

HILMA JALKASEN VOIMISTELUJÄRJESTELMÄN TYYLIANALYYSIÄ

AINO SARJE

Yhteysthenkilö: Aino Sarje, Tiirasaarentie 23, 00200 Helsinki.
Puh. 09-797475. Sähköposti: aino.sarje@gmail.com

TIIVISTELMÄ

Sarje, A. 2012. Hilma Jalkasen voimistelujärjestelmän tyylianalyysiä. Liikunta & Tiede 49 (6), 60–65.

■ Hilma Jalkanen ja hänen kehittämänsä voimistelutyylit, uusi suomalainen naisvoimistelu, ovat toisen maailmansodan jälkeisen suomalaisen naisvoimistelukultuurin symboli niin kotimaassa kuin ulkomailla. Jalkanen julkaisi huomattavan määrän artikkeleita voimistelunäkemyksensä avainkohdista sekä kaikkiaan seitsemän voimistelun opaskirjaa ja yhden metodikirjan. Lisäksi Jalkasen voimistelujärjestelmä jäi elämään hänen oppilaittensa välityksellä. Tästä huolimatta ei ole syntynyt yksiselitteistä kuvaa siitä, mitä Jalkanen todella tarkoitti tai mistä hän oli omaksunut vaikutteensa.

Artikkelissa eritellään Jalkasen voimistelujärjestelmän ominaislaatuja, sen arvoja, liikekieltä, metodia sekä pedagogiikkaa tyylianalyysin avulla. Analyysi perustui Jalkasen kirjalliseen tuotantoon ja suoritettiin yhteistyössä noin kolmenkymmenen hänen luotto-oppilaansa kanssa kyselyn ja haastattelujen avulla. Lisäksi paikannettiin Jalkasen voimistelutyylit voimistelun eri perinteiden ja järjestelmien suhteen.

Asiasanat: Hilma Jalkasen voimistelujärjestelmä, tyylianalyysi, voimistelun arvot

JOHDANTO

Hilma Jalkanen (1889–1964) ja hänen voimistelujärjestelmänsä ovat toisen maailmansodan jälkeisen suomalaisen naisvoimistelun symboli niin kotimaassa kuin ulkomailla. Jalkasen kansainvälinen läpimurto tapahtui vuonna 1949 Tukholman Lingiadeilla, joilla hänen voimistelijoihensa esitys lumosi koko yleisön. Kotimaassa Jalkasen voimistelutyylit muotoutuivat naisvoimistelua useilla tahoilla: kouluissa, seuroissa sekä opettaja- ja ohjaajakoulutuksessa. Lisäksi hän suunnitteli valiovoimistelijoiden useita tunnettuja ohjelmia, esimerkiksi kulttiohjelman aseman saavuttaneen *Keveyttä ja voimaa*. ”Hilma oli innostunut työstään vielä 1950-luvun lopulla. Jumppa oli hänelle elämänsä suurempi paikka. Siellä hän sai työskennellä toiveittensa materiaalin kanssa,” Jalkasen oppilas Anneli Nokkala arvioi. (Nokkala, haastattelu 2012)

Jalkanen oli ensisijaisesti taiteilija ja opettaja. ”Jalkanen ei analysoinut, hän opetti mallista ja kertoi, kuinka piti tehdä. Hilma oli loistava pedagogi ja opetti liikuntaa paljon systemaattisemmin kuin luennoi. Innostuneella ihmisellä luennot karkailivat,” Nokkala muisteli. Niinpä jälkipolville ei ole jäänyt yksiselitteistä käsitystä siitä, mitä Jalkanen todella tarkoitti. Itse asiassa Jalkasen voimistelujärjestelmään liittyy monia epäselvyyksiä, esimerkiksi hänen tyyliinsä omaksutun vaikutteiden alkuperästä sekä hänen kirjallisen tuotantonsa pääteoksesta, jonka usein ajatellaan jääneen tekemättä. Jalkasen tyylin täsmenämistä ajankohtaistaa myös se, että joukkuevoimistelun kansainvälistyttyä kiinnostus hänen voimisteluaan kohtaan on kasvanut ulkomailla. (Kopponen 1968; haastattelu, Uitto 2011 ja Nokkala

ABSTRACT

Sarje, A. 2012. Hilma Jalkanen's gymnastic system; a style analysis. Liikunta & Tiede 49 (6), 60–65.

■ Hilma Jalkanen and her gymnastic style, the new Finnish women's gymnastics, are the symbols of Finnish women's gymnastics culture after the Second World War. Jalkanen published several articles about her ideas, and seven gymnastics manuals and one method book. In addition, Jalkanen's gymnastics survived to a great extent through her students. However, there is not a precise idea of what Jalkanen meant or from where her influences came.

In the article, the special quality of Jalkanen's gymnastic system: pedagogic, values, method and movement language, is analyzed and defined. With the help of Jalkanen's manuals and articles, and conversations with her trusted students, the key concepts of her system were recognized. The students answered a questionnaire and some of them were interviewed. In addition, Jalkanen's gymnastic system was identified in relation to different pedagogical traditions and gymnastics systems.

Keywords: Hilma Jalkanen's gymnastic system, style analysis, values of gymnastics

2012). Artikkelissa Jalkasen voimistelutyylit määritetään hänen kirjallisen tuotantonsa pohjalta. Tukea päätelmille antoivat hänen oppilaittensa kanssa käydyt keskustelut.

Artikkelissa Jalkasen voimistelutyylit ymmärretään hänen toisen maailmansodan jälkeen viimeistelemää tyyliään, uutta suomalaista naisvoimistelua. Analyysin lähtökohdaksi on ajatus, että Jalkanen kypsytteli tyyliinsä aineksia koko elämänsä ajan. Roland Barthesin mukaan luova persoonallisuus ei kehity sattumalta, vaan taustalla ovat kaikki tämän tekemät valinnat. Barthes kuvaa luovan persoonallisuuden tyyliä elämäntavallisena, lähinnä muistiin perustuvana, refleksiivomaisena ja tiedostamattomana ”käsilana”. Hän katsoo, että tällaisen tyylin muodostuminen on henkilökohtainen prosessi, joka tapahtuu välttämättömyyden lailla. (Barthes 1987)

Jalkanen oli saanut kosketuksen moniin voimistelutyylinsä keskeisiin arvoihin jo opiskeluvuosiensa aikana. Hän oli tarkoin omaksunut opettajansa Elli Björksténin näkemykset ja oli tämän luotto-oppilas (H. J. 1923, 183). Björkstén oli uudistanut naisten perinteisen ruotsalaisen voimistelujärjestelmän mukaisen kuntovoimistelun taidevoimisteluksi soveltamalla asentovoimisteluun rytmillisiä ja ilmaisullisia kvaliteetteja. Björkstén esitteli voimistelutyylinsä kaksiosaisessa, 914-sivuisessa metodikirjassaan *Kvinnogymnastik* (I osa 1918 ja II osa 1923). Jalkanen suomensi teoksen *Naisvoimistelu*-nimisenä (I osa 1920 ja II osa 1926). Lisäksi hän aloitti itse laatimansa ohjelmien julkaisemisen. Jo hänen ensimmäisessä oppaassaan *Komentoharjoituksia* vuodelta 1922 on useita liikemuotoja, jotka olivat käytössä vielä

hänen lopullisessa tyyliinsä. Sittemmin Jalkanen monen nuoren voimistelunopettajan tapaan matkusti mannermaalle, etenkin Saksaan, perehtymään sen ilmaisuvoimistelun ja rytmillisen voimistelun uusiin virtauksiin (H. J. 1923; 1926). Vuonna 1927 hän julkaisi Helvi Salmisen kanssa oppaan *Tie terveyteen ja kauneuteen*. Elna Kopposen mukaan sen ohjelmat olivat vielä lähellä Björksténin silloista voimistelutyyliä (Laine 2003, 19). Pari vuotta myöhemmin Jalkanen julkaisi uusista ajatuksistaan radikaalimman version *Uusi Naisvoimistelu* (1930).

