

Plesna dejavnost kot izbirna vsebina na posebnem programu vzgoje in izobraževanja



Mateja Žvokelj Kostanjevec, prof. def., OŠ Helene Puhar Kranj

Plesna dejavnost pri posamezniku spodbuja pozitivne spremembe na socialnem, čustvenem, motoričnem in kognitivnem področju. V prispevku je predstavljena plesna dejavnost kot možnost izbirne vsebine na Posebnem programu vzgoje in izobraževanja. Najprej sta opredeljena Posebni program vzgoje in izobraževanja in izbirna vsebina kot del tega programa. V nadaljevanju je opisano izvajanje plesne dejavnosti z učenci. Na koncu prispevka so podane sklepne ugotovitve, in sicer, da plesne dejavnosti pozitivno vplivajo na čustvena stanja pri učencih in so obogatitev izbirnih vsebin na Posebnem programu vzgoje in izobraževanja.

Posebni program vzgoje in izobraževanja

Učenci z zmerno, težjo in težko motnjo v duševnem razvoju so vključeni v Posebni program vzgoje in izobraževanja, kjer njihovo šolanje zaradi upočasnjene ga razvoja poteka drugače in je zasnovano razvojno. Zaradi znižanih sposobnosti učenci z zmerno, težjo in težko motnjo v duševnem razvoju niso nikoli popolnoma samostojni. S posebnimi vzgojno-izobraževalnimi procesi pa njihovo stopnjo samostojnosti in neodvisnosti lahko razvijamo do optimalnih meja.

Program je razdeljen na dva dela, in sicer na obvezni in nadaljevalni del. Obvezni del vključuje tri stopnje – vsaka stopnja traja tri leta. Na prvo stopnjo je učenec vključen prvo, drugo in tretje leto šolanja, na drugo stopnjo je učenec vključen četrto, peto in šesto leto šolanja, na tretjo stopnjo je učenec vključen sedmo, osmo in deveto leto šolanja. Nadaljevalni del programa vključuje ravno tako tri stopnje in za učenca ni obvezen. Na četrto stopnjo posebnega programa je učenec vključen deseto, enajsto in dvanajsto leto šolanja. Na peto stopnjo je učenec vključen trinaj-

sto, štirinajsto in petnajsto leto šolanja, na šesto stopnjo pa je učenec vključen šestnajsto, sedemnajsto, osemnajsto, devetnajsto in dvajseto leto šolanja. Učenci med stopnjami prehajajo po kronološki starosti in ne glede na osvojene vsebine v posamezni stopnji izobraževanja. V posebnem programu vzgoje in izobraževanja spodbujamo otrokov razvoj na zaznavnem, gibalnem, čustvenem, miselnem, govornem in socialnem področju. Učenci pridobivajo osnovna znanja in spretnosti in se navajajo na čim bolj aktivno, delno samostojno vključevanje v okolje (Grubešič 2014).

Izbirne vsebine na posebnem programu vzgoje in izobraževanja

Izbirne vsebine so del Posebnega programa vzgoje in izobraževanja.

Mladostniki od 4. do 6. stopnje posebnega programa izobraževanja imajo na voljo 2 uri izbirnih vsebin na teden. Izbirni vsebini si izberejo sami glede na svoje interese. Šole se trudijo, da ponu-



dijo čim več različnih izbirnih vsebin, hkrati pa mora biti nekaj izbirnih vsebin prilagojenih tudi za mladostnike, ki imajo težjo in težko motnjo v duševnem razvoju ali so težje gibalno ovirani.

V učnem načrtu je zapisano, da je cilj izbirnih vsebin razvijanje socialnih spretnosti, veščin ter vključevanje v širše socialno okolje. Načrtovanje izbirnih vsebin mora izhajati iz Posebnega programa vzgoje in izobraževanja za 4., 5. in 6. stopnjo, ob upoštevanju močnih področij učenca. Na koncu šolskega leta učenec dobi opisno oceno o vseh usvojenih znanjih, spretnostih in veščinah, ki jih je pridobil pri izbirni vsebini.

Naloga plesne dejavnosti kot izbirne vsebine na posebnem programu vzgoje in izobraževanja je predvsem, da se učenci sprostijo, se pri plesnih dejavnostih prijetno počutijo, pridobijo pozitivno samopodobo, se družijo in telesno razgibajo.

Psiholog Glasser (1994) uvršča potrebo po zabavi med 4 psihične potrebe, za katere verjame, da so zapisane v naših genih. Le-te psihične potrebe opredeli takole:

- potreba po pripadnosti: ljubiti, deliti, sodelovati,
- potreba po moči: samopotrjevanje, pozitivna samopodoba,
- potreba po svobodi: ustvarjanje, gibanje,
- potreba po zabavi: motivacija, sprostitve.

