



Estetisk-filosofiska fakulteten

Maria Nilsson

Hur påverkas elevens utveckling genom dans?

How will the development of the pupil be influenced by
dance?

**Examensarbete 15 högskolepoäng
Lärarprogrammet**

Datum: 2008-01-30
Handledare: Anders Hedin

Abstract

The purpose of my work is to find out if and in which way dance in school teaching can contribute to a positive development of the pupil and also if the dance can give the pupil a better self-confidence. It's important and useful to know, how dance will influence the pupil from a physical, psychological and social point of view.

The study of literature describes opinions and theories based on the issue and emanate from the three classifications applicable to the pupil development through dance: physically, psychologically and socially. With help of theories from different experts investigates, if a continuous dance teaching in the subject Athletics and Health can contribute to a positive development of the pupil these different aspects.

As the empiric study I chose to interview pupils both from the ordinary comprehensive school classes and the aesthetical gymnasium line, in order to find out what they really think about dance and what they wish should be included of dance in the subject Athletics and Health.

The interest of dance can be strongly connected to different music stiles, in this connection one can for sure get more pupils and especially boys to dare to try dance and through this improve their self-confidence.

In my discussion and conclusion I bring up how important it is, that the pupil in dance get to learn how to work with it's body as means of expression and the importance that the school gives priority to other than intellectual qualities and gives the pupil a chance to be able to develop and learn how to use it's body language by dance.

I also touch thoughts of future research.

Keywords: Dance in school, Dance in subject Athletics and Health, Pupils development, Body language.

Sammanfattning

Syftet med mitt arbete är att ta reda på om, och på vilket sätt, dans i skolan kan bidra till en positiv utveckling av eleven, samt om dansen kan ge eleven en bättre självkänsla.

Det är viktigt och nyttigt att veta, hur dans påverkar eleven fysiskt, psykiskt och socialt.

Litteraturstudien beskriver åsikter och teorier utifrån frågeställningen och utgår bl.a. från de tre indelningarna gällande elevens utveckling genom dans: fysiskt, psykiskt och socialt.

Med hjälp av olika experters teorier utreds, hur eleven kan påverkas inom dessa områden genom kontinuerlig dansundervisning i ämnet Idrott och Hälsa.

Som empirisk studie valde jag att intervjua elever både i vanliga grundskoleklasser och på estetisk gymnasielinje, för att nå eleverna på djupet för att få reda på hur de ser på dans och vad de önskar ska finnas med av dans i ämnet Idrott och Hälsa.

Dansintresset kan starkt kopplas till olika musikstilar. I denna koppling kan man säkert få fler elever och kanske speciellt pojkar att våga prova dansen och därigenom stärka sin självkänsla.

I min diskussion och avslutning tar jag upp, hur viktigt det är, att eleven i dansen får lära sig arbeta med kroppen som uttrycksmedel, samt vikten av att skolan prioriterar andra kvaliteter än rent intellektuella och ger eleven en chans att kunna utveckla och lära sig att använda sitt kroppsspråk genom att dansa. Jag berör också tankar om framtida forskning.

Nyckelord: Dans i skolan, Dans i ämnet Idrott och Hälsa, Elevers utveckling, Kroppsspråk

Innehållsförteckning:

Inledning	5
1. Bakgrund	6
2. Syfte och problemformulering	7
2.1 Syfte	7
2.2 Problemformulering	7
3. Litteraturgenomgång	8
3.1 Historik.....	9
3.2 Vad betyder dansen för barns utveckling?	12
3.2.1 Fysiskt	12
3.2.2 Motorik.....	13
3.2.3 Perception.....	14
3.2.4 Psykiskt	14
3.2.5 Självförtroende	15
3.2.6 Kognition.....	15
3.2.7 Metodik	16
3.2.8 Socialt.....	16
4. Metod	17
4.1 Metodval.....	17
4.2 Val av instrument	17
4.3 Urval.....	17
4.4 Genomförande	18
4.5 Metoddiskussion.....	18
5. Resultat av studie	19
5.1 Sammanfattning av intervjuerna	19
5.1.1 Intervju Karin	19
5.1.2 Intervju Anders.....	20
5.1.3 Intervju Anna.....	20
5.1.4 Intervju Camilla.....	21
5.2 Slutsatser och jämförelser av intervjuerna	21
6. Diskussion	22
6.1 Metoddiskussion.....	22
6.2 Resultatdiskussion	22
7. Avslutning	24
Referensförteckning	25
Bilaga 1 Intervjufrågor	
Bilaga 2-11 Dansbilder	
Bilaga 12-19 Intervjuer	

Inledning

Att jag valde att skriva om dans i skolan kändes självklart för mig, eftersom jag har upplevt så mycket positivt genom dansen. Jag har dansat sedan jag var liten och dansen har inte bara givit mig en enorm glädje, utan även hjälpt mig att hålla fokus på övriga ämnen.

När jag besökte Sydafrika med universitetet, bestämde jag mig för att skriva om detta ämne. I Afrika upplevde jag så starkt, att dansen är till för alla, ung som gammal. "Alla" dansar i Afrika, hur man än ser ut. "Alla" har personlig stil. Det som slog mig var, att människorna såg ut att känna en enorm glädje. I Afrika upptar dansen en stor del av kulturen och deras liv. Många afrikaner är fattiga, men dansen verkar ge människorna glädje, gemenskap och styrka. Att få röra på sig under skoldagen borde vara självklart. Dansen är ett naturligt språk, som jag anser att alla måste få tillgång till. Dansen för människor samman på ett uttrycksfullt sätt. Jag har testat de flesta danser från fridans, folkdans till jazzdans, bugg, funk och afrikansk dans. När jag får dansa känner jag mig fri. Fri från exempelvis stress och alla krav, som ställs på mig. Jag glömmer problemen, när jag skall lära in nya danssteg. Man måste koncentrera sig helt på dansen och problemen skingras.

Jag tog studenten på Sveriges då enda musikalteaterprogram i Kungälv. De tre åren var mina bästa skolår. Vi satte upp musikalerna som Chicago, Jesus Christ Super Star, Cats, Fame, Cabaret m.fl. Vi fick pröva på olika roller i uppsättningarna, dansa, sjunga och spela teater. Dansen, sången, instrumentalspelet och teatern var som meditation för mig. Jag lärde mig att hantera konflikter bättre, lärde mig hur kroppsspråket fungerar och att samspela med andra människor. Jag fick mer ork för övriga skolämnen och kände glädje.

1. Bakgrund

Skolan ska ge eleverna möjlighet att utveckla olika uttrycksformer, varav dans ska vara en.

”Skolan skall stimulera varje elev att bilda sig och att växa med sina uppgifter. I skolarbetet skall de intellektuella såväl som de praktiska, sinnliga och estetiska aspekterna uppmärksammas. Eleverna skall få uppleva olika uttryck för kunskaper. De skall få pröva och utveckla olika uttrycksformer och uppleva känslor och stämningar. Drama, rytmik, dans, musicerande och skapande i bild, text och form skall vara inslag i skolans verksamhet. En harmonisk bildningsgång omfattar inslag av såväl manuellt som intellektuellt arbete. Förmågan till eget skapande hör till det som eleverna skall tillägna sig.”¹

Styrdokumentet poängterar alltså att eleverna i skolan ska få möjlighet att utveckla många olika uttrycksformer varav dans ska vara en. Hur mycket plats får dansen egentligen i skolan i dag?

Att uttrycka sig i rörelse och dans för mycket gott med sig, vilket jag vill försöka påvisa i den här uppsatsen. Dans ska hjälpa eleven att utveckla fler sidor av sig själv. Genom dansen får eleven utveckla sin sociala förmåga och stärka sin fysik samt kunna ändra sin identitet och uppfattning.

Jag vill undersöka vad man kan påverka om man inför mer dans i skolan, och hur elevernas utveckling påverkas. Alla ska kunna få tillgång till dansen. Jag är övertygad om, att obligatorisk dansundervisning kan utveckla såväl eleverna som den svenska skolan. Kopplingen mellan de teoretiska ämnena och möjligheten att röra sig själv och tillsammans med andra är viktig. Jag vill betona att man, med dansen som uttrycksmedel och med hjälp av våra sinnen, kan skapa en god gemenskap, stärka elevernas självkänsla och utveckla eleverna både fysiskt, psykiskt och socialt. Med god självkänsla och självinsikt har man stora utsikter att lyckas i livet.

Som idrottslärare ser jag dansen som en självklar del av ämnet Idrott och Hälsa. Jag tror, att alla elever behöver stimuleras olika, inte bara med exempelvis boll och klubba. Jag anser, att man måste integrera det estetiska, det kreativa, dansen, rörelsen, dramat, bilden, musiken och sången i all undervisning för att fördjupa inlärandet. Eleverna skall få använda sin fantasi och kroppsspråk, som många gånger ger trygghet, glädje och lycka. Vår uppgift, som lärare, är att skapa en god arbetsmiljö för alla elever, alla vill bli sedda och lyckas. Vår vilja att aktivt se, lyssna och förstå leder till insikt. Som vuxen bör man uppmuntra och stödja ungdomens sökande efter det sanna jaget. Det är viktigt att i alla åldrar kunna prata om rädslor och problem. Elever är i dag otrygga, de vill duga vara omtäckta och hänger i bland med på aktiviteter utan att reflektera på om de verkligen vill. Många börjar exempelvis med droger för att våga. Många går på disco, men vågar inte dansa om de inte druckit alkohol. När jag var yngre fick jag ofta kommentaren: hur mycket har du druckit, som vågar släppa loss och dansa, som du gör. Då hade jag inte tagit en droppe. Dansen kan ge eleverna trygghet. Kan man dansa, känner man sig säkrare och vågar.

¹ *Läroplan för det obligatoriska skolväsendet (1994) sid.16.*

2. Syfte och problemformulering

2.1 Syfte

Syftet med denna uppsats är att ta reda på om dansen kan bidra till en positiv utveckling av eleverna, samt om dansen kan ge eleverna en bättre självkänsla. I pedagogiskt hänseende är det viktigt och nyttigt att veta hur dans kan påverka eleverna fysiskt, psykiskt och socialt.

Enligt styrdokumentet bör eleven få en harmonisk bildningsgång, så att de intellektuella såväl som de praktiska, sinnliga och estetiska aspekterna uppmärksammas. Eleverna ska få uppleva olika uttryck för kunskaper.

2.2 Problemformulering

Hur påverkas elevernas utveckling, självkänsla och välbefinnande genom dansen?

3. Litteraturgenomgång

Dans handlar i stort sett om kommunikation mellan människor och en möjlighet att uttrycka sig utan ord. Dansen som konstform finns representerad på många ställen i samhället och är en del av barn och ungdomars fritid, men har nästan inte alls förekommit i skolan. När man dansat i skolan har det ofta handlat om sällskapsdans eller folkdans men i liten skala. Eleverna har sällan fått uppleva den improviserade dansen eller den koreograferade dansen. Det är få människor som kommer i kontakt med dans i sin vardag. Möjlighet till dansundervisning finns på de flesta platser, men storstäderna kan erbjuda ett större utbud än landsorten. Endast fyra procent av Sveriges befolkning har fått dansundervisning av en danspedagog och tre procent har sett en dansföreställning.²

I boken ”Dans i skolan”, menar de att dansen som umgängesform alltid har funnits, men att det är få människor som idag kommer i kontakt med dans i sin vardag. Det är i första hand barn och ungdomar som bor i storstäder, som har och har haft möjlighet till dansundervisning på sin fritid. Dans handlar om kommunikation mellan människor och ger en möjlighet att uttrycka sig utan ord. Skall fler få denna möjlighet, måste skolan ta sitt ansvar. Jag anser att dansen ska vara obligatorisk i skolan, så att eleverna får pröva på olika sorters danser och uppleva även den improviserade och koreograferade dansen. Får man pröva olika danser samt själv påverka innehållet av dansundervisningen, hittar alla säkert sin favorit.

