



Region Uppsala

**Dansa en dikt –
med fokus på funkis**

**”Eleverna upplevdes
nöjda och glada efter
projektet och stolta över
vad de åstadkommit både
i slöjd och dans. Väldigt
roligt och uppskattat även
för oss som är personal.”**

Bakgrund

Alla barn och unga har rätt att delta i samhället utifrån sina behov och förutsättningar.

Projektet Dansa en dikt – med fokus på funkis startade våren 2022. Syftet var att utforska metodiken Dansa en bok och ge barn och unga med intellektuell funktions-

nedsättning en upplevelse för alla sinnen genom dans, musik och eget skapande, med dikten som utgångspunkt.

Projektet drevs av Kulturutveckling Region Uppsala och Upplandsmuseet Hemslöjd i samarbete med en särskilt anpassad skola i Uppsala kommun.

Introduktion

Det här är en vägledning för metodiken Dansa en dikt – med fokus på funkis. Vägledningen beskriver hur din verksamhet kan arbeta med upplevelser för alla sinnen. Med utgångspunkt i dikten, tillsammans med barn och unga med intellektuell funktionsnedsättning.

Dansa en dikt kompletterar metodiken Dansa en bok (2017).

Här kan du ladda ned handledningen till Dansa en bok, samt den instrumentella musiken och övrigt inspirationsmaterial. Handledning till Dansa en bok.

www.regionuppsala.se/dansaenbok

Vi hoppas att särskilt anpassade skolor och bibliotek vill prova metodiken att dansa en dikt för att utforma aktiviteter som inkluderar alla barn, oavsett förmåga.

Till exempel:

- ett bibliotek som bjuder in till en workshop för att Dansa en dikt
- särskolans pedagoger som Dansar en dikt med sina elever



Förberedelser

1. Bjud in till en inledande träff och berätta om era respektive verksamheter.
2. Personalen på skolorna beskriver hur eleverna fungerar. Utgå från barnens skilda förutsättningar.

- Hur fysiska är de?
- Hur kommunicerar eleverna
- Finns det någon konflikt i gruppen?

Ni som pedagoger kan också hjälpa till med uppgifterna under kommande workshops, samt eventuellt förklara något ytterligare eller teckna.

Rekvisita

Rekvisita är ett bra hjälpmedel för att förstärka upplevelsen av er dikt eller text. Placera ut rekvisita i rummet. Utgå från den dikt som ni valt. Ett tyg kan bli ett hav, ett snöre en svans och elljus kan bli stjärnor på natthimlen.

Ta in naturen! Gå ut och botanisera tillsammans. Stenar, blommor och prasslande löv kan vara sinnligt.

Rummet

Välj ett rum som fungerar bra att dansa i. Förbered rummet så att ni har en fri yta. Utforma rummet så att alla kan delta. Ta bort störningsmoment, till exempel blinkande lysrör eller ljud/buller?

Börja med att samla gruppen så som de är vana vid. Har gruppen egna rutiner så gör ni som vanligt.

När de kommer in i rummet kan de sätta sig på golvet eller på stolar. Vänta tills alla är samlade. Är det en

3. Skolan förbereder eleverna. Besök gärna biblioteket med eleverna (om det är platsen för workshopen). Dela bilder på till exempel bibliotekets interiör och biblioteksentré samt på ansvarig bibliotekarie.
4. Bibliotekets personal förbereder sig genom att besöka skolan och träffa eleverna.
5. Välj en eller flera dikter tillsammans. Läs dikterna flera gånger innan workshopen så att eleverna får bekanta sig med dikten.

Det är bra med olika sinnesupplevelser. Låt barnen få känna på saker, uppleva motsatser: varmt och kallt, ljus eller mörker. Trumma på en trumma - eller något annat.

Skapa gärna egen rekvisita tillsammans med barnen, det höjer barnets självkänsla.

grupp som du inte känner får du hitta ett sätt som fungerar för både dig och gruppen. Ta hjälp av pedagogerna.

Beroende på gruppens fysiska möjligheter kan en halv-cirkel med stolar vara att rekommendera. Du som leder står då framför gruppen och kan se och tala till alla utan att de ser bilderna i boken ännu.

Läsning

Ni kan välja vilken text, dikt eller berättelse ni vill.

Vi använde diktantologin En bro av poesi (2021). Den innehåller både nyare och äldre dikter, med olika teman och fina illustrationer. En fördel med att utgå från en dikt är att den går fort att läsa och kan inbjuda till att associera mer fritt.

Tips! På bibliotekets äppelhylla finns böcker speciellt utvalda för barn och ungdomar med funktionsnedsättning, till exempel taktila böcker.

Läs texten innan workshopen. Förbered dansövningar till texten. Du kan sedan föreslå dina övningar till barnen, om de inte har egna idéer.

Till exempel:

Kan de röra sig som djuret på bilden?

Eller snurra som virvelvinden i dikten?

Rulla ihop sig till en boll?

Gör så här:

1. Presentera dig och berätta vad som ska hända.
2. Läs några meningar eller hela dikten.
3. Bjud in barnen att prata om det du läste. Vill något av barnen återberätta?

Kan barnen prata kan du ställa öppna frågor, annars kan du be dem peka på en bild.

