Oppilaiden tulee toistaa liikkeet ja miettiä, mitä lihaksia liikkeiden suorittamiseen tarvitaan. Tämän jälkeen käydään vastaukset yhdessä läpi.



## PIENI JA ISO VERENKIERTO, VERENKIERRON SEKÄ SYDÄMEN OSAT

### Sydämen ja verenkierron osat

Oppilaille jaetaan kyltit, joissa lukee kussakin yksi sydämen tai verenkierron osa. Heidän tulee viedä kyltti oikealle paikalle kaavioon ja teipata se lattiaan tai jäädä lapun kanssa kyseiselle paikalle seisomaan, ja toimia oppaina.

Oppilaat ottavat hapekasta ja hapetonta verta kuvastavat merkit käsiinsä. Yksi oppilas toimii mallina ja näyttää, miten veri kulkee verenkierrossa, tämän jälkeen muu ryhmä voi myös tulla mukaan. Tarkoituksena on kulkea verenkierron reitti läpi useaan kertaan ja havainnoida aina, missä osassa kulloinkin on menossa. Jos kylttien kanssa olevat oppilaat ovat jääneet seisomaan paikalleen, toimivat he oppaina verenkierrossa kulkeville kavereilleen. Oppaat kertovat kaikille ohi kulkeville, mihin verenkierron tai sydämen osaan he ovat tulleet ja mihin seuraavaksi tulee jatkaa. Keuhkoissa oppilaat vaihtavat kädessään olevan sinisen pallon punaiseen, mikä kuvaa keuhkoissa tapahtuvaa kaasujen vaihtoa. Ääreisverenkierrossa oppilaat puolestaan vaihtavat punaisen, hapekasta vertaa kuvaavan merkin siniseen, hiidioksidipitoiseen vereen.

### Sydämen läpät ja niiden toiminta

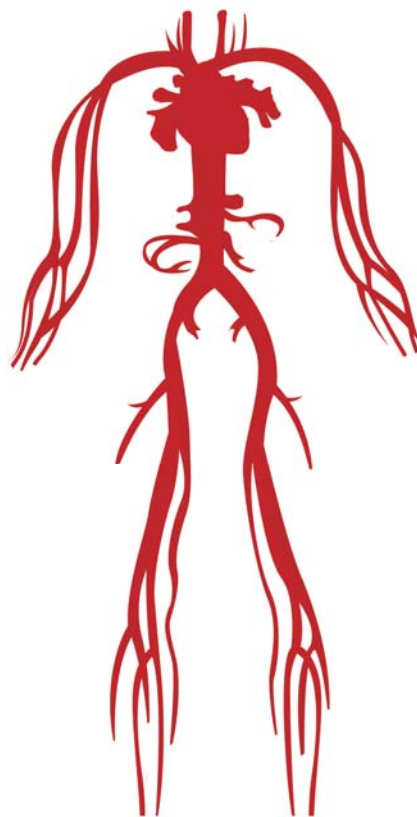
Oppilaat saavat neljä kylttiä, joissa kussakin lukee yksi sydämen läppä. Oppilaiden tulee asettaa laput oikeille paikoille.

Jokaisen läpän kohdalle asettuu 1–2 oppilasta esittämään sen toimintaa muun ryhmän kulkiessa edelleen oikeassa järjestyksessä verenkierrossa. Kun oppilas saapuu läpän kohdalle, läppää esittävä oppilas havainnollistaa läpän avautumista siirtymällä hieman ja päästämällä solua kuvaavan oppilaan eteenpäin kerroksen samalla, mitä sydämen läppää hän kuvaa.

[ suunnittelu: Reeta Riekkinen ja Johanna Leppänen ]

Ennakkovalmisteluna luokan lattialle piirrettään liiduilla tai maalarinteipillä noin 7 m x 4 m kokoinen kaaviokuva, jossa on kuvattuna sydän sekä iso- ja pieni verenkierto. Ääreisverenkierron sekä keuhkojen hiussuonistoa kuvaaviin kohtiin asetetaan korit, joissa on punaisia ja sinisiä palloja, huiveja, hernelpusseja tai muita vastaavia merkkejä. Merkit kuvaavat hapekasta ja hapetonta verta. Lisäksi tarvitaan neljä kylttiä, joissa kussakin on kirjoitettuna yksi sydämen läppä tai verenkierron osa.

 45 min



# YMPÄRISTÖ- JA LUONNONTIETO

## 1.-2. luokat

### Kartat

Kukin oppilas saa tyhjän paperin, joka kuvastaa luokkaa tai koulunpihaa.

Aluksi jokainen piirtää karttaansa kaksi rastia, joista toinen on aloitus- ja toinen lopetuspaikka. Tämän jälkeen rastien välille piirretään 1-3 erilaista reittiä.

