
Að læra gegnum dans

Lokaskýrsla til Sprotasjóðs



Þróunarverkefnið var unnið fyrir hönd
Heilsuleikskólans Urðarhóls
á skólaárinu 2014–2015

Markmið verkefnis samkvæmt umsókn :

Rannsóknir eru á einu máli um að líkamleg hreyfing örvar heilastarfsemi, bætir einbeitingarhæfni og eykur löngun til að læra. Svipað á við um tónlist. Þróunarverkefni okkar gekk út á að nota þessar tjáningarleiðir til að vinna markvisst með ýmsa þætti sem hafa áhrif á læsi sem heildstætt hugtak á leikskólastigi. Meðal þessara þátta má nefna einbeitingu, rýmisgreind, líkamsvitund, og svo auðvitað hljóðkerfisvitund og þekkingu á bók- og tölustöfum.

Þær tjáningarleiðir sem við höfum unnið með til að ná þessum markmiðum eru einkum leikir, tónlist, taktur og dans. Tilgangurinn var að þróa hugmyndir á þessu sviði sem eru fjölbreyttar og skemmtilegar fyrir börnin jafnframt því sem þær stuðla að þroska þeirra með ofangreindum hætti. Auk þess vildum við vekja aðra til meðvitundar um þá vannýttu möguleika sem felast í dansi sem tjáningarformi og sem leið til að læra. Dans er ekki bara einhver spor eða fastar hreyfingar sem börn gera við sömu gömlu lögin, heldur getur hann borið í sér uppeldis- og kennslufræðilega dýpt, haft mikla þýðingu fyrir börnin og þar að auki verið leið til þekkingaröflunar.

Frekari rökstuðningur á þýðingu og gildi hreyfingar og dans kemur fram í fræðilegu yfirliti aftast í þessari skýrslu.



Leiðir sem valdar voru til að ná markmiði:

Leiðin sem við völdum var að finna sem flesta dansa sem við gátum aðlagð að markmiðum okkar. Í mörgum tilfellum fundum við erlenda dansa þar sem við þýddum textann yfir á íslensku, t.d. „*Bangsadansinn*“ og „*Rímnadansinn*“. Einnig urðu nokkrir dansar til með þeim hætti að við fundum tónlist sem hentaði viðfangsefninu, t.d. í „*Sögustund með pabba*“ og við „*Jólarokk-stoppdansinn*“. Við gerðum líka fáeina frumsamda dansa með frumsamdri tónlist t.d. „*Tilfinningadansinn*“ og „*Í form með formin*“ og „*Galdrapottinn*“ og erum við með nokkrar hálf unnar hugmyndir að fleiri dönsum, t.d. „*Alþjóðadansinn*“. Við prófuðum eins margar hugmyndir og við gátum til að kanna betur það svið sem hægt er að nýta dans og hreyfingu í sem tæki til náms og áhugavakningar.



Frávik miðað við áætlun verkefnisins:

Tímasetningar á prófun dansa stóðust ekki áætlun (sjá ástæðu í næsta lið). Einnig ætluðum við okkur að gera fleiri frumsamin lög/dansa en raunin varð. Í staðinn notuðum við fleiri tökulög og dansa.

Varðandi miðlun, þá höfum við enn ekki gert myndskeið af öllum dönsum og sett inn á vefinn Börn og tónlist (bornogtonlist.net). Við stefnum hins vegar að því að gera það um leið og efnið verður fullunnið og við ánægðar með það. Samt sem áður settum við tilbúið efni á disk sem fylgir með skýrslunni.

Helstu hindrarnir sem komu upp við vinnu verkefnisins:

Pegar sótt var um styrkinn vorum við allar starfandi á Heilsuleikskólanum Urðarhóli. Við sáum fyrir okkur að samhliða mánaðarlegum fundum okkar gætum við prófað og þróað hugmyndir okkar með börnunum með vikulegum danstímum. Þetta breyttist þar sem ein okkar hætti störfum haustið 2014 og önnur um áramótin 2015. Samt sem áður hefur okkur tekist að prófa og þróa hugmyndir okkar með börnunum, en þó ekki eins oft og við hefðum viljað. Það hefur leitt til þess að ferlinu hefur seinkað, (einkum hvað varðar framkvæmd). Sumar hugmyndir eru bæði fullmótaðar og prófaðar, á meðan aðrar eru komnar langt í undirbúningi en ekki verið hægt að prófa þær til fulls.

Helstu ávinningar af vinnu við verkefnið, jákvæð atriði sem fylgdu í kjölfar eða samhliða verkefnisvinnu:

Meginávinningurinn fyrir börnin er mikil gleði og jákvæð upplifun af dönsum, hreyfingu, leikjum og tónlist. Hvað okkur kennaranna varðar er meginávinningurinn meiri innsýn í það hvaða leiðir skynjunar og skilnings hreyfing og dans geta opnað í vitund barnsins, og þar með hvernig læsi í gegnum dans er frábær viðbót við annað námsefni sem fyrir er notað. Verkefnið hefur einnig verið hvatning til að nýta hugmyndir og áhugasvið barnanna hverju sinni og búa til nýtt efni og dansa út frá því. Þetta hefur leitt til þess að við höfum skapað fleiri dansa sem ekki endilega tengjast þessu verkefni.



