



Esiintymisohjelman eli koreografian rakentaminen

Vinkkejä ja tukea ohjelman suunnitteluun

1. Etsi musiikki

Kaikki lähtee musiikista, jonka ympärille aletaan rakentamaan ohjelmaa ja teemaa. Valitse ikäryhmälle sopiva musiikki (laulun sanat, tunnelma, tempo). Mitä vauhdikkaampi ja/tai nuorempi ryhmä, sitä selkeärytmisempi ja reipas musiikki. Rauhalliset ja paljon ilmaisua vaativat musiikit sopivat paremmin nuorten ryhmille.

- Ohjelman pituus
 - n. 1.45–2.30 min on sopiva/riittävä pituus esiintymisohjelmalle
 - Pitemmässä ohjelmassa on yleensä useampi ryhmä mukana → tuo vaihtelevuutta
- Mistä musiikkeja? Etsi musiikkia monipuolisesti:
 - Lastenelokuvien soundtrackit
 - Olympiakomitean (ent. Nuoren Suomen) Liikuntaleikkikoulu-musiikit
 - Youtube-haku (esim. hakusanat: Voimistelumusiikkia, Gymnastics music, dance kids..)
 - Lasten ja nuorten omat ehdotukset

2. Päätä teema

Yleensä auttaa suunnittelussa ja tuo lisää mielenkiintoa ohjelmaan, kun päätät jonkin teeman koreografialle. Sisällytä koreografiaan teemaan sopivia liikkeitä. Asun ja rekvisiitan voi rakentaa teeman ympärille.

- Teemoja on monenlaisia. Tässä esimerkkejä:
 - eläimiä (*kissa, leijona, karhu, eläintarha, metsän siimeksessä, perhoset ...*)
 - tunnelmia (*iloinen hetki, vauhdin hurmaa, hassuttelua, uninen olo, rakastunut ...*)
 - ihmisiä ja ammatteja (*kapellimestarit, marjastajat, opettajat, matkustajat reissussa, hiihtäjät, merenneidot, tontut, maalarit, ystävykset, merirosvot, ratsastajat ...*)
 - elämyksiä ja kokemuksia (*sirkus, talviretki, huvipuistossa, teatterissa, meren rannalla ...*)
 - viittauksia viihdemaailmaan (*tunnettu tanssisarja tai elokuvakohtaus, Downton Abbey, Muumit, Marimekko, Myrskyluodon Maija, Euroviisut, Mamma Mia!, Elvis, Rölli ...*)

3. Sisällytä kauden aikana opeteltuja liikkeitä ja liikesarjoja koreografiaan

Olette opetelleet kaudella liikkeitä ja niiden yhdistämistä toisiinsa. Sisällytä nämä liikkeet ja liikesarjat esitysohjelmaan, ne on lapsille ja nuorille tuttuja ja niitä ei tarvitse enää erikseen opetella.

- Lisää sisältöä saa tekemällä mm. erilaisia variaatioita tutusta/samasta liikkeessä
 - Eri tasoissa (*osa tekee seisten, osa lattialla ...*)
 - Eri tahtiin (*hitaasti, nopeasti, voimakkaasti, hennosti ...*)
 - Eri suuntiin (*eteenpäin, taaksepäin, sivulle, kiertäen ja pyörien ...*)
 - Liikettä vaikeuttaen tai soveltaen (*esim. kuperkeikan eri variaatiot*)
 - Tuttu liike tehdään kaanonissa (yksittäin, pareittain, pienryhmissä ...)

4. Lisää opittujen liikkeiden ja liikesarjojen väliin muuta liikettä

- Teemaan sopivia liikkeitä (*esim. jos on lintuteema, tehdään lintukäsiä*)
- Mahdollisiin laulunsanoihin sopivia liikkeitä (*esim. "Nyt pompitaan!" → lapset pomppii*)
- Hyppelyitä ja hyppyjä, pariliikkeitä ja akrobatiaa, sooloja, toistoja, pysähdyksiä ...
- Lasten ja nuorten omat ideat (*voivat esim. keksiä pienen osion ohjelmaan*)
- Hyviä ideoita löytyy myös mm. Youtubesta, kenttäohjelmien koreografioista ja ohjaajan oppaista. (**Huom.** muokkaa ideat omaan ohjelmaan ja ryhmään sopivaksi, älä kopioi suoraan)