Jokainen menee karttansa näyttämään aloituspaikkaan ja lähtee merkistä kulkemaan oman reittinsä. Reittiin voidaan myöhemmin lisätä erilaisia tanssin elementtejä, kuten eri liikelaatuja, tiettyjä liikkeitä ja eri tasoja.

Omaa karttaa seurataan toteuttaen suunnat ja liike- laadut.

Lopuksi voidaan vaihtaa parin kanssa karttoja tai esittää toiselle ryhmälle oma karttaan pohjautuva tanssi.

### Veden ja lumen eri olomuodot

Aluksi keskustellaan veden olomuodoista ja siitä, miten kukin olomuoto liikkuu tai muuttuu toiseksi. Kullekin olomuodolle on valittu oma kuvaava musiikkinsa, ja tietyn musiikin soidessa oppilaat saavat liikkua vapaasti improvisoiden ja kuvaten omalla liikkeellään esimerkiksi veden virtaamista tai jäätymistä.



## 1.-3. luokat

### Kasvin kasvu

Oppilaat eläytyvät kertomukseen liikkuen musiikin mukaan.

#### Siemenen tarina

*Pienen pieni siemen makaa mullan alla. Aurinko lämmittää, sade ropisee. Siemenestä kasvaa hiljalleen kohoti valoa kasvi. Se kohoaa hitaasti ylöspäin ja ylöspäin. Se keinuu hiljaa tuulessa. Tuuli irrottaa kasvista siemeniä. Ne lentävät tuulen mukana ja laskeutuvat maahan. Tarina alkaa alusta.*

⌚ 10 min

Liikkeen kautta eläytyen voi opettaa monia muitakin asioita, esimerkiksi veden olomuotoja.

#### Pisaran tarina

*Vesipisara makaa järvessä. Auringon lämmittäessä se nousee vesihöyrynä ilmaan. Siellä vesihöyry tiivistyy pilviksi. Pilvet osuvat vuoreen ja satavat vuorenhuipulle. Siellä vesi jäätyy jääpuikoksi. Kesän tulessa jää sulaa ja valuu purona alas järveen. Oppilaat eläytyvät liikkuen musiikin soidessa hiljaa taustalla.*

⌚ 10 min

### Ilmansuunnat

Liikutaan luokkatilassa eri ilmansuuntiin: pohjoiseen – eteenpäin, etelään – taaksepäin, itään – sivulle, länteen – sivulle. Sitten käydään läpi väli-ilmansuunnat – eli eri diagonaalit. Aluksi kävellään ja sanotaan ilmansuuntien nimet. Sitten juostaan pohjoiseen, kävellään takaperin etelään, laukataan länteen, ristiaskellusta itään, oikean jalan hyppyjä koilliseen, vasemman jalan hyppyjä lounaaseen, karhukävelyä luoteeseen ja rapukävelyä kaakkoon. Seuraavaksi oppilaat saavat pareittain valita jonkin ilmansuunnan ja keksiä siihen oman liikkeen, jonka opettavat muille tai vain näyttävät sen.

⌚ 45 min



# YMPÄRISTÖOPPI JA KANSANPERINNE

## 1.-3. luokat

*Tutustutaan maapalloon, joka on piirin keskellä. Etsitään Suomi, ja kiinnitetään Suomen lippu suureen kansaiseen maailmankarttaan.*

Tutustutaan Suomen karttaan karttakirjan tai Google maps -ohjelman avulla. Oppilaat saavat nimetä paikkakuntia, joissa ovat käyneet. Etsitään kartalta nimetty kaupunki tai paikkakunta. Mietitään millä kulkuvälineellä sinne voi matkustaa. Valitaan yksi paikkakunta, johon matkustetaan. Matkustetaan esimerkiksi Kuopioon pyörällä, henkilöautolla, junalla, bussilla tai lentokoneella. Kullekin kulkuvälineelle on oma musiikkinsa. **Junassa** oppilaat liikkuvat jonoissa. **Bussissa** he liikkuvat parijonossa. **Pyörällä** kukin liikkuu yksin joko makuulla polkien ilmassa tai tilassa vapaasti liikkuen. **Henkilöautolla** liikutaan pareittain peräkkäin siten, että edellä oleva ohjaa ja takana olevan tulee pysyä perässä. (1.vaihe hiljaa edeten, 2.vaihe hiljaa juosten, 3.vaihe lujaa juoksua ja "stop" pillin vihellyksestä.) **Lentokoneita** varten muodostetaan piiri. Yksi oppilas kerrallaan kiittää kädet sivulle levitettynä rauhallisen musiikin siivittämänä koko piirin ympäri muiden seurattessa. Vaihtoehtoisesti oppilaat hakevat tasapainoa tekemällä vaaka-liikkeen, jolloin keho muodostaa ison T-kirjaimen.

