

# Plesne strukture - sadržaji rada u predškolskom odgoju

---

Šarić Drenski, Ozana

Master's thesis / Diplomski rad

2021

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **University of Zagreb, Faculty of Teacher Education / Sveučilište u Zagrebu, Učiteljski fakultet**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:147:510884>

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

*Download date / Datum preuzimanja:* **2025-01-09**

*Repository / Repozitorij:*

[University of Zagreb Faculty of Teacher Education - Digital repository](#)



**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU**  
**UČITELJSKI FAKULTET**  
**ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ**

**Ozana Šarić Drenski**

**PLESNE STRUKTURE - SADRŽAJI RADA**  
**U PREDŠKOLSKOJ DOBI**

**Diplomski rad**

**Zagreb, rujan, 2021.**

SVEUČILIŠTE U ZAGREBU  
UČITELJSKI FAKULTET  
ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ

Ozana Šarić Drenski

PLESNE STRUKTURE - SADRŽAJI RADA  
U PREDŠKOLSKOJ DOBI

Diplomski rad

Mentor rada:

prof. dr. sc. Ivan Prskalo

Zagreb, rujan, 2021.

## **Izjava o izvornosti diplomskog rada**

Izjavljujem da je moj diplomski rad izvorni rezultat mojeg rada te da se u izradi istoga nisam koristila drugim izvorima osim onih koji su u njemu navedeni.

Ozana Šarić Drenski

## SADRŽAJ

Izjava o izvornosti diplomskog rada

SADRŽAJ

SAŽETAK

SUMMARY

1. UVOD.....	1
2. PLES I POKRET U PREDŠKOLSKOJ DOBI.....	3
3. OBRAZOVNI CILJEVI PLESNIH STRUKTURA.....	4
3.1. Utjecaj plesa na razvoj djeteta.....	4
3.2. Povezanost plesne i tjelesne kulture .....	5
4. PLESNE STRUKTURE KAO MOGUĆI SADRŽAJI RADA U PREDŠKOLSKOJ DOBI .....	8
4.1. Glazbene igre s pjevanjem .....	8
4.2. Narodni plesovi.....	10
4.3. Društveni plesovi .....	13
4.4. Rekreativni i ostali plesovi .....	15
5. METODOLOGIJA ISTRAŽIVANJA.....	17
5.1. Ciljevi istraživanja .....	17
5.2. Uzorak ispitanika .....	17
5.3. Postupak istraživanja.....	18
6. REZULTATI I RASPRAVA .....	19
7. ZAKLJUČAK .....	27
8. LITERATURA.....	29
9. POPIS GRAFIKONA.....	31

## SAŽETAK

Ples je umjetnost koja je svugdje prisutna, a želja za ritmičkim pokretom urođena je u svakom ljudskom biću. U radu će biti prikazani obrazovni ciljevi plesnih struktura, te koji se plesni sadržaji najčešće koriste u radu s djecom predškolske dobi. Ples ima pozitivan utjecaj na razvoj djeteta, ne samo motorički već i psihički jer doprinosi dobrom raspoloženju, te se u odgoju i obrazovanju često povezuje s igrom kako bi bio što bliži djetetu.

U ovom radu pokušalo se istražiti na koji način i koliko često odgojitelji koriste plesne strukture kao sadržaj rada u svom odgojno-obrazovnom radu, te koje su to plesne strukture najčešće ponuđene djeci predškolske dobi. Istraživanje se provelo putem metode anketnog upitnika koji je bio namijenjen odgojiteljima. U istraživanju je sudjelovalo 97 ispitanika (96 žena i 1 muškarac). 83,50 % odgojitelja koji su sudjelovali u istraživanju navode kako koriste plesne sadržaje u svom odgojno-obrazovnom radu. Najveći postotak ispitanika plesne sadržaje koristi 2 do 3 puta tjedno dok veliki postotak ispitanika navodi kako plesne sadržaje provodi rjeđe od jednom tjedno. Samim time utvrđeno je da su hipoteza 1: „Odgojitelji vrlo malo koriste plesne sadržaje u svom odgojno-obrazovnom radu.“ i hipoteza 2: „Najčešće korišteni plesni sadržaji u odgojno-obrazovnim ustanovama su programi folklora i ritmike“ potvrđene . 99% ispitanika navodi kako je folklor najčešće nuđen program temeljen na plesnim strukturama u odgojno-obrazovnim ustanovama koje vode odgojitelji unutar ustanove, dok je ritmika najčešća plesna aktivnost koja se nudi od strane vanjskih suradnika unutar odgojno-obrazovne ustanove.

**Ključne riječi:** ples, plesne strukture, folklor, ritmika

## **SUMMARY**

Dance is an art that is present everywhere and the desire for rhythmic movement is inborn in every human being.. This thesis will present the educational goals of dance structures and most used dance content in working with preschool children. Dance has a positive effect on a child's development, not only motorically but also mentally, because it contributes to a good mood, and in upbringing and education is often associated with play to be as close as possible to the child.

This thesis attempts to investigate how and how often educators use dance structures in their educational work, and which dance structures are most often offered to preschool children.

The research was conducted through the method of a survey questionnaire intended for educators. The study involved 97 respondents (96 women and 1 man). Study shows that 83.50% of the educators who participated in the research state that they use dance content in their educational work. The largest percentage of respondents use dance content 2 to 3 times a week, while a large percentage of respondents state that they perform dance content less than once a week. Therefore, we can determine a rejection of hypothesis 1: “Educators use very little dance content in their educational work”. Hypothesis 2: “The most commonly used dance content in educational institutions are folklore and rhythmic programs” has been confirmed. 99% of respondents state that folklore is the most commonly offered program, based on dance structures, in educational institutions run by educators within the institution, while rhythmic is the most common dance activity offered by external associates within the educational institution.

**Key words:** dance, dance structures, folklore, rhythmic

## 1. UVOD

Želja za ritmičkom potrebom urođena je u svakom ljudskom biću. Ples je za djecu najprirodnije sredstvo izražavanja jer slobodno i nesputano ritmičko kretanje pruža radost i zadovoljstvo. Istraživanje u pokretu razvija kreativnost, ponavljanje vještinu i sklad pokreta, a ples djecu na spontan i zabavan način uči kako je tjelesna aktivnost važna za zdravlje. Trajkovski, Bugarin i Kinkela (2015) definiraju ples kao pokret tijela uz glazbu. Ples je jedna od najprimjerenijih aktivnosti za rad s djecom tijekom njihova rasta i razvoja jer ima pozitivan utjecaj na razvoj osnovnih motoričkih sposobnosti i općenito motorički razvoj. Plesna aktivnost ima vidljiv psihički utjecaj jer pridonosi dobrom raspoloženju, smanjuje anksioznost i depresivna raspoloženja, potiče emocije te pojačava intelektualne sposobnosti. Ladešić, Mrgan (2007) navode kako ples potiče osjećaj slobode, doprinosi razvoju umjetničkog doživljaja, posjeduje brojne obrazovne vrijednosti u formiranju navika i samim time utječe na formiranje brojnih društvenih vrijednosti i bogaćenje kulture čovjeka. Osim što je umjetnost, ples pomaže i u razvoju matematičkih vještina. Ples je aktivnost pogodna za rad sa djecom svih dobnih skupina.

Plesne strukture pripadaju okvirnim programskim sadržajima u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi, te utječu na razvoj antropoloških obilježja. Kroz te plesne strukture kod djece se razvijaju osjećaji za estetiku, ritmičnost, harmoničnost, a ponajviše za fizičko i estetski pravilno držanje tijela. Najčešće plesne strukture koje se koriste kao mogući sadržaji rada u predškolskoj dobi su glazbene igre s pjevanjem, narodni plesovi, društveni i rekreativni plesovi.

Predmet istraživanja ovog rada su plesne strukture kao mogući sadržaji rada u predškolskoj dobi. Tema je odabrana iz razloga što je teorijski okvir plesa i plesnih struktura izuzetno bogat, no praksa i provođenje plesnih sadržaja u odgojno-obrazovnom radu je upitan, te ga je potrebno istražiti. Cilj ovog rada je teorijski i empirijski pristup o „Plesnim strukturama - sadržajima rada u predškolskoj dobi“. U radu su korištene različite metode istraživanja. Teorijski dio rada bazira se na sekundarnom istraživanju, što podrazumijeva prikupljanje odgovarajuće literature, istraživanje i analiziranje stručnih i znanstvenih članaka, knjiga ili izvora s Interneta. U radu će se provesti i primarno istraživanje metodom ankete. Primarnim anketiranjem anketirani će se 97 odgojitelja i time istražiti koliko često i na koji način odgojitelji koriste plesne strukture kao sadržaje rada u svom odgojno-obrazovnom radu,



te koje se plesne strukture najčešće nude djeci predškolske dobi. Sukladno tome, u ovom dijelu rada detaljno će se interpretirati rezultati istraživanja.

U posljednjem dijelu rada donose se zaključci autora nakon provedenog primarnog i sekundarnog istraživanja.

## 2. PLES I POKRET U PREDŠKOLSKOJ DOBI

Trajkovski, Bugarin i Kinkela (2015) definiraju ples kao pokret tijela uz glazbu. Ples je jedna od najprimjerenijih aktivnosti za rad s djecom tijekom njihova rasta i razvoja jer ima pozitivan utjecaj na razvoj osnovnih motoričkih sposobnosti i općenito motorički razvoj. Plesna aktivnost ima vidljiv psihički utjecaj jer pridonosi dobrom raspoloženju, smanjuje anksioznost i depresivna raspoloženja, potiče emocije te pojačava intelektualne sposobnosti.

Djeca vole glazbu, a samim time i ples. Smisao za ritam se ne uči, nego je djeci urođen. Cupkanjem i njihanjem čak i prije nego što prohodaju djeca pokazuju smisao za ritam.

