

Ples pisanja



**Progresivni glazbeno-pokretni program
razvoja početnih vještina pisanja u djece**

Ragnhild A. Oussoren



OSTVARENJE

Biblioteka
POMOĆ U UČENJU

© Ragnhild A. Oussoren 2001. Sva prava su pridržana.
© Ostvarenje d. o. o. 2007.

Naslov izvornika **“Write Dance”**

English language edition published by Sage Publications of London, Thousand Oaks and New Delhi, © Ragnhild A. Oussoren 2001.

Prijevod: Irena Vresk, prof. def.
Urednica: Ilona Posokhova, prof. def.
Lektura: Snježana Horvat

Obrada i prijelom: Ostvarenje d. o. o.
Dizajn naslovnice: Ilona Posokhova
1. izdanje: studeni, 2007.

Nakladnik:
OSTVARENJE d. o. o.
Pušćine 21, 10417 Buševac
tel: 01 62-55-747, 62-55-314
faks: 01 62-55-751
<http://razvojdjece.crolink.net>
ostvarenje@hi.htnet.hr

CIP zapis dostupan u računalnom katalogu Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu pod brojem 648732

ISBN: 978-953-6827-67-1

Sadržaj

Predgovor - Dopustite mi da vam predstavim Ples pisanja	5
Što je Ples pisanja?	7
Što je psihologija pisanja?	7
Poučavanje pisanju u Švedskoj u devedesetima	8
Kako je koncipiran program Ples pisanja?	9
U kojoj bi dobi trebalo uvesti Ples pisanja?	10
Je li metoda Ples pisanja vezana uz neki određeni stil?	12
Načela učenja Plesa pisanja	14
Ritam pisanja	20
Praktična objašnjenja - ideje i savjeti	21
Povez za oči	23
Test pokreta pisanja	25
Učenje pisanja	32
Ples pisanja u svakodnevnoj praksi	32
Program Plesa pisanja	34
Vulkan	35
Šetnja u prirodi	41
Krugovi i osmice	49
Robot	59
Vlak	67
Rastuće drvo	79
Srebrna krila nad morem	85
Mačke	92
Mandala	98
Nastavite... s Plesom pisanja	105
Djeca s problemima u ponašanju	105
Kombiniranje glazbe s maštovitim crtanjem	107
Priča koja povezuje sve teme	108
Knjižice Plesa pisanja	115
Predavanja i dodatni satovi	115

Dopustite mi da vam predstavim Ples pisanja

Ples pisanja je metoda vježbanja fine i grube koordinacije koja se temelji na pokretu, a rezultira ležernim, čitljivim, brzim i prepoznatljivim rukopisom. U današnje vrijeme 35.000 švedske djece koristi metodu Ples pisanja, a sve više se koristi i u mnogim drugim europskim zemljama.

U vrijeme poučavanja naišla sam na mnogo entuzijazma među odgojiteljima i učiteljima, no ovaj program još uvijek nije zaživio kao redovni. Stvarala sam ga s puno veselja i entuzijazma, što su mi ga pružala djeca i njihovi odgojitelji i učitelji, te se sada on koristi u dječjim vrtićima i osnovnim školama.

U prvom dijelu programa Ples pisanja koji predstavljam u ovom priručniku u igri ne koristimo slova, nego njihov oblik, odnosno, osnovne pokrete. U devet tema uključenih u prvi dio, djeca će na kreativan i zabavan način uvježbavati sve pokrete, pritisak pri pisanju i brzinu kojom se oblikuju slova. U tim vježbama djeca će u svojoj koordinaciji otkriti ritam i energiju te buduću radost pisanja. To je važno i djelotvorno, čak i za djecu koja imaju većih teškoća u pisanju.

Glazba u ovoj metodi zauzima središnje ili gotovo središnje mjesto, ako joj djeca i vi to omogućite. Djeca vole glazbu, prepoznaju podršku i nadahnuće koju ona pruža. S vremenom će automatski i nesvjesno uključivati svoj unutarnji motor kako bi uspostavila ritam. Tada smo uspjeli.

Osim glazbe, u Plesu pisanja vodeću ulogu ima pokret. Kada beba uči hodati, čini se da su najvažniji koraci, ali to nije tako. Koraku mora prethoditi pokret. Isto je i u učenju pisanja. Lako je zasebno razmatrati svako slovo i njegov oblik, ali su prije toga najvažniji pokret i ritam.

Pjesme i rime su ljudima oduvijek bili važni. Ples pisanja uvažava tu činjenicu. Svih devet tema sadrže pjesmice s pokretima primjerenima određenoj temi. U ovoj metodi glas koristimo kao instrument za davanje ritma.

