

Tjeloglazba u nastavi glazbene kulture u prva tri razreda primarnog obrazovanja

Benko, Ivana

Master's thesis / Diplomski rad

2022

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:147:057262>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2024-07-10**

Repository / Repozitorij:

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



SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
UČITELJSKI FAKULTET
ODSJEK ZA UČITELJSKE STUDIJE

Ivana Benko

**TJELOGLAZBA U NASTAVI GLAZBENE KULTURE U PRVA TRI RAZREDA
PRIMARNOG OBRAZOVANJA**

Diplomski rad

Mentor rada: doc. dr. sc., Jelena Blašković

Petrinja, srpanj 2022.

Sažetak

Svrha ovog diplomskog rada je istražiti mogućnost upotrebe tjeloglazbe u nastavi Glazbene kulture i njezinog djelovanja na učenika u prva tri razreda primarnog obrazovanja. Rad se bavi sadržajem službenog dokumenta *Kurikuluma* (2019) za predmet Glazbena kultura unutar kojega je jedan segment glazbenog obrazovanja prakticiranje tjeloglazbe u školi. Općenito, objašnjava se pojam otvorenog kurikuluma i važnost učiteljevih predispozicija u vođenju nastave glazbene kulture što uključuje upoznavanje glazbenih pojmova poput brojalice, pjesme i slušanje skladbe uz koje se tjeloglazba izvodi. Tjeloglazba (engl. body percussion) je aktivnost proizvodnje zvukova koristeći se tijelom. U radu je naglasak stavljen na primjenu tjeloglazbe u radu s djecom te se navode mogućnosti i daju konkretni primjeri načina muziciranja tjeloglazbom u nastavi Glazbene kulture. Tjeloglazba se pokazala kao odličan motivator za usvajanje i ponavljanje gradiva na zanimljiv i interesantan način. Njezinom uporabom učenici upoznaju svoje tijelo i mogućnosti te stvaraju pozitivnu sliku o sebi, svom tijelu i uživaju u muziciranju. Prednost tjeloglazbe je u tome što se može koristiti u raznim socijalnim oblicima rada, bilo individualno, u paru ili u grupi, a to omogućava prilagođavanje svakome pojedincu na njegovoj tjelesnoj i mentalnoj razini. Iz tog razloga često se koristi i s učenicima koji imaju neku vrstu poteškoće u razvoju.

Ključne riječi: brojalica, glazbene igre, Glazbena kultura, pjesma, primarno obrazovanje, slušanje skladbe, tjeloglazba

Body percussion in the teaching of Music Culture in the first three grades of primary education

SUMMARY

The purpose of this thesis is to investigate the possibility of using body percussion in the teaching of Musical Culture and its effect on students in the first three grades of primary education. The paper deals with the content of the official Curriculum document (2019) for the subject Music culture, within which one segment of music education is the practice of body percussion at school. In general, the concept of an open curriculum and the importance of the teacher's predispositions in teaching music culture are explained, which includes getting to know musical concepts such as rhymes, songs and listening to music accompanied by body percussion. Body percussion is the activity of producing sounds using the body. In the paper, emphasis is placed on the application of body percussion in work with children. In one chapter are given concrete examples of using body percussion in the teaching of Musical Culture. Body percussion is proved to be an excellent motivator for acquiring and repeating material in an interesting way. By using it, students get to know their body and its possibilities, create a positive image of themselves and their body. The advantage of body percussion is that it can be used in various social forms of work, either individually, in a couple or in a group, and this enables adaptation to each individual on his physical and mental level. For this reason, it is often used with students who have some kind of developmental difficulty.

Key words: body percussion, composition, musical games, Musical culture, primary education, rhymes, song

SADRŽAJ

1. Uvod	1
2. Kurikulum za Glazbenu kulturu prethodnih dvadeset pet godina u Republici Hrvatskoj	2
3. Slušanje glazbe	3
4. Brojalice	5
5. Pjesma i pjevanje	8
6. Tjeloglazba	10
6.1. <i>Tjeloglazba u svijetu</i>	10
6.2. <i>Orffov glazbeno – pedagoški pristup</i>	11
6.3. <i>Dalcroze Eurhythmics</i>	13
6.3.1. <i>Euritmika</i>	14
7. BAPNE metoda	16
7.1. <i>Ples pisanja</i>	16
8. Tjeloglazba u nastavi Glazbene kulture	17
8.1. <i>Glazbene igre</i>	17
8.2. <i>Glazbene igre s pjevanjem</i>	17
8.2.1. <i>Mi smo djeca vesela</i>	18
8.2.2. <i>U kolu je sestrica</i>	18
8.2.3. <i>Ja posijah lan</i>	19
8.2.4. <i>Kako se što radi</i>	19
8.2.5. <i>Miš mi je polje popasel</i>	20
8.2.6. <i>Ja sam muzikaš</i>	20
8.2.7. <i>Na kamen sjela Ljubica</i>	21
8.2.8. <i>Sunce sija, kiša će</i>	21
8.3. <i>Glazbene igre s ritmovima</i>	22
8.3.1. <i>Telegraf</i>	22
8.3.2. <i>Ritamska igra jek</i>	22
8.4. <i>Glazbene igre uz slušanje glazbe</i>	23
8.4.1. <i>Glazbene stolice</i>	23
8.4.2. <i>Vlakić</i>	23
8.5. <i>Glazbene igre s elementima tjeloglazbe u svijetu</i>	23
8.5.1. <i>Igra pljeskanja – Ghana</i>	23
8.5.2. <i>A ram, sam, sam – Maroko</i>	24
9. Osmišljeni primjeri za izvođenje tjeloglazbe u nastavi Glazbene kulture	25
9.1. <i>Brojalica Ekete bekete</i>	25
9.2. <i>Brojalica Pekar</i>	26

9.3.	<i>Brojalica Stare ure</i>	27
9.4.	<i>Pjesma Mravlja koračnica</i>	28
9.5.	<i>Pjesma Ha, ha, ha, ho, ho, ho</i>	29
9.6.	<i>Skladba Labuđe jezero – Petar Iljič Čajkovski</i>	30
9.7.	<i>Skladba Badinerie – Johann Sebastian Bach</i>	30
9.8.	<i>Skladba Rondo alla Turca – Wolfgang Amadeus Mozart</i>	31
10.	Zaključak	32
	Literatura	33

1. Uvod

Glazbena kultura je nastavni predmet čiji je sadržaj i obim propisan *Kurikulumom* (2019). Provodi se jednom tjedno u trajanju jednog školskog sata. U obavezni dio nastave Glazbene kulture spada usvajanje brojalica, pjesmica i “cjelovite skladbe, stavci ili ulomci klasične, tradicijske, popularne, jazz i filmske glazbe“ (Kurikulum, 2019, str. 17). Tjeloglazba ili engl. *bodypercussion* je naziv za sviranje tijelom (Romero-Naranjo, Jauset-Berrocal, Romero-Naranjo i Liendo-Cárdenas, 2013). Carl Orff je jedan od prvih začetnika korištenja tjeloglazbe u nastavi. Uz Orffa, važnu ulogu u uključenosti pokreta u glazbi imao je i Emile Jaques-Dalcroze koji je poznat po svojoj euritmici. On je smatrao da pokret mora doći prirodno i da upravo neznanje o ritmu dovodi do njegovog najboljeg usvajanja (Košta i Desnica, 2013). Važno je spomenuti i BAPNE metodu koja se svojim djelovanjem više usmjerava na učenike s poteškoćama. U njezinom osnivanju su sudjelovali brojni stručnjaci iz područja glazbe i psihologije. Cilj metode je uporabom tjeloglazbe pozitivno utjecati na pamćenje, koncentraciju, motoričke sposobnosti, kreativnost i stvaranje pozitivne slike o samome sebi (Romero Naranjo i sur., 2013).