1930-luvun alun konservatiivisessa, klassismia ihannoivassa suomalaiskansallisessa kulttuuri-ilmapiirissä Jalkanen teki täyskäännon. Hän kirjoitti harhapoluista naisvoimistelun alalla ja luopui monista *Uusi naisvoimistelu* -teoksessaan esittämistään ihanteista (Jalkanen 1934). Samaan aikaan Jalkanen ryhtyi kehittämään nimenomaan ”suomalaista” naisvoimistelun tyyliä yhdistämällä opettajansa Elli Björksténin klassistiseen voimisteluun ilmaisuvoimistelun keskustaliikuntaa. Jalkasen voimistelijat muodostuivat suorastaan suomalaisen naisvoimistelun symboliksi Berliinin olympialaisissa vuonna 1936 esittämällään kenttänäytöksellä.

Vuonna 1938 Jalkasen aloittaessa Helsingin yliopiston voimistelulaitoksen johtavana naisvoimistelun opettajattarena hän kirjoitti *Kisakentässä* suunnitelmistaan ja kertoi opettavansa uutta suomalaista naisvoimistelua. Jalkanen korosti, ettei tämä voimistelu ollut saksalaista, vaikka niin yleensä oletettiin. Tyyliä oli vain joitakin saksalaisia vaikutteita. Uudessa suomalaisessa naisvoimistelussa hän halusi tasapainoisesti sovittaa yhteen saksalaisen ja ruotsalaisen voimisteluperinteen parhaina pitämiään pyrkimyksiä. Saksalaisessa uudessa voimistelussa hän arvosti liikesanastoa ja ruotsalaisessa voimistelussa muun muassa pyrkimystä puhtaaseen muotoon. (Jalkanen 1938) Artikkelissa jäljitetään, kuinka Jalkanen yhdisti voimistelujärjestelmänsä elämänsä eri vaiheissa omaksumia vaikutteita.

JALKASEN VOIMISTELUN TYYLIANALYYSI

Selvää on, että Jalkasen vaikutuksesta keskustaliikunnasta ja aalto-liikkeistä tuli suomalaisen naisvoimistelun tunnuspiirteitä. Olisi kuitenkin pinnallista olettaa, että Jalkasen voimistelutyyli oli vain tietty liikemateriaali. Tuolloin ikään kuin pestäisiin pois tyylin kulttuurihistorialliset kvaliteetit. Seuraavassa tyylianalyysillä tunnistetaan Jalkasen tyylin sisäistä yhtenäisyyttä ja muista tyyleistä erottuvia näkökohtia, jotka muodostavat tyylin ykseyden. Analyysissä etsitään tutkittavaa tyyliä olennaisesti yhdistäviä piirteitä, konventioita, ilmaisukeinoja ja säännönmukaisuuksia. Tästä syystä tyyliä eritellään sen eri tasoilla, sillä kullakin tasolla tehdyistä valinnoista seuraa tietynlaisia tyyllisiä ratkaisuja. (Sarjala 2002, 128–133)

Analyysin jäsentelyperusteet valitsin tanssintutkimuksen piiristä, sillä varsinaista voimistelujärjestelmän tai -tyylin analyysimallia ei ollut käytettävissä. Tunnetun brittiläisen tanssiteoreetikon J. Adsheadin (1988) ja hänen työryhmänsä kehittämällä tanssin analyysimenetelmällä on mahdollista saada hyvinkin tarkka ja monipuolinen kuva tutkittavasta teoksesta tai kokonaisuudesta tyylistä. Mallissa lähestytään tanssia neljän erilaisen tason vuorovaikutuksena. Ensimmäisellä tasolla hahmotetaan tyyliä ominaiset peruselementit: liikkeet, liikelaadut, tanssijat, visuaaliset tekijät ja äänimaailma. Toisella tasolla tutkitaan tyyliä ominaista rakennetta, toisin sanoen kuinka tyyliä liikkeitä, visuaalisia tekijöitä ja äänimaailmaa yhdistetään ja muokataan tietyllä tavalla luomaan tiettyä muotoa. Kolmannella tasolla määritellään kyseisen tyylin laji ja yhteisölliset pyrkimykset, tosin sanoen mihin lajiin tyyli sijoittuu sekä minkälaisessa kontekstissa tyyliä toteutetaan. Neljännellä tasolla osoitetaan ne arvot, joiden puitteissa kyseistä tanssia tulee arvottaa.

Adsheadin metodi on vaativa, sillä siinä otetaan huomioon suuri määrä tutkittavan tyylin yksityiskohtia sekä analysoidaan tyylin eri

tasoja kiinteässä keskinäisessä vuorovaikutuksessa. Jalkasen voimistelutyylin jäsentelyä varten mallia oli yksinkertaistettava. Päädyin tutkimusaineiston jäsenyyksessä seuraavaan ryhmittelyyn:

Tasolla (1) kuvataan Jalkasen voimistelun liikekieltä: liikesanastoa, liikelaatuja, rytmisiä ja musiikinkäyttöä.

Tasolla (2) analysoidaan Jalkasen voimistelun muotoa.

Tasolla (3) kuvataan voimistelun kasvatuskulttuuria.

Tasolla (4) identifioidaan Jalkasen voimistelun keskeisiä arvoja.

Tyylianalyysin neljännellä tasolla hahmotellaan niitä arvoja, joiden suhteen Jalkasen tyyli identifioitui muihin tyyliin nähden. Toki nämä arvot sisältyvät tyylin kaikkiin tasoihin: liikekieleen, muotoon ja pedagogiikkaan, mutta keskeisten arvojen tunnistamisella osoitetaan, mihin kyseisessä tyyliä tulee kiinnittää erityistä huomiota.