Da bi dijete počelo pisati, ono treba uspostaviti dobru ravnotežu cijeloga tijela i treba tijelom uspostaviti vezu sa slovima. Zbog toga je važno djetetu dati priliku da piše cijelim svojim tijelom, da integrira osnovne pokrete u svoje tijelo. Ples pisanja djeci pruža priliku za to.

U prošlosti su ljudi pisali lijepo, ali sporo, disciplinirano i više-manje osobnim stilom. Vremena su se promijenila pa je u današnje vrijeme najvažnije pisati brzo i čitko (ali ne nužno i lijepo). Kako biste imali želju za pisanjem, ruci mora biti ugodno, a to se događa kada je pisanje gipko i puno energije.

U današnje vrijeme pisanje ima samo jednu funkciju: uspostavljati i vizualno oblikovati naše misli i namjere. Pod pritiskom vremena i tehnologije potisnuli smo u sebi umijeće pisanja. Pisci i umjetnici često još uvijek pišu rukom i pritom

osjećaju ne samo radost nego i nadahnuće. Dakle, pokret sam po sebi aktivira tijelo i mozak.

Općepoznato je da kreativnost i razvoj moraju krenuti od osobe. Pisanje rukom vrlo je osoban i kreativan način izražavanja koji ne bi smio nestati. No ne bi trebao dolaziti samo iz prstiju nego rasti iz naše nutrine, a to najbolje uspijeva ovom metodom zato što apstraktni pokreti postaju konkretne linije.

Moja kći Ariane od svoje je druge godine života bila dio svih mojih eksperimenata koji su rezultirali Plesom pisanja. Dječji vrtići i osnovne škole u okolici Stockholma intenzivno su se uključili u razvoj ove metode. Velika im hvala svima.

Ples pisanja ima vrlo jasan, holistički pogled na ljudski razvoj i učenje pa ne zaboravite integrirati tu metodu u ostale nastavne predmete.

Sretno,

Ragnhild Oussoren

Što je Ples pisanja?

Ples pisanja je metoda koja cijelo tijelo uključuje u razvoj koordinacije šaka i prstiju. Uz pomoć maštovitog crtanja, uz glazbu, stihove, ritam i igre, stvoreni su uvjeti za graciozne i pridružene pokrete šaka. Razumijevanje se temelji na međuovisnosti pokreta tijela i sitnih pokreta šaka i prstiju. Apstraktni pokreti prelaze u zakrivljene linije.

U Plesu pisanja djecu također uče orijentirati se na listu papira (i odvažiti se i prijeći granice papira), koristiti pastelnu ili olovku u pokretima različite brzine i snage, te razvijaju osjećaj za odnose među različitim oblicima slova.

Putem vježbi za koordinaciju tijela djeca uče održavati ravnotežu tijela, očiju i obiju moždanih polutki. To bi, tijekom učenja pisanja i samim pisanjem, trebalo rezultirati boljim fizičkim i psihičkim zdravljem, te osjećajem veselja.

Ples pisanja je metoda koja se temelji na iskustvu stečenom u psihološkoj analizi rukopisa, nastaloj u Francuskoj krajem 19. stoljeća, te na pisanju-učenju koje vuče korijene iz Njemačke, negdje oko 1960-e godine.

Što je psihologija pisanja?

Rukopis je definiran kao "trag koji nakon čina pisanja ostaje na papiru." Sva istraživanja o rukopisu i mogućoj uporabi rukopisa kao psihodijagnostičkog sredstva pripadaju psihologiji (Teut Wallner, autor *From graphology to writing psychology, Od grafologije do psihologije pisanja*, Seminarium Publishers).

Sve donedavno ta se znanost ponajprije koristila u tvrtkama pri zapošljavanju osoba, u psihijatriji i u kriminalističkim istragama. Nedavno se psihološka analiza rukopisa, u smislu pedagogije pisanja, počela koristiti u školama u Njemačkoj i Nizozemskoj.

Godine 1940. Berlion (Francuska) otkrio je da su psihološkim vježbama pisanja pacijenti s manjim ili većim psihološkim problemima napredovali izvođeci grafo-terapijske vježbe. Magdalene Heerman je zajedno s psihijatrom 1960. godine provela istraživanje u Njemačkoj. Mnoga su djeca, čak i ona s ozbiljnim psihološkim problemima, napredovala tijekom godine.

