

# PRIMJENE MAŽORET PLESA U RADU S DJECOM PREDŠKOLSKE DOBI

---

Mršić, Natali

Master's thesis / Diplomski rad

2024

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **University of Split, Faculty of Humanities and Social Sciences / Sveučilište u Splitu, Filozofski fakultet**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:172:073739>

*Rights / Prava:* [In copyright](#)/[Zaštićeno autorskim pravom.](#)

*Download date / Datum preuzimanja:* **2025-01-31**

*Repository / Repozitorij:*

[Repository of Faculty of humanities and social sciences](#)



**SVEUČILIŠTE U SPLITU  
FILOZOFSKI FAKULTET**

**DIPLOMSKI RAD**

**PRIMJENE MAŽORET PLESA U RADU S  
DJECOM PREDŠKOLSKE DOBI**

**NATALI MRŠIĆ**

**Split, 2024**

**Odsjek za rani i predškolski odgoj i obrazovanje  
Studij Ranog i predškolskog odgoja i obrazovanja  
Predmet: Ritmika i ples s praktikumom**

**PRIMJENE MAŽORET PLESA U RADU S DJECOM PREDŠKOLSKE  
DOBI**

**Student:  
Natali Mršić**

**Mentor:  
doc.dr.sc. Dodi Malada**

**Split, lipanj, 2024.**

# Sadržaj

|   |    |
|---|----|
| UVOD .....  | 1  |
| 1. PLES I POKRET .....  | 2  |
| 1.1 Mažoret ples .....  | 3  |
| 2. POVIJEST MAŽORET PLESA.....  | 5  |
| 2.1. Švicarski bacači zastava kao preteča mažoretkinja .....                              | 5  |
| 2.2. Mažoretkinje kao zamjena za tambour majoru .....                                     | 6  |
| 2.3. Američka teorija nastanka mažoretkinja .....   | 7  |
| 2.4. Mažoretkinje u 20. stoljeću .....  | 7  |
| 3. EUROPSKA MAŽORET ASOCIJACIJA (EMA) .....   | 8  |
| 4. HRVATSKI MAŽORET SAVEZ (HMS) .....   | 9  |
| 5. ELEMENTI MAŽORET PLESA.....  | 11 |
| 5.1. Umjetnički dojam .....   | 11 |
| 5.2. Tehnički dojam .....   | 12 |
| 5.3. Tehniciranje sa štapom .....   | 12 |
| 5.4. Opći dojam .....   | 15 |
| 5.4.1. Uniformiranost .....   | 15 |
| 5.4.2. Izgled mažoretkinja .....  | 16 |
| 5.4.3. Stupanje (stupovni korak).....   | 17 |
| 5.4.4. Ulazak/izlazak (iz) koreografiranog programa i početak/kraj paradnog defilea ..... | 17 |
| 5.4.5. Puhaći orkestar .....  | 18 |
| 6. GLAZBA U MAŽORET PLESU .....   | 19 |
| 7. FORMACIJE U MAŽORET PLESU .....  | 20 |
| 7.1. Specifičnosti paradnog defilea i koreografije .....                                  | 21 |
| 8. KARAKTERISTIČNI PLESNI KORACI I STRUKTURE GIBANJA U MAŽORET PLESU .....                | 23 |
| 8.1. Primjena mažoret plesa u radu s djecom predškolske dobi.....                         | 28 |
| 9. PRIMJENA MAŽORET PLESA U ODGOJNE SVRHE .....   | 30 |
| ZAKLJUČAK .....   | 32 |
| LITERATURA.....   | 33 |
| SAŽETAK.....  | 35 |
| ABSTRACT .....  | 36 |
| PRILOZI.....  | 37 |

## UVOD

Ples je univerzalni oblik izražavanja koji omogućava izražavanje emocija, kreativnosti i međusobne komunikacije među ljudima. Osim što obogaćuje društveni i kulturni život, ples ima brojne pozitivne učinke na tjelesni, psihički i socijalni razvoj, posebno kod djece. Sudjelovanjem u plesnim aktivnostima djeca razvijaju motoričke sposobnosti, funkcionalne vještine, emocionalnu inteligenciju i socijalne kompetencije, te stječu važne životne navike poput discipline, timskog rada i samopouzdanja. Među mnogim vrstama plesova, mažoret ples zauzima posebno mjesto. Ovaj specifični oblik plesa, koji kombinira koračanje, tehniciranje sa štapom i razne plesne elemente, nudi djeci jedinstvenu priliku za razvoj koordinacije, snage i osjećaja za ritam. Izvođenje mažoret plesa uz pratnju puhačkih orkestara dodatno doprinosi razvoju glazbenog senzibiliteta i ritmičke preciznosti. Ovaj rad istražuje povijest mažoret plesa, njegove ključne elemente i tehnike te načine na koje se može primijeniti u odgojne svrhe. Proučavat ćemo razvoj mažoret plesa od njegovih početaka do današnjice, uključujući ulogu važnih organizacija poput Europske mažoret asocijacije (EMA) i Hrvatskog mažoret saveza (HMS). Također, osvrnut ćemo se na specifične plesne korake i strukture gibanja te istražiti kako mažoret ples može potaknuti pravilni tjelesni razvoj i socijalizaciju djece. Kroz ovaj rad pružit će se dublji uvid u mažoret ples kao oblik umjetnosti i njegovu odgojnu vrijednost te istaknuti važnost njegovog uključivanja u aktivnosti djece. Kroz detaljnu analizu elemenata mažoret plesa, njegovih formacija, glazbe i tehničkih aspekata, nastojat ćemo pokazati kako ovaj ples može značajno doprinijeti cjelokupnom razvoju djece u različitim aspektima njihovog života.

## 1. PLES I POKRET

„Dokle god budu živjeli ljudi, pjesnici će imati o čemu pjevati, književnici pisati, glazbenici će imati što izraziti zvukom, slikari i kipari likovno oblikovati, a plesači će imati što plesati“ (Maletić, 1983, str. 205)

Umjetnici su od davnina nastojali ovjekovječiti ples u svojim djelima. No, iako je ples mnogo puta opjevan, opisan, naslikan i uklesan u kamen, uvijek ostaje samo subjektivni doživljaj ili opis jednog trenutka ili modaliteta ove umjetnosti. Zbog svojih podjednako snažnih fizičkih i psihičkih komponenti, srž plesa oduvijek je bila obavijena tajnom, te je od starih kultura do danas ostala segmentom nagađanja i filozofskih promišljanja (Maletić, 1986). Također, (Maletić, 1986) navodi da antropolog Joseph Deniker naziva ples „velikom školom solidarnosti“. U zajedničkom plesu ne samo da se izražavaju osjećaji povezani s događajima cijele skupine, nego svaki pojedinac također odriče dio vlastite individualne slobode podvrgavajući se općoj disciplini. Svaki plesač mora unaprijediti vlastite pokrete kako bi se što bolje uklopio u gibanje i ritam cijele grupe. Isto tako, Jerčinović, Jerčinović i Vlašić (2016) navode da je ples jedno od najstarijih sredstava za čovjekovo izražavanje, omogućujući ekspresiju tjelesnih, osjetilnih i duhovnih dimenzija.

Ples se definira kao pokretanje tijela koje proizlazi iz unutarnjeg poriva i doživlja pojedinca, izraženo kretanjem u ritmu. Taj ritam može biti usklađen s glazbom, ali ples može postojati i bez glazbene pratnje. Osobni ciljevi plesa mogu uključivati izražavanje pokreta ili glazbene ideje, prijenos osjećanja ili jednostavno užitek u samom kretanju (Jovančević, 2016). Ples je od davnina imao dvostruko djelovanje na ljude: ili je izazivao uzbuđenje, ili je naprotiv apsorbirao to uzbuđenje, omogućujući mu da se izrazi i dovede do smirenja. U oba ta suprotstavljena slučaja, ovo emotivno i ritmom vođeno zbivanje igralo je neusporedivo značajniju ulogu u životu primitivnih naroda, nego u svijetu zapadne civilizacije (Maletić, 1986). Nadalje, tek u plesu dolazi do nenadmašive sinergije između psihičke i fizičke motorike, gdje čak i čovjek zapadne civilizacije često traži ventil za svoju, možda nesvjesnu, težnju ka tom iracionalnom, emotivno obojenom kretanju (Maletić, 1986).

Ples je duboko ukorijenjena društvena pojava koja proizlazi iz ljudske potrebe za međusobnom interakcijom. On simbolizira spoj duhovnog i fizičkog života te tijela koje odgovara pokretom. Povezan je s različitim ljudskim tradicijama, od rata do rada, rađanja, smrti, odgoja i zadovoljstva. Njegov primitivni izraz odražava i religijske i ljubavne kontekste što pokazuje koliko je ples duboko ukorijenjen u ljudsku kulturu. Počeci plesa potječu iz ruralnih područja,

posebno kroz folklor i narodne plesove, dok se u urbanim sredinama razvijao sofisticiraniji dvorski ples. Tijekom vremena, karakteristike plesa su se drastično mijenjale, a taj proces nastavlja se i danas oblikujući raznoliku i dinamičnu svjetsku plesnu scenu. Danas, dok promatramo ples kroz prizmu kulturnih specifičnosti, uočavamo raznovrsne stilove među kojima se ističu klasični balet, suvremeni i sportski ples, folklor, akrobatski rock'n'roll, jazz i show dance te mnogi drugi. Svaki od ovih stilova nosi sa sobom jedinstvenu estetiku, tehniku i povijest, reflektirajući različite aspekte kultura i društava iz kojih potječu (Šćuric, 2017).

Ples mobilizira tjelesne i mentalne snage čovjeka, koje su potrebne u svim ritualima bez iznimke, omogućujući potpuno psihofizičko zalaganje neophodno za učinkovit kulturni ili okultni čin (Maletić, 1986). „Ljudi od pokreta“ obično su kinestetički tipovi koji se u plesu iskazuju kroz posebno oblikovane pokrete. Međutim, osim toga, plesač može biti i auditivni tip te isto tako osjetljiv na vizualne dojmove. Budući da prikupljamo dojmove putem svih osjetila, svaki od njih može potaknuti ples, dodajući mu primjeren sadržaj (Maletić, 1983).

### **1.1 Mažoret ples**

Prema Hrvatskoj enciklopediji (2024) mažoretkinja (franc. ili amer. engl. Majorette) predstavlja djevojku koja sudjeluje u svečanim događajima, obično u organiziranim povorkama ili smotrama, noseći prepoznatljivu i propisanu odjeću koja uključuje čizme, suknju, veliku palicu, kapu i druge detalje. Mažoretkinje izvode specifičnu koreografiju uz pratnju glazbe, najčešće u ritmu koračnice. Međutim, kroz vrijeme Hrvatski mažoret savez je iznio vlastitu definiciju mažoretkinja: „Mažoretkinja je djevojčica ili djevojka koja u živopisnoj odori uz plesne korake na ritam koračnice u mimohodu ili na mjestu rukuje štapom“ (Šćuric, 2017, str. 8).