Djeca su od najmlađe dobi upoznata s brojalicom i pjesmicama, a s njima se bave i u osnovnoj školi (Jurišić i Palmić, 2002). U navedene segmente glazbene kulture može se uključiti i tjeloglazba. U ovome radu daju se prikazi načina rada kroz primjere postojećih udžbenika za prvi, drugi i treći razred primarnog obrazovanja. Primjeri obuhvaćaju brojalice koje se najčešće koriste za izvođenje ritma i dobe, glazbene igre koje se koriste za motivacijski ili završni dio sata te pjesmice i skladbe uz koje se usvajaju dinamika i tempo, ritam i dobe. Dodatno, osmišljeno je nekoliko metodičkih i aplikativnih primjera tjeloglazbe pri usvajanju pjesma, brojalica i slušanja skladbi.

2. Kurikulum za Glazbenu kulturu prethodnih dvadeset pet godina u Republici Hrvatskoj

Zadnjih dvadeset pet godina u Republici Hrvatskoj nastava Glazbene kulture izvodila se prema dva službena dokumenta 2006. godine izašao je *Nastavni plan i program* koji je vrijedio sve do stupanja na snagu novog *Kurikulum* 2019. godine.

Nastavni plan i program (2006) je tip otvorenog kurikuluma što znači da učitelji imaju slobodu izbora načina provedbe nastave Glazbene kulture. Prema tom modelu jedini je obvezatni dio nastave slušanje i upoznavanje glazbe. Područje pjevanja, sviranja, glazbenog opismenjavanja i glazbenog stvaralaštva se mogu i ne moraju obraditi. Takav tip kurikuluma omogućava učiteljima samostalno osmišljavanje nastavnog plana i programa i mogućnost prilagođavanja nastave svojim učenicima i njihovim kompetencijama. Otvorenost kurikuluma veliku važnost daje učitelju koji svojom kompetentnošću treba učenicima omogućiti kvalitetno glazbeno obrazovanje. Glazbena kultura je svojom satnicom stavljena u podređeni položaj u odnosu na ostale predmete, ali se zbog svojeg utjecaja na učenikov osjećaj za estetiku, stvaralaštvo i kreativnost smatra važnim čimbenikom obrazovanja (Rojko, 2012).

Kurikulum (2019) koji je nastupio na snagu poslije *Nastavnog plana i programa* (2006) također je tip otvorenog kurikuluma. S obzirom na to njegova obilježja u tom segmentu su ista. Nastavni predmet Glazbene kulture, prema *Kurikulumu* (2019), obuhvaća tri domene i četiri načela. Domene su: slušanje i upoznavanje glazbe, izražavanje glazbom i uz glazbu i glazba u kontekstu. Načela su psihološko načelo, odnosi se na učenikov emocionalni doživljaj glazbe, kulturno-estetsko načelo, odnosi se na učenikovu sposobnost za vrednovanje glazbe i razvijanja vlastitog glazbenog ukusa, i načelo interkulturalnosti koje se temelji se na upoznavanju glazbe svih svjetskih kultura. Provedbom nastave potrebno je postići određene ciljeve kao što su izvođenje i aktivno slušanje glazbe, upoznavanje i usvajanje glazbenog jezika, razvijanje vlastitog glazbenog ukusa i upoznavanje s glazbom drugih svjetskih kultura. Ciljevi se ostvaruju za vrijeme provođenja nastave tijekom koje učenik usvaja najmanje deset pjesama ili brojalica u godini. Tijekom prva tri razreda osnovnoškolskog obrazovanja pojam tjeloglazba se spominje u B domeni kurikuluma. Tom domenom je propisano izvođenje glazbenih aktivnosti kao što su pjevanje, sviranje, glazbene igre i tjeloglazba. Ishodi tijekom sva tri razreda te domene su učenikovo usvajanje i prepoznavanje skladbe, izvođenje brojalice ili pjesme pokretima tijela te improvizacija vlastitih ritmova i melodija (Kurikulum, 2019, str. 7-8).

3. Slušanje glazbe

Slušanje glazbe u školu se uvelo 1950. godine ali nije bilo obavezno. Za slušanje glazbe je potreban medij kojim će se prenositi, a to nije uvijek bilo omogućeno svim školama te se samim time slušanju glazbe nije davala velika pozornost (Rojko, 2012). Prema *Nastavnom planu i programu* koji je stupio na snagu tijekom školske godine 2006./2007., slušanje glazbe je postalo središnji dio i obavezna aktivnost nastave Glazbene kulture. U 2019. godini na snagu je stupio *Kurikulum* u kojem je slušanje glazbe i dalje zadržalo svoj položaj obvezne aktivnosti. Cilj slušanja je usvajanje glazbenih obilježja glazbenog djela. Sva nova obilježja koja učenik upozna trebaju svoj izvor imati u aktivnom slušanju učenika. Prije slušanja skladbe učenici se moraju upoznati s njom. Trebaju im se dati jasne upute što slušaju i opažaju. Ako se skladba poslušava bez prethodne pripreme ona jednostavno neće ostaviti nikakav utjecaj na učenika (Rojko, 2012).

Prema Rojku (2012) slušanje glazbe se dijeli na dva tipa: pasivno i aktivno slušanje. Pasivno slušanje se očituje u svim svakodnevnim situacijama u kojima je slušanje glazbe sekundarna, mogli bismo reći i nesvjesna aktivnost. Tijekom aktivnog slušanja slušatelj je u potpunosti koncentriran na glazbeno djelo. Aktivno slušanje se očituje u analizi i primjećivanju svih sastavnica glazbenog djela. Tijekom slušanja se primjećuje melodija, harmonija, ritam, tekst te se razvija glazbeno pamćenje, usvajanje i razlikovanje umjetničkih i narodnih djela. Nakon aktivnog slušanja djelo se analizira (Rojko, 2012).