Heerman je prva grafologinja koja je stvorila pedagošku metodu pisanja, zvanu *Schreib Bewegungstherapie*. Mnoga znanja i iskustva Magdalene Heerman naći ćete u metodi Ples pisanja.

Poučavanje pisanju u Švedskoj u devedesetima

Takozvani SO stil pisanja, primjenjivan u Švedskoj od 1972. godine do kraja devedesetih, nikada se nije pokazao uspješnim, kako za učitelje, tako ni za djecu. (Op. hrv. ur. - SO stil je način pisanja u kojem se djecu poučavalo da pišu malim tiskanim slovima koja se spajaju, kao što je prikazano u načinu pisanja unutar crta na slici dolje.) Istraživanje je pokazalo da "tri četvrtine učenika zadnjeg razreda osnovne škole imaju jasan i lako čitljiv rukopis, no većina njih piše polovicu teksta ili cijeli tekst tiskanim slovima." (Iz *Curriculum for Handwriting*, 1989. - *Kurikulum za pisanje*).

Istraživanje pokazuje da djeca u osnovnoj školi vježbaju pisanje u prosjeku 35 minuta tjedno, a djeca nižih razreda prosječno 30 minuta. To je daleko premalo. Vježbanje pisanja trebalo bi trajati 15 do 20 minuta svakog školskog dana! Psiholozi koji se bave pisanjem oštro su kritizirali SO stil. Zbog svoje konstruktivne funkcije, fiziološke neprimjerenosti i teškog načina spajanja oblika, taj stil zahtijeva tako visoku koncentraciju da isključuje opuštenost i fiziološki, prirodni pokret. (Lennart Bergstom, Consultation Paper, 1972.)

Pisana slova, SO stil, tiskana slova... što sad? Švedska pedagogija pisanja u vrlo je kritičnoj situaciji. Ministarstvo obrazovanja nije preporučilo niti jedan novi stil, nego svakom učitelju daje mogućnost da sam odabere kako će raditi. Ministarstvo obrazovanja nije se izjasnilo ni o pisanju kao važnom svakodnevnom nastavnom predmetu. To je najžalosnije. Da bismo naučili plivati, moramo naučiti kako se gibati rukama i nogama. Da bismo naučili pisati, na isti način moramo naučiti pokrete, kako bismo ostali na površini papira.

Igrajte se i svaki dan prakticirajte igre s pokretima pisanja, za koordinaciju, zabavu, pouzdanje i kreativnost. Djetetovo samopouzdanje odražava se u njegovu pisanju.

Djeca koja redovito, svakodnevno izvode vježbe grube motorike, postižu bolje rezultate, kao što su, naprimjer, opisali Gustavsson i Hugo u *Full fart i livet*.

hedgehogs frogs and slugs

hedgehogs frogs and slugs

Kako je koncipiran program Ples pisanja?

Prvi dio Plesa pisanja sadrži devet različitih tema. U tih devet tema djeca će vježbati sve pokrete i linije od kojih se sastoje naša slova.

Svaka tema sadrži vježbu za specijalan pokret koji se uvježbava, proigrava i izvodi vježbama grube i fine koordinacije.

Uz svaku temu dolazi specijalan glazbeni predložak koji djeluje kao pratnja i pomaže djeci da izvedu pokret određenom brzinom i napetošću. Kada dijete izvodi *Ples pisanja cijelim tijelom*, glazba se koristi kao posrednik. To znači da ako je tema "Rastuće drvo", dobro je početi igru u sobi ili dvorani te uz pratnju glazbe i tijela stvarati i oblikovati drvo dušom i tijelom.

Svaka tema sadrži pjesmicu. Uz stihove postoje vježbe za tijelo, odnosno samo za šake i prste (ako vam više odgovara da djeca sjede).

Svaka tema sadrži maštovito crtanje uz glazbu. Na temu "Vulkan", naravno da je vulkan ono što bi trebalo crtati uz glazbenu podlogu. Dobro je započeti tako da ustanete i postanete "vulkan", dušom i tijelom.

Neovisno o "crtanju uz glazbu", za svaku temu postoje mnoge vježbe crtanja. Neke su najprikladnije za individualan rad, a neke za rad u paru, odnosno u manjim grupama.

Mnogo toga radi se vezanih očiju. (Praktična objašnjenja, savjeti i ideje su na stranici 23.) Kad su oči zatvorene, iskustvo je snažnije, bolji su pokreti pisanja i veće je samopouzdanje.