Nadalje, prema Šćuriću (2017), da bi se ples mogao nazvati mažoret plesom, potrebno je da zadovolji određene kriterije:

- Mažoretkinja može biti samo ženskog spola, odnosno djevojka ili djevojčica,
- Mažoretkinja mora biti odorirana, odnosno uniformirana, pri čemu odora mora biti slikovita kako bi privukla pažnju publike,
- Mažoretkinja je plesačica koja izvodi program koji uključuje plesne korake uz tehniciranje sa štapom,
- Mažoretkinja svoj program izvodi prvenstveno uz ritam koračnice, što znači da glazba koja se koristi u izvedbi mora prilagođavati taj ritam,

- Mažoretkinja tehnicira ili rukuje štapom tijekom izvedbe programa uz plesne korake,
- Mažoretkinja može odrađivati program ili u mimohodu kao dio paradnog defilea, ili na mjestu u okviru statične koreografije.

Također, Šćurić (2017) navodi da se mažoretkinje svrstavaju u kategoriju društvenih plesova jer se obično izvode u paru ili grupi, te ponekad i u solo programu. Osim što pružaju umjetnički izričaj, mažoretkinje služe i kao sredstvo za druženje i socijalni kontakt među više ljudi, potičući zajedništvo i timski rad. Isto tako, ističe da mažoretkinje spadaju u grupu formacijskih plesova, gdje skupina plesača izvodi točno propisane figure uz strogo određena pravila za promjenu formacija. Ova kombinacija umjetničke izvedbe i timskog rada čini mažoretkinje jedinstvenim oblikom plesa koji se ističe svojom raznolikošću i složenošću izvedbe. Nadalje, Bijelić (2006) ističe da formacijski ples obuhvaća koordinirano kretanje više plesnih parova po plesnom podiju, što omogućuje koreografu da izrazi različite prostorne tranzicije. Ova raznolikost u plesanju i formacijama također uključuje elemente specifične za druge plesne stilove. Kroz plesne formacije, plesač može demonstrirati vlastite tehničke sposobnosti i kvalitetu izvedbe, dok istovremeno pokazuje vlastitu sposobnost suradnje unutar tima.



## 2. POVIJEST MAŽORET PLESA

Vjerodostojni dokumenti o postanku mažoretkinja ne postoje, ali prepoznajemo tri različite teorije koje su predložene kako bi objasnile njegovu pojavu. Te teorije uključuju: teoriju o švicarskim bacačima zastava kao pretečama mažoretkinja, teoriju o mažoretkinjama kao zamjeni za tambur majoru i američku teoriju nastanka mažoretkinja. U nastavku rada bit će detaljnije razrađen prikaz teorija.

### 2.1. Švicarski bacači zastava kao preteča mažoretkinja

Šćurić (2017), navodi teoriju da su mažoretkinje nastale od raznolikih švicarskih bacača zastava. To su bile stjegonoše koji su pored standardnog držanja zastava izvodili jednostavne figure s kopljima zastava, poput vrtnje, mahanja, okretanja, bacanja i slično. Kasnije se razvio poseban izraz "sbandieratori". Oni su danas jedna od najvažnijih atrakcija karnevala i drugih festivala u Zapadnoj Europi. Jedna od karakteristika izraza je izvođenje vratolomija s jednom ili više imitacija srednjovjekovnih zastava, često u opremi onoj koju su nosili paževi tog vremena. Na glazbu orkestra i perkusija (udaraljki) izvođači bacaju vlastite zastave više od deset metara u zrak, te ih rotiraju oko ruku i drugih dijelova tijela. Ovaj način izvođenja podržava teoriju da su mažoretkinje nastale od švicarskih bacača zastava (Šćurić, 2017).



Slika 1. Švicarski bacači zastava

<https://web.facebook.com/photo/?fbid=2704791616251895&set=pb.100042828530894.-2207520000>

## 2.2. Mažoretkinje kao zamjena za tambour majoru

Teorija da su mažoretkinje potekle kao zamjena za tambur majoru potječe iz Francuske. Smatra se najvjerojatnijom teorijom te glavnom od strane Europske mažoret asocijacije. Ova teorija naglašava da je začetnik mažoret plesa dirigent paradnog vojnog orkestra tzv. marching-banda. Dirigent je dirigirao velikom palicom koja se naziva "mace", što u prijevodu znači žezlo ili buzdovan. Ova palica je bila ukrašena posebnim ukrasima i znala je biti duga i do dva metra. Njome bi dirigent pokretao orkestar i definirao tempo glazbe te pokazivao smjer kretanja u glazbenom izričaju. Osim toga, dirigent je mogao izvoditi razne žonglerske figure ili akrobatske pokrete s palicom za vrijeme izvođenja orkestra, dodajući tako vizualni element dirigentskom nastupu. Ove geste i pokreti često su bili usklađeni s ritmom i dinamikom glazbe, pridonoseći ukupnom doživljaju glazbene izvedbe. Naziv dirigenta u vojnim orkestrima bio je „tambour-major“ (francuski: bubnjarski bojničnik ili major), a pretpostavlja se da je naziv „mažoretkinja“ nastao upravo iz tog termina. Krajem 18. stoljeća tambour-major su nadopunjavale i zamjenjivale grupe djevojaka koje su u ruci imale manje palice. Predvodile su vojnu paradu na ritam koračnice vojnog orkestra kako bi se odlazak na bojište učinio manje frustrirajućim. Bile su odjevene u uniforme vojnih postrojbi tog vremena, a te uniforme su kasnije poslužile kao inspiracija za današnje uniforme mažoretkinja. Palice koje su djevojke koristile bile su slične današnjim štapovima, a imale su gumeni stožac na kraju koji je bio identičan klasičnom vrhu dirigentske palice (Šćuric, 2017).



Slika 2. Tabour major

[https://web.facebook.com/deutsche.militaermusik/photos/a.1103419849689602/1219566451408274/?type=3&paipv=0&eav=AfYIaxQSfw5\\_KR2PCNU55Cuz8nQasEJD\\_oy3ZKMHXsuM0QdatLqQcKFSor\\_-JOfK98&rdc=1&rdr](https://web.facebook.com/deutsche.militaermusik/photos/a.1103419849689602/1219566451408274/?type=3&paipv=0&eav=AfYIaxQSfw5_KR2PCNU55Cuz8nQasEJD_oy3ZKMHXsuM0QdatLqQcKFSor_-JOfK98&rdc=1&rdr)

### 2.3. Američka teorija nastanka mažoretkinja

Treća teorija temelji se na dokumentima Millsaps Colledga u Missisippiu. Prema toj teoriji, nakon završetka građanskog rata (1861. - 1865.), bojnič je nazvao svoje "dame atletičarke" po svojoj tituli, nazivajući ih „Majorettes“. Važno je napomenuti da su tambur-majore i mažoretkinje nastali prije Millsapsa u Francuskoj (Šćuric, 2017). Ova teorija pruža jedan od mogućih lokalnih konteksta razvoja mažoretkinja u Sjedinjenim Američkim Državama, ali ne osporava širu povijest i porijeklo mažoretkinja iz Europe.

### 2.4. Mažoretkinje u 20. stoljeću

Formacije mažoretkinja koje su se početkom 20. stoljeća pojavile u Francuskoj i Nizozemskoj više nisu bile isključivo povezane s vojnim paradama. Umjesto toga, mažoretkinje su postale zabavna atrakcija koja je uveseljavala stanovništvo svojim plesom uz pratnju puhaćih orkestara. Tridesetih godina 20. stoljeća u Americi su nastale drum-majorette, djevojke koje su ispred orkestra tehnicirale sa štapom. U to vrijeme, mažoretkinje su često bile jedine ženske osobe u paradi, a njihov broj se obično kretao od jedne do tri. Važno je napomenuti da je samo mažoretkinjama bilo dozvoljeno da nose mini-suknje jer se nošenje istih smatralo nemoralnim ili čak protuzakonomitim u mnogim dijelovima Amerike. Ovaj aspekt je naglašavao poseban status i ulogu mažoretkinja u paradama i javnim priredbama tog vremena. 1927. godine Ed Clark je oformio prvu manufakturu za proizvodnju mažoret štapova. Također, navodi se kako je 1941. godine časopis "Life Magazine" imao mažoretkinje na naslovnici te ih je istovremeno predstavljao i opisivao na nekoliko stranica unutar samog časopisa. Jedan od značajnijih trenutaka u povijesti mažoretkinja bilo je pojavljivanje Judy Garland u filmu "Ziegfeld Girl" kao mažoretkinje. No, najveća promidžba koja je podignula golemu popularnost mažoretkinjama dogodila se kada je Madonna, tijekom turneje MDNA, plesala kao mažoretkinja uz pratnju skupine mažoretkinja (Šćuric, 2017).



Slika 3. Madonna kao mažoretkinja (<https://8oh8s.com/2013/01/08/best-of-2012-best-music-gig/>)

### 3. EUROPSKA MAŽORET ASOCIJACIJA (EMA)

Prema Šćurić (2017) 15. siječnja 1999. godine osnovana je EMA - European majorettes' association (Europska mažoret asocijacija). To je udruga tradicionalnih europskih mažoretkinja koja je osnovana u Zagrebu i gdje su se sastali predstavnici deset zemalja Europe (Hrvatska, Bosna i Hercegovina, Slovenija, Italija, Njemačka, Češka, Mađarska, Poljska, Slovačka i Velika Britanija). Kao prvi predsjednik EMA-a izabran je Alen Šćurić (Hrvatska), a kao glavni tajnik izabran je Emil Culinka (Slovačka). Danas Europska mažoret asocijacija broji 12 zemalja članica s više od 50 000 mažoretkinja. Na Europsko prvenstvo plasira se sedam najbolje rangiranih kadetskih, juniorskih i seniorskih sastava, te neformacije (solo i duo) s državnih prvenstava (Šćurić, 2017).



**Slika 4. Europska Mažoret Asocijacija (EMA)**

<https://ema-europeanmajoret.wixsite.com/mysite/about-us>

#### 4. HRVATSKI MAŽORET SAVEZ (HMS)

Hrvatski mažoret savez (HMS) je udruga mažoret skupina u Republici Hrvatskoj koja je osnovana 23. siječnja 1999. Savez je pravni nasljednik Hrvatske udruge mažoretkinja (HUM) koja je formirana 23. travnja 1995. Hrvatski mažoret savez je član Europske mažoret asocijacije. HMS je vlastitu profesiju podijelio u nekoliko sektora koji se brzo prilagođavaju situaciji i zahtjevima Saveza te njegovih pripadnika. Svaki od sedam članova Upravnog odbora ima područje odgovornosti za koje je odgovoran. Svake godine održava se redovita Skupština, dok predsjednik po potrebi zasjeda izvanrednom skupštinom. Sva tijela HMS-a, koja su potpuno samostalna u djelovanju - Upravni odbor, Nadzorni odbor i Sudački odbor, redovito se sastaju. HMS organizira Državno prvenstvo Hrvatske svake godine u drugom gradu, a obično se održava tijekom mjeseca svibnja. Nadalje, savez danas broji 29 timova mažoretkinja iz raznih dijelova Hrvatske. Članovi saveza su: Biogradske mažoretkinje, Belišćanske mažoretkinje, Bjelovarske mažoretkinje, Gradske mažoretkinje Županja, Impress mažoretkinje Daruvar, Mažoretkinje Župe Dubrovačke, Đakovačke mažoretkinje, Udruga mažoretkinje Glinske banice, Mažoretkinje grada Grubišnog Polja, Mažoretkinje Gradske glazbe Virovitica, Svetojanske mažoretkinje - Jastrebarsko, Karlovačke mažoretkinje, Klinčaselske mažoretkinje, Mažoretkinje Kotoriba, Mažoretkinje otoka Ugljana – Kali, Lekeničke mažoretkinje, Loborske mažoretkinje, Marinske mažoretkinje, Ninske mažoretkinje, Našičke mažoretkinje, Oroslavske mažoretkinje, Mažoret klub Pisarovina, Pakoške mažoretkinje, Slunjske mažoretkinje, Stupničke mažoretkinje, Klub mažoretkinja Sesvećanke, Vinkovačke mažoretkinje, Zadarske mažoretkinje, Zagrebačke mažoretkinje (HMS, 2017).