Dobrota (2012) dijeli skladbe za slušanje u primarnom obrazovanju na vokalno-instrumentalne, instrumentalne skladbe i glazbene priče. No, Dobrota (2012) ističe kako nisu sve glazbene priče primjerene za slušanje u školi zbog podređenog položaja glazbe u odnosu na priču, a kao iznimka navodi dvije glazbene priče: *Instrument čarobnjaka* Branimira Sakača i *Peća i vuk* Sergeja Prokofjeva.

Tijek aktivnosti slušanja odvija se kroz nekoliko etapa. To su: motiviranje učenika, najava skladbe (ističe se ime skladbe i skladatelja uz prezentaciju kratke biografije skladatelja), slijedi prvo, cjelovito slušanje (određivanje ugođaja i imenovanje izvođača), drugo slušanje (određivanje tempa), treće slušanje (određivanje dinamike), četvrto slušanje (određivanje glazbenog oblika) (Dobrota, 2012, str. 30-31).

Analiza slušanog glazbenog djela se ne provodi kako bi se otkrile točne sastavnice glazbenog djela već kako bi se učenici aktivirali za slušanje djela i njegovo shvaćanje. Iz tog razloga učenička analiza se ne treba kritizirati i ocjenjivati (Rojko, 2012).

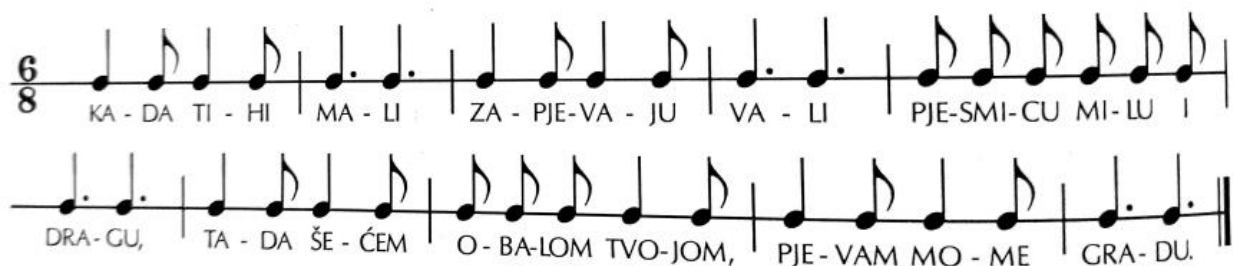
Matoš i Čorić (2018) ističu kako se vrednovanje umjetničkih skladbi za vrijeme aktivnog slušanja se dijeli na pet razina. To su:

- Afektivno vrednovanje – učenicima nije potrebno nikakvo predznanje. Svoj doživljaj djela temelje na emocijama odnosno prema tome je li im se djelo svidjelo ili nije.
- Asocijativno vrednovanje – učenici oblikuju mišljenje o pojedinim dijelovima skladbe i opisuju ih.
- Analitičko vrednovanje - učenici tijekom slušanja primjenjuju svoja znanja o glazbenim obilježjima skladbe i određuju izvođača skladbe.
- Vrednovanje u kontekstu – učenik skladbu svrstava u određeno stilsko razdoblje i regije stvaranja.
- Sintetičko (holističko) vrednovanje – učenik uspoređuje djela po svim navedenim obilježjima (str. 78).

4. Brojalice

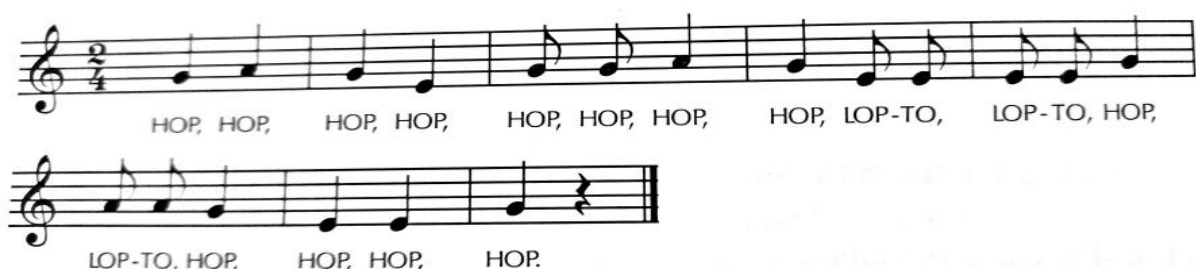
Dijete se s brojalicom susreće puno prije polaska u školu. Najčešće je to u okolini obitelji, a zatim i u vrtiću (Jurišić i Palmić, 2002). Brojalice se definiraju kao umjetničko-književni tekst, igra riječima ili kratka pjesma koja se stvara i prenosi usmeno. Brojalica se javlja u kulturama širom svijeta, iako se najčešće izvodi na materinjem jeziku zna se koristiti i za učenje stranih jezika. One se najčešće skandiraju na istom tonu, lako se izgovaraju i pamte (Peteh, 2007). Razlikuju se po sadržaju i formi. Prema tim kriterijima dijele se u dvije kategorije (Jurišić i Palmić, 2002): prema izvedbi (govorena i pjevana brojalica) i prema sadržaju (konkretna, besmislena i kombinirana brojalica).

Govorena brojalica se izvodi na istom tonu, ali se tijekom izvedbe mogu promijeniti jačina, boja i trajanje tona. Izvedeći govorenu brojalicu učenik razvija osjećaj za ritam, unapređuje svoje glazbene sposobnosti i intelektualni poticaj.



Slika 1. Primjer govorene brojalice¹

U pjevane brojalice uvrštavamo brojalice koje se izvode na najmanje dva tona. Njihova važnost je u tonskoj različitosti, prema tome brojalica može sadržavati do četiri različita tona, ali i dalje se neće smatrati pjesmom.



Slika 2. Primjer pjevane brojalice²

¹ Izvor: Jurišić, G., Sam Palmić, R. (2002). *Brojalica, snažni glazbeni poticaj*. Rijeka: Adamić, str. 22

² Izvor: Jurišić, G., Sam Palmić, R. (2002). *Brojalica, snažni glazbeni poticaj*. Rijeka: Adamić, str. 24

Konkretnu brojalicu čini tekst koji je realan i iz svakodnevnog života te ga učenik može lako razumjeti. Može biti iz područja svakodnevne situacije, životinjskih ljubimaca, prigodnih situacija, prirodnih pojava i života prirode.

1. Zbivanja i svakodnevne situacije u djetetovoj okolini:

I - GRA - TI SE VO - LIM JA, KAD SE LOP - TA KO - TR - LJA.

2. Životinjske ljubimce:

MO - JA MA - CA PRE - DE KRAJ DR - VE - NE GRE - DE.

3. Prigodne situacije:

ŽE - LI - MO TI SVA - KI DAN, SRE - TAN KA - O RO - ĐEN - DAN!