4. Sätt på musiken och dansa tillsammans.
5. Stäng av musiken. Sätt er.
6. Eventuellt kan något behöva förtydligas med tecken-
språk eller TAKK (TAKK är ett kommunikationssätt
för hörande personer med försenad eller avvikande
språkutveckling som ofta används till hörande
personer med intellektuell funktionsnedsättning).
7. Känns det bra så kan du läsa en ny dikt. Eller så
fortsätter du med den första dikten.

Använd din fantasi! Och anpassa övningarna efter de elever som har störst behov, det blir bra för alla!



Dans

Välj en instrumentell låt som får stå på i bakgrunden. Testa att göra olika rörelser till musiken och spela upp olika scenarier ifrån boken.

Till exempel:

Kan ni växa upp ur marken som en blomma?

Flyga i rummet som ett flygplan?

Stå gärna i ring så du ser barnen eller gå runt i rummet och möt dem en och en.

Kanske har ni läst ett stycke där det passar extra bra att leda in i en mer organiserad dansövning, till exempel Följa John. Presentera detta. Då kanske annan musik passar bättre.

Avslutning

Spela avslappningsmusik i slutet av workshopen. Det visar att ni rundar av.

Låt barnen sitta stilla eller ligga ner och bara lyssna ett par minuter på den avkopplande musiken, gärna i ett nedsläckt rum. Tona därefter ner musiken och tänd sakta lamporna.

Försök återberätta vad ni har gjort. Påminn barnen om varför ni dansade på ett led, kröp under ett bord, härmade varandra, dansade med sjalar, använde elljus eller vad ni nu gjorde.

Fortsätter ni vid ett annat tillfälle så upprepa gärna samma dikter och övningar. Då påminner ni barnen om aktiviteten.

Om ni ska dansa fritt till dansstopp kan det vara bra att välja en låt som barnen känner igen. Involvera barnen att välja låtar och kom ihåg att musiken ska förtydliga momenten.

Du kan också skapa engagemang genom att dela ut uppgifter att samarbeta kring.

Efter att ni dansat en stund går ni tillbaka till era sittplatser och läser ett nytt stycke ut boken och upprepar ovanstående.

Försök att få med hela gruppen i övningarna.

Prata med barnen efteråt och fråga vad de tyckte om att dansa en dikt.

Var det något som var extra roligt eller svårt?

Fick de lust att göra något annat; dansa en egen dans, lyssna på musik eller leka något?

Kom ihåg att alltid uppmuntra, vara lyhörd och involvera barnen i de olika momenten – låt det bli en aktivitet för och med barn och unga!

Tips

- Grundregeln för Dansa en dikt är att alla barn ska kunna delta.

Det kan vara bra att inte ha alltför stora grupper, kanske inte fler än 5–10 deltagare. I början kan det räcka att dansa en dikt under 30 minuter.

- Använda rekvisita. Tyger, rockringar, hopprep, koner och elljus är exempel på hjälpmedel som kan göra Dansa en dikt ännu mer magisk.

Gör barnen delaktiga i att hitta eller skapa rekvisita!

- Ha återkommande dansworkshops. Då blir barnen säkrare i de olika momenten.

Dansövningar

Dansstopp

Dansa fritt till musiken, när musiken pausas stå stilla. Dansstopp har oändligt många varianter. Kanske de ska dansa på ett visst sätt under musikens gång och stå på ett visst sätt när den pausas?

Spegling/följa John

Vid spegling står du mittemot en person och härmar exakt vad den gör. Sedan byter ni roller.

Följa John kan göras i grupp på led eller två och två där den längst fram leder och den/de bakom härmar. Använd gärna elljus och be dem som ska härma att få sitt ljus att följa den andras.

Dans-Hinderbana

Bygg en bana i rummet där gruppen stöter på olika dansmoment.

Upprepning ger både träning i deras kreativa förmåga, självkänsla och trygghet.

- Låt en utomstående person vara med och observera och utvärdera en aktivitet, och ha en kort avstämning med pedagogerna efter varje danstillfälle om vad som fungerat bra eller mindre bra.
- Fråga barnen vad de tycker, om det är möjligt. Utifrån deras svar kan vissa moment förändras, förbättras eller tas bort till nästa gång.

I rockringarna kanske de ska stå som en staty eller snurra. På ett snöre ska de balansera och vid konerna kan de springa sicksack. Knyt samman momenten med dikten eller boken ni valt.

Samarbetsövningar

Försök hitta så många möjligheter du kan till samarbeten. Ska de rulla över golvet kanske de kan rulla två och två hållandes händer? Om en väg skapas av barn på varje sida kan två och två köra igenom i varsin bil? Med hjälp av ett hopprep kanske en blir hästen och den andra vagn som hoppar runt i rummet?

Lekar

Associera fritt. Påminner boken ni läser om en specifik lek som barnen kan sedan tidigare? Kurragömma eller Under hökens vingar? Lek då leken en stund - och kom ihåg att all rörelse är bra och att all rörelse blir dans i detta sammanhang.



Läroplanen för grundskolan fastslår att eleverna ska få pröva och utveckla olika uttrycksformer och uppleva känslor och stämningar. Drama, rytmik, dans, musicerande och skapande i bild, text och form ska vara inslag i skolans verksamhet.

I barnkonventionens artikel 31 formuleras alla barns rätt att uppleva och utöva kultur.

Principen om universell utformning handlar om att skapa lösningar och inkludera så många som möjligt redan från början. (FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning artikel 2 och 4f)