U današnje vrijeme često se govori o sjedilačkom načinu života koji djeluje pogubno, ne samo na djecu u razvoju već i na odrasle ljude. Potrebno je poduzeti konkretne aktivnosti, koje podrazumijevaju poticanje i provođenje što više aktivnosti koje uključuju djetetovo kretanje u ustanovama ranog i predškolskog odgoja, stoga djecu treba poticati i izlagati pokretnim aktivnostima, plesu i pokretu u različitim oblicima, najčešće kroz igru. Odgojitelj u radu s djecom predškolske dobi ima važnu ulogu u poticanju dječje ekspresivnosti pokreta uz glazbu, ples i pokret jer je ono kod svakoga djeteta individualno i autentično, te je povezano s kreativnošću u svim područjima djetetova života.

Ples djecu na spontan i zabavan način uči kako je tjelesna aktivnost važna za zdravlje, zatim uočavaju važnost svojega tijela, te im se otkriva ritam koji imaju u sebi.

„...ples spaja jednu aktivnost koja u svojoj kompleksnosti povezuje umjetnost i sport, odgoj i obrazovanje, doprinosi umjetničkoj, glazbenoj i estetskoj nadgradnji te pozitivno utječe na motorički prostor i organizaciju slobodnog vremena.“ (Ladešić, Mrgan 2007: 308)

### 3. OBRAZOVNI CILJEVI PLESNIH STRUKTURA

Cetinić i Vidaković Samaržija (2014) ističu da se plesne strukture temelje na prirodnim oblicima kretanja koje se ostvaruju u raznim tlocrtnim oblicima, s različitom ritmičkom pratnjom te uz glazbu i pjevanje. Sadržaji plesnih struktura raspoređeni su prema pravilima primjerenosti, sustavnosti i postupnosti, te je u provođenju sadržaja nužna povezanost s glazbenom kulturom.

Postoji nekoliko obrazovnih ciljeva plesnih struktura, a to su sljedeći:

- razvijati kod djece estetsku kulturu pokreta u svim njenim dijelovima
- lijepom držanju tijela
- orijentaciji u prostoru
- izražajnost- emocionalnost u pokretu
- glazbenu izražajnost: takt, ritam, tempo, dinamiku, melodiju
- osjećaj odnosa tona i pokreta
- slobodnu kreativnost pokreta i glazbe.

Prirodni oblici kretanja poput poskoka, hodanja, trčanja, vježbi ravnoteže, napetosti i opuštanja čine osnovu plesnih struktura, dok ritam ovisi o brzini, snazi i skladu kretanja te ga možemo prepoznati u formi i strukturi pokreta. (Cetinić, Vidaković Samaržija, 2014). Djeca plesom pokreću svoje tijelo na bezbroj različitih načina i tako postaju svjesna svojih mogućnosti, svjesna interakcije s prostorom oko sebe.

#### *3.1. Utjecaj plesa na razvoj djeteta*

„ Plesnim strukturama kod djece razvija se smisao za svjesno estetsko doživljavanje, samostalno stvaralaštvo te oblikovanje lijepih i skladnih pokreta.“ Vlašić, Oreb i Lešić (2009:31)

Plesno-ritmički odgoj djeluje odgojno na cjelokupni razvoj, uravnoteženost i osobnost djeteta jer razvija kinestetski senzibilitet osvještavajući doživljaje koje izaziva tijelo u pokretu. Osim navedenog razvija motoriku tijela, potiče stvaralački pristup pokretu i plesu te kreativno izražavanje i komunikaciju putem plesnog pokreta. Ples razvija i 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 kod djece stvara pozitivnu sliku o sebi, podiže samopouzdanje i vjeru u sebe da mogu nešto postići. Na plesnim aktivnostima i satovima plesa naučiti će značenje pojma “tinski rad” u poprilično ranoj životnoj dobi, ali i kako ispravno komunicirati s djecom svojih godina, kao i saslušati ostale. Stoga Janković (2016) navodi kako sadržaji plesno-ritmičkog odgoja potiču razvoj svih inteligencija, a metodički postupci razvijaju kreativnost, kritičko mišljenje i prosocijalno ponašanje.

Prema Bungić i Barić (2009) 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, discipliniranost, poštenje, kulturno ponašanje i dr. Autori navode i kako osobe koje se bave tjelesnim vježbanjem imaju priliku kroz svoju aktivnost povećati ili izgraditi svoje samopoštovanje. Trajkovski, Bugarin i Kinkela (2015) ističu kako ples potiče pozitivne emocije, te smanjuje anksioznost i depresivna raspoloženja. Djeca plesom pokreću svoje tijelo u bezbroj različitih koordinacija i tako postaju svjesna svojih mogućnosti, svjesna interakcije s prostorom oko sebe. Ples omogućava umjetničko i kreativno izražavanje, razvoj moralnih kvaliteta, formiranje društvenih vrijednosti te pridonosi i izgradnji djetetova karaktera (Cetinić, Vidaković Samaržija, 2014).

### *3.2. Povezanost plesne i tjelesne kulture*

Plesne strukture pripadaju okvirnom programskog sadržaju tjelesne i zdravstvene kulture djece u predškolskom odgoju.

Ples spaja jednu aktivnost koja u svojoj kompleksnosti povezuje umjetnost i sport, odgoj i obrazovanje. On doprinosi umjetničkoj, glazbenoj i estetskoj nadgradnji te pozitivno utječe na motorički prostor i organizaciju slobodnog vremena. Zbog svojeg cjelovitog utjecaja značajno pridonosi uravnoteženosti mentalnih i motoričkih sposobnosti, a svojim raznovrsnim sadržajima pridonosi dobrom raspoloženju, potiče ili smiruje emocije. Glazba je dodatni poticaj za spontana ritmička gibanja koja pridonose kreativnoj djelatnosti. U takvom sagledavanju stvari ples ističemo kao pozitivnu aktivnost u realizaciji antropoloških zadaća nastave tjelesne i zdravstvene kulture (Ladešić , Mrgan, 2007). Ples u tjelesnoj kulturi daje bezbroj mogućnosti i varijacija, zbog ritma, dinamike i tempa, s kojim se može kombinirati skoro svaka sportska aktivnost. Djeci predškolske dobi preporučuje se minimalno 60 minuta tjelesne aktivnosti umjerenog do visokog intenziteta dnevno.

Ples je moguće provesti u različitim organizacijskim oblicima rada tjelesne i zdravstvene kulture:

1. Na satu tjelesne i zdravstvene kulture plesne strukture moguće je provoditi u svim dijelovima sata koristeći raznolike metodičke organizacijske oblika rada, kao na primjer:

Plesne su strukture u frontalnom obliku provedive:

- u uvodnom dijelu sata kroz jednostavne plesne elemente kretanja uz Glazbu ( „Ide maca oko tebe“ )
- u opće pripremnim vježbama uz glazbu s pomagalima i bez njih;
- u glavnom dijelu sata obrađujući i usavršavajući elemente kretanja i elemente ritma; (Narodno, dječje kolo)
- u završnom dijelu sata kroz jednostavne opuštajuće korake i plesove (valcer).

Pogodan oblik rada je rad u parovima, trojkama i skupinama kao i individualni oblik rada u postavljanju diferenciranih zadataka s djecom kod kojih se uoči darovitost. Kod obradbe sadržaja plesova važno je započinjati jednostavnim pokretima koji se po strukturi ne razlikuju od prirodnih oblika kretanja (hodanja, poskoka, okreta). Svi plesni pokreti određeni su ritmom pljeskanja, kucanja ili glazbe. Nakon jednostavnih plesnih struktura slijede složenije (na primjer, dva koraka lijevo, dva u desno ; kretanje po stranicama pravokutnika i kvadrata; kretanje po tri pravca i slično), a sve to uz ritam. Glazbu koja je na početku jednostavna, postepeno se može zamijeniti karakterističnom plesnom glazbom.

2. Plesne strukture moguće je provesti poput malih stanki kada je djeci potrebna fizička aktivnost za odmor.

Ples pripada estetskim kineziološkim aktivnostima. To su takve aktivnosti u kojima se pokreti harmonično povezuju u skladnu, ritmičku i estetsku cjelinu (Prskalo i Sporiš, 2016). Ples je primjerena aktivnost za djecu predškolske i školske dobi, a bavljenje plesom na različite načine doprinosi očuvanju zdravlja i poboljšanju kvalitete života. Prije svega, bavljenje plesom djetetu osigurava redovitu tjelesnu aktivnost potrebnu za pravilan rast i razvoj organizma, te sukladno tome povoljno djeluje na razvoj antropoloških karakteristika.

Plesne strukture imaju važnu ulogu u razvoju djeteta, afirmiraju osjećaj za koordinaciju kroz prostornu i vremensku komponentu pokreta, kontinuirano razvijaju prije svega osjećaj za ritam, motoričke i ostale sposobnosti organizma. Beskonačan broj različitih ritmiziranih varijacija moguć je upravo zbog različitih odnosa ritma i dinamike, a njihov rezultat je izvođenje različitih tipova pokreta i plesnih struktura. Sukladno tome, ples je u vrhu kinezioloških sadržaja u transformaciji motoričkih sposobnosti i primjenjiv u svim uzrastima (Ladešić, Mrgan, 2007).

## **4. PLESNE STRUKTURE KAO MOGUĆI SADRŽAJI RADA U PREDŠKOLSKOJ DOBI**

### *4.1. Glazbene igre s pjevanjem*

Poznato nam je kako svaka igra ima značajnu ulogu u djetetovom životu pa tako i ona glazbena. Glazbene igre kao i sve ostale igre, kod djece pobuđuju pozitivne emocije te se na taj način zadovoljavaju njihove unutrašnje potrebe. Ukoliko polazimo od činjenice kako djeca vole glazbu i igru, možemo zaključiti kako njihov spoj tj. glazbene igre, pozitivno utječu na raspoloženje djece, a prema tome i na njihov razvoj. Igre najprije podrazumijevaju zabavu, no korištenjem glazbenih igara u odgojno-obrazovnom procesu, realizira se glazbeni obrazovni cilj. One nam omogućuju kombinaciju većeg broja glazbenih aktivnosti: pjevanje, sviranje, pokret i ples. Kroz navedene aktivnosti, djeca osim što se zabavljaju i doživljavaju pozitivne emocije, koriste glazbu na kompetentan način već od najranije dobi. Složenost glazbene igre ovisi o dobi djeteta. Upotreba glazbenih igara najprije utječe na razvoj glazbenih sposobnosti, no kroz njih se razvijaju i ostali aspekti cjelovitog razvoja. Sve ono što djeca usvoje kroz glazbene igre ostaje u dugoročnom pamćenju djeteta (Milinović, 2015).