4. Prirodne pojave:

SPU - STI - LA SE KI - ŠA, NA LJU - TI - LA JE MI - ŠAI.

5. Život prirode:

JED - NOG DA - NA I - SPOD TRA - VE NI - KNU - LE SU TRI CI - KLA - ME.

Slika 3. Primjer konkretne brojalice³

Besmislene brojalice čine slogovi ili niz riječi koji nemaju nikakvo realno značenje. Upravo zbog toga imaju veliku važnost u razvijanju mašte i kreativnosti kod učenika. Učenik može sam izmisliti svoju brojalicu koja ne mora imati smisla i pridodati joj ritam.

ŠI - RI ŠU - RU ŠA - RA ŠE, TI - KI TU - KU TA - KA TE.

Slika 4. Primjer besmislene brojalice⁴

³ Izvor: Jurišić, G., Sam Palmić, R. (2002). *Brojalica, snažni glazbeni poticaj*. Rijeka: Adamić, str. 26

⁴ Izvor: Jurišić, G., Sam Palmić, R. (2002). *Brojalica, snažni glazbeni poticaj*. Rijeka: Adamić, str. 28

Kombinirane brojalice su spoj brojalice koje su prethodno nabrojane. One su sastavljene od besmislene i kombinirane brojalice što bi značilo da imaju dijelove koji nemaju smisla i dijelove koji su smisljeni (Jurišić i Palmić, 2002).



Slika 5. Primjer kombinirane brojalice⁵

Prema Peteh (2007) brojalice imaju značajan utjecaj na dječji govor i govorne aktivnosti. Njihov pozitivan utjecaj se očituje u bogaćenju dječjeg rječnika, razvijanju pamćenja i usvajanju novih činjenica o životu. Također, potiču djecu na fizičku aktivnost. Tijekom skandiranja brojalice, ritam brojalice prate pokretima ruku, nogu ili cijeloga tijela.

⁵ Izvor: Jurišić, G., Sam Palmić, R. (2002). *Brojalica, snažni glazbeni poticaj*. Rijeka: Adamić, str.28

5. Pjesma i pjevanje

Pjevanje je aktivnost koja se provodi kroz cijelo osnovnoškolsko obrazovanje (Kurikulum, 2019). Učitelj/ica u nastavi Glazbene kulture treba izraziti svoju kreativnost te u potpunosti iskoristiti svoje glazbeno znanje. Učitelj/ica kao predstavnik pjesme u razredu mora znati pravilno koristiti instrument i svoj glas. Vlastitim izvođenjem upoznaje učenike s pjesmom, umjetničkim pjevanjem i upućuje ih na pravilno izvođenje iste (Šulentić Begić, 2013). Sva tri elementa se neće uvijek ostvariti unutar razreda ali su dobar poticaj za razvoj učenikovih glasovnih sposobnosti. „Pjevanje je uz slušanje glazbe aktivnost koja se najviše provodi u prvim trima razredima osnovne škole. U razredu treba njegovati lijepo pjevanje koje podrazumijeva točno intoniranje i jasno artikuliranje“ (Šulentić Begić i Radičević, 2010, str. 1). Prema Kurikulumu (2019) učenik pjesmu uči po sluhu, dok učitelj/ica pjeva uz harmonijsku pratnju na instrumentu. S obzirom na otvoreni tip kurikuluma učitelj/ica ima pravo na slobodan izbor pjesama koje će učenici usvajati. Učitelj/ica bi trebao prepoznati učenikove interese i želje te obrađivati pjesme koje su njima bliske i zanimljive. Međutim, kod biranja pjesmama treba obratiti pozornost na određena obilježja.

Obilježja na koje bi trebalo obratiti pozornost pri odabiru pjesama su :

- zanimljivost i umjetničku vrijednost pjesama
- interes i dob učenika te sukladno tome težinu pjesama
- jasnoću teksta i primjerenost sadržaja
- interkulturalno načelo prema kojemu će učenici upoznati pjesme različitih kultura, na različitim jezicima i narječjima, uz odgovarajući etnomuzikološki pristup koji treba imati u vidu i pri upoznavanju hrvatskih tradicijskih pjesama (Kurikulum, 2019, str. 77).

Vidulin-Orbanić i Terzić (2011) navode vježbe koje bi se mogle, i trebale provoditi na početku svakoga sata Glazbene kulture. To su vježbe disanja, poboljšavanje intonacije, vježbe opuštanja i istezanja muskulature, gipkosti glasa te jasne i aktivne artikulacije. Rezultate tih vježbi ne treba uopćavati i ocjenjivati. Svaki učenik ima drugačije glazbene sposobnosti, a zadaća učitelja je da ih usmjeri na njihovo pravilno razvijanje. Tijekom obrade pjesama trebaju se provoditi aktivnosti za izvođenje ritma i dobe u pjesmi. Na kraju sata poželjno je osmisliti neki ples ili igru povezanu s temom pjesme. Sve te aktivnosti i igre mogu se provesti na satu Glazbene kulture i uz njih usvajati nove nastavne sadržaje.

Vidulin i Cingula (2016) spominju dva metodička postupka za usvajanja pjesme po sluhu (str. 146-148):

Prvi postupak

- Stvaranje raspoloženja za novu pjesmu – za usvajanje nove pjesme potrebno je postići prigodnu atmosferu u razredu. Učitelj/ica treba potaknuti razgovor o temi pjesme kako bi učenici mogli oformiti početno mišljenje.
- Doživljaj pjesme – učitelj/ica pravilno izvodi pjesmu. Pazi na sve sastavnice izvođenja i izvodi pjesmu u cijelosti. Poželjno je izvođenje pjesme uz instrument kako bi učenikov emocionalni doživljaj bio što bolji.
- Usvajanje pjesme – pjesma se usvaja po principu slušanja i ponavljanja. Učitelj/ica otpjeva frazu pa učenici, zatim se prve dvije fraze spajaju i po tom principu se usvaja cijela pjesma.
- Analiza pjesme – nakon usvajanja pjesme započinje analiza. Učenici uz pomoć učitelja/ice određuju glazbene sastavnice pjesme.
- Glazbena interpretacija – na kraju sata naglasak se stavlja na izražajno izvođenje pjesme. Kod izvođenja se pazi na artikulaciju, intonaciju i dinamiku.

Drugi postupak

- Upoznavanje pjesme – učitelj/ica izvodi pjesmu u cijelosti kako bi se učenici upoznali s melodijom.
- Obrada teksta – prvo učitelj/ica pročita tekst i zatim učenici. Slijedi razgovor o tekstu.
- Učenje pjesme – odvija se po principu oponašanja. Učitelj/ica određuje količinu teksta koji učenici mogu odjednom usvojiti te ga izvodi. Nakon što je učitelj/ica izveo/la određeni dio pjesme učenici ga ponavljaju.
- Analiza pjesme – određuju se glazbene sastavnice pjesme.
- Glazbena interpretacija – učenici izražajno pjevaju pjesmu uz pažnju na tekst, tempo i dinamiku.

