

Rytmik FORUM

Svenska Rytmikpedagogförbundet Dalcroze medlemstidning Nr 1-2004 Årgång 22



SRD

Svenska Rytmikpedagogförbundet Dalcroze

Stockholm i december 2003

Kära läsare!

När ni får tidningen i er hand har det med all säkerhet hunnit bli 2004. Jag önskar er alla ett gott nytt år i Rytmikens tecken. Bland allt det spännande som händer detta år, ber jag er att redan nu anteckna att årsmöteshelgen blir valborgshelgen den 30 april – 2 maj. Mer information följer.

Något sent höstnummer av Rytmikforum hann det inte bli. Det fanns inte nog med material förrän sent på hösten och sedan gick det inte att få tidningen tryckt p.g.a. julruschen.

Men nu har vi en desto mer välfylld tidning. Läs det intressanta reportaget från Afrika på sidan 6. Den ger verkligen en inblick i musiklärarens villkor i andra delar av världen. Följetongen tar en paus i detta nummer. I stället hittar ni en artikel av Anna Behle ur Rytmikinstitutionens arkiv. Anna Behles värld utgör en skarp kontrast till den som Helena Wattström skildrar i sin Afrikarapport. Men båda artiklarna ger tänkvärda insikter.

Många medlemmar har länge önskat sig en sida där rytmiklärare kan byta lektionstips. Därför kan jag glädja er att det finns en sådan på baksidan av tidningen. Tack Åsa, för dina bidrag! Redaktionen har kontaktat flera erfarna medlemmar som lovat medverka i kommande nummer. Flera personer har önskat att förbundet skapar någon slags idébank med väl beprövade lektionsförslag. Men för skapa en sådan krävs det att vi rytmiklärare samarbetar och delar med oss av våra bästa idéer. Rytmikforum är en tidning som skapas av och för sina läsare.

Så sätt fart och skriv!

Karin Jehrlander
Ordförande SRD

Innehåll 1 / 2004

- 2 SRD
- 3 Den nya styrelsen
- 4 Intryck från Geneve
- 6 Sydafrikaprojektet
- 8 Rytmik i barnkammaren
- 10 Elsa Österlings rörelseteknik med andning
- 12 Rytmiklärartips

Omslagsbild

”Föra-följaövning” i musikskolan.

Glöm inte bort vår hemsida
www.rytmik.just.nu

Rytmikforum ges ut av Svenska Rytmikpedagogförbundet Dalcroze
Ansvarig Utgivare: Karin Jehrlander, ordförande i SRD
Redaktion: Karin Jehrlander
Redigering och Layout : SATB
Tryck: Ekonomiprint
Manusstopp för Rytmikforum nr 2/2004 :
Skicka insändare artiklar, bilder och synpunkter via e-post till karin.jehrlander@telia.com eller på diskett eller på papper till SRD, Rapsodivägen 136, 142 41 SKOGÅS
Hemsida: www.rytmik.just.nu

ISSN 0280 - 6117

Den nya styrelsen

Vid årsmötet 2003 blev vi många fler i SRD: s styrelse. För att ni ska veta vilka vi är följer en kort presentation.

Ordförande i förbundet är **Karin Jehrlander** som tog examen i Stockholm 1989. För närvarande arbetar hon halvtid i Huddinge Kulturskola där hon undervisar i piano, blockflöjt och "prova på". Dessutom vikarierar hon 50% i Danderyds Musikskola i ämnet rytmik.

Vår kassör heter **Bodil Brehmer**. Bodil tog examen i Göteborg 1983. Arbetar på Studio Dalcroze som hon startade tillsammans med Anna Maria Koziomtzis 1990. Numera driver hon studion utan kompanjon, men får lite hjälp av ett par anställda. Själv undervisar Bodil i rytmik och fiolspel, samt sköter det administrativa.

Övriga ledamöter är:

1. **Anna Maria Koziomtzis Andersson** tog rytmikpedagogexamen med sång som biämne 1988 i Göteborg. Hon har också gått en 15-poängs påbyggnadsutbildning vid KMH. Under åren har Anna Maria bland annat; undervisat i Härryda kommunala musikskola, Balettakademien i Göteborg, Komvux barnskötarutbildning, samt privatskolan Studio Dalcroze som hon var med och startade 1990. Sedan 1993 är Anna Maria studierektor för musiklärarutbildningen på Musikhögskolan i Göteborg. Hennes undervisningsämnen är Rytmik, metodik, dans och ergonomi. Under 3 år var hon dessutom projektledare för SIDA-finansierat utbytesprogram med Natal University i Sydafrika.

