

# Odgojitelj i plesne aktivnosti u dječjem vrtiću

---

Krišto, Ivana

Master's thesis / Diplomski rad

2020

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

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:172:930022>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2025-03-09**

Repository / Repozitorij:

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



UNIVERSITY OF SPLIT



DIGITALNI AKADEMSKI ARHIVI I REPOZITORIJI

**SVEUČILIŠTE U SPLITU**  
**FILOZOFSKI FAKULTET U SPLITU**

**DIPLOMSKI RAD**

**ODGOJITELJ I PLESNE AKTIVNOSTI U DJEČJEM VRTIĆU**

**IVANA KRIŠTO**

**Split, 2020.**

SVEUČILIŠTE U SPLITU  
FILOZOFSKI FAKULTET  
ODSJEK ZA RANI I PREDŠKOLSKI ODGOJ I OBRAZOVANJE

DIPLOMSKI RAD  
ODGOJITELJ I PLESNE AKTIVNOSTI U DJEČJEM VRTIĆU

Kolegij: Dječje plesno stvaralaštvo

Student:

Ivana Krišto

Mentor:

dr. sc. Dodi Malada

Komentor:

dr.sc. Tea-Tereza Vidović Schreiber

Split, srpanj, 2020.

## Sadržaj

1. Uvod.....	4
2. Ples .....	6
2.1.1. Teorijski pristupi postanku plesa .....	8
2.2. Povijest plesa u Hrvatskoj .....	10
2.3. Podjela plesa .....	18
2.3.1. Narodni plesovi .....	18
2.3.2. Društveni plesovi.....	19
2.3.3. Umjetnički ples .....	21
2.4. Hrvatska plesna tradicija u predškolskoj dobi .....	23
3. Karakteristike djece predškolske dobi.....	25
3.1. Tjelesni rast i razvoj .....	26
3.1.1. Kategorije faktora koji djeluju na rast i razvoj.....	27
3.2. Kognitivni razvoj .....	28
3.3. Motorički razvoj.....	29
3.3.1. Faze motoričkog razvoja.....	31
3.3.2. Motoričke sposobnosti.....	35
4. Pokret i ples u predškolskom uzrastu.....	37
4.1. Dobrobiti plesa za djecu .....	37
4.2. Utjecaj pokreta i plesa na razvoj djeteta predškolske dobi .....	38
4.2.1. Utjecaj plesa na emocionalni razvoj .....	39
4.2.2. Utjecaj plesa na spoznajni razvoj .....	40
4.3. Uloga odgojitelja.....	41
5. Istraživački dio .....	44
5.1. Cilj i zadatci istraživanja .....	44
5.2. Sudionici istraživanja .....	44
5.3. Postupci i instrumenti istraživanja .....	44
5.4. Rezultati istraživanja .....	45
6. Zaključak.....	58
7. Sažetak .....	59
8. Summary .....	60
9. Prilozi .....	61

## 1. Uvod

Želja za ritmičkim pokretom i plesnim izričajem prirođena je svakom ljudskom biću. Ples omogućuje čovjeku opuštanje i rušenje barijera koje ga koče u komunikaciji svakodnevnoga života. Plesna umjetnost je praizvor svih umjetnosti koja ima svoj izraz u ljudskoj osobnosti. Vezana je za sve ljudske tradicije, od rata, rada, do ljubavi. Nastala je u narodu. Od svojih prvobitnih oblika – praplesova, kroz mistične, čarolijske, ratničke i erotske oblike, iskristalizirali su se plesovi složenijih ritmičkih oblika s umjetničkim težnjama izražavajući ljepotu poezije, melodije i pokreta. Pokret je postao neiscrpno sredstvo čovjekova fizičkoga izražavanja koji svojom formom i kompozicijom omogućuje beskonačan broj različitih plesnih izričaja (Šumanović, Filipović i Sentkirali, 2005). Ples ima veliki utjecaj na čovjeka u bilo kojoj životnoj dobi, a posebice u predškolskoj. U današnjem suvremenom načinu života djeca su sve manje motorički aktivna (Kalish, 2000), a sve više vremena provode u virtualnom svijetu „vezana“ uz suvremena tehnička pomagala (računalne igre). Jedan od razloga tomu zasigurno je i nedostatak adekvatnog prostora za igru, posebno u gradovima (Bastjančić, Lorger i Topčić, 2011). Nepobitna je činjenica da je predškolska dob idealna za razvoj i odgoj – ne samo zdravstvenih, prehrambenih i higijenskih navika, nego i za cjeloviti razvoj u području tjelesne aktivnosti. Dijete predškolske dobi osjeća prirodnu potrebu za kretanjem. Upravo je rano djetinjstvo povoljno vrijeme za stimuliranje razvoja morfoloških karakteristika, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti te povećanje optimalnog dosega biotičkih motoričkih znanja (Zekić, Car Mohač i Matrljan, 2016). Dijete se u predškolskoj dobi izražava spontanim pokretima što utječe na razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti te na cjelokupni razvoj (Risteski, 2018). Plesom se u djece razvijaju sposobnosti kreativnog izražavanja i stvaralaštva, primjenom različitih pokreta i kretnji, a sve s igrom koja je jedna od osnovnih djetetovih potreba (Cetinić, Vidaković i Samaržija, 2011). U igri se također povećava rad svih organa i organskih funkcija pa je njena uloga u rastu i razvoju djece iznimno bitna. Za dijete predškolske dobi igra predstavlja i osnovni oblik učenja (Findak, Delija, 2001). Kroz igru dijete dovodi do izražaja svoje sposobnosti i znanja, a paralelno razvija i svoje emocionalne potencijale. Igra odgovara djetetovoj prirodi i osigurava jedinstvo između tjelesnoga, intelektualnoga, emocionalnoga i socijalnoga razvoja. Ona pridonosi i izgrađivanju djetetova karaktera. Djetetova aktivnost u igri istodobno predstavlja i učenje, pa je stoga najefikasniji put za stjecanje novog znanja, primanja sve složenijih informacija, za rješavanje zadataka koje sredina nameće, i što je najznačajnije,

omogućava mu samostalno i stvaralačko razmišljanje (Cetinić i sur., 2011). To je najprimjerenija aktivnost za dijete predškolske dobi jer ima pozitivan utjecaj na njegov cjelokupni razvoj (Laban, 1993). Plesna aktivnost ima vidljiv psihički utjecaj jer pridonosi dobrom raspoloženju, smanjuje anksioznost i depresivna raspoloženja, potiče emocije te pojačava intelektualne sposobnosti. Uz to, ples pomaže pri razvijanju odgovornosti, samodiscipline, samopouzdanja i pruža mogućnost za razvoj moralnih kvaliteta i formiranje društvenih vrijednosti. Vrlo snažan segment plesne aktivnosti je i doprinos razvoju umjetničkog doživljaja i kreativnog stvaralaštva koji je neizostavan pri radu s djecom (Trajkovski i sur., 2015). Ples u svojoj kompleksnosti povezuje umjetnost, sport, odgoj i obrazovanje te pridonosi umjetničkoj, glazbenoj i estetskoj nadogradnji i tako u konačnici obogaćuje kulturnu razinu pojedinca. Dijete kroz jezik umjetnosti izražava i odražava svoja shvaćanja, pita se o svijetu, traga za odgovorima. Jezik umjetnosti formira svijest i osjećaje djeteta te mu omogućuje dublju uključenost u procese koji oslobađaju nebrojene mogućnosti stvaralaštva (Vidović Schreiber, 2015). formirajući njegovu svijest i njegove osjećaje te omogućuje dublju uključenost u procese koji oslobađaju nebrojene mogućnosti stvaralaštva (Vidović Schreiber, 2015). Pritom je uloga odgajatelja kao značajnog poticajnog faktora od iznimne važnosti (Marić i Nurkić, 2014). Djeci nije potreban samo odgojitelj, već i glazbenik, glumac, inspirator, voditelj, kreator, suradnik, istraživač, evaluator. Potreban im je svestrani odgojitelj kojemu će interesi, potrebe i sposobnosti djece biti na prvom mjestu. Takav odgojitelj će ih motivirati, ohrabriti i poduprijeti njihov razvoj (Habuš Rončević, 2014).

## 2. Ples

Ljudi su po prirodi i umjetnici i plesači. Svi se krećemo, reagiramo, osjećamo i stvaramo. U plesu naše tijelo postaje instrument, um zadržava našu mudrost, a duša odražava naše emocije (Carter, 2004). Ples je pokretanje tijela, a svakako unutrašnji poriv i doživljaj pojedinca iskazan kretanjem u ritmu. Taj ritam može biti u skladu sa glazbom, ali i bez nje. Cilj plesa je da se iskaže kretnja ili glazbena ideja, osjećanje ili samo uživanje u kretanju. Ples se smatra jednim od najstarijih vidova umjetnosti i možemo ga pronaći u svim epohama i narodima do današnjih dana. Ples ima povijest, sredstva izražavanja, terminologiju. Neosporno je povezan s kulturom naroda iz kog potječe. On je reakcija, i to motorička, na veselje. Treba dodati da je u prvobitnoj ljudskoj zajednici ples predstavljao dio rituala zajednice, iskazivanja osjećanja u najširem smislu. Različiti uvjeti života, klimatski, geografski, socijalno okruženje i zajednica u kojoj ples nastaje, daju plesu stilska obilježja, sadržaj i način igre. U pojedinom podneblju na narodni ples utječu razni faktori kao što su velike migracije ljudi i ratovi. Iz tih razloga u ovom podneblju primjetan je razvoj plesa koji se najčešće ogleda u raznorodnom razvoju i stilu izražavanja pokreta, koracima pa i upotrebom određenih rekvizita. Zanimljivost u vezi plesa je što on predstavlja i sagledava se u više dimenzija. Ima prostornu komponentu, ima svoju dinamiku i ritam, i sam tok pokreta. Igra je najdublji ontološki sloj ljudskog iskustva jer se najsnažnije iskazuje intuicijom (Jovančević, 2016).

### 2.1. Važnost plesa kroz povijest

Budući da je baza ovoga diplomskoga rada ples i da se prethodno objasnio pojam plesa, očigledno je da se radi o umjetnosti čiju ćemo povijest u nastavku predstaviti. Jedna od najznačajnijih plesnih umjetnica Ana Maletić (2002) smatra kako je upravo ples jedna od najstarijih umjetnosti. Umjetnost plesa usko je povezana sa svim ljudskim tradicijama: ratom, radom i ljubavi. Filozofi najstarijih civilizacija ples su smatrali velikim modelom prema kojem je bio oblikovan čovjekov moralni život. Ono što je jedan čovjek plesao označavalo je njegovo pleme, njegove društvene običaje i njegovu religiju. Religija je zauzimala veoma značajno mjesto u čovjekovu životu, stoga je i ples dobivao veliku religioznu važnost. Plesati je značilo ukratko obitavati i moliti se. Narod je plesao u svim svečanim trenucima u životu: pri sijanju i žetvi, ženidbi, sahrani, pri ratu i miru. Plesali su se plesovi koje je tradicija usvojila i koje je predvodio poglavica ili vladar. Ples je zrcalo koje odražava nemoguće koje je učinjeno mogućim. Svi ga mogu dotaknuti, osjetiti i doživjeti (Ladešić i Mrgan, 2007). Kod starih civilizacija ples možemo podijeliti na povijest najvažnijih ljudskih civilizacija čija je plesna

kultura izumrla, povijest plesa starih civilizacija čija se plesna tradicija održala do današnjih dana te povijest plesa u kulturama zemalja (Indija, Kina, Japan, Indokina i Indonezija) čiji su se tradicionalni plesovi sačuvali (Maletić, 2002). Iz arheoloških pronalazaka, Svetoga Pisma, Staroga zavjeta, Epa o Gilgamešu, Talmuda i sl. možemo potvrditi ovakve oblike kretanja koje nalazimo u staroj Mezopotamiji i Egiptu (Maletić, 2002). U Mezopotamiji su se javili prvi plesovi religijskih i magijskih motiva, ali pisanih svjedočanstava iz toga razdoblja manjka, dok arheološki nalazi u starom Egiptu pružaju obilje podataka o plesu i plesnoj kulturi. Etničke skupine koje su emigrirale prema Nilu ostavljale su jasne prikaze plesa kao što su glinene vaze na kojima su ostali urezani prizori muškaraca koji plešu (Maletić, 2002). Ovu tvrdnju potvrđuju povijesni nalazi, posebice crteži u pećinama iz paleolitika. Na pećinskim crtežima uz prizore iz lova jasno su vidljive i scene plesa (Ivančan, 1996). 4000 godina pr. Kr. (razdoblje Gerzek) se javlja se i prvi oblik trbušnog plesa koji se prvotno povezivao s plodnošću, a tek stoljećima kasnije poprima erotsko značenje. Osim prakticiranja trbušnog plesa u čast plodnosti, u prošlosti je velik značaj pridat plesu s borbenim motivima. Naime, borbeni motivi su se različito interpretirali, ovisno o civilizaciji. U starom Egiptu razlogom je bila primarni razlog izvođenja borbenog plesa, dok je u Grčkoj borbeni ples služio kao psihička i fizička priprema pred borbu ili rat (Maletić, 2002).

U antičkoj Grčkoj ples nije imao samo vjersku i simboličku funkciju, nego je bio povezan s općim shvaćanjem čovjeka i života u kojem se cijenila harmoničnost fizičkih aktivnosti i tjelesna ljepota. Grci plesu dodaju dimenziju „scene“ i tada se ples smatra pretečom kazališta, a „u Rimu tadašnja pantomima sa svojom ekspresivnošću gesti rezultira na tom tlu današnjim (suvremenim) baletom“ (Brkljačić, 2013). Grci su među svojim muzama imali i predstavnicu plesa - Terpsihoru. Profesionalni ples razvio se u Rimu gdje se pantomimom željelo nešto priopćiti, pokazati, objasniti ili objaviti. Rimljani su se plesom najčešće koristili u odgoju djece iz povlaštenih staleža (Maletić, 1986). U starome Egiptu, antičkoj Grčkoj, starome Izraelu, plesači su svoju plesnu naobrazbu stjecali u posebnim umjetničkim školama koje su najčešće bile vezane uz hramove lokalnih božanstava. Najpoznatija škola nalazila se u Memfisu (Maletić, 2002). Početkom srednjeg vijeka Katolička crkva je neko vrijeme tolerirala plesove, prisutne i u crkvenim obredima. Međutim, sa zabranom svetkovanja poganskih običaja od VII. stoljeća ples nestaje iz obreda, a oko 1400. godine Crkva je zabranila i svjetovne plesove smatrajući ih opasnim za moral. Unatoč crkvenim zabranama, ples se u narodu održao kroz cijeli srednji vijek: pri svetkovanju blagdana, žetve, berbe, svadbe. S vremenom se pojavljuju i prvi oblici narodnog plesa koji se prvenstveno veže uz tradiciju i njezine običaje. Narodni ples



je velikim dijelom rasprostranjen i u Hrvatskoj, te najčešće oživljava sjećanje na naše pretke i njihov stil života. Prema navedenom, ples je oduvijek bio poticatelj ostalih umjetnosti, i ne samo umjetnosti, te se prakticirao u različite svrhe, s različitim namjenama i ishodima, te u raznim situacijama. Zahvaljujući tome, plesom je moguće izraziti sve, od rata do ljubavi. Dodavanjem složenijih koraka i pokreta prvim oblicima plesa, kroz tisućljeća plesanja, razvili su se složeni plesovi koji su prisutni u današnjem vremenu (Maletić,2002).

### 2.1.1. Teorijski pristupi postanku plesa

Umjetnici od davnina pokušavaju ovjekovječiti ples u svojim djelima, ali sve te pjesme, slike, opisi i rezbarije bile su odraz subjektivnog doživljaja ili prikaz jednog trenutka ili oblika plesa (Maletić, 1986). Bit plesa dugo je predmet nagađanja i filozofskih rasprava, a zbog svoje fizičke i psihičke komponente ta bit je obavijena tajnama. U 19. stoljeću ples postaje sve češći predmet znanstvenih istraživanja. Ples se istražuje iz više perspektiva te je tema istraživanja mnogih različitih znanstvenih disciplina, od antropologije, arheologije, komparativne etnologije i sociologije, pa sve do psihologije i medicine. S obzirom na te različite pristupe i istraživačke discipline koje se bave plesom, logično je da postoji i više teorija o tome kako je ples nastao te koja mu je bila primarna funkcija. U nastavku teksta predstaviti ćemo neke od teorija i teoretičara sukladno radu Ane Maletić (ibid.). Prva je teorija plesa kao početne ritmičko-plesne manifestacije. Ova teorija smatra da se ples u početku manifestira kao prirodno usađena aktivnost jer već i mala djeca izvode ritmičke sekvence pokreta. Predstavnik ove teorije je nizozemski liječnik Joost A. M. Meerloo. On (prema ibid.) korijenje dječjeg plesa vidi još i prije rođenja – embrio osjeti udaranje vlastitog i majčinog srca te se razvija i giba u tom zvučnom svijetu kojeg naziva „nirvanski ples“. Nakon ovoga slijedi „mliječni ples“ pri kojem dojenče traži kontakt s majkom, a pri tome se ponavljaju ritmički sljedovi pokreta. Uz Meerlooa ovu teoriju zagovaraju i muzikolog i koreolog Curt Sachs te sociolog i filozof Herbert Spencer (prema ibid.) koji su došli do sličnih zaključaka – ples je za dijete radosno izživljavanje nagomilane energije. U svojim počecima ples je bio motorička reakcija na veselje, određena vrsta igre kojom se trošio višak snage kroz ritmički skladno kretanje. Ples je služio i kao dio psihofizičkog zagrijavanja prije aktivnosti kao što su lov ili rat jer se kroz njega savladavao strah, uspostavljalo psihičku ravnotežu i stvaralo potrebno raspoloženje, a uz sve to se i tijelo pripremalo za napore koji slijede (ibid.). Slijedeća teorija je ples kao izražavanje emocija. Prema ovoj teoriji korijene plesa treba tražiti u iskazivanju emocija pokretima tijela, a glavni predstavnik je povjesničar plesa John Martin. Svoje stavove Martin (prema ibid.) bazira na unutarnjim, fiziološkim mehanizmima i vanjskim ponašanjima, odnosno razlikama

funkcioniranja našeg sustava organa za kretanje kada smo smireni i kada smo u afektu. Ono što je zajedničko plesu i afektivnom stanju je da imamo impuls za iskazivanje iracionalnog stanja pokretom jer takvo stanje ne možemo izraziti racionalno i praktično (ibid.). Socijalni motivi plesa jedna su od najzastupljenijih teorija o podrijetlu plesa. Prema ovoj teoriji socijalni motivi jedan su od najjačih pokretača plesa. Etnolog i povjesničar umjetnosti Ernst Grosse (prema ibid.) ide tako daleko da smatra da se čitava napredna civilizacija temelji na plesu te da je ples čovjeka učinio društvenim bićem. Sociolog Marcel Mauss (prema ibid.) smatra da je ples nastao u kolektivu kao manifestacija socijalnog instinkta jer u kolektivnom plesu članove skupine vežu iste emocije, raspoloženja, cilj i ritam. Za antropologa Josepha Denikera (prema ibid.) ples je velika škola solidarnosti. Svoje mišljenje temelji na tome da se u zajedničkom plesu izražavaju zajednički osjećaji prema događajima koji se tiču čitave skupine, a uz to osoba žrtvuje dio svoje individualnosti kako bi se prilagodila općoj zajednici. Uz sve ovo istraživanja (prema ibid.) su pokazala da je ples, uz rat, jedini povod okupljanja zajednice koja je rasprostranjena na velikom prostoru kao prilika izražavanja potpune solidarnosti. Socijalna obilježja najbolje su očuvana u narodnim plesovima. Napomenimo još i to da bez obzira na izrazito važnu ulogu socijalnog elementa u plesu, vrlo rano u povijesti plesa dolazi do izdvajanja pojedinaca koji su plesali u ime zajednice, za nju ili pred okupljenom zajednicom (ibid.). Sljedeće važno teorijsko područje o pojavi plesa povezuje ples i igru. Ishodište ove teorije mišljenje je da je početni motiv plesa bio čovjeku urođen instinkt za oponašanjem, a taj instinkt važnu ulogu ima i u igri. Ples i igra mogu se međusobno prožimati i proizlaziti jedno iz drugoga. Theodul Ribot (prema ibid.), jedan od pionira eksperimentalne psihologije, smatra da je ples nastao iz nagona za igrom. On ples gleda kao najpotpuniji oblik igre te najprirodniju umjetnost jer proizlazi iz motoričkih nagona za aktivnošću. Od tih prvih instinktivnih nagona za igrom i plesom razvojem same djece ples i igra prelaze u prostor dječje mašte pa se igra i ples improviziraju na temelju neke ideje vodilje. Međutim, osim mašte, u dječjoj igri i plesu važnu ulogu imaju i unaprijed određeni obrasci koje djeca ponavljaju (ibid.). Ukratko, ples i igra se s jedne strane baziraju na mašti i kreativnosti, a s druge strane na oponašanju i ponavljanju usvojenih obrazaca. Estetski motivi nastanka plesa u središtu su iduće skupine teorija koje svoje korijenje imaju još u radovima francuskog sociologa Charlesa Fouriera u 18. stoljeću. Ova teorija povezuje nagon za aktivnošću i produktivnošću s potrebom za estetskim oblikovanjem. Težnja ka estetskom uočljiva je od najranijih plesova u artikulaciji pokreta, gestama, pokretima, stavu te u ukrašavanju plesača i dekoriranju mjesta gdje se ples održavao (ibid.). Posljednja teorija povijesti plesa ovdje predstavljena ples promatra kao simboličku transformaciju doživljaja. Filozofkinja Susanne Langer glavna je predstavница ove teorije. Proces pretvaranja iskustava i podataka u simbole

neprestano se odvija u našim mozgovima što znači da je um neprestani izvor ideja i misli bez obzira kakve one bile. Umjetnici ideje za svoja djela dobivaju iz impresija, ali umjetničko djelo nije spontana reakcija na dojmove, već je to djelo simbolički oblikovani prikaz. Prema ovoj teoriji spontani ples koji je znak jedne emocije razlikuje se u velikoj mjeri od plesa koji je simbol te emocije. Ples u ovom kontekstu postaje umjetnost tek kada prestane biti psihomotorička reakcija na trenutačne dojmove i te dojmove pretvori u plesne simboličke geste. „Umjetničkim plesom upravljaju zamišljeni osjećaji, a ne stvarni istinski...“ (ibid.: 17). Nakon vrlo kratkog prikaza povijesti plesa te osnovnih teorija o nastanku plesa, slijedi prikaz povijesti plesa u Hrvatskoj.