U predškolskoj dobi djeci prvo predstavljamo brojalice, pomoću kojeg uče i ritam. Potom prelazimo na igre s pjevanjem. Nakon što usvoje igre s pjevanjem, mogu se uvesti jednostavne plesne strukture koje nakon nekog vremena i uz interes djeteta mogu postupno prelaziti na složenije strukture.

Dječje igre s pjevanjem zanimljiv su brojan i raznovrstan oblik dječjeg stvaralaštva, koji je zbog složenije izvorne strukture i sadržaja u odnosu na ostale igre bio češći u starijoj dječjoj dobi. Igre imitacijskog karaktera, omogućavale su i poticale kod manje djece određeno skupno ili pojedinačno stvaralaštvo koje se najčešće izražavalo pokretom. Jedna od temeljnih metoda rada u predškolskoj, posebice mlađoj školskoj dobi, je metoda imitacije koja se svodi na oponašanje ljudi, životinja, pojava u prirodi pri postavljanju motoričkog zadatka (Findak, 1995).

Glazbene igre s pjevanjem vrsta su pokretnih igara koje sadrže ustaljena pravila koja se primjenjuju tijekom pjevanja napjeva. Pjesma koja se izvodi uz igru, djeci mora biti pristupačna te se izvodi na način da uz pjevanje, djeca pokretima izražavaju ono o čemu tekst pjesme govori. Ovdje se obično radi o osnovnim, jednostavnim pokretima koji uključuju hod,

trk te ostale jednostavne pokrete rukama i nogama. S obzirom kako ova vrsta glazbene igre zahtijeva pokret, a time i određeni napor, melodija i ritam pjesme trebaju biti tome i prilagođeni (Milinović, 2015). Sama melodija iako je jednostavna, sadrži glazbene izražajne elemente: tonalitet, ton, mjera, ritam, tempo, glazbeni oblik, dinamiku, intervale, harmoniju i intonaciju (Blašković, 2018). Opseg melodije ne bi trebao biti prevelik te također, ne treba težiti složenome ritmu. Milinović (2015) navodi kako je najprije potrebno usvojiti pjesmu nakon čega se uvode odgovarajući pokreti.

Glazbene igre s pjevanjem dijele se na:

- igre s pjevanjem u krugu – kolu
- igre u koloni
- igre slobodnih oblika
- igre mješovitih oblika (Milinović, 2015).

Igre s pjevanjem u krugu najbrojnije su u odgojno-obrazovnom radu. Krug je u odgojno-obrazovnoj ustanovi već odavno simbol zajedništva, njime se obilježavaju i prezentiraju razna znanja. Često se koristi u igri svatova. Djeca u ovakvim igrama, odgovarajućim pokretima imitiraju i stvaraju sliku određenih prizora. Jedan od poznatijih primjera ovakvih vrsta igara je pjesma „ Mi smo djeca vesela“, koja se igra na način da se djeca drže za ruke te plešu u krug, a glavnu radnju izvodi samo jedno izabrano dijete koje se nalazi u sredini kruga, a njegov je zadatak pokazati pokret koji će ostala djeca ponoviti. Kroz ovu se igru, ali i kroz ostale igre s pjevanjem u krugu, potiče razvoj kreativnosti, stvaralaštva te se djecu potiče na samostalnost i slobodno izražavanje.

Igre u koloni izvode se na način da djeca u liniji stoje poredana jedan iza drugog. Jedan od primjera ovakve vrste igara je igra vlakića u kojoj je jedno dijete predvodnik, dok ga ostala djeca slijede, a naglasak je na ritmičkom hodu gdje se razvija osjećaj za promjenu tempa. Nekada je taj hod sporiji, a nekada se ubrzava. Prije početka igre, s djecom se može dogovoriti odredište kako bi igra bila zanimljiva, a moguće je formirati i više vlakića, ovisno o broju djece koja sudjeluje u igri. U ovakvim igrama, djeca aktivno prate ritam koji nastoje slijediti (Milinović, 2015).

Igre slobodnih oblika koje ovise o sadržaju pjesme. Igra „ Ribice“ jedan je od primjera igara slobodnog oblika koja se igra na način da djeca slušaju melodiju te ono što čuju prate pokretom. Tako imitiraju ribice te pokušavaju pobjeći od morskog psa okupljajući se zajedno



na jedneme mjestu. Kada govorimo o slobodnim oblicima igre, možemo primijetiti kako su djeca dosta dinamična i glasna što dovodi do nepažnje i neslušanja glazbe. Odgajatelj treba na oprezan način umiriti djecu, no pritom ne prekinuti dobru atmosferu i raspoloženje (Milinović, 2015).

„Igre mješovitih oblika su najčešće kombinacija dvaju ili više osnovnih oblika.“ (Milinović, 2015: 4).

#### *4.2. Narodni plesovi*

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 svijesću ljudi određenog kraja. Spontana pretvorba individualnog u skupno određuje narodni ples kao skupno umjetničko izražavanje. Duhovnost, izvornost i estetske značajke narodnom plesu daju 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.

Knežević (2005) definira ples kao usklađeno gibanje tijela u prostoru i vremenu u kojem je tijelo instrument kojim rukovode emotivni i duhovni centri čovjeka. Što se tiče narodnog plesa on je nastao kao psihofizička, sociološka i estetska potreba čovjeka, a oblikovan je kolektivnom svijesću ljudi određenog kraja (Knežević, 2002). U hrvatskoj tradiciji plesni repertoar je bogat i raznolik. Svako folklorno područje je drugačije te se plesni koraci mogu razlikovati od mjesta do mjesta. Struktura, stil i kontekst izvođenja određuju narodni ples (Knežević, 2005).

Čimbenici koji se nalaze u strukturi narodnog plesa su:

- korak,
- plesni pokret,
- plesna figura,
- prostorna figura,

- prostorna formacija,
- prostorni raspored,
- plesna crta,
- izvođačka formacija,
- izvođački sastav,
- plesni prihvati i rukohvati (Knežević, 2005).

Knežević (2005) korak definira kao prijenos težine tijela s noge na nogu. Plesni koraci koji se pojavljuju u narodnim plesovima su: hodajući, poskočni, skočni i trčeći korak. Korak je određen visinom, dužinom, smjerom, tempom i ritmičkom strukturom. Broj koraka u grupnim narodnim plesovima je određen jer se inače ples ne bi mogao izvesti. Plesni korak je u pojedinim plesovima promjenjiv i nastaje pod trenutačnim nadahnućem pojedinca i predstavlja plesnu improvizaciju (Knežević, 2005). U plesni pokret se ubrajaju geste glave, tijela, ruku i noge na kojoj nije težište tijela (Knežević, 2005).

„Plesni pokret je za razliku od plesnog koraka promjenjiv i nastaje spontano, ovisno o osobnosti i trenutačnom raspoloženju i inspiraciji plesača. Kad se obje noge u određenom trenutku nalaze odvojene od poda, također stvaraju plesni pokret“ (Knežević, 2005, str. 13).

Primjena elemenata narodnog plesa i samih plesova u predškolskoj ustanovi vrlo je važan sadržaj rada s djecom ove dobi. Knežević (2015) objašnjava kako u radu s djecom prvo treba uočiti sve sastavnice strukture narodnog plesa i stilske značajke. Nakon toga treba osobno ovladati plesom i razraditi proces uvježbavanja s određenom skupinom djece. Tek nakon toga treba prenijeti narodni ples na djecu. Narodni plesovi mogu se uvježbavati radi zabave i rekreacije, radi učenja u pedagoškim ustanovama i scenskog izvođenja. Svaki od navedenih ciljeva zahtijeva specifičan pristup i vođenje (Knežević, 2005).

Knežević (2002) napominje da se jedan od glavnih preduvjeta za uspješan rad s djecom određena uzrasta temelji na primjerenom i autentičnom izboru građe koja će kod djece pobuditi pozornost, spontanost i imaginaciju, a odgojiteljima i učiteljima omogućiti uspješnost i stvarati zadovoljstvo u radu. Stoga, autor predlaže da se za djecu, ovisno o uzrastu i sposobnostima, odaberu one pjesmice i igre te dijelovi iz pojedinih običaja koji će se svojim izvornim sadržajem (pjesme, pokret, likovi, rekviziti) zaokupiti dječju pažnju i poticati njihovu stvaralačku individualnost. Učitelji i odgojitelji trebali bi djecu učiti plesati kada su opuštena kako bi mogla aktivno sudjelovati u izvedbi. Također bi trebali plesove oplemenjivati emocijama kako bi narodni ples postao zadovoljstvo (Knežević, 2005).

Folklor je povezan s brojnim elementima potrebnim za njegovu realizaciju kao što su ples, igra, glazba, instrumenti, odjeća i obuća. Sama tematika dječjeg folklor je nastala iz jednostavnosti koju krase narodna nošnja i tradicijski instrumenti. Korištenje sadržaja folklornih plesova pobuđuje znanje o našoj tradiciji i povijesti, potiče druženje, igru na otvorenom te zabavu. Uloga dječjih folklornih plesova važna je zbog očuvanja folklorne tradicije i narodne baštine. Djeca u tom procesu imaju vrlo važnu ulogu jer su oni budući prenositelji znanja o vlastitoj tradiciji, dok je uloga odgojitelja da im što jasnije, zornije i jednostavnije prenese to znanje i probudi želju i interes za svijet folklor. Uloga odgojitelja u prijenosu folklorne baštine je izuzetna. U populariziranju folklorne baštine danas su najveći ograničavajući čimbenici literatura, radionice i seminari, a ponekad i volja odgojitelja.