TUTKIMUSMENETELMÄT JA AINEISTOT

Jalkasen voimistelutyylin ominaislaatua lähestyin ensinnäkin hänen kirjallisen tuotantonsa pohjalta. Jalkanen kirjoitti kymmeniä artikkeleita kulloisenkin voimistelunäkemyksensä avainkohdista. Artikkelit ilmestyivät pääosin Suomen Naisten Liikuntakasvatusliiton äänenkannattajassa *Kisakentässä*. Lisäksi Jalkanen laati kaikkiaan seitsemän voimistelun opaskirjaa ja yhden metodikirjan. Tyylianalyysiä varten kävin liikunnanopettaja Anneli Nokkalan kanssa läpi Jalkasen voimistelukirjallisuuden liikemateriaalin ja ohjelmat. Tukea päätelmille sain Jalkasen luotto-oppilaan Pirkko Vilppusen Jalkasen kuoleman jälkeen kokoamasta teoksesta *Hilma Jalkanen. Voimistelujärjestelmä* sekä valokuva-analysistä (Sarje 2004). Valokuvista on mahdollista hahmottaa tarkkaan Jalkasen tyylin yksittäisiä liikkeitä ja liikekieltä kokonaisuudessaan. Valokuvanäytteitä sain Jalkasen opaskirjoista, *Kisakentästä* sekä Jalkasen oppilaiden leikekansioista.

Tämän lisäksi Jalkasen voimistelu jäi elämään hänen oppilaitensa voimistelunäkemyksissä. Tyylianalyysiä varten olin yhteydessä kaikkiaan noin kolmeen kymmeneen Jalkasen oppilaaseen haastattelujen ja kyselyn välityksellä. Jalkasen oppilaiden haastatteluja olen kerännyt jo vuodesta 2004. Heidän asiantuntemuksensa perustui kokemuksiin salilla ja oli suurelta osin niin kutsuttua hiljaista tietoa. Hiljainen tieto karttuu jäljittelemällä ja identifioimalla toiminnallisen ja kehollisen kokemuksen kautta. Tosin sen olemukseen kuuluu, että hiljaisen tiedon haltijat tietävät enemmän kuin pystyvät sanoin kertomaan. (Parviainen 2006, 91–98) Anneli Nokkala kuvasi, kuinka ”salilla Hilma ilmaisi selvästi sen, mihin pyritään. Hilma oli koko ajan silmä kovana, että kaikki teki oikein. Hän oli sitkeä eikä hävennyt toistaa yksinkertaisiakaan liikkeitä. Kyllä meistä joka ikinen osasi perusasiat, vaikka olis yöllä herätetty kesken unien.” Myös Maila Kivistön mukaan ”hyvin puhtaana siirtyivät Hilman opit. Voimistelulaitokselta valmistuneille Hilma oli kaikki, ei ollut mitään muita vaikutteita.” (haastattelut, Kivistö 2004 ja Nokkala 2012)

Jalkasen voimistelujärjestelmän keskeisiä arvoja selvitin myös kyselyllä, johon vastasi 23 Jalkasen oppilasta maaliskuussa 2012. Kyselyn vastaanottajat tunnistivat voimistelun arvoja käsittävistä luettelosta niitä arvoja, jotka heidän mielestään kuuluivat Jalkasen voimistelujärjestelmään. Lisäksi he määrittivät niitä sen mukaan, kuuluivatko ne 1. aina, 2. usein – silloin tällöin vai 3. harvoin – ei koskaan Jalkasen voimisteluun. Vastajia valitsin mahdollisimman tasaisesti eri vuosikursseilta 1940–1950-luvuilta. Otoksen liikunnanopettajat olivat aloittaneet opintonsa Helsingin yliopiston voimistelulaitoksella seuraavasti: 6 henkilöä vuosina 1938–1949, 10 henkilöä vuosina 1950–1952 sekä 7 henkilöä vuosina 1953–1957. Vastajien määrän kriteerinä oli se, että otoksen edustavuus ei yleensä paljoakaan parane havaintojen määrän ylitettyä tietyn rajan (Hirsjärvi & Hurme 1988, 30, 36, 58–59). Ns. lumipallomenetelmää sovellettaessa tutkimushenkilöitä valitaan yksi toisensa jälkeen aineiston kokonaisuusvaltaisuuden kannalta kyllästymispisteeseen asti, eli niin kauan kun

oleellisesti uusia asioita ilmenee vastauksissa (Bertaux & Bertaux-Wiame 1981). Tässä tutkimuksessa kyllästymispiste saavutettiin, kun oli ylittetty 20 vastausta.

HILMA JALKASEN VOIMISTELUJÄRJESTELMÄN TYYLIANALYYSIN NELJÄ TASOA

Taso 1: Jalkasen voimistelun liikekieli: liikesanasto, liikelaadut, rytmi ja musiikinkäyttö

Jalkasen kypsän voimistelutyylin, uuden suomalaisen naisvoimistelun liikekieltä jäsennetään seuraavassa sen liikesanaston, liikelaatujen, rytmin ja musiikinkäytön suhteen. Liikesanastoa tutkin Jalkasen voimistelukirjallisuuden vaikutukseltaan tärkeimmän teoksen, vuonna 1946 ilmestyneestä *Voimistelun opetusharjoituksia* (1946a) pohjalta. Opas kuului Jalkasen oppimateriaaliin Helsingin yliopiston voimistelulaitoksella, ja siitä otettiin uusintapainokset vuosina 1949 ja 1957. Sen sijaan *Uusi naisvoimistelu* -teosta (1930) ei käytetty laitoksen oppikirjana (Nokkala, haastattelu 2012). Tellervo Pertilä tunnusti, että ”Jalkasen *Voimistelun opetusharjoituksia* oli katkismukseni. Ei minun aikani ollut muita ohjelmakirjoja.” (Pertilä, haastattelu 2008) Oppaassa ohjelmien suoritusohjeet ja komennon kulku oli kirjattu yksityiskohtaisesti. Kirja tuki hyvin opettajan työtä, sillä melko pitkien ohjelmien kehittämissä vaiheissa oli kuvattu tarkoin, mikä antoi suppeahkolla kokemuksella paljon käyttömahdollisuuksia. Hannele Ahlqvist kertoi, että ”*Voimistelun opetusharjoituksia* oli kerta kaikkiaan uusi testamentini, siinä oli perusasiat. Kun opetin, niin niistä mä otin teemat. Ei ne (teemat) olleet hirveen pitkiä, sillä tunnilla tehtiin useita. Mentiin läpi, mitä sanotaan esimerkiksi koonnosta, käynnistä, mistä siinä lähdetään, kaikki yksityiskohdat aaltoliikkeestä, miten tullaan virtaavaan kokonaisliikuntaan.” (Ahlqvist, haastattelu 2005)