Kuopiossa tanssitaan letkajenkka tai jotakin muuta suomalaista kansantanssia. Vaihtoehtoisesti valitulla paikkakunnalla voi opettaa jonkin suomalaisen kansanperinneleikin: *kivi kätkeytyypi, suutari räätäli tai hura, hura, häitä.*

🕒 45 min



# MAANTIETO JA KANSAINVÄLISYYSKASVATUS

## 4.-9. luokat

### MAAILMANKARTTA TUTUKSI TANSSIEN


*Tavoitteena on tehdä maailmankartta tutuksi tanssin avulla. Jokaisella oppitunnilla tutustutaan maapalloa ja karttaa tutkien yhteen maahan. Sinne matkustetaan liikunnallisesti eri kulkuvälineillä maa-, meri- tai ilmatietä käyttäen maasta riippuen. Maan kulttuurista oppilaat saavat elämyksen tanssin, musiikin, kuvien, videoiden ja mahdollisesti esineistön välityksellä.*

Tunnin alussa tutustutaan valittuun maahan karttapallon, Google maps -ohjelman tai karttakirjan avulla. Opiskelu tapahtuu ikätason ja opetussuunnitelman mukaisesti. Opitaan tunnistamaan ja lausumaan hiukan maan kieltä. Kuvien välityksellä tutustutaan maan tunnetuimpiin kohteisiin. Mietitään, millä kulkuvälineillä maahan voi matkustaa ja minkä verran aikaa matkaan kuluu eri kulkuneuvolla.

Tämän jälkeen oppilaat jaetaan 4-5 henkilön ryhmiin. Ryhmät suunnittelevat yhden kulkuvälinepatseen kehoistaan. Se voi olla todellinen kulkuväline tai mielikuvituslasku. Muut oppilaat yrittävät tunnistaa kunkin ryhmän kulkuvälineen vuorolaan. Seuraavaksi ryhmät saavat tehtäväkseen muuttaa "patsaansa" liikkuvaksi kulkuvälineeksi. Lisätään liikkumista tukeva musiikki taustalle. Kukin ryhmä esittää oman liikkuvan kulkuvälineensä muille.

Opettaja opettaa maan kansantanssiin kuuluvia helppoja liikkeitä kaikille. Katsotaan videonäyte tästä tanssista. Poimitaan videonäytteistä ideoita, joita voidaan käyttää ryhmäkoreografiassa. Oppilaat suunnittelevat ryhmissä pieniä omia tansseja, jotka pohjautuvat valittuihin liikkeisiin. Opettaja voi rajata tehtävän kuten haluaa. Esittäessä tansseja muille,

voi liikesarjan voi toistaa kaksi tai useampia kertoja peräkkäin. Tunnin voi toteuttaa joko niin, että opettaja opettaa tanssin tai oppilaat tekevät oman tanssin opettajan opetuksen ja videonäytteiden avulla.

 45 minuuttia ilman kulkuvälineharjoitusta. 2 x 45 minuuttia, jos kulkuvälineharjoitus on mukana.

Videonäytteitä löytyy [www.youtube.com](http://www.youtube.com) -sivuilta *dance* tai *lesson* hakusanojen avulla.

Esimerkkejä musiikki- ja tanssityyleistä:

Afrikka – afro-tanssi

Australia – aboriginaalien tanssi

Espanja – flamenco

Etelä- ja Väli-Amerikka – salsa ja muut latinalaistanssit

Hawaii – hula-tanssit

Intia – intialainen tanssi, Bollywood-tanssi

Irlanti – rivotanssi

Israel – israelilainen kansantanssi

Kanada – intiaanien aurinkotanssi

Kreikka – zorbass

Suomi – letkajenkka, kansantanssi ja perinneleikit

USA – street dance, jazz-tanssi





## 4.–6. luokat

### KESKIAIKA

Lämmittelyharjoitus: keskiaikaisen linnan asukkaat

Tämä harjoite aloitetaan keskustelulla tai pienellä tarinalla siitä, mitä ammattiryhmiä keskiaikaisessa linnassa on asunut ja kuinka paljon asukkaita on yhdessä linnassa asunut aikanaan.

Jaetaan luokka ryhmiin siten, että yksi ryhmä kuvaa kooltaan linnan asukkaiden lukumäärää.

Valitaan kaksi ryhmää esimerkiksi vangit ja vartijat. Jaetaan ryhmä puoliksi siten, että molemmissa on saman verran oppilaita.