Mat á verkefninu samkvæmt umsókn:

Við teljum að okkur hafi tekist að snerta á mörgum þáttum læsis í þróun dansanna. Erfitt er hins vegar að leggja mat á hve mikið börnin lærðu af þeim, þar sem dans er einn af mörgum þáttum kennslunnar í leikskólanum. Oftast kenndum við börnunum dans í danstímum en fórum svo með lagið inn á deild og notuðum í söngstundum og öðru starfi. Við sáum að þetta form virkaði afar vel sem kveikja á efninu. Þetta sést t.d. á því að í kjölfar stafadansins héldu börnin áfram að sýna bókstöfum áhuga í daglegu starfi, að því er við teljum í meira mæli en annars hefði verið.

Við kynntum verkefnið á skipulagsdegi í Urðarhóli 6.febrúar 2015 og tókst vel til. Einnig fengum við afar góð viðbrögð utan úr bæ og höfum verið beðnar um að kynna verkefnið á ráðstefnu um skólaþróun á vegum samtaka áhugafólks um skólaþróun, í ágúst 2015. Yfirskrift ráðstefnunar er Læsi er lykill.



Hefur verkefnið, eða mun það hafa, áhrif á skólastarfið í heild?

Margar hugmyndanna sem við höfum fengið og mótað í þessu verkefni munu verða notaðar áfram í dans- og íþróttakennslunni á Heilsuleikskólanum Urðarhóli. Á breiðari vettvangi verður því besta úr efninu miðlað gegnum síðuna Börn og tónlist og e.t.v. aðrar sambærilegar vefsíður, þannig að með

Þeim hætti mun það væntanlega hafa áhrif víðar, bæði gegnum beina notkun og sem innblástur.

Niðurstöður verkefnisins:

Eins og fram hefur komið breyttust starfsaðstæður okkar, sem hafði töluverð áhrif á vinnuferlið. Þetta flækta hlutina og gerði framkvæmdina erfiðari, þar sem við vinnum allar á sitthvorum staðnum í dag. Við höfum því ekki unnið efnið jafn mikið með börnunum og við hefðum viljað. Við sitjum uppi með þá tilfinningu að hafa ennþá fullt af hugmyndum að meira efni, og það er mjög líklegt að við munum halda áfram í einhverju formi að þróa þær og koma á framfæri.

Við höfum trú á þeim aðferðum og hugmyndum sem við höfum verið að þróa gegnum þetta verkefni og sjáum fyrir okkur að í framtíðinni gætum við jafnvel gefið efnið út, haldið námskeið eða stofnað um það sérstaka vefsíðu.



Að læra gegnum dans

Yfirlit yfir dansa

1. Í form með formum
2. Regnbogadans
3. Bangsadans
4. Rímnadans
5. Tilfinningadans
6. Stafadans
7. Galdrapotturinn
8. Alþjóðadans
9. Sögustund með pabba
10. Jólarokk–stoppdans o.fl.



Í form með formum

Lag: Ragnheiður Sara Grímsdóttir

Texti: Birte Harksen og Ragnheiður Sara Grímsdóttir

Ef HRING nú allir fá að sjá í hring við snúum okkur þá ó já, ó já! Í hring við snúum okkur þá 1-2-3-4-5 ó já! 1-2-3-4-5 og STOPP!	Ef STJARNNA birtist himni á Sprellikar! við gerum þá ó já, ó já! Sprellikar! við gerum þá 1-2-3-4-5 ó já! 1-2-3-4-5 og STOPP!!
Ef PRÍHYRNINGUR næstur er gerðu hund sem dillir sér ó já, ó ja! Gerðu hund sem dillir sér 1-2-3-4-5 ó já! 1-2-3-4-5 og STOPP!	Ef TÍGULL finnst með glæsibrag við dönsum dátt við fallett lag ó já, ó já! ballettdans í allan dag 1-2-3-4-5 ó já! 1-2-3-4-5 og STOPP!!
Ef FERNING fyrir augu ber þú býr til pappakassa úr þér ó já, ó já! Þú býr til pappakassa úr þér 1-2-3-4-5 ó já! 1-2-3-4-5 og STOPP!	Ef SPORASKJA sig sýnir hér þá sippa skaltu ásamt mér Ó já, ó já! Sippa skaltu ásamt mér 1-2-3-4-5 ó já! 1-2-3-4-5 og STOPP!!

