

Ksenija Petelin, prof
OŠ „Petar Zrinski“ Čabar
ksenija.petelin@ri.t-com.hr

Pisanje na drugačiji način – metoda „Ples pisanja“

Pisanje rukom vrlo je osoban i kreativan način izražavanja. Ima funkciju uspostavljanja i vizualno oblikovati naše misli i ideje. Pod pritiskom tehnologije potisnuli smo umijeće pisanja.

U Plesu pisanja vodeću ulogu ima pokret. “Kad beba uči hodati, čini se da su najvažniji koraci, ali nije tako. Koraku prethodi pokret. Isto je i u učenju pisanja.” *Ragnhild A. Oussoren*

Da bi dijete počelo pisati mora uspostaviti dobru ravnotežu cijelog tijela i vezu sa slovima.

Godine 1940. Berlion u Francuskoj otkrio je da su psihološkim vježbama pisanja pacijenti s manjim ili većim psihološkim problemima napredovali izvodeći grafo-terapijske vježbe.

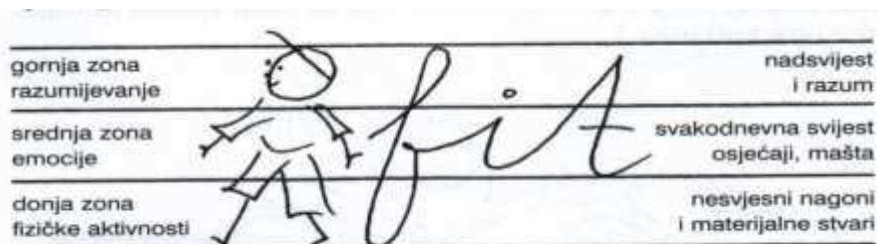
Magdalene Heerman provela je 1960. godine istraživanje u Njemačkoj. Mnoga djeca, čak i ona s ozbiljnim psihološkim problemima, napredovala su tijekom godine. Ona je začetnica Metode pisanja.

Ples pisanja ili izvorno Write dance razvila je devedesetih u Nizozemskoj i Švedskoj Ragnhild Oussoren, kombinirajući grafološke vještine s likovnom umjetnošću i glazbom. Metoda je namijenjena djeci između 3 i 12 godina.

Zahvaljujući kombinaciji grafološke vještine s likovnom i glazbenom umjetnošću, metoda se pokazala osobito učinkovitom u radu s djecom s posebnim potrebama, od teškoća u učenju do dispraksije.

Ovom metodom djeca na prirodan i zabavan način usvajaju pokrete pisanja i doživljavaju radost stvaranja. U Plesu pisanja ništa nije pogrešno. Svako dijete može naći nešto što će ga zadovoljiti, postići uspjeh i stvoriti pozitivnu sliku o sebi.

Slova se mogu uspoređivati s ljudskim tijelom (prema Pulveru)



Ples pisanja cjelovita je i usklađena metoda koja obuhvaća:

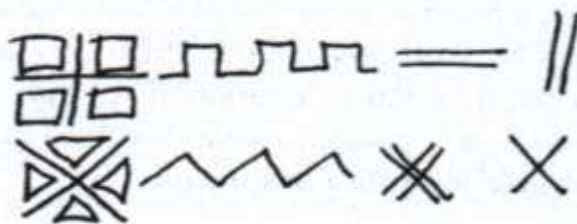


Cilj Plesa pisanja je kombinirati:

- ritam i melodiju,
- um i emocije,
- tijelo i dušu,
- napetost i opuštenost,
- senzomotoriku i psihomotoriku,
- grubu i finu motoriku,
- oblik, pokret i raspodjelu.

Osnovni pokreti Plesa pisanja:

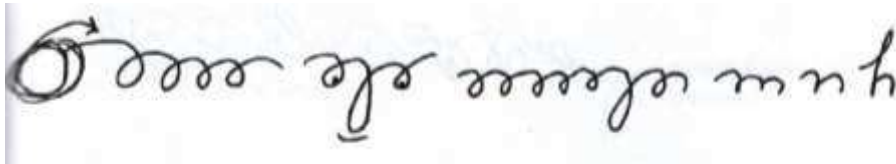
- 1. Ravni oblici/ linije – napeti su i čvrsti, dolaze uz ritam i brojanje.



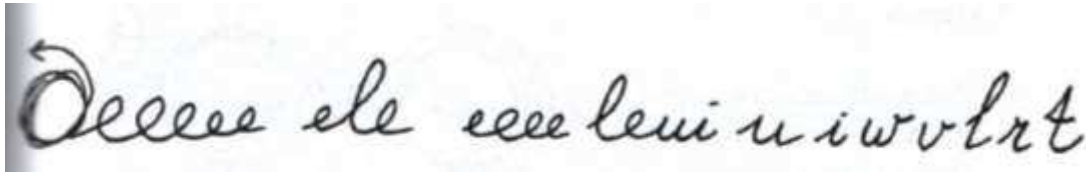
- 2. Oblici- meki i opuštjeni. Pripadaju melodiji i fleksibilnosti.