Dans är en serie rörelser, utförda i mönster och till ackompanjemang. I alla samhällen utövas dans, antingen som solo, i par eller i grupp. Överallt använder människan dansen som uttrycksmedel, för att föra traditioner vidare eller för att träna kroppen. På så sätt är dansen ett uttryck för människans känslomässiga, mentala och kroppsliga jag. Men dansen kan också vara en förberedelse för krig eller en protesthandling. Dansen används ofta för att markera viktiga förändringar i livet eller för att fira en händelse i ett samhälles historia. I de första samhällsformerna hjälpte dansen människorna att överleva, den lärde dem att samarbeta i både arbete och jakt. Även idag kommunicerar och uttrycker människan känslor genom dans, vilka förmodligen är svåra att förmedla på annat sätt.³

Grau menar att dansen stärker människan fysiskt, psykiskt och socialt. Dansen hjälper oss att uttrycka känslor. Man kan visa sina känslor, när man dansar solo i par eller i grupp. I Afrika märkte jag tydligt, hur viktig dansen var för människorna. Där dansade ju ”alla”. Dansen var en stor del i deras liv och verkade ge människorna glädje, gemenskap och styrka. De dansade i kyrkan, på arbetsfälten och i skolan. Då jag dansar, känner jag just den här frihetskänslan, som jag tror att många andra dansare känner. Grau skriver också, att dans kan förekomma i många olika syften.

Självförtroende, grov- och finmotorik, perception, koncentration och uthållighet, att kunna sitta stilla, allt har betydelse för en bra inläring. Det är också förmågor, som kan förbättras genom en medveten rörelsestimulans och träning. Vi måste komma ihåg, att det aldrig är en faktor, som avgör en individs totala utveckling. Det är många faktorer, både positiva och negativa, som till slut ger helheten. Den insats vi, som vuxna, gör för att stimulera till rörelse och lek blir allt viktigare.⁴ Sandborgh och Stening påpekar att genom leken, kan barnet få

² En metodikskrift från Danshögskolan, *Dans i skolan* (1990) sid.7

³ Grau A., Hanserik Tönneheim (1999) ”*Dans, danser och dansare från hela världen*” s. 8 BonnierCarlsen Bokförlag

⁴ Gun Sandborgh- Holmdahl och Birgitta Stening (1993) ”*Inläring genom rörelse*” s. 7 Liber utbildning AB

kontroll över sin kropp. Barnet utvecklar självförtroende, grov- och finmotorik, perception, koncentration och uthållighet, samt det lär sig sitta still och lyssna, när t. ex. läraren har något viktigt att säga.

Genom idrotten kan barnen träna alla dessa viktiga faktorer, då man går, hoppar, springer, rullar, klättrar osv. Jag tror att det är viktigt att alla barn får röra sig mycket då de är små, för att barnet senare ska få en god uppfattning om sig själv och sina vänner, samt en god kroppsmedvetenhet. Rörelse anser jag är viktig i alla åldrar, vi utvecklas hela tiden och lär oss om vår kropp. Jag har även tagit med andra viktiga avsnitt ur litteraturen i avsnitten Historik och Diskussion.

3.1 Historik

I det gamla bondesamhället gavs många tillfällen för barn att vara med när de vuxna dansade. Man hade också utrymme, i byn fanns dansstugor, logen eller en öppen plats, där man kunde samlas. Om ingen kunde passa barnen när man gick till dans, var det enklast att ta dem med. En mamma kunde lyfta upp sin unge på armen när hon själv dansade, och barnet upplevde rytmerna genom hennes kropp. Barnet vid sidan om kanske tog upp dansrörelserna i sina lekar och de lite äldre såg noga på för att lära sig danserna och därigenom förbereda sig för vuxenlivet. Dans lärde man sig genom att härma. I högre samhällsklasser, där föräldrarna inte tog lika aktiv del i barnens fostran, anställdes dansmästare för att lära ut danserna på modet och den föreskrivna etiketten. Sällskapsdanserna under 1600- och 1700-talen krävde noggrann undervisning och flitig övning, som t.ex. den populära menuetten. I en artikel i "Söndags-Nisse" berättas att dansmästaren på 1700-talet utom sin fiol kunde medföra både rotting och fotskrub för att tvinga fram den nödvändiga utåtvridningen i fötterna. Under 1800-talet reste f.d. artister runt i landsorten för att undervisa ungdomar i de senaste danserna från storstaden. Säkert förmedlade de också ett eller annat från dansteatern. Borgliga familjer, som efter sekelskiftet 1900 invaderade södra Sveriges badorter, lät barnen lära sig sällskapsdans under sommaren och alltsammans kunde avslutas med en barnbal. Här var det frågan om att dansa för att kunna föra sig i sällskapslivet. Livsvillkoren, för de barn som siktat på en karriär på scenen, har alltid varit mycket hårda.⁵

Boman menar att i det gamla bondesamhället var barnen med i det dagliga livet och när de vuxna dansade. Det fanns ingen som passade barnen, utan de var med. Barnen fick naturligt känslan för musikens puls och härnade de vuxna. I de högre samhällsklasserna anställdes ofta en danslärare för att barnen senare skulle kunna föra sig i sällskapslivet. Den dansen var ofta lite stelare än dansen på landet. På landet var dansen friare och verkade roligare. Även här jämför jag med Afrika och ser likheten. Jag skulle önska att vi i skolan kunde ge eleverna denna säkerhet och känsla, så att de får känna den glädje, dansen kan ge.

I Bigitta Bomans artikel "Barn och dans- en historisk aspekt" berättas bland annat om Gustav III: s inrättande av Operan i Stockholm, där teaterns elevskola till en början gav en allsidig utbildning i musik, teater och dans. Under 1800- talet skilde man på undervisningen i de olika konstarterna. Balettelevskolan blev den som längst fanns kvar inom Operan. Trots den stora uppskattningen Gustav III visade danskonsten, fick dansryktet en dålig status. Adeln och förmögna borgare föredrog att barnen lärde sig sällskapsdans i hemmen. Eleverna kunde därför komma från fattiga familjer och de såg sin chans, att deras barn skulle få både

⁵ B Boman (1993), *Barn och dans* s, 40 Printgraf AB, Stockholm

utbildning och försörjning ordnad. Operan sörjde verkligen för sina elever, genom vad som kallades Kungliga Teaterns Uppfostringsanstalt.⁶

1907 öppnades "Anna Behles Plastiska Institut" i Stockholm. Där introducerades både fridansen och den nya metoden för barns rytmiska och plastiska fostran i Sverige. Behle var en ung sångerska och pianist, som hade tagit starkt intryck av Isadora Duncans gästspel i Stockholm och inspirerades att studera i Grünewald. Det gjorde stor sensation, när Anna Behle öppnade sin "Duncanskola", där elever dansade barfota, iklädda lätta tunikor.

Tiden var mogen för något nytt och eleverna strömmade till, både manliga och kvinnliga, konstnärer, scenartister, musiker och gymnaster. Det hörde snart till god uppfostran att unga flickor skulle dansa plastisk för att bli graciösa och få en god hållning. Att kronprinsfamiljens barn hörde till Behles elever bidrog naturligtvis till skolans anseende. Behle öppnade vägen för alla de skolor för konstnärlig dans, som kom till under de närmaste årtiondena.⁷

När Gustav den III inrättade Operan i Stockholm hade teaterns elevskola en allsidig utbildning i musik, teater och dans. Dansryktet fick dålig status och adeln samt de förmögna borgarna föredrog att träna sällskapsdans i hemmen. På så sätt kunde även fattiga familjer få skicka sina barn till Operan i Stockholm, där de fick chans att lära sig sällskapsdans. Skillnaden på de olika samhällsklasserna minskade och fler fattiga familjer kunde få känna att deras barn fick chansen att lära sig dansa.

Dansen som umgängesform har alltid funnits. Men dansen som konstform, som ett språk, med vilket vi kan utveckla och uttrycka oss, har få kommit i kontakt med.

Elever, som haft svårt att hävda sig i skolan, kan kanske genom dansen hitta sitt uttrycksmedel. Detta kan bidra till större förståelse mellan barnen, vilket kan förändra roller och positioner i skolan.⁸

Dans har alltid funnits i skolan, men i liten skala. Då har det oftast varit fråga om dans som umgängesform, den folkliga dansen och sällskapsdansen, som ingått i ämnena idrott och musik. Barn och ungdomar har själva ordnat klassfester och skoldanser för att få dansa. Schemalagda lektionstimmar med enbart dansundervisning under ledning av danspedagog har varit mycket sällsynta. Dansen som konstform, där eleverna stimuleras till att uttrycka sina egna upplevelser i dans eller visa upp en dans som är koreograferad, har sällan förekommit i skolan. Några kommuner har startat dansundervisning i kommunal regi för förskola och skola. Initiativet till att starta dansundervisning i skolan har ofta kommit ifrån danspedagogerna själva.

Solna var först i landet med en kommunal dansskola. 1966 övertog kommunen, fritidsförvaltningen, ansvaret för danspedagogen Birgit Bomans privata dansskola och samordnade den med musikskolan, för vilken skolstyrelsen är huvudman. För Solnas del var närheten till Stockholm och ett samarbete med Danshögskolan av stor betydelse vid rekryteringen av danspedagoger. Danskolan bedrev en utåtriktad verksamhet med återkommande dansföreställningar. Solnas kommunala dansskola ville ge barn och ungdomar i Solna möjlighet att dansa. Genom åren ändrades fördelningen av grupper. Dansleken växte dock och blev en stadig grund. Dans i förskolan var dansskolans speciella insats för att nå alla barn. Vid samtliga lektioner hade man levande musik.

⁶ B Boman (1993), *Barn och dans s,37* Printgraf AB, Stockholm

⁷ B Boman (1993), *Barn och dans s,37* Printgraf AB, Stockholm

⁸ En metodikskrift från Danshögskolan, *Dans i skolan* (1990) sid. 6-7

Solnamodellen:

1. Dans i förskolan, för alla förskolor ca 500 elever.
2. Dans i skolan, kompanjonlärarskap, krympte på grund av att man inte hade resurser att utveckla den obligatoriska ”Dans i skolan – verksamheten”.
3. Den frivilliga dansverksamheten utvecklades däremot med flera olika dansämnen från 10 år med drill, show, stepp, jazz ensemblegrupper med flera.⁹

När Kultur i skolan-satsningen startade läsåret 1985/1986 fanns permanent dansverksamhet i skolan under ledning av danspedagog i åtta av landets kommuner. 1989 fanns permanent dansverksamhet i ca 35 kommuner samt många dansprojekt runt om i landet. Dans i skolan-satsningen gjorde att hela konstarten breddades. Nya grupper av barn och ungdomar som aldrig tidigare fått möta dansundervisningen dansade, nu i sina skolor. En geografisk spridning skede genom många dansprojekt runt om i landet. En kommunal publik som var intresserad av att uppleva dans växte fram. Fler arbetstillfällen för danspedagoger och dansare kom till genom det ökade intresset för dans.¹⁰

Elever som haft svårt att hävda sig i skolan, kan kanske genom dansen hitta sitt uttrycksmedel. Detta kan bidra till större förståelse mellan barnen, vilket kan förändra roller och positioner i skolan. Genom Dans i skolan –satsningen började nya grupper av barn och ungdomar att dansa. Målet var att dansen både som konstform och umgängesform skulle ingå som en naturlig och självklar del i skolan från år 1 på lågstadiet till och med gymnasiet, både under ledning av klasslärare, idrottslärare och utbildad danspedagog. I kursplanerna omnämns dansen för grundskolans del i ämnena musik och idrott, men fortfarande är det många skolor, som inte har obligatorisk dansundervisning. Schemalagd dansundervisning är fortfarande ganska sällsynt. Barn och ungdomar får själva ordna klassfester och skoldanser för att få dansa.

