

# Lærervejledning til Danse-dugen

## Indledning

Der er mange gode grunde til at arbejde med dans og udtryk i idrætsundervisningen. Dans er glæde, energi og humør. Dans er fordybelse i, eksperimenteren med og udforskning af kroppens muligheder. Dans er samvær og samarbejde, og endelig er dans fysisk aktivitet, koordination og kropsbevidsthed. Men dans og udtryk som indholdsområde i idrætsundervisningen er først og fremmest kendetegnet ved, at der sættes fokus på idræt i et æstetisk perspektiv, hvor det at kommunikere med kroppen og skabe bevægelsesudtryk er i fokus.

En del lærere finder indholdsområdet svært at undervise i. Måske fordi det er et område, som hverken elever eller lærere har mange egen-erfaringer med, måske fordi det er svært at motivere eleverne til at danse eller måske fordi det kan forekomme grænseoverskridende, pinligt eller svært tilgængeligt for såvel elever som lærere. Danse-dugen og de tilhørende materialer har til formål at give nogle enkle og konkrete didaktiske modeller, som kan anvendes i undervisningen i dans og udtryk. Modellerne kan både bruges af læreren i planlægningen, men også af eleverne i deres arbejde med og refleksioner over dans i timerne. Sluttelig er den også udviklet med henblik på at være en hjælp til eleverne, når de skal udvikle og argumentere for deres praksis i forbindelse med prøven i idræt.

Dugen består af tre modeller med tre forskellige formål og anvendelsesmuligheder. Samtidig hænger modellerne også sammen. I det følgende præsenteres de tre modeller hver for sig, og undervejs beskrives deres indbyrdes sammenhænge.

## Danseskyen

Danseskyen er en overordnet planlægnings- og refleksionsmodel. Den er baseret på videns- og færdighedsmålene for dans og udtryk og består af to store skyer samt en række omkringsvævende mindre skyer. **Den inderste sky** består af de forskellige handleformer, som eleverne kan arbejde

med i undervisningen i dans og udtryk: Eleverne kan *beherske* bestemte stilarter eller trin, *udvikle* eller *skabe* egne trin eller koreografier, *udføre* sammensatte bevægelser, *udtrykke* specifikke temaer eller *forstå og reflektere* over dansen.



**Den yderste sky** består af de forskellige indholdsområder, som eleven ifølge de faglige mål skal beskæftige sig med indenfor fagområdet, herunder kendskab til *stilarter* og kroppens *bevægelsesmuligheder*, erfaring med at udføre *bevægelsesanalyser* og at skabe og analysere *bevægelsesudtryk* og *koreografier* og ikke mindst *musikteori* og *musikforståelse*.

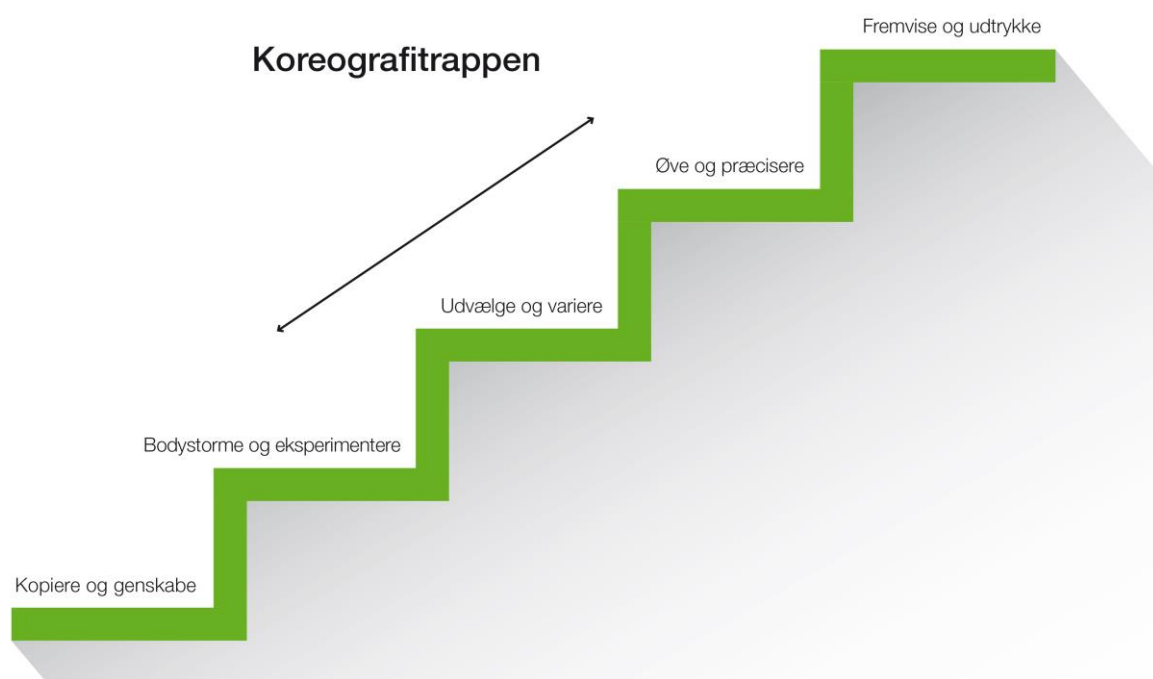
**De omkringsvævende** danseskyer rummer en række forskellige perspektiver på – og argumenter for - dans og udtryk som indholdsområde. Det er også muligt at tænke på perspektiverne som temaer, der kan arbejdes med i undervisningen. Dans er for eksempel en væsentlig del af vores *kulturarv* og dans er *kunst* (fx ballet), dans er ritualer (som når vi danser om juletræet), en social samværsform (til fester), sport og *præstation* (sportsdans), *underholdning* på