Idealno bi bilo svakodnevno provoditi različite vježbe Plesa pisanja kao sastavni dio aktivnosti. Odgojitelj/učitelj trebao bi to planirati u svakodnevnom radu. Motorički trening pozitivno djeluje na koncentraciju, razvija kreativnost, užitak, i na kraju, ali ne i manje važno, čitljiv, osobni, ritmičan i tečan rukopis. Sretno dijete je usklađeno dijete.

Koliko bi određena tema trebala trajati, vrlo je varijabilno, naravno. Ovisi o veličini grupe, o tome koliko su djeca zainteresirana i o njihovom razvoju. Ima puno posla. Općenito, bolje je provoditi Ples pisanja češće i u kraćim periodima nego dulje i rjeđe. Što više Ples pisanja korelira s drugim aktivnostima ili nastavnim predmetima, to bolje.

Cilj je da djeca dobro usvoje pokrete, na prirodan i zabavan način. Učenje osnovnih oblika slova i načina na koji se spajaju, što je opisano u drugom dijelu programa Ples pisanja (u priručniku *Ples pisanja 2*), bit će tada logičan nastavak, a pisanje će postati automatski proces, s manje prekida, frustracija i nervoznog "črčkanja".

Drugi dio Plesa pisanja vrlo je sličan prvom dijelu. I u njemu glazba igra važnu ulogu pomažući djeci da otkriju nježan, tečan i brz stil pisanja. Poigravaju se slovima i uče osnovne pokrete.

U kojoj bi dobi trebalo uvesti Ples pisanja?

Prvi dio Plesa pisanja namijenjen je djeci u dobi od pet do osam godina. Višegodišnje iskustvo pokazalo je da su materijal i metoda izvrsni i za stariju djecu, a i za tinejdžere s većim teškoćama u pisanju (op. hrv. ur. - s motoričkom disgrafijom ili dispraksijom).

Nikada nije prekasno početi vježbe grube motorike. No odraslima je teže redovito vježbanje od samog vježbanja.

Mnoge mlade odrasle osobe, osobito muškarci, nezadovoljni su svojim rukopisom, uglavnom zato što u školi nisu dovoljno vježbali pisanje. Tehnički uređaji, telefoni, dlanovnici, elektronski organizatori, računala sa svojim tipkovnicama, znače sve manje pisanja rukom. No, što se rjeđe piše rukom, manje se uvježbavaju pokreti, a stil pisanja postaje sve gori. Na kraju, preostaje samo tipkovnica. Jasno je da se time razvoj udaljava od čitljivog, brzog i povezanog pisanja.

U prvoj godini poučavanja učenje čitanja odvija se uz učenje slova i brojki. U periodu dok dijete još ne zna čitati, trebalo bi vježbati izuzetno važne pokrete pisanja. To je osobito važno za dječake i za djecu slabe koordinacije.

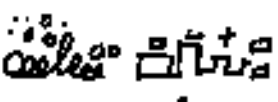
U prve četiri godine poučavanja djeca mogu izvoditi vježbe fine i grube motorike jer u toj dobi program još ne uključuje pisanje. Iskustvo je pokazalo da u osmoj godini djeca mogu naučiti lijepo pisati, a djevojčice čak i kasnije.

Školsko obrazovanje uglavnom je usmjereno na razvoj intelektualnih sposobnosti, a vještina pisanja dolazi iz djetetove unutarnje umjetnosti i kreativnosti - i stjecanjem vještine pisanja (logičkog formiranja slova) povećava se samopouzdanje.

Napredak u pisanju u višim razredima osnovne škole dolazi na inicijativu i motivaciju samih tinejdžera. Mnogi dječaci u toj dobi imaju probleme s pisanjem, premda to ne žele priznati. Kad trebaju pisati jasno i čitko, to traje predugo i vrlo je neugodno. Rukopis postaje nečitljiv. Mnogi tinejdžeri su zaboravili ili nikad nisu dovoljno uvježbali osnovne pokrete pisanja. Da bi izbjegli spajanje složenijih slova, obično isprobavaju nelogične, pogrešne ili teške načine.