Vi är många som kommer i kontakt med eleverna, klasslärare, musiklärare och idrottslärare. Det är vi som måste ta ansvar och ge eleverna uppmuntran och möjligheter att tillfredsställa deras naturliga rörelsebehov, människan måste träna sin motorik redan från spädbarnsåldern. Därför är det nödvändigt, att alla som kommer i kontakt med barn har kunskap om rörelsens betydelse för barns utveckling.¹¹

Sandborgh och Stening menar, att människan måste träna sin motorik redan från spädbarnsåldern. Man menar, att det är viktigt, att vi vuxna i skolan hjälper till att uppmuntra till mer rörelse. Jag, som idrottslärare, kan verkligen göra en stor nytta. Jag vill visa mina elever, hur roligt det är att röra på sig och att alla kommer att må bra av det.

Regeringssatsningen på ”Kultur i skolan” med ”Dans i skolan-satsningen”, där flera kommuner 1989 hade permanent dansverksamhet, slog inte igenom över landet, vilket bland annat de elever jag intervjuade ger bevis för. Eftersom dessa projekt då föll väl ut, borde de avsättas mer pengar, för att forskarlag och danspedagoger skall kunna fortsätta att utveckla nya modeller. Utifrån diskussionerna med forskarlag bör danspedagoger och idrottslärare få prova nya moment och förhållningssätt i undervisningen för att bygga på ytterligare kunskap

⁹ En metodikskrift från Danshögskolan, *Dans i skolan* (1990) sid. 9-10

¹⁰ En metodikskrift från Danshögskolan, *Dans i skolan* (1990) sid.14-14, 58-59

¹¹ Gun Sandborgh- Holmdahl och Birgitta Stening (1993) ”Inläring genom rörelse” s. 7
Liber utbildning AB

om dans i skolan. Man borde ta reda på mer om skillnader mellan flickors och pojkars dans, deras attityder och upplevelser, så som de avspeglar sig i dansundervisningen.

3.2 Vad betyder dansen för barns utveckling?

3.2.1 Fysiskt

Det kinestetiska sinnet, rörelsesinnet, ger oss, genom receptorer i muskler, sensorer och leder, information om våra kroppsdelar, deras rörelser och deras läge i förhållande till varandra. Ett väl fungerande samspel mellan det kinestetiska sinnet, balansorganen och motoriska centra i hjärnan stärker både kroppsmedvetenheten och kroppsuppfattningen. Det kinestetiska sinnet är alltför lite uppmärksammat, i synnerhet om man jämför med hörsel – eller synsinnet. Barn uttrycker sig med hela sin kropp i en total enhet. Känslan för den egna kroppens rörelse i tid och rum är barnets viktigaste informationskälla, när det gäller att begripa sin omvärld.

I det lilla barnets lek lär det sig hur man kan använda sina egna rörelser för att nå nya mål. Barnen upptäcker sina kroppsliga möjligheter, hur det går att utvidga och förfina rörelserna, för att så småningom använda dem i specialiserade rörelseuppgifter inom t.ex. idrott eller dans. De lär sig också inse rörelsens betydelse som överbringare av budskap och dess användbarhet som uttrycksform för de egna känslorna. Genom sin kroppslighet är dansen en tillgång när det gäller att utveckla kroppsmedvetenhet, och blir på så sätt en viktig del i barnets liv. Dans, i likhet med andra konstformer, tillåter känslor, tankar och idéer att framträda i en allt mer nyanserad form. En form som gör de privata känslorna allmängiltiga och tolkningsbara. Att känna spelet mellan anspänning och avspänning och att känna igen det i andra människors rörelser är dansens gåva, och en insikt man får genom att medvetet öva sin kinestetiska förmåga, förfina sitt muskelsinne och utveckla sina rörelser.

Målen för dans i skolan ur den kinestetiska aspekten är:

- Att utveckla elevernas kroppsspråk och öva de motoriska färdigheterna
- Att öka känslan för hur kroppen och dess rörelser förhåller sig till tid och rum
- Att komplettera det övriga, ofta stillasittande arbetet
- Att koppla den motoriska utvecklingen till övrig utveckling
- Att arbeta med sinnlig kunskap för att på så sätt hålla det kinestetiska sinnet och dess uttrycksformer vid liv.¹²

Utifrån den kroppsliga aspekten kan man arbeta med grundläggande förflyttningar som rulla, kravla, gå, springa, hoppa eller med danssteg som galopp, hoppsteg med flera. När det gäller den kroppsliga aspekten talar vi också om de så kallade urrörelserna böja, sträcka och vrida. Ytterligare ett stort område är rörelser i olika kroppsdelar. Det handlar inte bara om armar och ben utan också om delar som händer, fingrar, tår, rygg och huvud.¹³

När det gäller den rumsliga aspekten, handlar det om vilken väg i rummet rörelsen tar. Det kan vara en rak eller en svängd väg, den kan också ha olika former som t. ex. trekant, s-formad, sick-sack. Rörelsen kan också varieras i rummet genom att man ger den olika riktningar. Olika rumsliga nivåer lägger ytterligare en dimension till dansrörelsen. Att röra

¹² En metodikskrift från Danshögskolan, *Dans i skolan* (1990) s, 34-35

¹³ A .Wigert & E. Sjöstedt Edholm(1999) *Att känna rörelse* s, 18-19 Carlssons bokförlag, Stockholm

sig nära golvet ger ett annat uttryck än att sväva högt uppe. Det omfång i rummet en rörelse har är betydelsefullt. Hur mycket plats kan jag eller gruppen täcka, vilket är det minsta möjliga utrymme vi kan samsas på?

Kraftinsatsen handlar om spelet mellan anspänning och avspänning. Ska rörelsen vara mjuk eller hård, lätt eller tung? Kopplar man det till tidsaspekten och utför rörelserna antingen snabbt eller långsamt, får man fram spännande variationer. Olika kombinationer ger olika rörelseuttryck. Inom tidsaspekten vill vi också markera vikten av att kunna stoppa och hålla en rörelse. För mer avancerade elever kan pausen ge en stark effekt i en koreografi. De fyra aspekterna kopplas också till rörelsebegrepp som balans, koordination, flexibilitet, styrka, snabbhet uthållighet och motorisk reaktionsförmåga.

- Balans kan antingen vara statisk, d.v.s. stillastående på ett fast underlag, eller dynamisk, d.v.s. i rörelse eller på ett rörligt underlag.
- Koordination är samspelet i rörelse mellan olika kroppsdelar. Det kan också handla om samspelet mellan rörelserna och ackompanjemanget.
- Flexibilitet utvecklas ur rörlighet i leder kopplat till musklernas elasticitet.
- Styrka avser den muskelkraft som sätts in i varje rörelse
- Uthållighet är att med bibehållen syreupptagningsförmåga utföra muskelarbete under en längre tid.¹⁴

Wigert menar att ett fungerande samspel mellan rörelsesinnet, balansorganen och motoriska centra i hjärnan stärker både kroppsmedvetenheten och kroppsuppfattningen. Känslan för den egna kroppens rörelse är barnets viktigaste informationskälla, när det gäller att begripa sin omvärld. Genom vårt kinestetiska sinne får vi information om hur vår kropp rör sig och på så vis kan vi utveckla våra känslor och våra tankar. Den fria leken hjälper barnet att hitta sitt rörelsemönster och på så vis utveckla det, så att barnet till slut kanske börjar dansa eller ägnar sig åt någon annan idrottsaktivitet.

3.2.2 Motorik

I dagligt tal har ordet motorik med rörelser att göra. I begreppet motorik ligger också förmågan att planera och genomföra rörelser, rörelsemönster och rörelsehandlingar. Impulsen till rörelsen kommer från nervsystemet. Motorik brukar indelas i grovmotorik och finmotorik. Det förstnämnda betecknar rörelser, där stora muskelgrupper är inblandade som t.ex. krypa, gå, springa, hoppa och balansera. Finmotorik betecknar rörelser med små muskelgrupper t.ex. fingrarnas och ögonens rörelser.

Automatisering av våra grovmotoriska vardagsrörelser, d.v.s. förmågan att kunna utföra dem utan medveten uppmärksamhet är en process, som fortgår under hela utvecklingen och i viss mån under hela livet. Förvärvandet av motoriska färdigheter är på alla sätt en aktiv process, som fordrar mental koncentration och uppmärksamhet på uppgiften till dess, att den motoriska färdigheten är automatiserad.¹⁵

Sandborgh och Stening menar att vår motorik är livsviktig för att vi ska kunna röra oss i livet. Både finmotoriken och grovmotoriken är viktiga för att utveckla kroppsmedvetenheten och öka individens självtillit.

¹⁴ A. Wigert & E. Sjöstedt Edelholm (1999) *Att känna rörelse s*, 19 Carlssons förlag, Stockholm

¹⁵ Gun Sandborgh – Holmdahl & Bigitta Stening(1993) *Inläring genom rörelse s*, 9 Liber utbildning AB

3.2.3 Perception

Utveckling av perceptionsförmågan, att med sinnen hjälp uppfatta, upptäcka, urskilja, identifiera etc. är ett resultat av mognadsutvecklingen, men är också i hög grad beroende av träning. Vi utvecklar den i våra lekar och vardagliga aktiviteter. Genom rörelseaktiviteter skaffar sig barnet erfarenheter av rum och form, en erfarenhet som gör, att de lär sig tolka och förstå sina synintryck av omvärlden. Från början utgår barnet från sig självt och sätter föremål i relation till sig självt. Därefter lär det sig att sätta föremål i relation till varandra. De lär sig uppfatta och förstå avstånd, riktningar, lägen etc. Sambandet mellan perceptuell-motoriska och intellektuella funktioner är tydligare på förskolestadiet än senare i livet.

Naturen har utrustat oss med goda förutsättningar att höra, men vi måste träna oss att lyssna och tolka det vi hör. Vi behöver använda oss av alla våra sinnen i samband med inläring. Träning av motoriska färdigheter kan därför förutsättas vara en viktig komponent i utvecklingen av perceptionsförmågan.¹⁶

Sandborgh och Stening anser, att vi behöver använda oss av alla våra sinnen i samband med inläring. Träning av de motoriska färdigheterna är viktig i utvecklingen av vår perceptionsförmåga.

3.2.4 Psykiskt

Varje tid och varje samhälle har sina idéer om hur dansen ska utformas. Barns dans skiljer sig härvidlag inte från sociala och kulturella sammanhang, den har ofta de vuxnas dansformer som förebild. Skälen till att lära barn dans kan vara många, som att föra en tradition vidare, utbilda för en yrkesverksamhet eller att främja deras personliga utveckling. Eftersom dans består av rörelser, som är annorlunda än vardagliga motoriska aktiviteter och impulsiva känslouttryck, behöver barn en modell, vägledning och stimulans. Det kan ske på många olika sätt.

Det finns områden där barn visar på ett självständigt skapande helt oberoende av vuxna. Fenomenet breakdance är ett exempel. Ett annat är skolbarnens utomhuslekar, där rörelserna förmedlas direkt från barn till barn i en ständigt levande tradition, sånglekar, klapplekar och hoppprepsramsor på så sätt genom hela Europa, från land till land, utan påverkan från vuxenvärlden. Rytmen, sången, språket och rörelserna bildar en helhet.¹⁷

I dansundervisningen görs barnen medvetna om sitt kroppsspråk och får hjälp att utveckla och förtydliga det. Dansen är ett språk med egen struktur. Genom att utforska, undersöka och analysera dansens beståndsdelar lär man sig dansens grammatik och kan uttrycka sina tankar, idéer och känslor och forma dem i ett dansmönster. Den egna kroppen blir verktyget och man är i sin egen dans. På ett direkt sätt förstår man, ser man, känner och begriper man. Dans är på olika sätt ett nyfikenhetens redskap.¹⁸

¹⁶ Gun Sandborgh – Holmdahl & Bigitta Stening(1993) *Inläring genom rörelse s, 10 Liber utbildning AB*

¹⁷ B. Boman, Wigert A. (1993) *Barn och dans s, 35 Liber utbildning AB*

¹⁸ A. Wigert (1993) *Barn och dans s, 50 Liber utbildning AB*

Wigert menar att dans är roligt för alla. Dansen är kroppens och rörelsernas språk och det kan talas av alla, om de bara tillåter sig att delta. Att dans är extra lämpad för barn är tydligt med tanke på att barn först och främst uttrycker sig genom kroppen. De lär sig att forma sina känslor och tankar till rörelser och får känna glädje.