Slika 5. Hrvatski Mažoret Savez (HMS)

<https://hrvatskimazoretsav.wixsite.com/hmssite/o-nama>

Jednom godišnje se održava Državno prvenstvo u mažoret plesu koje okuplja više od 3000 mažoretkinja iz svih dijelova Hrvatske. Dobni razredi mažoretkinja koje se mogu natjecati su sljedeći:

- Kadeti - mažoretkinje od 8 do 11 godina
- Juniori - mažoretkinje od 12 do 14 godina
- Seniori - mažoretkinje od 15 do 25 godina
- Veterani – mažoretkinje starije od 26 godina (rijetko)

Isto tako, HMS priređuje i natjecanje „Prvi korak“ za djevojčice dobnih skupina od 3 do 9 godina i natjecanje „Viši korak“ za mažoretkinje od 10 do 25 godina. Ovakav koncept natjecanja je koncipiran kako bi pružio priliku mažoretkinjama početnicama koje još nisu spremne za natjecanja na državnoj razini. Na ovom natjecanju, djevojčice plešu pred jednim sudcem prema unaprijed zadanom programu, a zatim dobivaju zlatnu, srebrnu ili brončanu medalju ovisno o broju bodova koje ostvare, sve djevojčice dobivaju medalju (članak 42. natjecateljskog pravilnika HMS, 2017). Nadalje, neki savezi također imaju članice u veteranskom sastavu (mažoretkinje iznad 26 godina) te sastav između škola za djecu s blagim i srednjim mentalnim poremećajem (Šćuric, 2017). Treba napomenuti da HMS na državnom prvenstvu nudi mogućnost natjecanja mažoretkinja u kategorijama „solo“ i „duo“. U kategoriji „solo“ jedna mažoretkinja iz tima izvodi individualni ples i natječe se protiv jedne mažoretkinje iz drugih timova. Obično je to mažoretkinja koja je među najboljima u svom timu. Kategorija „duo“ podrazumijeva natjecanje dviju mažoretkinja u paru iz svakog tima. Sudjelovanje u ove dvije kategorije nije obvezno.



**Slika 6. Natjecanje u prvom i višem koraku (vlastita arhiva)**

## 5. ELEMENTI MAŽORET PLESA

Timski rad i zajedništvo ključni su u mažoret timovima, što direktno utječe na njihov uspjeh. Uspješna koreografija zahtijeva posvećenost, kontinuiran rad i međusobnu podršku tijekom treninga i izvedbe. Svaka greška ima utjecaj na cijeli tim, naglašavajući važnost sinergije i suradnje među svim članovima (Tolja, Jerak i Alić, 2023). Žigman (2014) navodi da osnovni elementi mažoret plesa, koji se ocjenjuju na državnim i europskim natjecanjima prilikom izvođenja paradnog defilea ili koreografskog programa, uključuju:

1. Umjetnički dojam
2. Tehnički dojam
3. Tehniciranje štapom
4. Opći dojam

### 5.1. Umjetnički dojam

Prema Žigmanu (2014), tijekom natjecanja sudci ocjenjuju umjetnički dojam tima. Umjetnički dojam omogućuje sudcu uvid u kreativnost trenera pri osmišljavanju paradnog defilea ili koreografskog programa, kao i izvođenje koreografije od strane cijelog tima mažoretkinja. Za umjetnički dojam sudac može dodijeliti maksimalno 30 bodova. Važno je napomenuti da je umjetnički dojam subjektivan, što znači da svaki sudac može dodijeliti različit broj bodova za koreografiju određenog tima. Nadalje, prema članku 50. natjecateljskog pravilnika HMS (2017) iznosi stavke sukladno kojima se ocjenjuje umjetnički dojam mažoretkinja:

- umjetnička vrijednost, ljepota, težina i originalnost koreografije (bez obzira na samu izvedbu),
- ljepota i težina, raznovrsnost i maštovitost, te originalnost plesnih pokreta (nezavisno od same izvedbe),
- raznolikost, domišljatost, unikatnost i dinamičnost formacije i formacijskih figura, te ljepota i težina promjena formacije (nezavisno od same izvedbe),
- usklađivanje plesnih koraka iz drugih plesova plesu mažoretkinja,
- uklopljenost tehniciranja sa štapom u ukupnu koreografiju,
- uloga, utjecaj i koreografija uvodnice,
- prilagodba koreografije određenoj melodiji i tempu,

U koreografiji nije dopušteno dizanje mažoretkinja, spuštanje glave ispod razine tijela osim ruku, kao i izvođenje akrobatskih figura osim tehniciranja sa štapom (članak 50. natjecateljskog pravilnika HMS, 2017).

## **5.2. Tehnički dojam**

Žigman (2014) navodi da sudci ocjenjuju tehnički dojam uvidom u način izvođenja koreografije i razinu uvježbanosti, pružajući sudcu objektivan stav. Za razliku od umjetničkog dojma, koji može varirati subjektivnim stavom svakog suca, tehnički dojam se temelji na kvaliteti izvedbe, a ne na osobnom ukusu suca. Maksimalno 30 bodova dodjeljuje se za tehnički dojam. Pri ocjenjivanju tehničkog dojma ocjenjuju se sljedeći elementi:

- ljepota (visina dizanja koljena i stopala, ispruženost prstiju, način gaze, položaj noge i stopala) i skladnost stupovnog koraka,
- poravnatost redova i kolona u formacijama, ujednačenost formacije i adekvatna izmjena formacije i formacijskih figura,
- stručna verzija plesnih pokreta,
- reprodukcija plesnih koraka s tehniciranjem sa štapom,
- držanje tijela i vid figure mažoretkinje koji se ne odnosi na fizički izgled te „interakcija s javnošću“ (članak 51. natjecateljskog pravilnika HMS, 2017).

## **5.3. Tehniciranje sa štapom**

Prema Vrvišćar (2011) tehniciranje sa štapom je jedan od ključnih elemenata mažoret plesa koji ga razlikuje od drugih plesnih izraza. Važno je naglasiti da se tehniciranje sa štapom ne smije pretpostaviti ostalim elementima, pošto bi u takvom slučaju bila riječ o disciplini koja se naziva „twirling baton“, a ne o mažoretkinjama. Pri učenju tehniciranja štapom, potrebno je obratiti pozornost na nekoliko ključnih elemenata: pripremu za tehniciranje, ravninu kretanja štapa, smjer vrtnje štapa, postav štapa u prostoru, preciznost, brzinu kretanja, kontrolu štapa i vrijeme (Božić, Ilić i Mercandel, 2012). Postoje različite varijante štapova koje mažoretkinje upotrebljavaju u svom radu. Obično se koriste štapovi od prokroma. Štapovi od prokroma za mlađe mažoretkinje često dolaze u duljinama od 40 cm, 45 cm i 50 cm, dok su za starije mažoretkinje dostupne duljine od 55 cm, 60 cm, 65 cm, 70 cm i 75 cm (Božić, Ilić i Mercandel, 2012). Različite duljine omogućuju prilagodbu štapa visini i uzrastu mažoretkinja kako bi se osigurala udobnost i pravilno izvođenje tehnika.





**Slika 7. Različite duljine štapove (<https://zagrebmajorettes.wixsite.com/zama/mazoret-oprema>)**

Tijekom izvedbe svaka mažoretkinja posjeduje svoj štap i nije dopušteno dodavanje štapova izvana. Međutim, mažoretkinje mogu međusobno zamjenjivati štapove pa je stoga dopušteno da neke mažoretkinje rade s dva ili više štapova, dok druge ne koriste štap uopće (Vrvišćar, 2011).

Imamo sedam stupnjeva tehniciranja sa štapom:

- Prvi stupanj tehniciranja sa štapom obuhvaća sve pokrete i konstrukcije u kojima se štap koristi statično, a ne dinamično. To uključuje figure u kojima se štap može zamijeniti nekakvim sličnim rekvizitom ili se može izvoditi bez rekvizita, poput držanja štapa u ruci, pomicanja statičnog štapa gore-dolje ili na stranu, te slično (Božić, Ilić i Mercandel, 2012; prema Šćuric, 2011).
- Drugi stupanj tehniciranja sa štapom podrazumijeva figure sa štapom, a to su vodoravna vrtnja tzv. „kuhanje“ ili okomita vrtnja tzv. „osmica“ te druge fine tehnike rotacije štapa jednom rukom (Božić, Ilić i Mercandel, 2012; prema Šćuric, 2011).
- Treći stupanj tehniciranja sa štapom uključuje jednostavne figure koje zahtijevaju veću preciznost i kontrolu nad štapom. To uključuje figure podržavanja okomite vrtnje ispred tijela, poznate kao „sunce“, u svim kombinacijama (iza leđa, iznad glave, s poluokretom). Nadalje, tu spadaju i figure okomite vrtnje uz obilježavanje kružnice ispred tijela, poznate kao "zvjezdice", u različitim varijacijama (osnovna, ubrzana, iza leđa, ispod noge). Također, ovaj stupanj uključuje i figuru kraćeg i jednostavnog

lebdenja štapa, pri čemu štap ne dodiruje ni dio ruke određeno vrijeme, uz iznimno lako odbacivanje i prihvaćanje štapa (Božić, Ilić i Mercandel, 2012; prema Šćuric, 2011)..

