

Alkulämpät:

SYKE – TEMPO – KONTAKTI:

1. Kävele, venyttele, havainnoi – kävele eri tavoin
2. Kävellään vapaasti tilassa, eri tempoissa, mahdollisimman kaukana kaikista
3. Tiedosta keho (suunnat päästä ylöspäin, häntäluusta alaspäin, olkapäistä ulospäin); hengitys; miten paino suuntautuu alas → tai ylöspäin (liikkeen keveys)
4. Pareittain: kävellään vierekkäin samassa tempossa. Varioidaan a) tilaa (lähellä – kaukana parista) b) tempoa (kadottamatta yhteistä pulssia)

LIIKU MUSIIKIN TEMPOA SEURATEN; REAGOI TAUKOON

1. Samba: tauko – kontakti (*Sampa STOP* – kappale;)
a) pelkkä pysähdys
b) kontakti – ilme/ele → tunneilmaisu
2. Seuraa johtajaa -harjoitus vastakkain (E. Satie: *Gymnopedie*, no 1)

NIMET: ERI HARJOITUKSET ERI RYHMILLÄ:

A: Nimi-improvisaatioita: suurin piirtein näin...

Nimi-improvisaatioita

Leikki

Alkuasento

Ollaan piirissä, kasvat keskustaan.

Tehdään perussykettä jaloilla seuraavasti: astutaan sivuaskel vuoroin oikealle ja vasemmalle.

1. Kun astutaan oikealle–viereen, jokainen oppilas vuorollaan sanoo oman nimensä, ja kun astutaan vasemmalle–viereen, kaikki toistavat nimen.
2. Tehdään sama, mutta tällä kerralla keskitytään käyttämään ääntä eri korkeuksilta ja vaihdellaan äänen voimaa. Jatketaan kunnes nimet ovat jokseenkin muistissa.
3. Sanotaan yhdessä jokaisen oppilaan nimi vuorollaan käyttäen edelleenkin eri äänenkorkeuksia ja sävyjä vaihtelevasti.
4. Harjoitellaan ”soolo-matka” keskustaan: Astutaan neljä (askel–viereen)-askelta kohti keskustaa ja neljällä peräännyttään takaisin omalle paikalle.
5. Jokainen tekee vuorollaan ”soolo-matkan” keskustaan, jonka aikana muut improvisoivat (äänellä) käyttäen materiaalina ko. henkilön nimeä.
6. Keksitään yhdessä jokaiseen nimeen myönteinen adjektiivi, joka alkaa nimen alkukirjaimella. Edellisen kohdan soolomatkan aikana rytmitetään nimeä ja adjektiivia.



Variaatio isommille

Soolo–kaiku-improvisointi

Neljä askelta piirin keskelle: yksi (esimerkiksi Harri) rytmittää haluamallaan tavalla oman nimensä (Har - har, har-har - ri).

Neljä askelta takaisin: ryhmä toistaa saman kaikuna (Har - har, har-har - ri).

Kahdeksalla askeleella paikalla ympäri: jokainen improvisoi vapaasti käyttäen materiaalina kyseisen nimen äänteitä ja tavuja (ha-ha rrrrrr, ha-ha, ri-ri-ri...).

Tehdään vuoron perään vastaavasti kaikkien nimillä.



Pedagogisia näkökohtia

Harjoitus harjoittaa/kehittää

- perusrytmiä, tasajakoista tahtia ja säerakennetta (4 + 4)
- monipuolista äänenkäyttöä, mielikuvitusta
- kuuntelua sekä korvan ja äänen yhteyttä
- kehon dissosiaatiokykyä (samanaikaiset toiminnot: ääni – kehon rytmi)
- sosiaalisuutta, yhteisöllisyyttä
- rohkeutta
- muistia
- antaa positiivisia elämyksiä!

B Nimi & liike:

Seistään piirissä. Yksi kerrallaan sanoo nimensä ja tekee samalla (nimeä/itseä kuvaavan) liikkeen. Kaikki toistavat. Kotaa neljä nimeä yhdeksi kokonaisuudeksi (fraasi); jatkevaan seuraavaan neljään henkilöön.

PATSAAT

Pareittain – valokuva; ensin kädet – koko keho

- Pareittain vastakkain, A pitää silmät kiinni ja B tekee itsestään patsaan. A avaa silmät 5 sekunnin ajaksi ja painaa mieleensä B:n asennon. A sulkee silmänsä uudestaan ja yrittää asettua peilikuvana samaan asentoon kuin B. Kun patsas on valmis, verrataan asentoja.

Ryhmävalokuva – lähtökohtana esim. joku tunne

- Yksin tai 2–4 hengen ryhmässä tehdään mahdollisimman nopeasti patsas annettuun teemaan, esim. ”saunassa”, ”talkoissa”, ”konsertissa” tai ”vapaus”, ”ilo”, ”koulukiusaus” ja niin edelleen.

Ryhmäpatsast – yksi kerrallaan liittyy/poistuu

- Yksi asettuu tilan keskelle johonkin asentoon, seuraava henkilö liittyy patsaaseen. Kun patsaassa on neljä henkilöä, viidennen tultua paikalle ensimmäinen poistuu patsaasta jne.

Valokuvanäyttely (Jarre: Waiting for Cousteau)

<https://www.youtube.com/watch?v=i8z9iZOiMEw>

Materiaalina ovat postikortit tai kuvat, jotka esittävät kehoa eri asennoissa tai muita muotoja. Taustamusiikkina käytetään sellaista musiikkia, jossa ei ole selkeää rytmiä ja joka muuttuu suhteellisen vähän ja hitaasti, esim. Jean-Michael Jarre: *Waiting for Cousteau*.

Asetetaan kuvat sokin sokin näyttelyksi lattialle niin, että kuvien väliin jää reilusti tilaa.

1. Kierrä vapaasti näyttelyssä; pysähdy jonkin kuvan ääreen,

kokeile kuvan esittämää asentoa sekä eläydy asentoon ja kuvaan liittyvään tunnelmaan. Tämän jälkeen voit hakeutua uuden kuvan ääreen.

2. Valitse kuvista sellainen, joka on mielestäsi mielenkiintoinen ja jonka kanssa voisit työskennellä edelleen (useammalla oppilaalla voi olla sama kuva). Kuvittele, mitä tapahtuu, kun kuvan esittämä muoto tai patsas herää henkiin ja lähtee liikkumaan. Toteuta ideasi liikeimprovisaationa. Tarinan liikekieli voi olla konkreettista, kertovaa tai abstraktia.

3. Kaikki oppilaat improvisoivat samanaikaisesti noin 3–5 minuutin ajan. Kun olet valmis, jää kuvan esittämään asentoon.

4. Jaetaan ryhmä kahteen osaan: toinen osa tekee impronsa, toinen katsoo. Vaihdetaan tehtäviä. Näytetään kuvia toiselle ryhmälle ennen improa.

- Lähde (osin): Juntunen, M.-L., Perkiö, S. & Simola-Isaksson, I. 2010. Musiikkia liikkuen. Musiikkiliikunnan käsikirja. Porvoo: WSOYpro.