Leikki: luokan keskellä on viiva, josta molemmat ryhmät astuvat askeleen taaksepäin, vartijat ovat toisella puolella ja vangit toisella. Opettaja huutaa jommankumman nimen. Se ryhmä, jonka nimi on huudettu, lähtee ottamaan toisia kiinni. Jos vangit ottavat vartijoita kiinni ja joku vangeista saa vartijan kiinni, siirtyy tämä vartija vankien puolelle ja hänestä tulee myös vanki. Leikkiä jatketaan, kunnes toiselta puolelta loppuvat kaikki leikkijät tai kunnes opettaja päättää pelin. Kummallakin ryhmällä on takanaan jokin viiva tai seinä, joka on turva. Eli jos oppilas ehtii koskettaa seinää, hän on turvassa. Tämän jälkeen palataan keskelle ja opettaja huutaa uuden nimen.

⌚ 10 min

### Aikajana

*Sopii opetusjakson kertaukseen tai ajankulun hahmotamisen harjoitteluun.*

Sovitaan luokassa tai salissa, mitä vuosilukuja luokan vastakkaiset seinät kuvaavat. Aikajanan voi piirtää myös lattiaan tai merkitä teipillä.

Oppilaspari saa lapun, jossa on jokin opiskeltu historiallinen tapahtuma tai vuosiluku. Heidän tulee liikkua musiikin soidessa siihen paikkaan, missä arvelevat tapahtuman ajallisesti olevan. Lopuksi tarkistetaan yhteisesti, että tapahtumat sijoittuvat oikein. Harjoituksen voi tehdä myös toisinpäin, jolloin pari saa lapun, jossa on vuosiluku. Heidän tulee kulkea oikeaan kohtaan ja miettiä, mikä tapahtuma ko. vuoteen liittyy.

Mukana voi olla myös uudempia tapahtumia, kuten esimerkiksi kännyköiden yleistyminen, jolloin voidaan keskustella siitä, kuinka nopeasti tai hitaasti kehitys on edennyt.

⌚ 10 min

### Yhteinen tanssi ja arkiliikkeet

Opetellaan koko ryhmän kanssa yhteinen tanssi, joka voi koostua seuraavista liikkeistä, musiikkina selkeä tasajakoinen kappale:

- 1–8 (iskua) kävely vapaasti, 8 askelta
- 1–8 (iskua) 4 hitaalla askeleella itsensä ympäri
- 1–8 (iskua) hyppy ylös, kyykkyyn meno, rullaus ylös
- 1–8 (iskua) 4 kpl omaa patsasta eli 4 erilaista omaa still-asentoa

Yhteisen tanssin jatkoksi jokainen miettii yhden keskiaikaisen hahmon ja tältä jonkin arkiliikkeen, esimerkiksi seppä ja takominen. Oppilailla on 4 x 8 iskua aikaa toistaa oman hahmonsensa liikkeitä yhteisen tanssin jälkeen, jolloin yhteinen tanssi taas alkaa alusta. Tämän jälkeen esitetään tanssit niin, että puolet luokasta yleisönä ja puolet tanssii, yleisön tehtävänä lopuksi kertoa, mitä ammatteja ja arkiliikkeitä he havaitsivat.

⌚ 15–30 min



# MUSIIKKI

## 1.-9. luokat

### Tasa- ja kolmijakoinen rytmi

Harjoitukseen tarvitaan musiikki, musiikkeja tai säestys, jossa tasa- ja kolmijakoisuus vaihtelevat.

Lämmittelynä voi olla leikki, jossa oppilaiden tulee juosta jommallekummalle seinustalle salissa, riipuen siitä, mitä musiikkia he ovat kuulleet.

Improvisaatio toteutuu ensin yksin siten, että kolmijakoisella musiikilla tehdään esimerkiksi omaa keinuvaa liikettä paikallaan ja tasajakoisella liikutaan marssien tilassa.

Pareittain tämän voi toteuttaa siten, että ensimmäinen oppilas toimii johtajana tasajakoisen musiikin soidessa ja toinen kolmijakoisen soidessa. Tilassa saa liikkua vapaasti.


 15 min

### Perussyke ja nuottien aika-arvot

Seuraava harjoitus voidaan tehdä palloilla tai taputtamalla, mutta pallot tuovat tehtävään lisää haastetta. Harjoitus voidaan integroida myös liikuntaan.

Pomputetaan omaa palloa sovitulla iskulla esimerkiksi jokaisella kokonuotilla tai puolinuotilla. Ensin kaikki pomputtavat samaa rytmiä, mutta myöhemmin luokkaa voidaan jakaa pienempiin ryhmiin, jolloin kaikki pomputtavat yhtä aikaa, mutta siten, että ryhmän jäsenet kuuluvat samaan nuotin aika-arvoon.