- Četvrti stupanj tehniciranja sa štapom uključuje lakše figure koje zahtijevaju veću spretnost i koordinaciju. To uključuje figure koje se izvode između prstiju, figure koje se izvode u kombinaciji s drugim dijelovima tijela poput vrtnji oko vrata, preko leđa, struka, potkoljenice, natkoljenice, gležnja i ručnih zglobova, poznate kao „rolovi“. Također, obuhvaća i figure lakšeg lebdenja štapa gdje je vidljiv jedan od četiri elementa težine: visoko lebdenje, teško odbacivanje, teško prihvaćanje štapa ili zadatak te figure jednostavnog dobacivanja štapova između mažoretkinja, pri čemu štap leti kratko, a odbacivanje i prihvaćanje štapa moraju biti izvedeni veoma glatko. Ovi pokreti zahtijevaju naprednu koordinaciju i preciznost, te predstavljaju visoku razinu tehničke vještine sa štapom (Božić, Ilić i Mercandel, 2012; prema Šćuric, 2011).
- Peti stupanj tehniciranja sa štapom obuhvaća srednje teške figure koje zahtijevaju visoku razinu vještine i koordinacije. Tu spadaju figure flipa, koje uključuju rotaciju štapa u zraku, figure koje se izvode na dlanu i na jagodicama prstiju, figure prelamanja u lebdenju dvaju štapova, figure lansea (koje predstavljaju rotaciju štapa u zraku kao modifikaciju flipa), te figure koje uključuju srednje teško gibanje štapa, kojemu su vidljiva dva od četiri elemenata težine: visoko lebdenje, teško odbacivanje, teško prihvaćanje štapa ili neki određeni zadatak koji treba izvesti (Božić, Ilić i Mercandel, 2012; prema Šćuric, 2011).
- Šesti stupanj tehniciranja sa štapom predstavlja veoma teške figure koje zahtijevaju izuzetnu vještinu i preciznost. To uključuje figure flipa, pri čemu se drugom rukom istovremeno izvodi najmanja figura drugog stupnja, kao i figure koje zahtijevaju vrlo teško lebdenje štapa, čime su vidljiva tri od četiri elementa težine: visoko lebdenje, teško odbacivanje, teško prihvaćanje štapa ili zadatak. Također, u ovaj stupanj spadaju i figure lansea s jednim okretom (Božić, Ilić i Mercandel, 2012; prema Šćuric, 2011).
- Sedmi stupanj tehniciranja sa štapom obuhvaća izrazito teške figure koje zahtijevaju izvanrednu vještinu, snagu i koncentraciju. To uključuje figure koje zahtijevaju ekstremno teško lebdenje štapa, gdje su vidljiva sva četiri elementa težine: visoko lebdenje, teško odbacivanje, teško prihvaćanje štapa i zadatak. Također, u ovaj stupanj spadaju figure lansea s dva okreta, figure u kojima se štap rotira oko vrata, podlaktice i nadlaktice te figure koje uključuju manipulaciju s tri štapa istovremeno (Božić, Ilić i Mercandel, 2012; prema Šćuric, 2011).

Također, Božić, Ilić i Mercandel (2012) navode da djeca mlađe školske dobi obično usvajaju prva četiri stupnja tehniciranja štapom, dok određene figure iz petog, šestog i sedmog stupnja zahtijevaju više vještine i često se uče kasnije.

#### **5.4. Opći dojam**

Opći dojam čine svi oni elementi koji se ne ocjenjuju posebno sami za sebe, ali važni su za konačan uspjeh tj. neuspjeh mažoret sastava. Također, opći dojam nosi maksimalno 10 bodova i njegov utjecaj na sudce puno je veći od 10 bodova jer tehnički dobro izvedena koreografija nikada neće biti najbolja bez da sastav ima dobar opći dojam. Elementi općeg dojma su: uniformiranost, izgled mažoretkinja, stupanje (stupovni korak), ulazak/izlazak (iz) koreografiranog programa, početak/kraj paradnog defilea i puhaći orkestar (Vrvišćar, 2011).



**Slika 8. Biogradske mažoretkinje**

<https://web.facebook.com/photo?fbid=787329103528651&set=pcb.787329280195300>

##### **5.4.1. Uniformiranost**

Uniforme su jedna od glavnih karakteristika mažoretkinja. Izgled uniforme odražava ne samo profesionalnost i ozbiljnost mažoretkinja, već predstavlja i vizualni identitet njihovog

sastava i grada iz kojeg dolaze. Prva slika koju publika dobije o mažoretkinjama često je upravo kroz njihove uniforme. Stoga, estetika, kvaliteta i jedinstvenost uniformi igraju važnu ulogu u stvaranju pozitivnog dojma o mažoretkinjama i njihovom nastupu. U formaciji, sve mažoretkinje moraju nositi istovjetnu uniformu, osim predvodnice kojoj su dozvoljene specifične razlike, kao što su suprotna kombinacija boja u odnosu na ostale mažoretkinje, dodatne lentice, više ukrasa itd. Plesanje u civilnoj ili nekoj drugoj odjeći strogo je zabranjeno. Klasična uniforma mažoretkinja sastoji se od kape, sakoa, suknje i čizmi. U povijesti mažoret plesa u Hrvatskoj, uniforme su bile u boji grada koje su predstavljale mažoretkinje, te su često bile vrlo slične vojnim odorama, uzimajući inspiraciju iz povijesnih činjenica i obilno ukrašene. Često su nosile bijele rukavice na rukama, dok su na glavi imale visoke kape ili beretke. Razvojem mažoret plesa i uvođenjem sve složenijih plesnih elemenata i zahtjevnijeg rada sa štapom, mažoret uniforme su se transformirale u skladu s novim zahtjevima. Kape su postale modernije i ženstvenije te bolje prijanjaju uz glavu, dok su čizme sve češće opremljene petama visokim 5 cm kako bi izvedba izgledala još elegantnije. Isto tako, rukavice se više ne koriste jer mogu ometati pri izvođenju težih elemenata sa štapom. U mažoret sastavima nižih dobnih skupina poput kadeta i juniora, dopuštena je uporaba druge vrste obuće, npr. tenisica, ali sve djevojke moraju imati istu obuću kako bi se očuvala uniformnost sastava (Vrvišćar, 2011).

#### **5.4.2. Izgled mažoretkinja**

Kad govorimo o izgledu mažoretkinja, ne mislimo samo na njihov fizički izgled, već i na energiju kojom mažoret sastav zrači, što uključuje izražajne pokrete, ravno držanje tijela, podignutu glavu, kontakt s ocjenjivačima i publikom, osmijeh i slično. Također, izgled mažoretkinja obuhvaća i jedinstvenost formacije. Formacija je grupa plesača (obično veća od tri), koja većinu vremena izvodi iste sekvence pokreta i pruža osjećaj jednakosti ne samo plesno, već i vizualno. Ujednačenost visine i težine među mažoretkinjama često pridonosi estetskom dojmu sastava. Svi sastavi će izgledati kohezivnije i simetričnije kada su djevojke približno iste visine i težine. Ovo je aspekt koji mnogi organizatori i treneri uzimaju u obzir prilikom formiranja mažoret sastava kako bi postigli što harmoničniji izgled. Dobar make-up je izuzetno važan za nastup mažoretkinja. Kvalitetna šminka može maksimizirati izražajnost djevojaka, ističući njihove karakteristike i doprinoseći samopouzdanju. Također, dobar make-up može poboljšati komunikaciju s ocjenjivačima, naglašavajući profesionalnost i zrelost sastava. Izražajne geste koje prate koreografiju i glazbu dodatno pojačavaju umjetnički i tehnički dojam, čineći nastup još impresivnijim i privlačnijim. Osmijeh je neizmjereno važan dio izvedbe mažoretkinja. Osmijeh treba biti maksimalan, uvježban i profesionalan jer doprinosi pozitivnoj

atmosferi i komunikaciji s publikom i ocjenjivačima. Što se tiče frizure, sve djevojke trebaju imati istu frizuru koja ne smeta pri plesanju i čvrsto drži kapu na glavi. Ako kapa slučajno ispadne tijekom izvedbe, ocjenjivač će subjektivno procijeniti koliko to utječe na opći dojam nastupa. Stoga je važno osigurati da su frizure i kape čvrsto pričvršćene kako bi se izbjegle nepredviđene situacije. Kao i u svakom plesnom izražaju, držanje tijela je temelj na kojem se nadograđuju plesni elementi i koraci. To uključuje držanje glave, ramena, ruku, prsa, struka, bokova i nogu. Dobro držanje podrazumijeva samouvjereni položaj tijela, s "lakom točkom" prema gore, podignutom bradom i pogledom usmjerenim izravno prema sucima ili publici. Prsti na rukama i nogama uvijek trebaju biti pravilno formirani kako bi se postigla elegancija i gracioznost pokreta. Prilikom izvođenja koreografije, važno je pažljivo analizirati jesu li određeni pokreti primjereni za mažoretkinje i za koje dobne skupine su prikladni. Koreografija se treba prilagoditi dobnoj skupini kako bi se izbjegli negativni utjecaji na ocjenjivače, publiku i same izvođače. Također, važno je da koreografi i treneri ne provociraju ocjenjivače, već se trude učiniti koreografiju što je moguće prirodnijom i usklađenom sa sposobnostima i razinom iskustva mažoretkinja (Vrvišćar, 2011).

#### **5.4.3. Stupanje (stupovni korak)**

U počecima mažoret plesa, više od 90% koreografije i paradnog defilea temeljilo se na stupovnom koraku, dok je danas taj omjer gotovo obrnut u korist plesnih koraka. Ipak, stupanje uz odoru i štap ostaje jedna od glavnih karakteristika mažoret plesa. Svaki sastav razvio je neki svoj specifičan stupovni korak, ali ključno je da taj korak bude potpuno istovjetan tijekom cijele formacije. To osigurava harmoniju i koheziju sastava tijekom izvedbe. Neujednačenost stupovnog koraka ocjenjuje se unutar tehničkog dojma, dok stil izvođenja stupovnog koraka spada u opći dojam. Stupovni korak treba voditi računa o pet elemenata: ujednačenosti, vrsti i ljepoti stupovnog koraka, kao i izvedbi i ljepoti cijele figure tijekom stupanja. Ovi aspekti su ključni za postizanje visoke razine izvedbe i estetike u mažoret plesu (Vrvišćar, 2011).

#### **5.4.4. Ulazak/izlazak (iz) koreografiranog programa i početak/kraj paradnog defilea**

Sve što se događa prije ili nakon službene izvedbe mažoret sastava, a što je u vizualnom dosegud sudaca, spada u opći dojam. Ponekad se dogodi da neki sastavi zaborave da ih suci pažljivo promatraju ne samo tijekom službenog programa, već i neposredno prije i nakon izvedbe, kako koreografije tako i paradnog defilea. Stoga je važno da mažoretkinje uvijek budu

svjesne svoje prisutnosti i ponašaju se na način koji odražava profesionalnost i poštovanje prema ocjenjivačima. Bilo kakva greška ili pad štapa tijekom ulaska ili izlaska također može imati utjecaj na opći dojam sastava. Ulazak i izlazak s borilišta su važni dijelovi izvedbe i trebaju biti izvedeni sa sigurnošću i gracioznošću kako bi se očuvala profesionalnost i dojam sastava. Ovi dijelovi služe tome da sastav dođe do početne pozicije za službeni dio programa te na isti način napusti borilište nakon izvedbe. Stoga je važno da su ulazak i izlazak izvedeni bez grešaka kako bi se očuvala cjelovitost i elegancija izvedbe (Vrvišćar, 2011).

#### **5.4.5. Puhaci orkestar**

Mažoret ples tradicionalno je bio neodvojiv od puhaćih orkestara, ali danas se sve manje ili gotovo nikako ne viđaju puhaći instrumenti na natjecanjima mažoretkinja. Postoje dva glavna razloga za to. Jedan od njih je smanjenje proračuna s kojim mažoretkinje raspolažu, što otežava financiranje puhaćih orkestara za pratnju. Drugi razlog je taj što su svake godine aranžmani sve zahtjevniji i ne može ih svaki puhaći orkestar odsvirati. Ako je sastav tijekom paradnog defilea praćen puhaćim orkestrom onda je orkestar također dio općeg dojma. Važno je uzeti u obzir izgled orkestra, kvalitetu sviranja, pokretljivost i njegovu povezanost sa sastavom mažoretkinja. Sve to doprinosi ukupnom dojmu izvedbe i ocjenjivanju sastava na natjecanjima. (Vrvišćar, 2011).