2. **Jill Nyberg** kommer från Skåne, Kågeröd. Jill mötte rytmiken på Heleneholmsskolan i Malmö och kom via Sundsgårdens folkhögskola in på Musikhögskolan i Göteborg. Hade glada dagar men också tuffa år på Ie-rytmik mellan 1998-2002. Nuförtiden jobbar Jill inom Svenska kyrkan som rytmikpedagog på 100 % i Johannebergs församling i Göteborg. Hennes arbetsuppgifter varierar mellan mer traditionell förskolerytmik och barnkör till rockskola och familjegudstjänster.

3. **Kersti Larsson** är projektledare och planeringschef på Kungliga Musikhögskolan i Stockholm. Hon tog examen 1978 i Malmö.

4. **Barbro Rydin** tog sin Rytmikpedagogexamen på Malmö Musikhögskola. Hon har också bedrivit studier vid Laban Centre for Movement and Dance. Hennes yrkesbana började på en Kommunal Musikskola och därefter olika skolformer som grundskola, folkhögskola, KomVux, olika slags kurser inom studieförbund och studiedagar och fortbildning av olika slag. Nu för tiden är Barbro anställd på Kulturskolan i Landskrona.

5. **Marie Steen** tog examen på KMH 2002. Hon arbetar på Kulturama Fria Gymnasium, men är för närvarande föräldraledig.

Surftips

Kersti Larsson vill tipsa om en hemsida som handlar om estetik i skolan. Rapporter om Malmö högskolas projekt om Kultur och skola finns på ezone.mah.se/projects/kes.

Här finns mycket vackra politiska texter att hämta, men också mycket tänkvärt. Samtliga rapporter kan skrivas ut direkt från nätet, men också beställas i pappersform.

Intryck från Genève

Mitt i den varma sommaren hölls en rytmikkongress i ett stekhett Genève. Det var den 33:e Congress Internationale de la Rythmique som numera sker vart fjärde år. Det var två enormt innehållsrika veckor med deltagare från alla världsdelar. Ulla Eckersjö rapporterar.

Som organisatör står F.I.E.R. (Federation Internationale des Enseignants de Rythmique) och platsen för det hela är Institut Jaques-Dalcroze i Genève. Jag var också representant för Sverige och rapporterade om SRD:s verksamhet. Det var bra att få visa Sveriges plats på kartan. Vi är ju ett av de få länder som har lärarutbildning i ämnet. Dessvärre möttes jag inte av någon nyfikenhet från vare sig F.I.E.R. eller övriga mötesdeltagare. Det var underligt med tanke på hur många länder som saknar en högskoleutbildning och som dessutom är gratis!

Dagarna var fyllda till bredden med 3-8 parallella lektioner under 4 olika pass. I pauserna var det diskussioner om olika pedagogiska problem och under ett flertal kvällar hölls program och föreställningar från olika skolor. Det fanns också mer improvisatoriska inslag såsom "Öppen scen". Ida Norrlöf, (rytmikstudent från Göteborg) gjorde succé under två av dessa "Öppen scenkvällar". Enligt ryktet var hennes uppträdande något alldeles extra.

Undervisningen har oftast en någorlunda gemensam mall. Den inbegriper ett musikaliskt problem, t.ex. femtakt. Lektionen börjar med en lätt fysisk uppvärmning, musiklyssning (alla lärarna var skickliga pianister), interpretation av femtaktens mysterium med olika uppdelningar som bearbetas med steg, kroppsrörelser och handklapp. Reaktionsförmågan tränas genom att plocka bort notvärden, lägga till eller ändra i notbilden o.s.v. Sedan återstår tusen sätt att variera och förhoppningsvis fördjupa förståelsen och den fysiska präglingen av problemet. Varje rytmiklärare vill givetvis också knyta ihop det analytiska arbetssättet till en helhet. Det kunde vara genom att dansa en makedonsk dans eller sjunga en flerstämmig sång som byggde på taktarten. På liknande sätt bearbetas en rad andra musikaliska beståndsdelar såsom; frasering, intervall, harmoniska förhållanden, nyanser, kontraster, accenter etc. Allt detta känner vi så väl till.