Í dansinum „Í form með formum“ er leitast við að kenna börnum formin; hring, príhyrning, fering, stjörnu, tígul og sporöskju. Áður en dansinn hefst sýnum við formin í myndum og spyrjum út í kunnáttu þeirra á heitum formanna. Þá förum við í gegnum það hvernig við getum myndað formin með líkama okkar. Í fyrsta erindinu áttu allir að snúa sér í hring um sjálf sig með hendur út til að mynda hringinn, í því næsta að gera jógastellinguna hundinn til að mynda príhyrning við gólfid. Feringurinn virtist vera erfiðastur, þar sem margar leiðir eru til, við prófuðum bæði að gera fering með því að fara á fjórar fætur og að vera tvö og tvö saman (sem reyndar skapaði ýmis vandamál) en það sem virkaði best var að láta hvern og einn láta framhandleggi sína mynda hliðar fernings og svo botn og lok fernings til skiptis. Við stjörnuna eru hoppaðir sprellikallar (Jumping Jacks) og fyrir tígul var myndaður tígull með uppréttum höndum yfir höfði líkt og balletdansarar gera, og einnig með fótum. Að lokum var sippað með ósýnilegu sippubandi til að mynda sporöskju. Þegar dansinn var prófaður virkaði hann afar vel og öll börnin náðu strax að tileinka sér hreyfingarna. Þegar sungin erindi eru búin, í upptökunni, er eftirspil þar sem kennari sýndi mynd af formi og spurði börnin hvort þau myndu heiti formsins og hvaða hreyfingu átti að gera til að mynda formið. Það kom í ljós að þetta þótti þeim flestum auðvelt og skemmtilegt og allir voru sveittir og ánægðir í lok dansins.

Regnbogadans

Lag: Super Simple Songs

Texti: Birte Harksen

Sjáðu! Regnboginn er kominn
Sjáðu! Regnboginn er kominn
Gulur, rauður, grænn og líka blár
Núna dansa gulir!

Sjáðu! Regnboginn er kominn
Sjáðu! Regnboginn er kominn
Gulur, rauður, grænn og líka blár
Núna dansa rauðir!

Sjáðu! Regnboginn er kominn
Sjáðu! Regnboginn er kominn
Gulur, rauður, grænn og líka blár
Núna dansa grænir!

Sjáðu! Regnboginn er kominn
Sjáðu! Regnboginn er kominn
Gulur, rauður, grænn og líka blár
Núna dansa bláir!

Gulur, rauður,
grænn, blár
Regnboginn
er alls staðar!

Þessi dans er einkum fyrir yngri börnin. Hann þjálfar einbeitingu barnanna og eftirtekt hvað varðar tengsl milli söngtextans og hreyfinganna. Hvert barn fær kreppappírsborða með tilteknum lit. Síðan syngja allir saman, og þegar kemur að lit viðkomandi hóps, dansa allir sem í honum eru.

Í framhaldi af þessum dansi virkar vel að vera með rólega og afslappandi („regnbogalega“) tónlist þar sem allir fá að dansa rólega með borðana sína um allan salinn og gera fallegan regnboga.

Myndskeið með dansinum má sjá á bornogtonlist.net.

Bangsadans

Lag: Greg and Steve

Pýðing á texta: Ragnheiður Sara Grímsdóttir

Dansaðu með bangsann þinn hátt upp í lofti
Dansaðu með bangsann alveg niður við gólf
Rokkaðu með bansann þinn frá hlið til hliðar
Knúsaðu nú bansann upp við hökuna á þér

Nú dönsum við öll frjálst, hvert sem leiðin liggur.

Allir þurf' að hreyfa sig og skemmta sér vel

Dans, dans, dansaðu við bangsann þinn

Dans, dans, dansaðu við bangsann þinn

Dansaðu með bansann undir vinstri hendi
Settu bangsann undir hægri hendina á þér
Veifaðu nú bangsanum í stóra hringi
Dansaðu nú með hann á hnénu á þér

Nú dönsum við öll frjálst, hvert sem leiðin liggur...

Kannt' að kasta bangsanum og gríp'ann aftur
Settu núna bangsann á háhest á þér
Reyndu nú að setja hann á mallakútinn
Sett' hann núna á gólfið til að hopp' yfir hann

Nú dönsum við öll frjálst, hvert sem leiðin liggur...

Í Bangsadansinum þá erum við öll saman í hring og allir hafa einn bangsa. Þegar lagið byrjar þá verða allir að hlusta vel og gera hreyfingarnar sem sungið eru um. Þegar viðlagið kemur mega svo allir dansa frjálst með bangsann sinn um salinn. Þegar viðlagið er búið koma svo allir saman aftur í hringnum. Þegar búið er að dansa þennan dans nokkrum sinnum eru þau farin að kunna að syngja með laginu sem gerir dansinn enn skemmtilegri.

Í bangsadansinum erum við að æfa okkur að hlusta og færa bangsann á réttan stað. Við erum að æfa okkur í læsi á hugtök eins og fyrir framan, fyrir aftan, á, undir og við hliðina á. Rýmisgreindin kemur líka inn þar sem á einum stað í laginu eiga þau að kasta bangsanum upp í loft, þar eiga þau að vanda sig við kastið og verða að grípa hann aftur. Fyrir yngri börn þá er þetta líka læsi á líkamshluta, þau eiga að dansa með bangsann sinn við hökuna, á hnénu og undir hendinni.

Rímnadans

Lag: Hap Palmer
Texti: Birte Harksen

Nú er Rím-tíminn
Allir hafa rímnasans
Rím-tíminn
dönsum rímnadans!

Snertum eitthvað
sem rímar við **DÓT**,
rímar við **SÓT**, rímar við **RÓT**
Viðbúin! Tilbúin! Byrja svo...
Allir saman snertum nú **FÓT!**

Beygjum eitthvað
sem rímar við **BÖND**,
rímar við **LÖND**, rímar við **ÖND**
Viðbúin! Tilbúin! Byrja svo...
Allir saman beygjum nú **HÖND!**

Nú er Rím-tíminn...