6. Tjeloglazba

Tjeloglazba (engl. body percussion) je aktivnost proizvodnje zvukova koristeći se tijelom. Ima svoju didaktičku, terapijsku, antropološku i društvenu svrhu (Romero Naranjo, 2013). Prvi instrument kojim se čovjek koristio je njegovo tijelo. Ljudi su proizvodili zvukove pomoću tijela i tako iskazivali svoje osjećaje (Romero Naranjo, 2014). Ljudsko tijelo samo po sebi proizvodi prirodne zvukove ali i čovjek namjerno može proizvoditi različite zvukove pomoću njega. Neki od njih su pljeskanje, pucketanje prstima i lupkanje po različitim dijelovima tijela. Korištenjem tjeloglazbe u nastavi Glazbene kulture utječe se na učenikov fizički, mentalni i socijalni razvoj te unapređuje učenikove fizičke i motoričke sposobnosti (Popović, Popović i Bogut, 2017). Uobičajeno je izvođenje tjeloglazbe u grupama zbog čega se razvijaju socijalne vještine (Ahokas, 2015). U osnovnoškolskom obrazovanju se koristi u sklopu nastave Glazbene kulture. Najčešće se koristi za usvajanje ritmičkih elemenata (Ahokas, 2015). Može se koristiti uz brojalice, pjesme i skladbe. Pomoću nje se na zanimljiv način usvaja ritam i doba, ali također se može koristiti i za demonstraciju dinamike i tempa (Kurikulum, 2019). Neki od metoda i pristup koji su navedeni u radu, a koriste tjeloglazbu su: Dalcroze Eurhythmics i BAPNE metoda, te Orffov glazbeno – pedagoški pristup.

6.1. Tjeloglazba u svijetu

Doug Goodkin (2002) navodi kako se kroz povijest mogu pronaći dokazi o korištenju instrumenata, slika i tekstova ali dokaza o uporabi tjeloglazbe je vrlo malo. Ako se postojanje tjeloglazbe sagleda s kulturološkog umjesto povijesnog stajališta onda je izvor podataka malo bolji. Ljudi su u povijesti koristili sve što im je dostupno za proizvodnju zvukova, a osnovni instrument im je bilo tijelo. Jedan od osnovnih pokreta je bilo pljeskanje. Ono se najviše koristi u državama Afrike kao što su Zimbabve, Gana, Etiopija, Mali i Maroko. Javlja se i u Aziji (Japan, Pakistan, Nova Gvineja, Sumatra) i Europi (Francuska, Italija, Španjolska i Austrija), a najviše se proširilo po Sjevernoj Americi. Češće je u neformalnoj tradicionalnoj glazbi nego u klasičnoj. Može se koristiti za razne funkcije u glazbi kao što su: održavanje ritma u američkom plesu, za sviranje kratke međuigre u austrijskoj narodnoj glazbi, španjolski flamenco i za prikazivanje mjere u pakistanskoj Qwalli glazbi. Pljeskanje veliku zastupljenost ima i u narodnim plesovima širom svijeta. U Češkoj je poznat ples "Doudlebska" kod kojeg se plesači stanu u krugu i energično plješću dok ostali koji su u užem krugu moraju pobjeći. U Izraelu je poznat ples "Mayim" gdje u ritmu "Ve Davida" žene i muškarci plješću i izmjenjuju se u krugu. Rumunjski "Alunelu", ruska troika i bugarski "Kukuvicka" koriste u udaranje nogama od pod. Svi navedeni plesovi su dobro poznati pri provođenju aktivnosti iz tjelesne kulture i Orffovom

pristupu (Goodkin, 2002, str. 67-71). U novije doba perkusionist Keith Terry⁶ je imao veliki utjecaj na širenje tjeloglazbe u svijetu. Svoj utjecaj je širio putem svoje grupe „Crosspulse“ i Orffove grupe „Xephyr“ koja je koristila tjeloglazbu i pjesmu. Doug Goodkin (2002) je po uzoru na njega počeo koristiti njegove ideje te ih je na kraju uveo i u Orffov institut u Kanadi.

6.2. Orffov glazbeno – pedagoški pristup

Prema mrežnom izdanju *Hrvatske enciklopedije*⁷ Carl Orff (1895 – 1982) bio je njemački skladatelj i glazbeni pedagog. Razvijao je koncept tzv. elementarne glazbe, neke vrste sinteze pokreta, jezika i glazbe. Kroz svoj rad bio je posvećen djeci, posebno djeci s poteškoćama u razvoju. Za pristup djeci je koristio glazbu jer je smatrao da je glazba važno pedagoško sredstvo. U svojim djelima je poseban naglasak stavljao na riječi kao temeljnom elementu glazbene geste. Košta i Desnica (2013) navode da je osnovni cilj Orffova pristupa izražavanje učenika pomoću glazbe, neovisno o tome izvodi li tjeloglazbu sam ili u grupi. Učenik ne mora imati nikakvo glazbeno predznanje već se vodi čistom improvizacijom. Orff je upravo to neznanje smatrao ključnim dijelom nesmetane improvizacije. Pokret kojeg dijete izvodi mora biti prirodan, spontan, kreativan i jednostavan. Dječji doživljaj stvarnosti uveliko utječe na njegov odnos prema svijetu u starijoj dobi. Iz tog razloga je bitno u osnovnoškolskom obrazovanju njegovati učenikovu maštu koja će pratiti emocionalni razvoj. Učenik mora razviti sposobnost izražavanja osjećaja te pravilno upravljanje njima (Campbell, 2005).

Prema Goodkinu (2002) glazbeni doživljaji započinju pokretom, ritmiziranim govorom i pjevanjem, nakon toga, kada dijete usvoji određena znanja, prelazi na sviranje instrumenata. Ljudi širom svijeta su oduvijek koristili svoje tijelo kao instrument kojim će stvoriti zvuk. Neki od osnovnih pokreta su:

- Pljeskanje – najčešći način proizvođenja zvuka putem tijela.
- Lupanje nogama od pod – drugi najčešći način stvaranja glazbe nakon pljeskanja. Neki koriste čak posebnu obuću za to ili podlogu, a neki stavljaju zvečke i zvončice na neki dio noge kako bi proizveli zvuk.
- Tapšanje – često je u američko-afričkim plesovima. Uključuje koljena, bedra i stopala. Ne toliko često, ali koriste se i prsa.

⁶ Keith Terry je izvođač koji koristi tjeloglazbu. U svojim izvedbama ujedinjuje glazbu, ples i kazalište. Kao obrazovani bubnjar bio je član Jazz Tap Ensemble-a i upravo je u tom razdoblju krenuo s otkrivanjem i uporabom tjeloglazbe. Njegov kasniji rad se očituje u brojnim suradnjama sa slavnim glazbenicima. Također, održava i brojne radionice tijekom kojih sudionike upoznaje s prednostima uporabe tjeloglazbe. Dostupno na: <https://crosspulse.com/keith-terry/> (4.7.2022.)