## 2.2. Povijest plesa u Hrvatskoj

Plesna umjetnost nastala je u narodu. Od praplesova, osnovnih koraka i pokreta tijekom vremena su nastali složeniji plesovi. Ples je i društvena pojava, tako da su društveni plesovi u Hrvatskoj samo mali odraz onog što je ples značio kroz mnoga razdoblja. Čovjek ima potrebu da svojim plesom djeluje na nekog ili nešto, na taj način su mnogi grupni plesovi u Europi sačuvali svoje obilježje (Lovrenović, 2016). Na našim prostorima isprepliću se utjecaji raznih kulturnih sfera: alpska, mediteranska, karpatska, orijentalna, a uz to i kulturni utjecaji susjednih naroda. Svi ti razni utjecaji naišli su na plodno tlo na području koje naseljavaju Hrvati. Kada se govori o utjecajima, ne smije se podcijeniti niti utjecaj onoga što je u određenom periodu bilo u modi na dvorovima i u gradovima te utjecaj crkvenih i svjetovnih vlasti. Učitelji, vojnici, sezonski radnici, sve su to osobe koje su se selile te sa sobom u nove krajeve donosile inovacije koje su se udomaćile u lokalnim zajednicama, što je bilo izrazito učestalo ako su već postojali neki zajednički elementi ili osnova unutar koje su se novi elementi lako uklopili. Što se tiče samog kronološkog povijesnog razvoja, teško je odrediti točne korijene većine narodnih plesova u Hrvatskoj. Glavni razlog tomu je malen broj izvora i dokumenata koji se bave temom plesa. Prvi izvori su bili reljefi na nadgrobnim spomenicima poput stećaka, nekoliko fresaka ili slične umjetničke ilustracije, a malobrojni su izvori u arhivama iz kojih se može zaključiti kako je ples stvarno izgledao. Pisani izvori limitirani su na određene fragmente i reference o plesnim običajima ili povremena imena plesova zapisana u tekstovima putnika koji su prolazili našim krajevima ili državnih službenika koji su izvještavali o uvjetima u svojim regijama. Usprkos tom nedostatku izvora može se zaključiti da određeni plesovi vuku svoje korijene iz magijskih plesova jer su naši daleki predci koristili ples, ali i druge običaje kako bi poboljšali svoj život. Jedan takav primjer je i zajc ili zecor zečko kolo za koje se vjeruje da korijene vuče još od

paleolitika, a u vrijeme pisanja Ivančanovog teksta (1988) bio je još prisutan u nekim krajevima Hrvatske. To kolo je imalo dvostruku ulogu: poticanje plodnosti i povoljnog lova. Plesovi koji su vezani za obradu tla javljaju se kasnije te svoje korijenje vuku iz neolitika, a brojni su i danas s jasnom magijskom namjenom – osiguravanje dobrog uroda. Kružni plesovi, odnosno kola, svoje korijenje također vuku iz magijskog aspekta te se pojavljuju na našim prostorima s ciljem umirivanja duhova preminulih kako ne bi opsjedali žive i vraćali se iz zagrobnog života. Magijski plesovi plesali su se i oko gradova, kuća, ognjišta ili svadbenih stolova s dvostrukom ulogom: potvrđivanje vlasništva te zaštita od bolesti. Za poboljšanje zdravlja ili vegetacije plesala su se kola oko stabala, krjesova, izvora vode. Dok su plesovi oko bunara ili izvora vode u nekim krajevima opstali, plesovi oko stabala su potpuno iščeznuli s naših područja. Ukratko, kola su služila kao zaštita od zloduha i demona na mjestu gdje su se plesala, a povezivala su se i s vilama i vješticama. Mnogi elementi plesa bili su slični onima koje su povjesničari primijetili i u plesovima ostalih starih Slavena. Kao što možemo vidjeti ti plesovi su bili najvažniji za seosko stanovništvo kako bi se zaštitio urod pa tako Ivančan (ibid.) navodi da su u Lici još 1950-ih žene plesale nage na mjesecini među kupusom kako bi otjerale gusjenice od kupusa da bi on bolje rastao. Ivančan (ibid.) navodi da su razne vrste procesija (zvončari, didi, fašnik, kolendari) izrazito stari kulturni oblici čiji je postanak teško točno utvrditi. Isto vrijedi i za ritualne plesove, kola, jednostavne koreografije te za uporabu maski i rekvizita u plesu. Ono što je sigurno da svi ovi oblici datiraju od prije srednjeg vijeka. Povjesničari plesa često kao primjer najstarijeg srednjovjekovnog kola navode ples s otoka Fär-öer u pratnji pjevanja starih balada, ali on je po formi sličan mnogim šestodijelnim plesovima koji se u to vrijeme javljaju na našim prostorima. Jedna od najstarijih plesnih tradicija u Hrvatskoj, ali ne samo u Hrvatskoj, jest šestodijelni nijemi ples dinarske zone. M. Gavazzi (prema ibid.) smatra kako su Slaveni kolo donijeli sa sobom iz područja koja su prije nastanjivali, ali obzirom da postoje i neslavenski narodi na području Balkanskog poluotoka koji također imaju svoja kola, postoji vjerojatnost da su te urođeničke skupine ovih prostora također imale svoje inačice kola. Sličan oblik plesa prisutan je i na Bliskom istoku pa se može pretpostaviti da je šestodijelno kolo na naše prostore došlo upravo s Bliskog istoka te se nastavilo širiti prema sjeverozapadu Europe. Ono što je karakteristično za naše područje je da je kod nas očuvano najviše varijacija ovakvog plesa, više nego igdje drugdje. Uz to napomenimo kako se istom kulturnom transverzalom Bliski istok-zapad Europe, kojom su se širili plesovi, jednako tako širio i plesni inventar, odnosno instrumenti. Prvi stvarni zapis o plesu koji se pojavljuje na našim prostorima nalazi se u dokumentu „Liber questionum“ iz 1273. godine. Radi se u pravnom dokumentu u kojem se među ostalim navodi spor dviju obitelji u Trogiru. Povod sporu bila je činjenica da je osoba

bila ranjena te joj je potekla krv za vrijeme plesa s mačevima. Iz svega navedenoga zaključujemo da se radilo o grupnom plesu te se pretpostavlja da je riječ o moreški čija je pojava kasnije i službeno evidentirana u Trogiru. Jesu li u plesovima smrti u Istri sudjelovali Talijani ili Hrvati teško je reći, ali ti plesovi zabilježeni su na freskama Vincenta Kastavca u Beramu u Hrvatskoj i Hrastovlju u slovenskom dijelu Istre. Premda se radi o freskama pretpostavka je da su slični plesovi stvarno postojali, a tu pretpostavku podupire činjenica da je akvilejski patrijarh Bertand na sinodi 1338. ili 1339. eksplicitno zabranio ovu vrstu plesa. Uz to napomenimo kako su zabrane plesa od strane crkvenih vlasti bile učestala pojava u srednjem vijeku. Tako je i senat Dubrovačke Republike na početku 14. stoljeća zabranio plesati kolo i pjevati sekularne pjesme prvo u katedrali, a potom na području čitave Republike. U 14. stoljeću imamo još jedan važan dokument koji spominje ples. Zapisao ga je nepoznati kroničar u Zadru 1344. godine povodom posjeta hrvatsko-ugarskog kralja. Narodu je izdana objava da kralja trebaju dočekati uz sveopće veselje, pjesmu i ples. Prelaskom u 15. stoljeće nastavljaju se crkvene zabrane plesa, osobito velikih fešta i plesova pod maskama. S druge strane opet se javljaju proglašeni o feštama i plesovima u čast dolaska kraljeva pa tako postoje pisani tragovi proslave u čast posjeta kralja Ladislava 1402. godine, a posebno je istaknut ples u domu gospodina Ludovicia de Matafarisa. Petnaesto stoljeće donosi opet određene promjene u plesu. Tako se u plesovima Dalmatinske zagore i Banije pojavljuje element u kojem muškarac svoju partnericu podiže visoko u zrak što je preuzeto iz zapadnoeuropskog volta koji je bio proširen u tom vremenu. Ovo je period u kojem su cehovi bili primaran pokretač društvenog života i zabave u gradovima pa ne čudi da su određeni cehovi počeli osmišljavati plesove u kojima su simbolički prikazivali dio svojih vještina. Promjena je bilo mnogo, a moderne inovacije u plesu jako brzo su se širile jadranskom zonom pod utjecajem Dubrovnika i Mlečana, ali te utjecaje nemoguće je u potpunosti razdvojiti od austrijskih utjecaja u tom periodu. Dubrovnik je zbog svojih pomorskih veza prihvatio mnoge plesne elemente iz tadašnjeg Napuljskog Kraljevstva te iz Španjolske, među ostalim pod ovim utjecajima je i moreška došla na naše prostore. Što se samog Dubrovnika tiče, ova dva utjecaja su vidljiva i na kolu poskočica, odnosno linđu u kojem su mnogi stilski elementi preuzeti s juga Italije i iz Španjolske – pucketanje prstima, držanje za ruku za vrijeme plesa, odnos među plesnim partnerima. Marko Marulić prvi je za kružni ples počeo koristiti izraz kolo (collo) još u 16. stoljeću, a kolo se potom spominje i u Dubrovačkom zakonu 1515. godine. Moreška, kao jedan od prepoznatljivih plesova plesala se u Splitu u 16. stoljeću te je prikazivala sukob Turaka i Maura. Korčulanska moreška, koja se zadržala do današnjih dana, vjerojatno se također počela plesati u ovom periodu. Mnoge promjene u plesu ponovno su zabilježene u sudskim spisima, ovoga puta u zapisima omišskog sudca Petra Mussora iz 1561. godine. Spor

se opet vodio zbog sukoba za vrijeme plesa, ali ono što se iz spisa može iščitati je puno važnije, a to je prva zabilježena upotreba gajdi kao glazbene pratnje plesu. Prvi put se spominje da je nekome plaćeno da svira za ples, a uz to se spominje prvi put i institucija vođe plesa. Ranije spominjane zabrane plesa koje su sinodama donosile crkvene vlasti nastavile su se i u 16. stoljeću. Sedamnaesto stoljeće donosi opet red promjena u narodnim plesovima pod utjecajima vanjskih faktora te red crkvenih zabrana. Juraj Habdelić i Ivan Belostenec u svojim radovima donose hrvatske tekstove za narodne pjesme te za pjesme koje su pjevane kao pratnja kolima. Poseban naglasak stavljali su na razuzdane pjesme koje su se povremeno pjevale uz ples. Belostenec u odlomku pessem u kolnom pleszu („Pjesme u kolu“) donosi i poskočice koje su se u ovom kontekstu odnosile na razuzdane pjesme, a kasnije se ovaj pojam počeo primjenjivati na šaljive plesove. Valvasor donosi vrijedne izvještaje o plesu u Istri i na Kvarneru u 17. stoljeću opisujući plesne običaje. U tim opisima očiti su utjecaji iz prostora koji su danas Slovenija, a ti utjecaji mogu se pratiti unatrag do 11. stoljeća. Na području Istre veliko je ispreplitanje talijanskih utjecaja te se ne može povući jasna granica između dvaju naroda i svih utjecaja na tom području. Činjenica da je nešto u tom razdoblju bio talijanski ples nije značilo da ga i Hrvati nisu plesali. Takvi primjeri su i balon ili balun, najvažniji ples među hrvatskim Istrijanima koji ima talijansko ime ali su ga Talijani zabranili te je onima koji su ga plesali prijetila i zatvorska kazna. Kolo na kat počinje se znatnije širiti Europom još u 16. stoljeću, ali na našim prostorima zabilježeno je u 17. stoljeću i to u više oblika – „Palo inje na zeleno zmilje“, „turopoljsko kolo na čardak“, a u Hercegovini u obliku „kolo na kolu“. Kako možemo vidjeti do sada u tekstu, prilikom pisanja o povijesti plesa većina povijesnih izvora koji govore o plesu ili plesnim običajima odnosi se na jadransku zonu što čini vrijednim malobrojne izvore koji govore o ostalim prostorima koje su Hrvati naseljavali. Osamnaesto stoljeće u tom pogledu nije donijelo znatnije promjene iako se tada počinje pojavljivati sve više i više informacija o plesu. U ovom periodu nalazimo među ostalim i prvi detaljni opis dubrovačkog kola poskočica i instrumenata koji su korišteni u zapisima učenjaka Ferića. Kroz 18. stoljeće stanovništvo je često povezano kroz bratovštine, a svaka od tih bratovština imala je svog svetca zaštitnika kojega su štovali i u čiju čast su slavili pa tako i plesali. Alberto Fortis u svojim putopisima navodi kako je kolo najdraži ples Morlaka pleše se u krug uz visoko poskakivanje. Fortis zamjećuje i bilježi raspadanje starog oblika plesanja kola koji „nazaduje“ prema formi „skoči gori“ koja se pleše u parovima uz žustro skakanje s noge na nogu. Prema istraživanju Nade Premrl (prema ibid.) prvi bal u Hrvatskoj organiziran je sredinom 18. stoljeća. Organizirala ga je grofica Maria Stubenberg. Radilo se o balu pod maskama u pokladno vrijeme te je predstavljao veliku novinu u dotada skromnom društvenom životu Zagreba. Grof Antun Pejačević prva je osoba koja je na

našim prostorima napravila kuću sa zasebnom sobom za balove 1796. godine. Na samom početku 19. stoljeća Joseph Lavalle piše o Morlacima te navodi kako su uživali u plesu. Ples predstavlja kao njihovu veliku strast te su koristili svaku priliku za ples, a taj ples se sastojao od visokog i ekstravagantnog poskakivanja. Šime Ljubić 1846. također piše o Morlacima i kolu kao najzastupljenijem plesu. On smatra kako kolo nisu Morlaci donijeli na naše prostore niti je bilo učestao među Slavenima, već su ga oni prihvatili od urođeničkog stanovništva tog prostora – Ilira. Početkom 19. stoljeća širenje srednjoeuropskog utjecaja u naše krajeve je donijelo *siebenschritt* koji se u panonskoj zoni razvio u plesove kao što je na primjer „Haj'd na levo“, a u alpskoj i jadranskoj u plesove „Išla žena na gosti“, „Tancaj, tancaj crni kos“, „šetepaši“, „kvatropas“. Različiti utjecaji doveli su do toga da se *siebenschritt* razdijelio te imamo novu formu *schottich* iz koje su se u lokalnim zajednicama razvili plesovi kao što su „cotić“, „dva paša“, „kolo na dvi strane“. *Siebenschritt* i *schottich* su imale primaran utjecaj na razvoj plesa na prostoru čitave Hrvatske izuzev dinarske zone početkom 19. stoljeća. Kako je stoljeće odmicalo, ta dva plesa gube primat u utjecaju na razvoj plesa u Hrvatskoj. Paralelno s njima u ovom periodu javlja se i *mađarski čardaš* čiji se utjecaj velikom brzinom širio Panonskom nizinom te on preuzima ulogu najvećeg utjecaja na razvoj plesa. Utjecaj čardaša najvidljiviji je u plesovima Slavonije. Utjecaj čardaša bio je snažan do pred kraj stoljeća kada se pojavljuje *polka* koja u početku ima paralelan utjecaj s čardašem, ali kasnije potpuno preuzima primat. Iz svega ovoga možemo vidjeti koliko je ples podložan promjenama tijekom vrijeme jer su se u rasponu od samo jednog stoljeća na našem prostoru izmijenila četiri snažna utjecaja preuzimajući međusobno primat jedan od drugoga. No nisu to bili jedini utjecaji, u ovom periodu pronalaze se i neki manji utjecaji kao što je ukrajinski *kokomajke*. U drugoj polovici 19. stoljeća u Splitu, Zadru, Sinju i na Visu još se plesala moreška koja se do danas zadržala samo na Korčuli, kako je i ranije spomenuto. Plesovi Hrvata i Talijana u Istri već su se potpuno odvojili sa značajnim razlikama koje su prisutne i u doba pisanja Ivančavnova teksta. Kada govorimo o 19. stoljeću, bez obzira što govorimo o plesu ne možemo preskočiti spomenuti hrvatski narodni preporod koji je imao veliki doprinos u bilježenju i razvoju folkloru u Hrvatskoj. Stanko Vraz, Ljudevit Gaj i ostali članovi pokreta sakupljali su upitnike o folkloru te poticali prikupljanje folklorne baštine. Stavljani je naglasak na hrvatske pjesme i plesove te sve ono što vuče korijenje od ilirskoga nasuprot mađarskim, talijanskim i drugim stranim utjecajima koji su se pokušavali minimalizirati. Počele su se skladati i pisati pjesme po uzoru na folklorne nasljeđe te su osmišljavani novi plesovi s očitim hrvatskim elementima. Narodni preporod značajno je utjecao na razvoj i svijest o potrebi očuvanja folklorne baštine. Ova svijest o potrebi očuvanja kulturne i folklorne baštine zadržala se i kroz ostatak 19. stoljeća, čak i

nakon što je sam preporod završio. U gradovima su se nastavila osmišljavati hrvatska kola u kojima se težilo zamijeniti strane elemente. Tako imamo primjer s ranije spomenutim čardašem koji je zamijenjen plesovima *drmaš*, *hrvatski tanec* i *tanec*. Plesni orkestri počeli su se znatno više bazirati na tamburi pa je tamburica postala sinonim za hrvatski orkestar, čak i u Dalmaciji gdje je se poticalo kao domaću alternativu talijanskoj mandolini, a u sjevernoj Hrvatskoj kao alternativu violinama koje su bile mađarski utjecaj. Kuhač je bio jedan od istaknutijih ličnosti što se tiče bilježenja folklornog nasljeđa 19. stoljeća te stavljanja velikog naglaska na hrvatske elemente u plesu i pjesmi. Tako je u njegovim tekstovima (prema *ibid.*) zabilježeno veliko nezadovoljstvo ljudima u Međimurju i Podravini jer su plesali hrvatski tanac baš kao da se radi o mađarskom čardašu. Kuhač u svojim radovima donosi i način nastanka dvoranskog kola. Prema njemu koreografiju za dvoransko kolo napravio je 1841. godine Marko Bogunović, viši časnik u brigadi Krajina Brod. Bogunović je službeno došao u Zagreb te donio svoj ples, a mlade pristaše preporoda tražile su od njega da ih nauči plesati to kolo, što je on sa svojim kolegom Hreljanovićem prihvatio. Bogunović je svoje kolo zvao slovenskim kolom, ali kada je saznao za težnje iliraca (pristaša preporoda) koji su htjeli naučiti hrvatsko kolo, osmislio je novo hrvatsko kolo. Vatroslavu Lisinskom dao je glazbu za prvi dio slavonskog kola na temelju koje je Lisinski skladao prvu glazbu za hrvatsko kolo. Oba kola prvi put su izvedena 27. siječnja 1842. godine uz orkestralnu pratnju. Osim ovoga Kuhač je stavljaio veliki naglasak na društvenu ulogu plesa, na slobodu i demokratičnost koja se u njemu pojavljuje jer su svi sudionici plesa jednaki. Iz citata na početku ovog poglavlja može se jasno iščitati Kuhačevo stajalište da društveno-političke okolnosti utječu na oblikovanje pojedinog plesa. Promjene u plesu se nastavljaju i kroz 20. stoljeće. Utjecaj europskih plesnih modnih trendova širi se sve brže i na našim prostorima, novi plesovi se osmišljavaju, a stari mijenjaju. Migracija populacije, ali i drugi utjecaji, dovode do snažnijeg prodora elemenata šestodijelnog plesa dinarske zone na ostatak naših teritorija. Utjecaj tog plesa uočljiv je posebno u Istri i Podravini, a jedan od primjera je „vuzmeno kolo“. U jadranskoj zoni kroz utjecaj pjesme i glazbe ubrzava se promjena sa šestodijelnog kola na trodijelnu formu. Postojale su četiri vrste balova u ovoj zoni na početku 20. stoljeća. Najstariji oblik je bio kolo na trgovima koji se održavao na otvorenom povodom određenih svečanosti, najčešće religijskih, a bio je dar crkve ili mjesnih vlasti narodu. Potom su se razvili plesovi koje su organizirale družine i udruženja mladih zvani socije, socijatade, kumpanije ili slično. Zadaća družina je bila osigurati prostor u kojem će se održati ples unajmiti glazbenika, a u većim zajednicama bilo je više takvih družina koje su se natjecale koja će privući više uzvanika. Sljedeći su se razvili *kavalkine* i *ferme* kao oblik plaćenog plesa. Ovakve plesove organizirali su gostioničari koji bi platili glazbenike, a potom naplaćivali



gostima ulazak u gostionicu te hranu i piće. Ovakve plesove su organizirali i utjecajni pojedinci, osobito ako su imali više kćeri. Posljednja skupina plesova u jadranskoj zoni na početku 20. stoljeća bili su svečani plesovi na koje se moglo doći samo s pozivnicom. Organizirali su se u posebnim salama od strane utjecajnih skupina. Već ranije, prilikom pisanja o plesu u 19. stoljeću, istaknuli samo kako je teško odvojiti utjecaj društveno-političkih okolnosti od samog plesa, a takvo stajalište se definitivno odnosi i na turbulentno 20. stoljeće obilježeno dvama svjetskim ratovima koji su se vodili i na našem prostoru. Međuratno razdoblje posebno je obilježilo djelovanje Hrvatske seljačke stranke i njene kulturne i obrazovne organizacije Seljačke sloge. Oni su uočili važnost tradicionalne seoske umjetnosti uključujući ples te su se počele raditi pripreme za prve scenske nastupe. Stjepan Radić 1925. godine odobrio je plan prezentiranja seoske baštine na pozornici Hrvatskog narodnog kazališta. Prvo je naglasak bio samo na narodnim pjesmama koje su 1927. godine na smotri bile izvođene u svom originalnom obliku, bez dodatnih aranžmana za nastup, a pjevači su nosili narodne nošnje. Smotre su se održavale po Hrvatskoj, a zabranom Seljačke sloge 1929. godine zaustavlja se taj trend. To zaustavljanje nije bilo trajno. Ponovnim nastankom Seljačke sloge 1935. godine počinju se organizirati smotre folkloru s naglaskom na pjevanje, ali iste te 1935. godine u sklopu Smotre grupe iz Jasenovca i Sunja plesale su svoja kola što je bilo prvo izvođenje nekih folklornih plesova na pozornici. Između 1935. i 1940. godine održano je osam smotri folkloru u Zagrebu te oko 150 regionalnih smotri s naglaskom na prezentiranje elemenata starih kulturnih tradicija. Smotre su bile poticaj za obnovu starih, zaboravljenih plesova, pjesama i običaja, a sve pod motom da hrvatski seljački pokret obnavlja stariju hrvatsku folklornu tradiciju i na njenim temeljima gradi novu. Međuratne smotre bile su popraćene i terenskim radovima u kojima su se profesionalnim etnologima pridruživali i amateri koji su imali interesa za folklornu umjetnost. Seljačka sloga na smotrama je dijelila upitnike o lokalnim pjesmama, plesovima, glazbi, kostimima i običajima. Upitnici su sastavljeni u početku prema uputama Antuna Radića, a kasnije i prema detaljnim Osnovama za sabiranje hrvatske narodne glazbe. Prikupljeni upitnici bili su prvi sistematično prikupljeni materijali o narodnoj kulturi. Ovo je bio autentičan narodni i kulturni pokret pokrenut od strane samog naroda, ali i uz poticaj tada dostupnih medija koji su s jedne strane naglašavali važnost očuvanja kulturnog nasljeđa, a s druge strane kritizirali određene negativne aspekte kao što su selektivnost u odabiru koji elementi će se prikazivati i bilježiti. S obzirom da je ovo vrijeme kada se pojavljuje i film kao medij, određene smotre su snimane što danas predstavlja vrijedne dokumente na kojima su zabilježeni plesovi i pjesme. Osim plesa, putem smotri možemo pratiti i razvoj turizma. Naime, na smotri održanoj 1938. godine posjetiteljima su davane brošure i pozivnice za sljedeću