Hristum eitthvað
sem rímar við **TÁR**
rímar við **SÁR**, rímar við **ÁR**
Viðbúin! Tilbúin! Byrja svo...
Allir saman hristum nú **HÁR!**

Hristum eitthvað
sem rímar við **PASS**,
rímar við **KRASS**, rímar við **SKASS**
Viðbúin! Tilbúin! Byrja svo...
Allir saman hristum nú **RASS!**

Snúum eitthvað
sem rímar við **POPP**,
rímar við **HOPP**, rímar við **STOPP**
Viðbúin! Tilbúin! Byrja svo...
Allir saman snúum nú **KROPP!**

Nú er Rím-tíminn...

Hreyfum eitthvað
sem rímar við **REF**,
rímar við **VEF**, rímar við **STEF**
Viðbúin! Tilbúin! Byrja svo...
Allir saman hreyfum nú **NEF**

Hristum eitthvað
sem rímar við **MAUS**
rímar við **LAUS**, rímar við **FRAUS**
Viðbúin! Tilbúin! Byrja svo...
Allir saman hristum nú **HAUS**

Í þessum dansi er unnið með rím sem er tengt við hreyfingar og líkamshluta. Allir haldast í hendur og ganga saman í hring, e.t.v. á tiltekinn hátt (eins og t.d. valhopp eða mörgæsaþang). Þegar kemur að „Viðbúin! Tilbúin!“ stíga allir þrjú skref inn að miðjunni og haldast enn í hendur. Þá er "höndin beygð" eða "rassinn hristur" eða hvað það hreyft sem beðið er um í textanum. Í viðlaginu dansa allir frjálst um salinn.

Fyrir dansinn er mikilvægt að undirbúa börnin með því að tala um þau rímorð sem koma fyrir í textanum, gjarna með myndum.

Tilfinningadans

Lag og texti: Ragnheiður Sara Grímsdóttir

**Glaður, Leiður, Stoltur
Hræddur, Reiður, Pirraður
Hamingjusamur
Þetta er tilfinningadans**

Einu sinni hitti ég Guggu glöðu
Hún var að hoppa í París
í góða veðrinu
Hvernig dansar Gugga glaða
Dansaðu eins og Gugga glaða

Einu sinni hitti ég Leibba leiða
Vinir hans sögðu
"þú mátt ekki vera með"
Hvernig dansar Leibbi leiði
Dansaðu eins og Leibbi leiði

Glaður, Leiður...

Einu sinni hitti ég Sigga stolta
Hann var nýbúinn að læra
að valhoppa svo flott
Hvernig dansar Sigggi stolti
Dansaðu eins og Sigggi stolti

Einu sinni hitti ég Hönnu hræddu
hún sá kónguló á gólfinu
og hoppaði upp í loft
Hvernig dansar Hanna hrædda
Dansaðu eins og Hanna hrædda

Einu sinni hitti ég Róbert reiða
Einhver hafði óvart skemmt
sandkastalann hans
Hvernig dansar Róbert reiði
Dansaðu eins og Róbert reiði

Einu sinni hitti ég Petru pirruðu
Hún náði ekki í boltann
sem var fastur upp í tré
Hvernig dansar Petra pirraða
Dansaðu eins og Petra pirraða

Einu sinni hitti ég Húgó
hamingjusama
hann var skælbrosandi
að hjóla á nýja hjólinu
Hvernig dansar Húgó hamingjusami
Dansaðu eins og Húgó hamingjusami

Þessi dans var saminn með það í huga að auka læsi barna á tilfinningar. Teknar voru fyrir tilfinningarnar; gleði, leiði, stolt, hræðsla, reiði, pirringur og hamingja. Fyrst er rætt við börnin um hverja og eina tilfinningu, útskýrt og spurt um skilning þeirra á þeim. Prófuðum við síðan að dansa dansinn og leitast var við að fá börnin til að túlka tilfinningarnar á sinn hátt í gegnum frjálsan dans. Fyrst um sinn tókum við eftir því að þau áttu auðvelt með að tjá tilfinningarnar í gegnum svipbrigði en náðu ekki að skapa danshreyfingar nema með því að herma eftir hreyfingu kennarans. Í eftirvinnslu, datt okkur í hug að í kennslu og útskýringu á dansinum mætti spila hlutlausu tónlist sem ætti vel við tilfinningarnar og láta krakkana prufa sig áfram með að skapa sinn eigin tilfinningadans og spila svo lagið og athuga hvort útkoman yrði betri. Við teljum að dansinn hafi heppnast vel og að börnin læri og skemmti sér vel við að setja sig í spor tilfinninga krakkanna Guggu glöðu, Leibba leiða og hinna.

Stafadansinn

Lag: Super Simple Songs
Texti: Birte Harksen

K, sérðu stafinn K?
K, sérðu stafinn K?
K-K-K-K Sérðu stafinn K?
Finndu núna K

I, sérðu stafinn I?
I, sérðu stafinn I?
I-I-I-I Sérðu stafinn I?
Finndu núna I

S, sérðu stafinn S?
S, sérðu stafinn S?
S-S-S-S Sérðu stafinn S?
Finndu núna S

A, sérðu stafinn A?
A, sérðu stafinn A?
A-A-A-A Sérðu stafinn A?
Finndu núna A

K - I - S - A
Ég sé kisur allstaðar!