Min avsikt med att åka till Genève som kursdeltagare var att få nya infallsvinklar. Tyvärr fick jag inte så många. Jag kan inte klaga på ambitionen i dessa lektioner men måste tillstå att mättnaden kommer ganska snart. Undervisningen når sällan något verkligt djup när läraren vill fånga så mycket under en och en



halv timma. Och visst, sådana är konferensens villkor. Det gäller att på kort tid visa upp sitt allra bästa. Jag är övertygad om att merparten av de lärare jag såg skulle arbeta helt annorlunda om de fick ett större antal lektioner på sig. En viss möjlighet till att fördjupa ämnet fanns i det som jag tror kallas för ateljéer.

Många av lärarna som undervisade bjöd verkligen på sig själva. En och annan gjorde lite väl stor show av sig själv som person. De flesta vill ju visa sig från sin bästa sida och också belysa ämnet, läs musik, med den mest förträffliga av alla metoder (ironi).

Det största felet är kanske att det pratas alldeles för mycket. Lärarna bryter av, visar hur man inte skall göra och studenterna får en upphackad arbetssituation. Ivriheten att uppnå målet tar ibland över. Det blir för mycket kompott och för lite arom. Metodens alla möjligheter kan som jag ser det, lätt bli en fälla och istället stå i vägen för dess mål. Det flyter inte heller bättre när vissa av lektionerna hålls på två eller tre språk. Ett av undantagen fann jag i Madame Durets lektioner i pianoimprovisation och rytmik. Kanske var



Madame Duret

det för att hon var en jordnära och humoristisk person som inte behövde briljera med sin skicklighet. Jag hoppas att kunna få hit henne till Sverige som gästlärare.

Där fanns också en utomordentligt bra lärare i kontaktimprovisation och Ny Dans-teknik, holländaren Kurt Koegler. Ett fenomen (det finns några sådana i världen), som lyckades få deltagarna att komma till den innersta kärnan vad gäller dansupplevelse på en kvart.

Det är svårt att ge en samlad bild av denna enormt ambitiöst upplagda kongress. Mina intryck är fragmentariska eftersom jag valde att se så många lärare som möjligt. Det var också så trångt i rummen att man aldrig kunde ta ut rörelser och steg. Jag kände mig lite dum, det var som att det inte var på fullt allvar. Redan under mina första dagar kände jag starkt av en air av rytmikpedagogens förträfflighet i att skapa en harmonisk atmosfär och variera övningar till förbannelse.

Efter allt detta längtar jag efter arbetsro både för lärare och studenter och i förlängningen inte minst, alla skolelever. Ivrigheten får inte hindra det nyfiket undersökande. Förutsättningen för den goda undervisningen är förutom lusten att förmedla och ta in kunskap och färdigheter, att det finns plats och tid. Plats och tid....hmmm

Tankar om rytmikens framtid: Under min vistelse i Genève fick jag höra följande (jag har dock inte kollat upp saken): Institut Jaques-Dalcroze, finansieras av pengar som förvaltas av den efterlevande familjen Dalcroze. I villkoren för institutets fortlevnad ställs krav på att inga förändringar får ske i utbildningsprogrammet. Detta kan ju tyckas rimligt eftersom en sponsor kan ta sig

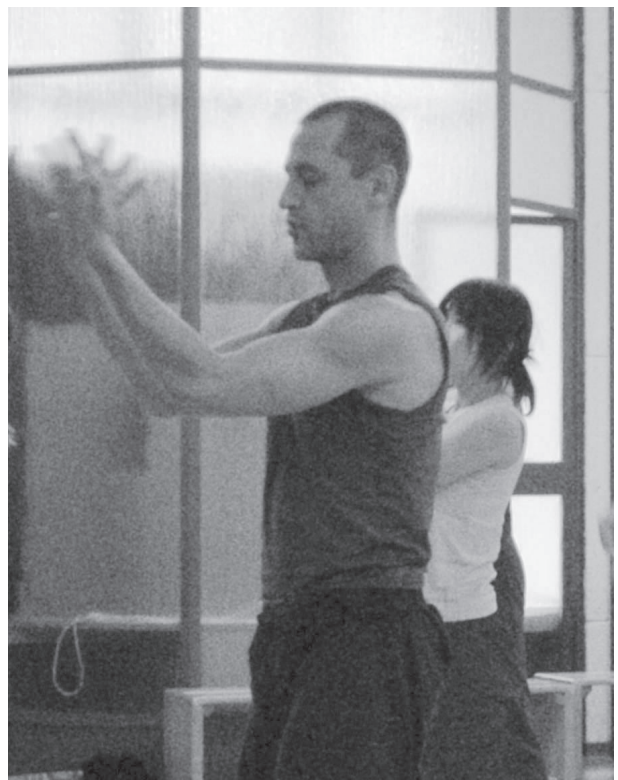
rätten att styra verksamheten eftersom den drivs i eget intresse. Men min första reaktion är - katastrof!