Primjena narodnih plesova s djecom predstavlja sama po sebi integriranu interdisciplinarnu djelatnost. Odgoj u duhu, običajima i osobitostima određenog kraja, kroz igru i pjesmu. 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 (Mikulić, Prskalo i Runjić, 2007).

Djeca se pripremaju za savladavanje određenog tipa narodnih plesova, prilagodbu plesne građe poštivajući načela primjerenosti psihofizičkim sposobnostima skupine, načelo sustavnosti i postupnosti pri uvježbavanju određenih plesnih elemenata. U hrvatskim odgojno-obrazovnim ustanovama kolo je najpoznatija narodna igra te je u većini slučajeva povezano sa svatovima, veseljem, izborom dečka ili cure. Kolo se integriralo u odgojno-obrazovne ustanove, te se skoro svaka predstava ili koreografija sastoji od kola. Ono je simbol sloge i zajedništva, što je bitno za odgoj i obrazovanje djece.

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 određen je 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 okruženje, sudionici i promatrači (Mikulić, Prskalo i Runjić, 2007).

Dječji narodni plesovi su najbolji način uvođenja djece u tradicijsku plesnu kulturu i prenošenje te kulture sa generacije na generaciju. Ples u Hrvatskoj temelji se na folkloru. Tradicijska građa s područja dječjeg folklor obuhvaća brojalice rugalice, dječja kola i igre te

prigodne pjesme vezane uz religijske i tradicijske običaje. Narodni plesovi prilagođeni su djeci prema njihovom uzrastu i dobi. U radu s djecom predškolske dobi nužno je poštovati metodička načela 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 (Mikulić, Prskalo i Runjić, 2007). U našoj zemlji plešu se narodni plesovi po tzv. plesnim zonama: panonskoj, alpskoj, dinarskoj i jadranskoj. Svaka regija ima svoje narodno blago, kao što su plesni stilovi, nošnje, pjesme i instrumenti. Primjena narodnih plesova kod djece potiče zanimanje za kulturom te pobuđuje motivaciju za očuvanjem tradicije.

#### *4.3. Društveni plesovi*

Društveni plesovi razvili su se iz narodnih plesova diljem Europe i Amerike. Osmislili su ih europski i crnački narodi te ih dijelimo na standardne društvene plesove, latinoameričke društvene plesove, sjevernoameričke plesove i moderne plesove.

U standardne društvene plesove ubrajamo:

- engleski valcer,
- bečki valcer,
- tango,
- slowfox i
- quickstep.

Engleski valcer se zbog ritmičnih pokreta smatra najharmoničnijim plesom iz grupe standardnih plesova. Glavne karakteristike ovoga plesa su sporo i ujednačeno njihanje, prostorno progresivni okreti, dizanje i spuštanje. Glazba je lagana i sentimentalna, takt je tročetvrtinski, a tempo iznosi 30 taktova u minuti.

Bečki valcer najstariji je standardni ples koji potječe iz 12. i 13. st. na području Austrije i Njemačke. Glavne karakteristike plesa su progresivno prostorno gibanje kroz okrete uz naglasak na prvom udarcu. Bečki valcer izvodi se na tročetvrtinski takt uz tempo 60 taktova u minuti.

Tango je ples koji se javlja u Argentini početkom 20.- og stoljeća. Karakter plesa je odlučan, čvrst, uvjerljiv, s dozom arogancije i savijenim koljenima što omogućuje kretanje poput divlje mačke. Na natjecanjima standardnih plesova pleše se tango engleskog stila, dok se Argentinski tango pleše isključivo u programu show plesova.

Slowfox je čist i otmjen ples u kojem je tijelo stalno u pokretu. Ta vrsta plesa prepoznatljiva je po dugim, rastegnutim koracima sa zamahom, te pokoji brzi okret i iznenađujuća poza koji razbijaju njegovu mirnoću i glatkost.

Quickstep je sličan slowfoxu samo što su koraci živahni, poletni i tempo je brži. Karakterističan je po poskocima te trčećim koracima.

U latinoameričke plesove spadaju:

- samba,
- cha-cha-cha,
- rumba,
- paso doble i
- jive.

Samba je jedan od prvih latino plesova koji je bio obilježje vjerskih rituala stanovništva iz Afrike. Samba se pleše u krugu dvorane, a očituje je kretanje u dizanju i spuštanju tijela.

Cha-cha je brz i poletan ples kojem je naglasak na nogama i stopalima. Karakterizira ga živahnost i strastvenost.

Rumba je naziv za više kubanskih plesova. Ples je bogat erotičnim elementima.

Jive je najveseliji latinsko-američki ples. Ritmičan je, slobodnijeg kretanja i prepun akrobatskih elemenata.

Paso doble je španjolski ples. Osnova plesa je dvokorak, a naglašen je ritmički putujući korak. Karakteristike plesa su ponos i dostojanstvo.

Sjevernoamerički i moderni plesovi su:

- jazz,
- swing,

- boogie woogie,
- rock'n roll,
- twist i
- disco plesovi.

Jazz se bazira na baletnoj tehnici, no pokreti su slobodniji i opušteniji, te se pleše uz dance ili pop muziku. Ples karakterizira aritmičnost, asimetričnost i pleše se u paru.

Swing karakteriziraju dinamični koraci i plesne akrobacije. Nastao je u 20-im godinama prošlog stoljeća.

Boogie woogie je plesni stil zasnovan na blues glazbi. Označavaju ga umjereni brzi tempo i nedostatak reda plesnog pokreta i oblika.

Twist je vrsta modernog plesa koji je nastao u New Yorku. Za taj ples karakteristična je dinamičnost i njihanje koje proizlazi iz bokova.

Disco se pleše samostalno i u paru. Ples je brz i okretan.

Rock`n`roll je ples koji ujedinjuje plesnu umjetnost i gimnastičke elemente, a karakterizira ga živahnost. Izvodi se uz rock'n'roll glazbu.

Šumanović, Filipović i Sentkiralji (2005) ističu kako su društveni plesovi pogodna aktivnost za djecu jer ih karakterizira kretanje cijelog tijela, povezanost s glazbom, ugodna i primjenjivost u raznim društvenim prigodama.

#### *4.4.Rekreativni i ostali plesovi*

Osim narodnih i društvenih plesova, danas postoje razni oblici plesova. Većina tih plesova kombinacija je plesa, gimnastike, aerobnih i anaerobnih vježbi. Svim tim vrstama temelj je suvremeni ples koji se razvio iz baleta. Ritmika, ritmička gimnastika, breakdance, step , MTV jazz dance samo su jedni od.

Ritmička gimnastika ili ritmika koja izvodi uz prirodne oblike kretanja, rekvizite (lopte, obruča, vijače, čunja i trake), i glazbenu pratnju, teži vrhunskom sportskom i estetskom izražavanju.

Breakdance je ples koji se razvio u New Yorku, točnije u gradskim četvrtima Bronxu i Harlemu. Jedan je od elemenata hip hopa. Obilježavaju ga pokreti koji se čine u stajaćem položaju, pokreti atletskih i gimnastičarskih disciplina i Kung-Fu vještina, držanja na rukama i podizanje tijela u zrak što breakdance čini zanimljivim i kreativnim. Većina ti pokreta je nastala improvizacijom. U breakdance-u natječu se pojedinci ili skupine, a na natjecanjima su česti pokreti u kojim se jedan plesač/ica ili skupina plesača/ica „rugaju“ jedni drugima kroz simbolične plesne pokrete. Najpoznatiji breakdance klubovi u Hrvatskoj su Megablast, Plesni studio Fusion itd.

Step je vesela i ritmična vrsta plesa. Ono što proizvodi zvuk u stepu jest stopalo. Da bi zvuk bio jači, pleše se u cipelama sa metalnim pločicama na petama i prstima. Te pločice se zovu tepovi. U stepu, uz to što vidimo, istovremeno i čujemo ritmičke uzorke koje proizvode pokreti stopala. U tome je posebna čar i draž stepa. Trenirajući step razvijaju se djetetetovi bazni elementi: sluh, ritam, snagu, brzinu, spretnost i ritmičko-motoričku koordinacija. Najpoznatiji plesni klub u stepu je „Step by step“ koji već dugi niz godina ima zavidne natjecateljske rezultate u svijetu.

MTV jazz dance najnoviji je smjer jazz plesne tehnike koji je zastupljen u glazbenim spotovima pop i r'n'b pjevača. Karakteriziraju ga oštri i odsječeni pokreti, energične izolacije tijela te brzi okreti.

## 5. METODOLOGIJA ISTRAŽIVANJA

Primjenom upitnika prikupljeni su podaci koji su bili potrebni za istraživanje o tome koliko često se koriste i na koji način plesne strukture u odgojno-obrazovnom radu s djecom predškolske dobi. Anketni upitnik bio je namijenjen odgojiteljima te je u potpunosti bio dobrovoljan i anonimn. Ispitanicima je predstavljen istraživač, cilj istraživanja te da će se dobiveni podaci koristiti u svrhu pisanja diplomskog rada na temu „Plesne strukture-sadržaji rada u predškolskoj dobi.“ Podaci su se prikupljali tri tjedna, najviše pomoću društvenih mreža u online obliku.

### *5.1. Ciljevi istraživanja*

Cilj istraživanja :

Utvrđiti na koji način i koliko često odgojitelji koriste plesne strukture kao sadržaj rada u svom odgojno-obrazovnom radu.

Utvrđiti koje se plesne strukture najčešće nude djeci predškolske dobi.

Hipoteze:

Hipoteza 1: „Odgojitelji vrlo malo koriste plesne sadržaje u svom odgojno-obrazovnom radu“.