5. Keinoja lisätä ohjelmaan helposti pituutta / Keinoja helpottaa ohjelman opettelua

1. Kaanon
→ sama liike tai liikesarja tehdään kaanonissa eli vuorotellen
2. Kertosäe kahteen kertaan
→ samat liikkeet kertosäkeessä, esim. sama kertosäe tulee 2 krt. ohjelmassa
3. Erilaiset liikkumiset
→ esim. piirissä pyöriminen, kuvion vaihtaminen, hyppysarjat ja hyppelyt

6. Suunnittele esiintymisasu

1. Tutustu seuran varaston sisältöön → pyri etsimään sieltä ryhmälle asu
2. Hyödynnä lasten ja nuorten omaa vaatetusta esim. mustat shortsit, värikäs t-paita ...
3. Jos ei löydy mitään ryhmälle sopivaa, voidaan keskustella uuden esiintymisasun tilaamisesta seuralle

Huom. Musta tanssimatto ja musta tausta → kokomustat esiintymisasut eivät näy hyvin

MUSIIKKIVINKKEJÄ

Tässä on listattuna erilaisia musiikkivinkkejä.

- **Elokuvienv soundtrackit**
 - Lapsille esiintymismusiikkeja lastenelokuvista (soundtrackit)
 - Esim. Tarzan, Frozen, Muumit, The Lego Movie, Madagascar, Encanto, Shrek, Sing, Risto Räppääjä, Trolls, Kaksin karkuteillä, Happy Feet, Angry Birds, Riverdance ...
 - Nuorille esiintymismusiikkeja elokuvista ja erilaisista näytöksistä (soundtrackit)
 - Esim. Cirque Du Soleil, Amélie, Harry Potter, La La Land, Anastasia, Narnia, Gladiaattori, Bridgerton, The Greatest Showman, Avatar, Mamma Mia! ...
- **Pienten lasten ryhmät (1–10-v.)**
 - Olympiakomitean Liikuntaleikkikoulu-musiikit
 - Lapsenomaista musiikkia, hyviä myös tunneille leikkeihin ja harjoitteisiin
 - Löytyvät Spotifystä, seuralla on myös nämä cd-levyinä
 - Levyt: Vauhtivarpaat, Nopsaniikat, Kehokekkerit, Loruloikkaa, Sykkivät sydämet
 - Lastenlauluja tekevät artistit
 - Esim. Rajaton (lastenlauluja), Pentti Rasikangas, Fröbelin Palikat, Satu Sopanen, Kikattava Kakkiainen, Ella ja Aleks, Kengurumeininki, Hevisaurus ...
 - Pikku Kakkosen lastenlaulukonserteissa esitettävät kappaleet, esim. Pikkuiset kultakalat
 - Tunnettujen lastenlaulujen instrumentaaliversiot (etsi Youtubesta)
 - Ipanapa-kokoelmalevyt
- **Vauhdikkaita, selkeärytmisiä musiikkeja (lasten ryhmät ja vauhdikkaat ryhmät)**
 - Esim. Rajaton: Minä ratsastan; Risto Räppääjä: Karnevaalit; Munamies: Pomppufiilis; Kari Mäkiranta: Kehokekkerit, Nopsajalka: Villiks, Isac Elliot: Party Alarm ...
 - Myös hakusanoilla Gymnastics music löytyy hyviä ehdotuksia
- **Tunnetuttujen laulujen instrumentaaliversiot (hidastempoisempi ja/tai haastavampi ohjelma)**
 - Esim. Narnia: Heart of Courage, Vitamin String Quartet: Running Up That Hill, Bond: Writings on the wall (instrumental), Robyn: Dancing on my Own (instrumental) ...
- **Paljon tanvossa ja tanssissa käytettyjä artisteja – hitaita ja vauhdikkaita musiikkeja kaikenikäisille**
 - Apocalyptica, The Piano Guys, Amelie, Hans Zimmerin elokuvasävellykset, Bonobo, Vitamin String Quartet, suomalaiset naisartistit mm. Anna Puu, Thomas Bergersen, Nightwish, Tuomas Holopainen, Jari Sirmiö, Dreamers Delight, Secret Garden ...
- **Dance 4 Fun (oppaasta poimittuja yksittäisiä biisejä)**
 - Eveliina: F-F-F-Falling, Mariska: Itserakkausjuttu, Robin: Jotain aitoo, Alex Mattson: UFO, Robin: Lento, Justin Timberlake: Can't stop this feeling ...
- **Huom.** Kannattaa myös katsoa, onko laulua sisältävistä lauluista tehty instrumentaaliversiota tai muita, erilaisia versioita. Hakusanat: laulun nimi + instrumental TAI acoustic TAI cover)



KUVIOITA

Tässä listattuna yleisimpiä kuvioita.