3.2.5 Självförtroende

Trygga barn kan använda sin kraft åt att utvecklas, lära sig. Leken och rörelsen kan rätt bedriven, i en positiv accepterande miljö, bidra till att barnet kan skapa en positiv bild av sig självt, en realistisk och accepterande bild. Grundtryggheten, förhållandet till vuxna, är i detta som i andra utvecklingssammanhang av primär betydelse. Flera forskare t.ex. Kiphart och Hubertz menar att lek och rörelse, som utgör väsentliga inslag i barns liv, kan bidra till att skapa ett bättre självförtroende och därmed förbättra förutsättningarna för läs- och skrivinläring. Det innebär trygghet för barnet att klara av rörelser. Ett misslyckande kan innebära osäkerhet och självförtroendet sviktar lätt i fortsättningen. Det kan också vara underliggande faktorer eller speciell uppmärksamhet som höjer barns självuppfattning och inte grovmotoriken i sig. En sådan underliggande faktor kan vara effekten av ett bättre samarbete och social trygghet, som leken och rörelsen frammanat. Barnets uppfattning om sin egen kropp och kroppens möjligheter spelar stor roll för barnets självkänsla. Kroppsuppfattning är både en fantastisk kunskap om kroppen och dess olika delar och en djupkänsla, känsla för muskelspänning och lemmarnas inbördes förhållande. Kroppen är påtaglig för omvärlden. Om barnet får en negativ uppfattning om sig självt, kan det i förlängningen orsaka emotionella störningar, inlärningssvårigheter och hämningar i personlighetsutvecklingen.

Dorit Stenberg, som i Sverige i många år forskat om sambandet mellan brister i rörelsefunktioner och inlärningsförmåga, skriver om egna och andras observationer av de barn, som av personalen i skolan kan upplevas ha behov av rörelseträning. Det är barn, som har svårt att använda sin kropp, som känner sig "dåliga" i allt, i klassrummet, på "gympan" och i kamratleken. De har svårt att orka, att våga och tro på sig själva. De behöver mycket hjälp.¹⁹ Sandborgh och Stening anser att barn som har svårt att använda sin kropp behöver få mycket hjälp att utveckla sin kroppsmedvetenhet, så de får bättre självkänsla och självförtroende. De kommer då att känna sig mer lyckade och klara skolgången bättre.

3.2.6 Kognition

Begreppet kognition står för kunskap, samt för hur människor använder den. Det är ett samlingsbegrepp för mentala funktioner t.ex. perception, minne, problemlösning, beslutfattande. Barnet utvecklar sin kognitiva förmåga, när det bearbetar information om omvärlden. En naturlig del av lek och rörelse är att följa givna instruktioner. Det är lätt att se om barnen har förstått, eftersom de svarar med rörelser. Barnets ordförråd kan berikas om man långsamt introducerar nya ord i leken och tar sig tid att upprepa och förklara dem. Om den vuxne är medveten om att detta är leken, är rörelseträningen ett utmärkt hjälpmedel för att utveckla språket.²⁰ Sandborgh och Stening menar att rörelseträningen kan vara ett utmärkt hjälpmedel att utveckla språket, varför dansen är mycket värdefull, även med tanke på alla invandrarelever som vi har i våra klasser. Ju tidigare man får en riktig rörelseträning, desto snabbare lär eleven sig språket t. ex. genom lekar, rim och ramsor.

¹⁹ Gun Sandborgh – Holmdahl & Bigitta Stening(1993) *Inläring genom rörelse* s, 11 Liber utbildning AB

²⁰ Gun Sandborgh – Holmdahl & Bigitta Stening(1993) *Inläring genom rörelse* s. 11Liber utbildning AB

3.2.7 Metodik

Ett barns självkänedom utvecklas genom kroppsmedvetenhet. Då skapas en positiv självbild och självförtroendet stärks. En trygg människa vågar ta kontakt med andra och skapar på så sätt relationer. De kan ske i aktiviteter där ”med-, delade och mot- rörelser” ingår. Detta ger en positiv erfarenhet av trygghet med och tillit till sig själv och andra människor.²¹

Cia Klinta menar att genom dansen skapas en god självkänedom, vilket ger en trygghet, så att man vågar och lär sig ta kontakt med andra.

3.2.8 Socialt

Dans är viktigt därför att dans försiggår i ett socialt sammanhang. Att ta varandras händer och dansa tillsammans, att hitta en gemensam rytm, att uppleva den glädje som finns i en samordnad rytmisk rörelse och allt detta är av en viktig socialiserande betydelse. Dansundervisningen sker i grupp. Man lär sig ta hänsyn till sina kamrater, att dela utrymmet med andra, iakttä, och att lära av varandra. Man deltar på gemensamma villkor, utan tävlan, pojkar och flickor. Dans har i alla tider hört till uttrycken för social gemenskap. Det blir särskilt tydligt i ett mångkulturellt samhälle. Att överskrida de kulturella gränserna och lära varandras danser är ett bra sätt att minska fördomar och skapa internationell förståelse. Dans kan fungera identitetsstärkande för minoritetskulturer som t.ex. olika invandrargrupper.²²

Wigert menar, att dans i alla tider har haft en socialiserande betydelse. Man lär sig ta hänsyn till varandra och upplever gemenskap och glädje i dansen. Det som sägs med dans kanske inte går att sägas med ord. Dansen förenar känsla, intellekt och kropp. Verkligheten blir fantasi och fantasin blir verklighet.

Alla lär vi oss dansa på vårt eget sätt, antingen genom att härma eller av en instruktör. I varje samhälle har dansarna olika kroppsuttryck. En del dansare, som de sydostasiatiska klassiska dansarna, skall ha en speciell mimik. Varje dag tränar de olika övningar, som utvecklar muskler och gester på ett speciellt sätt och de får därmed en speciell dansstil. Andra stilar tillåter en mängd olika kroppshållningar och former, men alla kräver styrka och smidighet. På några håll är dansen endast till för unga, och dansarna slutar när de kommer upp i medelåldern eller tidigare. Men i andra samhällsformer uppskattas den mognad, som dansarna får, när de blir äldre.²³

Grau anser att en del dansstilar är strikta och kräver mycket och speciell träning, samt att andra tillåter olika kroppshållningar, men alla kräver styrka och smidighet. Vi lär oss dansa på vårt eget sätt antingen genom att härma eller av en instruktör.

²¹ Cia Klinta(1998) *Själv tillit, kommunikation, rörelseglädje genom Sherborneövningar* s.41 Eklunds Förlag AB

²² A. Wigert (1993) *Barn och dans* s. 50 Liber Utbildning AB

²³ Grau, A. Hanserik Tönneheim (1999) ”*Dans, danser och dansare från hela världen*” s.10 BonnierCarlsen Bokförlag

4. Metod

4.1 Metodval

Metoden är kvalitativ och jag bedömer att en kvalitativ studie är tillfredställande att använda med avseende på mitt syfte. Enligt Trost är en kvalitativ intervju rimlig, då jag var intresserad av att försöka förstå elevernas sätt att resonera. Trost menar också, att med kvalitativa personliga intervjuer får man en större förståelse av upplevelserna och får erfarenheter.²⁴ Kvalitativa intervjuer utmärks bland annat av att man ställer enkla och raka frågor, och på dessa enkla frågor kan man få komplexa, innehållsrika svar. Det innebär, att man efter det att alla intervjuer är utförda sitter med ett otroligt rikt material.²⁵

4.2 Val av instrument

Som empirisk studie valde jag Personliga intervjuer. Vid Personliga intervjuer blir styrningen från mig mindre och elevens egna synpunkter kan framträda i större grad. Jag har större möjlighet att lyssna till eleven och utforma följdfrågor, allt eftersom intervjun fortskrider. Jag kan dessutom få bekräftat, att jag har uppfattat svaren rätt. Intervjuaren ska vara lyhörd och skall uppmärksamma inte bara tonfall utan också ansiktsskiftningar och -uttryck likväl som andra kroppsrörelser och -ställningar.²⁶ Fördelar jämfört med telefonintervjuerna är, att en personlig intervju ger möjlighet till att använda alla sinnen vid tolkandet av eleven. En personlig kontakt tror jag också kan leda till ett större förtroende för mig, eftersom ett ansikte på en person är viktigt för en relation. Nackdelen med denna metod är, att den är mer tidskrävande. Det finns också en risk att man ställer ledande frågor. En ren litteraturstudie anser jag inte kan belysa hur dans påverkar människan, inte heller enkätundersökning eller telefonintervjuer. Efter att ha analyserat de olika metoderna anser jag, att personliga intervjuer är det som bäst uppfyller mitt syfte. Denna metod ger också en flexibilitet. Enkäter och telefonintervjuer är visserligen mindre tidsödande, men ger inte samma möjlighet att fånga egenarten.

4.3 Urval

Jag gjorde ett strategiskt val och valde att intervjua en grupp elever i vanliga grundskoleklasser, samt en grupp elever som gått i vanlig grundskola, men nu går på estetiskt gymnasieprogram, med mycket dans, för att se hur dansen i skolan eventuellt påverkat de olika grupperna.

Trost menar att detta sätt att systematisera urvalet av intervjufrågorna innebär att man får variation bland de intervjuade.²⁷

²⁴ Trost, Jan (2005) *Kvalitativa Intervjuer* s, 14 Studentlitteratur

²⁵ Trost, Jan (2005) *Kvalitativa Intervjuer* s, 7 Studentlitteratur

²⁶ Trost, Jan (2005) *Kvalitativa Intervjuer* s, 112 Studentlitteratur

²⁷ Trost, Jan (2005) *Kvalitativa Intervjuer* s, 119 Studentlitteratur

4.4 Genomförande

Jag ringde de lärare jag haft kontakt med under mina praktikperioder och frågade om det var möjligt att få intervju elever i deras klasser. Sedan frågade jag lärarna om det fanns några elever som ville ställa upp. Jag tog även kontakt med dansläraren på estetiska linjen, för att jag ville nå elever som hade dansat på fritiden, för att se om det hade påverkat deras val av linje och intresse för dans. Dansen i skolan kan fylla en viktig funktion genom att få barn och ungdomar att prova på, och förhoppningsvis lära sig, tycka om dans. Jag ville intervju elever på högstadiet och gymnasiet, eftersom jag ämnar arbeta där och jag ville veta, hur mycket dans eleverna fått under sin skoltid. Hur mycket har det påverkat deras inställning till dans? Jag ville intervju både ”killar och tjejer”. Finns det någon förklaring till, varför dans ofta betraktas som ett kvinnligt område? Jag valde att intervju 6 elever på grundskolan och 6 elever på gymnasiet estetlinje. För att få en klar bild av hur dans påverkar och har påverkat dem i skolan valde jag så många intervjuer.

Av mina intervjuer valde jag att i texten ta med två av grundskoleelevernas intervjuer. En ”killes” och en ”tjejs” som bra sammanfattade vad de alla tyckte. Förutom dessa två intervjuer tog jag med två av gymnasieelevernas intervjuer. En intervju från en förstaårselev och en från en sistaårselev. Dessa intervjuer speglade hur esteteleven såg på dansen. De övriga intervjuerna bifogas som bilagor då jag anser att det kan vara av intresse för läsaren att även uppleva vad de andra tycker.