## 6. GLAZBA U MAŽORET PLESU

Odabir glazbe u mažoret plesu zaista je poseban. Glazba koja se odabire mora biti motivirajuća i poticati različite ideje koje će koreograf upotrijebiti u daljnjem oblikovanju plesnih struktura. Također, glazba mora odgovarati pravilima mažoret plesa i biti originalna kako bi se osigurala autentičnost i kvaliteta izvedbe (Tolja, Jerak i Alić, 2023). Nadalje, ukoliko neki tim koristi glazbu koja nije propisana, bit će sankcioniran prema pravilima natjecanja. Prema članku 32. natjecateljskog pravilnika Hrvatskog mažoret saveza, glazba koja se koristi mora biti koračnica ili neka druga melodija koja je u ritmu dvočetvrtinske ili četveročetvrtinske mjere. Također, Tolja, Jerak i Alić, (2023) prema Šćurić (2017) navode da se elektronsko muziciranje, električni instrumenti, ritam, aparati i kompjutorski efekti mogu koristiti samo kao prateći instrumenti ili efekti kojima se ne smije dominirati. Ovi instrumenti ne smiju biti solo instrument ili efekt više od 4 mažoret osmice odnosno 32 dobe, sukladno pravilima natjecanja. Tempo u mažoret plesu nije strogo zadan, niti je definiran u članku, ali općenito se smatra da je glazba koja je sporija od 110 beatova (doba) u minuti ili brža od 140 u minuti nije primjerena za mažoret ples. Ako je glazba vrlo spora, mažoretkinje će koračati vrlo sporo, dok će brza glazba rezultirati vrlo brzim koracima. Ipak, pojedini dijelovi programa mogu zahtijevati prilagodbu tempa radi izvođenja određenih elemenata ili plesnih koraka (Šćurić, 2011).

## 7. FORMACIJE U MAŽORET PLESU

Prema Božić, Ilić i Mercandel (2012) osnovni oblici formacije tima mažoretkinja uključuju kvadrat, krug, pravokutnik, trokut, te varijacije kolona koje se protežu u svim smjerovima i poravnanjima, uključujući desnu i lijevu stranu, sredinu i dijagonale. Kolone i redovi tvore formaciju. Poravnanje u formaciji prilagođava se mažoretkinji koja je ispred, s rukom u predručenju s statičnim štapom koji se drži za gumeni stožac. „U odnosu na mažoretkinju pored sebe s desne strane, udaljenost bi trebala iznositi za duljinu odručenja sa statičnim štapom koji se drži za gumeni stožac. Na taj način dobivamo optimalan razmak između redova i kolona, odnosno međuprostor“ (Božić, Ilić i Mercandel, 2012, str. 75). Formacijske promjene prate plesni pokreti i istovremeno manipuliranje štapom, sve sinkronizirano i u zrcalnom plesanju. Sinkronizirano plesanje podrazumijeva da sve mažoretkinje u jednom sastavu izvode iste plesne korake i elemente tehniciranja štapa, prateći unaprijed zadane koreografije. Zrcalno plesanje se može opisati kao oblik plesanja gdje jedna strana tima izvodi pokrete točno obrnuto od druge strane sastava, ali istovremeno koristeći iste plesne korake i elemente tehniciranja štapa. Mažoretkinje u formaciji mogu se kretati na različite načine: zaobilaskom vrsta i kolona, mimoilaženjem, preplitanjem i kruženjem redova i kolona u lijevu ili desnu stranu, te kroz druge plesne pokrete (Božić, Ilić i Mercandel, 2012). Nadalje, mažoret sastavi koji se natječu moraju prijaviti formaciju koja se sastoji od najmanje 7 do najviše 25 mažoretkinja. U toj formaciji jedna od mažoretkinja mora imati ulogu predvodnice. Njihova predvodnica je posebnost mažoretkinja koja stoji ispred formacije mažoret sastava. Najčešće je to djevojka s najduljim iskustvom u mažoretkinjama koja se ističe svojim zalaganjem za sastav i koja je najuspješnija u svom radu, odnosno pokazuje izuzetne vještine u svom radu (Šćuric, 2017).



**Slika 9. Početna formacija paradnog defilea (vlastita arhiva)**



## 7.1. Specifičnosti paradnog defilea i koreografije

Vrvišćar (2011) navodi da u mažoret plesu, paradni defile i statična koreografija predstavljaju dva ključna aspekta plesnog izričaja. U paradnom defileu, mažoretkinje hodajući izvode koreografiju prilagođenu pokretu. Osnovni smisao paradnog defilea je da mažoretkinje, kombinirajući plesne korake i stupovni korak, uz promjene formacija te rad sa štapom, pređu put od mjesta A do mjesta B. Paradni defile predstavlja jedan od najautentičnijih izraza mažoret plesa, s obzirom na to da su mažoretkinje prvotno osmišljene kao pratnja puhaćim orkestrima tijekom mimohoda po ulicama. Iz tog konteksta razvio se koreografirani program, gdje su mažoretkinje izvodile posebne koreografije na mjestima s većim okupljanjem publike, poput trgova. Današnji koreografski program predstavlja poseban plesni izričaj koji se odvojio od paradnog defilea. Karakteriziraju ga dinamične promjene formacija, plesni koraci i kreativna uporaba štapova. Nasuprot paradnom defileu, u koreografskom programu mažoretkinje imaju veću slobodu izražavanja jer izvode svoje koreografije na definiranom prostoru, što omogućuje više mogućnosti za kreativnost i eksperimentiranje. Radi dinamike paradnog defilea, česte su promjene formacija kako bi se smanjio tzv. 'prazni hod' na minimum ili idealno, eliminirao u potpunosti. Koreografija mora biti dobro osmišljena kao zaokružena, jedinstvena cjelina koja obuhvaća početak, vrhunac i kraj (Vrvišćar, 2011).

Prema članku 35. iz natjecateljskog pravilnika HMS-a paradni defile se izvodi na stazi dugačkoj 65 metara i širine 6 metara. Dio staze za paradni defile uključuje i prostor za ulazak i izlazak koji mora biti dugačak najmanje 6, a najviše 12 metara, uz širinu od 6 metara. U iznimnim situacijama, ako se prostor za ulazak i izlazak organizira u dvorani, tada može biti dugačak 5 metara. Na stazi za mimohod može biti od 0 do 3 zavoja, s ukupnim zavojem ne većim od 270 stupnjeva, premda pojedinačni zavoj ne smije prelaziti 230 stupnjeva, dok se zavoji manji od 60 stupnjeva ne nazivaju zavojima. Za paradni defile staza treba biti tvrda i jednolična podloga, bez kosina (uspona ili padova). Također, mažoret sastav za paradni defile mora prijeći stazu unutar maksimalno 2 minute.

S druge strane prema članku 39. i 40. iz natjecateljskog pravilnika HMS-a statična koreografija se izvodi na određenom prostoru ili pozornici veličine 12x12 metara. Prostor za ulaz i izlaz mažoret-sastava mora imati minimalno 120 m<sup>2</sup> površine, pri čemu nijedna stranica prostora ne smije biti manja od 5 metara. Od toga, minimalno 30 m<sup>2</sup> mora biti namijenjeno isključivo za ulazak, isto toliko za izlazak sastava, te minimalno 60 m<sup>2</sup> mora biti predviđeno za zajednički ulazno-izlazni prostor. Članak 41. iz natjecateljskog pravilnika HMS-a statična koreografija

mora trajati najmanje 2 minute i najviše 4 minute. U ne formacijskim programima, statična koreografija ne smije biti kraća od minute niti duža od dvije minute.

U mažoret plesu postoje stroga pravila koja reguliraju izvedbu mažoretkinja. Najoštrije je zabranjeno podizanje mažoretkinja, što znači da njihova glava ne smije biti postavljena niže od razine tijela, osim kada su ruke u pitanju. Također, sve akrobatske figure su zabranjene osim onih koje uključuju akrobaciju sa štapom. Ova pravila obuhvaćaju sve aspekte koreografiranja, bez obzira radi li se o paradnom defileu ili obveznoj koreografiji, osiguravajući standardiziranu izvedbu i sigurnost mažoretkinja tijekom nastupa (Vlašić, Furjan-Mandić, Oreb i Ferderber, 2008).

## 8. KARAKTERISTIČNI PLESNI KORACI I STRUKTURE GIBANJA U MAŽORET PLESU

U radu s djecom, naglasak bi trebao biti na plesu i plesnim strukturama, s obzirom na dokazani pozitivan učinak pokreta i vježbanja na funkciju pojedinih organa i cjelokupnog organizma (Kosinac, 2011). Od pamtivijeka su ljudi zamijetili da ples može imati dva suprotna učinka: može stimulirati uzbuđenje i emocije, ali isto tako može ih i smiriti. Ako dinamičan i uzbudljiv ples traje dulje vrijeme, može dovesti do umora i smirivanja. Međutim, smirenje se može ostvariti i kroz ples mirnih pokreta u monotonom ritmu, posebno uz pratnju blage i jednostavne glazbe (Maletić, 1983). Također, Maletić (1983) ističe da se dvostrukim učinkom plesa možemo izvrsno koristiti i u radu sa djecom. Prekomjerno bučna i dinamična skupina u vrtiću ili pojedino dijete može se smiriti primjenom odgovarajućih plesnih sekvenci, dok se pasivna i letargična skupina može potaknuti na veću budnost i živahniju aktivnost putem plesa.

Prema Kosinac (2011) kako bismo optimalno koristili osnovna kretanja u plesu, važno je razumjeti njihova osnovna obilježja te ih prilagoditi psihomotoričkim karakteristikama djece:

- Uspravan stav i pravilno držanje: Uspravan stav, posljedica biološkog razvoja čovjeka, ključan je čimbenik pri radu, vježbanju i plesu, te uvelike ovisi o posturalnim refleksima koji održavaju tijelo u uspravnom položaju. On odražava toničku funkciju ekstenzora leđa i trbušnih mišića. Preporučuje se upotreba prilagođenih plesnih formi koje potiču posturalne reflekse kod djece predškolske dobi, kako bi se osim estetskog izgleda, razvila i navika pravilnog i zdravog držanja (Kosinac, 2011).
- Hodanje: Hodanje je temeljni oblik kretanja, prirodan i svojstven djeci, dok su ostali oblici pokreta poput trčanja, poskoka i skokova samo varijacije hodanja. U plesu, hodanje je stilizirano, razvijajući pravilan osjećaj za ritam i tempo kroz različite ritmičke i metričke obrasce. Hodanje omogućuje izražavanje različitih ritmova i tempa te pruža mogućnost raznolikog dinamičkog izražavanja. Iskoraci ustranu (često prisutni u plesu), unazad, naprijed te različite brzine iskoraka ključne su aktivnosti za razvoj koordiniranih pokreta stopala i donjih udova, što predstavlja osnovu za izvođenje plesnih struktura. S vremenom se ove funkcije usklađuju s manipulacijom rukama, gornjim udovima i vizualnom kontrolom (Kosinac, 2011).
- Trčanje: Trčanje u plesu je zapravo varijacija hodanja, ali s mnogo življim prenošenjem težine tijela. To je dinamički oblik kretanja koji se stvara kroz

usklađene pokrete tijela. Temeljna zadaća trčanja u plesu je stvaranje lijepog, potpuno usklađenog kretanja. Koraci su dugi i elastični, što ostavlja dojam lakoće i savršene harmonije (Kosinac, 2011).