Gibno-plesna dejavnost zadovoljuje potrebe po moči, svobodi, ljubezni in zabavi. Hkrati pa spodbuja in vpliva na človekov telesni, intelektualni in socio-emocionalni razvoj. Umetnost (gibno-plesno) lahko uporabimo kot sredstvo zdravljenja motenj, preprečevanja motenj, kakor tudi za osebno rast.

Pri osebah s posebnimi potrebami lahko uspešno uporabimo različne oblike pomoči z umetnostjo, ena izmed teh pa je prav gotovo ples.

Glede na to, da sem bila sama že od osnovne šole naprej vpeta v plesno ustvarjanje, sem na osnovni šoli s prilagojenim programom, na kateri delam, oblikovala vsebinski načrt za izbirno vsebino Ples. Pri izvajanju te dejavnosti me je zanimalo predvsem vedenje in doživljanje učencev pri plesnih dejavnostih. Izbirno vsebino je obiskovalo 8 učencev s posebnimi potrebami, ki so bili vključeni v 4. do 6. stopnjo Posebnega programa vzgoje in izobraževanja. Pri izvedbi dejavnosti sem uporabljala različne plesne zvrsti, poudarek sem dala prostemu gibalnemu ustvarjanju ob zunanji ali notranji spodbudi, plesni dramatizaciji ter didaktičnim in rajalnim igram. Pri srečanjih sem opazovala predvsem skupinsko dinamiko in plesno izraznost in prišla do sledečih ugotovitev.

Plesna dejavnost kot izbirna vsebina

Izbirno vsebino je obiskovalo 8 učencev s posebnimi potrebami, ki so vključeni v IV. do VI. stopnjo Posebnega programa izobraževanja. Vsi učenci imajo zmerno motnjo v duševnem razvoju, med njimi so bili trije učenci z Downovim sindromom, ena učenka pa z lažjo motnjo v gibalnem razvoju. Izbirna vsebina je potekala celo šolsko leto, enkrat tedensko, in sicer prvo uro pouka. Plesali smo eno uro, saj šolske ure na posebnem programu trajajo 60 in ne 45 minut. Učenci, ki so bili sicer iz različnih oddelkov, so se tekom srečanj med seboj spoprijateljili, vzpostavili so pristne medosebne odnose. Skupina je lepo sprejela tudi gibalno manj sposobne. Vsi so se znebili strahu pred plesom in gibalnim izražanjem, niso bili v zadregi, če so morali samostojno gibalno izraziti določeno vsebino. Največji doprinos plesne dejavnosti je bil opazen ravno v dovzetnosti za ustvarjalne dejavnosti. Pri nekaterih se je povečalo zanimanje za motorične aktivnosti. Na psihomotoričnem področju je bil pri večini viden napredek predvsem pri orientaciji v prostoru, koordinaciji gibov celotnega telesa in vzravnani drži telesa. Tudi v usklajenosti gibanja v skupini oz. v podrejanju lastnega gibanja gibanju skupine so izjemno napredovali. Naučili so se opazovanja drug drugega. Samostojno niso začeli ustvarjalnega procesa, z dobro motivacijo in vzbujenim interesom pa sem opazila določene elemente ustvarjalnosti, ki so se kazali v nepopolni imitaciji, izmišljanju novih gibalnih motivov in plesni improvizaciji. Občutki uspeha in samopodreditve pri plesnem izražanju so večini povrnili veselje do gibalnih aktivnosti.

Sklepna razmišljanja

Na osnovi opažanj pri izbirni vsebini Ples lahko zaključim, da učenci s posebnimi potrebami v gibalnih aktivnostih radi sodelujejo. Gibalno izražanje, petje in ples so jim v užitek. Na pozitivnih čustvih, ki nastajajo ob gibalnem ustvarjanju, temelji pozitivna komunikacija, ki je osnova ne le boljšemu sporazumevanju teh oseb z njihovim okoljem, pač pa tudi socialno bolj prilagojenemu vedenju. Gibno-plesno izražanje pa ni pomembno le za osebe s posebnimi potrebami, pač pa tudi za njihove učitelje, saj tudi njim nudi možnost ustvarjanja v gibanju in preko tega doživljanje zadovoljstva in zabave, kar pa vodi k uspešnosti in zadovoljstvu v svojem poklicu.

Literatura in viri:

- Bunt, L. (1984): *Music therapy*. London, New York: Routledge.
Glasser, W. (1994): *Kontrolna teorija*. Ljubljana: Taxus.
Liebmann, M. (1989): *Art therapy for groups*. London, New York: Routledge.
Mees Christeller, E. (1996): *Umetnostna terapija v praksi*. Ljubljana: Kortina.
Grubešič, S. (2014): *Posebni program vzgoje in izobraževanja*. Ljubljana: Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport: Zavod RS za šolstvo. Dostopno na https://www.gov.si/assets/ministrstva/MIZS/Dokumenti/Izobrazevanje-otrok-s-posebnimi-potrebami/OS/Posebni-program-vzgoje-in-izobrazevanja/Posebni-program_vzgoje_in_izob.pdf, 15.03.2020.