- Voit pohtia, mikä kuvio sopisi millekin liikesarjalle tai ohjelman osiolle parhaiten
 - Esim. erilaiset kaanonit eivät välttämättä toimi kaikki samassa kuviossa:
 - Jos kyseessä nopea yksin tehtävä liike, toimii se usein parhaiten jonossa tai rivissä
 - Jos kyseessä pienryhmissä tehtävä liikesarja, toimii se usein parhaiten avoriveissä tai riveissä/pienjonoissa
 - Piirissä toimii vauhdikkaat liikkumiset esim. laukat koko ryhmän kanssa käsi kädessä
- Mitä osaavampi ryhmä, sitä enemmän voi olla nopeita kuvioiden vaihtoja
- Kuvioiden vaihdolla tuot vaihtelevuutta koreografiaan
- Pyri siihen, että kaikki pääsevät jossain välissä eturiviin / etummaisille kuviopaikoille.



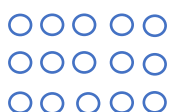
Jono



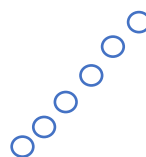
Rivi



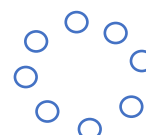
Avorivit



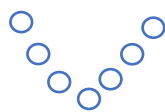
Rivit



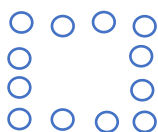
Viisto



Piiri



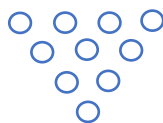
V-kuvio



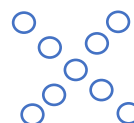
Neliö



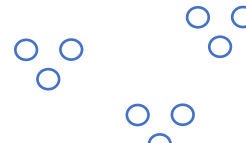
Parijono



Täytetty kolmio/v-kuvio



X-kuvio



Pienryhmät/erillään

TELINE- JA TEMPPUILURYHMÄN KOREOGRAFIOISTA

Telineillä harjoittelevat ryhmät keskittyvät kauden aikana välineillä ja telineillä temppuiluun ja liikkeiden opetteluun. Usein ryhmän jäsenet eivät jaksaa kauaa opetella esitysohjelmaa keväänäytökseen. Joten kannattaa rakentaa ohjelma helpoista palasista, jotta ohjelman harjoitteluun ei mene paljon aikaa kevään harjoituksista.

Vinkejä nopeasti harjoiteltavan ohjelman tekoon:

1) Temppurata

- Rakennetaan muutamasta eri osiosta/telineestä rata, jota lapset kiertävät.
 - ◇ Esim. 1. airtrack, 2. permanto, 3. pikkutramppa + alastulopatja.
 - ◇ Eri osioissa/radan kohdissa voi esim. jokainen tehdä omantasoisensa liikkeen, jolloin jokainen pääsee näyttämään omia taitojaan. Esim. kuperkeikka/kärrynpyörä/puolivoltti.
- Voi ottaa mukaan jonkin yhteisen aloituksen.
- Voit myös tehdä lopetusasennon/-rivin tai musiikissa voi olla selkeä äänimerkki, josta kaikki tietävät, että nyt on tehtävä se yhteinen loppuliike/-asento.

2) Vuorottelevat pienryhmät

- Alussa ja lopussa kaikki tekevät yhdessä helppoja liikkeitä vauhdikkaaseen, selkeärytmiseen musiikin.
- Sitten pienryhmät menevät laidalle odottamaan omaa vuoroaan
- Yksi pienryhmä kerrallaan käydään "stagella" näyttämässä temppuja
- Jos ryhmällä on ollut käytössä erilaisia telineitä ja välineitä, voi näitä myös hyödyntää rakentamalla niiden pienistä osioista ison kokonaisuuden