smotru, a bile su ispisane na hrvatskom te četiri strana jezika. Umetnimo ovdje i zanimljivu povijesnu crticu o Olimpijskim igrama u Berlinu 1936. godine. Dvadeseto stoljeće obilježilo je i početak osnivanja amaterskih folklornih društava koja su njegovala tradiciju. Jedno od takvih amaterskih društava iz Zagreba vježbalo je folklorne koreografije koje je osmišljavala balerina Nevenka Perko na glazbu Vatroslava Lisinskog, Slavka Zlatića i Rudolfa Metza. Na navedenim Igrama bilo je među ostalim organizirano natjecanje u folklornom plesu na kojem je sudjelovalo ovo amatersko društvo iz Zagreba. Društvo je izvelo hrvatsko slavonsko kolo, balun, dućec i drmeš te za svoj nastup osvojilo prvo mjesto. Ovaj uspjeh potaknuo je mnoge amaterske skupine u nastavku umjetničkog adaptiranja folklornih plesova kako bi bili prihvatljivi za prikazivanje na pozornici. Kako smo već spomenuli, 20. stoljeće bilo je vrlo turbulentno, a nažalost izbijanjem Drugog svjetskog rata zaustavila su se i istraživanja na području folkloristike te održavanje samih smotri. Srećom, završetkom rata Seljačka sloga ponovno nastavlja sa svojim radom te se ponovno počinju organizirati smotre. Velika smotra hrvatske seljačke kulture održana je u Zagrebu 1946. godine. Iduće dvije godine također su organizirane velike smotre te su u tom razdoblju nastale mnoge kulturne skupine. Što se tiče samog folklor, važno je još zabilježiti i 1949. godinu kada je u Zagrebu osnovan „Lado“ kao prvi profesionalni folklorni ansambl Hrvatske, zasigurno jedan od naših najpoznatijih folklornih ansambala uopće, koji djeluje i danas. Pedesete godine 20. stoljeća obilježilo je zasićenje na području folkloristike, a zbog sve učestalijih kritika folklorne manije mnoga folklorna društva i ansambli prestaju s djelovanjem. Ovakvo stanje ne traje dugo te 1960-te obilježava novi zamah i svojevrsna renesansa u pogledu folkloristike te se ponovno osnivaju razna folklorna društva. U ovom periodu počinje i tijesna suradnja s institucijama kao što su Institut za etnologiju i folkloristiku te Etnografski muzej u Zagrebu (Ivančan, 1988). Povijesni pregled razvoja plesa u Hrvatskoj koji smo prikazali prema tekstu Ivana Ivančana (1988.) obilježen je mnogim promjenama, izmjenama utjecaja država i naroda s kojima smo kroz povijest dolazili u kontakt, a s nekima dijelili carstva, kraljevstva i države. Isto tako bitno za spomenuti je da je u Hrvatskoj 1954./1955. osnovana prva škola suvremenog plesa. Školu je osnovala Ana Maletić (1904-1986), plesna umjetnica, pedagoginja i koreografkinja. Bila je učenica Rudolfa Labana i svoj je rad temeljila na njegovim principima, koji tijelo i njegovu mogućnost promatraju kao cjelinu, od lijepog držanja do psihologije pokreta. Za Anu Maletić folklor je bio najveća inspiracija. U osnovnoj školi djeca pohađaju program ritmike, odgojnog plesa i plesne tehnike te uz ostale predmete, kao što su glazbeni odgoj i glasovir, stječu temelj plesnog i glazbenog obrazovanja. U srednjoj školi, u koju se upisuju putem audicije, učenici se obrazuju za zvanje plesača suvremenog plesa ili plesača edukacijskog smjera (Lovrenović, 2016).

### 2.3. Podjela plesa

Prilikom prikazivanja povijesti plesa vidjeli smo kako se ples mijenjao te se još i danas mijenja izmjenom raznih utjecaja te je povremeno teško odrediti kada ili odakle su se pojavili određeni elementi u plesu. Slično tome izrazito je teško napraviti sistematizaciju plesa i jasno razgraničiti plesove. Osnovni problem pri tome je subjektivnost osobe koja radi sistematizaciju i podjelu. Bez obzira na te teškoće, postoji sistematizacija oko koje su se složili svi teoretičari (prema Malada, 2018). Prema toj sistematizaciji plesovi se dijele na:

- narodne plesove
- društvene plesove (sportski plesovi u koje ubrajamo latinoameričke i standardne plesove sjevernoamerički i moderni plesovi)
- umjetničke plesove.

#### 2.3.1. Narodni plesovi

Krameršek (prema *ibid.*) narodne plesove određuje kao umjetnička djela naroda koje svoje korijene vuče iz neiscrpne riznice doživljaja tog naroda. Narodni ples je estetska konvencionalna aktivnost u kojoj prevladavaju koreografski postavljene acikličke strukture kretanja. Kada se govori o povijesti plesa, vidjelo se da u Hrvatskoj narod kroz plesove izražava svoje emocionalne doživljaje pa se oni često smatraju i živim slikama i izrazima zajednice. Oni odražavaju povijesne, kulturne i društveno-gospodarske okolnosti nekog područja i običaja. Narodni plesovi imaju važnu društvenu ulogu te prate svako veće okupljanje zajednice pri kojem se ljudi međusobno povezuju. Izvode se povodom javnih svečanosti, ali često prate i radnu svakodnevnicu zajednice. Promjene koje obilježavaju svaki ples prate i narodne plesove. Tako su oni u svojim počecima imali značajnu magijsku ulogu dok im je u današnje vrijeme uloga simbolička (*ibid.*). Osnovna forma narodnog plesa je kolo koje je simbol zajedničkog života. Kolo može biti otvoreno ili zatvoreno. U njemu su ljudi mogli komunicirati, a uz to se isticalo i time što su svi sudionici bili jednaki, a poseban status je imao kolovođa koji se bira na temelju spretnosti, sposobnosti i vještine. Kola se mogu podijeliti i prema glazbenoj pratnji pa tako imamo nijemo kolo (bez glazbene pratnje), pjevana kola i tanci uz tarankanje (kola uz vokalnu pratnju) te kola uz vokalno-instrumentalnu pratnju (*ibid.*). Narodni plesovi prema držanju plesača dijele se na solističke, u paru, u trojkama, u četvorkama te već spomenuta otvorena i zatvorena kola. Različiti načini sudjelovanja u plesu pokazuju različite položaje

plesača u društvu. Uz ove tipologije potrebno je napomenuti da se narodni plesovi razlikuju po području na kojem nastaju, a u nastavku teksta pokazat će se koliko se narodni plesovi mogu razlikovati na relativno malom prostoru kao što je Hrvatska.

### 2.3.2. Društveni plesovi

Društveni plesovi mogu se podijeliti na više načina. Malada (2018) navodi kako je podjela društvenih plesova s obzirom na natjecateljske kategorije učestala, ali u isto vrijeme i najmanje točna. Razlog tome je što se pojedini plesovi smještaju u pogrešnu kategoriju pa tako autorica navodi primjer *jivea* koji se stavlja na natjecanjima u kategoriju latinoameričkih plesova premda to nije latinoamerički ples. Uz to veliki problem s natjecanjima je što se u određenim kategorijama dodaju ili izbacuju neki plesovi ovisno o interesu natjecatelja i publike. Ako se odmaknemo od natjecateljske podjele plesa, još uvijek ostaje dvojba trebaju li se plesovi dijeliti s obzirom na sličnost u pokretu i koraku ili po sličnosti u glazbi jer su oboje bitni elementi plesa. Zato se Malada (ibid.) zalaže za podjelu društvenih plesova prema njihovom kulturnom, vremenskom i zemljopisnom podrijetlu. Ples prati ljude još od njegovih prvih zajednica i protkan je svim segmentima života ljudi pa ne čudi niti da se razvijao paralelno s čovjekom i njegovom zajednicom. S obzirom na porijeklo postoji široki spektar klasifikacija plesova pa se tako oni dijele na:

- klasične (europske) društvene plesove:

- o valceri (bečki valcer, engleski valcer, boston-vals, country-vals)

- o foxtrot plesovi (quickstep, slow-fox)

- o klasični tango

- o one-step i two-step i slični stari plesovi

- o blues;

- boogie (swing) plesovi:

- o rock'n'roll

- o jive

- o swing-step

- o west-coast swing

o esat-coast swing

o lindy-hop

o stomp

o boogie-woogie

o shag

o jitterbug

o hustle

o disco fox;

- latinoamerički plesovi:

o bolero (sportska rumba kao njegov derivat)

o cha-cha-cha

o mambo

o salsa

o samba

o merengue

o bachata

o cuban rumba

o cumbia

o pachanga;

- tradicionalni plesovi:

o paso doble

o argentinski tango

o polka (kao društveni ples)

o balun

- o western ili country polka

- o meksički valcer;

- moderni plesovi:

- o charlston

- o twist

- o shimi

- o bossa-nova

- o lambada

- o boogaloo

- o calypso

- o reggeton;

- street dance (ulični plesovi):

- o hip hop

- o mtv jazz

- o breakdance

- o locking

- o popping

- o house

- o krump.

### 2.3.3. Umjetnički ples

Umjetnički ples će biti predstavljen kroz balet koji je jedna od najstarijih plesnih tehnika, a uz to predstavlja i temelj svim ostalim plesnim stilovima (Malada, 2018). Pojam balet nastao je u francuskom jeziku od talijanskog balletto - to je deminutiv riječi ballo što znači plesati, a ta riječ vuče korijene još od latinskog koji ju je preuzeo do grčkog jezika. Izraz balet počeo se koristiti u Engleskoj oko 1630. godine. Početci baleta vežu se uz talijansku renesansu u 15. i

16. stoljeću. Prema povjesničarima baleta (prema *ibid.*) prvi balet, u smislu prikazivanja određenog sadržaja plesom, izveden je 1498. godine u Torinu na svadbi milanskog vojvode Giana Galeazza Maria Sforze i Isabele de Aragon. Generalno se balet u vrijeme renesanse plesao na raskošnim dvorskim zabavama. Vrlo brzo nakon pojave u Italiji proširio se i među francuskim plemstvom u obliku balet de cour. Takav balet je izvodilo plemstvo u kombinaciji s glazbom, pjesmama, stihovima, kostimima i dekoracijama. Već ranije spomenuti „Le Ballet - Comique de la Reine“ u koreografiji Baldassarea de Belogiojosa, izveden u Parizu 1581. godine, smatra se jednim od prvih izvedenih baleta. Luj XIV. osnovao je Kraljevsku akademiju plesa 1661. godine, a 1669. godine osnovana je Académie d'Opéra koja je obuhvaćala baletnu i opernu trupu. Spomenimo još da je 1738. godine u Sankt Peterburgu francuski balet-majstor Jean-Baptiste Landé osnovao Imperial kazališnu školu s ciljem okupljanja mladih ruskih plesača kako bi se osnovala prva ruska baletna trupa (*ibid.*). Ova škola bila je preteča Vaganove baletne škole. Klasični balet smatra se sastavnim dijelom pripreme u ritmičkoj gimnastici, ali i u svim plesnim strukturama bez obzira je li riječ o početnicima ili vrhunskim plesačima. Osnovna funkcija baleta u svim oblicima estetskog gibanja je vježbanje pravilnog držanja tijela. Jovanović (2016, prema Malada) smatra da balet danas, sa svojom klasičnom tehnikom i specifičnom terminologijom, predstavlja osnovu ostalim plesnim i glazbeno-scenskim formama, ali i ostalim sportskim disciplinama s estetskim komponentama kao što su ritmička gimnastika, umjetničko klizanje, umjetničko plivanje. Balet, umjetnički medij temeljen na pokretima tijela, zahtijeva od plesača i učitelja da razviju bliski kinestetski odnos. Plesači baleta i učitelji baleta moraju imati jasan pogled na tijelo (Cairns, 2010). Balet karakteriziraju stroge forme tijela te otvoren položaj stopala (cijela noga je zarotirana iz kuka prema van za 90 stupnjeva). Pravilna tehnika izvođenja pokreta može se spojiti u jedan pojam –aplomb. Aplomb je pravilno postavljeno tijelo koje je osnova za sve vježbe i korake u baletu. U baletnim tehnikama nema upotrebe sile i naglih pokreta, a svi pokreti moraju biti kontrolirani te se ne smiju izvoditi sa zgrčenim mišićima. Primjena baletnih tehnika u treningu povećava amplitudu pokreta u svim zglobovima. Upravo ta pokretljivost kod plesača doprinosi realizaciji estetskih kriterija u različitim koreografijama. Uz sve to još jedna od prednosti baleta je što razvija sve pojavne oblike koordinacije te se upravo zbog toga baletne tehnike uče i kod ostalih plesnih sportova jer dobro koordiniran plesač brže i lakše usvaja ostale vještine plesanja.

Ples je usklađeno gibanje tijela u prostoru i ubraja se u područje kreativnog ljudskog izražavanja. Narodni ples je nastao kao psihofizička, sociološka i estetska potreba čovjeka, a

oblikovan je kolektivnom sviješću ljudi određenog kraja. Spontana pretvorba individualnog u skupno određuje narodni ples kao skupno umjetničko izražavanje. Izvornost, duhovnost i estetske značajke daju narodnom plesu vrijednost nacionalnog, civilizacijskog i umjetničkog dobra. Narodni ples je određen strukturom, stilom i kontekstom izvedbe. Strukturu narodnog plesa čine korak, plesni pokret, plesna figura, prostorna figura i prostorni raspored. Stil plesa je urođena i stečena forma plesnih pokreta cijelog tijela. Kontekst čine okružje, sudionici i promatrači (Mikulić, Prskalo i Runjić, 2007).

#### 2.4. Hrvatska plesna tradicija u predškolskoj dobi

Primjena narodnih plesova s djecom predstavlja sama po sebi integriranu interdisciplinarnu djelatnost. U radu s djecom predškolske dobi nužno je poštivati metodičke principe i načela kako bi se ples uopće, a u ovom slučaju narodni ples, potvrdio kao jedna od najprimjerenijih aktivnosti za rad s djecom te dobi zbog njegova velikog utjecaja na transformaciju antropoloških obilježja i motoričkih znanja. Ples je jedna od najprimjerenijih aktivnosti za rad s djecom predškolske dobi, prije svega jer ima znatan pozitivan utjecaj na razvoj brojnih sposobnosti kod djece, kao osjećaj za ritam, osjećaj za pokret, ljepotu izvođenja pokreta, njihovu sposobnost vizualizacije vlastitog položaja u skupini, ali prije svega plesom razvijamo bazične motoričke sposobnosti kao što su: fleksibilnost, snaga, ravnoteža, brzina i koordinacija. U radu s djecom i mladima poštuju se metodička načela. U hrvatskim vrtićima je kolo najpoznatija narodna igra. Kolo je u većini slučajeva bilo povezano sa svatovima, veseljem, izborom dečka ili cure. Kolo se integriralo u vrtić te se skoro svaka vrtićka predstava ili koreografija sastoji od kola. Ono je simbol sloge i zajedništva, što je bitno za odgoj i obrazovanje djece. Prednosti primjene kola su:

- mogućnost primjene u svim dijelovima sata
- mogućnost primjene na različitim podlogama za vježbanje
- mogućnost primjene u prostorima različitih veličina
- mogućnost primjene s velikim brojem sudionika procesa vježbanja
- pogodan za učenje, uvježbavanje i tekuće provjeravanje plesnih struktura
- omogućuje izravno pedagoško-metodičko djelovanje na studenta, odnosno istodobno na sve sudionike procesa vježbanja



- omogućuje dobivanje relativno brzih povratnih informacija o tome griješe li sudionici u procesu vježbanja, što omogućuje voditelju nastavnog procesa pravodobnu korekciju pogreške (Lovrenović, 2016).

### 3. Karakteristike djece predškolske dobi

Prije samog početka bavljenja temom plesa u predškolskoj dobi potrebno je razjasniti o kojem se točno uzrastu djece radi. Sukladno Nacionalnom kurikulumu za rani i predškolski odgoj i obrazovanje (u daljnjem tekstu Nacionalni kurikulum) „rani i predškolski odgoj i obrazovanje te skrb o djeci dio su sustava odgoja i obrazovanja Republike Hrvatske, namijenjenoga djeci u dobi od navršenih šest mjeseci do polaska u školu. Godina prije polaska u školu je obavezna godina predškolskog odgoja i obrazovanja za svu djecu u Republici Hrvatskoj“ (Nacionalni kurikulum za rani i predškolski odgoj i obrazovanje, 2014: 6). Suvremene znanstvene spoznaje vezane uz odgoj, razvoj i obrazovanje djece upućuju na to da dijete, od prvih dana života, svjesno i aktivno živi i razvija sebe. (Neljak, 2008). Kako bi uspješno i kvalitetno provodili tjelovježbeni proces s najmlađima važno je poznavati njihova antropološka obilježja i zakonitosti rasta i razvoja (Podunavac i Kolić, 2012). Rast tijela u predškolskoj dobi je vrlo snažan, što nam potvrđuje godišnji rast djece u tjelesnoj visini i do 10 cm, a u tjelesnoj težini 3 kg (Findak, 1996). Upravo je rano djetinjstvo vrijeme za usvajanje zdravih životnih navika (de Privitellio, 2007). Istraživanja su pokazala da se navike za bavljenje tjelovježbom trebaju razvijati već u predškolskoj dobi jer im tako usađene navike mogu puno pomoći u razvijanju zdrave i potpune ličnosti (Hraste, Đurović i Matas, 2009). Razvoj skeleta ide u smjeru postupnog okoštavanja, ali su kosti još uvijek mekane i elastične te podložne promjenama. U djece se najprije razvijaju veće mišićne skupine, a zatim manje. Dišni su putovi uski te im otežavaju disanje, stoga im je disanje brzo i plitko, frekvencije 22 do 24 udaha. Krvne žile i srce su u odnosu na veličinu tijela veći nego u odraslih pa im frekvencija srca iznosi od 90 do 95 otkucaja u minuti. Razvoj živčanog sustava još nije dovršen te je koordiniranost rada mišića nedostatna. Vježbe za razvoj koordinacije imaju najviše učinka do djetetove 7. godine života. Emocionalno su jako povezani s roditeljima što može otežati rad u grupi, ali im upravo takav rad omogućava socijalizaciju i zadovoljenje potrebe za komuniciranjem s drugom djecom. U četvrtoj godini usavršavaju hodanje i trčanje – koraci postaju veći i brži, mogu stajati i hodati na prstima, brže i lakše trčati te penjati se i silaziti stepenicama. Dobro svladavaju osnovna gibanja, mogu stajati na jednoj nozi, uhvatiti loptu objema rukama, snažno udariti loptu nogom, voziti tricikl i skakati na obje noge. To su pokazatelji napretka u koordinaciji i općenito govoreći, u toj dobi se mogu početi baviti plesom. Sposobni su oponašati određene pokrete i slijediti upute poput: „Dotakni različite dijelove svojeg tijela.“ Vole oponašati odrasle, ali im je kratak period koncentracije. Djeca u toj dobi vole više pričati nego slušati, znaju jesu li dječak

ili djevojčica, pomažu pri oblačenju, igraju se u grupi. Prema modelu grade mostiće od pet kocaka, postavljaju likove na prava mjesta, po modelu precrtavaju krug i križ. S četiri godine djeca počinju hodati kao odrasli – prirodno zamahuju rukama: suprotna noga, suprotna ruka. Trče na prstima s nagibom gornjeg dijela tijela prema naprijed. Poboljšana im je koordinacija u svim dijelovima tijela pa mogu izvoditi određene motoričke zadatke bilo rukama ili nogama. Bolja im je ravnoteža na prstima, mogu poskakivati na jednoj nozi i mogu skakati u svim smjerovima (u vis, u dalj, u dubinu). Govore gramatički pravilno i odgovaraju na jednostavna pitanja. Po modelu precrtavaju kvadrat, vole raditi tornjeve od kocaka. Petogodišnjaci su kontroliraniji od četverogodišnjaka, imaju dobru ravnotežu i koordinaciju što im omogućava izvođenje složenijih i zahtjevnijih pokreta. Vidljiv je napredak u koordinaciji fine motorike te u razvoju fleksibilnosti i preciznosti. Mogu stajati na jednoj nozi duže od 5 sekundi, hodati po prstima bez spuštanja peta na tlo, hodati postavljajući stopalo ispred stopala. Hodaju dugim koracima, trče i skaču na različite načine, mogu poskakivati s noge na nogu. Slušaju glazbu i na nju fizički reagiraju, razlikuju instrumente i prate ritam. Izgovaraju sve glasove, imenuju boje, znaju brojati do deset i više. Po modelu precrtavaju trokut i grade stube od deset kocaka, sami se oblače i lako se odvajaju od mame. Šestogodišnjaci vrlo dobro vladaju svojim tijelom. Imaju dobru ravnotežu i koordinaciju pokreta, sve motoričke sposobnosti prepoznatljivo se razvijaju i individualne razlike koje se u toj dobi vide imaju tendenciju da ostanu trajne. Javljaju se značajne razlike između dječaka i djevojčica. Koordinacija je bolje razvijena u djevojčica, no dječaci pokazuju interes za razne sportove. Na jednoj nozi mogu stajati 10 sekundi, povezuju hodanje i trčanje, trčanje i bacanje. Skaču uvis i udalj sa zaletom, bacaju loptu jednom rukom i hvataju je iz svih visina dobačaja (Vlašić i sur., 2016). Djetinjstvo je razdoblje brzog i složenog razvoja te utjecaji iz ranog djetinjstva utječu na kasniji razvoj. Naime, kako bismo djetetu stvorili optimalne uvjete za razvoj, trebamo poznavati karakteristike razvoja, redosljed faza i značajke djeteta u svakoj fazi. Optimalni uvjeti podrazumijevaju materijalni okoliš (prostor, predmeti, igračke, glazba, govor odraslog) i socijalnu okolinu (emocionalni odnosi djeteta i odraslih, društvo vršnjaka, dostupnost odrasle osobe, glasovna, verbalna i govorna komunikacija, igra djeteta s odraslima i vršnjacima) (Kosinac, 2011).