Oppaan liikevarastoon sisältyi sekä perinteisiä ruotsalaisen voimistelun mukaisia perusliikkeitä, kuten järjestyksiä ja telineliikkeitä että uuden saksalaisen naisvoimistelun liikemateriaalia. Keskustaliikunnan myötä suomalaiseen naisvoimisteluun tuli uutta liikesanastoa, kuten vauhtiheitot ja aaltoliikkeet. Jalkanen kuitenkin kannatti suppeaa vaikkakin mahdollisimman tarkoituksenmukaista liikevarastoa. Tärkeitä liikkeitä olivat jo perusasento, käynti ja juoksu. Jalkaselle ominaisia harjoitteita olivat myös tyyllitellyt lantiojohtoinen käynti, jossa liikuttiin painovoimaa hyödyntäen tai kaarijuoksu lantiojohtoisesti, vauhdikkaasti ja keveästi. Liikevarastoon kuului jalkaliikkeitä, painonsiirtoja, aaltoliikkeitä, kaariheittoja sekä rentoutus-, venytys- ja vauhtiliikkeitä. Jalan kaariheittoihin oli mahdollista liittää askeleita, jolloin vauhdikkuus lisääntyi ja liikeratoihin saatiin vaihtelua. Hyppyjä oli useita erilaisia: keveä hyppy, joustohyppy, hyppyaskel, harppaushyppy, tasaponnistushyppy, saksihyppy, varsahyppy sekä heilahdushyppy, jossa ylävartalo myötäili. (haastattelu, Enckell 2004 ja Pertilä 2008)

Oppaan jokaiseen ohjelmaan sisältyi myös telineliikkeitä, mutta käytännössä Jalkanen ei pyrkinyt yhdistämään keskustaliikuntaa ja telinevoimistelua, koska nämä edellyttivät aivan erilaista ruumiinhallintaa ja liikkeen painopistettä. Telineliikkeet oli muutenkin ristiriidassa klassistisen esteettisyyden tavoittelun kanssa. Lisäksi yhä tuolloin oletettiin naisten voimakkaan harjoittelun telineillä aiheuttavan heille erityisiä fysiologisia ongelmia (Nokkala, haastattelu 2012). Jalkasen oppilas Arna Nikki muisteli, että Jalkasen tunneilla kuitenkin käytiin läpi tavallisimmat telineet, vaikkakin ajan myötä yhä harvemmin, sillä ”ei Hilma haaskannut tunteja telineliikkeisiin. Olimme hyvin vähän telineillä. Se oli sellaista hupiohjelmaa, ei mitään hurjaa, joskus ehkä puolapuulle kiivettiin.” (Nikki, haastattelu 2008)

Vaikka Jalkasen liikevarasto oli suppea, hän ei enää kypsässä tyylissään hyväksynyt tanssillisia vaikutteita. Anja Isotalo kertoi, että ”balettia Jalkanen ei hyväksynyt ollenkaan, teennäistä asentoilua. Olin hiljaa onnellinen balettiaustastani, kun oli valmiiksi hyvä jalka-

työ.” Helena Enckell muisteli puolestaan Jalkasen sanoneen hänelle: ”Tampereen tyttö, mitä varten sinä ojentelit nilkkojasi, tämä on voimistelulaitos eikä mikään tanssikoulu.” (haastattelu, Enckell 2004 ja Isotalo 2008)

Tanssillisuuden sijaan Jalkanen tavoitteli voimistelusta itsestään syntyvää elävyyttä. Hänestä voimistelun luonnollinen kauneus luotiin tarkoituksenmukaisella liikunnalla, jossa ei ollut turhia liikeratoja. Liikkeiden tuli olla myös yksinkertaisia vastakohtana monimutkaisuudelle. (haastattelu, Pertilä 2008) Jalkasen voimistelu suoritettiin luonnollisena kokonaisliikuntana, jossa kaikki lihakset osallistuvat jokaiseen liikesuoritukseen vaikka eriaikaisesti. Voimistelu ei saanut olla missään suhteessa ristiriidassa ihmisen ruumiin rakenteen tai toiminnan kanssa. (Jalkanen 1947a) ”Hilma pysyi jokaisen omissa rajoissa. Hän ei vaatinut äärimmäisyyksien tavoittelua, esimerkiksi äärimmäistä notkeutta,” Anneli Nokkala arvioi. (Nokkala, haastattelu 2012) Luonnolliseen liikkumiseen kuului myös pyrkimys voimistelun rentouteen, mikä oli uutta massavoimistelun yhteydessä. Rentoutusharjoituksilla poistettiin epätarkoituksenmukaiset jännitystilat ja pyrittiin taloudelliseen voimankäyttöön. Jalkasen tunneilla tavallisin rentouttamisharjoitus oli poistaa kestojännitystä etenkin hartioista. ”Lähdettiin ylijännityksestä ja sitten rentoutettiin erityisesti ylävartaloa,” Tellervo Pertilä muisteli. (haastattelu, Pertilä 2008)

Voimistelun ytimenä oli keskustaliikunta ja liikkeen virtaavuus. Perinteisessä naisvoimistelussa lantio piti olla liikkumaton samaan tapaan kuin klassisessa baletissa tai telinevoimistelussa. Jalkasen tyyllissä keskustaliikunta siirsi voimistelun painopisteen ylävartalosta lantioseudulle, jossa tapahtui ensin pudotus ja sitten liike. Jalkanen jakoi keskustaliikunnan sisäisen virikkeen ja lihastoiminnan perusteella kolmeen ryhmään: 1. legato-luontoiset liikkeet, joissa voima virtaa ojentajalihaksia pitkin ylöspäin ja alaspäin, 2. keskivartalon koonto, joka jatkuu käsien ja jalkojen koukistajalihaksiin sekä 3. koko ruumiin staattiset jännitysharjoitukset, joissa suurin jännitys oli keskustassa. Liikkuessa voimankäyttö oli suhteessa lihaksien suuruuteen ja jatkui lihasryhmästä toiseen aina jäsenten ääriosaan asti.

Keskustaliikunnan avulla voimisteluun saatiin virtaavuutta, joka oli uutta massavoimistelun yhteydessä. ”Pystyrentoutus, jännityksen purkaminen ja hengittävä liike olivat Hilman suuri idea. Pystyrentoutus oli hallittava, jotta sai liikkeen lähtemään keskustasta, se oli alkusyksy,” Anja Isotalo selosti. Pystyrentoutusta korostettiin vauhtitehtävissä, vauhtiviennissä, joustokävelyssä ja hyppelyssä. Taas aaltoliikkeissä liike lähti läheltä vartalon painopistettä, suurista lihaksista ja eteni aaltomaisesti periferiaan. (Jalkanen 1947a, 235; Vilppunen 1967, 68–76)