Tehtävään voidaan lisätä myös muita musiikin käsitteitä kuten tauot ja kaanon, jolloin pomputuksen äänistä muodostuu pieni rytmisarja.

 15–30 min



Virikkeenä edellä mainitulle kokonaisuudelle voi katsoa Stomp-ryhmän esityksiä.

### Perussyke: juoksupiiri

Seistään piirissä ja sovitaan, kuinka monen iskun välein yksi oppilas lähtee juoksemaan piirin ympäri, esimerkiksi 4 tai 8 iskun välein.

Kukin oppilas lähtee juoksemaan piirin ympäri omalla vuorollaan, esimerkiksi neljännen iskun jälkeen siitä kun edellinen on lähtenyt. Oppilaat juoksevat kerran piirin ympäri ja palaavat omalle paikalleen. Huom! Useampi oppilas siis juoksee piirissä samanaikaisesti, mutta he ovat lähteneet liikkeelle eri aikaan. Tärkeää on kuunnella musiikista iskuja, jotta tietää oman vuoronsa lähteä.

Alkuun tehtävää voi helpottaa siten, että niiden, jotka odottavat vuoroaan piirissä, tulee taputtaa aina tahdin ensimmäisellä iskulla.

Peliin voidaan lisätä nopeutta siten, että juoksijan on aina yritettävä ottaa edessä oleva kiinni. Piirissä olevat voivat taputuksen lisäksi tai sen sijaan vaihtaa asentoaan aina patsaasta toiseen jokaisen tahdin ensimmäisellä iskulla.

 10 min



**Crescendo, diminuendo, tauko: ikiliikkuja**

*Nimitys harjoitukselle tulee mielikuvasta, että liike jatkuu koko ajan, koska oppilaista on muutama aina tanssimassa ja jono liikkuu koko ajan.*

Oppilaat muodostavat jonon, jonka hännästä aina viimeinen lähteen tanssimaan liikkuen samalla jonon ensimmäiseksi. Tanssin aikana oppilaan tulee ilmentää yhtä musiikin käsitteistä diminuendo, crescendo tai tauko.

⌚ 10 min



## KUVATAIDE

### 2.-4. luokat

*Tavoitteena on tutustua erilaisiin piirtimiin, ihmisen ja liikkeen sekä mittasuhteisiin.*

**Tarvittavat välineet:** noin 10 cm leveitä ja 50 cm pitkiä kangasnauhoja, villalankaa, erilaisia piirtimiä, A4- ja A3-kokoista piirustuspaperia.

#### Croquis-piirros

Tanssitaan piirissä ja tehdään erilaisia muotoja omasta kehosta: suuri, pieni, korkea, matala, pyöreä ja terävä. Muotoja voi tehdä vaihdellen liikenopeuksia. Tämän jälkeen kolme oppilasta asettuu malleiksi piiriin keskustaan. He vaihtelevan rauhallisesti asen-

toaan. Muut piirtävät pastelliliiduilla tai lyijykynällä isolle paperille. Välillä vaihdetaan malleja.

⌚ 45 min

#### Nauha-piirros

Liikutaan voimistelunauhojen kanssa vauhdikkaan musiikin tahdissa. Tehdään nauhalla erilaisia muotoja, kuten suuria ympyröitä, serpentiiniä ja siksakia. Nauha liikkuu ylhäällä, alhaalla, sivulla, edessä ja takana. Samalla liikutaan tilassa. Piirretään villalangalla mustalle A3-kokoiselle paperille. Tehdään piirros liimalla ja painetaan lanka sen päälle.

⌚ 45 min

[ suunnittelu: Sari Perttu ja Liisa Kemppainen ]

# LIIKUNTA


## 4.-9. luokat

### NYKYTANSSI JA KOREOGRAFIA

Liikutaan musiikin tahtiin tilan poikki. Aluksi yksinkertaisesti juostaan, kävellään, hypitään, tehdään askelsarjoja ja käsiliikkeitä. Tämän jälkeen yhdistetään yksittäisistä liikkeistä liikesarjoja ja oppilaat saavat keksiä omia liikkeitä. Tehdään myös lihaskuntoliikkeitä ja venyttelyä liikesarjojen lopuksi. Käytetään tilaa ja erilaisia muodostelmia liikkussa. Esimerkiksi rivejä, piirejä, jonoja, avorivistöjä, pari-liikkeitä, paikkojen vaihtoa, sooloja ja duettoja.

Oppilaiden omat koreografiat: 4-6 oppilaan ryhmässä suunnitellaan koreografia, jossa on 1-2 liikettä jokaisesta tunnilla käydystä liikeosuudesta. Lisäksi keksitään 1-2 omaa liikettä.

