

LTOPS  
Lastentanssin opetussuunnitelma liite 1.

Niina Antikainen, Ulla Järvinen, Janica Mattsson, Heidi-Maria Panula, Satu Vehviläinen

## MALLITUNTI

Mallitunti on esimerkki, jonka sisällön järjestys voi vaihdella ryhmäkohtaisesti ja tilanteesta riippuen.

Tärkeintä on, että tunnissa pyritään säilyttämään tanssitunnin eri elementit.

Tunti on hyvä aloittaa ja lopettaa jokaisella kerralla samasta leikistä tai rutiinista joka luo lapsille turvaa.

Yhteiset säännöt tunneille on hyvä sopia heti ensimmäisellä tunnilla.

### 1. Alkupiiri, virittäytyminen, kontaktin luominen

Lapset tulevat tunnin aluksi piiriin. Lasten kanssa tarkastellaan millainen on hyvä istuma-asento, tai ryhdikäs seisoma-asento ja sovitaan yhteinen asento johon kaikki menevät tunnin alussa. Luodaan kontakti jokaiseen ryhmässä olevaan lapseen.

(kts.liite 2.1.)

### 2. Tila (energian purku, lämmittely)

Lapsen on hyvä oppia hahmottamaan aivan alusta alkaen oma tarpeellinen liikkumistila ja muiden liikkumistila sekä tila jossa tanssi tapahtuu. (kts. liite 2.2. ja 2.6.)

Jokaisella tanssitunnilla olisi tärkeää, että lapselle tulee jossain vaiheessa lämmin. Alkuun onkin hyvä ottaa yksi tai useampi leikki, jossa lapsi tutustuu tilaan ja purkaa energiaansa. Kaikki tanssilliset hipat ovat hyviä lämmittelyyn. (kts. liite 2.11.)

### 3. Yksilöharjoitus (keho, opittava aines)

Tutustutaan yksin sambaan hauskan musiikin avulla. Opetellaan jokin tekninen asia. (kts. liite 2.1. 2.8. ja 2.9.)

### 4. Pari- ja ryhmätyöskentely (opittava aines)

Harjoitellaan kontaktin luomista toisiin lapsiin. Tehdään lasten kanssa pieni paritanssi tai ryhmätanssi äsken opetelluista liikkeistä.

### 5. Luova improvisaatio

Jokaiseen tuntiin on hyvä sisällyttää myös lapsen omaa luovaa tekemistä, jolloin ohjaajan tulee korostaa ettei oikeaa ja väärää suoritusta ole. Kannustaminen, rohkaiseminen ja kehuminen on erityisen tärkeää tässä osiossa.

Improvisaatio esimerkiksi voi alkaa musiikista, välineestä, ryhmätyöskentelystä tai jostain mielikuvasta. (kts. liite 2.5., 2.3. ja 2.10.)

### 6. Loppukontakti ja rauhoittuminen

Jokaisen tunnin lopussa on hyvä rentoutua ja rauhoittua. Tällöin voidaan esimerkiksi venytellä tai jännittää ja rentouttaa kehoa vuorotellen, tehdä jotain luovaa tai rauhallisempi tanssi.

Loppulaulu voi olla mukava tapa lopettaa tanssitunti tai käyttää muita musiikkiliikuntaan soveltuvia laululeikkejä tai rytmileikkejä, jotka ovat yhtä hyviä tunnin lopetukseen.