TV og *sundhed* i fitnesscenteret (fx ballroom-fitness eller zumba), men dans og udtryk er også et middel til at arbejde med selvudvikling og kropsbevidsthed, identitet og fællesskab.

Ligesom med andre perspektivmodeller er tanken, at læreren og eleverne kan bruge Danseskyen til at tydeliggøre undervisningens formål og fokus og drøfte og skabe koblinger mellem handleformer, indhold og perspektiv. Med afsæt i de forskellige ord i skyerne, kan læreren yderligere drøfte dansens potentialer med eleverne: Den tomme sky med spørgsmålstegnet kan eleverne selv være med til at udfylde med nye perspektiver før eller efter et forløb.

### Koreografitrappen

Koreografitrappen illustrerer en række trin i arbejdet med at udvikle et koreografisk udtryk. Det er ikke en progressiv model forstået på den måde, at målet er at komme til det øverste trin og blive der. Pilen går begge veje, fordi man nogle gange går et trin tilbage, andre gange springer et trin over. Desuden kan den koreografiske proces forløbe både i den enkelte time, eller den kan anvendes til et længerevarende forløb med fokus på koreografi. Den kan også bruges i forbindelse med prøven i idræt, når eleverne skal planlægge og beskrive deres gruppearbejdsproces frem mod den dans, de skal fremføre til prøven.



På første trin skal eleven *kopiere og genskabe*. Her skal eleven møde og afprøve nogle kendte trin eller danse, fx være folkedanse, cha-cha-cha eller hip hop. Hensigten er at indføre eleverne i forskellige stilarter, at give dem erfaringer med, hvad dans er, og at give dem et bevægelsesrepertoire. Det at tage afsæt i definerede trin eller koreografier (altså hvor eleverne i første omgang ikke selv skal finde på bevægelserne) kan være et godt udgangspunkt for at arbejde med dans, idet det kan skabe en tryghed ved at bevæge sig på denne måde. Man kan dog sagtens argumentere for, at man kan springe dette trin over og starte med at eksperimentere. Det afhænger af klassens sammensætning, forudsætninger og alderstrin – og også af lærerens fagsyn og erfaringer.

På andet trin skal eleven *bodystorme og eksperimentere*. Bodystorming skal forstås som en pendant til brainstorming og dermed som en proces til at generere ideer. Her sker det blot gennem egne og fælles aktiviteter, hvor kroppen er involveret. Eleverne kan fx anvende Danserammens spørgsmål til at eksperimentere med deres krop: *hvad* kan kroppen kan, *hvor*, *med hvem* og *hvordan*. Det er en god ide at lave nogle bespænd i disse processer, så eleverne har nogle rammer at arbejde indenfor og samtidig bliver udfordret til at bryde deres gængse bevægelsesmønstre. Det kunne fx være at give eleverne til opgave at finde bevægelser, som de kender fra idrættens verden (et inderside-spark, et karateslag, et svømmetag), at give dem til opgave at arbejde i bestemte niveauer (se Danserammen) eller fortælle dem, at de kun må bevæge udvalgte kropsdele (fx højre arm og venstre ben). Bindingen kunne også være et bestemt tema, noget musik eller en rekvisit.

Det tredje trin handler om at *udvælge og variere*. Her skal eleverne bearbejde deres bevægelsesmateriale fra forrige trin. Hvis eleverne fx har fundet en masse bevægelser fra idrættens verden, kan de udvælge tre af dem, sætte dem sammen og bearbejde og ændre dem under inddragelse af spørgsmålene fra Danserammen, så de langsomt bliver til dans (se senere under Danserammen).