Hipoteza 2: „Najčešće korišteni plesni sadržaji u odgojno-obrazovnim ustanovama su programi folklora i ritmike“.

### *5.2. Uzorak ispitanika*

Uzorak čini 97 ispitanika, od kojih je 96 žena i 1 muškarac. Najveći postotak ispitanika čine osobe u dobi od 32 do 36 godina starosti, te je njih 87,60% sa zvanjem odgojitelj.



### 5.3. Postupak istraživanja

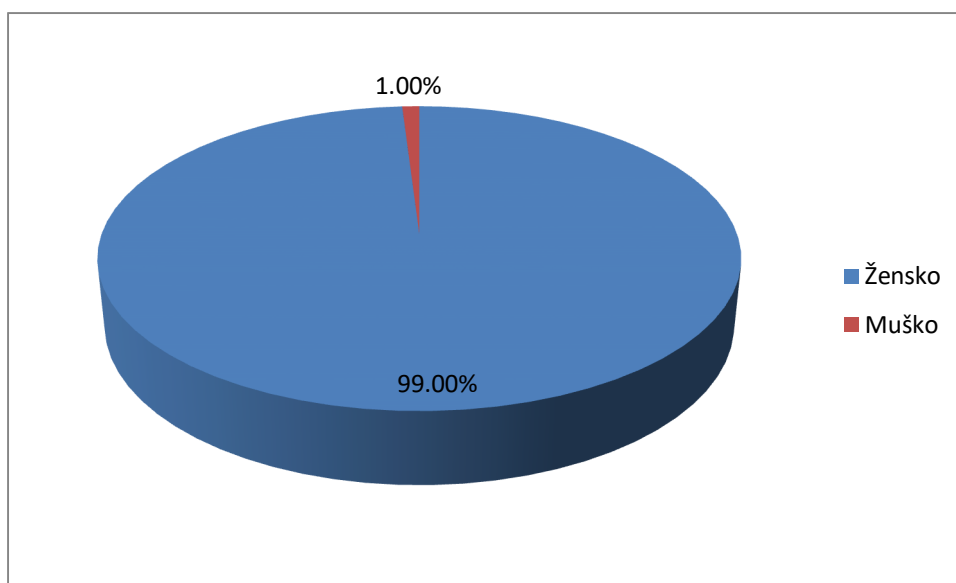
U radu se provelo istraživanje putem anketnog upitnika. Anketirani su odgojitelji, a istraživala se tema „Plesne strukture - sadržaji rada u predškolskoj dobi“. Anketni upitnik sastoji se od slijedećih pitanja:

- Spol
- Dob
- Razina formalnog zvanja
- Položeno zvanje
- Godine radnog staža u odgojno-obrazovnoj ustanovi
- Provodite li plesne aktivnosti u svom odgojno-obrazovnom radu?
- Ako je Vaš odgovor da, koliko često?
- Ako je Vaš odgovor ne, navedite razlog iz kojeg ih ne provodite?
- Koje plesne aktivnosti provodite?
- U kojim dobnim skupinama ste do sada najviše provodili plesne sadržaje?
- Postoji li u Vašoj odgojno-obrazovnoj ustanovi program koji se temelji na plesnim strukturama?
- Ako je Vaš odgovor da, koji je to program?
- Nudi li se u Vašoj odgojno-obrazovnoj ustanovi plesni program od strane vanjskih suradnika?
- Ako je Vaš odgovor da, navedite naziv programa.
- Jeste li upoznati ide li itko od djece iz Vaše odgojno-obrazovne skupine na plesnu aktivnost izvan ustanove?
- Ukoliko ste upoznati, navedite naziv aktivnosti i broj djece.
- Jeste li se educirali u području plesa?
- Ukoliko je Vaš odgovor da, navedite koje ste edukacije pohađali.
- Biste li se voljeli educirati u području plesa?
- Navedite razlog zbog kojeg se ne želite educirati na području plesa.

## 6. REZULTATI I RASPRAVA

Na temelju provedenog istraživanja u obliku dobrovoljnog i anonimnog anketnog upitnika, dobiveni rezultati biti će grafički prikazani iz čega će se moći zaključiti kako su hipoteze djelomično i u potpunosti potvrđene.

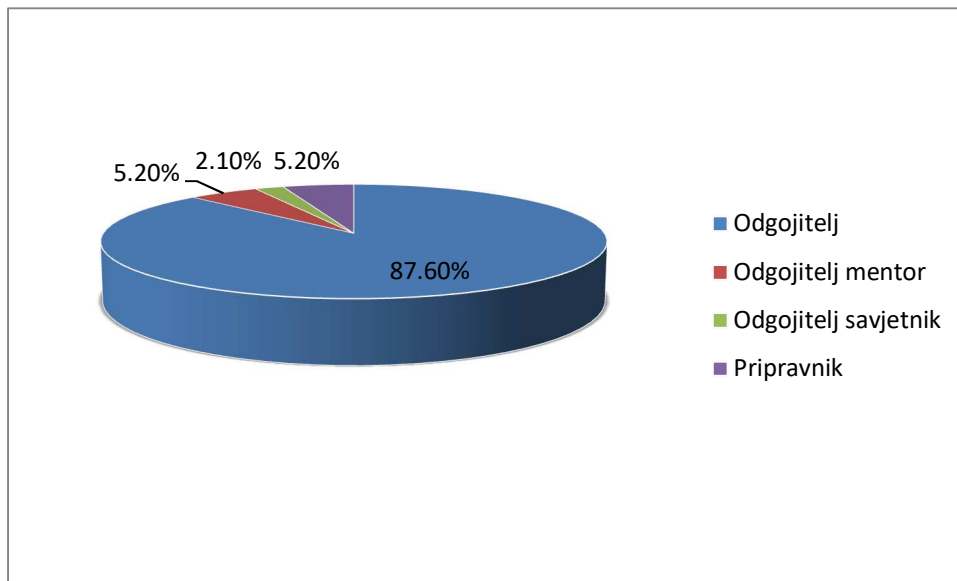
Grafikon 1.: Uzorak ispitanika prema spolu ( N=97)



Izvor: izradio autor

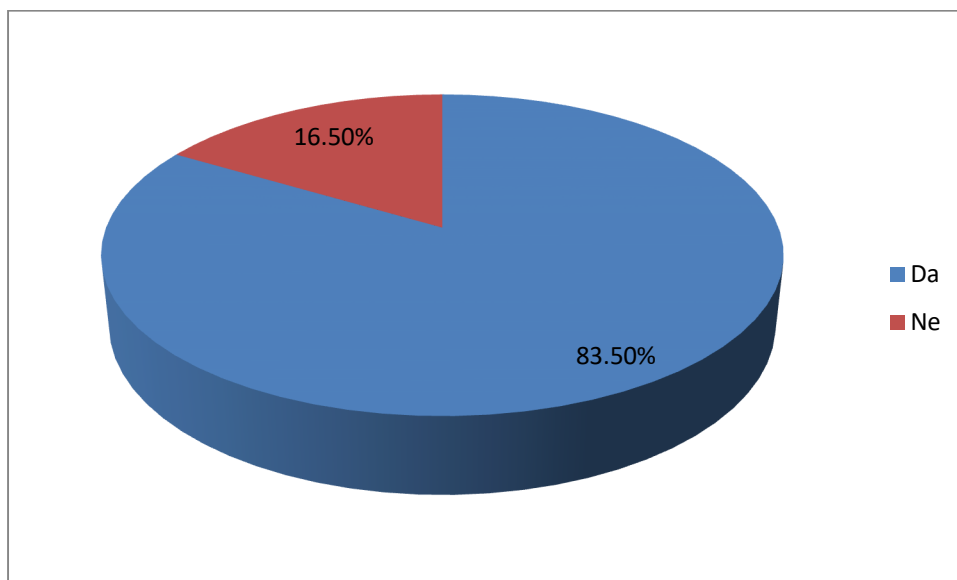
U istraživanju je sudjelovalo 97 ljudi, od kojih je 96 žena i 1 muškarac. Najveći postotak ispitanika čine osobe u dobi od 32 do 36 godina starosti, te je njih 87,60% sa zvanjem odgojitelj.

Grafikon 2.: Grafički prikaz položenog zvanja ispitanika.



Izvor: izradio autor

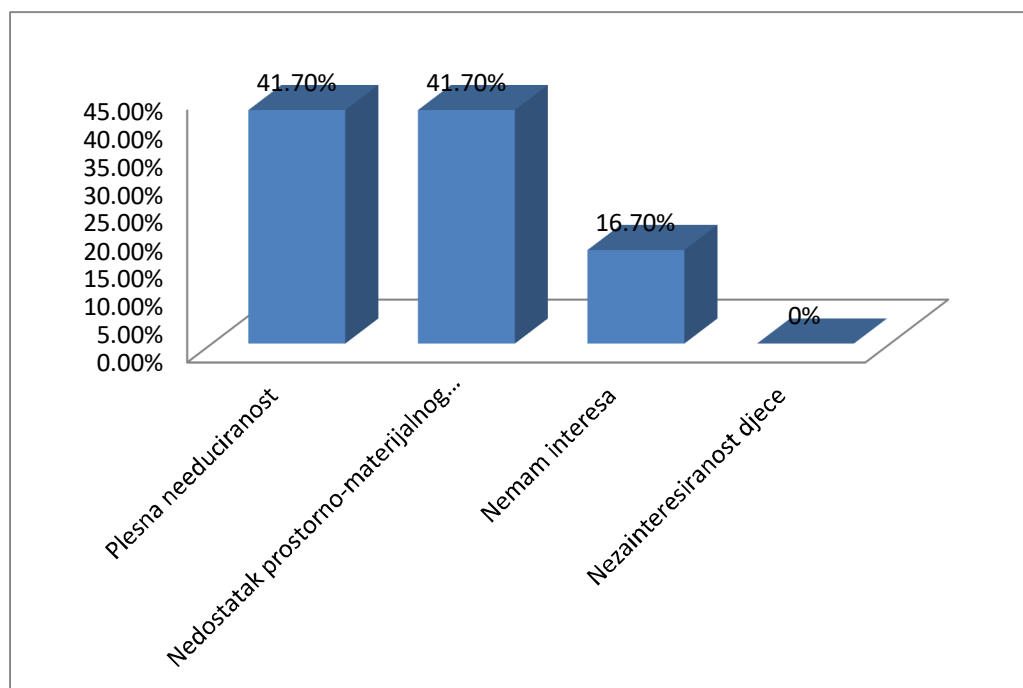
Grafikon 3.: Prikaz usporedbe provode li odgojitelji plesne sadržaje u svom odgojno - obrazovnom radu.