⁷ Orff, Carl. *Hrvatska enciklopedija, mrežno izdanje*. Leksikografski zavod Miroslav Krleža, 2021. Dostupno na: <http://www.enciklopedija.hr/Natuknica.aspx?ID=45453> (27.6.2022.)

- Pucketanje prstima – najviše ga koriste jazz glazbenici kod započinjanja sa sviranjem. Kod glazbenika, plesača i gledatelja, pucketanje prstima je univerzalan način za stvaranje ritmičkih zvukova. Zbog njegove jednostavnosti se pruža mnogo prilika za stvaranje glazbe, a njegova vizualno-kinestetička komponenta je povezana s plesom. Njegov opseg boje zvuka, dinamike i tona je ograničen u usporedbi s instrumentima, ali dodaje boju vokalnoj i instrumentalnoj glazbi radije nego da se pucketanjem prstima stvara vlastiti oblik umjetnosti (Goodkin, 2002, str. 67-69).

U Orffovom pristupu postoje različiti oblici korištenja tijela kao instrumenta:

- Igre – u dječjoj kulturi diljem svijeta, pljeskanje u paru je univerzalno. Ono što se prije najviše igralo bez nadzora starijih vani, na igralištima i ulicama, danas se provodi iza zatvorenih vrata odgojno-obrazovnih ustanova, škola i sl. Neke igre uključuju do četiri osobe i kompliciranije koreografije.
- Vježbe – tapšanje, pucketanje, pljeskanje i udaranje nogama o pod se često koriste u uvježbavanju ritma. Udaranje uz pomoć tijela je način na koji se vježba čitanje ritmičkih nota (Goodkin, 2002, str. 71).

Goodkin (2002) navodi da vježbanje udaranja, odnosno sviranja po tijelu može pomoći u izgradnji vještina i razumijevanja mnogih osnovnih glazbenih elemenata, kao na primjer:

- Boja zvuka – pljeskanje može biti podijeljeno u tehnike između alta (obje ruke su ravne), bassa (spojene ruke u oblom položaju), tenora (jedna ruka u oblom položaju) i soprana (vrhovi prstiju). Za razvoj sluha za orkestraciju se mogu miješati spomenute boje zvuka.
- Vrijednosti trajanja – svaka od četiri navedene razine korištenja tijela kao instrumenta podrazumijeva razinu ugone s različitim vrijednostima trajanja. Pucketanje prstima s osminkama, pljeskanje s četvrtinkama, tapšanje sa šesnaestinkama i udaranje nogama o pod s polovinkama.
- Visina - ritmovi su vrlo vezani za specifične kombinacije visine i boje zvuka na bubnjevima i ostalim instrumentima.
- Tehnike – pljeskanje priprema djecu za sviranje na činelama, tapšanje po koljenima za razna sviranja bubnjeva, pucketanje za kastanjete, a udaranje nogama o pod za bass bubanj i pedale.
- Pjesma – pljeskanje u ritmu kao pratnja u pjevanju je često u nižim razredima. Postoji mnogo dječjih pjesama gdje se koristi tijelo kao instrument u nekim dijelovima pjesme. Neke od njih su: "Kad si sretan" i "Bingo".

- Instrumentalni ansambl – učenje obrazaca za ksilofon na koljenima se često koristi na satovima kod Orffa. Udaranje, sviranje po tijelu kao instrument se također može koristiti kao interludij u ansamblu.
- Dijelovi udaraljki - za učenje tradicionalnih dijelova na udaralkama se može koristiti. Isto tako se dijelovi koji su smišljeni za sviranje po tijelu mogu svirati na udaralkama mijenjajući različite razine boje zvuka prema različitim strukturama ansambla.
- Ritmički dijelovi – nisu toliko česti u učenju kod Orffa, ali Doug Goodkin je kod svog učenja koristio rad Keith Terry-ja i zbog toga su stvorili nekoliko pjesama samo za sviranje pomoću tijela.
- Govor – postoje dvije izrazite veze između govora i sviranja tijelom – jedna je prijenos ritma riječi u pljesak rukama, a druga je pratnja (Goodkin, 2002, str. 71).

S obzirom na razvoj glazbenih doživljaja, u Orffovom se sustavu ističe nekoliko faza:

- Faza istraživanja - odnosno otkrivanja zvukova i pokreta.
- Faza imitacije - gdje djeca razvijaju vještine ritmiziranja govorom i tijelom kao instrumentom (pucketanje, pljeskanje).
- Faza improvizacije - u kojoj se razvijaju vještine do razine da učenici sami oblikuju i kombiniraju nove glazbene obrasce i tako doprinose grupnoj aktivnosti.
- Faza stvaranja - u kojoj se kombiniraju elementi iz prethodnih faza, stvaranje malih formi kao što su teme s varijacijama, rondo ili suite (Svalina, 2010, str. 5).

Osim korištenja tijela kao instrumenta, Orffov pristup je poznat i po korištenju Orffovog instrumentarija. Gospodnetić (2015) navodi da se Orffov instrumentarij sastoji od melodijskih i ritamskih udaraljki, a razlikuju se po zvuku instrumenata. Ritamske udaraljke služe samo za izvođenje ritma, dok se pomoću melodijskih može proizvoditi i melodija. U ritamske udaraljke ubrajaju se: ručni bubanj, mali bubanj, drveni bubnjić, veliki bubanj, štapići, tam-tam, činele, tamburin, zvečka, praporci, kastanjete, razne čegrtaljke, bič, triangl, zvonca, agogo, guiro i bambusove visilice. U melodijske udaraljke ubrajamo: ksilofon, metalofon, zvona, zvončići, vibrafon, crotales, timpani i gong.

6.3. *Dalcroze Eurhythmics*

Emile Jaques-Dalcroze (1865 – 1950) bio je švicarski skladatelj i glazbeni pedagog. Studirao je glazbu u Ženevi, Parizu i Beču. Osnivač je sustava učenja i ovladavanja ritmikom pomoću koordinacije tjelesnih pokreta i glazbe to jest spoja glazbe, plesa i gimnastike. Taj sustav se naziva ritmičkom gimnastikom ili euritmikom. Tijekom rada u školskom obrazovanju uočio je

problem kod svojih učenika. Naime učenici su teorijski dio harmonije i ritma znali izvrsno ali ih nisu mogli izvesti svojim tijelom i glasom. Iz tog razloga je osmislio koncept koji se sastojao od tri elementa: euritmika, solfeggio i improvizacija (Seitz, 2005).