Helena Enckell arvioi, että Jalkasen voimistelun ”liikkeen virtaavuus oli Bodelta saatua.” Hän kertoi tavanneensa ”Saksassa Boden koulun käyneitä, ja ne tekivät täysin samalla lailla. Ja eräs saksalainen opettaja sanoi, että on ihmeellistä, että teillä tehdään samalla lailla kuin Boden koulussa.” (Enckell, haastattelu 2004) Tosin Jalkanen korjasi lopullisen tyyllinsä liikekielen ekspressiivisyyttä vielä 1950-luvulla. Liikkeen virtaavuuden tuli olla harmonisen hallittua eikä Boden tapaa ekspressiivistä. Liikunnan tuli olla Björksténin voimistelun tapaan tyyllitellyä, ei enää hervotonta, kuten Jalkasen ilmaisuvoimistelun kautena. Hän korosti saaneensa plastisen voimistelun ideaalinsa Françoise Delsarten antiikin taiteesta tunnustamista liikunnan harmonian laeista. Niitä olivat harmonisen asennon laki, harmonisen vastaliikkeen laki sekä harmonisen lihastoiminnan laki. Harmonisen asennon lain mukaan seisova ruumis ei lepää tasan molemmilla jaloilla, vaan tukijalalla ja lepojalalla. Vastaliikkeen lailla tarkoitettiin sitä, että asennoissa ja liikunnassa tulee vierekkäisten ruumiinosien toimia vastakkaiseen suuntaan. Harmonisessa lihastoiminnassa on voimankäyttö suhteellista lihaksien suuruuteen nähden. Liike alkaa ruumiin keskustan suurista lihaksista ja virtaa spiraalimaisesti vähenevällä voimalla periferiaan. Jalkasen mielestä liike on täysin harmoninen silloin, kun siinä samanaikaisesti toteutettiin sekä vastaliikkeen että harmonisen lihastoiminnan lakeja. (Jalkanen 1947b; 1959b, 339)

Jalkanen kuitenkin arvosti liikunnan ilmaisullisuutta. Jalkasen mielestä liikunta oli elävää vasta sitten, kun siihen paneuduttiin myös tunteella ja koko olemuksella (Vilppunen 1967, 9, 70–75). Jalkanen kuvasi artikkelissaan *Kasvatus kauneuteen* suloutta voimistelunsa päämääränä. Sulous oli opittavissa. Ensinnäkin ruumis tuli kouluttaa niin taipuisaksi ja rennoksi, että sen liikkeet ovat vapaita ja estotomia ja siten kauniita. Sulouden saavuttaminen edellytti teknillisen valmiuden lisäksi sisäistä panosta, sielullista eläytymistä liikkeisiin. (Jalkanen 1959a, 268–270) Liikunnan ”esteettisyys kehittyi treenauksen kautta. Jalkanen ei sanonut, tehkää kauniisti vaan tehkää oikein,” Anneli Nokkala muisteli. Ei kuitenkaan ”saanut tappaa liikumista liiallisella kaavamaisuudella. Hilma opetti, että ei voi tehdä matkimalla,” Anja Isotalo muisteli. ”Jo staattisessakin asennossa tuli olla dynaaminen pohjavire. Herkistytettiin liikkeen tekemiseen,” Anneli Nokkala kuvasi. (Isotalo, haastattelu 2008)

Jalkanen oli omaksunut rytmin ja säestyksen voimisteluunsa jo 1920-luvulla. Tuolloin hän myös julkaisi oppaan *Voimistelun rytmiharjoituksia musiikin mukaan* (1925), johon oli koonnut yksittäisiä voimisteluliikkeitä varten nuotinnettuja katkelmia tutuista musiikkikapaleista ja kansanlauluista. Katkelmista oli mahdollisuus koostaa jopa koko voimistelutunnin säestys. Jalkanen seurasi Björksténin käsitystä musiikin tehtävästä voimistelussa; musiikin tuli säestää voimistelua ja vaikuttaa voimistelijaan tunnetilalla ja rytmillä (Wichmann 1965, 186–189). Björksténin mielestä koko elämäntunne oli *rytmillisyyden* hallitsemaa, ja siksi rytmin luoma ihmeellinen tiedostamaton voima vapautti voimistelusuorituksen. Hänestä rytmin harjoittamisella saataisiin aikaan uudistuksia voimistelussa, ei ainoastaan keveyden, vapautumisen ja viehättävyyden hyväksi, vaan myös vilkkauden ja ilon herättämiseksi voimistelutunneilla. (Björkstén 1920, 51–55)

Rytmissä Jalkanen ohjelmat olivat kuitenkin yksinkertaisia. Helena Enckell kertoi, että Jalkasen ohjelmissa tehtiin yleensä ”neljään tai kolmeen ja triolia. Hän käytti paljon polkua ja haki sillä voimaa. Ei Hilma nuoteista tai soinnutuksesta tiennyt mitään, eikä sävellajeista.” Musiikkiin ja rytmiiin liittyvissä ongelmissa Jalkanen sai tukea erinomaisilta säestäjiltään. Anja Isotalo kuvasi, että ”Hilmalla oli hyvät säestäjät ja hän tiesi, mitä pitää säestäjälle sanoa, jotta saa toivomansa.” Enckellin mielestä ”Marja Tarasti oli suuri vaikuttaja Hilman takana. Hän oli huippusäestäjä ja sai voimisteluun rytmin. Hän katsoi voimistelijoihin ja siitä improvisoi. Tarasti oli oivaltanut, millaista musiikkia Hilma tarvitsi. ”Eikö niin... Marja,” Hilma kysyi useasti, ja Marja katsoi sieltä flygelin takaa, onko hyvä. Hilma kuunteli aina, miten Tarasti soittaa ja he aina sopivat yhdessä.” (haastattelu, Enckell 2004 ja Isotalo 2008)

Taso 2: Jalkasen voimistelun muoto

Jalkasen voimistelulle oli tyypillistä uusklassistinen muotokieli: tarkat ja tyyliteltyt liikkeet sekä yksinkertaiset ryhmittelyt ja hienot, selkeät linjat. Suomalaisen uusklassistisen voimistelun (esim. Heikel, Björkstén ja Vartia) tavoitteena oli kauneus, joka ymmärrettiin täsmällisyytenä, tarkkuutena ja vaivattomuutena. Liikkumisen tuli olla muotopuhdasta mutta kevyttä ja vapautunutta. Liikkeet tuli suorittaa yhtäaikaaisesti klassisen linjakkaita ryhmittelyjä muodostaen. (Björkstén 1920, 30–39, 249) Myös Jalkasen voimistelun tuli ilmaista keveyttä, voimaa ja kauneutta, ja ”niissä liikkeissä, joita Hilma opetti, tämä tuli esiin. Lihasten piti olla niin voimakkaat, että näyttää keveältä. Hilma antoi meille mielikuvan ’tytöt nouskaa taivasiin’. Esimerkiksi Hilman suosima trioli-juoksu oli sykähdyttävä näky. Tuntui kuin tytöt eivät koskettaisi lattiaa,” Helena Enckell muisteli. (Enckell, haastattelu 2004)

Jalkaselle oli ”erittäin tärkeä puhdas liikesuoritus ja muotokieli, ja siinä Hilma pyrki täydellisyyteen. Hänellä oli tarkka näkemys, mitä hän halusi jostain liikkeestä. Hilma korosti, että tärkeää ei ole mitä tehdään, vaan miten tehdään.” Niin herkkien kuin voimakkaidenkin

liikkeiden saaminen kokonaisilmaisuksi oli pitkän harjoittelun tulos. ”Jalkasen opetuksen voima oli siinä, että hän jaksoi syventyä liikesuorituksen hiomiseen, toistaa ja taas toistaa tärkeäksi katsomiaan perusharjoitteita. Sitä käyntiäkin tehtiin, ei se ollut kerrallaan valmis,” Tellervo Perttilä kuvasi. Myös Anneli Nokkalan mukaan ”Hilma toteutti ohjelmiaan ankaran systemaattisesti. Hän pyrki puhtaaseen liikesuoritukseen, ja kyllästymiseen saakka parannettiin suoritusta.” (haastattelu, Perttilä 2008 ja Nokkala 2012)