Izvor: izradio autor

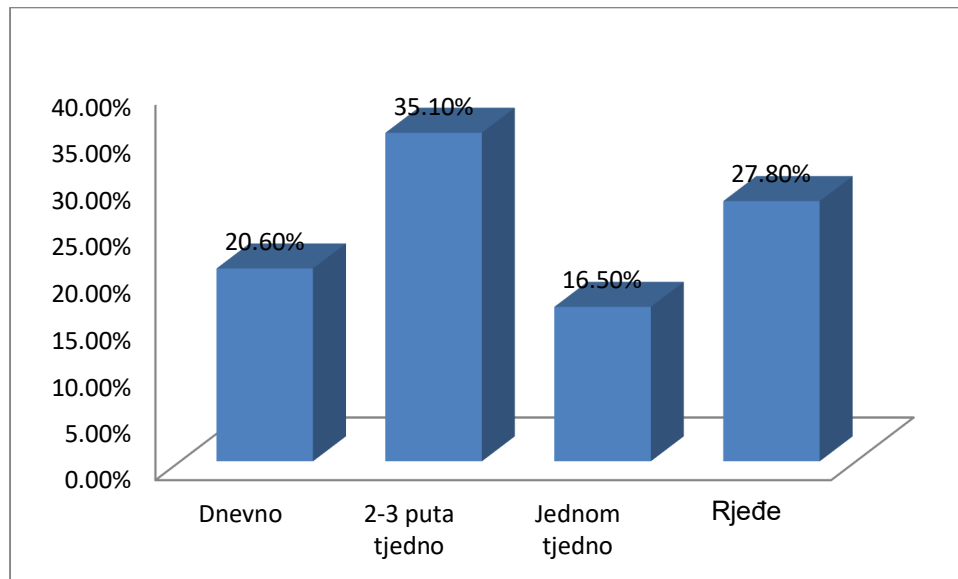
U prikazanom grafikonu u 3., vidi se da 83,50% ispitanika koristi plesne sadržaje u svom odgojno-obrazovnom radu, dok se 16,50% ispitanika izjasnilo da plesne sadržaje uopće ne koristi. Kao razlog tome u najvećem postotku navode plesnu needuciranost i nedostatak prostorno-materijalnog okruženja (nedostatak prostora i dvorane u odgojno-obrazovnoj ustanovi) što je prikazano u slijedećem grafikonu 4.

Grafikon 4.: Prikaz razloga iz kojih se ne provode plesne sadržaje u odgojno-obrazovnom radu.



Izvor: izradio autor

Grafikon 5.: Prikaz koliko često odgojitelji koriste plesne sadržaje u svom odgojno-obrazovnom radu.

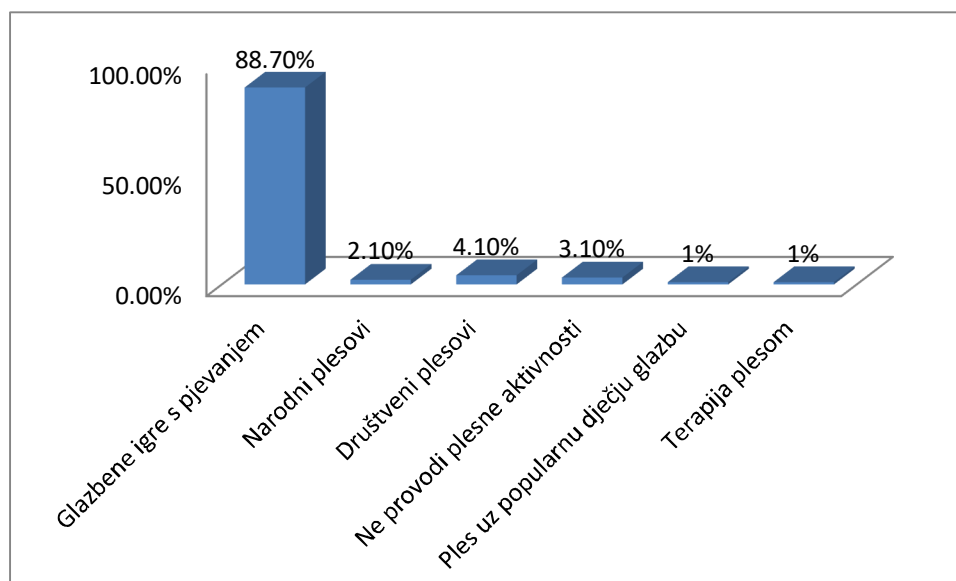


Izvor: izradio autor

U prethodnom se grafikonu vidi da najveći postotak ispitanika plesne sadržaje koristi 2-3 puta tjedno u svom radu, no također veliki postotak ispitanika provodi plesne sadržaje rjeđe od jednom tjedno što nam daje za činjenicu da veliki postotak djece nema mogućnost razvijati svoju slobodu pokreta i izražavanja kroz ples. Plesom djetetu osiguravamo tjelesnu aktivnost potrebnu za pravilan rast i razvoj organizma, povoljno djelujemo na razvoj antropoloških karakteristika, ali i uveseljavamo djecu. Zagrajski-Vukelić (2000) navodi da poticanjem stvaralaštva istraživanjem i improvizacijom kao metodama rada, korištenjem već stečenih znanja uvijek iznova na nov način, vodimo dijete prema stvaralačkom činu, s samim time obogaćujemo djetetov senzibilitet.

Promatrajući dobivene rezultate u grafikonu 4., može se reći da je postotak odgojitelja koji ne provode plesne sadržaje u svom odgojno-obrazovnom radu zabrinjavajuć.

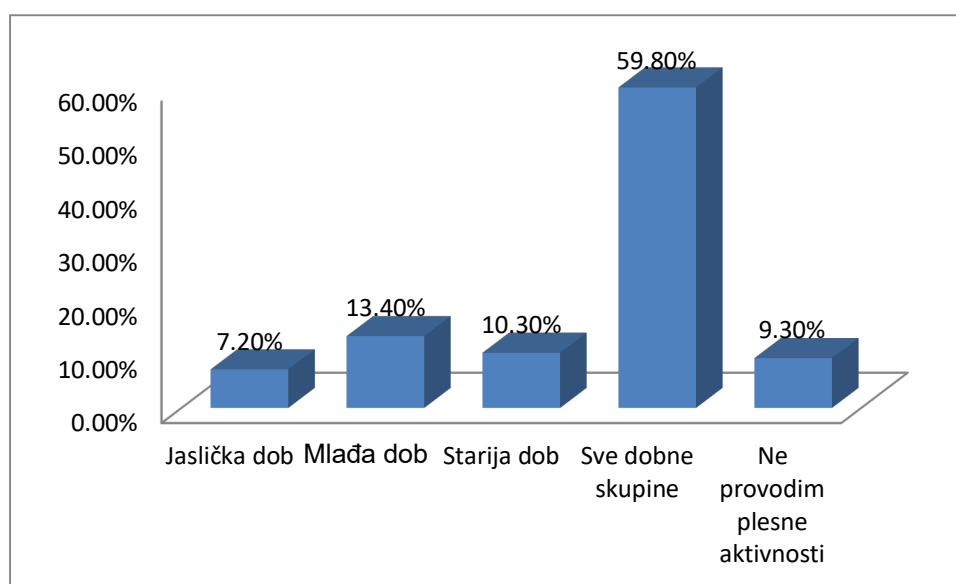
Grafikon 6.: Prikaz plesnih sadržaja koje ispitanici koriste u svom odgojno-obrazovnom radu.



Izvor: izradio autor

Promatrajući rezultate prikaza - koje plesne sadržaje ispitanici najčešće koriste u svom odgojno-obrazovnom radu sa grafikona 6., možemo uočiti da je najveći postotak ispitanika bira glazbene igre s pjevanjem. Glazbene igre s pjevanjem najviše koriste kao samostalnu plesnu aktivnost.

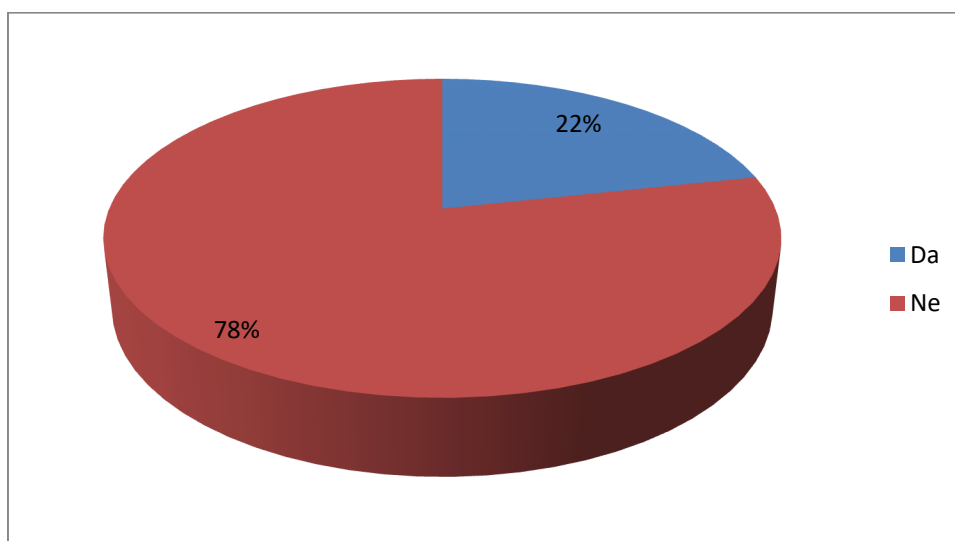
Grafikon 7.: Prikaz u kojim se dobnim skupinama najviše provode plesne strukture.