- **Poskoci:** Poskok karakterizira kretanje koje počinje od stopala prema težištu, pri čemu se tijelo odvaja od tla jednom ili objema nogama. Mišići cijelog tijela su lagano napeti, s posebnim naglaskom na opruživače nogu. Iako su poskoci po intenzitetu fiziološkog opterećenja znatno lakši od skokova, ipak značajno aktiviraju cijeli organizam. Poskoci se mogu izvoditi na mjestu, s pomicanjem u prostoru, pojedinačno, u parovima ili u skupinama. Pokreti ruku pri poskocima nisu strogo određeni niti uvijek isti. Oni ovise o vrsti poskoka ili skoka, te se prilagođavaju kako bi podržali i dopunili njihove kretnje (Kosinac, 2011).
- **Skokovi:** Skokovi su vrlo dinamična i intenzivna kretanja, pri kojima se aktiviranjem određenog broja živčano-mišićnih jedinica proizvodi snaga, omogućujući tijelu da se odvoji od tla i pomiče u prostoru. U osnovi, skokovi se sastoje od odraza, leta iznad tla i doskoka. Najvažnije kod skokova je da se impuls odraza usmjerava prema gore, prema težištu tijela. Skokovi se mogu izvoditi jednom ili objema nogama. Zahtijevaju bolju koordinaciju, eksplozivnu snagu, veće tehničko znanje i naprednije vladanje tijelom u prostoru (Kosinac, 2011).
- **Stajanje i poskakivanje na jednoj nozi:** Za stabilno stajanje i poskakivanje na jednoj nozi ključno je dobro funkcioniranje posturalnog refleksnog mehanizma, posebno reakcija centra za ravnotežu. Smatra se da su plesovi i plesno-ritmičke strukture izvrsno sredstvo za razvoj posturalnih refleksa i ravnotežnih reakcija kod djece, budući da se oni uspostavljaju relativno rano (Kosinac, 2011).
- **Zamasi:** Zamasi su u osnovi niz povezanih napetosti i opuštanja koji se odvijaju u stalnom ritmičkom njihovom tijeku. Oni predstavljaju središnju kretnju u plesu te se koriste uz razne sprave. Vrlo su korisni u plesno-ritmičkoj gimnastici ako se provode uz pljeskanje, def, kastanjete, glazbu i slično (Kosinac, 2011).
- **Ravnoteža:** Kretanje svakog živog bića uvjetovano je održavanjem i uspostavljanjem ravnoteže, pri čemu ključnu ulogu igra prenošenje težišta. Osnovna svrha vježbi ravnoteže je omogućiti nam da u određenom momentu, u bilo kojem položaju, zadržimo naše tijelo u ravnoteži. Takve vježbe potiču aktivnost mišićno-zglobnih osjeta, razvijaju sposobnost balansiranja, osjećaj za prostor te oblikuju stavove, položaje i kretanje (Kosinac, 2011).

- **Metodičke osnove učenja plesnih koraka:** U početnim fazama učenja, djeca se oslanjaju na oponašanje pokreta, dok se kasnije fokusira na osnovne pokrete, tj. na pokušaje reproduciranja pokreta uzora. Kada se koristi ples u bilo kojoj formi, bitno je uzeti u obzir dob djeteta, motoričke sposobnosti te njihov interes. Princip postupnog napretka od lakših k težim zadacima često rezultira čvrstim temeljima pokreta, pružajući priliku za daljnje unaprjeđenje. U početku nije potrebno inzistirati na strogoj formi niti opterećivati dijete preciznim brojanjem koraka. Bitno je da dijete prihvati ritam, povezujući ga s melodijom, a zatim postupno povećavati fokus na usklađivanje plesnih koraka s ritmom (Kosinac, 2011).

Mažoret ples je tzv. „step by beat“ ples, što znači da se jedan korak izvodi na jednu dobu (udarac, beat). Ipak, kod nekih koraka je moguće izvesti i dva koraka na jednoj dobi. Ritam glazbe može varirati, ali ritmička ujednačenost izvođenja ostaje konstantna (Božić, Ilić i Mercandel, 2012 prema Šćuric, 2011). Uvijek se broji osam beatova koji tvore jednu osmicu, osnovnu glazbeno-ritmičku strukturu i koreografsku jedinicu. Osnovni karakteristični pokret u mažoret plesu je koračanje, poznato kao stupanje, pri čemu noge imaju ključnu ulogu. Koračanje, odnosno stupanje, počinje lijevom nogom na prvoj dobi. Važno je ujednačeno koračanje na glazbene dobe, pri čemu se noga naglašeno podiže, savijena u koljenu, prije prijenosa težine tijela na tu nogu (Božić, Ilić i Mercandel, 2012). Nadalje, stupanjem razvijamo motoričke sposobnosti kod djece i utječemo na njihov uspravni stav, ističući važnost uspravnih leđa i pogleda uperenog blago prema gore ili ravno (Bobić, 2024; prema Malešević, 2019). Osim stupanja, izvode se i razni kickovi, poskoci, naskoci te skokovi iz čučnja, što automatski utječe na razvoj eksplozivne snage nogu. Ruke također igraju važnu ulogu jer se njima manipulira rekvizitom, u ovom slučaju štapom. Moguće je izvoditi dinamične ili statične pokrete sa štapom, poput uzručivanja, predručivanja, odručivanja simetrično ili asimetrično. Na primjer, lijeva ruka može biti u odručenju dok je desna u predručenju s vrtnjom osmice, što automatski utječe na razvijanje repetitivne i statičke snage ruku. Istovremeno kretanje noge i suprotne ruke ima veliku estetsku važnost u mažoret plesu. Ovo omogućuje brojne stilske kombinacije pokreta ruku i nogu koje dodaju eleganciju i složenost izvedbi (Božić, Ilić i Mercandel, 2012). Karakterističan plesni korak za mažoretkinje je križanje. Realizira se tako da desnom nogom zakoračimo preko lijeve u desnu stranu, zatim ispružimo lijevu nogu u lijevu stranu, potom lijevom nogom zakoračimo preko desne u desnu stranu i desnu nogu ispružimo u desnu stranu. Okreti su također karakteristični za mažoret ples i mogu biti za 90, 180 ili 360

stup njeva, pri čemu se razvija preciznost jer djeca moraju točno odrediti kut okreta. Okreti se izvode za lijevom ili desnim ramenom (Bobić, 2024; prema Malešević, 2019).

U radu s djecom, primjenom mažoret plesa, cilj je razviti njihov kinestetički osjećaj i srodne sposobnosti. Osnovna svrha je omogućiti im pretvaranje spontanijih motoričkih reakcija u svjesno odabrane, disciplinirane i svrhovite akcije. Kroz razvijeni osjećaj za pokret, djeca će moći inteligentno doživjeti, prepoznati, analizirati, ponavljati i uspoređivati svoje motoričke aktivnosti s onima drugih (Maletić, 1983). Kinestetički osjeti pružaju informacije o položaju i pokretima udova i glave u odnosu na tijelo. U mažoret plesu, najizraženiji su pokreti ruku i nogu, bez obzira na to je li tijelo u simetričnom ili asimetričnom stavu. Pokreti su stabilniji kada se stoji u simetričnom stavu, dok su pokreti u asimetričnom stavu manje stabilni. Za izvođenje određenog zadatka ili pokreta u asimetričnom stavu, ključni su osjećaj za ravnotežu i kontrola, odnosno koordinacija ruku i nogu pri tom pokretu. Prilikom izvođenja određenog zadanog pokreta bitna je i dinamika pokreta, koja određuje jesu li pokreti napeti ili opušteni, snažni ili slabi, teški ili lagani, te naglašeni ili nenaglašeni (Božić, Ilić i Mercandel, 2012).



**Slika 10. „Uspravan stav i držanje“ (vlastita arhiva)**



**Slika 11. „Stupanje“ (vlastita arhiva)**



**Slika 12. „Križanje“ (vlastita arhiva)**



Slika 13. „Kick“ (vlastita arhiva)

### 8.1. Primjena mažoret plesa u radu s djecom predškolske dobi

Prema Sušan (2014), u kontekstu plesa, materijal plesa sastoji se od elemenata koji definiraju prostor, vrijeme, pokret i snagu. Plesač rabi svoje tijelo kao glavni instrument za stvaranje raznolikih pokretnih oblika, manipulirajući i prilagođavajući elemente sile, vremena i prostora kako bi izrazio vlastito umjetničke ideje. Koordinacija u plesu znači koristiti tijelo kao sredstvo izražavanja, omogućujući djeci da nauče kako se umjetnički izraziti kroz tjelesni pokret. U plesu, razlika između instrumenta i materijala leži u fokusu: fokus na instrument odnosi se na samu plesačevu upotrebu vlastitog tijela kao izražajnog alata, dok se fokus na oblikovanje materijala odnosi na kreiranje pokreta, naglašavajući kvalitetu i formu pokreta.

Primjena mažoret plesa u radu s djecom još je u početnim fazama, a znanstveni i stručni tekstovi na ovu temu su rijetki. Zbog manjka literature koja naglašava ulogu i mogućnosti mažoret plesa, on je često zanemaren u odgojno-obrazovnim okruženjima.

Također, primjenom mažoret plesa u radu s djecom u vrtićima, uključuje djecu s različitim sposobnostima, potrebama i osobnostima. Način na koji dijete doživljava mažoret ples uvelike ovisi o tome kako ga odgojitelj predstavi. Odgojitelj treba imati strast prema plesu, pažljivo istražiti mogućnosti materijala te pravilno postaviti koreografiju. Važno je razmotriti potrebe



grupe, kako motivirati djecu, potaknuti njihov entuzijazam i interes (Šušanj, 2014). Na različite načine možemo predstaviti mažoret ples. Odgojitelj može plesati zajedno s djecom ili im davati poticaje dok ih promatra. Podučavanje mažoret plesa pomaže nam doprijeti do dijela djetetove osobnosti u kojem pronalazimo autora, a ne glumca; skladatelja, a ne svirača; kreatora, a ne izvođača (Šušanj, 2014). Čestom primjenom mažoret plesa, odgojitelji ili osobe koje rade s djecom će naučiti kako potaknuti dječju maštu i kreativnost u izražavanju emocija, raspoloženja i ideja kroz ples i pokret. Također, naučit će kako zajedno s djecom stvarati i izvoditi kratke plesne koreografije, što doprinosi njihovom kreativnom i emocionalnom razvoju (Brehm, McNett, 2008). Nadalje, ključno je osigurati da odgojitelji koji podučavaju ples posjeduju potrebno znanje i iskustvo u ovim područjima kako bi se plesni program obogatio i omogućio dublji i sveobuhvatniji pristup plesnom odgoju (Bergmann, 1995; prema Krohn, 1991).