Puhdas liikesuoritus oli yhteydessä Jalkasen näkemykseen liikkeiden tyylittelystä. Liikunnan tuli olla Björksténin voimistelun tapaan tyyliteltyä, ei enää hervotonta, kuten Jalkasen ilmaisuvoimistelun kautena. Tyylittely oli keino vapautua tavanomaisista liikkeistä, joilla oli esimerkiksi terveydellinen peruste. Tyyliteltyt liikkeet tuli suorittaa silti luonnollisella ja yksinkertaisella tavalla ja sommitella aistikaasti yhteen. (haastattelu, Perttilä 2008; Vilppunen 1967, 9, 70–75)

Jalkanen kannusti henkilökohtaiseen ilmaisuun, omailmeisyyteen, mutta vain harjoituksissa. ”Jokainen teki persoonallisella tavalla. Kun joku onnistui, ja Hilma antoi sille siunauksensa, muiden piti löytää sama tapa tehdä se liike.” Mutta ”näytöksissä ei saanut erottua, vaan ryhmän piti olla kokonaisuus. Toteutettiin Hilman valmiiksi ajattelemia liikelinjoja. Sooloilua ei harrastettu, kaikilla piti olla samanlainen tyyli, määrätty linjat vauhtiheitoissa ja vartalon käytössä,” Tellervo Perttilä muisteli. (haastattelu, Perttilä 2008)

Jalkasen ohjelmista Perttilä kertoi, että ne ”eivät olleet koskaan monimutkaisia, vaan puhtaan voimistelullisia, esimerkiksi symmetrisiä. Hilma piti pelkistetyistä asioista eikä mistään tingeltangelista, vaan piti olla selkeää.” Jalkasen ohjelmien muotoon vaikutti myös Lingin kaavan noudattaminen. Jalkanen kirjoitti: ”Lingin normaali-ohjelma on fysiologisessa suhteessa erittäin nerokkaasti suunniteltu. – – mutta meidän ei pidä suorittaa liikesukuja eristetysti, vaan kokonais- ja keskustaliikuntana.” (Jalkanen 1947a, 216) Jalkanen ei kuitenkaan ollut ehdoton Lingin kaavan suhteen, vaan lyhensi kaavaa ja sai sen tällä tavalla tarkoituksenmukaisemmaksi kouluvoimistelussa. Tellervo Perttilän mielestä ”Lingin kaava oli hyvä systeemi aloittelevalle opettajalle. Hän tiesi tuntia valmistessaan, että pitää olla sellaista ja sellaista.” (Perttilä, haastattelu 2008) Tosin Jalkanen jätti pois monia alustavia ja rauhoittavia liikkeitä. Anja Isotalo arvioi, että ”nykyään käytetään enemmän aikaa lämmittelyyn. Ihmettelen, jos ei silloin tapahtunut mitään vaurioita.” (Isotalo, haastattelu 2008)

Taso 3: Herbartilainen kasvatuskulttuuri

Jalkanen oli ennen kaikkea pedagogi (Kopponen 1968), ja näin ollen voidaan olettaa, että hänen kasvatusajattelunsa on vaikuttanut hänen voimistelujärjestelmänsä olemukseen. 1900-luvun ensimmäisinä vuosikymmeninä Jalkanen oli useaan otteeseen kosketuksissa herbart-zilleriläiseen kasvatusajatteluun. Jalkanen tutustui kasvatustieteilijä ja koulumies Mikael Soinisen herbartilaiseen pedagogiikkaan jo kouluaikana ja Heinalan seminaarissa, josta valmistui hospitantiksi eli kuunteluoppilaana kansakoulunopettajaksi. (Paavilainen ym. 1949) Myös Björksténin opetuksessa Helsingin yliopiston voimistelulaitoksella noudatettiin herbartilaista kasvatusajattelua. Vilppunen ja Kopponen ovat vahvistaneet Jalkasen harjoittaman pedagogiikan olleen björksténläistä vielä 1950-luvullakin (Vilppunen 1967, Kopponen 1968).

Herbartilaisuudessa korostettiin opettajan työn järjestelmällisyyttä sekä opettajan merkitystä ja tehtävää oppimisprosessissa. Opetuksessa noudatettiin muodollisten asteiden kaavaa. (Bruhn 1968) Jalkanen seurasi herbartilaista pedagogiikkaa, mikä merkitsi asteittain etenevää, tarkkaa ja johdonmukaista opettamista sekä oppilaiden virheiden korjaamista. Tellervo Perttilä muisteli, että ”Hilmalla oli aina jokin teema, esimerkiksi käynti ja sitä mentiin nurkasta nurkkaan. Se hioi ja korjas ihan henkilökohtaisesti. Koskaan ei ollut yksittäisiä liikkeitä vaan aina se kehittäminen, josta tuli kokonaisuus. Lähdettiin esimerkiksi

jostakin lantion liikkeestä, koonnosta, vauhtiheiteistä. Liikkeeseen liitettiin ehkä käsiliike ja sitten vielä kierto jne. Ei ne teemat hirveen pitkiä olleet, sillä tunnilla tehtiin useita.” (Perttilä, haastattelu 2008)

Herbartilaisessa kasvatustajatteluissa arvostettiin kauneuden tajuja ja kykyä nauttia kauneudesta pidettiin ihmiselle luontaisena. Suuntauksen mukaan kauniit suhteet ja muodon kauneus herättivät esteettistä harrastuneisuutta. (Soininen 1911, 98–100, 109–110) Myös Jalkaselle esteettinen kasvatusta oli tärkeää. Jalkasen mielestä liikunta vapautti ja kohotti sitä harjoittavan ihmisen mielen silloin, kun tämä eläytyi siihen koko sielullaan. Hän ”koki, että jos olet liikunnalle vihkiytynyt, olet avoin kauneudelle ja luonnolle,” Anneli Nokkala muisteli. (haastattelu, Nokkala 2012)

Herbartilaisuudessa keskityttiin luonnetta muodostavaan oppiainekseen, mikä tapahtui luonteenkasvatukseen ja sosiaalisen kasvatuksen avulla. 1950-luvulla voimistelijoiden luonteen kasvattaminen perinteisessä herbartilaisessa hengessä ei enää ollut ajankohtaista, mutta Jalkaselle oli läheistä tapakasvatusta. Hän edellytti ankaraa itsekuria ja järjestystä sekä hyvää käytöstä. Hyviin tapoihin kuului täsmällisyys. ”Tunnille tultiin ajoissa. Ei voinut kuvitellakaan, että myöhästyisi tunnilta. Tunnin alussa seistiin rivissä ja tervehdittiin. Hilma oli hyvin tarkka niaamisesta,” Anneli Nokkala muisteli. (Nokkala, haastattelu 2012)

Jalkanen ihaili Hellaan ruumiillista kasvatusta, jossa ruumis ja sielu ymmärrettiin yhtenäisenä kokonaisuutena. Näin esimerkiksi voimistelijoiden ryhdikkyys kuvasti näiden ryhdikästä elämänsäntä. Tästä syystä kasvuikään tuli kuulua ryhtikasvatusta, jolloin se vaikutaisi kasvavien sielullis-ruumiilliseen kokonaisuuteen. Jalkanen piti ryhtivoimistelun tärkeimpänä tehtävänä lisätä ihmisen vireisyyttä, elämäntalua. Hän kehitti herbartilaisia vireisyyden- ja ryhdikkyyskäsityksiä Siegfried Eberhardtin näkemysten avulla. (Soininen 1911, 84–87, 98–100; Björkstén 1920, 4–5, 14–21, 127; Jalkanen 1959b, 339).