Izvor: izradio autor

Grafikon 7. jasno prikazuje da odgojitelji najviše provode plesne strukture u svom odgojno-obrazovnom radu u svim dobnim skupinama. Vlašić, Oreb i Lešćić (2009:31) smatraju kako „Plesnim strukturama kod djece razvija se smisao za svjesno estetsko doživljavanje, samostalno stvaralaštvo te oblikovanje lijepih i skladnih pokreta.“ Djeca od najranije dobi trebaju biti izložena ritmu i pokretu koji će se u kasnijoj dobi razvijati i nadograđivati.

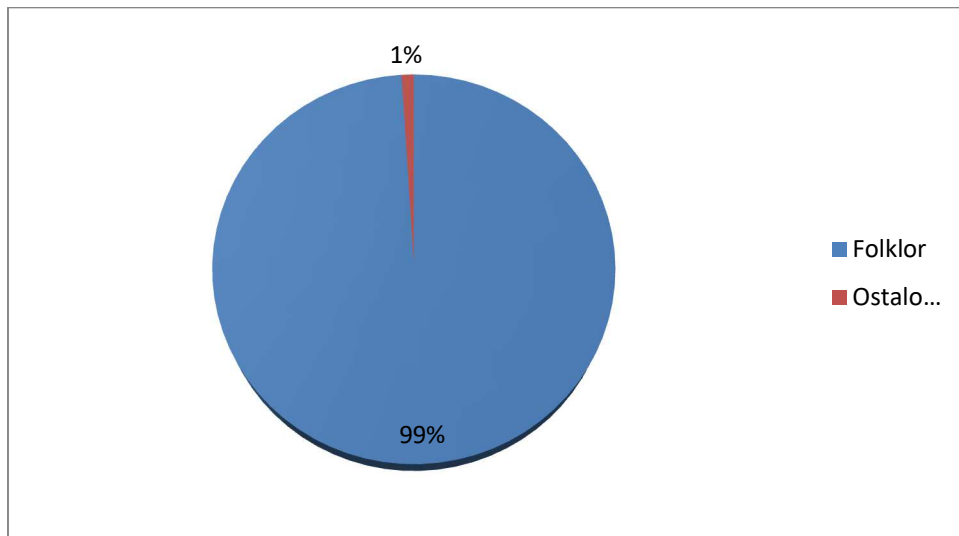
Grafikon 8.: Prikaz koliko odgojno-obrazovnih ustanova nudi program temeljen na plesnim strukturama od strane vanjskih suradnika



Izvor: izradio autor

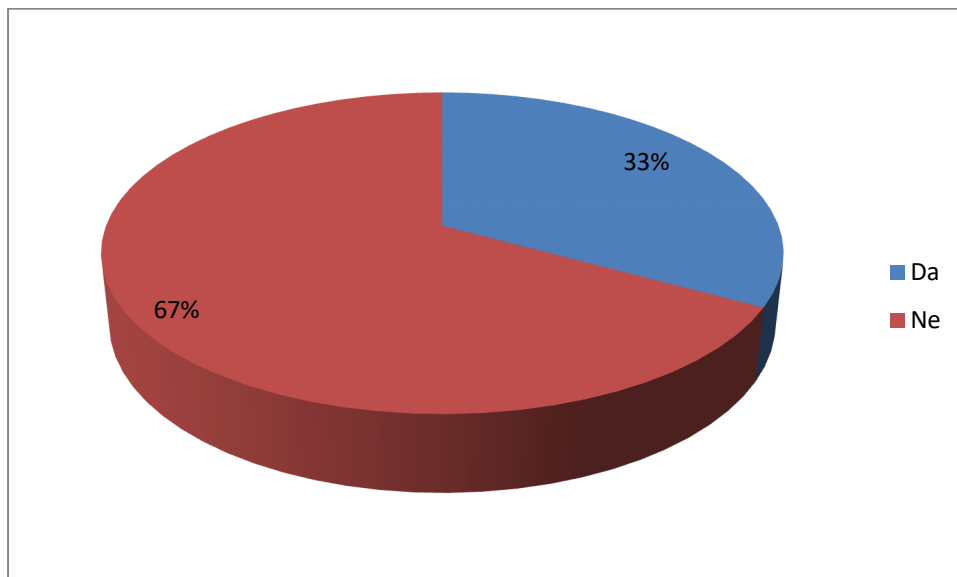
Grafikon 8. prikazuje rezultat da svega 22% ispitanika navodi kako se u njihovoj odgojno-obrazovnoj ustanovi nudi cjelodnevni program koji je temeljen na plesnim strukturama od kojih 99% ispitanika navodi da je to folklor (grafikon 9). Folklor vode odgojitelji koji su se educirali na tom području, te su napisali odgojno-obrazovni program folklor za djecu predškolske dobi koji je verificiran od Ministarstva znanosti, obrazovanja i športa Republike Hrvatske.

Grafikon 9.: Prikaz najčešće nuđenih cjelodnevnih programa temeljenih na plesnim strukturama.



Izvor: izradio autor

Grafikon 10.: Prikaz koliko odgojno-obrazovnih ustanova nudi program temeljen na plesnim strukturama od strane vanjskih suradnika.



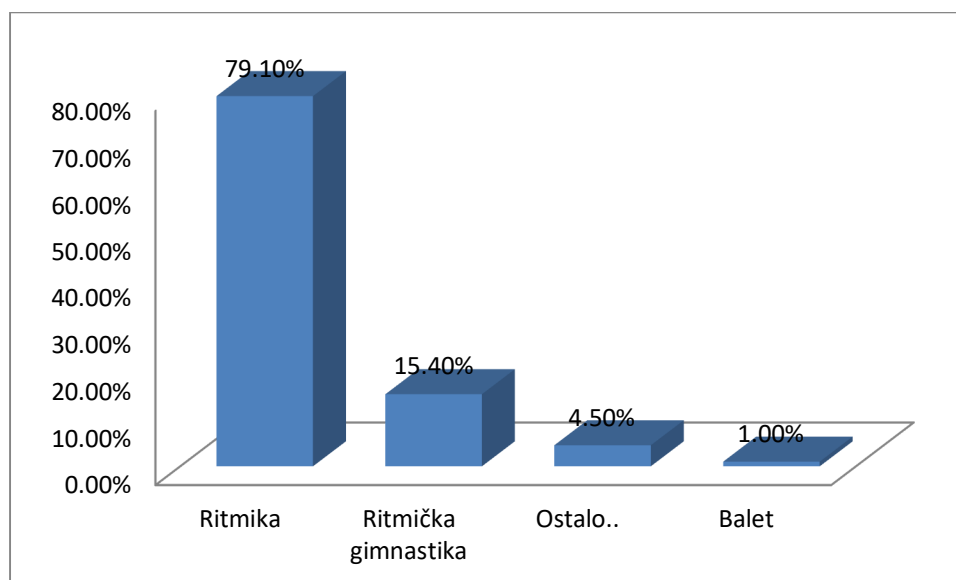
Izvor: izradio autor



U prikazu sa grafikona 9 može se primijetiti da samo 33% ispitanika navodi kako njihova odgojno-obrazovna ustanova roditeljima i njihovoj djeci nudi mogućnost plesnog programa unutar ustanove. Pružanjem mogućnosti da dijete ide na dodatnu aktivnost unutar ustanove, ustanova šalje poruku na van da je svaka tjelesna aktivnost vrijedna i poželjna, ali samim time i olakšava roditeljima da se odluče dijete upisati na neku sportsku aktivnost. Vidić, Horvat, Hraski (2018) također navode kako ima više ograničavajućih faktora pri odabiru aktivnosti sportskog sadržaja, a to mogu biti: financijska situacija roditelja, učestalost treninga u tjednu i vrijeme održavanja treninga. Roditeljima, zbog vlastitih potreba, neće biti moguće voditi dijete na sportsku aktivnost u određenim periodima dana i tijekom pojedinih dana u tjednu, te će dijete biti zakinjuto za aktivnost koja ga interesira. S druge strane, roditelje bi trebala potaknuti činjenica da učestalost sudjelovanja u tjelesnim aktivnostima utječe na stupanj djetetova zdravlja i razvoja.

U ovom istraživanju ispitanici navode kako je ritmika najčešća aktivnost koja se nudi. Ritmiku pohađaju uglavnom djevojčice, najčešće grupa od 3-5 djevojčica iz svake skupine.

Grafikon 11.: Prikaz plesnih aktivnosti koja djeca najčešće pohađaju izvan odgojno-obrazovne ustanove.



Izvor: izradio autor

Grafikon 11. prikazuje da je ritmika u ovom istraživanju vodeća plesna aktivnost izvan odgojno-obrazovne ustanove za koju se odlučuju djeca i roditelji.

## 7. ZAKLJUČAK

Najprirodnije sredstvo izražavanja djece je pokret. Slobodno i nesputano ritmičko kretanje pruža radost i zadovoljstvo. Istraživanje djece u pokretu razvija njihovu kreativnost, ponavljanje pokreta razvija vještinu i sklad pokreta, a ples uči djecu, na spontan i zabavan način, kako je tjelesna aktivnost važna za njihovo zdravlje.