Koreografiassa voi käyttää erilaisia välineitä, kuten sählymailaa, koripalloa, jalkapalloa, hernepussia tai penkkiä. Välineen käyttöä voi harjoitella ensin yhdessä ennen koreografioiden tekoa. Näin oppilaat saavat virikkeitä omaan koreografiaansa.

 2 x 45 min

[ suunnittelu: Sari Perttu ja Elina Piispanen ]



# Aivot tanssimaan ja ajatus liikkeeseen!

Seuraavat harjoitukset on mahdollista toteuttaa tavallisessa luokkahuoneessa, jopa pulpetissa istuen. Niiden tarkoituksena on virittäytyä kokonaisuutena keskittymään, oppimaan ja olemaan läsnä tässä hetkessä. Yksinkertaiset harjoitukset, joissa koko keho on mukana, aktivoivat aivojen eri alueita ja valmistavat ne vastaanottamaan ja käsittelemään tietoa, luomaan ajattelua ja toimimaan monitahoisesti.

Olennaista on keskittyä hengitykseen ja syventää sitä. Tässä auttaa usein mukava kehonasento ja silmien sulkeminen aluksi. Jalkapohjat on hyvä laittaa lattiaan, kädet syliin lepäämään, selkäranka pitkäksi. Selän pidentämistä voi helpottaa pään kuvitteleminen kevyeksi ilmapalloksi, joka pyrkii kohti kattoa. Muutama rauhallinen sisään ja ulos hengitys siten, että jokaisella ulos hengityksellä annetaan hartioiden hieman pudota, rauhoittaa ja rentouttaa. Hengityksen tiedostamista voi tehostaa myös siten, että ajatellaan ilman täyttävän ensin pään kaikki onkalot ja sitten rintakehän ja vatsan. Kädet voi laittaa vatsalle ja huomioida, miten ne kohoavat ja laskevat hengityksen mukana.

Hengitystä voi vielä syventää nostamalla sisään hengityksellä hartiat korviin, ja painamalla ne aktiivisesti alas uloshengityksellä. Liikettä voi kasvattaa olkapäiden pyörytykseksi niin, että sisään hengityksellä olkapäät pyöriivät edestä ylös, uloshengityksellä taakse ja alas, tai päinvastoin. Liikkeeseen voi ottaa mukaan myös käsivarret joko kädet koukussa tai ojennettuina. Viimeinen vaatii hieman enemmän tilaa. Liikettä voi edelleen kasvattaa ottamalla mukaan selkärangan ja pään: sisään hengityksellä rintakehän kohotus ja taakse taivutus, uloshengityksellä pieni rintakehän pyöristys. Näin lähtee hartioissa ja yläselässä veri kiertämään. Kun tehostetun hengityksen kautta veressä on enemmän happea, saavat myös aivot sitä enemmän.

Taktillinen stimulaatio, eli kosketusaistin aktivoiminen herättelee myös aivoja tehokkaasti. Ensin voi taputella omat käsivartensa ulko- ja sisäpuolelta kevyesti läpi, sitten pyyhkäistä niitä ikään kuin kuivaisi niistä veden pois. Seuraavaksi esimerkiksi kasvojen ja pääläen taputtelu, rintakehän sekä vatsan ja reisien taputtelu ja pyyhkäisy. Yksinkertaiset rytmitaputukset, erityisesti sellaiset, missä ylitetään kehon keskilinja, virittävät aivojen eri puolien yhteyksiä. Esimerkiksi kaksi taputusta kädet yhteen, sitten taputukset olkapäille: oikea käsi vasempaan olkaan ja päinvastoin. Pidemmän sarjan saa lisäämällä perään kaksi taputusta reisiin ja sitten taputukset ristiin polviin.

Tehokas "aivojumppa" on esimerkiksi tällainen: ota oikealla kädellä kiinni vasemmasta korvasta ja vasemmalla nenästä, ja vaihda päinvastoin, aina nopeutuen.

Kinesteettisen aistin aktivointi tapahtuu myös helposti pienessäkin tilassa, esimerkiksi niveliä liikuttellen: ensin vaikkapa sormien koukistelu, ojentelu, ravistelu, ranteiden pyörittely ja sitten pään taivuttelu sekä kierto sivulta toiselle. Sitten voi aloittaa varpaiden: kipristely, ojentelu, nilkkojen koukistus, ojennus ja pyöristys. Koko jalan ojentaminen eteen tuollillakin istuen laittaa veren kiertämään alavartalon lihaksissa ja aktivoi kinesteettisen aistin. Tietenkin tuoilta nouseminen antaa enemmän mahdollisuuksia.