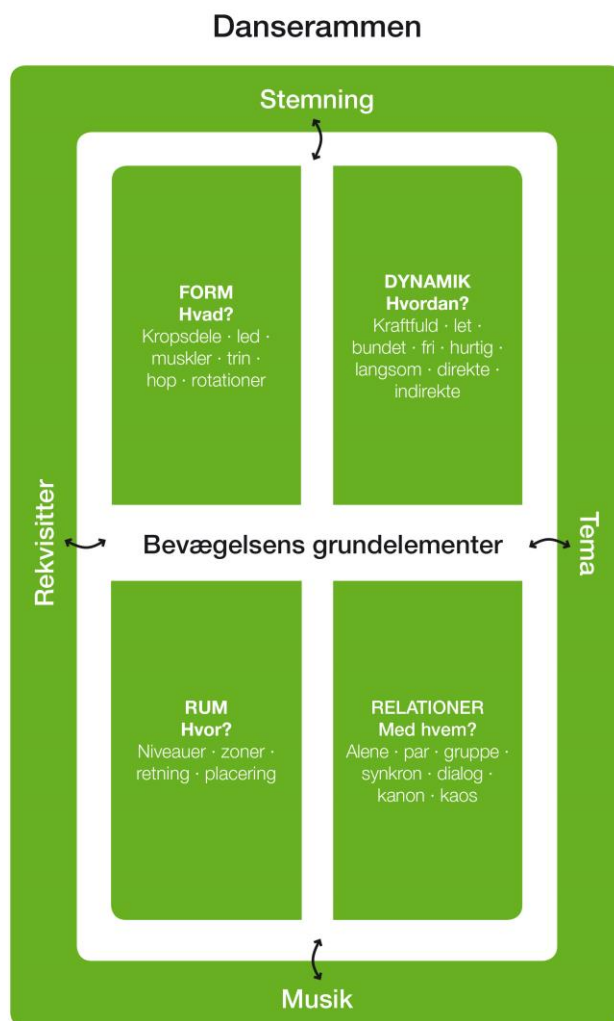
På fjerde trin går eleverne ind i en *øve og præcisere-fase*, hvor de forfiner og præciserer bevægelserne, hvorefter de på femte trin skal *fremvise og udtrykke* eller på anden vis formidle det, de har arbejdet med. Her kan Danserammens spørgsmål igen udgøre et værktøj til analyse og feedback på elevernes arbejde – enten fra læreren eller fra de andre elever i klassen.

## Danserammen

Danserammen 'danner ramme' om arbejdet med at analysere og udvikle bevægelser og udtryk og kan således bruges til at supplere de fem trin i koreografitrappen. De fire grundelementer er inspireret af Rudolf Labans bevægelseslære (herunder BESS-principperne) og forskellige fortolkninger heraf. De er her formuleret som spørgsmål, nemlig: *Hvad? Hvordan? Hvor? Og med hvem?* Eleverne kan stille spørgsmålene analytisk til fx en dansevideo, de har set eller til en dans, de har lavet i klassen (fx på trin 1 på koreografitrappen). De kan også bruge spørgsmålene til at analysere og udvikle deres egne danse. Hvis de for eksempel har arbejdet med bevægelser fra idrættens verden, kan de ændre og udvikle bevægelserne ved at arbejde med disse

spørgsmål på trin 3 på koreografitrappen. Spørgsmålene kan også udgøre selvstændige afsæt for forskellige øvelser i timerne på koreografitrappens trin 2. Rammen består af fire kasser:

**FORM-Hvad?:** Hvad handler om kroppens muligheder: *Hvad* bevæger sig? Hvilke(n) kropsdel bevæger sig? Hvilke led og muskler? Hvilke kropsdele er i bevægelse og hvilke er stille? Hvilke bevægelsesmuligheder har det enkelte led? Hvilke former har kroppen? Hvilken kropsdel starter og leder bevægelsen? Hvad kan kroppen gøre? Støder, puffer, prikker, glider, presser eller flyder den?



**DYNAMIK-Hvordan?:** Denne kasse er baseret på Labans otte bevægelses kvaliteter, også kendt som EFFORTS. Det handler grundlæggende om, *hvordan* kroppen bevæger sig i forhold til tid, vægt, rum og flow.

<i>Tid</i>	Er bevægelsen hurtig/pludselig eller langsom/langstrakt?
<i>Vægt</i>	Er bevægelsen let eller kraftfuld/stærk?
<i>Rum</i>	Denne rum-kategori adskiller sig fra kassen RUM-Hvor? ved at handle om, hvordan kroppen forholder sig til rummet (og ikke hvor den er i rummet). Er det en direkte bevægelse, der skærer sig gennem luften (som en kniv), eller er den mere indirekte, bøjelig og elastisk (som en slange)?
<i>Flow</i>	Endelig kan man spørge, om bevægelsen er karakteriseret ved bundet flow, dvs. om den kan standses når som helst (er kontrolleret), eller om den er præget af frit flow, dvs. at den ikke umiddelbart kan standses (er ukontrolleret).