Jag ställer minst två frågor:

1. Har en pedagogisk metod verkligen någon chans att leva vidare under sådana restriktioner? Emile Jaques-Dalcroze själv var ju en man, starkt påverkad av sin tid och menade säkert att man måste vara öppen för intryck och nya strömningar. Hans eget arbete och det nedärvda arbetssätt som spridigt sig över världen har trots allt en förankring i en begränsad musikalisk genre och i ideal som hamnar allt längre bort i periferin.

2. Kanske är det just p.g.a. att inget har fått förändras som metoden (institutet) kommer att överleva? I en tid där förändringar sker allt snabbare inom alla samhällsområden, finns det alltid ett behov av något konstant. Människan vill ha en personifiering och historisk förankring för att förstå sin egen samtid. Själv bekänner jag mig inte till någon metod. I min undervisning använder jag mig av det jag tycker fungerar. Det kan vara delar ur metoder och tekniker. Men nog märks det ändå att jag är rytmiklärare!

Ulla Eckersjö kursledare i rytmik Musikhögskolan vid Göteborgs universitet



Kurt Koegler

SYDAFRIKAPROJEKTET - ett privilegium att få delta

Vid pennan Helena Wattström

Det är några år sedan som jag anmälde mitt intresse att delta i projektet. Jag kommer nu hem från min sjätte resa och är lika lycklig och uppfylld som alltid efter ett besök i Durban.

Nu mera har vi vänner där som vi träffar och umgås med och det är alltid med ett visst vemod man lämnar dem eftersom man vet inte när eller om man ska ses igen. Och det är väl precis sådär det är; att man är lycklig ena stunden och vemodig eller ledsen i nästa. Eller kanske rent ut sagt förbannad på vissa saker. Det är verkligen två sidor av allt. Vackert - fult, Skitigt - rent, rikt - fattigt, farligt - lugnt, vitt - svart, slum - tjusiga villor osv.

Det är alltid någon som har drabbats av något när vi kommer. Den nya operainstitutionen miste sin rörelselärare hastigt; han blev brutalt rånmördad. Vår vän Makho miste sin man på samma sätt och har nu en cancersjuk son på 4 år.

En av Anna Marias och mina kursdeltagare dog förra veckan i AIDS och så där håller det på. Det är fasansfullt men i allt detta finns det också så mycket vänlighet och värme och tacksamhet över att vi har detta samarbete.

Hur kom jag då in i samarbetet?

Jag gjorde min första resa våren 2000. Det var jag och Anna Maria och Stig-Magnus som reste ner. Det var Anna Marias andra resa så hon hade redan lite kontakter där nere. Tanken var att vi skulle hitta former för samarbete utifrån vårt arbetssätt med rytmikmetodiken. Detta hade redan initierats på hösten 1999 då sydafrikaner hade varit här och bl.a. varit med på Anna Marias lektioner. Jag själv var väldigt noga med att INTE vara missionärstypen som åker någonstans och säger till folk att så här är det och så här ska ni göra härnäst. Jag var nästan överdrivet mån om att det skulle vara ett utbyte på bådas villkor.

Vi gjorde i alla fall "provlektioner" på universitetet, vi åkte ut och träffade lärare och även där visade vi vad man kunde göra med rytmikmetodiken. Samtidigt

deltog vi på "African music and dance"- lektionerna där vi lärde oss Gumboot och Ngoma (två typiska sydafrikanska danser). Vi tog även privatlektioner av studenter och av lärare för att få ut så mycket som möjligt.

Lära ut rytmik i Afrika?