U drugom poglavlju je predstavljena definicija plesa i plesnih struktura. Prema definiciji autora Trajkovski, Bugarin i Kinkela (2015) ples je pokret tijela uz glazbu. Iz razloga što ima pozitivan utjecaj na razvoj osnovnih motoričkih sposobnosti i općenito motorički razvoj djece, ples se smatra jednom od najprimjerenijih aktivnosti za rad s djecom tijekom njihova rasta. Osim pozitivnog utjecaja na motorički razvoj, plesne aktivnosti imaju vidljiv i psihički utjecaj jer pridonose dobrom raspoloženju djeteta, smanjuju pojavu anksioznosti i depresivna raspoloženja, potiču emocije, pojačavaju intelektualne sposobnosti djece te pomažu i u razvoju matematičkih vještina. Kroz plesne strukture kod djece se razvijaju osjećaji za estetiku, ritmičnost, harmoničnost, a ponajviše za fizički i estetski pravilno držanje tijela.

U trećem poglavlju je pojašnjen utjecaj plesa na razvoj djece predškolske dobi te povezanost plesne i tjelesne kulture. Kao što je navedeno, zbog svojeg cjelovitog utjecaja, ples značajno pridonosi uravnoteženosti mentalnih i motoričkih sposobnosti, svojim raznovrsnim sadržajima pridonosi dobrom raspoloženju te potiče ili smiruje emocije.

U četvrtom poglavlju se detaljno opisuju plesne strukture kao mogući sadržaji rada u predškolskoj dobi među kojima se spominju glazbene igre s pjevanjem, narodni, društveni, rekreativni i ostali plesovi. Pod ostale plesove su svrstani ritmička gimnastika, breakedance, step, MTV jazz dance itd.

Plesne strukture kao mogući sadržaji rada u predškolskoj dobi su predmet istraživanja ovog rada. Cilj rada je bio teorijski i empirijski istražiti plesne strukture kao sadržaje rada u predškolskoj dobi. U radu su korištene različite metode istraživanja. Teorijski dio rada bazira se na sekundarnom istraživanju, istraživanje i analiziranje stručnih i znanstvenih članaka, knjiga ili izvora s Interneta.

Na temelju provedenog istraživanja, u obliku dobrovoljnog i anonimnog anketnog upitnika, prikazani su i odgovarajući grafički prikazi na osnovu kojih su potvrđene obje postavljene hipoteze. Anketirano je ukupno 97 ispitanika - odgojitelja. Prva hipoteza: „Odgojitelji vrlo

malo koriste plesne sadržaje u svom odgojno-obrazovnom radu“ je potvrđena. Zaključak ankete je da se plesne aktivnosti kod većine ispitanika koriste dva do tri puta tjedno, dok je kod nekih ispitanika odgovor bio jednom tjedno ili ih uopće ne koriste. Razlog tome je needuciranost odgojitelja u području plesa. Odgojitelji navode kako većinu edukacija moraju sami financirati te da odgojno-obrazovne ustanove u Hrvatskoj djelomično ili uopće ne sudjeluju u poticanju odgojitelja u edukaciji.

Druga hipoteza: „Najčešće korišteni plesni sadržaji u odgojno-obrazovnim ustanovama su programi folklor i ritmike“ je također potvrđena. Odgojno-obrazovne ustanove već dugi niz godina nude program folklor te se iz tog razloga odgojitelji najčešće odlučuju za edukaciju u tom području. Osim navedenog, folklor je „najbliža“ plesna aktivnost i roditeljima i odgojiteljima jer je dio tradicije, posebice na našim područjima. Ritmika je s druge strane najčešće birana plesna aktivnost izvan odgojno-obrazovne ustanove iz razloga što je to ujedno i najčešće nuđena plesna aktivnost.

Prema rezultatima dobivenim iz provedenog istraživanja i prema mom osobnom viđenju, u ranoj životnoj dobi, ples je izuzetno bitan za zdrav mentalni i fizički razvoj djece. On doprinosi boljem raspoloženju, regulaciji emocija, razvoju kreativnosti, a ujedno je i najprirodnije sredstvo izražavanja. Ples se pojavljuje u svakom vremenskom razdoblju i kod svih naroda, ujedinjuje i širi pozitivnu energiju.

## 8. LITERATURA

1. Blašković, J. (2018)., *Analiza glazbenih sastavnica igara s pjevanjem*, Školski vjesnik. Preuzeto 19.07.2021. sa: <https://hrcak.srce.hr/213811>
2. Bungić, M., Barić, R., (2009). *Tjelesno vježbanje i neki aspekti psihološkog zdravlja*, Preuzeto 06.08.2021. sa: <https://hrcak.srce.hr/47831>
3. Cetinić, J., Vidaković Samaržija, D. (2014) *Ples kao sredstvo izražavanja djece predškolske dobi*, Dijete i estetski izričaji : zbornik radova s Međunarodnog znanstvenog skupa Dijete i estetski izričaji, Zadar (str.265-272) Preuzeto 31.08.2021. sa: [https://iuo.unizd.hr/Portals/50/zbornici/Zbornik%20dijete\\_%20compressed.pdf](https://iuo.unizd.hr/Portals/50/zbornici/Zbornik%20dijete_%20compressed.pdf)
4. Findak, V. (1995). *Metodika tjelesne i zdravstvene kulture u predškolskom odgoju*. Zagreb: Školska knjiga.
5. Janković, I. (2010). *Umjetnost pokreta i plesa u predškolskoj dobi: plesnoritmički odgoj*. Zagreb: Agencija za odgoj i obrazovanje.
6. Knežević, G. (2002). *Naše kolo veliko– Hrvatski dječji folklor: gradivo iz 19. i 20. st.* Zagreb: Ethno 16.
7. Knežević, G. (2005). *Srebrna kola, zlaten kotač*. Zagreb: Ethno.
8. Ladešić, S., Mrgan, J. (2007). *Ples u realizaciji antropoloških zadaća tjelesne i zdravstvene kulture* 16. Ljetna škola kineziologa Republike Hrvatske u Poreču (306-309) Zagreb: Hrvatski kineziološki savez., Preuzeto: 27.08.2021. sa: <https://www.hrks.hr/images/datoteke/Ljetna%20%C5%A1kola/Zbornici%20radova/Ljetna-skola-2007.pdf>
9. Maletić, A. (2003). *Povijest plesa starih civilizacija, Sv. 1. Od Mezopotamije do Rima*, 2002., 276 str.; Matica hrvatska, Zagreb 2002-2003., Preuzeto 14.07.2021, sa: <https://hrcak.srce.hr/26080>
10. Mikulić, M., Prskalo, I., Runjić, K. (2007.) *Hrvatska plesna tradicija i predškolska dob djeteta.*: 16. Ljetna škola kineziologa Republike Hrvatske u Poreču (457-461 ). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez, Preuzeto 08.07.2021, sa (<https://www.hrks.hr/images/datoteke/Ljetna%20%C5%A1kola/Zbornici%20radova/Ljetna-skola-2007.pdf>)
11. Milinović, M. (2015). *Glazbene igre s pjevanjem*. Osijek: Umjetnička akademija u Osijeku.
12. Prskalo, I., Sporiš, G. (2016). *Kineziologija*. Zagreb: Školska knjiga, Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu

13. Šumanović, M., Filipović, V., Sentkiralji, G. (2005). *Plesne strukture djece mlađe školske dobi. Život i škola*. Preuzeto 5.7.2021. sa <https://hrcak.srce.hr/25067>
14. Trajkovski, B., Bugarin, M., Kinkela, D. (2015). *Ples u funkciji podizanja fonda motoričkih znanja djece rane školske dobi*, 24. Ljetna škola kineziologa Republike Hrvatske u Poreču (181-185). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez Preuzeto 17.08.2021. sa ;
15. Vidić, J., Horvat, V., Hraski, M. (2018) *Procjena korištenja slobodnog vremena predškolske djece* , 27. Ljetna škola kineziologa Republike Hrvatske u Poreču (426-432). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez Preuzeto 23.08.2021. sa: <https://www.hrks.hr/images/datoteke/Ljetna%20%C5%A1kola/Zbornici%20radova/Ljetna-skola-2018.pdf>
16. Vlašić, J., Oreb, G., Leščić, S. (2009). *Povezanost motoričkih i morfoloških obilježja s uspjehom u društvenim plesovima*. Hrvatski športskomedicinski vjesnik. Zagreb: Hrvatski olimpijski odbor. Preuzeto 5.7.2021., sa [https://hrcak.srce.hr/index.php?show=clanak&id\\_clanak\\_jezik=61777](https://hrcak.srce.hr/index.php?show=clanak&id_clanak_jezik=61777)
17. Zagrajski -Vukelić, J. (2000). *Plesna kultura: mogućnosti plesnoritmičkog odgoja djece predškolske dobi*. Zbornik učiteljske akademije. Zagreb

## 9. POPIS GRAFIKONA

Grafikon 1.: Uzorak ispitanika prema spolu ( N=97).....	19
Grafikon 2.: Grafički prikaz položenog zvanja ispitanika.....	20
Grafikon 3.: Prikaz usporedbe provode li odgojitelji plesne sadržaje u svom odgojno - obrazovnom radu.....	20
Grafikon 4.: Prikaz razloga iz kojih se ne provode plesne sadržaje u odgojno-obrazovnom radu.....	21
Grafikon 5.: Prikaz koliko često odgojitelji koriste plesne sadržaje u svom odgojno-obrazovnom radu.....	22
Grafikon 6.: Prikaz plesnih sadržaja koje ispitanici koriste u svom odgojno-obrazovnom radu.....	23
Grafikon 7.: Prikaz u kojim se dobnim skupinama najviše provode plesne strukture.....	23
Grafikon 8.: Prikaz koliko odgojno-obrazovnih ustanova nudi program temeljen na plesnim strukturama od strane vanjskih suradnika.....	24
Grafikon 9.: Prikaz najčešće nudaenih cjelodnevnih programa temeljenih na plesnim strukturama.....	25
Grafikon 10.: Prikaz koliko odgojno-obrazovnih ustanova nudi program temeljen na plesnim strukturama od strane vanjskih suradnika.....	25
Grafikon 11.: Prikaz plesnih aktivnosti koja djeca najčešće pohađaju izvan odgojno-obrazovne ustanove.....	26