Í Stafadansinum er hægt að velja hvaða fjögurra bókstafa orð sem er, t.d. „kisa“, eins og hér að ofan. Dýraheiti gefast vel, t.d. „Jón“, „fugl“, „lamb“, „geit“, „eðla“. Lagið æfir bæði hvernig bókstafirnir líta út, hvað þeir heita og hvernig þeir hljóma. Auk þess höfum við líka æft hvernig þeir eru gerðir með fingrunum á íslensku táknmáli (yfirlit yfir það er t.d. á vefsíðunni http://www.shh.is/v.asp?page=56&Article_ID=348). Meðan lagið er sungið sitjum við í hring á gólfinu og bókstafirnir liggja dreifðir í miðjunni. Eftir hvert erindi sækja börnin þann bókstafina sem var sungið um og mynda úr þeim orðið smátt og smátt. Mikilvægt er að sýna og æfa stafina fyrirfram svo að enginn verði óöruggur.

Gaman er að dansa síðan frjálst eins og þessi dýr við tónlist sem passar við það. Við notuðum t.d. Pink Panther.

Myndskeið af Stafadansinum má sjá á bornogtonlist.net.

Galdrapotturinn

Lag og texti: Birte Harksen
Hugmynd frá Hap Palmer: "Letters in the blender"

Nornir og galdrakarlar dansa hér saman
Abra-ka-dabra-jim-jam-jei!
Hoppa og sprella og hafa gaman
Abra-ka-dabra-jim-jam-jei!

**Komum að pottinum
alla leið
nú skulum við gera
galdraseið!**

Taktu K (kkkkk) og R (rrrrr)
Settu í galdrapottinn og hrærðu vel
Krókódílar kremja kringlótta krabba
Abra-ka-dabra-jim-jam-jei!

Taktu F (fffff) og J (jjjjj)
Settu í galdrapottinn og hrærðu vel
Fjúkandi fjólubláar fjaðrir í fjörunni
Abra-ka-dabra-jim-jam-jei!

Taktu B (bbbbb) og L (lllll)
Settu í galdrapottinn og hrærðu vel
Blettatígrar blása í bláar blöðrur
Abra-ka-dabra-jim-jam-jei!

Taktu S (sssss) og K (kkkkk)
Settu í galdrapottinn og hrærðu vel
Skrytín skrímsli skoppa og skjótast
Abra-ka-dabra-jim-jam-jei!

Hugmyndin að þessum dansi er að gera börnin meðvituð um samhljóðasamsetningar fremst í orði, t.d. „sk-“ eða „kr-“. Helmingur barnanna eru nornir og galdramenn sem dansa um salinn meðan lagið er sungið. Hinn helmingurinn er í „galdrapottinum“ og hefur fengið úthlutað hlutverki sem hefst á tiltekinni samstöfu, t.d. „krókódílar sem kremja kringlótta krabba“. Í miðju lagsins koma börnin úr salnum saman við pottinn, „kasta“ samstöfunum í hann og „hræra“ vel. Börnin úr pottinum stökkva svo upp og leika hlutverkið sitt. Síðan er skipt um hlutverk. Athugið að í textanum er bæði lögð áhersla á nafn og hljóð viðkomandi bókstafa.

Alþjóðadans

Lag og texti: Ragnheiður Sara Grímsdóttir

Hvernig er fáninn á Íslandi?

blár, hvítur, rauður

Hvernig tel ég á íslensku?

einn, tveir, þrír, fjórir, fimm,

sex, sjö, átta, níu og tíu

Hvaða dýr er tengt Íslandi?

Það mun vera hestur....

(Foli foli fótalipri)

Hvernig er fáninn í Danmörku?

rauður og hvítur

Hvernig tel ég á dönsku?

en, to, tre, fire, fem,

seks, syv, otte, ni og ti

Hvaða dýr er tengt Danmörku?

Það mun vera svanur.....

(Hønsfødder og gulerødder)

Hvernig er fáninn í Englandi?

rauður, hvítur, blár

Hvernig tel ég á ensku?

one, two, three, four, five,

six, seven, eight, nine and ten

Hvaða dýr er tengt Englandi?

Það mun vera ljón.....

(Roar like a lion)

Hvernig er fáninn á Spáni?

gulur og rauður

Hvernig tel ég á spænsku?

uno, dos, tres, cuatro, cinco,

seis, siete, ocho, nueve, y diez

Hvaða dýr er tengt Spáni?

Það mun vera naut.....

(Macarena)

Hvernig er fáninn í Póllandi?

hvítur og rauður

Hvernig tel ég á pólsku?

jeden, dwa, trzy, cztery, pięć, sześć,

siedem, osiem, dziewięć, dziesięć

Hvaða dýr er tengt Póllandi?

Það mun vera örn.....

(Panie Janie, meistari Jakob á

pólsku)

Hvernig er fáninn í Frakklandi?

blár, hvítur, rauður

Hvernig tel ég á frönsku?

un, deux, trois, quatre, cinq,

six, sept, huit, neuf, et dix

Hvaða dýr er tengt Frakklandi?