Under dessa två veckor växte det sakta men säkert fram former för att göra en rytmikkurs, en fortbildning i metodik vänd till undervisande lärare i skolorna runt Durban. En kurs bestående av två delar, en i mars och en i oktober. Första kursen blev så pass lyckad att vi gjorde den en gång till med andra lärare och även studenter från universitetet.

Visst låter det suspekt när man säger att vi undervisat i rytmik i Afrika. Men glöm då inte att rytmik är en metod och det är den vi har lärt ut. Vi har också utgått ifrån den afrikanska musiken: hur kan man applicera metoden på t.ex. Gumboot? Hur kan man notera ner de rytmer som spelas? Hur jobbar man aktivt och medvetet med alla sinnen och hur ser man på kopplingen med andra ämnen osv.? Jättekul och givande för oss också. Om inte annat utmanande. Vad gör man om man ska spela på trumma men det finns ingen trumma? Jo, man spelar på papperskorgen. Vad skriver man på om det inte finns whiteboard? Jo, alltid finns det något hopknycklat papper man kan använda. Man tänker då i samma stund att man aldrig mer ska klaga på att man BARA har en videokamera på skolan.

Stora famnen vid skolbesök

Denna senaste resa skulle jag göra skolbesök. Det har ingått i kursen att vi åker ut och tittar på lärarna när de undervisar barnen med utgångspunkt från det som de har lärt sig. Jag måste säga att jag var mer än nöjd med det jag såg. Makho har nu tagit över fortbildningen och hon har tillsammans med Tandeka träffat lärare och fortsatt med rytmikmetodiken. Det har varit samma lärare som gått vår kurs men det har också varit nya som visat intresse för den och som också velat delta i fortbildningen.

När man kommer ut till en skola så tas man emot med stora famnen, man får hälsa på rektorn och berätta om varför man är där och inte alltför sällan får man påminna om Sveriges hållning gentemot Sydafrika under apartheid. Man kommer nästan alltid in på politik när man pratar med rektorerna. Sen går man till lärarna som ska undervisa och då är det inte ovanligt att man dukat upp ett litet bord med en fin duk och massa kakor, kycklingbitar, frukt och läsk och juice. Eftersom det har varit uteslutande svarta skolor känner man sig dum på nåt sätt att man som vit ska sitta vid ett bord och äta en massa smaskens samtidigt som barnen och de andra inte får något. Vi vet dock att de gläds över våra besök och att det är ett sätt att visa uppskattning. Återigen dubbla känslor.

Det som var väldigt speciellt denna gången var att en del av skolorna som inte haft musik på schemat

under lång tid nu har etablerat skolämnet musik. Det har också blivit en följd av rytmikkursen. Det har också höjt statusen för de lärare som gått kursen och skolan var mer än nöjd över att få besök "overseas". Plötsligt slår det en: Jösses, vilka effekter, vilka ringar på vattnet det har blivit och jag tror att alla de som ingår i projektet säkert håller med mig. Det har blivit ringar på vattnet runt andra projekt också. Det är precis detta som man önskar, att det blir mer än musikgrejen. Det blir med hjärtat, människor som möts, lär känna varandra och bryr sig om.

Vi hoppas innerligt att projektet får fortsätta och att Makho och Tandeka, våra sydafrikanska vänner och kolleger, får fortsätta med fortbildningen. Att de skördar frukterna av det vi har sått. Vi skördar nämligen frukterna av frön som de har sått här i Sverige.



Rytmik i barnkammaren

Av Anna Behle



För många mödrar, vilka av en eller annan anledning ej kunna sända sina små till kindergarten, kan det ofta vara svårt att sysselsätta livliga och påhittiga ungdomar i 4-7 års åldern. Man vill ju gärna förena nytta och nöje samt åtminstone till omväxling använda sådana sysselsättningar, vilka på ett eller annat sätt verka utvecklande på barnen. Säkert äro nya uppslag i den vägen välkomna för litet var, som har tid och intresse att sätta sig in i vad saken gäller och sedan då och då använda de föreslagna lekarna. Ett uppslag där nytta och nöje verkligen gå hand i hand, är rytmik. I sin fulla användning och utsträckning är rytmik ett uppfostringssystem, vilket bygger på barnets medfödda rytmikkänsla och söker använda densamma i olika former av skolarbete.