Vireisyys oli Jalkasen mukaan synnynnäistä, eri ihmisillä eriasteista, mutta elinolosuhteet vaikuttivat siihen joko ylläpitävästi ja edistävasti tai ehkäisevästi. Jalkanen kuvasi, että vireä ihminen on elämäntalua, rohkea, ilmaisullinen ja luova. Vireisyys merkitsi suurta voimantilaa niin yksilölle kuin kansalle. Jalkasen mielestä voimistelu oli omiaan kasvattamaan poikkeuksellisia yksilöitä, sillä juuri vireät ihmiset ovat yhteiskuntamme huomattavia vaikuttajia. (Jalkanen 1946) ”Vireisyys oli Hilman lempikäsité, se oli kuin polttoöljyä Hilmalle ja hän intoutui maalaillemaan ja hän lisäsi siihen aina jotain hyvää. Vireisyys merkitsi jotain hyvin dynaamista, ja tämä piti tulla ulos hänen ohjelmistaan,” Anneli Nokkala kertoi. (Nokkala, haastattelu 2012)

Jalkasen mielestä naisvoimistelun perinteinen kaavamainen eristysvoimistelu jäykisti ryhdin kuolleeksi. Vaikka voimistelijoiden ryhti olisi muodollisesti oikein, se oli silti epävireinen. Epävireisyyttä eivät aiheuttaneet vain ryhtivirheet vaan myös kestojännitys. Tästä syystä hänen mielestään ”elävään vireiseen ryhtiin pyrittäessä on ruumis ensin vapautettava kestojännityksestä.” Muita vireän ryhdin esteitä olivat epätaloudellinen lihastoiminta, heikot lihakset, hengityshäiriöt, estot ja lihavuus. (Jalkanen 1939, 179; 1946, 82; Vilppunen 1967, 14–20) Jalkasen oppilaat valloittivat ryhdikkyydellään. Mirjami Syvänen muisteli, kuinka ”Hilma korosti ryhtiä. Heti alkumarssissa hän huomasi, jos ei ollut ryhdikäs, piti niin kauheen pitkäksi vetää koko vartalo. Ryhti syntyi painamalla kantoja lattiaan ja venymällä. Ote lattiaan täytyi säilyttää ja siitä kasvaa ulos.” Salme Nissinen lisäsi: ”Piti olla ryhdikäs olemus sekä istuessa että liikkuen. Ryhti tehtiin venymällä, lähtee keskustasta, venyy, venyy, venyy.” (haastattelu, Nissinen ja Syväsen 2004)

Taso 4: Jalkasen voimistelun keskeiset arvot

Jalkasen voimistelutyylin arvojen analyysissä lähtökohtana on ajatus, että hänen oppilaittensa muistikuvat vahvistavat ne arvot, joita Jalkanen itse ensisijaisesti korosti. Jalkasen oppilaille lähetetyn kyselyn tulokset on koottu seuraavaan taulukkoon. Arvot on esitetty siinä järjestyksessä, jossa oppilaat olivat niistä yksimielisimpiä. Taulukon sarakkeessa ”aina” ovat ne arvot, jotka oppilaiden mielestä kuuluivat aina ja sarakkeessa ”usein” ne arvot, jotka heidän mielestään kuuluivat usein tai silloin tällöin Jalkasen voimisteluun. Luvuista käy ilmi, kuinka moni 23 vastaajasta nimesi kyseisen arvon.

Seuraavassa yhteenvedossa Jalkasen voimistelun keskeiset arvot on kursivoitu erotukseksi kaikista mainituista arvoista. Kaikki Jalkasen oppilaat (23 mainintaa) katsoivat, että *keskustaliikunta*-, *kokonaisliikunta*- ja *puhdas liikesuoritus* -tavoite kuuluivat aina Jalkasen voimisteluun. Nämä ovat siis jollakin tavoin ehdottomia arvoja, ja voidaan ajatella, että niiden on aina oltava läsnä Jalkasen tyylin mukaisessa voimistelussa. Seuraavan ryhmän arvot olivat nekin lähes ehdottomia (20/23 mainintaa). Niihin kuuluivat *dynaamisuus*, *harmonisuus*, *vireisyys* ja *ryhdikkyys*.

Jalkasen oppilaat olivat ymmärtäneet hänen voimistelutyylinsä keskeisiksi arvoiksi myös *ilmaisullisuuden* ja *esteettisen kasvatuksen*. Noin puolet heistä nimesi myös *luovuuden* ja *rytmillisyyden* Jalkasen tyylin tunnusmerkeiksi. Näissä kvaliteeteissa näkyy Jalkasen taidevoimistelupainotus, mutta oppilaiden mukaan Jalkasen voimistelun ei välttämättä tarvinnut olla rytmillistä tai luovaa. Perinteisessä naisvoimistelussa terveys oli ollut ehdoton tavoite. Vastaajien mukaan Jalkanen arvosti voimistelun terveysvaikutuksia, mutta ei pitänyt terveyttä keskeisenä tavoitteena. Aikaisempaa vähemmälle jäivät myös voimistelijoiden luonteenkasvatusta ja tapakasvatusta.

TAULUKKO 1. Jalkasen voimistelun arvot 23 hänen oppilaansa nimeämänä.

ARVOT	AINA	USEIN
Keskustaliikunta	23	
Puhdas liikesuoritus	23	
Kokonaisliikunta	23	
Luonnollinen liikunta	20	3
Dynaamisuus	20	2
Harmonisuus	20	2
Vireisyys	20	2
Ilmaisullisuus	18	4
Esteettinen kasvatusta	18	4
Ryhdikkyys	17	6
Sielullis-ruumiillinen kokonaisuus	17	5
Luovuus	13	10
Rytmillisyyden	13	9
Musikaalisuus	10	10
Luonteenkasvatusta	8	10
Lingin kaava	8	6
Yksinkertaisuus	6	12
Tapakasvatusta	5	14
Tarkoituksenmukaisuus	5	8
Tyylitelty	4	14
Terveys	3	17
Sosiaalinen kasvatusta	2	10
Hygieniä ja terve elämäntapa	1	12
Leikki		7
Taloudellisuus		3
Työn rappeuttavan vaikutuksen ehkäisy		3

VOIKO JALKASEN VOIMISTELUN OMINAISLAATUA ENÄÄ TAVOITTAAT?