Tällaisen "aivojumppa" tuokion päätteeksi voi nousta seisomaan ja rullata selkäranka alas päin niin, että sormet lähestyvät lattiaa. Selkärangan kierto tekee myös erittäin hyvää istumisen lomassa. Kevyet venytykset keskellä tuntia auttavat jaksamaan ja keskittymään. Lopuksi muutama rauhallinen hengitys ja rentouttava ravistelu, taputtelu ja pyyhkäisy käsillä koko vartalon läpi tekevät olon entistä virkeämmäksi. Musiikin lisääminen harjoituksiin, pienet askelsarjat, rytmikuviot ja vaikkapa pieni vapaa tanssihetki tekevät myös ihmeitä! <sup>5</sup>

5 Lisää ideoita ja inspiraatiota [www.creativedance.org](http://www.creativedance.org)



# Tanssinopettajien ajatuksia opettamisesta

## SARI PERTTU

”Olen huomannut, että mitä enemmän tuntien aihepiiri sisältää oppilaiden ikätasoa vastaavia asioita, sitä onnistuneempi tunnista tulee. Yläkoululaiset taas tarvitsevat virikettä ja motivointia omista kiinnostuksen kohteistaan. Tunneilla olemme muun muassa katsoneet mallia jalkapallo-idoleiden spontaanista tanssista onnistuneen suorituksen jälkeen. Minun kokemukseni on ollut se, että alakoulun oppilaat ovat olleet luonnostaan motivoituneita tanssitunneilla. Suurin positiivinen muutos onkin tapahtunut yläkoulun oppilaissa – innostus on lisääntynyt tanssituntien myötä. Peruslähtökohtana opetukseni on, että jokainen oppilas on luova ja hyötyvä keuhollisesta oppimisesta.

Eniten kaikki oppilaat ovat pitäneet omien coreografioiden suunnittelusta ryhmissä. Opettajana paras palaute on ollut, kun oppilaat kyselevät: ”Saadaanhan me tehdä taas omia tansseja?” Edellytys tälle innostukselle on tietysti ollut, että heille on ensin opetettu erilaista liikemateriaalia ja pohjalla on paljon pientä improvisointia. Oman liikkeen luomista on harjoiteltu kehitellen yksinkertaisia tehtäviä yhä monimuotoisempiin. Aluksi esiintyminen omalle luokalle jännitti monia eikä haluttu että opettaja videoi esityksiä. Nykyään esiintymisestä kieltäytyy vain muutama oppilas yli seitsemästä sadasta! Luokat, jotka ovat päässeet edustamaan koulun tanssihanketta koulun ulkopuolelle tai ovat esiintyneet koulun juhlissa, ovat olleet todella innostuneita. Luokan omat opettajat ovat kertoneet, että harjoitusprosessi, esiintyminen ja siitä seurannut yhteinen onnistumisen kokemus ovat näkyneet positiivisesti myös luokan yhteishengessä.

Tanssin yhdistämisessä muihin oppiaineisiin on ollut olennaista jatkuva opettajien välinen yhteistyö. Kokemukseni on ollut, että se on sujunut varsin mutkattomasti ja luontevasti. Luokan oman opettajan kiinnostunut ja rohkaiseva läsnäolo tukee oppilaiden tuntityöskentelyä. Silloin kun oma opettaja osallistuu liikkumiseen, vaikka hetkittäinkin, oppilaat innostuvat huomattavasti.”

## REETA RIEKKINEN

”On ollut positiivista, kuinka myönteisesti lapset ja opettajat lähteneet näin suureen hankkeeseen mukaan: yhteistyö aikataulujen ja tanssijaksojen suunnittelu on ollut mutkatonta. Tanssi-sanana määrittely on tosin välillä tuottanut hankaluuksia, niin aikuisilla kuin lapsillakin. Yhdelle tanssi merkitsee balettia, toiselle kilpatanssia ja kolmannelle *break*-tanssia. Koko koulu tanssii! -hankehan ei keskitytään ensisijaisesti tanssitaidon, eikä etenkään tietyn lajin taitojen, kartuttamiseen. Tästä syystä ryhmien kanssa ollut paljon keskustelua tanssin määritelmän monimuotoisuudesta.

Joillakin oppilailta, useimmiten pojilla, on ollut kielteinen ennakkokäsitys tanssia kohtaan. Poikien iloisista ilmeistä ja aktiivisesta osallistumisesta olen kuitenkin päätellyt, että he ovat nauttineet tanssitunneista, vaikka he eivät sitä ei aina ole voineet kertoa kavereille. Yleisesti ottaen oppilaat ovat lähteneet hyvin mukaan ja totaalkieltäytyjiä on ollut vähän. Luokkien omat opettajat ovat havainnoineet oppilaitaan tanssituntien aikana ja he ovat kertoneet miten on ollut hienoa havaita uusia lahjakkuuksia ja piirteitä omissa oppilaissaan, joita aiemmin ei ole tullut ilmi.