### 3.1. Tjelesni rast i razvoj

Prirodni biološki razvoj čovjeka je stalan proces koji se odvija po svojim zakonitostima u kojem se pojedini dijelovi razlikuju i sazrijevaju posebnim tempom u različito vrijeme. Ti

dinamički procesi rasta i razvoja odvijaju se od začeca do pune zrelosti po ustaljenom redoslijedu koji je približno isti kod svih ljudi. Rast je definiran kao kvantitativno povećanje, odnosno povećanje veličine nekog organizma ili njegovih dijelova. Kod zdravog djeteta rast je savršeno programiran, biološki reguliran i prema svom genetskom potencijalu usmjeren prema cilju (Kosinac, 2011). Rast tijela u ranoj i predškolskoj dobi odvija se uz velike i brze promjene i vrlo je snažan (Vlašić i sur., 2016). Razvoj je definiran kao kvalitativna promjena organizma ili organskih sustava, tj. njihovo sazrijevanje te stjecanje sposobnosti, mogućnosti brže prilagodbe na stres, postizanje slobode u stvaralačkom izazovu te preuzimanje maksimalne odgovornosti. Razvoj djeteta ujedno označava promjene u tijelu djeteta od rođenja do početka adolescencije (Kosinac, 2011). Razvoj također podrazumijeva cijeli niz promjena u osobinama, sposobnostima i ponašanju pojedinca – djeteta zbog kojih se ono mijenja i tako postaje sve veće, sposobnije i prilagodljivije. Redoslijed razvojnih stadija jako je važan, ali se kod svakog djeteta razlikuje te mu svako dijete daje individualni pečat (Starč i sur., 2004). „Normalan rast i razvoj je uvjet zdravlja u tijeku razvojnog razdoblja i osnova za kasniji život” (Kosinac, 2011:12). Na rast i razvoj utječu mnogi unutarnji (endogeni) i vanjski (egzogeni) faktori. Tako osim genetske predispozicije na rast i razvoj utječu vanjski faktori kao što su klima, bolesti, stupanj uhranjenosti i tjelesna aktivnost (Kosinac, 2011).

### 3.1.1. Kategorije faktora koji djeluju na rast i razvoj

„Teoretski gledano faktori koji djeluju na rast i razvoj djeteta uvjetno se mogu podijeliti na odvojene kategorije: fizičku, kognitivnu i afektivnu (tjelesnu, spoznajnu i čuvstvenu)” (Kosinac, 2011). Fizički rast odnosi se na rast pojedinih dijelova tijela različitom brzinom i različitim rasponima, a objašnjava se kao povećanje tjelesne mase, tjelesne dužine i obujma glave. Tjelesna visina je osnovni pokazatelj fizičkog razvoja jer je uvjetovana nasljeđem (brojem stanica rasta u djetetovim kostima i reagiranje tih stanica na hormone rasta, štitnjače, inzulin i spolne hormone). Naime, ona nije samo pokazatelj procesa rasta nego i razine zrelosti predškolskog djeteta. Također, ona je pokazatelj i tjelesne mase i obujma prsnog koša. Čimbenici koji ubrzavaju rast su dobra ishrana, zdrav san, igra, tjelesno vježbanje i higijena. Nasuprot tome, čimbenici koji mogu zaustaviti ili usporiti rast su emocionalni stresovi, loša obiteljska atmosfera te nedostatak nježnosti. U djece koja se naglo razvijaju u prosjeku rast ranije završi. Na porast tjelesne mase i dužine utječu i godišnja doba – porast visine najveći je u proljeće, a najmanji u jesen dok je porast težine najveći u jesen i zimu, a najmanji u proljeće.

Također, na porast tjelesne težine utječe ishrana i količina fizičke aktivnosti. Naime, poznavanje i praćenje dinamike rasta djece omogućuje odgajatelju procjenu dječjih mogućnosti, odnosno postizanje optimalnog učinka odgoja i obrazovanja (Kosinac, 2011).

Što se tiče tjelesne visine, dijete relativno sporo raste sve do puberteta kada nastaje naglo povećanje u visinu. Do danas nisu u potpunosti objašnjeni svi mehanizmi po kojima geni uvjetuju rast te se ne zna zašto neko dijete raste brže od drugog djeteta. Dijagram rasta može ustvrditi odstupanje od prosječne vrijednosti za određenu dob. Najbolji pokazatelji zdravlja su mjerenja rasta. Čimbenici koji utječu na rast imaju manjeg utjecaja na povećanje visine nego na povećanje težine. Dužina djeteta pri rođenju se udvostručuje do četvrte godine života, a utrostručuje do trinaeste. U prvoj godini života dječaci rastu više nego djevojčice dok je porast dječaka i djevojčica uglavnom isti. Kasnije, ona djeca koja u pubertet uđu ranije budu viša, ali im zato i rast prestaje ranije pa kad odrastu budu niži od onih kod kojih se pubertet javlja kasnije. Prosječna visina odraslog čovjeka dva puta je veća od one koju ima u drugoj godini života (Kosinac, 2011).

Govoreći o tjelesnoj težini isti autor navodi kako se težina pri rođenju udvostruči do kraja prve godine života, a učetverostruči do kraja druge. Tjelesna težina je najbolji pokazatelj ishrane i rasta. Što se tiče obujma glave, on se također mjeri kao indeks fizičkog rasta. Glava malog djeteta je u odnosu na tijelo jako velika, udovi su kratki, trup okrugao, a muskulatura tijela je prekrivena potkožnim masnim tkivom. Od oko pete godine pa do sedme godine života prvi put se mijenja izgled djetetova tijela, tako što mu se značajno izduže udovi, odnos glave prema tijelu postaje sličan razmjerima odraslih, a potkožno tkivo se smanjuje. Sve to upućuje da se porastom tjelesne visine i mase mijenjaju i proporcije dijelova tijela. Prema veličini glave može se zaključiti kako se mozak razvija po veličini, a ne po funkciji (Kosinac, 2011).

### 3.2. Kognitivni razvoj

„Kognitivni razvoj se odnosi na stjecanje znanja i umnih sposobnosti i na sposobnost njihove uporabe u problemskim situacijama, u odlučivanju i stvaranju sudova i zaključaka“ (Kosinac, 1999). Kognitivni razvoj odnosi se na mentalne procese koji pomažu djetetu da razumije svijet koji ga okružuje i da ga sebi prilagodi (Starč i sur., 2004). Ti procesi omogućuju djetetu prikupljanje obavijesti iz okruženja, njihovu organizaciju i na kraju izgrađivanje strukture znanja (Kosinac, 2011). Također mu omogućuju učenje o stvarima i ljudima iz okoline kroz sljedeće sposobnosti: osjete (zamjećivanje i razlikovanje osjetnih informacija), percepciju (tumačenje, prepoznavanje i interpretiranje osjeta), pažnju

(selektivnost percepcije) te mišljenje, rasuđivanje i rješavanje problema (viši procesi koji proizlaze iz prethodno navedenih sposobnosti) (Starc i sur., 2004). Navedeno ističe kako kognitivni razvoj u potpunosti ovisi o razvoju mozga, osjetila (vida, sluha, njuha i dodira) te okolnostima primanja, usvajanja, prepoznavanja i prerade obavijesti, a uključuje percepciju, analizu, pamćenje, maštovitost i sposobnost oblikovanja misli. Isto tako djelomično zavisi i o senzomotornim aktivnostima ranog djetinjstva jer je ponašanje malog djeteta ustvari reakcija na podražaje koje prima putem osjeta (Kosinac, 2011).

Na kognitivni razvoj uvelike utječu djetetova aktivna interakcija s okolinom, posredovanje djetetova iskustva i osiguranje uvjeta za razvoj sposobnosti i misaonih strategija (Starc i sur., 2004). Takvo ponašanje naziva se senzomotorno, a kasnije se pojavljuje psihomotorna aktivnost koja se odnosi na određenu reakciju ili aktivnost koja je odraz razumijevanja i kontrole, a uključuje uzajamno djelovanje psihičkog i tjelesnog (Kosinac, 2011). Spoznajni razvoj događa se postupnim ovladavanjem sve složenijim zamjenama za stvarnost i misaonim operacijama (dijete je u ranoj dobi svjesno samo konkretne stvarnosti koja mu je u vidokrugu, a misaone operacije kao što su usporedba, analiza i apstrahiranje djetete stječe oko šeste godine) (Starc i sur., 2004).

Kako bi potakli djetetov spoznajni razvoj, djetetu je potrebno osigurati aktivno posredovanje odraslog pojedinca, koji će mu svaki novi doživljaj imenovati, objasniti i proširiti novim imenima stvari i pojava. Također, potrebno mu je osigurati uvjete u okolini koji će mu omogućiti razvoj procesa obrade podataka u koji spadaju obraćanje i zadržavanje pozornosti, pamćenje, primjena najučinkovitijih strategija pamćenja, učenja, predočavanja i rješavanje problema. Kako bi razvitak potrebnih živčanih struktura nesmetano tekao, prvi uvjeti koje okolina treba pružiti djetetu su sigurnost, ljubav, odsutnost straha i stresa (Starc i sur., 2004).

### 3.3. Motorički razvoj

Motorika jest sveukupnost voljnog upravljanja kretanjem (Linn, 2006). Utjecaj motoričkog razvoja od presudne je važnosti za cjelokupni razvoj djece predškolske dobi (Hraski i sur., 2002). Motorika se sastoji od držanja i kretanja zajedno te je kontrolirana i upravljana iz kore velikog mozga. Neljak (2009) opisuje motoriku s kineziološkog stajališta kao pojam koji se odnosi na djetetovu sposobnost svrhovitog korištenja vlastitog tijela za kretanje i baratanje predmetima. Motorički razvoj djeteta ne možemo gledati izolirano već razvoj djeteta moramo gledati kroz skladan fizički, motorički, emocionalni i kognitivni razvoj. Razvoj motorike kod djeteta podrazumijeva njegovu sve veću sposobnost korištenja vlastitog tijela i baratanje

predmetima te mu pokret služi kao alat za postizanje nekog cilja. Za motorički razvoj od iznimne je važnosti da se ono odvija normalnim putem, odnosno da se ne očekuje od djeteta da izvodi kompleksne strukture pokreta i kretnji prije nego što usvoji i savlada osnovna gibanja i pokrete. Motorički razvoj se može definirati kao proces kroz koji dijete uči obrasce kretanja i motorička znanja (Malina, Bouchard, Bar - Or, 2004). Napredak u motoričkom razvoju vidljiv je kroz pojavu novih vještina, pojavu finijih pokreta, poboljšanje u rezultatu kretanja, povezivanje kretanja, te kroz rezultate testova koji procjenjuju stupanj određenog znanja, odnosno motorički razvoj (Šalaj, 2012). Svako dijete ima potencijal da razvije i nauči veliki broj osnovnih obrazaca kretanja. Zbog različitosti u motoričkom razvoju, kod neke djece će se primijetiti minimalne promjene, neka djeca će stagnirati dok će kod neke djece biti primjetan kontinuirani razvoj. Razvoj motoričkih sposobnosti u ranim godinama djetetova razvijanja usko je povezan s tempom rasta i razvoja (neuro-muskularno razvijanje, tjelesne karakteristike, fiziološke predispozicije). Motorički razvoj je kontinuirani proces koji ovisi o interakciji više faktora. To su:

- živčano-mišićno sazrijevanje (visok genetski udio)
  - tjelesne karakteristike djeteta (veličina tijela, proporcije, tjelesni sastav)
  - tempo rasta i razvoja (faze ubrzanog rasta smjenjuju se s fazama razvoja)
  - rezidualni efekti prijašnjih motoričkih iskustava uključujući prenatalne kretnje
  - nova motorička iskustva, doživljaji (stimulacija, vježbanje i povezivanje različitih pokreta)
- (Šalaj, 2012)

Motorika i njen razvoj imaju važnu zadaću u pokretanju pojedinih organa kao i cijelog tijela. Za motorički razvoj od iznimne je važnosti da se ono odvija normalnim putem, odnosno da se ne očekuje od djeteta da izvodi kompleksne strukture pokreta i kretnji prije nego li usvoji i savlada osnovna gibanja i pokrete. Motorički razvoj događa se po:

a) cefalo-kaudalnim

b) proksimalno-distalnim smjerovima.

Cefalo-kaudalni smjer ukazuje da dijete prvo kontrolira pokrete glave, potom trupa, a tek na samom kraju pokrete donjih ekstremiteta. Proksimalno-distalni smjer ukazuje da dijete najprije može kontrolirati bliže dijelove tijela, pa tek onda udaljenije od kralježnice (Neljak, 2009).

Važno je istaknuti da je razvoj motorike izravno uzrokovan procesom mijelinizacije, procesom sazrijevanja živčanog tkiva. Proces mijelinizacije započinje neposredno nakon rođenja. Njegov proces je toliko intenzivan da već nakon druge godine najveći dio živčanog tkiva funkcionira potpuno zrelo, a oko desete godine života djeteta završava proces mijelinizacije. Stoga djeca do

desete godine života mogu naučiti mnogo pokreta i kretnji, ali ih ne izvode koordinirano. Visoka razina koordiniranosti njihovih pokreta i kretnji uvjetovana je stupnjem razvoja. Kod djeteta je nemoguće razvijati određenu sposobnost dok nije postignut biotički stupanj zrelosti organizma (Neljak, 2009).

### 3.3.1. Faze motoričkog razvoja

U nastavku ćemo prikazati kronološki razvoj motoričkih sposobnosti kod djece predškolskog uzrasta sukladno autorici Starc i suradnicima (2004), a vodeći se odrednicom Nacionalnog kurikuluma da je predškolski sustav namijenjen djeci od navršenih šest mjeseci do polaska u školu. Nećemo prikazati potpuni razvoj motorike, već samo osnovna područja razvoja koja svojim razvojem utječu na kasnije sudjelovanje u plesu.

Tablica 1. Kronološki razvoj motoričkih sposobnosti u predškolskoj dobi (Starc i sur., 2004)

Dob djeteta	Motoričke sposobnosti
Od 6 do 12 mjeseci	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ uspravan sjedeći položaj</li> <li>▪ okretanje s leđa (8 mj.)</li> <li>▪ sjedi bez oslonca i dočekuje se rukama kada se sruši unazad (oko 9 mj.)</li> <li>▪ počinje puzati (oko 9 mj., usavršeno do 12 mj.)</li> <li>▪ stoji uz pridržavanje (9 mj.), samostalno se uspravlja (10 mj.), stoji uz oslonac i podiže nogu</li> <li>▪ hoda kad ga podržavamo ispod pazuha (10 mj.)</li> <li>▪ hoda uz namještaj (postrance, 10 mj.), hoda uz pridržavanje (11 mj.)</li> <li>▪ hvata kocku čim je ugleda (7 mj.)</li> <li>▪ udara jednom kockom o drugu (8-9 mj.)</li> <li>▪ baca igračke i uživa u tome (vježba voljnog ispuštanja predmeta)</li> <li>▪ stavlja kocku u posudu (12 mj.)</li> <li>▪ oponaša kretanje – plješće, maše, šara, lupa žlicom po lončiću</li> </ul>



<p>Od 1 do 2 godine</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ stoji, saginje se da uzme igračku</li> <li>▪ puže na koljenima s naizmjeničnim pokretima ruku i nogu</li> <li>▪ hoda uz pridržavanje za predmete ili za ruku odrasle osobe - hoda samostalno (87% djece prohoda do 15 mj.) – u početku razmaknutih stopala s rukama u zraku, do kraja druge godine hoda sigurno, spuštenih ruku i suženijeg razmaka stopala</li> <li>▪ penje se i služi stubama uz pridržavanje</li> <li>▪ kod skakanja se koristi jednom nogom kao odskokom s najviše stube</li> <li>▪ odbacuje predmete, obožava bacati igračke</li> <li>▪ udara loptu (18 mj.)</li> </ul>
<p>Od 2 do 3 godine</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ igra se raznih igara balansiranja i ravnoteže</li> <li>▪ čučne i ustaje bez pomoći</li> <li>▪ pokušava stajati na jednoj nozi uz pridržavanje</li> <li>▪ okreće se oko sebe - recipročni pokreti – znatno usklađenje koordinacije ruku i nogu (3 god.)</li> <li>▪ kreće se unazad, u stranu, po suženoj površini pridružujući korak</li> <li>▪ spretno mijenja smjer hoda</li> <li>▪ uspinje se i silazi stubama pridružujući jednu nogu drugoj - trči ukočeno na cijelom stopalu, ima teškoće u skretanju i zaustavljanju, a s 3 godine se može zaustaviti i promijeniti smjer</li> <li>▪ sunožno poskakivanje u mjestu - može skočiti s niske stube</li> <li>▪ doskok na obje noge - prelazi prepreke u visini trbuha (2 god.), u visini prsnog koša (3 god.)</li> <li>▪ baca iz ručnog zgloba, a zatim i zamahom ruke</li> <li>▪ baca predmete u određenom smjeru</li> <li>▪ hvata loptu u visini prsa</li> <li>▪ samostalno obuva papuče</li> <li>▪ oblači jednostavne odjevne predmete</li> </ul>

<p>Od 3 do 4 godine</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ stoji bez pomoći na jednoj nozi</li> <li>▪ stoji i hoda na prstima</li> <li>▪ razvijen hod</li> <li>▪ recipročni pokreti ruku i nogu</li> <li>▪ hoda nogu pred nogu, po crti</li> <li>▪ trči skladnije te na veće udaljenosti</li> <li>▪ poskakuje na jednoj nozi (dominantnoj)</li> <li>▪ sunožno poskakuje u mjestu</li> <li>▪ može skočiti u dalj s mjesta</li> <li>▪ penje se na prepreke u visini prsnog koša</li> <li>▪ baca loptu u cilj u visini glave na 1.5 m</li> <li>▪ hvata loptu ispruženih ruku</li> <li>▪ vozi tricikl i može zaobići prepreku u velikom luku</li> <li>▪ samostalno se ljulja na ljuljački</li> </ul>
<p>Od 4 do 5 godina</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ stoji skupljenih nogu</li> <li>▪ stoji na dominantnoj nozi 3-5 sekundi</li> <li>▪ održava ravnotežu na gredi širine 20 cm</li> <li>▪ sjedi prekrivenih nogu</li> <li>▪ hoda ravno prema cilju i održava ritam u hodu kraće vrijeme</li> <li>▪ prekoračuje prepreku visoku ili široku 30 cm</li> <li>▪ hoda sigurno naprijed, natrag, u stranu, na prstima, dugim koracima</li> <li>▪ trči na prstima s nagibom gornjeg dijela tijela prema naprijed</li> <li>▪ poskakuje na jednoj nozi (4-5 puta)</li> <li>▪ skače s podloge u visini koljena</li> <li>▪ skače s mjesta u vis i u dalj - još teško preskakuje prepreke</li> <li>▪ penje se i silazi niz ljestve i sve vrste penjalica</li> <li>▪ provlači se ispod prepreka</li> <li>▪ baca loptu jednom rukom preko glave u cilj udaljen 2 m</li> <li>▪ pri vožnji tricikla lako izvodi polukružni zaokret - spretniji je u igrama loptom, a može se koristiti i reketom</li> </ul>

<p>Od 5 godina 6 godina</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ održava ravnotežu hodajući izmjeničnim korakom na uskoj (10 cm) i uzdignutoj (50 cm) gredi</li> <li>▪ može se sagnuti i dotaknuti nožne prste, a da ne savije koljena</li> <li>▪ hoda opušteno njišući rukama</li> <li>▪ hoda točno po crti bez pogreške</li> <li>▪ kreće se skladno u ritmu glazbe</li> <li>▪ prekoračuje prepreku u visini koljena</li> <li>▪ povezuje trčanje i skakanje</li> <li>▪ trči i udara loptu</li> <li>▪ skače u vis i u dalj (60 cm sa 6 god.)</li> <li>▪ skakuće na jednoj nozi izmjenjujući nogu</li> <li>▪ skače preko konopa i igra se školice</li> <li>▪ penje se na prepreke i preko prepreka kao odrasli</li> <li>▪ baca u cilj udaljen 3 m</li> <li>▪ baca u dalj sa zamahom tijela</li> <li>▪ objema rukama hvata loptu iz različitih visina</li> <li>▪ može uz pomoć napraviti kolut naprijed</li> <li>▪ pleše, plješće i udaraljka dobro prati ritam</li> </ul>
<p>Od 6 do 7 godina</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ stoji na jednoj nozi zatvorenih očiju 8-10 sekundi</li> <li>▪ balansira na suženoj površini s dodatnim zadacima</li> <li>▪ povezuje hod i trčanje te hod i prekoračenje</li> <li>▪ prekoračuje više prepreka i međuprostora</li> <li>▪ hoda po crti stavljajući stopalo uz stopalo</li> <li>▪ povezuje trčanje i bacanje</li> <li>▪ brzo trči više od 40m</li> <li>▪ skače uvis i udalj sa zaletom</li> <li>▪ skače u koracima preko prepreka</li> <li>▪ povezuje trčanje i penjanje preko prepreka</li> <li>▪ penje se na drvo ili stup</li> <li>▪ baca uz koordinaciju cijelog tijela i ekstremiteta</li> <li>▪ baca loptu u zid i u zrak te je ponovno hvata</li> <li>▪ baca loptu jednom rukom i može uspješno pogoditi cilj udaljen 1.5 m</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ hvata iz svih visina dobačaja</li> <li>▪ uživa u aktivnostima i igrama spretnosti</li> <li>▪ uspješno izvodi kolut naprijed</li> <li>▪ razlikuje mišićnu napetost i opuštenost</li> <li>▪ kontrolira mišiće lica (namiguje, fućka)</li> <li>▪ oponaša emocionalne izraze lica</li> </ul>
--	---

Kao što možemo vidjeti motorički razvoj u predškolskom uzrastu se znatno razvija. Od razdoblja 6 mjeseci kada dijete tek može stajati u uspravnom sjedećem položaju kako bi bolje upoznavalo okolinu i usavršavalo balansiranje predmeta do 7. godine kada dijete već vrlo dobro vlada svojim tijelom. Uz to je potrebno napomenuti da sve individualne razlike u motoričkom razvoju koje se mogu primijetiti između djece od 6 do 7 godina imaju tendenciju ostati trajne (Starc i sur., 2004).