Men varför är barnets rytmkänsla värd att uppmärksammas och utvecklas? Vad gagn ha vi som vuxna av att vara "rytmiska", i fall vi varken drömma om att bli musikutövare eller dansörer? Rytmen sammanhänger mycket nära med många av våra livsfunktioner – tänk på hjärtverksamheten, andningen m fl. Den sammanhänger med många former av arbete och med vår allmänna duglighet, då det visat sig att rytmen i hög grad stegrar livskänslan. Det kan ju vara orsak nog att giva rytmstudiet en plats i

uppfostran. Man har också mer och mer börjat använda rytmiska övningar i samband med olika skolämnen, kanske mest därför att de visat sig äga en ovanligt god psykisk inverkan på barnen. De likgiltiga och mera loja bland dem ha blivit uppiggade, då däremot de alltför livliga måste lugna sig för att kunna utföra övningarna riktigt. Barn som lidit av olika hämningar, blyghet m.m. ha genom rytmiska övningar fått mera frihet och självförtroende och sedan lättare kunnat göra sig gällande.

De första rytmövningar borde ske i kindergarten eller - varför inte – i hemmen. Dessa övningar måste ju alltid taga lekens form och det är författarinnans mening att i denna lilla uppsats ge anvisning på några lekformer, vilka avse olika ändamål. Den som är intresserad av saken kan sedan lätt själv hitta på nya variationer.

Till den som skall bli lekledare vill jag först ge några vinkar och råd om förfaringsättet.

Man lär själv genom att lära andra och har ni inte stort tålamod, så får ni försöka lära det under lekarna med barnen. Vidare måste ni vara glad och aldrig häftig. Barn måste läras med glädje och fullt förtroende. Se på våra bilder, där vila inga ledsamheter!

Vidare låt er fantasi flöda! "Men om man inte har någon", säger ni. Jo visst! Alla människor ha fantasi, konsten är bara att våga släppa fram den, kanske ni får den under rytmikstunderna! Små barn måste alltid nås genom fantasi. Dock, för all del, intet pjoller! Försök att själv bli barn igen, roa er av hjärtans lust bland de andra barnungarna! Lyckas ni därmed är spelet vunnet. Barnen tro på er, och denna tro är ett av de viktigaste momenten vid uppfostran. Glöm ej att barn ofta är omedvetna psykologer, de känna om ni bara låtsar intresse, då förlora de också snart lusten.

Men det är inte endast er egen utan minst lika mycket barnens fantasi det gäller att stimulera. Låt dem hitta på allt möjligt i samband med arbetet. Nya lekar, roliga rörelser, nya sätt att gå, springa och hoppa. Låt dem utföra tablåer, illustrera små poem, och längre fram låt dem dikta sagospel och uppföra dem. I och med att ni uppmuntrar barnens fantasi och leder den in på riktiga och sunda vägar, redan då de äro små, har ni gjort en stor uppfostrargärning, ty fantasin är den stora skaparmakten i människan.

De små övningar och lekar jag nu skall tala om böra emellertid ha något ackompanjemang som stöd. Den, som kan improvisera på piano, kan gott försöka, men huru många kunna det! Bäst att omväxlande använda småinstrument som alla kunna hantera. Tag ett klingande grytlock, på

vilken ni trummar med en pinne, i vars ena ända är fäst en hård boll av ullgarn. Eller gör er en liten handbjällra, den ackompanjerar bra och är trevlig att hålla i. Kanske har ni en leksakstrumma eller en tamburin med skallror, det blir till en hel orkester, där ledarinnan och barnen medverka. Öva sedan att trumma, klinga, ringa eller klappa i händerna taktfast och i olika tempi. Men aldrig för hårt. Låt varje litet instruments egen klang komma till sin rätt. Det lär barnen lyssna bättre än då rummet genljuder av larm och bråk.

Finner ni det svårt att hålla tempot, så öva med en tickande klocka i sällskap. Trumma eller klappa lika fort, eller dubbelt så hastigt eller långsamt, som varje knäpp. Är ni den lycklige ägaren till en metronom så kan ni ställa in den på alla möjliga tempi och bara söka följa med.

Har ni ej själv tillräckligt många barn, så kalla in grannens, ty ju flera man har ju bättre lycka! Hur många beror på rummets storlek, ty de måste ha något så när svängrum. Se till att er lilla klass är lämpligt klädd, tag av för varma och obehändiga plagg. Bäst en liten trikådräkt eller trikåbyxor och en liten tröja. Skor och strumpor kasta vi av. Befaras stickor i fötterna, sy vi små skinnsulor på halvstrumpor, det blir en utmärkt fotbeklädnad.