6.3.1. *Euritmika*

Dalcroze je smatrao da ritam ima svoj početak u prirodnom pokretu tijela. Samim time htio je da njegovi učenici usvoje ritam kroz pokrete tijela kako ne bi morali razmišljati da bi razumjeli ritam. Sam Dalcroze je rekao „da dijete glazbu mora osjećati vlastitim tijelom i pokretom. Kada pokretom, aktivno i samostalno izrazi glazbu, pripravljen je da to tjelesno iskustvo prenese u druge oblike glazbenog znanja i sposobnosti...“ (Košta i Desnica, 2013). Kao najprirodniji način kretanja kroz koji se može primijetiti ritam je hodanje. Tijekom hodanja može se utvrditi stabilan ritam te se mogu prepoznati i mijenjati mjere. Kretanje se može kombinirati s glazbom. Slušanjem glazbe tijelo počinje pokazivati sve što osjeća i čuje. Svaki pojedinac ima svoje karakteristične pokrete i drugačije doživljava glazbeno djelo pa samim time i kretanje postaju individualne (Juntunen, 2004). Pokreti se dijele na pokrete u mjestu i pokrete u prostoru, a koriste se za usvajanje i izražavanje raznih glazbenih vrsta. Pokreti u mjestu su pljeskanje, ljuljanje, okretanje, dirigiranje, klanjanje, njihanje, pričanje i pjevanje, a pokreti u prostoru su hodanje, trčanje, puzanje, skakanje, klizanje, galopiranje i preskakanje. Uz navedene vrste pokreta se povezuju i dijelovi tijela kojim se izvode. Mogu se izvoditi u visokim, srednjim ili niskim pozicijama tijela, također pokreti mogu biti zasebni ili kombinirani (Choksy, Abramson, Gillespie i Woods, 1986, navedeno u Juntunen, 2004).

6.3.1.1. *Euritmičke aktivnosti*

Euritmičke aktivnosti su kanoni, praćenje uzorka, vježbe s loptom i vježbe brzih reakcija. Vježbe je dobro započeti individualno. Potrebno je da učenik sam osjeti ritam i spozna pokrete koje će koristiti. Nakon određenog vremena učenici se ohrabruju na rad u paru ili kao dio cjeline te na tako uče kako se drugi kreću (Anderson, 2012).

Kanon se odvija tako da učitelj odsvira jedan ili više taktova i stane, a učenici ih naknadno ponavljaju pljeskanjem ili koraćanjem. Može se još izvoditi i poluprekinuti kanon, učitelj svira naglašenu dobu svakog drugog takta, i neprekinuti kanon gdje glazba neprekidno svira, a učenici ga naknadno izvode. Praćenje uzorka se odvija tako da učenici koraćaju u ritmu glazbe. Nakon što usvoje ritam učitelj u aktivnost može još uključiti različita tempa i dinamike. Učenici za vrijeme slušanja svoje koraćanje moraju prilagođavati promjenama koje se događaju u skladbi (Anderson, 2012).

Vježbe brzih reakcija se trebaju izvoditi tako da se učenici dovoljno stimuliraju, ali da ne osjete pritisak ili nesigurnost. Cilj aktivnosti je da učenici mogu prepoznati i izvesti glazbeni signal. Promjene u ritmu se moraju događati čim učenik usvoji prethodnu, ali se u isto vrijeme ne smije postići panika u razredu. Jedna od aktivnosti se izvodi tako da učitelj svira, ali se prije toga svakoj notnoj vrijednosti pridoda jedan pokret. Na primjer, kada učenici čuju četvrtinku trebaju skočiti, a na polovinku trebaju pljesnuti. Druga aktivnosti brzih reakcija je igra *Praćenje ptice*. Aktivnost se izvodi tako da učenici moraju pratiti pticu, a to mogu napraviti jedino praćenjem ritmova koje učitelj izvodi. Uz praćenje ritma može se nadodati i praćenje tonaliteta, na primjer ako je tonalitet visoki trebaju gledati ili pokazivati prema gore, ako je niski trebaju gledati ili pokazivati prema dolje (Boyarsky, 2009).

7. BAPNE metoda

BAPNE je skraćenica za biomehanički, anatomski, psihološki, neuroznanstveni i etnomuzikologijski pristup tjeloglazbi. Biomehanika proučava kretanje ljudskog tijela, anatomija se odnosi na pokrete mišića i kosti tijekom izvođenja tjeloglazbe, psihologija promatra terapijsko djelovanje tjeloglazbe na pojedinca, a etnomuzikologija se odnosi na način korištenja tjeloglazbe u različitim kulturama. Na osnivanju BAPNE metode su radili brojni psiholozi, glazbeni stručnjaci, logopedi, itd. Cilj metode je uporabom tjeloglazbe pozitivno utjecati na pamćenje, koncentraciju, motoričke sposobnosti, kreativnost i stvaranje pozitivne slike o samome sebi. S obzirom na svoj veliki raspon djelovanja ova metoda se koristi u radu s osobama koje boluju od Alzheimerove bolesti i Parkinsonove bolesti, disleksije, autizma i ADHD-a. Ono što najviše utječe na pozitivan učinak terapije je upravo spoj glazbene i plesne terapije. Jedna od aktivnosti koja se provodi u sklopu ove metode je *Ples pisanja* (Romero Naranjo i sur., 2013).

7.1. Ples pisanja

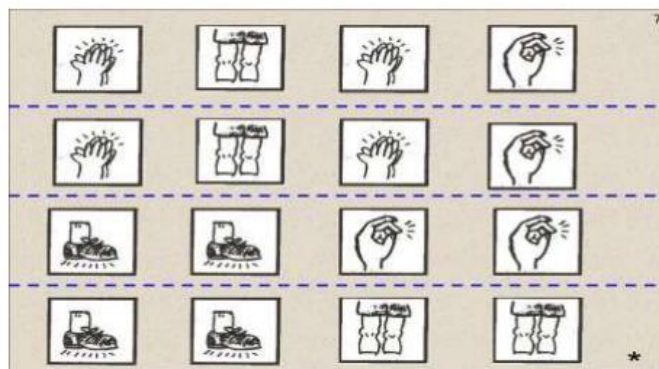
U školama se ova aktivnost može povezati s nastavom Hrvatskog jezika i Glazbene kulture. Koristi se za usvajanje slova i početnog pisanja. Učenici prvo uz skladbu plešu i izvode određene pokrete. Osnovni pokreti su kružnice, ležeće i uspravne osmice, ravne linije i uglovi. U njihovim pokretima mogu se iščitati emocije koje osjećaju. Kruti i ukočeni pokreti upućuju na manjak samopouzdanja. Nakon što su se opustili, uz učiteljev poticaj te pokrete umanjuju i prenose na neku vrstu podloge. Bitno je za učenike da imaju kontinuiran i stabilan način rada. To će im pružiti osjećaj sigurnosti i povjerenja (Oussoren, 2008).