Það mun vera hani....

(Allouette)

Hvernig er fáninn í Þýskalandi

svartur, rauður, gulur

Hvernig tel ég á þýsku?

eins, zwei, drei, vier, fünf, sechs,

sieben, acht, neun, und zehn

Hvaða dýr er tengt Þýskalandi?

Það mun vera íkorni...

(Backe, backe kuchen)

Alþjóðadansinn er saminn með það í huga að kynna fyrir börnum landafræði og tungumál þeirra helstu landa sem tengjast Íslandi. Byrjað er á því að sýna landakort, kynna löndin með nafni og tengja fána þess við. Fánarnir eru svo hengdir á vegg í kringum danssalinn því þegar dansinn hefst á að hlaupa til fána landsins sem sungið er um, telja upp á tíu á viðkomandi tungumáli með einhverri danshreyfingu og leika síðan dýr sem tengist landinu. Á meðan er hermt eftir dýrinu er spilað lag frá viðkomandi landi svo börnin fá að heyra tungumál landsins. Ekki tókst okkur að klára vinnslu lagsins né prófa það með börnunum en við vonum að það muni takast fyrr en síðar.

Sögustund með pabba

Ljóð eftir Pursa: "Barnaljóð"

Tónlist eftir Beethoven "Moonlight sonata" og "Pathetique sonata"

Hjá pabba hef heyrt ég margar sögur
eina um prinsessu sem var fögur.
Svo var önnur um úlf og 3 lítil svín
en það var uppáhalds sagan mín.

Gaman var að heyra pabba lesa þær
því frásögn hans er svo hrein og tær.
Alla mína athygli hann nær
og inn á milli mikið lof hann fær.

Hann veifar höndum sínum og klappar
stekkur af stól og fótunum stappar.
Mörgum sögum oft hann blandar í senn
um dreka, dverga og risastóra menn.

Í æsingnum verður hann rauður í framann
og það finnst mér fyndið og gaman.
Mamma segir honum oft að hafa hljótt
því ég verð að sofna enda komin er nótt.

Við það pabbi róar sig niður
og úr herberginu heyrir enginn kliður.
Smámsaman augnlök mín lokast
og nær draumaheimnum ég þokast.

Í "Sögustund með Pabba" var ljóð Pursa lesið yfir samskeytna tónlist Beethovens (Moonlight sonata og Pathetique sonata). Tilgangurinn með þessum dansi var að kenna börnum að hlusta eftir innihaldi ljóðs og reyna að tjá það í gegnum leiktjáningu og frjálsan dans. Fyrst var ljóðið lesið og útskýrt, síðan lagið/ljóðalesturinn spilaður, börnin látin liggja á maganum í hring, hlusta og látin leika smá með höndunum. Og að lokum var lagið/ljóðalesturinn spilaður enn einu sinni, börnin látin standa upp, dansa og tjá með leikrænum tilprifum. Þau áttu mjög auðvelt með að setja sig í spor prinsessu, úlfs og svíns, sem og dreka, dverga og risastorra manna og þótti þeim gaman að stökkva og stappa fótum, æsa sig og svo að sjálfsgöðu að fara að sofa í lokin. Við teljum þetta hafa heppnast vel og börnin virtust hafa afar gaman að þessu óhefðbundna formi af "lagi" og dansi.

Jólarokk–stoppdans ofl.

Stoppdans er dans sem börnum finnst mjög skemmtilegur og verður oft mikið fjör og hlegið í þeim. Það er oft gott að hafa einn stoppdans til að brjóta upp tíma, þá náum við fram frjálsri og skapandi tjáningu. Í grunninn er dansinn þannig að kennari spilar einhverja tónlist og þegar hann stoppar eiga nemendur að frjósa eins og skot. Þegar tónlistin hefst að nýju byrja börnin aftur að dansa. Bilin á milli dansstoppa eru ekki regluleg heldur þurfa börnin að fylgjast vel með.

JÓLAROKK-STOPPDANS: Fyrir jólin gerðum við stoppdans sem fylgdi söguþræði. Sagan tengdist auðvitað jólum og var bæði skrytinn og skemmtileg. Meðan tónlistin er í gangi dansa börnin eins og sagan gefur til kynna. Það er auðvelt að búa til sögu um hvað sem er og hugmyndin er ekki bundin við jól. Myndskeið með jólarokk-stoppdansinum má sjá á bornogtonlist.net.

ÁSADANS: Margar útgáfur eru til af stoppdansi sem dæmi má nefna þá er Ásadansinn ein tegund stoppdans, við höfum aðeins útfært hann. Í honum eru settir spilaásar (eða stafir, tölustafir, litir, áttir) í hvert horn salarins og börnin dansa um salinn þegar tónlistin stoppar velja þau sér horn til að fara í. Þegar allir hafa valið sér horn dregur kennarinn eitt spil (hjarta, spaða, tígul eða lauf) og það spil sem kemur upp, sá hópur á þá t.d. að dansa eins og ljón í næstu lotu eða dansa á öðrum fæti (hinum er að sjálfsögðu frjálst að gera eins). Þannig höldum við svo áfram eins oft og við sjáum að þau eru að hafa gaman af þessu.