4.5 Metoddiskussion

Jag valde att intervju eleverna en och en, för att få chansen att både se, höra och uppleva, hur eleverna ser på dans. En nackdel kan vara, att jag eventuellt kan styra eleven, men det är bra att kunna lyssna och kunna komma på följdfrågor. Enligt mitt sätt att se ska man stäva efter att undvika att intervju flera personer samtidigt.²⁸ Vid kvalitativa intervjuer strävar man vanligen efter att just komma åt, att få veta, vad den intervjuade menar med eller hur han eller hon uppfattar ett ord eller en företeelse.²⁹

Vid användandet av enkäter måste man använda sig av i förväg bestämda frågor, eftersom syftet med dessa är att eleverna skall ha fått exakt samma frågeställning eller frågorna ställda på exakt samma sätt. Fördelen med enkäter är att man kan få svar från en mängd elever, eftersom enkätundersökning inte är så tidsödande. Nackdelen kan vara att frågorna domineras av min förförståelse och eleverna kanske inte får möjlighet att berätta om det som han eller hon anser är viktigt. Telefonintervjuer ger många fördelar jämfört med enkäter. Eleverna har här själva möjligheten att komma till tals och berätta om det som han eller hon anser är väsentligt. Jag kan fördjupa vissa frågor genom spontana följdfrågor under intervjun. Nackdelen med denna metod är att jag går miste om de icke verbala signalerna, som betyder ganska mycket. Jag upplevde att jag fick en öppen kontakt med mina elever och att de var intresserade av att dela med sig av sina erfarenheter. Den information jag fick fram har bidragit till att jag anser att jag uppfyllt syftet med min uppsats.

Jag anser att metoden har en styrka, i att vi fritt kunde diskutera och där eleverna var engagerade samt kom med egna funderingar. Intervjuerna gjordes utifrån ett frågeformulär, som vi sedan diskuterade kring (Bilaga 1).

²⁸ Trost, Jan (2005) *Kvalitativa Intervjuer s, 46 Studentlitteratur*

²⁹ Trost, Jan (2005) *Kvalitativa Intervjuer s, 113 Studentlitteratur*

5. Resultat av studie

De frågor jag ställde och samtalen redovisas som en kort sammanfattning av intervjuerna, fyra av intervjuerna samt slutsatser och jämförelser baserade på intervjuerna. För att undvika identifiering av de intervjuade eleverna har jag givit dem fingerade namn.

5.1 Sammanfattning av intervjuerna

Eleverna överlag ansåg, att dans har en viktig uppgift att fylla i skolan. Det är bra både för kropp och själ. När de tänkte på DANS tänkte de exempelvis , Vackert, Lycka, Svårt, Roligt, Tråkigt, Avstressande med mera.

”Alla” eleverna ansåg, att det knappast hade haft någon dans alls tidigare i grundskolan. De som hade dansat hade gjort det på fritiden ofta uppmuntrade av sina föräldrar. I dag är eleverna på estetprogrammet i stort sett nöjda med sin dansundervisning, medan grundskoleeleverna överlag ansåg att de fick för lite dans i skolan i dag. Jag fick också höra att en del killar tyckte att det var lite löjligt och svårt med dans, men säkert på grund av osäkerhet och okunnighet. Eftersom en del killar tycker att det är lite löjligt, måste man självklart införa dansandet på ett kul sätt, kanske både hårt och tufft samt mjukt och vackert. Kanske kan dans i skolan, kontinuerligt, få ”alla” att inse, att dans är roligt, lärorikt, mänskligt och avkopplande.

5.1.1 Intervju Karin

Karin är en glad och pigg tjej, som gärna ställer upp och svarar på mina intervjufrågor. Hon går i åttonde klass och har gått på högstadiet i ett och ett halvt år. Hon har alltid tyckt om att dansa, men mest hemma framför spegeln. Hon menar, att hon nog inte har det tålmod, som krävs för att bli en professionell dansare. Karin minns, att hon tog några få lektioner i dans som liten och det var då i jazz-funk. Karin tycker, att det är för lite DANS i skolan och tror att om det skulle finnas mer dans, skulle fler bli sedda. Hon tror på fler temadagar i skolan, då de estetiska ämnena som musik, dans, bild och teater samarbetar med de andra ämnena.

Hon tror att det är bättre att dansa i grupp än att dansa ensam. Det är roligt att dansa tillsammans, tycker hon. Då måste alla samarbeta. Att dansa ger också en bra motion och man får släppa ut alla sina känslor. Det är roligast med jazz-funk, men hon tycker, att man skall få prova olika stilar i skolan.

Karin vet, att hennes idrottslärare, har nämnt, att dans ingår i idrottsämnet, men trots det har han inte haft någon dans. I stället har skolan hyrt in danspedagoger ungefär tre gånger per år, som är alldeles för lite. Det blir mest pardans som vals, foxtrot och en del bugg.

Om Karin skulle vara idrottslärare, skulle hon vilja undervisa i jazz-funk, som hon tycker är roligast. Hon skulle inte vilja eller kunna lära ut kampdans eller hip-hop. Det verkar alldeles för svårt, säger Karin. Finns det behov av att lära ut danser, som hon inte behärskar, skulle hon hyra in någon kunnig. Själv går hon inte ut så mycket och dansar. Det finns få ungdomsställen och det lilla som arrangeras är inte roligt. Åldern då man dansar har ingen betydelse, alla kan dansa, om de vill och får lära sig.

5.1.2 Intervju Anders

In genom dörren kommer en cool kille, som inte är rädd för att uttrycka sina innersta tankar om DANS. Han vet, vad han tycker och är allvarlig i sina svar. Anders bor utanför staden och går i åttonde klass och har gått på skolan i ett och ett halvt år. Han tycker om breakdance, hip-hop och R&B (Rhythm and Blues). Vad Anders minns av skoldansen, så är det helt okej, men han har inte haft så många danslektioner. Lite mer variation skulle inte vara fel i skolan.

Han vet, att dans är mycket bra för kroppen. Dans ger en god fysik, jag blir stark i hela kroppen och jag får bra kondition. Psykiskt sätt blir jag gladare av att dansa, min koncentration stärks och jag orkar koncentrera mig på annat sätt i och utanför skolan. Det är väldigt socialt att dansa. Då Anders dansade breakdance, lärde han känna många nya vänner. För mig var det bra att börja dansa, för jag lärde känna så många nya kompisar, som jag hängde ihop med på fritiden. Tyvärr hinner jag inte dansa nu, för jag håller på med andra aktiviteter som olika kampsporter. I skolan borde vi få lära oss breakdance. Det är en klar skillnad att lära in nya danser, om man har dansat, sedan man var liten. Då har man kanske rytmen mer med sig. Jag är väldigt blyg och blir lätt nervös i skolan, då vi ska dansa, men jag tycker det är kul. När man dansar i grupp, anser Anders, att det blir mer samarbete, rytm och taktkänsla. Då man dansar hip-hop och breakdance tycker Anders att man ska dansa solo. Anders tycker bäst om hip-hop musiken, men något disco finns inte dit han kan gå med sina kompisar. Jag är lite för gammal för de ställena, som finns. Det är roligt att dansa på fritiden. Då är det ingen, som skrattar åt mig, om jag gör fel.

Om Anders var idrottslärare, skulle han undervisa i bugg och pardans. Han tror, att hip-hop och breakdance är för svårt att lära ut på skolenivå. Man kan i så fall låta någon kunnig danspedagog komma och visa. Då blir man säkert mer sugen på att själv vilja lära sig. I skolan känner man sig dum, om man gör fel. Det vore kul om man fick träna mer.

5.1.3 Intervju Anna

När Anna tänker på DANS känner hon lycka. Anna går sitt första år på det estetiska programmet med inriktning på dans. Innan Anna började gymnasiet, hade hon inte mycket dans i skolan, bara lite folkdans. Hon har varit med i en danstrupp och dansat hip-hop och street-dance på fritiden. Just för tillfället har hon bara dansen i skolan, men Anna vill gärna börja dansa igen och då jazzdans. Anna och hennes klasskompisar har dansat fyra gånger i veckan och då får de lektioner i jazzdans, balett, modern dans och step. Anna tycker, att det nu är lagom med dans i skolan. Hon tycker om att dansa, men ibland tycker hon, att det är lite svårt, för alla är så duktiga i klassen.

Det är kul att få uttrycka sig med hela sin kropp och visa sina känslor. Det är kul att dansa tillsammans med andra både i stor grupp och i små grupper. Hon känner sig smidigare genom dansen och hon får bättre koncentration inför de andra ämnena. På idrotten har det estetiska programmet mer dans än i andra klasser. Ibland får Anna och hennes klasskompisar göra egna val. Det blir gärna dans på idrotten. De kan få göra egna koreografier och dansa andra danser som hip-hop och street-dance. Anna är inte säker på om dans står med i kursplanen, men hon tycker absolut, att den borde finnas med. Hon berättar, att om hon var idrottslärare, skulle hon ta in mycket mer dans. Alla skulle få pröva på modern dans, och street-dance, en dans som passar både killar och tjejer helt enkelt. Hon tycker, att ungdomar måste få lära sig dansa i skolan. Anna trivs bra i klassen. Hon menar, att här är ingen utanför, vi håller ihop och är överens om det mesta.

5.1.4 Intervju Camilla

Camilla går sista året på det estetiska programmet. DANS är livet, tycker Camilla. Det är synd, att inte alla tidigt får lära sig dansa. Alla borde få den chansen och då är väl idrottsämnet det rätta ämnet.

Camilla dansar balett, jazzfunk och modern dans. Det är roligt att dansa och att få använda sin kropp som uttrycksmedel. För henne har dansen gjort, att hon blir mer smidig och hon har fått en rak hållning. Hon kan koppla bort all stress genom dans. Det är så mycket stress i skolan. Det är viktiga betyg som ska sättas och för att Camilla ska orka med allt, är dansen en perfekt avslappning.

Genom dansen lär hon känna sig själv. Camilla menar, att det aldrig är för sent att lära sig dansa. Våga pröva och ha lite kul, är Camillas motto. Det är viktigt att upptäcka leken i dansen, hos både små barn och vuxna. På danslektionerna tycker Camilla bäst om att dansa ensam. Hon tycker det är roligare att själv få fila på en koreografi och gärna hitta på egen koreografi. Camilla är annars en allätare, när det gäller dans. Hon gillar i sin dansklass att få jobba med modern fridans och mycket balett.

Om Camilla skulle vara idrottslärare, skulle hon ha mycket mer dans på schemat och hon skulle vilja samarbeta mer med andra lärare. Om hennes elever till exempel skall läsa om Kina i skolan, vill hon förstärka inläringen genom att till exempel lära ut en kinesisk dans. Fler borde börja dansa. Det är aldrig för sent.

5.2 Slutsatser och jämförelser av intervjuerna

Elever får alldeles för lite dansundervisning i skolan. Alla lärare följer inte läroplanen, där det står att man,

- På lågstadiet skall de ha sånglekar, grundsteg och smådanser samt danser som eleverna själva hittar på.
- På mellanstadiet skall de ha sånglekar, svenska och utländska folkdanser, gammal och modern dans, improviserade danser samt övning i att leda danser.
- På högstadiet skall de ha utökat förråd av danser, modedanser och övningar i att leda danser.

Eleverna jag intervjuade var osäkra på om dans ingår i idrottsämnet, men de tyckte att det borde göra det. Eleverna vill idag lära sig moderna danser för att våga dansa på skoldanser, disco och andra dansställen. Det finns för få dansställen för unga ute i samhället. Eleverna ville helst dansa modedanser i grupp eller solo exempelvis breakdance och hip-hop. Eleverna tycker att det är viktigt med dans i skolan, även de som inte gillar dans.