**RUM – Hvor?:** Her skelner Laban mellem (1) det personlige rum, som er det, eleven umiddelbart kan nå med de forskellige kropsdele og (2) det generelle rum, der er det specifikke rum, eleven (og dennes personlige rum) bevæger sig i (fx en gymnastiksal). Eleverne kan i denne kasse spørge: Hvilke niveauer bevæger kroppen sig i (høj, mellem, lav)? I hvilke planer sker bevægelsen (horisontalt, vertikalt eller sagittalt)? I hvilke zoner foregår bevægelsen (tæt på kroppen eller langt fra kroppen)? Hvilke retninger bevæger kroppen sig i (fremad, tilbage, til siden, diagonalt, rundt)? Og endelig kan man også tænke over, hvilke spor kroppen tegner i rummet, og hvor meget rummet bruges.

**RELATIONER – Med hvem?:** Endelig er det relevant både ift. analyse og udvikling af danse at spørge: *Med hvem* bevæger vi os? Bevæger vi os alene, parvis eller i en gruppe? Hvor stor er gruppen? Gør alle det samme på samme tid eller arbejdes der asynkront? Står vi i en rundkreds eller på linje eller række? Er der relationer til andre ting? Fx musik og rekvisitter? (se senere).

Formålet med de fire elementer *musik, rekvisitter, stemning* og *tema* yderst i Danserammen er at udvide arbejdet med grundelementerne. De fire elementer påvirkes af og øver indflydelse på ens

dans, og er vigtige at have med i overvejelserne, når man arbejder med at analysere eller udvikle koreografier og andre udtryk:

**MUSIK:** Fagområdet dans og udtryk lægger op til en tæt forbindelse til musikken, hvor musik, bevægelse og udtryk understøtter hinanden. Musikken kan enten være understøttende eller styrende for bevægelsesudtrykket. Ligeledes kan musikken inspirere eller understøtte elevernes arbejde på koreografitrappens trin 2 og 3.

**TEMA:** I et koreografisk arbejde kan eleverne få til opgave at arbejde med et specifikt tema (valgt af elever eller lærer) og så bruge det til at finde bevægelser, eller de kan starte med at producere bevægelser og derefter vælge et tema, der passer til bevægelserne. Et tema kan fx være årstiderne, livet i skoven, de fire elementer, relationer, ensomhed. At have et tema at arbejde ud fra kan gøre det lettere at finde og udvikle bevægelser med afsæt i grundelementerne og sammensætte en koreografi. På den anden side kan det også begrænse den eksperimentelle frihed. Ligesom musikken kan temaer således inspirere eller understøtte elevernes arbejde på koreografitrappens trin 2 og 3. Tema handler altså i denne sammenhæng om koreografiens tema og skal ikke forveksles med det eller de temaer, som eleverne arbejder med i forbindelse med deres prøve.

**STEMNING:** Eleverne behøver ikke have et bestemt tema, men kan i stedet for eller samtidig med arbejde med en bestemt stemning. Hvad kendetegner dansen? Lethed, glæde, sorg, smerte eller alvor? Hvordan ser bevægelser ud, der understøtter denne stemning? Dette hænger tæt sammen med både tema og musik.

**REKVISITTER:** Rekvisitter kan bruges både på trin 2 på koreografitrappen som benspænd i processen (hvor læreren fx beder eleverne bruge et tørklæde, en stol eller ribberne) eller på trin 3 til at ændre på eller udvikle bevægelsens grundelementer (hvordan ser indersidesparket fx ud, hvis det skal laves i en ribbe). Rekvisitter kan også inddrages til at understøtte et bestemt tema, ligesom de naturligvis kan indgå i selve koreografien. Rekvisitter kan også udgøre selve rammen om koreografien, fx i form af et stort lærred, hvis man laver skyggespil eller medier, film og lignende, der indgår i dansen på forskellig vis.

Læs mere og få mere inspiration her:

Byrner, L. mfl. (2007). Dans med børn, Dans i uddannelse.

Dans for to: <http://dansfor2.dk/>

Ravn, S. (2004). Med kroppen som materiale, Odense Universitetsforlag

Winther, H. Mfl. (2001). Fodfæste og himmelkys, Hovedland

Borghäll, J. (2011). Rudolf Laban og jeg, Underskoven

Emu: <https://www.emu.dk/modul/fra-kreativitet-til-innovation-dans-og-udtryk#>

Ta fat om dansen: <http://www.tafatomdansen.dk/>

Dansetid: <https://www.dansetid.dk/>