Och så kan leken börja!

PROVA PÅ DANSTERAPI WORKSHOP

Tid:

Fredag, 27 februari, kl. 18.30 - 20.30,

Lördag, 28 februari, kl. 11.00 - 15.00,

Söndag, 29 februari, kl. 11.00 - 15.00

Plats:

Hälsans Hus, Fjällgatan 23A, Stockholm

Pris 1000 kr för hela helgen

Föranmälan senast den 25 februari 2004 till:

Anna Berglind Rosén

Tfn 0733-793 101

Elsa Österlings rörelseteknik med andning



Elsa Österling

Elsa Österling arbetade under 60- och 70-talet som rörelsepedagog vid Scenskolan i Göteborg. Hon undervisade både skådespelare och sångare och utarbetade då sin speciella rörelseteknik med tyngdpunkt på andningens funktion och kroppens naturliga rörelsemönster.

Elsa Österling föddes 1912 i Trelleborg. Hon hade först för avsikt att bli sångerska, men eftersom hon led av svår astma avstyrde hon dessa planer. Istället kom hon att utveckla en speciell rörelseteknik som till viss del utförs liggande med benen på en bänk. Denna teknik arbetade hon med under drygt 20 år, varav de sista 12 åren på Scenskolan i Göteborg.

Det finns en intressant koppling mellan rytmik och Elsa Österling i och med att hon själv hade studerat för två rytmikpedagoger, nämligen Anna Behle, den första rytmikpedagogen i Sverige, och Hedvig Nottebom, en tysk rytmikpedagog bosatt i Sverige sedan 1930-talet. Mycket av Elsas rörelseträning kommer från Hedvig Nottebom som, liksom Anna Behle, tog sitt rytmikdiplom hos Jaques-Dalcroze i Hellerau.

Elsa var uppenbarligen även inspirerad av de österländska rörelselärorna och sättet att se på kropp och medvetande som en helhet. Förutom Elsas oerhörda kunskaper om kropp/rörelse/andning så hade hon studerat rytmik. Hon var

dock inte själv rytmikpedagog. Trots detta hade hon ett stort intresse för rytmik och såg till att rytmik infördes som specifikt ämne på Scenskolan i Göteborg. På så sätt kom rytmikpedagogen Kerstin Lindgren dit 1965 och fick då tillfälle att arbeta och studera för Elsa. När Kerstin Lindgren flyttade tillbaka till Sthlm 1970, anställdes rytmikpedagogen Anita Åstrand istället. Anita blev den som tog över Elsas undervisning då hon pensionerades 1977. Anita Åstrand arbetar fortfarande med tekniken på nuvarande Teaterhögskolan i Göteborg.

I Stockholm utvecklade Kerstin Lindgren tekniken under sina 25 år som rörelsepedagog på rytmikutbildningen där. Inom rytmiken finns alltså en rörelseteknik som har sitt ursprung i Dalcroze första elever i Hellerau! Även Ulla Eckersjö, utbildningsledare för rytmik i Göteborg, tränade för Elsa Österling och har fört traditionen vidare.

Undertecknad (som har studerat för Kerstin Lindgren och själv undervisar på rytmikutbildningen i Sthlm i vad jag kallar Elsa-teknik) har skrivit ett kompendium om Elsa Österling. Där intervjuas både Kerstin Lindgren och Anita Åstrand, men även talpedagogen Folke Olaisson som arbetade tillsammans med Elsa på Scenskolan under 70-talet. Tydligt är att Elsa Österling har gjort mycket starka intryck på många. Hennes sätt att arbeta och se på kroppen och tanke/medvetande som en helhet känns i våra dagar av stress och utbrändhet fortfarande väldigt aktuellt.

I kompendiet finns också en presentation av Elsas lärare samt en kort teoretisk beskrivning av tekniken. I slutordet försöker jag bl.a. sammanfatta mina egna intryck av Elsa Österlings arbetssätt:

“Elsa arbetade med en musikalitet i själva rörelsen, ett djupt lyssnande till kroppens egen dynamik och frasering. Att uppöva kroppen till ett djupare lyssnande såväl rytmiskt,

dynamiskt, känslomässigt som fysiologiskt/tekniskt ser jag som en verklig tillgång för att utvecklas både pedagogiskt och konstnärligt.