Eleverna ansåg att dans ger en god fysik, är bra motion, och ger smidighet. Man blir säkrare, gladare, lär sig samarbete, får bra kondition, får bättre självkänsla och självförtroende, får större kroppsmedvetenhet och man kan bättre koncentrera sig på andra skolämnen. Några anser också att det kan motverka mobbing, då man lär tillsammans och av varandra. Tränar man ofta dans under sin skoltid, blir det en vana och eleverna upptäcker, att de kan och vågar.

6. Diskussion

6.1 Metoddiskussion

Syftet med mitt arbete var att undersöka om, och på vilket sätt, obligatorisk dansundervisning inom idrottsämnet kan bidra till en positiv utveckling av eleven inom olika områden.

Jag valde att intervjua en grupp elever i vanliga grundskoleklasser, samt en grupp elever som gått i vanlig grundskola, men nu går på estetiskt gymnasieprogram, med mycket dans, för att se hur dansen i skolan eventuellt påverkat de olika grupperna.

6.2 Resultatdiskussion

Då jag jämför med forskning på området stämmer resultatet av min intervjuundersökning överens med forskarnas, att dansen utvecklar eleven både fysiskt, psykiskt och socialt. Jag ser en klar skillnad mellan intervjugrupperna och jag är helt övertygad om, att man måste schemalägga dansen i grundskolan och på gymnasiet. "Alla" de intervjuade eleverna ansåg att de fått ingen eller för lite dans i grundskolan.

Genom litteraturläsningen och intervjuerna har min uppfattning om dansens betydelse för människan besannats. Dansen är befriande för både kropp och själ. Ett gott skratt förlänger livet, sägs det, och det är just glädjen inom dansen, som är den stora vinningen. Ur glädjen kommer kreativa sidor och sociala vinster som grupptillhörighet och kamratskap.

Den dans som avser att vara underlag för obligatorisk dansundervisning i skolor måste betona danslusten, glädjen och gemenskapen.³⁰ Det medför också en personlig utveckling på olika plan allt från motorisk träning till stärkande av självkänslan. Dans och dansundervisning ger glädje, självkänsla, samarbete, gemenskap – viktiga faktorer i barns och ungdomars vardag. Därför har dansen en naturlig plats på skolschemat.³¹

Eleverna jag intervjuade, tyckte att dansa var roligt, men för en del svårt. De ville "alla" ha mer dans och framför allt modedans i skolan. Några kände sig ibland trötta, dumma och osäkra i skolan och kamratkretsen. Bygger man upp dansen från tidiga år och kontinuerligt, inte bara på en 1-2 temadagar per år, känner "alla" sig säkrare och kan hänga med. De lär sig också att ta hänsyn till varandra, hjälpa varandra och känna trygghet.

Eleverna på den estetiska linjen upplever på gymnasiet dansens enorma betydelse. De känner nu större glädje i skolarbetet, en större grupptillhörighet och större kamratskap än på grundskolan. De känner också att dansen hjälper dem att klara av de övriga skolämnena bättre.

Vi bör vrida lite av fokuseringen i skolan idag från det verbala, intellektuella och matematiska mot det kinestetiska. Våra sinnen hänger starkt ihop, ger man större plats för kroppen och dess rörelser orkar man mer, har lättare för att koncentrera sig och får vinster inom den intellektuella sektorn.

³⁰ A. Wigert & E. Sjöstedt Edholm (1999) *Att känna rörelse s, 15* Carlssons förlag, Stockholm

³¹ En metodikskrift från Danshögskolan (1990) *Dans i skolan s, 8* Schmidts Boktryckeri AB

Varje kognitiv förmåga har sitt symbolsystem. Genom skolans betoning av de verbala och logiskt - matematiska förmågorna kommer symbolsystemen inom de övriga intelligenserna att presenteras mer sporadiskt. Endast genom att ett symbolsystem presenteras för barnet och möjlighet till återkommande övning ges kan barnet tillägnas sig detsamma. Dans kan betraktas som en mångperceptuell stimulering av samtliga förmågor men där den visuella dominerar blir en upplevelse som barnet befinner sig i – kan uttryckas i dansens form – symbolspråk – ses av andra och väcka känslor.³²

Längtan och behovet av att få röra sig fritt och i grupp finns ju hos oss från födseln bara i ett mer eller mindre konstgjort samhälle tvingas människan förtränga detta för ”nyttigare” aktiviteter. Men idag börjar människor få upp ögonen för att vi behöver bättre kondition och avslappning i vårt stressade samhälle. Det kan vara dans, yoga, qigong och liknande. Nog borde vi inom skolan och Idrott och Hälsa- ämnet ge eleverna möjligheten till kroppsrörelse och avslappning i form av dans.

Det som jag tänkt mycket på under arbetets gång är att dans idag betraktas som främmande. Många både ungdomar och vuxna vågar inte dansa fritt utan att först dricka alkohol. Det måste vara en osäkerhetskänsla inför att släppa loss och använda sin kropp till musik. Den känslan överförs säkert mellan generationerna och hämningarna lever vidare hos barn och ungdomar idag. Ett barns självkänedom utvecklas genom rums- och kroppsmedvetenhet. Då skapas en positiv självbild och självförtroendet stärks. En trygg människa vågar ta kontakt med andra och skapar på så sätt relationer.³³

Visst går det att dansa på disco och dansställen utan droger, är man danskunnig behövs inte alkoholen. Det handlar oftast om att våga. Jag är övertygad om, att om eleverna får dansundervisning genom hela skolgången så normaliseras dansandet. Vart tar barns naturliga lust till rörelse vägen?

Att röra sig och leka är från början lika naturligt som att äta, andas och sova. Någonstans på vägen mot vuxenlivet dämpas glädjen och lusten till lek och rörelse. Rörelsen har stor betydelse för barns totala utveckling, bland annat för att det krävs en rad samordningar av nerver och muskler och ibland en intensiv hjärnverksamhet. Den forskning om barns utveckling och om sambandet mellan motorik och intellektuell utveckling, som bedrivs på skilda håll i världen, understryker vikten av att barn får all den rörelsestimulans, de behöver för att nå bästa möjliga utveckling på alla områden.³⁴

Lek och rörelse är upplevelser med många sinnen engagerade. Barnet utvecklar i dansen, leken och rörelsen sin förmåga att använda fantasi och spontanitet samt sin lust att lära. Att få upplevelser och utmaningar, att få känna upptäckarglädje genom lek och rörelse är varje barns rättighet. Min övertygelse är att ”Håll dig lugn” eller ”Sitt stilla” är alltför vanliga förmaningsord från vuxna till barn. Om vi på det viset ofta begränsar barns möjligheter till rörelse, innebär det, att vi lägger band på deras kunskapsörst, minskar antalet erfarenheter och alltså även den intellektuella utvecklingen.³⁵

³² B. Boman (1993) *Barn och dans* s, 70 Liber Utbildning AB

³³ Cia Klinta(1998) *Självförelit, kommunikation, rörelseglädje genom Sherborneövningar* s.41Eklunds Förlag

³⁴ Gun Sandborgh – Holmdahl och Bigitta Stening (1993) *Inläring genom rörelse* förord, Liber Utbildning

³⁵ Gun Sandborgh – Holmdahl och Bigitta Stening (1993) *Inläring genom rörelse* s 4-6 Liber Utbildning

7. Avslutning

Min undersökning visar, att en obligatorisk dansundervisning inom idrottsämnet bidrar till en positiv utveckling av eleven. Experter har påvisat en mängd framgångar fysiskt, psykiskt och socialt för de elever, som får möjlighet att dansa och röra sig under ledning av duktiga pedagoger.

Rörelsen har stor betydelse för elevernas totala utveckling, bland annat för att det krävs en rad samordningar av nerver, muskler och hjärnverksamhet. Eleverna behöver rörelsestimulans för att nå bästa möjliga utveckling på alla områden. Lek och rörelse bidrar till att skapa ett bättre självförtroende och därmed bättre förutsättningar för läs- och skrivinläring. De utvecklar i leken och rörelsen sin förmåga att använda fantasi och spontanitet samt sin lust att lära.

För att utvecklas till en självständig individ som kan göra egna val och påverka sin livssituation behövs en positiv självbild och en god självkänsla. En ökad förståelse för egna känslor och reaktioner ger också större förutsättningar för att utveckla empati och förmåga till socialt samspel. Många elever kanske undviker att börja med droger och alkohol för att till exempel våga gå på disco eller fester, om de kan dansa. Dansen kan ge eleverna trygghet. De positiva effekter och resultat som redovisas i min uppsats, gäller allt från harmoni, trygghet, förbättrad motorik, koncentrationsförmåga, självkänsla till ökad gemenskap och kamratskap i grupp.

Referensförteckning

Boman B. m.fl. (1993) *Barn och dans*, Printgraf AB, Stockholm

En metodikskrift från Danshögskolan (1990), *Dans i skolan*, Schmidts boktryckeri AB, Helsingborg

Grau A., Hanserik Tönnheim (1990), *Dans, danser och dansare från hela världen*, Bonnier Carlsen Bokförlag, Stockholm

Klinta C. (1998), *Självföreläsa, kommunikation, rörelseglädje genom Sherborneövningar*, Eklunds förlag AB, Solna

Läroplan för det obligatoriska skolväsendet 1994, Skolverket, Norstedts Juridik AB, Västerås 2005

Sandborgh –Holmdahl G., Stening B.(1993), *Inläring genom rörelse*, Liber utbildning AB, Stockholm

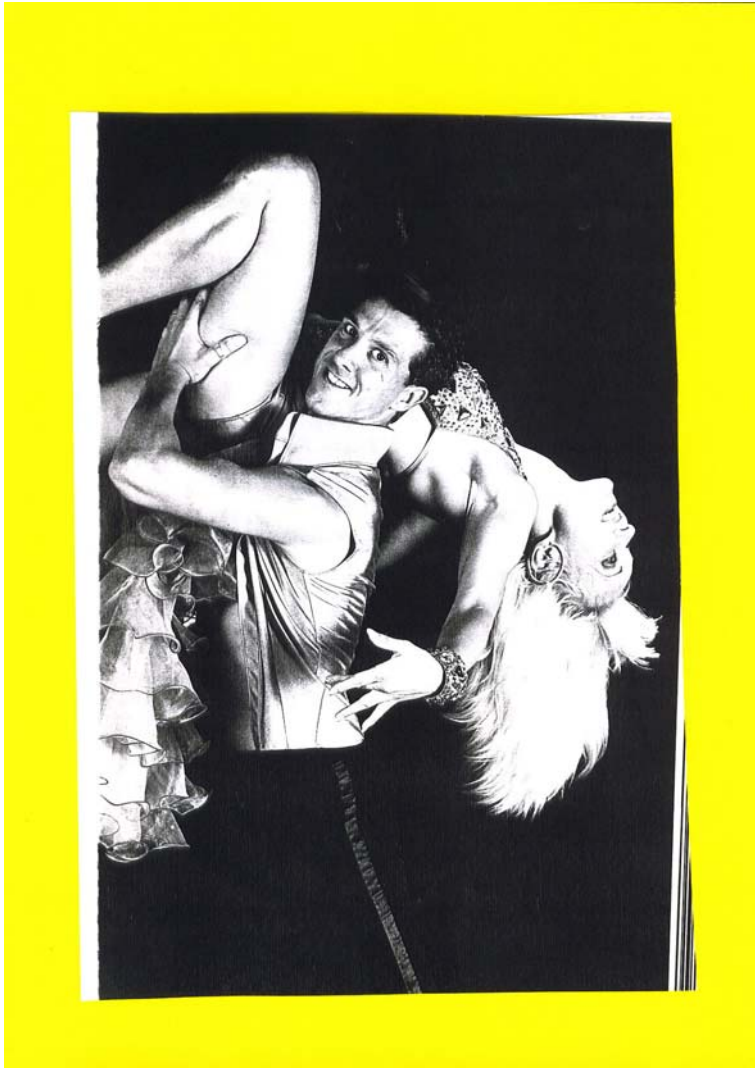
Trost J.(2005), *Kvalitativa intervjuer*, Studentlitteratur, Lund