Opetustilanteiden alussa on yleensä haasteena se, että oppilaat ymmärtäisivät, että myös tanssitunneilla on tarkoitus opiskella eivätkä ne ole vain lepotunteja muiden oppituntien välissä, jolloin voi tehdä mitä huvittaa – samat käytössännöt pätevät kuin muillakin tunneilla. Tämän lisäksi tanssitunneilla on omat sääntönsä kuten se, että toisiin ei saa törmäillä, vaikka harjoituksessa saisi liikkua vapaasti tilassa. Tanssituntien käyttäytyminen vaatii totuttelua, mutta olen huomannut, että ajan myötä oppilaat totuttavat ja rauhoittuvat keskittymään tanssin opiskeluun.

Tanssituntien tavoitteina ovat ensisijaisesti itse-tuntemuksen ja itseilmaisun vahvistaminen. Toinen selkeä tavoite on luokan vuorovaikutustaitojen ja yhteisöllisyyden kehittäminen. Viimeisinä mutta ei vähäisimpänä ovat liikunnan ja ilmaisen ilon kokeminen sekä taitojen kehittäminen ja oppiminen.”



# Kirjoittajat



## EEVA ANTILA

Eeva Anttila työskentelee Teatterikorkeakoulun tanssi- ja teatteripedagogiikan laitoksella tanssipedagogiikan professorina. Hän toimii tanssin parissa 1980-luvun alusta lähtien, erityisalueenaan lasten ja koululaisten tanssikasvatus sekä nykytanssin pedagogiikka. Hänen väitöskirjansa käsittelee dialogisuutta tanssipedagogiikassa, ja sittemmin hänen kiinnostuksensa kohteena ovat mm. somaattiset menetelmät, kehollinen tieto ja kehollinen oppiminen. Anttila toimii aktiivisesti tanssialan järjestöissä, mm. UNESCO:n alaisen **Dance and the Child International** -järjestön puheenjohtajana.



## SARI PERTTU

Sari Perttu on valmistunut luokanopettajaksi vuonna 1990 Helsingin yliopistosta ja on suorittanut tanssinopettajan täydennyskoulutuksen 1996–99 Teatterikorkeakoulussa. Hän on opettanut Helsingin tanssiopistossa ja Espoon musiikkiopiston lisäksi peruskouluissa, päiväkodeissa ja Mannerheimin Lastensuojeluliiton tanssikerhoissa. Perttu on toiminut luokanopettajana Oulunkylän ala-asteella ja palkattiin Koko koulu tanssii! -hankkeen tanssinopettajaksi vuonna 2011. Opetustyön lisäksi hän tekee taiteellista työtä Xaris Finland -ryhmän tanssijana ja Vivamon raamattukylän teatterin koreografina.



## REETA RIEKKINEN

Reeta Riekinen on koulutukseltaan tanssin- ja luokanopettaja. Hän on valmistunut tanssinopettajaksi Kuopion konservatoriosta vuonna 2002 pääaineenaan tanssikasvatus ja nykytanssi sekä luokanopettajaksi vuonna 2010 Helsingin yliopistosta. Hän on opettanut päätoimisesti Helsingin tanssiopistossa sekä sivutoimisesti useissa tanssikouluissa ja päiväkodeissa pääkaupunkiseudulla. Koko koulu tanssii! -hankkeeseen Riekinen palkattiin heti projektin käynnistyessä elokuussa 2009, ja toimi Kartanonkosken koulun tanssinopettajana tammikuuhun 2011 asti, jonka jälkeen hän jäi vanhempainvapaalle.



**Voiko verenkiertojärjestelmän opettaa tanssin avulla?  
Entä onnistuvatko englannin kielen prepositiot ja kertotaulun  
oppiminen innostavasti ryhmätyönä?**

*Tanssien läpi lukkarin* -tanssikasvatuksen menetelmäopas kertoo, miten tanssin avulla voi oppia muun muassa kieliä, biologiaa, matemaatiikkaa, historiaa ja maantietoa – hauskesti, helposti ja luovasti.

Opas on tarkoitettu kaikille opetus- ja kasvatusalalla työskenteleville. Harjoitukset soveltuvat esi- ja erityisopetusryhmille, perusopetukseen sekä koulujen kerhotoimintaan.

Oppaan harjoitteet ovat *Koko koulu tanssii!* -hankkeen tanssinopettajien kehittämiä. Hanke käynnistyi vuonna 2009 Kartanonkosken yhteiskoulussa ja on osa opetus- ja kulttuuriministeriön Taikalamppu-hanketta Vantaalla.



**NUORI  
SUOMI**  
ILOA LIIKKEELLE



ISBN 978-952-443-386-0