Isto tako, Tihi (2015) prema Pirš (2007) navodi da se ples pokazao kao vrlo učinkovit kineziološki operator u radu s predškolskom djecom. Kroz ples, djeca trče, skaču, okreću se, provlače i izvode razne druge aktivnosti, čime se omogućuje transformacija bazičnih antropoloških obilježja, što je jedan od glavnih ciljeva treninga za djecu predškolske dobi. Ponajprije kao što je gore navedeno plesom potičemo dječju maštu, improvizaciju i stvaralaštvo, što su ključni preduvjeti za razvoj kreativnosti.

Primjena mažoret plesa u radu s djecom predškolske dobi može pozitivno utjecati na njihov razvoj motoričkih sposobnosti, kreativnog izražaja i socijalnih vještina. Kroz aktivnosti kao što su koreografije i manipuliranje štapom, djeca razvijaju koordinaciju, imaginaciju, timski duh te uče važnost discipline i redovitog vježbanja. Osim toga, mažoret ples može doprinijeti estetskom doživljaju i pripremiti djecu za školsko okruženje kroz poticanje koncentracije, memorije i samopouzdanja.

## 9. PRIMJENA MAŽORET PLESA U ODGOJNE SVRHE

Prema Srhoj i Miletić (2000) oživljavanjem i njegovanjem mažoret plesa ostvaruje se odgoj u nekoliko pravaca: nacionalni, socijalni, estetski i zdravstveni odgoj.

- Nacionalni odgoj: Mažoret ples može igrati ključnu ulogu u jačanju nacionalnog identiteta, promicanju kulturne baštine i razvijanju osjećaja zajedništva među mladima. U uniformama mažoretkinja često se mogu pronaći elementi tradicionalne nošnje, što naglašava važnost i estetiku nacionalnih običaja i odijevanja. Nastupi mažoretkinja na državnim praznicima, proslavama i drugim nacionalnim manifestacijama redovito jačaju osjećaj pripadnosti i ponosa na svoju zemlju. Sudjelovanje na međunarodnim natjecanjima omogućuje im dodatno razvijanje osjećaja nacionalnog identiteta i ponosa. Korištenjem mažoret plesa kao alata za nacionalni odgoj, djeca i mladi imaju priliku razviti duboko razumijevanje i poštovanje prema vlastitoj kulturi. Ne samo da razvijaju osjećaj pripadnosti i ponosa, već potiču razumijevanje i poštovanje prema drugim kulturama. Također, mogu bolje razumjeti raznolikost svijeta i razviti osjećaj tolerancije prema drugim kulturama (Srhoj i Miletić, 2000).
- Socijalni odgoj: Plesanjem ne samo da ostvarujemo socijalni odgoj u potpunosti već nema ničeg što može stvoriti takvo ugodno ozračje i atmosferu u zajednici kao ples. Plesanje stvara osjećaj zajedništva, povezanosti i usklađenosti među ljudima, a jedinstvena vrijednost plesa leži u tome što pojedinca prirodno integrira u kolektiv, neprimjetno oblikujući plesače (Srhoj i Miletić, 2000). Nadalje, Cetinović i Vidaković Samardžija (2014) ističu da rad u organiziranoj grupi djetetu omogućuje uspostavljanje socijalnih odnosa i zadovoljenje potrebe za zbližavanjem. Dijete postiže vlastiti položaj u grupi te oblikuje svoje moralne, radne i druge osobine.
- Estetski odgoj: Plesovi, svojom ljepotom i raznolikošću pokreta, te bogatstvom oblika i ritmova, omogućuju izobilje materijala i prilika za razvijanje estetske svijesti i osjećaja za ljepotu kroz pokret (Srhoj i Miletić, 2000; prema Lewin RN., 1995). Ples se može doživjeti kao poezija tjelesnih kretnji, izražena kroz široku lepezu plesnih ritmova.
- Zdravstveni odgoj: Različiti motivi, ambicije i sposobnosti pojedinaca za bavljenje sportom naglašavaju potrebu za raznolikim programima. Bitno je da svi ti programi imaju isti cilj - unapređenje zdravlja i općeg antropološkog stanja. Poseban značaj

primjene plesnih struktura kao kinezioloških alata leži u transformaciji i očuvanju antropološkog statusa djece i mladih. Brojna znanstvena istraživanja potvrđuju ovu činjenicu, što jasno pokazuje usmjerenost procesa vježbanja (plesanja) i kontrolirano promicanje zdravlja (Srhoj i Miletić, 2000).

## ZAKLJUČAK

Mažoret ples predstavlja jedinstvenu disciplinu koja spaja umjetničke, fizičke i društvene aspekte, pružajući brojne prednosti za djecu. Mažoretkinje danas djeluju u formacijama koje publiku zabavljaju svojim plesom uz pratnju puhaćih orkestara ili glazbe uz pomoć kompjutera. Europska mažoret asocijacija (EMA) i Hrvatski mažoret savez (HMS) igraju ključne uloge u standardizaciji i promicanju mažoret plesa. HMS, s 29 timova, može se pohvaliti kao najuspješniji savez, a Hrvatska kao najtrofejnija zemlja na dosadašnjim natjecanjima. Ključni elementi mažoret plesa, poput umjetničkog i tehničkog dojma, tehniciranja sa štapom te specifičnih formacija, značajno doprinose razvoju koordinacije, snage i ritmičkog osjećaja kod djece. Uniformiranost i izgled mažoretkinja potiču osjećaj pripadnosti i timskog duha, dok glazba, posebno puhački orkestri, obogaćuju plesno iskustvo i razvijaju glazbeni senzibilitet. Mažoret ples, sa svojim specifičnim koracima i strukturama gibanja, potiče pravilan tjelesni razvoj, motoričke sposobnosti i socijalne vještine. Križanje noge, stupanj, udarci, poskoci i skokovi iz čučnja ne samo da razviju eksplozivnu snagu noge, već i pomažu u održavanju pravilnog držanja tijela. Djeca kroz mažoret ples stječu važne životne vještine kao što su disciplina, timski rad i samopouzdanje. Osim toga, mažoret ples uključuje i elemente drugih plesnih izražaja, klasičnih i modernih, prilagođenih ovom specifičnom stilu. Tehniciranje štapom, iako na prvi pogled izgleda teško i kompleksno, uz svakodnevno i ustrajno vježbanje, može se savladati i dovesti do visokog stupnja tehniciranja štapom. Bavljenjem ovim plesom značajno se odražava na kvalitetu razvoja motoričkih sposobnosti, posebno koordinacije oko-ruka, kao i na razvoj ravnoteže uslijed izvedbe plesnih koraka te preciznosti u bacanju i hvatanju štapa. Preporuka je uključiti mažoret ples u rekreativnu aktivnost. Odgojitelji i voditelji trebaju biti dobro educirani i kontinuirano usavršavati vlastite tehnike kako bi djeci pružili kvalitetnu poduku i podršku. Poticanje djece na bavljenje mažoret plesom od rane dobi može imati dugoročne pozitivne učinke na njihov cjelokupni razvoj. Zaključno, mažoret ples nije samo oblik zabave i umjetnosti, već i moćno sredstvo za odgoj i obrazovanje djece. Kroz ovaj ples, djeca ne samo da uče tehniku i estetiku, već i razvijaju osobine koje će im koristiti kroz cijeli život. Mažoret ples, svojom kombinacijom discipline, kreativnosti i fizičke aktivnosti, predstavlja idealan alat za holistički razvoj djece.

## LITERATURA

### KNJIGE:

1. Bijelić, S. V. (2006). *Plesovi*. Banja Luka: Fakultet fizičkog vaspitanja i sporta.
2. Brehm, M., A., McNett, L. (2008). *Creative Dance for Learning: The Kinesthetic Link*. McGraw-Hill. Higher Education. Boston.
3. Jerčinović, L., Jerčinović, I. i Vlašić, J. (2016). Kondicijska priprema plesač Jazz plesa. U. G. Jukić, C. Gregov, S. Šalaj, L. Milanović, V. Wertheimer i D. Knjaz (Ur.), *Kondicijska priprema sportaša 2016* (str. 133-136). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
4. Kosinac, Z. (2011). *Morfološko - motorički i funkcionalni razvoj djece uzrasne dobi od 5. do 11. godine*. Split: Savez školskih športskih društava grada Splita.
5. Maletić, A. (1983). *Pokret i ples*. Zagreb: Kulturno-prosvjetni sabor Hrvatske.
6. Maletić, A. (1986) *Knjiga o plesu*. Kulturno-prosvjetni sabor Hrvatske.
7. Srhoj, Lj. i Miletić, Đ. (2000). *Plesne strukture*. Split: Abel Internacional.
8. Šćuric, A. (2011). *Glazba u mažoret plesu*. Zagreb: Škola za trenere mažoret sastava.
9. Šćuric, A. (2017). *Povijest mažoret plesa*. Zagreb: Škola za trenere mažoret sastava.
10. Šćuric, A. (2017). *Sudačko pravo i metodologija u mažoret plesu, 3. izmijenjeno izdanje*. Zagreb: Škola za trenere mažoret sastava.
11. Tihi, A. (2015). Razvoj kreativnosti kroz dječje plesno stvaralaštvo. U. G. Jukić, C. Gregov, S. Šalaj, L. Milanović, V. Wertheimer i D. Knjaz (Ur.), *Kondicijska priprema sportaša 2015* (str. 228-230). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
12. Vlašić, J., Furjan-Mandić, G., Oreb, G. i Ferderber, N. (2008). Mažoret – ples za sve generacije. U. M. Andrijašević (Ur.), *Međunarodna znanstvena-stručna konferencija: Kineziološka rekreacija i kvaliteta života* (str. 311-317). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
13. Vrvišćar, I. (2011). *Elementi mažoret plesa*. Zagreb: Škola za trenere mažoret sastava.
14. Žigman, M. (2014). *Elementi mažoret plesa*. Zagreb: Škola za trenere mažoret sastava.