Wigert A. & Sjöstedt – Edelholm E. (1999), *Att känna rörelse*, Carlssons Bokförlag, Stockholm

Bilaga 1: Intervjufrågor

- Då jag säger DANS, vad tänker du då på?
- Hur mycket DANS har du haft i skolan?
- Vet Du om DANS ingår i idrottsämnet?
- Tycker du, att det är för lite eller för mycket DANS i skolan.
- Har alla dina idrottslärare undervisat i DANS?
- Tycker du, att det är viktigt att få lära sig dansa i skolan?
- Vilka/vilken DANS borde man få lära sig i skolan?
- Hur känner du dig på DANS-lektionerna?
- Tycker du, att det kan vara någon skillnad på, vad man tycker om DANS, om man får dansa mycket, när man är liten?
- Tycker du, att det är någon skillnad på att dansa ensam, två och två eller flera tillsammans?
- Vad tror du, att man kan lära sig av dansundervisningen mer än vissa steg?
- Vilken bild (visar bilder på olika danser) stämmer bäst överens med din bild av DANS?
- Vilken stämmer sämst överens med din egen bild av DANS? Varför?
- Spelar åldern någon roll för vad man tycker om DANS?
- Brukar du dansa på fritiden, kurs, dansgrupp, jazz-, afrikansk-, fri-, spansk-, modern-, hip-hopdans m.fl.?
- Gillar du att gå på disco eller fester med dans?
- Är det någon skillnad på att dansa i skolan och på fritiden?
- Vad är roligt alternativt tråkigt med DANS?
- Om du fick välja – vill du ha dans i skolan?
- Om du var idrottslärare, hur skulle du undervisa i DANS?
- Är det något som du skulle vilja säga om DANS som vi inte tagit upp?

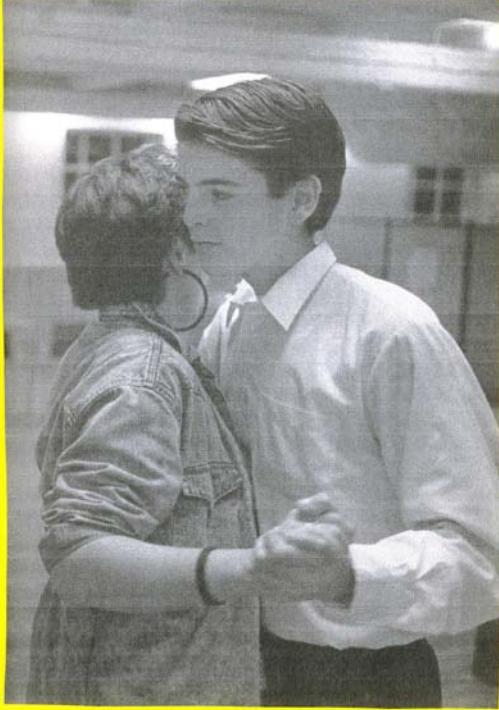
Bilaga 2



Bilaga 3



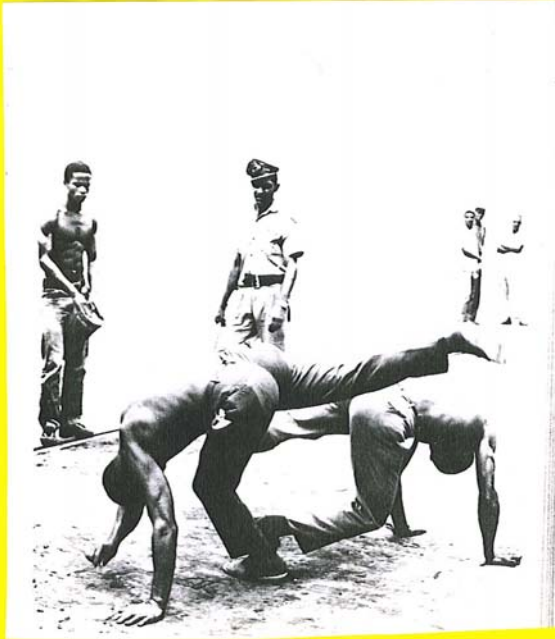
Bilaga 4



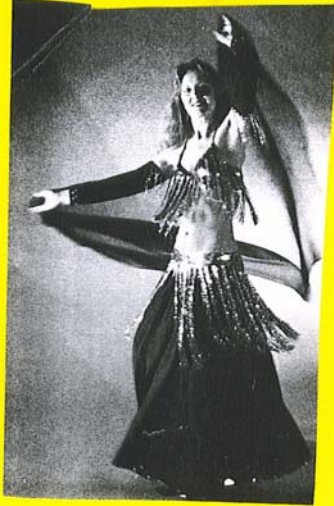
Bilaga 5



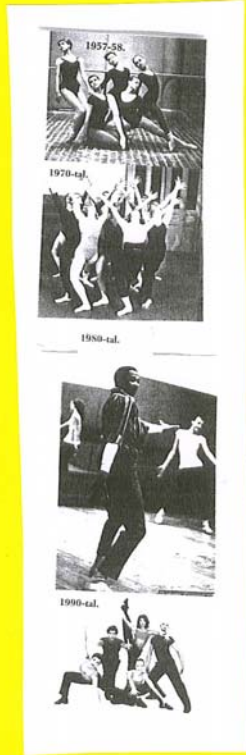
Bilaga 6



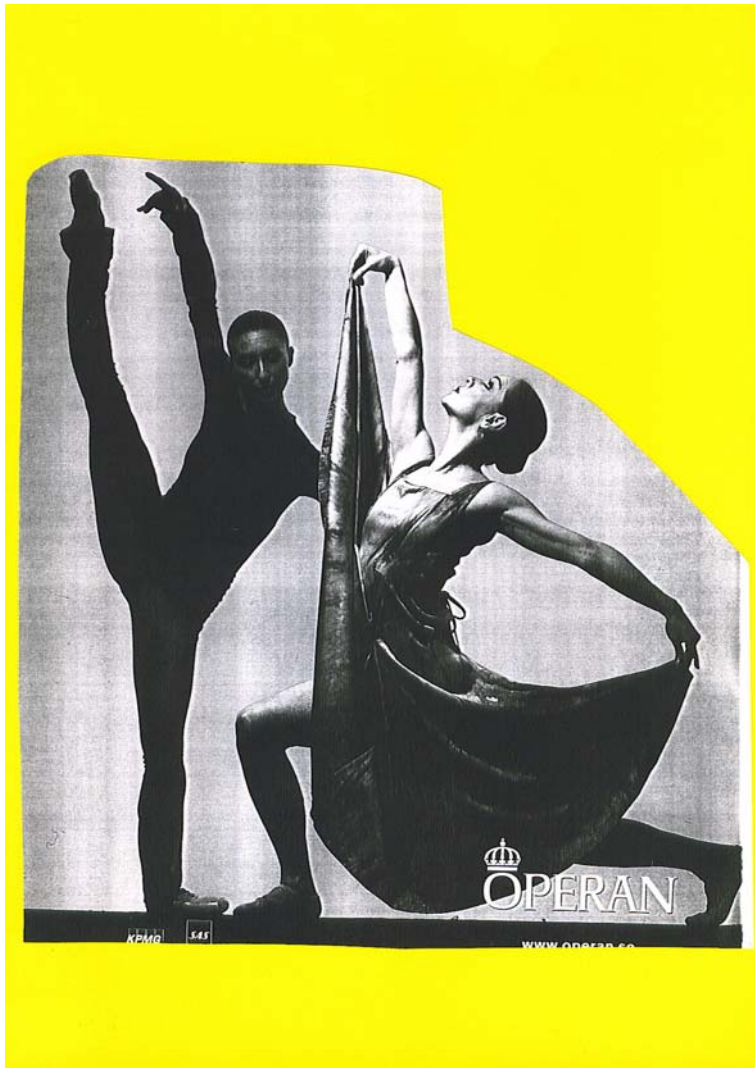
Bilaga 7



Bilaga 8



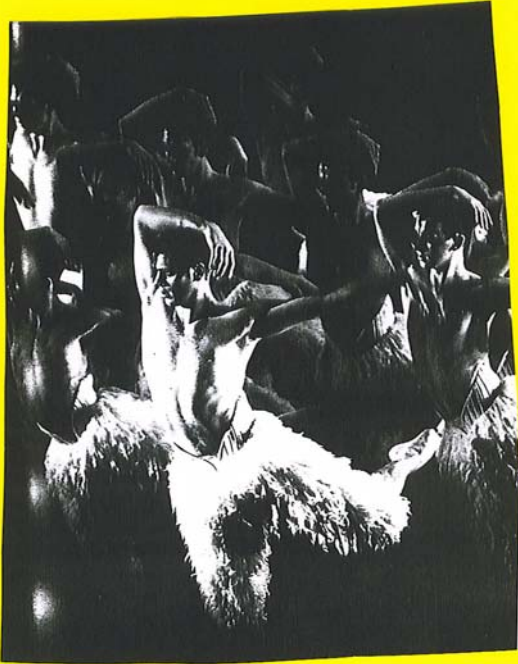
Bilaga 9



Bilaga 10



Bilaga 11



Bilaga 12 Intervju Daniel

Daniel är 14 år, även han går i årskurs åtta, men började på skolan i 6: an. Då han tänker på DANS, tänker han på vals, bugg och cha- cha, jenka och makarena- dans.

Det är konstiga danser, dans är svårt och tråkigt. Daniel dansar inte själv och jag ser på hans kroppsspråk, att ämnet vi talar om inte känns bekvämt för honom.

Mamma har alltid sagt, att det är bra att kunna dansa, speciellt då jag ska ”ragga brudar”, säger han och skrattar. Han tror inte, att dans kan påverka honom fysiskt eller psykiskt, men socialt i alla högsta grad. Ja, då kan man ju umgås med andra personer och det är bra att kunna, när man blir vuxen.

Han vet, att dans tillhör idrottsämnet och hans lärare undervisade i vals någon gång i 7: an. Det var en gång, som jag skolkade från idrotten, då vi hade en dansskola på besök. Jag togs på bar gärning av min idrottslärare, som vänligt men bestämt sa åt mig, att även dansen i skolan påverkade mitt betyg på idrotten. Sen dess har jag nog inte missat någon lektion. Daniel skrattar till igen.

När jag var liten, hade vi dans i skolan. Det var roligare att dansa då. Det var inte så allvarligt, som det är nu. Nu är det mer press på mig. Om jag t.ex. är ute och dansar och råkar ta ett felsteg eller snubblar till, börjar alla gapskratta åt mig och det är ju inte så kul. Daniel känner mest till balett, latinamerikansk dans och folkdans. Om han fick välja, skulle det vara mer bugg i skolan och kanske hip-hop.

Bilaga 13 Intervju Mattias

Mattias är 14 år och går i samma klass som Anders. Han har gått på skolan i ett och ett halvt år och till skillnad från Anders, vet Mattias knappt någonting alls om dans.

När jag nämner ordet DANS, tittar Mattias på mig nästan helt oförstående, men till slut kläcker han fram, det är väl rörelser av något slag. Han nämner att en dansskola var på besök, då jag frågar, om de har dans på idrotten. Mattias vet inte helt säkert, om hans lärare har nämnt att dans ingår i idrottsämnet, men det tror han inte. Mattias tycker, att det vore bra att ha dans i skolan, så att man lär sig dansa, bli fysiskt stark och få bra kondition. Psykiskt tror inte Mattias, att man förändras, men det är ju en gemenskap förstås. Bugg är den roligaste dansen. När han såg mina dansbilder, pekade han med en gång på balettkvinnan och på hiphop-bilden. De danserna kände han mest igen som dans. Balett fick vi pröva på en gång i skolan och fy vad svårt det var, fast jag tyckte, att det var roligt och skulle vilja pröva det igen.