- 3. Kružni pokreti- mogu ići ulijevo ili udesno.
Arkade



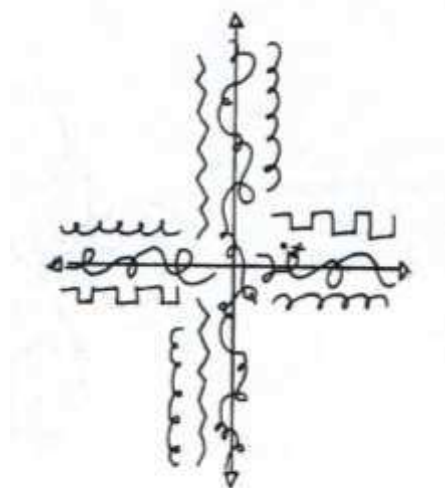
Girlande



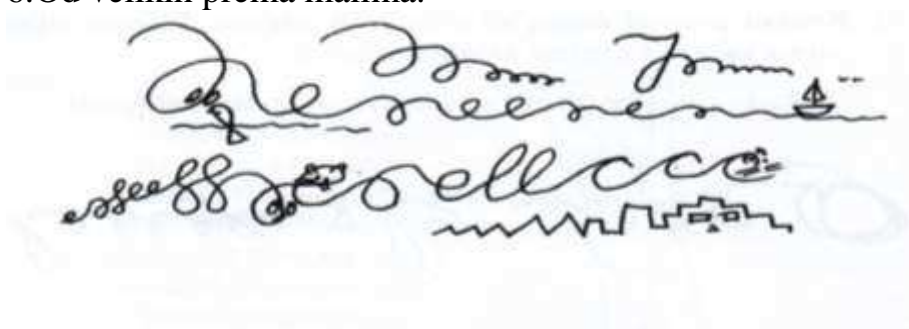
- 4. Uglati pokreti.



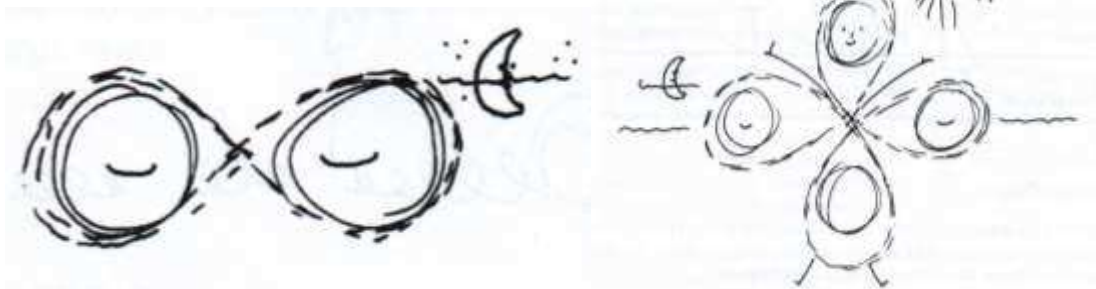
- 5. Svi pokreti vježbaju se i poigravaju u Plesu pisanja.



- 6. Od velikih prema malima.



- 7. Osmica.



Kako je koncipiran Ples pisanja?

Sadrži devet različitih tema:

1. VULKAN

Osjećaj oslobađanja. Prikaz i podjela površine- zagrijavanje, grijanje. Stimuliranje pokreta pisanja. Prilika za razgovor o tijelu i osjećajima. Uvježbava se pisanje petlji prema gore i prema dolje.

2. U PRIRODI

Poticanje mašte i opuštanje. To je prilika za razgovor o stvarnosti i o

snovima. Potiče povezivanje i sklad u pisanju.

3.KRUGOVI I OSMICE

Stvara opuštajuću atmosferu. Logičko mišljenje. Rješavanje problema i sukoba. Stimulira se tečno pisanje.

4.ROBOT

Zagrijavanje, koordinacija tijela. Neovisnost i ustrajnost. Jača se asertivnost. Stimulira se pisanje jasnih i tečnih uglova.

5.VLAK

Stimulira suprotne signale. Povećava brzinu pisanja i uvježbava se povezivanje slova. Razvija svijest o disanju. Vježba "Vlak" pomaže u izradi petlji u pisanju.

6.RASTUĆE DRVO

Naglašava temelj, disciplinu i spontanost, organizaciju i improvizaciju, koordinaciju tijela i pokreta pri pisanju. U ovoj temi vježbaju se mnogi od osnovnih pokreta pisanja.

7.SREBRNA KRILA NAD MOREM

Svijest o razlici između stanja napetosti i opuštenosti. Potiče na raspravu o iskustvima i osjećajima. Vježba se tečnost u pisanju.

8.MAČKE

Stimulira se svijest o vlastitom tijelu, koordinacija očiju, ruke i ušiju. Važni pokreti i linije za povezivanje oblika slova: a, c, d i g

9.MANDALA

Vježba za oči i vježba organizacije. Stimulira svijest od sebi i osjećaj odgovornosti. Povećava sigurnost osnovnih pokreta skraćenim ponavljanjem svih različitih tema Plesa pisanja.

Uz svaku temu dolazi glazbeni predložak. Tema sadrži maštovito crtanje uz glazbu. Iskustvo je pokazalo da je metodu bolje koristiti češće i u kraćim periodima. Pisano crtanje možemo izvoditi kredom, mokrom spužvom po ploči, komadom gline, tekućom temperom, koristeći pjenu za brijanje, pijesak, vodu.

Literatura:

- Oussoren R.A.: Ples pisanja, Ostvarenje, Zagreb 2007. godine
- Oussoren R.A.: Ples pisanja 2, Ostvarenje, Zagreb 2008. godine