### INTERNETSKI IZVORI

15. Bergamann, S. (1995). Creative Dance in the Education Curriculum: Justifying the Unambiguous. *Canadian Journal of education*, 20 (2), str. 156-165. Preuzeto 15 lipnja 2024. <https://journals.sfu.ca/cje/index.php/cje-rce/article/view/2709/2013>

16. Bobić, I. (2024). *Mažoret ples kao izvannastavna aktivnost u primarnom obrazovanju*. University of Zadar / Sveučilište u Zadru. Preuzeto 22. travnja 2024. <https://repozitorij.unizd.hr/en/islandora/object/unizd%3A8059/datastream/PDF/view>
17. Božić, D., Ilić, O., Mercandel, T. (2012). *Folklorni plesovi Istre Strukture suvremenog i mažoret plesa*. Pula: Sveučilište Jurja Dobrile u Puli. Preuzeto 22. travnja 2024. <http://projekti.unipu.hr/taarlog/folk.pdf>
18. Cetinić, J. i Vidaković Samardžija, D. (2014). Ples kao sredstvo izražavanja djece predškolske dobi. U R. Bacalja, K., Ivon (Ur.) *Dijete i estetski izričaji* (str. 265-272). Zadar: Sveučilište u Zadru. Preuzeto 16 lipnja 2024. [https://iuo.unizd.hr/Portals/50/zbornici/Zbornik%20dijete\\_%20compressed.pdf](https://iuo.unizd.hr/Portals/50/zbornici/Zbornik%20dijete_%20compressed.pdf)
19. Hrvatska enciklopedija, Leksikografski zavod Miroslav Krleža, 2024. Preuzeto 2. travnja 2024. <https://enciklopedija.hr/clanak/mazoretkinja>
20. Hrvatski mažoret savez, Pravilnici HMS-a (2017). Preuzeto 10. siječnja 2024. <https://hrvatskimazoretsav.wixsite.com/hmssite/pravilnici-1>
21. Jovančević, V. (2016). *Realizacije različitih vrsta plesova i ritmičke gimnastike*. Doktorska disertacija. Univerzitet u Beogradu: Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja. Preuzeto 15. lipnja 2024. [https://www.researchgate.net/profile/Vojin-Jovancevic/publication/324007439\\_RELATIONS\\_BETWEEN\\_DIFFERENT\\_TYPES\\_OF\\_DANCES\\_AND\\_RHYTHMIC\\_GYMNASTICS\\_RELACIJE\\_RAZLICITIH\\_VRSTA\\_PLESOVA\\_I\\_RITMICKE\\_GIMNASTIKE/links/5ab8be7ba6fdcc46d3b89bc4/RELATIONS-BETWEEN-DIFFERENT-TYPES-OF-DANCES-AND-RHYTHMIC-GYMNASTICS-RELACIJE-RAZLICITIH-VRSTA-PLESOVA-I-RITMICKE-GIMNASTIKE.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Vojin-Jovancevic/publication/324007439_RELATIONS_BETWEEN_DIFFERENT_TYPES_OF_DANCES_AND_RHYTHMIC_GYMNASTICS_RELACIJE_RAZLICITIH_VRSTA_PLESOVA_I_RITMICKE_GIMNASTIKE/links/5ab8be7ba6fdcc46d3b89bc4/RELATIONS-BETWEEN-DIFFERENT-TYPES-OF-DANCES-AND-RHYTHMIC-GYMNASTICS-RELACIJE-RAZLICITIH-VRSTA-PLESOVA-I-RITMICKE-GIMNASTIKE.pdf)
22. Sušanj, K. (2014). Primjena kreativnog plesa u ranom odgoju i obrazovanju. U R. Bacalja i K., Ivon (Ur.) *Dijete i estetski izričaji* (str. 273-292). Zadar: Sveučilište u Zadru. Preuzeto 16 lipnja 2024. [https://iuo.unizd.hr/Portals/50/zbornici/Zbornik%20dijete\\_%20compressed.pdf](https://iuo.unizd.hr/Portals/50/zbornici/Zbornik%20dijete_%20compressed.pdf)
23. Tolja, M., Jerak, T. i Alić, J. (2023). Elementi mažoret plesa u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture. *Magistra ladertina*, 18 (2), str. 129-143. Preuzeto 2 svibnja 2024. <https://hrcak.srce.hr/file/453928>

## SAŽETAK

Mažoret ples, jedinstvena plesna forma koja se ističe korištenjem mažoret štapa, ima bogatu povijest koja seže sve do 20. stoljeća. Njegova evolucija obuhvaća različite teorije o nastanku, uključujući one koje ga povezuju sa švicarskim bacačima zastava, tambour majorem i američkim teorijama nastanka. Danas je mažoret ples široko priznat i potvrđen kroz organizacije poput Europske mažoret asocijacije (EMA) i Hrvatskog mažoret saveza (HMS). Elementi mažoret plesa obuhvaćaju umjetnički i tehnički dojam, tehniciranje sa štapom, opći dojam. Osnovni koraci uključuju stapanje, križanje, poskoke i skokove, dok glazba igra ključnu ulogu u ritmičkoj strukturi izvedbi. Mažoretkinje izvode plesne formacije u različitim oblicima, prilagođene paradnim defileima i koreografijama. U odgojne svrhe, mažoret ples se koristi za razvoj kinestetičkog osjećaja, koordinacije i pravilnog držanja tijela. Ples potiče kreativnost, izražavanje emocija i timski rad, što je od iznimne važnosti za cjelokupan razvoj djece. Kroz pažljivo planirane i prilagođene plesne aktivnosti, djeca stječu disciplinske vještine i razvijaju motoričke sposobnosti koje doprinose njihovom fizičkom i mentalnom razvoju.

**KLJUČNE RIJEČI:** mažoret ples, EMA, HMS, kreativnost, cjelokupni razvoj

## ABSTRACT

Majorette dance, a unique dance form that stands out with the use of a majorette stick, has a rich history that dates back to the 20<sup>th</sup> century. Its evolution encompasses various theories of the origin, including those linking it to the Swiss flag throwers, the tambour major, and the American origin theories. Today, majorette dance is widely recognized and confirmed through the organizations such as the European Majorette Association (EMA) and the Croatian Majorette Association (HMS). The elements of majorette dance include the artistic and technical impression, a technique with a stick and the general impression. The basic steps include the stepping in, crossing, hopping and jumping while music plays a crucial role in the rhythmic structure of the performances. Majorettes perform dance formations in various forms, adapted to parades and choreographies. For educational purposes, majorette dancing is used to develop kinesthetic feeling, coordination and proper posture. This dance encourages creativity, expression of emotions and the team work, which is extremely important for the overall development of the children. Through carefully planned and tailored dance activities, children acquire disciplinary skills and develop motor skills that contribute to their physical and mental health.

**KEY WORDS:** majorette dance, EMA, HMS, creativity, overall development



## PRILOZI

Slika 1. Švicarski bacači zastava

(<https://web.facebook.com/photo/?fbid=2704791616251895&set=pb.100042828530894.-2207520000>)..... 5

Slika 2. Tabour major

([https://web.facebook.com/deutsche.militaermusik/photos/a.1103419849689602/1219566451408274/?type=3&paipv=0&eav=AfYIaxQSfw5\\_KR2PCNU55Cuz8nQasEJD\\_oy3ZKHMHXsuM0QdatLqQcKFSor\\_-JOfK98&\\_rdc=1&\\_rdr](https://web.facebook.com/deutsche.militaermusik/photos/a.1103419849689602/1219566451408274/?type=3&paipv=0&eav=AfYIaxQSfw5_KR2PCNU55Cuz8nQasEJD_oy3ZKHMHXsuM0QdatLqQcKFSor_-JOfK98&_rdc=1&_rdr)) ..... 6

Slika 3. Madonna kao mažoretkinja (<https://8oh8s.com/2013/01/08/best-of-2012-best-music-gig/>) ..... 7

Slika 4. Europska Mažoret Asocijacija (EMA) ..... 8

Slika 5. Hrvatski Mažoret Savez (HMS) ..... 9

Slika 6. Natjecanje u prvom i višem koraku (vlastita arhiva) ..... 10

Slika 7. Različite duljine štapove (<https://zagrebmajorettes.wixsite.com/zama/mazoret-oprema>) ..... 13

Slika 8. Biogradske mažoretkinje

(<https://web.facebook.com/photo?fbid=787329103528651&set=pcb.787329280195300>)..... 15

Slika 9. Početna formacija paradnog defilea (vlastita arhiva) ..... 20

Slika 10. „Uspravan stav i držanje“ (vlastita arhiva) ..... 26

Slika 11. „Stupanje“ (vlastita arhiva) ..... 27

Slika 12. „Križanje“ (vlastita arhiva) ..... 27

Slika 13. „Kick“ (vlastita arhiva) ..... 28

**Izjava o pohrani i objavi ocjenskog rada  
(završnog/diplomskog/specijalističkog/doktorskog rada - podcrtajte odgovarajuće)**

Student/ica: Natali Hrsić  
Naslov rada: Primjene mažoret plesa u rodu s djecom  
predškolske dobi  
Znanstveno područje i polje: Društvene znanosti, pedagogija  
Vrsta rada: Diplomski rad  
Mentor/ica rada (ime i prezime, akad. stupanj i zvanje):  
doc. dr. sc. Dadi Malada  
Komentor/ica rada (ime i prezime, akad. stupanj i zvanje):  
/

Članovi povjerenstva (ime i prezime, akad. stupanj i zvanje):

1. dr. sc. Bopir Babin (predsjednik)  
2. doc. dr. sc. Dadi Malada (članica/mentorica)  
3. izv. prof. dr. sc. Lidija Klačarić (članica)

Ovom izjavom potvrđujem da sam autor/autorica predanog ocjenskog rada (završnog/diplomskog/specijalističkog/doktorskog rada - zaokružite odgovarajuće) i da sadržaj njegove elektroničke inačice u potpunosti odgovara sadržaju obranjenog i nakon obrane uređenog rada.

Kao autor izjavljujem da se slažem da se moj ocjenski rad, bez naknade, trajno javno objavi u otvorenom pristupu u Digitalnom repozitoriju Filozofskoga fakulteta Sveučilišta u Splitu i repozitoriju Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu (u skladu s odredbama Zakona o visokom obrazovanju i znanstvenoj djelatnosti (NN br. 119/22).

Split, lipanj, 2024.

Potpis studenta/studentice: Natali H.

Napomena:

U slučaju potrebe ograničavanja pristupa ocjenskom radu sukladno odredbama Zakona o autorskom pravu i srodnim pravima (111/21), podnosi se obrazloženi zahtjev dekanici Filozofskog fakulteta u Splitu.

SVEUČILIŠTE U SPLITU  
FILOZOFSKI FAKULTET

**IZJAVA O AKADEMSKOJ ČESTITOSTI**

kojom ja Natali Hrsić, kao pristupnik/pristupnica za stjecanje zvanja magistra/magistrice raznog i predškolskog odgoja i obrazovanja, izjavljujem da je ovaj diplomski rad rezultat isključivo mogega vlastitoga rada, da se temelji na mojim istraživanjima i oslanja na objavljenu literaturu kao što to pokazuju korištene bilješke i bibliografija. Izjavljujem da niti jedan dio diplomskoga rada nije napisan na nedopušten način, odnosno da nije prepisan iz necitiranoga rada, pa tako ne krši ničija autorska prava. Također izjavljujem da nijedan dio ovoga diplomskoga rada nije iskorišten za koji drugi rad pri bilo kojoj drugoj visokoškolskoj, znanstvenoj ili radnoj ustanovi.

Split, lipanj 2024.

Potpis

Natali M.

## POTVRDA O LEKTURI

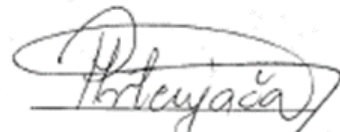
Ime i prezime autora rada: Natali Hršić

Naslov diplomskog rada:

Primjene moćet plesa u radu s djecom predškolske dobi

**Diplomski rad lektoriran je prema pravilima hrvatskog standardnog jezika.**

Datum: 30. lipnja 2024.



Marijana Prtenjača, prof. hrvatskog  
jezika i književnosti