Om jag skulle vara idrottslärare, skulle jag vilja undervisa mer i dans. Mattias brukar inte dansa någonting på fritiden eller gå på discon. Han hänger i stället hemma med polarna. Han tycker, att det är svårt att dansa och det känns ganska tråkigt att inte kunna.

Bilaga 14 Intervju Emilie

Emilie är 14 år och går i åttan. Emilie är liten och smal med mörkt brunt hår med en allvarlig blick. Hon älskar att dansa och vill så småningom söka till det estetiska programmet. Hon tänker även på Göteborg och på Balettakademin. Hon vill gärna studera både musik, dans och teater. Hon tror att det är viktigt, att föräldrarna pushar på sina barns intressen, såsom hennes mamma och pappa gjort. DANSEN hon gillar mest är street-dance, för det är bra musik och en bra rytm, man får använda sig av olika hip-hop-stilar och dansa med hela kroppen både mjukt och ryckigt. Emilie har bara dansat i ett år, men nu vill hon dansa mer. Det vore kul att ha dans på idrottstimmarna.

Emilie tycker, att det är okej att dansa pardans och bugg på skolan, trots att han som leder det är lite småtöntig. Det skulle absolut vara mer dans på skolan. Då vi har elevens val, kan man välja dans, men det blir sällan någon som väljer det. Varför vet jag inte. Emilie tror inte att dans ingår i idrottsämnet, men förhoppningsvis tror Emilie, att det kommer att bli mer dans på schemat så småningom.

Hon anser, att det är bra med dans i skolan och speciellt för killar. Hon menar att killar inte väljer dans, för att de tycker, att det är för töntigt och barnsligt. Dessutom är man ju ”bög” om man är kille och tycker om dans. Hon tror på fler temadagar och fler grupparbeten i dans på idrottslektionerna. Om vi skulle ha haft mer dans på idrottstimmarna, kan ju läraren dela upp oss i grupper och ge oss var sin dans, som vi kan jobba med i skolan och sedan få lära ut till våra kompisar. Då skulle vi lära oss fler danser på kortare tid och fler kanske skulle uppskatta dans i skolan.

Att dansa ger en god kondition, som vi alla behöver, vi tränar även styrka och smidighet. Alla blir gladare över att röra sig och vi kan koncentrera oss bättre på andra skolämnen.

Om någon blir mobbad eller är lite annorlunda, kan dansen vara en räddning. Dansen är väldigt social och man lär sig nya steg och det blir roligare, när man känner sig säker. Dans är till för alla. Fram för mer dans på idrottstimmarna!

Bilaga 15 Intervju Mårten

Nästa intervju är med Mårten, som går i 8: an. En lite tillbakadragen kille kommer in i klassrummet, där jag sitter och väntar. Han presenterar sig artigt och går och sätter sig i fåtöljen strax bredvid min.

Då Mårten tänker på DANS, så tänker han på musik. Mårten tycker inte, att det är kul att dansa, men han medger, att dansen i skolan skulle kunna vara rolig. Jag har inte haft dans förrän i år, tror jag. Det skulle vara bra för alla att pröva på dans i skolan någon gång, tycker Mårten. Att dansa verkar bra för både kropp och själ och så är det ju kul att dansa med kompisarna. Mårten säger också, att det är bra för självkänslan och självförtroendet. Det är inte så populärt, att vi killar dansar på fritiden, men eftersom vi har fått dansa i skolan, blir kanske fler intresserade av dans.

Jag har hört, att ballettdansare tränar hårt många olika muskler. Vi fick pröva balett en gång i skolan och det var riktigt roligt. I skolan borde alla få lära sig olika stilar av dans, alla kanske inte har fått chansen att lära sig som små. När Mårten började dansa, kändes det lite stelt, men sen gick det bättre. Han tycker också, att det är lite jobbigt att dansa två och två. Jag trampar gärna min partner på tårna emellanåt. Att dansa ensam är inte heller så lätt. Jag är ju ingen danskille direkt, säger han och flinar. Mårten tycker bäst om hip-hop och det är för den coola stilen och kläderna. Han dansar inte på fritiden och han går inte så mycket på disco. Han tycker, att det är roligt, då skolan eller någon annan fritidsorganisation anordnar danser.

Om Mårten skulle välja dans i skolan, skulle det kanske bli balett eller hip-hop. Mårten säger, att det var roligt att dansa balett, men jag visste inte, att det skulle vara så krävande. Jag tror, att det kan vara nyttigt för oss killar att veta att balett inte är någon dans på rosor. Ålder spelar inte någon roll, men det kan ju vara kul att dansa med dem som är jämnåriga, tycker Mårten. Själv skulle Mårten inte vilja vara dansare. Han tycker, att det är roligare med andra sporter.

Bilaga 16 Intervju Lisa

Lisa går också sitt första år på det estetiska programmet med inriktning DANS. Dans är livet, anser Lisa. Hon skulle gärna ha fler danstimmar på schemat och skulle gärna ha haft fler timmar på schemat på låg- och mellanstadiet.

Lisa tycker om att dansa, hon tycker också, att dansen är jätte viktig för hela kroppen. Då Lisa dansar utvecklas hon både fysiskt och psykiskt. Hon tycker, att hon blir starkare i kroppen, hon får bättre uthållighet, koncentrationen stärks och hon får kontroll över sin kropp.

När Lisa dansar, växer hon som människa, självkänslan och självförtroendet stärks. Hon tycker, att eleverna på det estetiska programmet trivs tillsammans. De håller ihop och känner stor gemenskap i dansen.

På idrotten borde alla få chansen att lära sig dansa. Om alla skulle få mer dans på idrotten, skulle dansen bli mer accepterad, speciellt av killarna. Fler killar skulle våga säga, att de faktiskt tycker om att dansa.

Lisa har själv dansat bugg, jazz och latinodans. Hon tycker om att gå ut på disco och dansa, men är då lite kräsen och vill ha bra musik.

Bilaga 17 Intervju Amelia

Amelia är en glad danstjej, som också går sitt första år på det estetiska programmet med inriktning DANS.

Då Amelia tänker på dans, känner hon glädje i hela kroppen. Amelia tycker om att dansa både i skolan och på fritiden. På fritiden dansar hon balett, street- dance och funk. Hon tycker om att gå på fester och discon. Då vill hon dansa.

Inte heller hon är säker på, om dans ingår i idrottsämnet, men hon tror det. I alla fall borde det finnas med. Amelia menar, att om någon känner sig utanför, så kan dans skapa samhörighet. Amelia älskar att dansa och hon har dansat i många år. På danslektionerna vill hon känna, att hon utvecklas och har självdisciplin. Då Amelia dansar stärks hennes självkänsla och självförtroende, hon får större kroppsmedvetenhet och konditionen stärks.

På idrotten under hela grundskolan och gymnasiet tycker hon, att alla borde få pröva olika danser. Det är tuffare, än vad det ser ut, säger Amelia med ett leende på läpparna. Om Amelia skulle vara idrottslärare, skulle hon låta alla elever få vara med och bestämma, vilka danser de skulle lära sig. Amelia anser, att man borde få gå och se dansföreställningar som till exempel balett och danser från andra länder. Det kan vara roligt att lära sig danser från olika delar av världen. Jag menar danser, som inte är så vanliga som till exempel afrikansk dans, orientalisk dans och indisk dans.

Amelia tror, att det kan vara skillnad, om man har dansat redan, när man var liten. Hon menar, att det klart är en fördel, om man kan vissa steg, innan man börjar en ny dans.

Bilaga 18 Intervju Julia

Julia går på gymnasiet med inriktning på DANS, där hon har dans fem gånger i veckan. Hon har ingen aning, om dans ingår i idrottsämnet, men hon tror inte det. Under hennes skolår har hennes idrottslärare aldrig haft dans på idrottstimmarna.

Julia tycker, att det är roligt att dansa. Hon älskar att stå på scen. Då man får chansen att gå in i olika roller. Hon tycker dans är en skön avslappning, att få komma bort från det vardagliga. Det är skönt att få drömma sig bort ibland. Jag kommer in i en annan värld, säger Julia. Fysiskt så känner Julia, att hennes kropp utvecklas. Hon får bättre kondition och hennes självkänsla samt självförtroende stärks.

Julia känner sig trygg och glad på danslektionerna. Det är aldrig någon, som behöver känna sig utanför. Alla känner för varandra. Det är socialt att dansa, menar Julia. Det blir en bra gemenskap i klassen, när alla har samma intresse.

Julia ser sig mest som en jazztjej, som älskar att dansa. Julia tycker, att alla kan dansa stora som små.

I skolan borde alla få lära sig modern dans, jazzdans och kanske till och med balett. Det kan också vara kul att lära sig helt nya danser så som afrikansk dans eller salsa. Alla idrottslärare borde få lära sig olika danser, för att sedan kunna lära ut dem. Om de inte kan borde skolan satsa lite mer pengar på att hyra in någon, som kan. Julia säger, att man måste våga satsa på nya danser, inte bara sällskapsdanser, som vals och polka. Det är viktigt med tradition, som alla våra folkdanser, men det behövs moderna danser särskilt för killarna.

Om man vill få in dans på idrotten, måste man börja tidigt i skolan och kontinuerligt följa upp. Som uppvärmning och för att mjuka upp kroppen är dansen mycket bra.

Det är stor skillnad på att dansa i skolan och att dansa på fritiden. Julia går ofta ut med kompisar och dansar. Hon tycker, att dansen i dansklassen ibland kan vara hård. Det är mer press, när alla är så duktiga. Alla vill ju ha så bra betyg som möjligt. Om Julia skulle vara idrottslärare, skulle hon helt klart ta fram dansen mer och se till att alla fick chansen att pröva. Låt eleverna få titta på dansfilmer eller gå på dansföreställningar eller bådadera. Det blir någonting nytt och spännande för eleverna. Man behöver avkoppling från de teoretiska ämnena.

Bilaga 19 Intervju Malin

Malin flyttade in till stan för två år sedan och går som de övriga tjejerna på en danslinje.

När Malin tänker på DANS, blir hon alldeles varm i kroppen, hon sträcker lite extra på sig och det första ordet hon säger om dans är vackert. Det är både vackert att utföra och vackert att se på och det är en härlig känsla att få dansa. Malin bodde ett år i Göteborg, där hon gick på Angeredsgymnasiet, men flyttade hem igen. Hon säger, att det var mycket hårdare där inte alls som här, men att det också kan bero på, att hon inte var så mogen då.

Malin älskar att dansa och vill gärna söka vidare efter gymnasiet till någon större dansskola. Malin vet att dans ingår i idrottsämnet, men det hon kommer ihåg av dans på idrotten är bara sällskapsdans. Malin tycker om, när dansläraren lägger upp passen på olika fysiska nivåer.

Hon känner, att hon verkligen får kondition av danspassen och att hon blir stark i kroppen. Hon säger, jag vill dansa för att utvecklas och lära mig mer. När jag dansar, kan all stress försvinna. Tankar på betyg och annat hårt arbete kopplas bort och jag kan bara njuta.

Att dansa är mycket socialt också. Malin berättar, hur hennes sociala nätverk har ökat både i skolan och på fritiden. Malin dansar breakdance, breakfunk, salsa och funk på sin fritid och hon älskar det. Hon säger, att det är mycket gungig musik, och det gillar hon.

Malin tror också, att om det finns någon i klassen, som är utanför, kan hon/han lätt få kompisar genom dansen. Alla kan dansa små som stora. Det är viktigt att få bort alla fördomar om dans och där tror hon, idrotten kan hjälpa till mycket.

Om Malin skulle bli idrottslärare skulle hennes elever få pröva på olika kulturers danser. Hon tror också, att det kan vara bra att samarbeta med andra lärare för att alla elever ska lära sig så mycket som möjligt.