### 3.3.2. Motoričke sposobnosti

Motoričke sposobnosti određuju kakvi će biti pokreti i kretnje djeteta, njihovu spretnost, preciznosti i brzinu, a na njima se temelji razvoj i usavršavanje pojedinih vrsta pokreta i motoričkih vještina. Motoričke sposobnosti, kao uostalom i sve druge sposobnosti, prilikom rođenja predstavljaju potencijal koji tek treba razviti. Sve sposobnosti su određene nasljednim faktorom, ali isto tako ovise i o uvjetima u kojima dijete odrasta te postoji mogućnost da se na razvoj sposobnosti utječe učenjem i vježbanjem (Starc i sur., 2004). U ovoj dobi adekvatna tjelesna vježba predstavlja sastavni dio i nužan dio svakodnevnog života svih učenika (djece), posebno onih mlađeg i srednjeg školskog doba (Vlahović, 2012). Sedam je osnovnih motoričkih sposobnosti čiji se razvitak može pratiti još od predškolske dobi, a prikazane su u tablici 2.

Tablica 2. Osnovne motoričke sposobnosti (Starc, Čudina Obradović, Pleša, Profaca i Letica, 2004: 17)

Ravnoteža	Sposobnost držanja tijela u izbalansiranom položaju. Postoji održavanje ravnoteže u mirovanju (statička), u kretanju (dinamička) te balansiranje predmetima. Ovisi o genetskom nasljeđu i razvijenosti
-----------	--

	neurološke strukture te je vježbom moguće samo djelomično utjecati na nju.
Koordinacija ili okretnost	Sposobnost i usklađivanje pokretanja cijelog tijela – pokretanje ruku, brzina učenja i izvođenja složenih motoričkih zadataka, ali i izvođenje pokreta u ritmu. Također u velikoj mjeri ovisi o nasljednim faktorima i neurološkim strukturama.
Snaga	Mišićne sile koje pokreću tijelo ili neki teret. Povezana je s većinom ostalih motoričkih sposobnosti. To je motorička sposobnost koja se u velikoj mjeri može razvijati vježbom.
Brzina	Sposobnost brzog izvođenja jednostavnih motoričkih zadataka. Ovisi u velikoj mjeri o nasljednim faktorima.
Gipkost ili pokretljivost	Sposobnost izvođenja pokreta s velikom amplitudom. Ovisi o ligamentima, elastičnosti mišića, pokretljivosti zglobova te je povezana sa snagom i brzinom.
Preciznost	Sposobnost izvođenja odmjerenih i usmjerenih pokreta. Očituje se u neposrednom usmjeravanju dijela tijela ili predmeta u cilj ili gađanju cilja. To je fina sposobnost, a ovisi o perceptivnoj kontroli mišićne aktivnosti te procjeni vremena i udaljenosti. Od svih motoričkih sposobnosti emocionalno stanje najviše utječe na preciznost.
Izdržljivost	Sposobnost dužeg izvođenja aktivnosti nesmanjenim intenzitetom. Vezana uz stanje krvožilnog i respiratornog sustava. Jako ovisi o motivaciji. Na nju možemo znatno utjecati vježbanjem.

#### 4. Pokret i ples u predškolskom uzrastu

Ovladavanje kakvoćom i stupnjem pokreta omogućuje djetetu postati samostalnim, relativno nezavisno zadovoljavati neke svoje potrebe i slobodno komunicirati s okruženjem. Upoznavanje prostora i sadržaja u tom prostoru putem pokreta nesumnjivo predstavlja osnovu intelektualnog razvoja. Učenje pokreta odvija se najprirodnije u igri (Kosinac, 2009). Ana Maletić (1986) smatra da je ples duhovna djelatnost koja nosi pečat stvaratelja i slikanje osjeta s intelektom u svrhu estetskog djelovanja. Ples je vrsta umjetnosti, a ujedno i sport, u kojoj pokretom praćenim muzikom izražavamo emocionalna raspoloženja oslobađajući snagu koja proizvodi određenu estetsku vrijednost (Bijeljić, 2003). Pokreti su sredstva izražavanja, ako dodamo k tomu glazbu, zajedno stvaraju ples, jer čovjek će tom kretnjom u ritmu glazbe učiniti pokret, a time ujedno i ples. Ritam je niz tonova i stanki kojim se pokret i ples međusobno spajaju, on je poticaj pokretu. Ples je zrcalo koje odražava nemoguće koje je učinjeno mogućim. Svi ga mogu dotaknuti, čuti, osjetiti i doživjeti. Plesom izražavamo emocije, stanja, potrebe koje je nekad nemoguće izgovoriti ili objasniti. Tjelesni pokreti odražavaju unutarnje stanje čovjeka, a promjene u obrascima kretanja dovode i do promjene u psihičkim obrascima pojedinca (Maletić, 1986). U svim ljudima prirođena je želja za pokretom i plesom, pa tako Šumanović i sur. (2005) ples smatraju kao izrazito prikladan za djecu jer im omogućuje nesputano i slobodno ritmičko kretanje koje doprinosi razvoju motorike tijela, skladu pokreta i osjećaju za estetiku. Današnja potreba i korištenje plesa u psihoterapijske svrhe jasno ukazuje da pokret koji djeluje na tijelo i um može biti iscjeljujuće sredstvo. Najznačajniji biološki čimbenici skladnog i zdravog tjelesnog razvitka predškolskog djeteta su igra i kretanje (Hraski i Živčić, 1996).

##### 4.1. Dobrobiti plesa za djecu

Ples pripada estetskim kineziološkim aktivnostima u kojima se pokreti harmonično povezuju u skladnu, ritmičku i estetsku cjelinu (Prskalo i Sporiš, 2016). Bavljenje plesom na različite načine doprinosi očuvanju zdravlja i poboljšanju kvalitete života i osigurava djetetu redovitu tjelesnu aktivnost potrebnu za pravilan rast i razvoj organizma te sukladno tome povoljno djeluje na razvoj antropoloških karakteristika. Findak i sur., (2001.) navode kako ples stimulatивно utječe na djecu predškolske dobi i pozitivno utječe na razvoj osjećaja za ljepotu i skladnost pokreta te na pravilno držanje tijela. Glazba kod djece izaziva pozitivne emocije i veselo raspoloženje, a izvođenje različitih pokreta i kretanja uz glazbu pridonosi razvoju

koordinacije. Dopuđa (1977) navodi kako plesne strukture kod djece potiču razvoj pojma vremenske mjere, dinamike, ritma i agogike, osjećaj odnosa tona i pokreta, te se njima razvija snalaženje u prostoru i izražajnost u pokretima.

Dobrobiti za tjelesno zdravlje su:

- ritmična aerobna i kardiovaskularna vježba
- razvijanje osjećaja ravnoteže
- razvijanje motoričkih sposobnosti
- razvijanje osjećaja za koordinaciju
- povećanje fleksibilnosti zglobova
- povećanje tonusa mišića
- povećanje potrošnje energije.

Kognitivna i psihička dobrobit se odnosi na:

- stvaranje poticaja za bavljenje tjelesnom aktivnošću, odnosno sportom;
- smanjenje napetosti i anksioznosti (kroz kreativni pokret);
- unaprjeđenje kognitivne sposobnosti - sudjelovanje u tjelesnim aktivnostima (pozitivan učinak na memoriju i koncentraciju);
- unaprjeđenje sekvencijalnog procesa misli;
- povećanje samosvijesti i samopouzdanja;
- poboljšanje kvalitete sna;
- poboljšanje raspoloženja;
- pozitivne učinke u borbi protiv depresije.

Većina djece uživa u plesu jer se naprosto osjećaju dobro. Dječja spontanost kroz ples dolazi do punog izražaja. Ples može biti i igra i iz tog razloga pogodan je za djecu. Pozitivno utječe na razvoj motoričkih sposobnosti, pokretljivost, ravnotežu, usklađenost tijela i uma. Pozitivno utječe na izgradnju samopouzdanja. Zabava i glazba dodatni su poticaj za dječju kreativnost i način su poticanja tjelesne aktivnosti kod djece.

#### 4.2. Utjecaj pokreta i plesa na razvoj djeteta predškolske dobi

U slobodnoj igri dijete pokazuje prirodni smisao za ritam. Djeci glazba pruža zadovoljstvo, izaziva pozitivne emocije (primjerice: veselo raspoloženje i razdraganost). Izvođenje različitih

pokreta i kretnji uz glazbu doprinosi razvoju koordinacije i estetskog osjećaja. Zato je poželjno što češće primjenjivati navedene kretnje uz zadani ritam. Prednost treba dati glazbi koja je svojim sadržajem i ritmom primjerena djeci predškolske dobi (Cetinić i sur., 2014).

Plesno-ritmički odgoj djeluje odgojno na cjelokupni razvoj, uravnoteženost i osobnost djeteta jer razvija kinestetski senzibilitet osvještavajući doživljaje koje izaziva tijelo u pokretu, razvija motoriku tijela, potiče stvaralački pristup pokretu i plesu te kreativno izražavanje i komunikaciju putem plesnog pokreta, razvija smisao za estetiku pokreta, razvija koncentraciju, opservaciju i pamćenje, zatim samodisciplinu i usredotočenost, potiče djecu na međusobno uvažavanje i suradnju pokretom, omogućuje korelaciju sa sadržajima ostalih obrazovno-odgojnih područja, a posebno naglašava iskonsku sinkretičnost zvuka i pokreta, odnosno glazbe i plesa. Ples je dio umjetnosti. Djeca će imati priliku istražiti svoju kreativnost, ali i naučiti koncepte glazbe i ritma. Sudjelovanje u plesnim predstavama (bilo samo u studiju ili na "pravim" nastupima) djeci daje samopouzdanje i vjeru u sebe da mogu nešto postići. Na satima plesa naučit će značenje pojma "timski rad" u poprilično ranoj životnoj dobi, ali i kako ispravno komunicirati s djecom svojih godina, kao i saslušati ostale. Stoga sadržaji plesno-ritmičkog odgoja potiču razvoj svih inteligencija, a metodički postupci razvijaju kreativnost, kritičko mišljenje i prosocijalno ponašanje (Janković, 2016).

#### 4.2.1. Utjecaj plesa na emocionalni razvoj

Uz osjetilni temelj u cjeloživotni proces učenja valja uključiti osjećaje i kretanje (Miočić-Stošić i Lončarić, 2012). Ples, poput zastave i himne ili čak nečije odjeće prenosi poruke o pojedincu, generaciji, spolu, nacionalnosti koja odražava zajedničku savjest (Carter, 2004). Uz pomoć prepoznavanja i razumijevanja vlastitih emocija te emocionalnih stanja drugih, osobe uče obrasce ponašanja koji im onda pomažu u odnosima s drugim ljudima. Sposobnost prepoznavanja i razumijevanja emocionalnih stanja drugih pomaže pojedincima razumjeti različite socijalne situacije i omogućuje im da se prilagođeno ponašaju u skladu s određenom socijalnom situacijom. Već odmalena djeca se razlikuju u čestini doživljavanja određene emocije, koji doživljaju i situacije izazivaju kod njih određene emocije i kako onda reagiraju na određene emocije kod sebe i kod drugih. Kako će neko dijete reagirati u određenoj situaciji ovisi o njegovu doživljaju te situacije, nasljednim karakteristikama temperamenta te postupcima i ponašanjima neposrednih modela iz djetetove okoline (Brajša-Žganec i Slunjski, 2007). Prema Berk, (2008) djeca emocije doživljavaju drugačije nego odrasli ljudi. Kod njih su emocije jednostavne i spontane, česte su i kratkotrajne, snažne i nestabilne. Djeca svoje emocije



izražavaju otvoreno i ne znaju se suzdržavati. Dijete u emocionalnom razvoju prolazi kroz stadije emocionalnog izražavanja, emocionalnog razumijevanja, razvoj empatije, razvoj emocija samosvijesti, razvoj privrženosti i socio-spoznajni razvoj koji uključuje pojam o sebi, samovrednovanje, svijest o drugima i samoregulaciju. Naime, svaki od ovih obilježja svrstan je u tri faze kroz koje svako dijete prolazi tijekom emocionalnog razvoja. Prva faza je usvajanje emocija koja se odnosi na izražavanje i percepciju emocija. Druga faza je diferenciranje emocija, odnosno dekodiranje emocija koje dijete prima iz svoje okoline. Treća faza je transformacija emocija u kojem određeno emocionalno stanje transformira načine i procese razmišljanja, te mijenjanje emocionalnih procesa iskustvom (Brajša i sur., 2003).

Bungić i sur. (2009) navode kako tjelesno vježbanje pridonosi razvijanju higijenskih navika koje se odnose na pravilno oblačenje i prehranu, održavanje čistoće tijela i odjeće, uredan život i zdravo provođenje slobodnog vremena. Osim toga, tjelesno vježbanje može potaknuti razvoj pozitivnih moralnih osobina kao što su upornost, smjelost, ustrajnost, discipliniranost, poštenje, kulturno ponašanje i dr. „Djetetovo prilagođavanje partneru u nekoj plesnoj aktivnosti ili manjoj skupini unutar plesne aktivnosti sastoji se od usmjeravanja pažnje na drugoga ili druge; prihvaćanja njegovih individualnih načina pokretanja; stjecanju sposobnosti primanja i davanja; preuzimanja vodstva; prihvaćanja tuđeg vodstva; pružanja pomoći drugima; postizanja ravnoteže između osobne inicijative i osjećaja suradnje s drugima; usklađivanja osobne težnje za afirmacijom s osobnom težnjom drugog.“ (Škrbina, 2013: 190) Autori navode i kako osobe koje se bave tjelesnim vježbanjem imaju priliku kroz svoju aktivnost povećati ili izgraditi svoje samopoštovanje i samopouzdanje. Trajkovski i sur. (2015) ističu kako ples potiče pozitivne emocije te smanjuje depresivna raspoloženja i anksioznost. Ples omogućava umjetničko i kreativno izražavanje, kao i razvoj moralnih kvaliteta i formiranje društvenih vrijednosti.

#### 4.2.2. Utjecaj plesa na spoznajni razvoj

Predškolska dob je period značajnog kognitivnog razvoja. Spoznajna ili kognitivna aktivnost odnosi se na usvajanje novih informacija i na procesuiranje već usvojenih s ciljem povećanja njihovih vrijednosti. Ovim procesima dijete uzrokuje promjene u svom mentalnom prostoru pomoću kojih se stalno prilagođava na okruženje (Andrić i sur., 1994.).

Osnovni procesi spoznajnog razvoja koji djetetu omogućuju učenje su:

- Osjeti i percepcija - Osjeti su sposobnost jedinice da registrira i razlikuje osjetilne informacije, a percepciju možemo definirati kao sposobnost prepoznavanja i interpretacije osjeta.

- Pažnja i pamćenje - Dječja pažnja i pamćenje su nestabilne i površne jer ovise o različitim utjecajima. Za rano djetinjstvo je karakteristično da je pažnja nehotimična jer se dijete svjesno ne može koncentrirati. U četvrtoj godini javljaju se neki elementi svjesne pažnje.
- Operativno mišljenje i rješavanje problema - Misaone operacije u funkciji pamćenja kao što su usporedba i analiza dijete stječe tek oko šeste godine. To mu omogućuje postupno prihvaćanje stvarnosti pojmova pa postupno nestaje onomatopejska potreba za opisivanjem predmeta i pojava.

Ples ima veliki značaj u predškolskom razdoblju. Predstavlja i jedan od obrambenih mehanizama djeteta jer plesom dijete pripisuje svoje strahove igračkama. Dijete se tako psihički rasterećuje. Može se reći da je ples čuvar psihičkog zdravlja djece jer se mogu realizirati sadržaji i aktivnosti koje se u stvarnosti ne mogu provesti. Djeluje i na intelektualni razvoj jer dijete nadopunjava praznine u svom znanju te potiče mišljenje i stvara virtualne predodžbe. Za predškolsku dob karakteristično je kretanje koje se očituje u dječjim igrama. (Neljak, 2009.)

Pri svakom pokretu i savladavanju motoričkih znanja, a i plesnih struktura, razvijaju se kognitivne sposobnosti. Time se razvija pamćenje, brzina percepcije i sposobnost povezivanja cjelina. Kroz svakodnevne plesne igre razvija se vizualizacija kao i sposobnost stvaranja slika unutar našeg uma.

#### 4.3. Uloga odgojitelja

Pokret prenosi čovjekov odnos prema životu. Slikovito rečeno, pokret predstavlja most između onoga što čovjek proživljava iznutra i onoga što pokazuje svijetu (Carter, 2004). Svaki je medij na svoj način poseban i upotrebljiv u odgojno-obrazovnom radu s djecom. Odgajatelj bi trebao dobro poznavati ograničenja i mogućnosti raznih medija kako bi djetetu mogao ponuditi upravo onaj medij kojim se može spontano izraziti (Marić i Nurkić, 2014). Pedagoška kompetencija praktičara kompleksan je mozaik različitih područja znanja i vještina koja su nužno uključena u praktično područje svakog profesionalca (Slunjski, Šagud i Brajša-Žganec, 2006). Djeca predškolske dobi su prvenstveno 'senzomotorička bića', što trebamo uvažavati i ne smijemo zaboraviti u svim aspektima interakcije s djetetom (Močić-Stošić i Lončarić, 2012). Zadatak odgajatelja je da s djecom neprekidno istražuje mogućnosti korištenja različitih medija i njihovih potencijala, pa tako i plesa. Okruženje namijenjeno djeci ne može se promatrati kroz kontekst učenja ili kao pasivni prostor za provedbu aktivnosti, već to okruženje treba postati integralni dio učenja koji potiče stvaralaštvo svakog djeteta (Marić i Nurkić, 2014). U svemu

tome uloga odgajatelja je ključna. Ana Maletić (1983) kao osoba koja se profesionalno bavila plesom na ovu temu govori isključivo u terminima učenik i nastavnik, ali kada govori o učenicima, u njih ubraja i djecu predškolskog uzrasta, stoga će se njeni stavovi prilagoditi potrebama rada kako bismo vidjeli čime bi se odgojitelji trebali voditi pri organizaciji plesnih aktivnosti. Treba voditi računa o prosječnim psihičkim i motoričkim osobinama djeteta, a te osobine rezultat su fizioloških i psiholoških promjena tijekom odrastanja. Upravo o tome ovisi izbor gradiva, načina na koji će se on predstaviti djeci te količine u kojoj će se to gradivo primjenjivati. Nastavnik, odnosno u našem slučaju odgojitelj, sam mora prvo napraviti selekciju onoga što će s djecom raditi, potom potaknuti svako dijete na pokret i ples na način koji odgovara djetetovoj dobi te stupnju motoričkog razvoja. Uz sve to treba biti svjestan da je izrazito teško generalizirati sve razvojne osobine, čak i u predškolskoj dobi individualne razlike mogu biti velike (Marić i Nurkić, 2014). Kada govorimo o plesu i ulozi odgojitelja, trebamo biti svjesni da mi ne možemo nešto estetski, ali i u bilo kojem drugom obliku doživjeti umjesto djece. Ono što možemo, prema Stinson (1988), jest pripremiti teren i motivirati djecu da u plesu ne „prolaze kroz pokrete“, odnosno da se ne trude samo odraditi pokrete kako bi zadovoljili formu, već da istinski uživaju kako bi plesne aktivnosti imale sve pozitivne učinke o kojima samo ranije u tekstu govorili. Kako bi djeca potpuno doživjela ples, moraju osjećati da to iskustvo plesa i osmišljavanja plesa pripada njima. Odgajatelj može poticati vezu plesnih pokreta i djece tako da osmisli aktivnosti oko tema i ideja koje su djeci važne i bliske. Naglasak u plesnim aktivnostima nije na oponašanju odgajatelja, već da svako dijete razvija ples za sebe (ibid.). Ideja odmicanja od koreografija i naglašavanje kreativnosti u plesu u predškolskoj dobi može se iščitati kako iz Nacionalnog kurikulumu tako i u većini modela organizacije plesnih aktivnosti koji su ranije u tekstu prikazani. Odgojitelji trebaju biti svjesni da je u plesu u predškolskoj dobi mnogo važniji proces nego krajnji rezultat (Geršak, 2015). Odgajatelj je taj koji treba slijediti napredak djece te ih poticati na nove oblike plesnih oblika, pokreta i motiva, a sve to kroz igru i postavljanje pitanja. Uloga mu je naglašavati kreativnost i sudjelovanje te motivirati, poticati i nadzirati djecu bez da im se nudi određena koreografija. Veliki nedostatak profesionalnog modela poučavanja plesa djece predškolske dobi je taj što ne dopušta djeci da budu kreativna i ekspresivna te često ne vodi računa o načinu kretanja koji je prirodan za dijete (ibid.). U takvom modelu odgojitelj dijete koristi kao alat. Ako se odgajatelj odluči za ovakav model te naglašava poznavanje plesnih elemenata, uniformnost i konzistentnost kako bi se postigao cilj, kod djece se ne razvija individualnost što je jedna od ključnih komponenti odgoja i obrazovanja. Ples se pokazao kao odlično sredstvo u radu s predškolskom djecom jer djeca kroz različite sadržaje trče, skaču, okreću se, a time se i mijenjaju njihove sposobnosti i

motorički se razvijaju. Kretanje se treba provoditi na različite načine, organizirano, ali i slobodno. Slobodno kretanje omogućuje istraživanje zvukova, tonova, melodija i izvođenje svojih vlastitih pokreta, odnosno simboličko izražavanje. Njime potičemo maštu, improvizaciju i stvaralaštvo što su odlični preduvjeti za razvoj kreativnosti. Iz navedenog možemo zaključiti kako je od velike važnosti pažljivo i pomno njegovati sva područja djetetova razvoja. Svjesno, aktivno, ne prepuštajući slučaju, raspoloženju, prilikama, poticati i stvarati u zadanim okolnostima najbolje moguće uvjete za razvoj djetetovih sposobnosti. Omogućiti djetetu da svoje potencijale iskušava i ostvaruje ovdje i sada, a ne da čeka budućnost. Potrebno je ne zaboraviti da čudo postoji jer ga i mi stvaramo (Zagorac, 2019).

## 5. Istraživački dio

### 5.1. Cilj i zadatci istraživanja

Cilj je istraživanja ispitati zastupljenost plesnih aktivnosti u predškolskim ustanovama, utvrditi postoje li preferencije odgojitelja za primjenom pokreta u svakodnevnom radu s djecom kao oblik aktivnosti te općenito ispitati stav i informiranost odgojitelja o pokretnom stvaralaštvu. Također, istraživanje je provedeno kako bih potaknula odgojitelje na dublje promišljanje o pokretnom stvaralaštvu i dobrobitima koje se ostvaruju kroz pokret i ples. Istraživanje s obzirom na cilj polazi od općenitih pitanja o radnom stažu odgojitelja, programu u kojem rade, osobnoj uključenosti u aktivnosti poput fitnessa, aerobika i slično, uključenosti djece iz skupine u kojoj rade u izvanvrtičke aktivnosti vezane uz ples te se zatim kroz upitnik ispituje stav odgojitelja i informiranost o pokretnom stvaralaštvu u vrtićima.