HÓPA-STOPPDANS: Önnur útgáfa af stoppdans er þannig að þau dansa um salinn frjálst meðan tónlistin er í gangi svo þegar tónlistin stoppar þá köllum við upp tölu t.d. þrjár, þá dansa þau þrjú saman þegar tónlistin fer aftur í gang. Næst þegar tónlistin stoppar köllum við svo fimm þá dansa þau fimm saman og svo koll af kalli. Skemmtilegt er að enda á því að allir dansi saman í hring.

FRÍSBÍ-STOPPDANS: Í þessum stoppdansi hafa allir t.d. frisbídisk eða pappadiska sem þau dansa með þegar tónlistin stoppar þá dregur kennarinn upp mynd af t.d. staf eða formi og þá eiga börnin að mynda saman stafinn eða formið með diskunum sínum. Þegar tónlistin fer svo aftur í gang þá hafa þau líka fengið fyrirhæli um að þau eigi t.d. að dansa með diskinn fyrir ofan höfuðið eða undir hendinni eða standa á disknum og dansa í næstu lotu.

Fræðilegur bakgrunnur

Hér á landi hefur lítið verið fjallað um hlutverk og kosti hreyfingar í tengslum við læsishugtakið. Til dæmis er hreyfing ekki einu sinni nefnd á nafn í hefti Námsgagnastofnunar um læsi (Stefán Jökulsson, 2012), og í nýlegri læsisstefnu Reykjavíkurborgar fyrir leikskóla er hún aðeins nefnd einu sinni í upptalningu (Skóla- og frístundasvið Reykjavíkurborgar, 2013, bls. 9). Svipað má segja um tónlist, leiklist og dans.

Við teljum að úr þessu þurfi að bæta, og að eðlilegt væri að leggja mikla áherslu á þessa þætti á frumstigum læsipjálfunar. Áður en við vindum okkur í lýsingu á þeim dönsum og leikjum sem við höfum þróað í sambandi við þetta verkefni, er rétt að rökstyðja þessa afstöðu frekar.

Það er almennt viðurkennt að hreyfing er mikilvægur þáttur í lærdómsferli barna, að þau læri best þegar þau eru virk og geta beitt öllum líkamanum. Til dæmis bendir Eric Jensen (2005, bls. 60–73) á það hvernig fjölbreytt og reglubundin hreyfing örvi heilann og fjölgi tengingum milli mismunandi hluta hans. Eitt af því sem Jensen nefnir og hefur sérstaka þýðingu varðandi yngri börn er að það skynkerfi sem þroskast fyrst er jafnvægisskynið og heilahnykillinn (cerebellum), en hann hefur m.a. það hlutverk að stjórna grófhreyfingum og samhæfa þær. Með því að stuðla að þroska þessa skynkerfis er því lagður grundvöllur að þroska annarra kerfa auk þess sem almenn hæfni barnanna til að læra er aukin.

Sama sjónarmið kemur fram í Aðalnámskrá leikskóla, þar sem segir: „Hreyfing er börnum eðlislæg og stuðlar að vellíðan. Hreyfing getur haft í för með sér gleði og ánægju og í gegnum hana læra börn. Börn eiga að fá tækifæri til að hreyfa sig frjálst jafnframt því að taka þátt í skipulagðri hreyfingu. Hreyfing og vellíðan hafa jákvæð áhrif á samskipti barna, umgengni þeirra við umhverfi sitt og hæfni þeirra til að takast á við daglegt líf og nýjar aðstæður“ (Mennta- og menningarmálaráðuneyti, 2012, bls. 43).

Rannsóknir hafa einnig margfalt sýnt fram á að hreyfing bætir hæfileikann til að læra hjá börnum. Þetta hefur einkum verið kannað meðal barna á grunnskólaaldri, og niðurstöðurnar eru mjög skýrar (EMU Danmarks læringsportal, 2014). Meiri hreyfing á skólatíma gerir það að verkum að

- börnin læra fljótar og standa sig betur í skólanum
- þau einbeita sér betur
- hegðunin batnar
- þau taka meiri og virkari þátt í kennslunni
- þau eru ánægðari í skólanum

Talið er að þetta tengist því að hreyfing eykur framleiðslu efnis sem kallast BDNF (Brain-derived neurotrophic factor), en það stuðlar að viðhaldi og vexti heilafruma, eykur samskiptahæfni þeirra og styrkir minni (Cotman og Berchtold, 2002). Við það bætist, að þegar hjartað slær örar berst augljóslega meira súrefni til heilans, sem gerir honum kleift að starfa hraðar og mynda fleiri innbyrðis tengingar (Jensen, 2005, bls. 62–63).

Í einni áhugaverðri könnun sem Dwyer og félagar framkvæmdu 2001 kom fram að hreyfing bætti bæði hegðun og námsframmistöðu nemenda (sjá Jensen, 2005, bls. 63). Rannsóknin sýndi fram á að nemendur sem fengu fjórum sinnum meiri hreyfingu í skólanum en venjulega, stóðu sig betur en félagar sínir bæði félagslega og námslega, þrátt fyrir það að hafa eytt minni tíma í formlegt nám.