Elsa eftersträvade en naturenlig rörelse där varje individ skulle forma sitt eget material. Detta är också intressant ur pedagogisk synvinkel. Det handlar alltså inte i första hand om att härma eller lära sig speciella steg, utan istället om att hitta sina egna rörelser, sitt eget skapande. Kanske skulle man kunna beskriva Elsatekniken som en mycket disciplinerad rörelseträning vars syfte är att leda till ett konstnärligt skapande och öppet sinne. Vägen går genom kroppen med allt vad det innebär av psykisk och fysisk förankring”



Vill du träna Elsa-teknik och rörelseimprovisation?

Våren 2004 onsdagar kl. 16.30 – 18.00 kommer Monica Åslund Forsén att ha en kurs på Musikhögskolan i Sthlm. Start den 21 januari.

Kostnad 800 kr för 10 ggr

Är du intresserad så anmäl dig snarast till:

Monica Åslund Forsén

Tele 08-560 434 61

Mobil 0703-22 52 73

e-post: monica.aaslund@swipnet.se

Du kan också anmäla dig till min info-lista så får du alltid information om kurser, föreställningar m.m. Tala in eller skicka e-postadress/adress. Skriv info-lista under rubrik.

Rytmiklärartips från medlemmarna

Som alla andra skrån har rytmiklärare sina yrkesknep. Många av SRD: s medlemmar har önskat att få en spalt med tips om övningar som går hem hos eleverna. Vi rytmiklärare borde utväxla material med varandra i högre utsträckning än vi gör. Du som har några bra lektionstips – fatta genast pennan och förmedla dem till dina kollegor via Rytmikforum!

Det går också bra att ringa!

Först har vi ett par tips från Åsa Svensson. Åsa var faktiskt den som skrev ett brev till Rytmikforum för ett tag sedan och föreslog att vi skulle ha ett tipsspalt i tidningen.

Linje eller mellanrum?

Lågstadiebarn brukar ofta ha svårt att skilja på dessa begrepp när de ska läsa noter.

För att träna detta brukar jag använda 5 stycken hopprep som jag tejpar fast på golvet.

Sedan förklarar jag vad som menas med linje och mellanrum och eleverna får lägga handtrummor på och mellan hoppreven. Handtrummorna representerar nothuvuden. Efter det får eleverna "leka noter", det vill säga hoppa från linje till mellanrum, linje, mellanrum o.s.v.

Till sist får barnen göra en melodi med hjälp av handtrummorna. Melodi spelar jag sedan för dem. Ibland får en elev gå sin melodi på repnotsystemet samtidigt som jag spelar de motsvarande tonerna.

Lektion med fantasitrummor

Eleverna ska föreställa sig att de har en trumma på golvet framför sig. De ska veta hur den ser ut; färg, form storlek o.s.v. Jag sätter sedan på musik med mycket trummor som barnen spelar till på sina låtsas trummor. Jag själv brukar använda musik från Afrika för de yngre barn, men jag har även använt rockmusik. Barnen får förs instruktionen att spela på trumman med sina händer. De ska inte stå stilla utan röra sig runt trumman. Sedan får de tänka sig att de spelar med någon annan kroppsdel, det går ju t.ex. utmärkt att spela med fötterna också. Man kan också låtsas att trummorna kan flyga och röra sig i rummet. Det brukar vara fascinerande att se vilka dansimprovisationer som barnen gör.

Åsa Svensson

För att sätta igång den här spalten bidrar även redaktören med ett tips. Här är en lek som är bra att ta till när det blir några minuter över i slutet av en lektion.

Den förbjudna rytmen.

Känner ni till leken "Gör si – gör så"? Den här leken påminner om den.

Först tränar vi och klappar den "förbjudna" rytmen många gånger så att alla vet hur den låter. Ibland skriver jag även upp den på tavlan. Sedan

klappar jag olika rytmer som eleverna ska härma som ett eko. Men så fort jag klappar den förbjudna rytmen ska eleverna "frysa" och stå blixstill. Det brukar bli många skratt, då det är nästan alltid några som inte kan hejda sig i tid. Leken har blivit mycket uppskattad.

Karin Jehrlander