### 5.2. Sudionici istraživanja

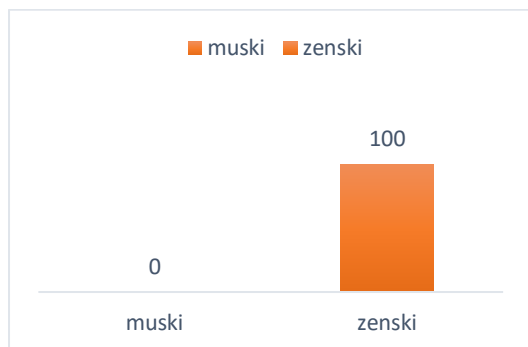
Zbog nepredviđene situacije s COVID virusom istraživanje se odvijalo putem mrežnog anketnog upitnika tijekom svibnja 2019. godine. Istraživanjem je obuhvaćeno 48 sudionika. Ispitana su mišljenja i stavovi odgojiteljica.

### 5.3. Postupci i instrumenti istraživanja

Podatci su prikupljeni postupkom anketiranja, a instrument istraživanja bio je anketni upitnik. Anketni upitnik sastoji se od dvadeset i tri pitanja koji su zatvorenog tipa (višestruki izbor i Liketova skala). Anketiranje je bilo anonimno. Željelo se doći do sljedećih saznanja: smatraju li odgojitelji da je pokretno izražavanje jako bitno za dječju dob; smatraju li da će koristeći plesne sadržaje s djecom vrtičke dobi, osim utjecaja na razvoj, utjecati i na razvoj kreativnosti, samopouzdanja i ljepote pokreta kod djece; stav odgojitelja o dobroj informiranosti i spoznajama o antropološkom statusu djece predškolske dobi; koliko često se trude motivirati djecu za pokretno izražavanje te na koji način to ostvaruju; zadovoljstvo učestalosti edukacija o pokretnom stvaralaštvu te osobnoj procjeni prepoznavanja djetetova interesa i potrebe za pokretnim izražavanjem.

#### 5.4. Rezultati istraživanja

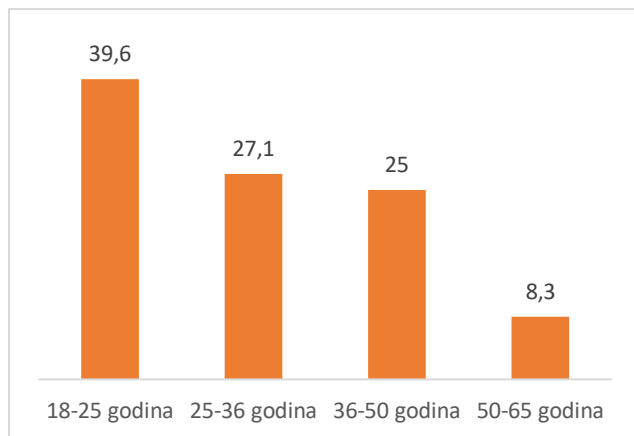
Prvo pitanje anketnog upitnika odnosi se na spol ispitanika



Graf 1. prikaz odgovora na pitanje: Spol

Na prvo pitanje anketnog upitnika koje se odnosi na spol 48 (100%) ispitanika je odgovorilo da je ženskog spola.

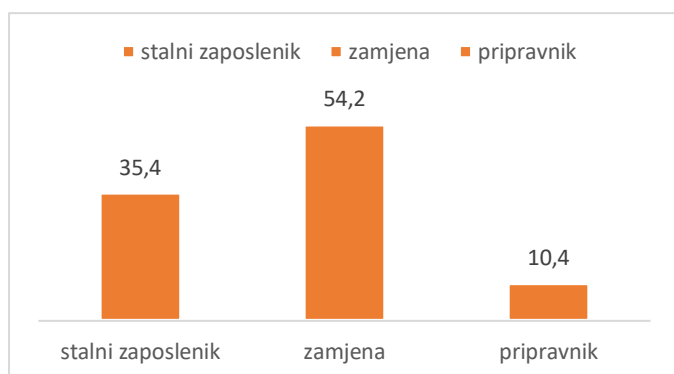
Drugo pitanje anketnog upitnika vezano je uz dob ispitanika.



Graf 2. prikaz odgovora na pitanje: Dob

U dobi od 18 do 25 godina odgovorilo je 19 (39,6%) ispitanika, u dobi od 26 do 35 godina 13 ispitanika (27,1%), u dobi od 36 do 50 godina nalazi 12 ispitanika (25%) te konačno u dobi od 50 do 65 godina 4 (8,3%) ispitanika.

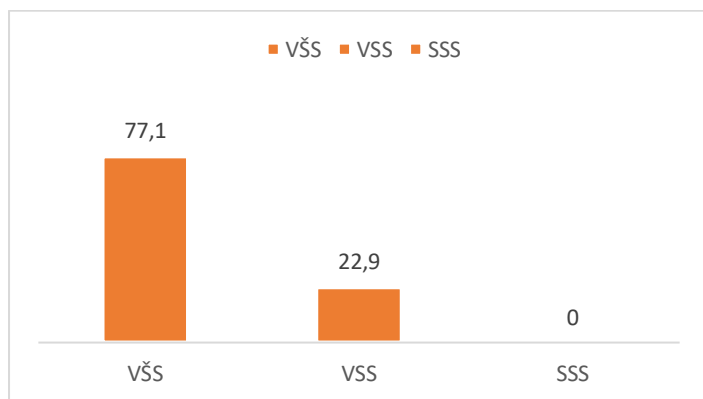
Treće pitanje anketnog upitnika odnosi se na radni odnos ispitanika.



Graf 3. odgovor na pitanje: U dječjem vrtiću radite kao:

Odgovorilo je 48 ispitanika. Kao zamjena u dječjim vrtićima radi 26 (54,2%) ispitanika, u stalnom radnom odnosu je 17 (35,4 %) ispitanika, dok je 5 (10,4%) ispitanika je zaposleno u statusu pripravnika.

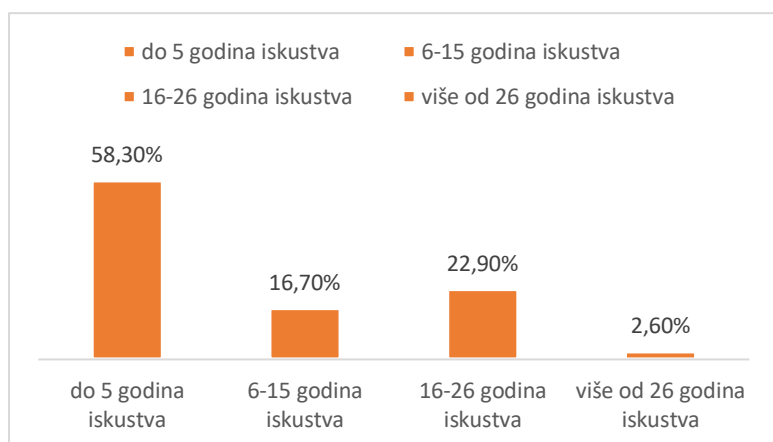
Četvrto pitanje anketnog upitnika odnosi se na razinu obrazovanja ispitanika.



Graf 4. odgovor na pitanje: Vaš stupanj obrazovanja je:

Dobiveno je 48 odgovora. Sveučilišnih prvostupnika ranog i predškolskog odgoja i obrazovanja (VŠS) je 37 (77,1%), magistara ranog i predškolskog odgoja i obrazovanja je 11 (22,9%), dok ispitanika sa SSS-om nema.

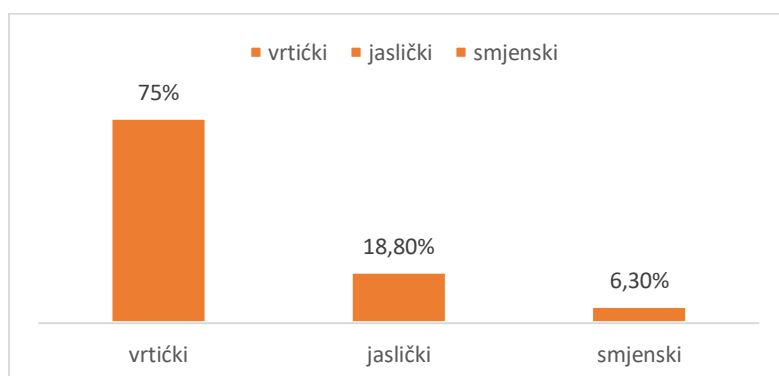
Peto pitanje anketnog upitnika odnosi se na radni staž ispitanika.



Graf 5. odgovor na pitanje: radni staž:

Odgovorilo je 48 ispitanika. Od ukupnog broja 28 (58,3%) ispitanika ima do 5 godina radnog iskustva, od 6 do 15 godina iskustva ima 8 (16,7 %) ispitanika, a 16-26 godina iskustva ima 11 (22,9%) ispitanika, dok više od 26 godina iskustva nema nitko.

Šesto pitanje upitnika odnosi se na vrstu programa u kojem ispitanici rade.

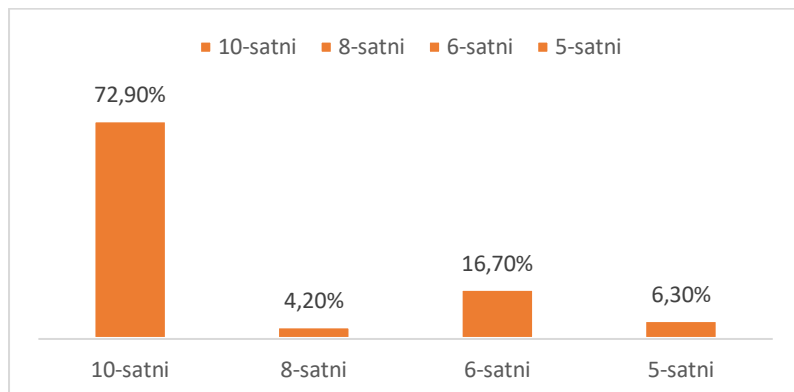


Graf 6. odgovor na pitanje: Vrsta programa u kojem radite:

Odgovorilo je 48 ispitanika, njih 36 (75%) radi u vrtićkom programu, 9 (18,8%) u jasličkom programu te 3 (6,3%) ispitanika u smjenskom.



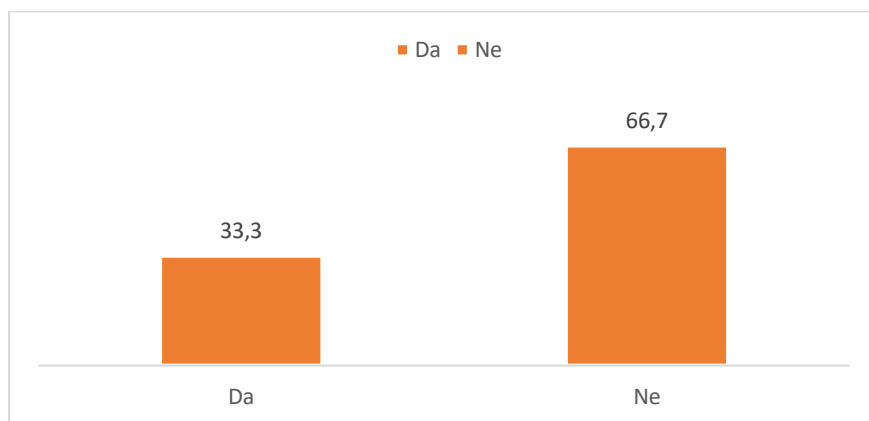
Sljedeće pitanje odnosi se na trajanje programa u kojem ispitanici rade.



Graf 7. odgovor na pitanje :Trajanje programa u kojem radite:

Odgovorilo je 48 ispitanika, njih 35 (72,9%) radi 10-satnom programu, u 8-satnom programu 2 (4,2%) ispitanika, u 6-satnom 8 (16,7%) ispitanika te u 5-satnom 3 (6,3%) ispitanika.

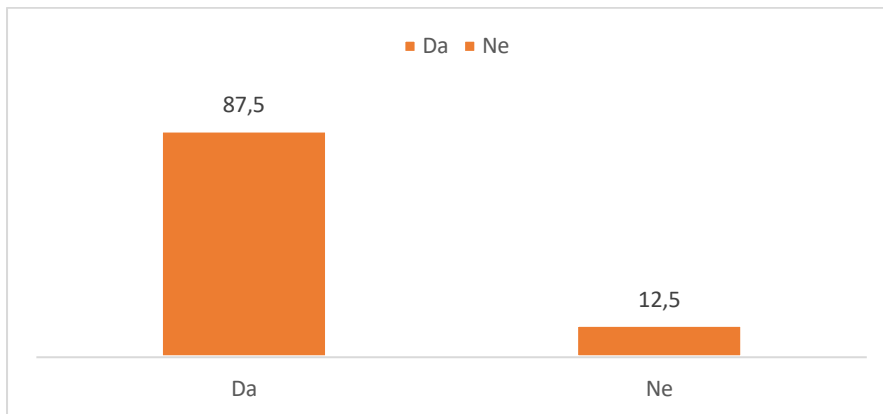
Osmo pitanje upitnika odnosi se na uključenost ispitanika u aktivnosti vezane uz ples, aerobik, fitness i slično.



Graf 8.odgovor na pitanje: Jeste li uključeni u aktivnosti vezane uz ples, aerobik ili slične aktivnosti:

Na osmo pitanje anketnog upitnika odgovorilo je 48 ispitanika, samo 16 ispitanika (33,3%) odgovorilo je da je uključeno, a čak 32 (66,7%) da nije uključeno u aktivnosti vezane uz ples, aerobik i slično.

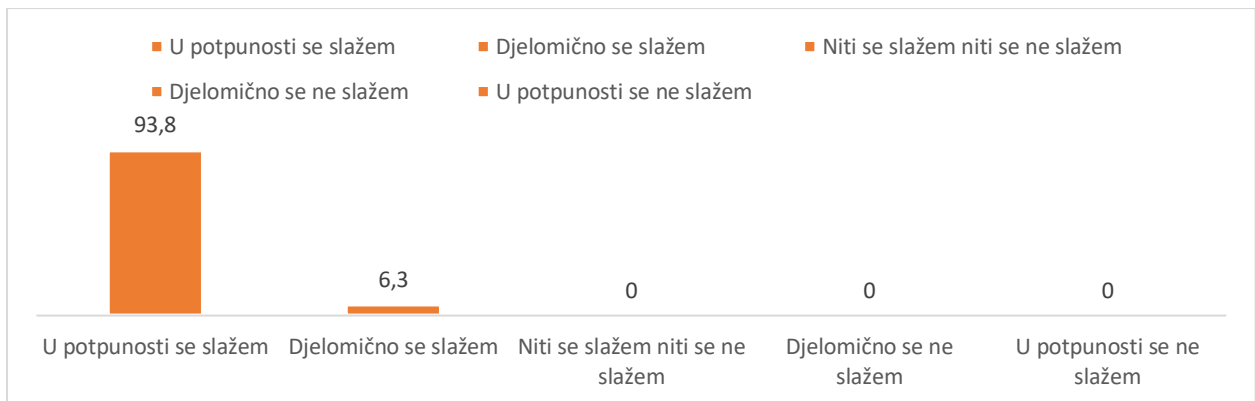
Sljedeće pitanje odnosilo se na uključenost barem jednog djeteta iz skupine u kojoj ispitanici rade u izvanvrtičke aktivnosti vezane uz ples (folklor, ritmička gimnastika).



Graf 9. odgovor na pitanje: Postoji li u vašoj skupini barem jedno dijete koje je uključeno u izvanvrtičke aktivnosti vezane uz ples (ritmička gimnastika, folklor i slično).

Dobiveno je 48 odgovora. Potvrdno su odgovorila 42 (87,5%), a negativno je odgovorilo 6 (12,5%) ispitanika.

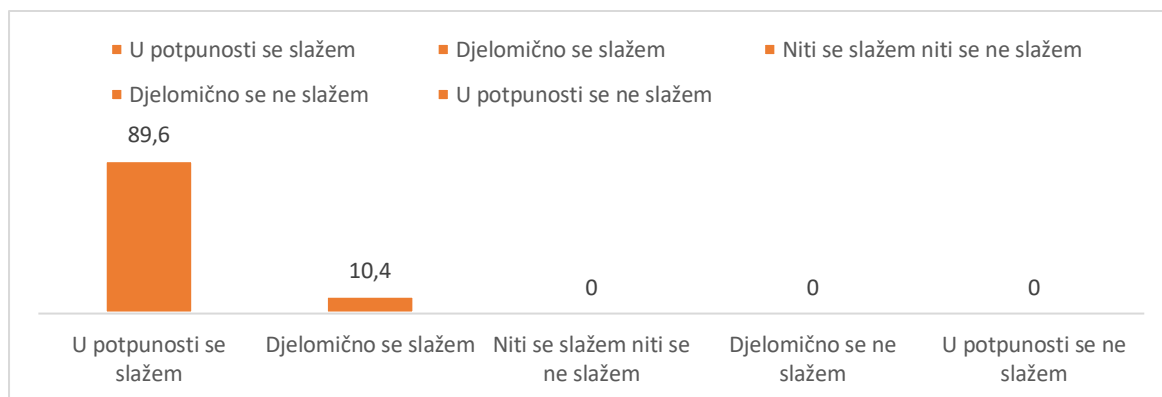
Za sljedeću skupinu pitanja korištena je Likertova skala koja se najčešće koristi za ispitivanje stavova. Tvrdnja glasi: „Pokretno izražavanje je jako bitno za dječji rast i razvoj.“



Graf 10. Mišljenje ispitanika na tvrdnju „Pokretno izražavanje je jako bitno za dječji rast i razvoj.“

Većina ispitanika, točnije 45 (93,8%) ispitanika je odgovorilo da se u potpunosti slaže dok se 3 (6,3%) ispitanika djelomično slaže s tvrdnjom.

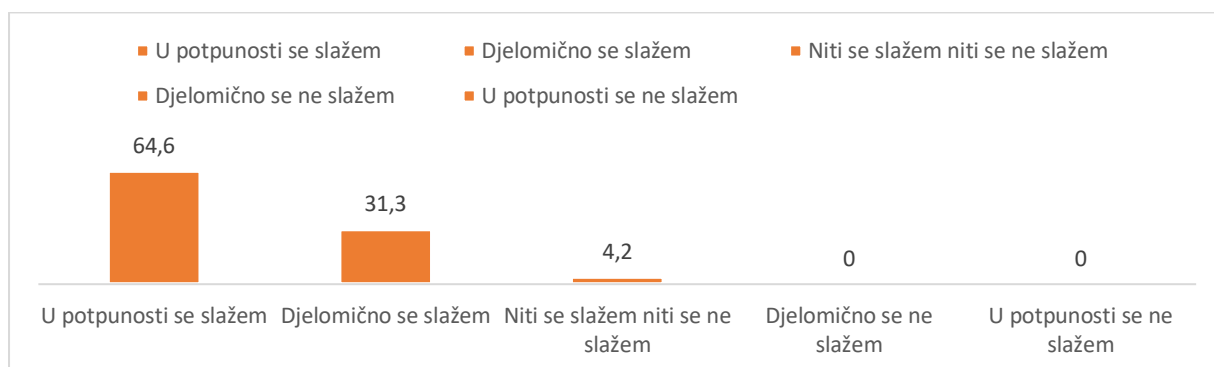
Sljedeća tvrdnja: „Korištenjem plesnih sadržaja u radu s djecom vrtićke dobi, osim utjecaja na razvoj motoričkih sposobnosti, utjecat će se i na razvoj kreativnosti, samopouzdanja, ritmičnosti i ljepote pokreta u djece.“



Graf 11. Mišljenje ispitanika o tvrdnji „Korištenjem plesnih sadržaja u radu s djecom vrtićke dobi, osim utjecaja na razvoj motoričkih sposobnosti, utjecat će se i na razvoj kreativnosti, samopouzdanja, ritmičnosti i ljepote pokreta u djece.“

Tvrdnja ima 48 odgovora. S njom se u potpunosti slaže 43 (89,6%) ispitanika, a djelomično 5 (10,4%) ispitanika.

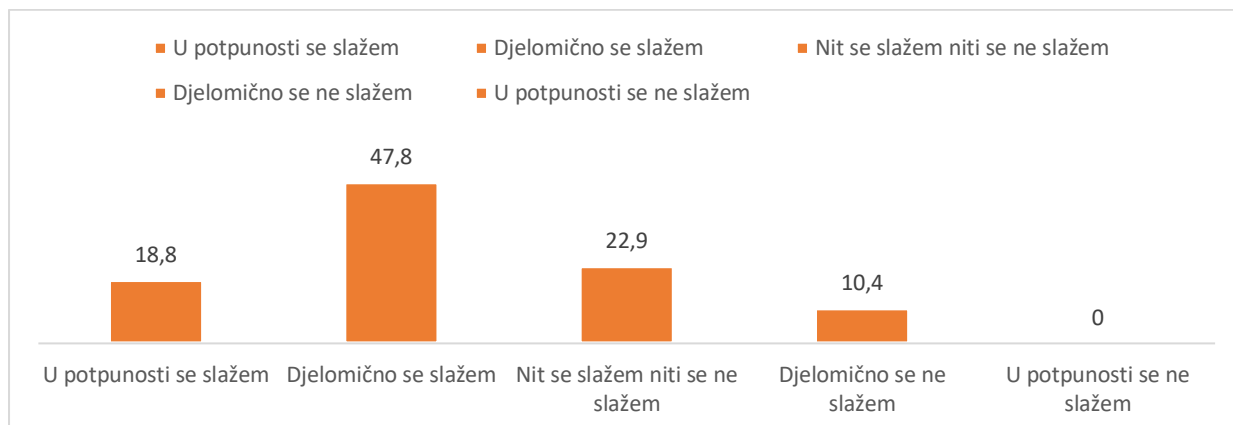
Nadalje, sljedeća tvrdnja glasi: „Ples je motorička reakcija djeteta na određene emocije, posebice na veselje, strah, ljubav.“



Graf 12. Mišljenje ispitanika o tvrdnji „Ples je motorička reakcija djeteta na određene emocije, posebice na veselje, strah, ljubav.“

Tvrdnja ima 48 odgovora. U potpunosti se s tvrdnjom slaže 31 (64,6%) ispitanika, djelomično se slaže 15 (31,3%), a niti se slaže niti se ne slaže 2 (4,2%) ispitanika.