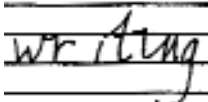
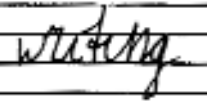
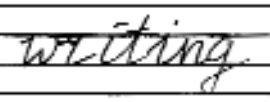
Prakticiranjem Plesa pisanja djeca razvijaju bolju shemu tijela i osjećaj cjelovitosti. Rezultat toga je ovaj:

Bolji odnos između oblika slova, pokreta i raspodjele

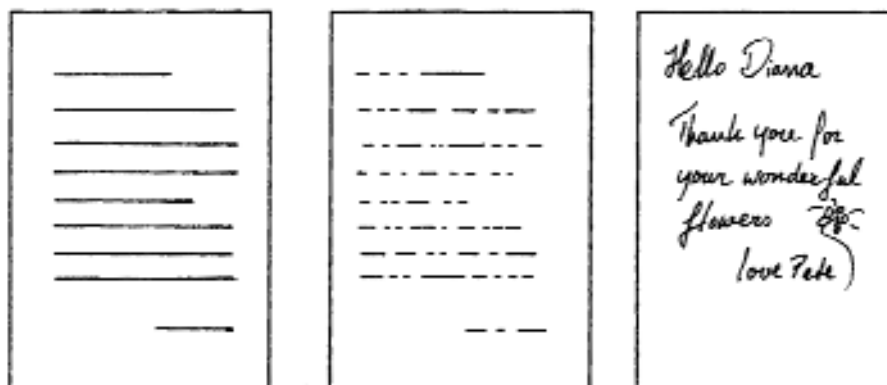
oblik	pokret	raspodjela na papiru
 a b c	 a b c	 abc abc abc
form form	mouvement Mouvement	dis tribu tion di stri bu tion

Bolja distribucija među slovima:

uzlazni i silazni dio slova u odnosu na srednju zonu

gornja zona			
srednja zona			
donja zona			
	ne ovako	ne ovako	ovako!

Bolja organizacija i raspodjela riječi i linija
na podlozi za pisanje



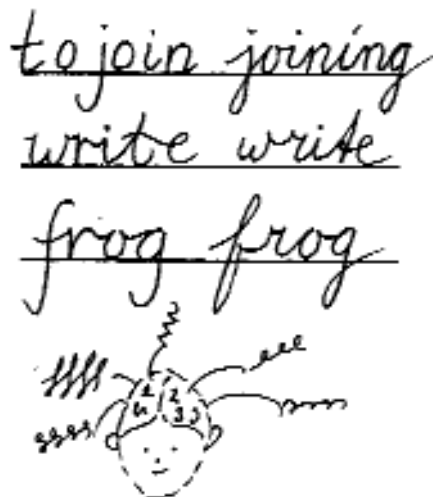
Je li metoda Ples pisanja vezana uz neki određeni stil?

Ples pisanja nije vezan ni uz jedan određeni stil. Smisao je u tome da djeca, kad dobro razviju koordinaciju, mogu sama odabrati stil krenuvši od vlastitih logičnih pokreta i od vlastite osobnosti.

"Što prije dijete počne spajati slova, to bolje", kaže psiholog Torbjorn Danielsen. To znači da je djetetova koordinacija primjerena i zadovoljavajuća. Norveško ministarstvo obrazovanja imenovalo je Danielsena da provede istraživanje o razvoju vještine pisanja u djece. Projekt je trajao od 1976. do 1979. godine, a rezultate je detaljno objavio u knjizi *The brain and letter formation (Mozak i oblikovanje slova)*.

Način na koji on razmatra kako funkcionira mozak u odnosu na oblikovanje slova je razvoj ideje grafologa Pophala (1950) u *Handschrift-Hirnschrift (Pisanje rukom i mozgom)*. Danielsenov izvještaj važan je korak za psihologiju pisanja, a istraživao je pisanje u odnosu na učenje pisanja. Njegova glavna teza je ova: roditelji i učitelji su na dobrom putu ako odaberu pisana slova za svoju djecu.

Torbjorn Danielsen je psiholog pisanja, specijaliziran za neuropedagogiju, nastavnik i profesor na norveškom Učiteljskom fakultetu te vodeći stručnjak za osnovno motoričko učenje pisanja. Kaže da danas imamo široku lepezu metoda učenja materinskoga jezika koje se ne temelje na pisanju tiskanih slova. Švedski SO stil isti je kao i norveški, takozvani "stil oblika i prečke" (iz pedesetih), protiv kojeg se borio mnogo godina. Norveško ministarstvo obrazovanja odobrilo je njegove ideje 1989. godine. Sada je pisanje pravim pisanim slovima u Norveškoj u prednosti pred stiliziranim formalnim načinom pisanja spojenim malim tiskanim slovima. Istu tendenciju danas možemo vidjeti i u Švedskoj.



Zašto neke osobe općenito bolje pišu od drugih?

Mnogi dječaci mrze pisanje. Nemaju strpljenja, lako postaju razdražljivi i s vremenom razviju strah od pisanja. Često i u odrasloj dobi zadrže taj strah.