Artikkelin lähtökohtana oli ajatus, että Jalkasen voimistelutyylille on ominaista sen arvojen, liikeseanaston, muodon ja kasvatuskulttuurin yhteensulautuminen eheäksi kokonaisuudeksi, jossa nämä tasot ovat kiinteässä vuorovaikutuksessa keskenään. Näin ollen esimerkiksi Jalkasen pedagoginen orientoituminen on yhteensopiva hänen liikemateriaalinsa kanssa ja kääntäen. Tämä merkitsee myös sitä, että muutos yhdellä tasolla vaikuttaa kaikkien muiden tasojen yksityiskohtiin. Mitä esimerkiksi Jalkasen voimistelujärjestelmän kannalta merkitsee herbartilainen opettajakeskeisyyden joutuminen ristiriitaan nykyisten kasvatuskäsitysten kanssa? Myös voimistelijapersoonallisuus on muuttunut, kun herbartilaisen kasvatuskulttuurin periaatteiden mukaista kasvatus ei enää katsota voimisteluliikkeen tehtäväksi. Puhu-

mattakaan siitä, kuinka paljon kilpaileminen on muuttanut käsitystä voimistelun tavoiteltavista arvoista.

Tyylianalyysistä kävi ilmi, että Jalkasen voimisteluun sisältyi vaativia tyylipiirteitä. Ne eivät mitenkään itsestään selvästi toteudu aina, kun voimistellaan niin kutsutun Jalkasen järjestelmän mukaan. Onko ylimalkaan puoli vuosisataa Hilma Jalkasen kuoleman jälkeen enää mahdollista täysin jäljittää, mitä hän viimekädessä tarkoitti. Naisvoimistelupiireissä ollaankin erimielisiä siitä, missä määrin Jalkasen voimistelu enää elää 2010-luvulla. Ratkaisematta jää, kuinka paljon voi poiketa Jalkasen voimistelun keskeisistä arvoista ja edelleen voimistella Jalkasen tyylin mukaisesti.

LÄHTEET

Hilma Jalkasen tuotanto:

Opaskirjat:

Jalkanen, H. 1922. Komentoharjoituksia. Helsinki: Otava.

Jalkanen, H. 1925. Voimistelun rytmiharjoituksia musiikin mukaan. Jyväskylä: Jyväskylän kirjapaino.

Jalkanen, H. 1930. Uusi naisvoimistelu. Helsinki: Otava.

Jalkanen, H. 1946a. Voimistelun opetusharjoituksia. Helsinki: Otava.

Jalkanen, H. & Salminen, H. 1927. Tie kauneuteen ja terveyteen. Helsinki: Otava.

Artikkelit:

H. J. 1923. Mensendieckin voimistelusysteemi. Kisakenttä (8), 178–183.

H. J. 1926. Vähän uusien naisvoimistelusuuntien alkuperästä Saksassa. Kisakenttä (10), 227–228.

Jalkanen, H. 1934. Harhapolkuja naisvoimistelumme alalla. Kisakenttä (7), 112–113.

Jalkanen, H. 1938. Uusia voimia – uusia aloitteita. Kisakenttä (14), 258–259.

Jalkanen, H. 1939. Liikunta ja vireisyys. Kisakenttä (13–14), 179.

Jalkanen, H. 1946. Vireisyys ja ryhti. Kisakenttä (10–11), 82.

Jalkanen, H. 1947a. Uuden voimistelun alkuperä. Kisakenttä (15), 216–217.

Jalkanen, H. 1947b. Keskustaliikunnasta. Kisakenttä (16), 235.

Jalkanen, H. 1959a. Kasvatus kauneuteen. Kisakenttä (10), 268–270.

Jalkanen, H. 1959b. Antiikin liikunnan ylösnousemus. Kisakenttä (12), 339.

Muu aikalaiskirjallisuus:

Björkstén, E. 1920. Naisvoimistelu, osa I. Helsinki: Otava.

Kopponen, E. 1968. Muistoteos Hilma Jalkasesta. (HS. 30.3.1968)

Soinin, M. 1911. Yleinen kasvatusoppi. Helsinki: Otava.

Vilppunen, P. (koonnut) 1967. Hilma Jalkanen. Voimistelujärjestelmä. Helsinki: Weilin + Göös.

Tutkimuskirjallisuus:

Adshad, J. 1988 (ed.). Dance Analysis: Theory and practice. London: Dance books.

Barthes, R. 1987. Image-music-text. Glasgow. Fontana Press.

Bertaux, D. & Bertaux-Wiame, I. 1981. Life stories in the Babers' trade. Teoksessa Bertaux, D. (ed.), Biography and society: the life history approach in the social sciences. U.S.A.: SAGE. (85–103)

Bruhn, K. 1968. 1900-luvun pedagogisia virtauksia. Helsinki: Otava.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 1988. Teemahaastattelu. 4. painos. Helsinki: Yliopistopaino.

Laine, L. 2003. Elämäntehtävänä naisvoimistelu: Elna Kopponen (os. Tamminen) 1906–2000. Teoksessa Laine, L. & Sarje, A. (toim.), Naisvoimistelun jäljillä. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto liikuntatieteiden laitos, 11–21.

Paavalainen, Y., Ahomäki, H. & Sirkkola, M. (toim.) 1949. Heinolan seminaari, 1899–1949. Helsinki: Valistus.

Parviainen, J. 2006. Meduusan liike. Mobiliajan tiedonmuodostuksen filosofiaa. Helsinki: Gaudeamus.

Sarjala, J. 2002. Miten tutkia musiikin historiaa? Tietolipas 188. Helsinki: SKS.

Sarje, A. 2004. Valokuvat naisvoimistelun peileinä. Teoksessa H. Roiko-Jokela, E. Sironen & O. Viita (toim.), Olympialapset. Suomen urheiluhistoriallisen seuran vuosikirja 2004, Jyväskylä: Ateena Kustannus, 161–170.

Wichmann G. 1965. Elli Björkstén. Nordiskt förbund för kvinnogymnastik, Finlands svenska kvinnogymnastikförbund Helsingfors.

Haastattelut:

(haastattelijana Aino Sarje)

Ahqvist, Hannele, liikunnanopettaja, Vantaa, 15.4.2005.

Enckell, Helena, Jalkasen oppilas, Tampere, 23.3.2004.

Isotalo, Anja, Jalkasen oppilas, Tampere, 31.10.2008.

Kivistö, Maila, Jalkasen oppilas, Tampere, 20.3.2004.

Nikki, Arna, Jalkasen oppilas, Helsinki, 23.10.2008.

Nissinen, Salme, Jalkasen oppilas, Tampere, 26.3.2004.

Nokkala, Anneli, Jalkasen oppilas, Lohja, 31.1.2012.

Perttilä, Tellervo, Jalkasen oppilas, Helsinki, 23.10.2008.

Syvänen, Mirjami, Jalkasen oppilas, Tampere, 22.3.2004.

Uitto, Eila, lajipäällikkö, Svoli ry., Helsinki, 21.9.2011.