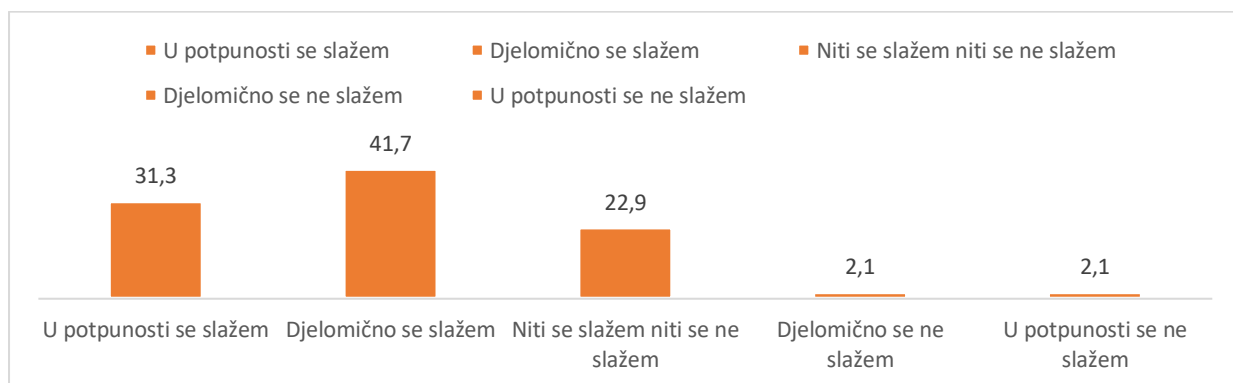
Sljedeća tvrdnja glasi: „Smatram da dovoljno dobro poznajem razvojne faze pokreta te antropološki status kod djece predškolske dobi.“



Graf 13. Mišljenje o tvrdnji „Smatram da dovoljno dobro poznajem razvojne faze pokreta te antropološki status kod djece predškolske dobi.“:

Odgovorilo je 48 ispitanika. S tvrdnjom se u potpunosti slaže 9 (18,8%) ispitanika, djelomično se slaže 23 (47,8%) ispitanika, niti se slaže niti se ne slaže 11 (22,9%) ispitanika te se djelomično ne slaže 5 (10,4%) ispitanika.

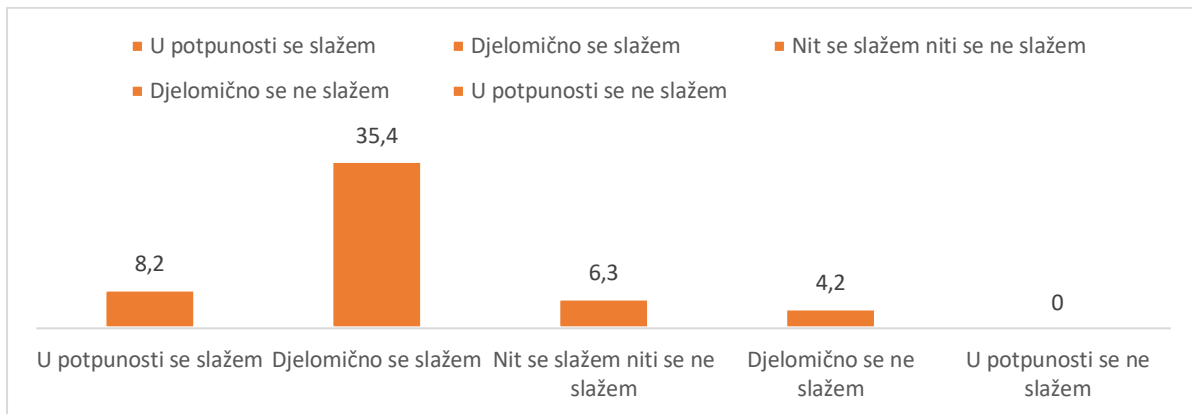
Sljedeća tvrdnja je: „Svakodnevno se trudim motivirati djecu za pokretno izražavanje.“



Graf 14. Mišljenje ispitanika o tvrdnji „Svakodnevno se trudim motivirati djecu za pokretno izražavanje.“

Rezultat: s tvrdnjom se u potpunosti slaže 15 (31,3%) ispitanika, djelomično se slaže 20 (41,7%) ispitanika, niti se slaže niti se ne slaže 11 (22,9%), djelomično se ne slaže 1 (2,1%) te se u potpunosti ne slaže 1 (2,1%) ispitanik.

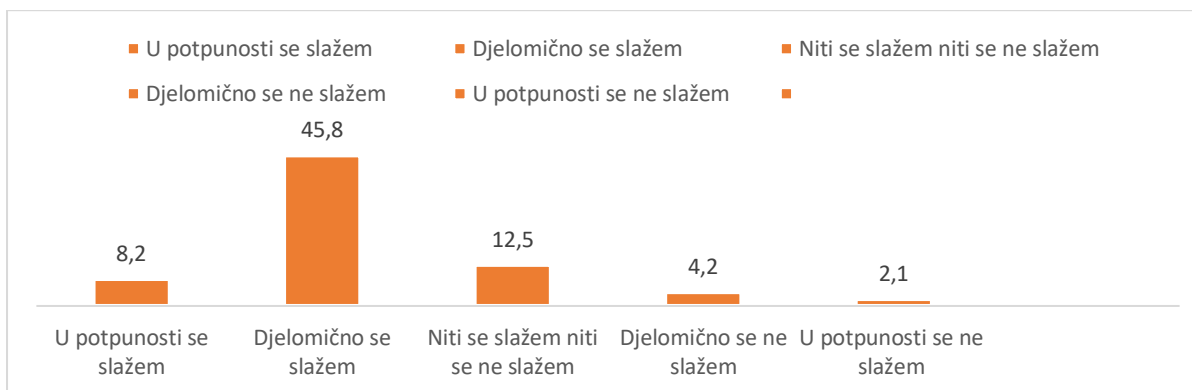
Sljedeća tvrdnja upitnika glasi: „U svom radu najčešće koristim glazbenu pratnju kao sredstvo motivacije za plesne aktivnosti.“



Graf 15. Mišljenje ispitanika o tvrdnji „U svom radu najčešće koristim glazbenu pratnju kao sredstvo motivacije za plesne aktivnosti.“

Ukupno je 48 odgovora. U potpunosti se slaže 26 (54,2%) ispitanika, djelomično se slaže 17 (35,4%) ispitanika, niti se slaže niti se ne slaže 3 (6,3%) ispitanika, djelomično se ne slaže 2 (4,2%) ispitanika.

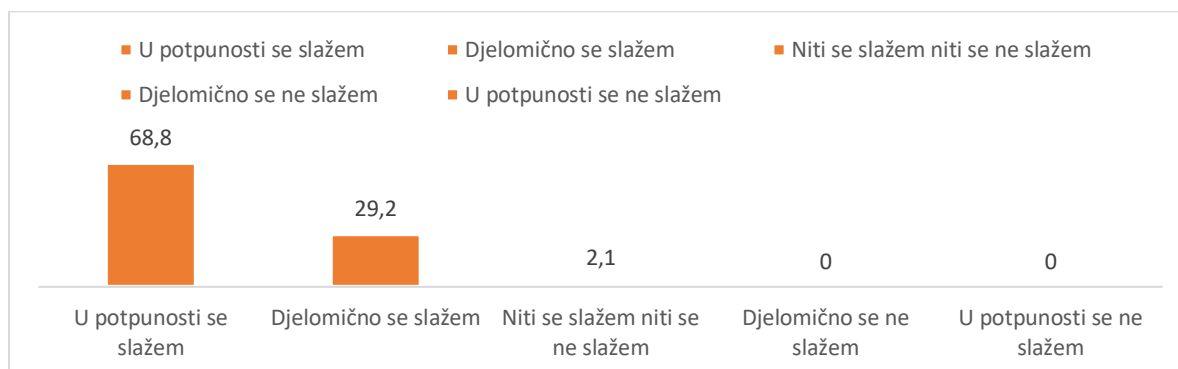
Sljedeća tvrdnja je: „Vlastitom plesnom aktivnošću indirektno motiviram dijete za plesno izražavanje.“



Graf 16. mišljenje ispitanika o tvrdnji „Vlastitom plesnom aktivnošću indirektno motiviram dijete za plesno izražavanje.“

Ukupno je 48 odgovora. U potpunosti se s tvrdnjom slaže 17 (35,4%) ispitanika, djelomično se slaže 22 (45,8%) ispitanika, niti se slaže niti se ne slaže 6 (12,5%) ispitanika, 2 (4,2%) ispitanika se djelomično ne slažu te se 1 (2,1%) ispitanik u potpunosti ne slaže.

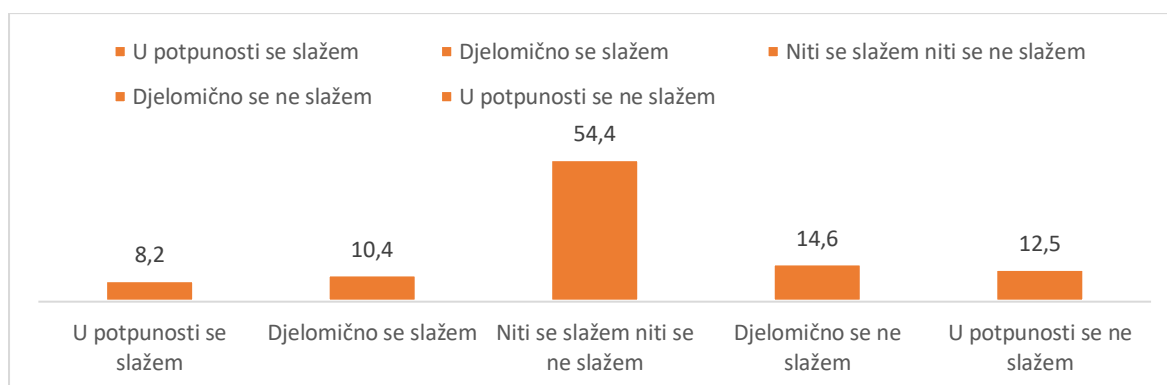
Sljedeća tvrdnja je: „Često su djeca jedni drugima motivatori za pokretno izražavanje, osobito pojedinci koji su uključeni u plesne izvanvrtičke aktivnosti.“



Graf 17. Mišljenje ispitanika o tvrdnji „Često su djeca jedni drugima motivatori za pokretno izražavanje, osobito pojedinci koji su uključeni u plesne izvanvrtičke aktivnosti“.

Ukupno je 48 odgovora. S njom se u potpunosti slaže 33 (68,8%) ispitanika, djelomično se slaže 14 (29,2%) ispitanika, niti se slaže niti se ne slaže 1 (2,1%) ispitanik.

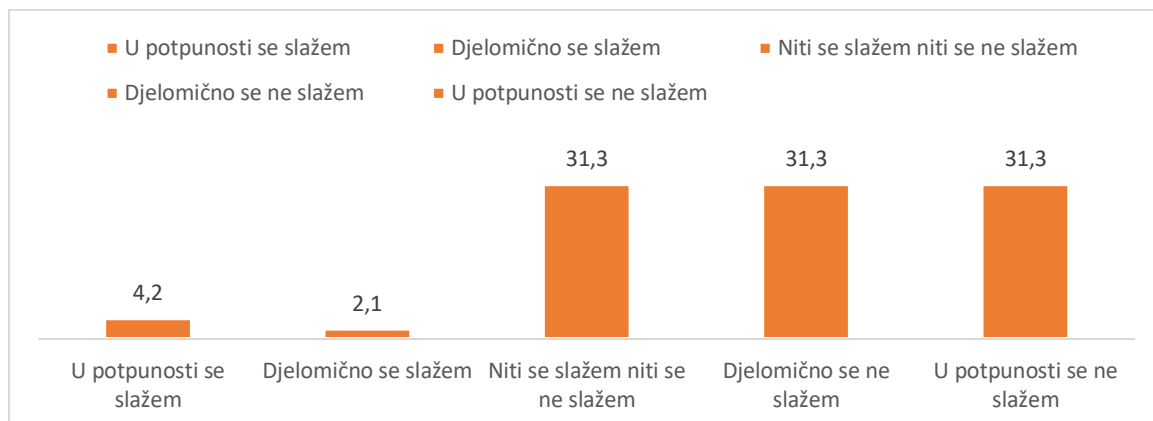
Sljedećom tvrdnjom ispitivala se razina zadovoljstva ispitanika učestalosti edukacija o važnosti pokretnog stvaralaštva kod djece.



Graf 18. Mišljenje ispitanika o tvrdnji „Zadovoljan/-a sam učestalosti edukacija o važnosti pokretnog stvaralaštva kod djece rane i predškolske dobi.“

Ukupno je 48 odgovora. U potpunosti se slažu 4 (8,3%) ispitanika, djelomično se slaže 5 (10,4%) ispitanika, niti se slaže niti se ne slaže 26 (54,4%) ispitanika, djelomično se ne slaže 7 (14,6%) ispitanika, a u potpunosti se ne slaže 6 (12,5%) ispitanika.

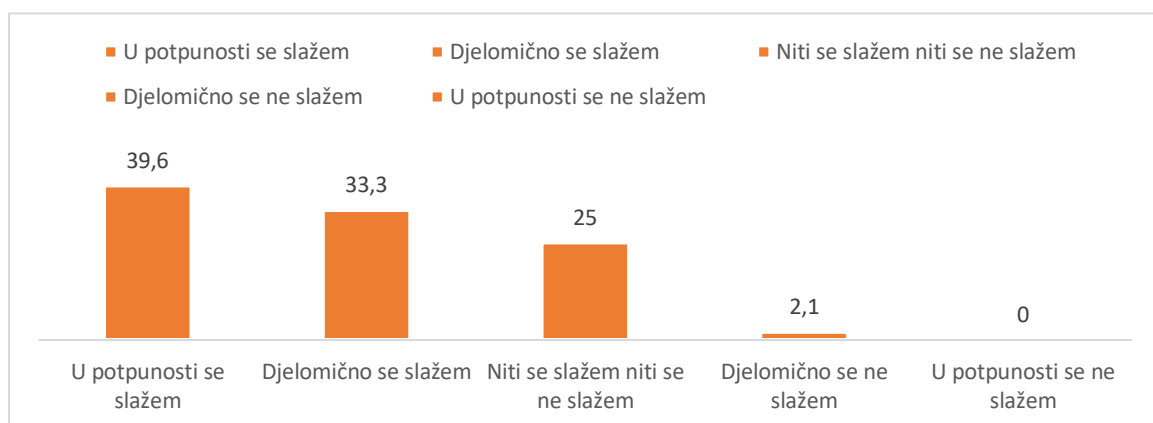
Sljedeća tvrdnja glasi: „Ustanova u kojoj radim redovito organizira stručna usavršavanja vezana za plesne aktivnosti.“



Graf 19. Mišljenje ispitanika o tvrdnji „Ustanova u kojoj radim redovito organizira stručna usavršavanja vezana za plesne aktivnosti.“

Ukupno je 48 odgovora. U potpunosti se slažu 2 (4,2%) ispitanika, djelomično se slaže 1 (2,1%) ispitanik, niti se slaže niti se ne slaže 15 (31,3%) ispitanika, djelomično se ne slaže 15 (31,3%) te se u potpunosti ne slaže 15 (31,3%) ispitanika.

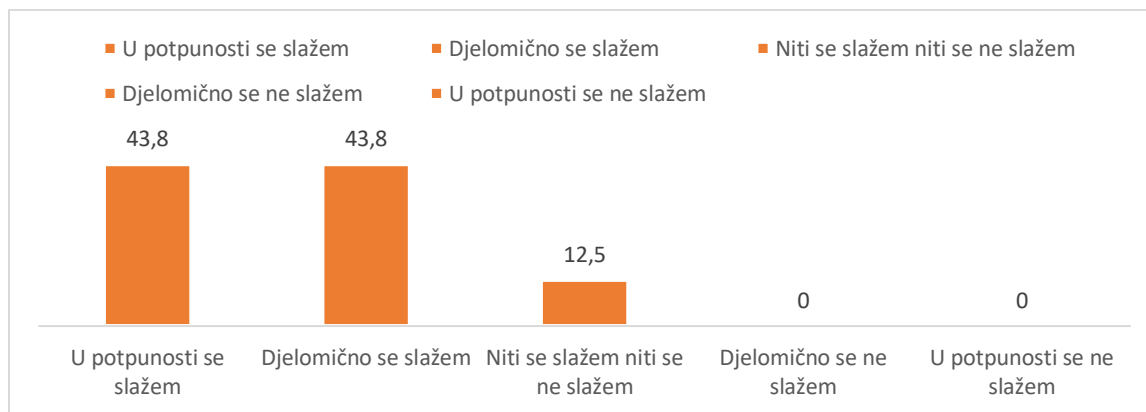
Sljedeća tvrdnja upitnika glasi: „Potrebno mi je više praktičnih primjera i savjeta oko plesnih aktivnosti.“



Graf 20. Mišljenje ispitanika o tvrdnji „Potrebno mi je više praktičnih primjera i savjeta oko plesnih aktivnosti.“

Ukupno je 48 odgovora. S tvrdnjom se u potpunosti slaže 19 (39,6%) ispitanika, djelomično se slaže 16 (33,3%) ispitanika, niti se slaže niti se ne slaže 12 (25%) ispitanika te se djelomično ne slaže 1 (2,1%) ispitanik.

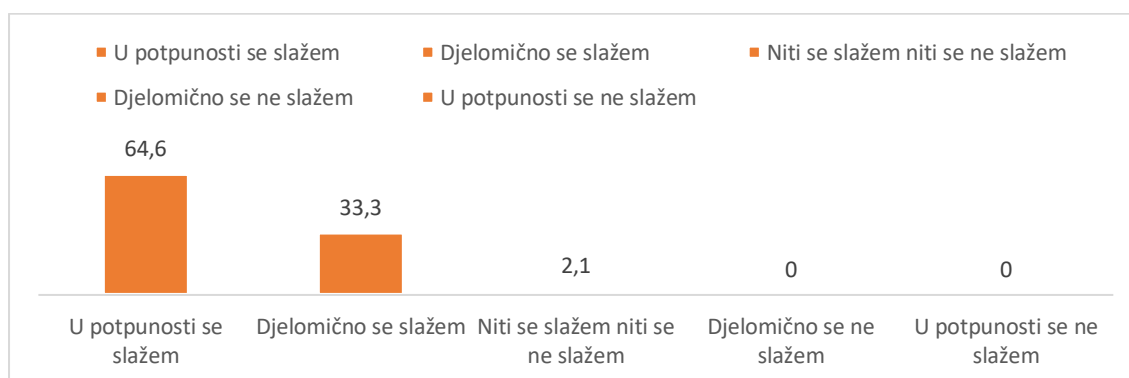
Sljedeća je tvrdnja: „Primjećujem djetetove interese i potrebe za pokretnim izražavanjem i trudim se zadovoljiti ih.“



Graf 21. Mišljenje ispitanika o tvrdnji „Primjećujem djetetove interese i potrebe za pokretnim izražavanjem i trudim se zadovoljiti ih.“

Ukupno ima 48 odgovora. S tvrdnjom se u potpunosti slaže 21 (43,8%) ispitanik, djelomično se slaže 21 (43,8) ispitanik te se niti slaže niti se ne slaže 6 (12,5%) ispitanika.

Posljednja tvrdnja upitnika glasi: „Odgojiteljev stav o plesnim aktivnostima utječe na razvoj pokretnog izražavanja i stvaralaštva djece rane i predškolske dobi.“



Graf 22. Mišljenje ispitanika o tvrdnji „Odgojiteljev stav o plesnim aktivnostima utječe na razvoj pokretnog izražavanja i stvaralaštva djece rane i predškolske dobi.“

Ukupno je 48 odgovora. S tvrdnjom se u potpunosti slaže 31 (64,6%) ispitanik, djelomično se slaže 16 (33,3%) ispitanika, niti se slaže niti se ne slaže 1 (2,1%) ispitanik.



## 5.5. Rasprava

Na početku ovoga poglavlja autorica navodi kako je cilj istraživanja ispitati zastupljenost plesnih aktivnosti u predškolskim ustanovama, utvrditi postoje li preferencije odgojitelja za primjenom pokreta u svakodnevnom radu s djecom kao oblik aktivnosti te općenito ispitati stav i informiranost odgojitelja o pokretnom stvaralaštvu. Interpretacijom odgovora koji su dobiveni istraživanjem možemo zaključiti da je većina odgovora dobivena od mlađih odgojitelja u dobi od 18 do 25 godina (39,6%) te u dobi od 26 do 35 godina (27,1%) te da polovina njih radi kao zamjena (54,2%). Većina ispitanika (77,1%) ima višu razinu obrazovanja te više od polovine ispitanika ima do pet godina radnog iskustva (58,3%). Također, većina ispitanika (75%) radi u vrtićkom programu koji traje deset sati (72,9%). Kao poseban podatak valja istaknuti da je 87,5% ispitanika odgovorilo kako je u njihovim skupinama barem jedno dijete uključeno u izvanvrtićku aktivnost vezanu uz ples. Veliki postotak ispitanika slaže se u potpunosti s tvrdnjom da je pokretno izražavanje jako bitno za dječji rast i razvoj (93,8%) te da se korištenjem plesnih sadržaja u radu s djecom vrtićke dobi, osim utjecaja na razvoj motoričkih sposobnosti, utječe i na razvoj kreativnosti, samopouzdanja, ritmičnosti i ljepote pokreta u djece. Na tvrdnju o poznavanju razvojnih faza pokreta te antropološkom statusu kod djece predškolske dobi, mišljenja su bila podijeljena. Tek 18,8% ispitanika odgovorilo je da se u potpunosti slaže s tvrdnjom, 47,9% ispitanika se djelomično slaže s tvrdnjom, 22,9% ispitanika se niti slaže niti se ne slaže, a čak 10,4%, tj. 5 ispitanika se djelomično ne slaže s tvrdnjom. Većina ispitanika se trudi svakodnevno motivirati djecu na pokretno izražavanje, njih 31,3% se u potpunosti slaže s navedenom tvrdnjom, a 41,7% se djelomično slaže s tvrdnjom. Kao sredstvo motivacije odgojitelji najčešće koriste glazbenu pratnju (54,2%). Djelomično se slažu s tvrdnjom da svojom vlastitom plesnom aktivnošću žele indirektno motivirati djecu za pokretno izražavanje (45,4%) te se u većini slažu sa tvrdnjom da su često djeca jedni drugima motivatori za pokretno izražavanje, osobito pojedinci uključeni u plesne izvanvrtićke aktivnosti (68,8%). Važno za istaknuti da se razina neslaganja s tvrdnjama kod ispitanika najviše primijeti kod tvrdnji vezanih uz razinu učestalosti i važnosti edukacija na temu pokretnog stvaralaštva kod djece. Polovina ispitanika (54,2%) niti se slaže niti se ne slaže s tvrdnjom da su zadovoljni učestalosti edukacija o važnosti pokretnog stvaralaštva kod djece rane i predškolske dobi, 14,6% ispitanika se djelomično ne slaže, a 12,5% ispitanika se u potpunosti ne slaže s navedenom tvrdnjom. Razina slaganja s tvrdnjom da ustanova u kojoj ispitanici rade redovito organizira stručna usavršavanja vezana uz plesne aktivnosti nije prošla odobravajuće od strane ispitanika. 31,3% ispitanika se u potpunosti ne slaže s

navedenom tvrdnjom, 31,3% se djelomično ne slaže s tvrdnjom, a 31,3% se niti slaže niti ne slaže s navedenom tvrdnjom. U potpunosti s navedenom tvrdnjom se slaže tek 4,2% ispitanika, odnosno dva ispitanika. Ispitanici su većinom složni u slaganju s tvrdnjom da im je potrebno više praktičnih primjera i savjeta oko plesnih aktivnosti, u potpunosti s njom se slaže 39,6% ispitanika te se djelomično s tvrdnjom slaže 33,3% ispitanika. Budući da se u praksi sve više teži i naglašava važnost suvremene uloge odgojitelja, sljedeća tvrdnja to i potkrepljuje. Tvrdnja se odnosi na primjećivanje djetetova interesa i potrebe za pokretnim izražavanjem te zadovoljavanje tih potreba. 43,8% ispitanika se u potpunosti slaže s tvrdnjom, a isti je postotak onih koji se djelomično slažu s navedenom tvrdnjom. Konačno, većina ispitanika (64,6%) se slaže s tvrdnjom da odgojiteljev stav o plesnim aktivnostima utječe na razvoj pokretnog izražavanja i stvaralaštva djece rane i predškolske dobi.