Jafnframt hefur verið kannað hvort hreyfing geti komið þeim börnum til bjargar sem eiga við einhvers konar námsörðugleika að stríða. Svo virðist vera, og má sérstaklega nefna í þessu samhengi að samkvæmt rannsókn sem Reynolds og félagar framkvæmdu 2003 náðu lesblind börn sem fylgdu hreyfingarprógrammi verulegum framförum í lestri, tjáningarhæfni og texta-skilningi í samanburði við börn sem ekki tóku þátt (sjá Jensen, 2005, bls. 65).

Sem kennslutæki er hægt að byggja upp hreyfingu þannig að hún

1. hjálpi börnunum að gera hið óáþreifanlega áþreifanlegt;
2. vekji þau til frekari umhugsunar;
3. gefi þeim tækifæri til að endurtaka og rifja upp;
4. veiti þeim hvatningu og vekji áhuga;

5. og styrki minnið, m.a. vegna þess að því fjölbreyttari sem sú upplifun er sem tengist tiltekinni minningu, þeim mun auðveldara er að rifja hana upp síðar.

Dans er auðvitað ákveðin gerð af hreyfingu og felur því í sér alla ofangreinda kosti. Hins vegar gefur dansinn börnum meira en bara hreyfinguna. Hann stuðlar að margs konar þroska, þar sem tilfinningar, tjáning, skilningur og skynjun fara saman. Gegnum dansinn skapa börnin frásögn með upphafi, miðju og endi þar sem þau tjá eigin tilfinningar í rúmi og tíma, með kraftinum sem býr í eigin líkama. Merkingarfull tjáning af þessu tagi bætir bæði minni og læsi (McMahon, Rose og Parks, 2003, bls. 105–106).

Dans byggist upp á sambandi hreyfingar og tónlistar, og rannsóknir hafa sýnt nán tengsl milli þeirrar færni sem felst í skilningi og færni í tónlist annars vegar og læsis hins vegar. Einkum á þetta við um tengsl hljóm- og taktiltilfinningar og hljóðkerfisvitundar (Wiggins, 2007, bls. 56). Því má leiða líkur að því að tónlist í sjálfu sér stuðli að bernskulæsi, og þetta er þáttur sem við vinnum meðvitað með þegar við veljum og búum til lög og texta fyrir dansana sem við þróum.

Að læra gegnum dans er því frábær viðbót við aðra vinnu sem fram fer í leikskólum til að örva bernskulæsi, bæði gegnum leik og gegnum skipulegt starf. Þetta á sérstaklega við ef dansarnir og dansleikirnir eru valdir og mótaðir með læsisörvun í huga. Við það má bæta að dansinn skapar félagslegt samhengi þar sem börnin geta notið samverunnar, leiksins og hreyfingarinnar án þess að þurfa að hafa áhyggjur af hvernig þau standa sig í samanburði við hina, samhengi þar sem öll skynfæri og flestir hæfileikar þeirra geta notið sín. Í dönsunum sem við höfum þróað erum við að reyna að taka tillit til fjölgreindarkenningar Howards Gardner, þannig að þeir höfði til sem flestra greinda. Flestir höfða þeir til tónlistar-, mál-, rýmis-, samskipta-, hreyfi- og umhverfisgreindar, og sumir einnig til stærðfræði- og sjálfsþekkingargreindar.

- Cotman, C.W. og Berchtold, N.C. (2002). Exercise: a behavioral intervention to enhance brain health and plasticity. *TRENDS in Neurosciences* 25, nr .6 (2002), bls. 295–301. Sótt af <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0166223602021434>
- EMU Danmarks læringsportal. (2014). Bevægelse i undervisningen. Sótt af <http://www.emu.dk/modul/bev%C3%A6gelse-i-undervisningen-0>
- Guðlaug Sjöfn Jónsdóttir. (2014). „Er þetta stafurinn minn?“ *Handbók um læsi ungra barna*. Mosfellsbær: eigin útgáfa.
- Jensen, E. (2005). *Teaching with the Brain in Mind*. 2. útgáfa. Alexandria (Virginia): Association for Supervision and Curriculum Development.
- McMahon, S.D., Rose D.S., og Parks, M. (2002). Basic reading through dance program: The impact on first-grade students' basic reading skills. *Evaluation Review* 27, nr. 1 (2003), bls. 104–125. DOI: 10.1177/0193841X02239021.
- Mennta- og menningarmálaráðuneyti. (2012). Aðalnámskrá leikskóla 2011. Reykjavík: Mennta- og menningarmálaráðuneyti.
- Skóla- og frístundasvið Reykjavíkurborgar. (2013). Lesið í leik: læsisstefna leikskóla. Sótt af http://reykjavik.is/sites/default/files/ymis_skjol/skjol_utgefid_efni/L_sisstefna_0.pdf
- Stefán Jökulsson. (2012). Læsi. (Ritröð um grunnþætti menntunar). Reykjavík: Mennta- og menningarmálaráðuneyti og Námsgagnastofnun.
- Wiggins, D.G. (2007). Pre-K music and the emergent reader: Promoting literacy in a music-enhanced environment. *Early Childhood Education Journal* 35, nr. 1 (2007), bls. 55–64. DOI: 10.1007/s10643-007-0167-6.