## 6. Zaključak

Prema suvremenoj slici djeteta, što je naglašeno i u Nacionalnom kurikulumu za rani i predškolski odgoj i obrazovanje, dijete je kreativno biće sa specifičnim stvaralačkim i izražajnim potencijalima, a vrtić je mjesto koje podupire razvoj dječjeg stvaralaštva i kreativnosti. U tom procesu odgojitelj ima važnu ulogu. Suvremeni odgojitelj bi u svome radu trebao biti fleksibilan jer time osigurava zadovoljenje specifičnih potreba, osobnih ritmova i individualno različitih strategija učenja djece. Budući da su obitelj i vrtić dva temeljna sustava u kojima se dijete rane i predškolske dobi razvija i raste, zadovoljava svoje osnovne potrebe, stječe prve spoznaje o sebi i svijetu oko sebe, važno je da ta dva sustava konstantno surađuju i razvijaju svoj odnos kako bi primjereno odgovorili na individualne i razvojne potrebe djeteta i osigurali potporu njegovu cjelovitom razvoju. Sve navedeno najbolje se moglo vidjeti u specifičnoj situaciji koja nas je zadesila s COVID virusom. Odgojitelji su se iskazali kao vrsni praktičari koji su uspjeli održati odnos s djecom preko online vrtića, iako fizičkog susreta nije bilo. Smatramo da se time potvrđuje suvremeni pogled na dijete koje je uvijek u središtu odgojno-obrazovnog procesa. U istraživačkom dijelu rada prikazani su stavovi odgojitelja prema pokretnom izražavanju u predškolskim ustanovama. S obzirom na situaciju s COVID virusom, provedeno je istraživanje preko mrežnog upitnika. Rezultati su pokazali da odgojitelji smatraju pokret jako važnim za dječji rast i razvoj te da se plesnim sadržajima utječe i na razvoj kreativnosti, samopouzdanja, ritmičnosti i ljepote pokreta u djece. Ustanovljeno je da odgojitelji imaju preferencije za pokretno stvaralaštvo, ali nedostaje im edukacija, radionica i praktičnih primjera i savjeta kako to odraditi profesionalno. Krije li se problem u nedostatnoj stručnoj literaturi o navedenoj tematici ili u nedovoljnim akcijskim istraživanjima plesa, potrebno je istražiti. Važno je da je istraživanje pokazalo da se odgojitelji trude zadovoljiti djetetove potrebe i interes za pokretnim izražavanjem. To predstavlja nadu da je ovo istraživanje barem malo potaknulo odgojitelje na promišljanje o pokretnom stvaralaštvu i da će ovo biti tek početak istraživanja i većeg integriranja plesnog stvaralaštva u predškolski odgoj.

## 7. Sažetak

Ples ima veliki utjecaj na čovjeka u bilo kojoj životnoj dobi, a posebice u predškolskoj. U današnjem suvremenom načinu života djeca su sve manje motorički aktivna, a sve više vremena provode u virtualnom svijetu „vezana“ uz suvremena tehnička pomagala. Plesna umjetnost je prouzročitelj svih umjetnosti koja ima svoj izraz u ljudskoj osobnosti. Plesna umjetnost nastala je u narodu te je u samim počecima predstavljala dio rituala zajednice, iskazivanja osjećaja u najširem smislu. Budući da je predškolska dob idealna za razvoj i odgoj – ne samo zdravstvenih, prehrambenih i higijenskih navika, nego i za cjeloviti razvoj u području tjelesne aktivnosti upravo je to razdoblje povoljno za stimuliranje razvoja morfoloških karakteristika, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti te povećanje optimalnog dosega biotičkih motoričkih znanja. Dijete se u predškolskoj dobi izražava spontanim pokretima što utječe na razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti te na cjelokupni razvoj. Plesom se u djece razvijaju sposobnosti kreativnog izražavanja i stvaralaštva, primjenom različitih pokreta i kretnji, a sve s igrom koja je jedna od osnovnih djetetovih potreba. U tome svemu uloga odgojitelja je ključna. Djeci je potreban svestrani odgojitelj kojemu će interesi, potrebe i sposobnosti djece biti na prvom mjestu jer samo takav odgojitelj će motivirati, ohrabriti i poduprijeti holistički razvoj djeteta.

Ključne riječi: plesna umjetnost, pokret, ritam, antropološki status, odgojitelj, predškolska dob, odgoj

## 8. Summary

The dance has big influence on human in any life age, specially in preschool. In today's modern lifestyle kids are less physically active, and spend more time in virtual world "tied" with modern technic accessories. Dance art is a source of all arts which has its expression in human personality. Dance art is created in people (nation?) and it has presented part of rituals of community, showing expressions in widest way. Considering that preschool age is ideal for development and upbringing-not only healthy, eating and hygienic habits, but for complete development in area of physical activity just that time is favorable for stimulation of development morphological characteristics, motorical and functional abilities and increasing optimal reach biotic motorical knowledges. Child in preschool age expresses with spontaneous moves which affects development of motorical and functional abilities and whole development. By dance in children are developed abilities of creative expression and creation by using different moves, and all with game which is one of basic child needs. In all that educator's role is key. Children need all-side educator that interest, needs and abilities of children will be primary. That kind of educator will motivate, encourage and support their holistic development.

Keywords: Art dance, movement, rhythm, anthropological status, educator, preschool age, education

## 9. Prilozi

### Upitnik o zastupljenosti plesnih aktivnosti u predškolskim ustanovama

Poštovane kolege/ice odgojitelji,

pred Vama se nalazi upitnik kojim se želi ispitati zastupljenost plesnih aktivnosti u predškolskim ustanovama. Istraživanje se provodi u okviru diplomskog rada na Filozofskom fakultetu u Splitu. Molim Vas da svojim sudjelovanjem doprinesete ovom istraživanju. Vaši odgovori u potpunosti su anonimni te će biti korišteni isključivo za potrebe istraživačkog rada, stoga Vas molim za iskrenost.

Unaprijed se zahvaljujem na uloženom trudu i suradnji!

1. Spol:
  - Muško
  - Žensko
2. Dob:
  - 18-25
  - 26-35
  - 36-50
  - 50-65
3. U dječjem vrtiću radite kao:
  - Pripravnik/pripravnica
  - Stalni zaposlenik/zaposlenica
  - Zamjena
4. Vaš stupanj obrazovanja je:
  - SSS
  - VŠS
  - VSS
5. Radni staž:
  - Do 5 godina
  - 6-15 godina
  - 16-26 godina
  - Više od 26 godina
6. Vrsta programa u kojem radite:
  - Jaslički
  - Vrtićki
  - Smjenski
7. Trajanje programa u kojem radite:
  - 5-satni
  - 6-satni
  - 8-satni
  - 10-satni

8. Jeste li uključeni u aktivnosti vezane uz ples, aerobik ili slične aktivnosti?
- Da
  - Ne
9. Postoji li u vašoj skupini barem jedno dijete koje je uključeno u izvanvrtične aktivnosti vezane uz ples (ritmička gimnastika, folklor i slično)?
- Da
  - Ne

Molimo Vas da iznesete svoje stavove o sljedećim tvrdnjama. Stav iskazujete zaokruživanjem SAMO JEDNOG broja koji najbolje opisuje Vaše mišljenje:	1-uopće se ne slažem	2-djelomično se ne slažem	3-niti se slažem niti se ne slažem	4-djelomično se slažem	5-u potpunosti se slažem
Pokretno izražavanje je jako bitno za dječji rast i razvoj.					
Korištenjem plesnih sadržaja u radu s djecom vrtične dobi, osim utjecaja na razvoj motoričkih sposobnosti, utjecat će se i na razvoj kreativnosti, samopouzdanja, ritmičnosti i ljepote pokreta u djece.					
Ples je motorička reakcija djeteta na određene emocije posebice na veselje, strah, ljubav.					
Smatram da dovoljno dobro poznajem razvojne faze pokreta te antropološki status kod djece predškolske dobi.					
Svakodnevno se trudim motivirati djecu za pokretno izražavanje.					
U svom radu najčešće koristim glazbenu pratnju kao sredstvo motivacije za plesne aktivnosti.					
Vlastitom plesnom aktivnošću indirektno motiviram dijete za plesno izražavanje.					
Često su djeca jedni drugima motivatori za pokretno izražavanje, osobitno pojedinci koji su uključeni u plesne izvanvrtične aktivnosti.					
Ustanova u kojoj radim redovito organizira stručna usavršavanja vezana za plesne aktivnosti.					
Potrebno mi je više praktičnih primjera i savjeta oko plesnih aktivnosti.					
Primjećujem djetetove interese i potrebe za pokretnim izražavanjem i trudim se zadovoljiti ih.					
Odgovornost stav o plesnim aktivnostima utječe na razvoj pokretnog izražavanja i stvaralaštva djece rane i predškolske dobi.					

## LITERATURA

1. Andrić, V., Čudina-Obradović, M., (1994) Psihologija odgoja i obrazovanja Zagreb, Školska knjiga
2. Bastjančić, I., Lorger, M., Topčić, P. (2011). Motoričke igre djece predškolske dobi. *U V. Findak (Ur.) Zbornik radova*, 20, 406-411.
3. Bijelić, S. (2003). Baletska priprema u funkciji razvijanja motoričkih sposobnosti. (Doktorska disertacija), Fakultet za fizičko vaspitanje i sport, Banja Luka.
4. Brajša-Žganec A. (2003). Dijete i obitelj – emocionalni i socijalni razvoj. Zagreb: Naklada Slap
5. Brajša-Žganec, A., Slunjski, E. (2007). Socioemocionalni razvoj u predškolskoj dobi: povezanost razumijevanja emocija i prosocijalnoga ponašanja. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, 16(3 (89)), 477-496.
6. Brkljačić, D. (2013). Baletna klasika.
7. Bungić, M., Barić, R. (2009). Tjelesno vježbanje i neki aspekti psihološkog zdravlja
8. Cairns, C. J. (2010). In pursuit of excellence: uncovering the knowledge, philosophies, and expert practice of the classical ballet master.
9. Carter, C. S. (2004). *Effects of formal dance training and education on student performance, perceived wellness, and self-concept in high school students*. University of Florida.
10. Cetinić, J., Vidaković Samaržija, D. (2011). Ples kao sredstvo izražavanja djece predškolske dobi. Na *Dijete i estetski izričaji: zbornik radova s Međunarodnoga znanstvenog skupa Dijete i estetski izričaji*. Zadar: Odjel za izobrazbu učitelja i odgojitelja Sveučilišta u Zadru. str, 265-272.
11. De Privitellio, S., Caput-Jogunica, R., Gulan, G., Boschi, V. (2007). Utjecaj sportskog programa na promjene motoričkih sposobnosti predškolaca. *Medicina Fluminensis: Medicina Fluminensis*, 43(3), 204-209.
12. Dopuđa, J. (1977). Ritmičke igre kao osnove estetske kulture pokreta za djecu predškolskog uzrasta. Sarajevo: Svjetlost
13. Findak, V., Delija, K. (2001). Tjelesna i zdravstvena kultura u predškolskom odgoju. Zagreb: Edip.
14. Habuš Rončević, S. (2014). Neke suvremene uloge odgojitelja u glazbenom odgoju djece rane i predškolske dobi. *Magistra Iadertina*, 9(1), 179-187.



15. Hraski, Ž., Živčić, K., (1996). Mogućnost razvoja motoričkih potencijala djece predškolske dobi. U: Zbornik radova - Međunarodno savjetovanje o fitnessu, Zagrebački sajam športa (D. Milanović) (ur) str. II 12 – II 15. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu
16. Hraski, Ž., Živčić, K., Žuljević, N. (2002). Utjecaj programiranih tjelesnih aktivnosti na rast i razvoj djece predškolske dobi. U *Vladimir Findak (ur.), Zbornik radova, 11*, 242-243.
17. Hraste, M., Đurović, N., Matas, J. (2009). Razlike u nekim antropološkim obilježjima kod djece predškolske dobi. U *V. Findak (Ur.) Zbornik radova, 18*, 149-153.
18. Hrvatska, R. (2014). Nacionalni kurikulum za rani i predškolski odgoj i obrazovanje. *Pribavljeno, 12(5)*, 2018.
19. Ivančan, I. (1988). Folk Dance among the Croats. *Narodna umjetnost: hrvatski časopis za etnologiju i folkloristiku, (2)*, 69-106.
20. Ivančan, I. (1996), Narodni plesni običaji u Hrvata. Zagreb: Hrvatska matica iseljenika.
21. Jovančević, V. (2016). *Relacije različitih vrsta plesova i ritmičke gimnastike* (Doctoral dissertation, Univerzitet u Beogradu-Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja).
22. Kosinac, Z., C. (2009). Igra u funkciji poticaja uspravnog stava i ravnoteže u djece razvojne dobi. *Život i škola: časopis za teoriju i praksu odgoja i obrazovanja, 55(22)*, 11-22.
23. Kosinac, Z. (2011). Morfološko-motorički i funkcionalni razvoj djece uzrasne dobi od 5. do 11. godine. Split: Savez školskih športskih društava grada Splita.
24. Ladešić, S., Mrgan, J. (2007). Ples u realizaciji antropoloških zadaća tjelesne i zdravstvene kulture. *Na, 16*, 306-309.
25. Linn, M. (2006). Terapijske vježbe kod psihomotoričkih razvojnih smetnji. Jastrebarsko: Naklada Slap.
26. Lovrenović, M. (2016). *Plesne strukture u predškolskom odgoju* (Doctoral dissertation, University of Pula. Faculty of Educational Sciences.). Marić, M., Nurkić, D. (2014). Uloga odgajatelja u poticanju dječje ekspresivnosti pokreta. *Dijete, vrtić, obitelj: Časopis za odgoj i naobrazbu predškolske djece namijenjen stručnjacima i roditeljima, 20(75)*, 16-18.
27. Malada, D. (2018) Efekti utjecaja estetskog kineziološkog tretmana na motoričke sposobnosti djevojčica: Univerzitet u Travniku, Edukacijski fakultet
28. Maletić., A., (1986.) Knjiga o plesu, Zagreb
29. Maletić, A. (2002), Povijest plesa starih civilizacija od Mezopotamije do Rima, Zagreb: Matica hrvatska
30. Malina, R. M., Bouchard, C., Bar - Or, O. (2004). Growth, Maturation, and Physical Activity. Champaign: Human Kinetics

31. Mikulić, M., Prskalo, I., Runjić, K. (2007). Hrvatska plesna tradicija i predškolska dob djeteta. 16. ljetna škola kineziologa Republike Hrvatske. Poreč, 19.-23.6.2007. Poreč: Hrvatski kineziološki savez. str. 455-459
32. Miočić-Stošić, A., Lončarić, D. (2012). Rana stimulacija mozga i kognitivne sposobnosti djece predškolske dobi. *Dijete, vrtić, obitelj: Časopis za odgoj i naobrazbu predškolske djece namijenjen stručnjacima i roditeljima*, 18(70), 28-30.
33. Neljak, B. (2009). Kineziološka metodika u predškolskom odgoju. Skripta za studente VII. Semestra – 2. prošireno izdanje). Zagreb: Kineziološki fakultet
34. Podunavac, Z., Kolić, L. (2012). Analiza promjena nekih motoričkih sposobnosti kod predškolske djece polaznika atletskog vrtića. *U V. Findak, (Ur.) Zbornik radova*, 21, 229-233.
35. Prskalo, I.; Sporiš, G. (2016.) Kineziologija. Zagreb: Školska knjiga
36. Risteski, A. (2018). *Ples u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi* (Doctoral dissertation, University of Pula. Faculty of Educational Sciences.).
37. Sekulić, D., Metikoš, D. (2007). Osnove transformacijskih postupaka u kineziologiji. Sveučilište u Splitu: Fakultet prirodoslovno-matematičkih znanosti i kineziologije.
38. Slunjski, E., Šagud, M., & Branja-Žganec, A. (2006). Kompetencije odgojitelja u vrtiću–organizaciji koja uči. *Pedagoška istraživanja*, 3(1), 45-57.
39. Starc, B., Čudina Obradović, M., Letica, M., Profaca, B., Pleša, A. (2004). Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi. Zagreb: Golden marketing – Tehnička knjiga.
40. Stinson, S. (1988) Creative Dance For Preschool Children, *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, Vol. 59, No. 7, str. 52-56
41. Šalaj, S. (2012). Osnove ranog motoričkog razvoja. *Kondicijski trening*, 10 (2), 54 - 59.
42. Škrbina D. (2013). Art terapija i kreativnost. Zagreb: Veble commerce
43. Šumanović, M., Filipović, V., Sentkiralji, G. (2005). Plesne strukture djece mlađe školske dobi. *Život i škola: časopis za teoriju i praksu odgoja i obrazovanja*, 51(14), 40-45.
44. Trajkovski, B., Bugarin, M., Kinkela, D. (2015). Ples u funkciji podizanja fonda motoričkih znanja djece rane školske dobi. *Primjena i utjecaj novih tehnologija na kvalitetu rada u područjima edukacije, sportfiske rekreacije i kineziterapije*, 24. ljetna škola kineziologa RH u Poreču, 181-185.
45. Vlašić, J., Čačković, L., & Oreb, G. (2016). Plesno stvaralaštvo u predškolskoj dobi. Na Kineziologija i područja edukacije, sporta, sportfiske rekreacije i kineziterapije u razvitku hrvatskog društva. Zelina: Hrvatski kineziološki savez. str. 755-760.

46. Vidović Schreiber, T. T. (2015). Tradicijska kazivanja i scenski izraz djece predškolske dobi. *Školski vjesnik: časopis za pedagoški teoriju i praksu*, 64(3), 504-517.
47. Vlahović, L., Babin, B., & Babin, J. (2016). Povezanost morfoloških karakteristika i motoričkih znanja kod jedanaestogodišnjih učenica. *Croatian Journal of Education: Hrvatski časopis za odgoj i obrazovanje*, 18(1), 137-156.
48. Zagorac, M. (2019). *Izražavanje i stvaranje kroz pokret i ples u ranoj i predškolskoj dobi* (Doctoral dissertation, University of Split. Faculty of Humanities and Social Sciences, University of Split.).vre
49. Zekić, R., Car Mohač, D., Matrljan, A. (2016). Razlike u morfološkim karakteristikama i motoričkim sposobnostima djece predškolske dobi polaznika male sportske škole. *U V. Findak,(Ur.) zbornik radova*, 25, 406-413.

Izjava o pohrani završnog/diplomskog rada (podcrtajte odgovarajuće) u Digitalni  
 repozitorij Filozofskog fakulteta u Splitu

Student/ica: IVANA KRIŠTO  
 Naslov rada: ODGOJITELJ I PLESNE AKTIVNOSTI U DJEČJEM VRTIĆU  
 Znanstveno područje: Društvene znanosti  
 Znanstveno polje: PEDAGOGIJA  
 Vrsta rada: Diplomski rad

Mentor/ica rada:

DODI MALADA, DR. SC

(ime i prezime, akad. stupanj i zvanje)

Komentor/ica rada:

TEA-TEREZA VIDOVIĆ SCHREIBER, DR. SC

(ime i prezime, akad. stupanj i zvanje)

Članovi povjerenstva:

DODI MALADA, TEA-TEREZA VIDOVIĆ SCHREIBER, LIDIJA VLAHOVIĆ

(ime i prezime, akad. stupanj i zvanje)

Ovom izjavom potvrđujem da sam autor/autorica predanog završnog/diplomskog rada (zaokružite odgovarajuće) i da sadržaj njegove elektroničke inačice u potpunosti odgovara sadržaju obranjenog i nakon obrane uređenog rada. Slažem se da taj rad, koji će biti trajno pohranjen u Digitalnom repozitoriju Filozofskoga fakulteta Sveučilišta u Splitu i javno dostupnom repozitoriju Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu (u skladu s odredbama Zakona o znanstvenoj djelatnosti i visokom obrazovanju, NN br. 123/03, 198/03, 105/04, 174/04, 02/07, 46/07, 45/09, 63/11, 94/13, 139/13, 101/14, 60/15, 131/17), bude:

- a) rad u otvorenom pristupu  
 b) rad dostupan studentima i djelatnicima FFST  
 c) široj javnosti, ali nakon proteka 6/12/24 mjeseci (zaokružite odgovarajući broj mjeseci).  
 (zaokružite odgovarajuće)

U slučaju potrebe (dodatnog) ograničavanja pristupa Vašem ocjenskom radu, podnosi se obrazloženi zahtjev nadležnom tijelu u ustanovi.

Mjesto, nadnevak: SPLIT, 15. ROJNA 2020

Potpis studenta/studentice: Krišto

SVEUČILIŠTE U SPLITU  
FILOZOFSKI FAKULTET

**IZJAVA O AKADEMSKOJ ČESTITOSTI**

kojom ja IVANA KRIŠTO, kao pristupnik/pristupnica za stjecanje zvanja magistra/magistrice RAVNOG 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, 15. RUJAN 2020

Potpis

*Krišto*

## IZJAVA O LEKTURI

Ja, TONI KOVAČEVIĆ, izjavljujem da je diplomski rad pod  
naslovom "ORGANIZIRANJE I PLESNE STRUKTURE U VRTIĆU",  
autorice IVANE KRIŠTO, lektoriran prema pravilima  
hrvatskog standardnog jezika.

Nadnevak:

10. srpnja 2020.

Potpis lektora:

Kovačević