Ples pisanja se za djecu od četiri do osam godina provodi u tri dijela:

- Pisanje ravnim pokretima – koristi se za učvršćivanje pisanja i urednost rukopisa.
- Kružni pokreti – najviše se koriste, djeca trebaju nesmetano pisati kružne pokrete uz glazbu
- Kombinacija ravnih i kružnih pokreta – njihov produkt je kvalitetno i uredno pisanje (Oussoren, 2008).

8. Tjeloglazba u nastavi Glazbene kulture

Tjeloglazba se može provoditi u svim etapama nastavnog sata Glazbene kulture. Koristi se za usvajanje i ponavljanje brojalica, pjesmica i sastavnica skladbi (Kurikulum, 2019). Prije nego što učitelj započne aktivnost, tijekom koje se koristi tjeloglazba, mora učenicima demonstrirati pokrete koje će koristiti te objasniti kako se igra provodi (Popović i Karl, 2021).



Slika 6. Primjer tjeloglazbe⁸

8.1. Glazbene igre

Prema Šulentić Begić (2016) provođenje glazbenih igri u nastavi ima mnoge prednosti. Tijekom igre se stvara opuštena atmosfera i učenici nesvjesno usvajaju nova znanja. Bitno je za naglasiti da igra mora biti prilagođena uzrastu i mogućnostima učenika.

8.2. Glazbene igre s pjevanjem

Glazbene igre s pjevanjem su stvarala školska djeca koja su se njima zabavljala, a uz njih su ih usvajala i predškolska djeca. Naklonost djece prema takvim igrama se očituje u osjećaju sigurnosti, neopterećenosti i ugone za vrijeme igranja (Blašković i Đaić, 2018). Milinović (2015) navodi da pjesme uz koje se izvode glazbene igre moraju imati sve karakteristike kvalitetne pjesme. Glazbene igre se odvijaju uz pjesme tako da uz pjevanje učenici pridodaju i pokrete. Učenici prvo moraju dobro naučiti pjesmu i zatim pridodati i pokrete (Šulentić Begić, 2016). Blašković i Đaić (2018) navode oblike u kojima se mogu izvoditi glazbene igre s pjevanjem, a to su: u kolu i krugu, igre u koloni, igre slobodnih oblika i igre mješovitih oblika. Igre s pjevanjem koje spadaju u dio glazbenog programa u prva tri razreda su: Mi smo djeca vesela, U kolu je sestrice, Ja posijah lan, Kako se što radi, Miš mi je polje popasel, Ja sam muzikaš, Na kamen sjela Ljubica, Sunce sije, kiša će (Kurikulum, 2019). Primjeri igri uz

⁸ Dostupno na: <https://www.msbrelandsmusicroom.com/1st-grade.html> (27.6. 2022.)

pjevanje koji su navedeni u daljnjem radu su preuzeti iz skripte profesorice Josipe Kraljić *Pjesmom kroz igru*.

8.2.1. *Mi smo djeca vesela*

Igra uz pjesmu *Mi smo djeca vesela* se odvija na način da učenici oforme kolo. Jedan od učenika stane u sredinu kola i pokazuje pokrete koje ostali učenici oponašaju.

SVI:

Mi smo dje-ca ve-se-la, ra-do bi se i-gra-la, al' ne zna-mo što.

Ka-ži nam ti (Na-di-ce) što će tvo-je dru-ži-ce, ka-ži nam ti (Na-di-ce) što će tvo-je

DIJETE:

dru-ži-ce. "Svi či-ni-te ka-o ja to me vr-lo za-bav-lja".

SVI:

Svi či-ni-mo ka-o-ti, to nas vr-lo ve-se-li.

The image shows a musical score for the song 'Mi smo djeca vesela'. It consists of four staves of music in 2/4 time, with a key signature of one flat (B-flat). The lyrics are written below the notes. The first staff is for 'SVI' and the second for 'DIJETE'. The third and fourth staves are also for 'SVI'. The lyrics are: 'Mi smo dje-ca ve-se-la, ra-do bi se i-gra-la, al' ne zna-mo što. Ka-ži nam ti (Na-di-ce) što će tvo-je dru-ži-ce, ka-ži nam ti (Na-di-ce) što će tvo-je dru-ži-ce. "Svi či-ni-te ka-o ja to me vr-lo za-bav-lja". Svi či-ni-mo ka-o-ti, to nas vr-lo ve-se-li.'

Slika 7. Notni zapis pjesmice *Mi smo djeca vesela* (Kraljić, 2017, str. 44)

8.2.2. *U kolu je sestrice*

Igra uz pjesmu *U kolu je sestrice* se odvija na način da se učenici kreću u krugu. Jedan od učenika stane u sredinu kruga i na zadnji ton ili pauzu pokaže neki pokret. Kada se ponavlja taj dio učenici oponašaju pokret koji je pokazan.

U ko-lu je se-stri-ca, mar-lji-va k'o pče-li-ca.

Ni-ti pi-še ni-ti ri-še, ne-go ra-di to!
(sa-mo)

The image shows a musical score for the song 'U kolu je sestrice'. It consists of two staves of music in 2/4 time, with a key signature of one flat (B-flat). The lyrics are written below the notes. The first staff is for 'SVI' and the second for 'DIJETE'. The lyrics are: 'U ko-lu je se-stri-ca, mar-lji-va k'o pče-li-ca. Ni-ti pi-še ni-ti ri-še, ne-go ra-di to! (sa-mo)'

Slika 8. Notni zapis pjesmice *U kolu je sestrice* (Kraljić, 2017, str. 29)

8.2.3. *Ja posijah lan*

Učenici na prvi dio pjesmice stoje na mjestu i u ritmu pokazuju radnju o kojoj pjevaju. Na refren se uhvate za ramena ili ruke i idu korak-dokorak udesno, a kod ponavljanja ulijevo u ritmu.



1. Ja po - si - jah lan baš na l - vanj - dan.
2. Ja is - plije - vih lan baš na l - vanj - dan.
3. Ja is - ko - pah lan baš na l - vanj - dan.
4. Ja na - mo - čih lan baš na l - vanj - dan.
5. Ja is - tu - koh lan baš na l - vanj - dan.

Ka - ra - la me, ka - ra - la me l - va - no - va maj - ka.

Slika 9. Notni zapis pjesmice *Ja posijah lan* (Kraljić, 2017, str. 35)

8.2.4. *Kako se što radi*

Djeca se nalaze u dvije vrste, jedna nasuprot drugoj. Prva vrsta pokazuje pogrešne kretnje za radnju koja se spominje, a druga negoduje i ispravlja ih pokazujući točnu radnju.



1. O - va - ko se ru - ke mi - ju o - va - ko, o - va - ko,
2. O - va - ko se ka - pa ski - da
3. O - va - ko se ra - vno sto - ji
4. O - va - ko se lije - po ska - će
5. O - va - ko se ka - put ski - da

1./5. ni - je te - ko već o - va - ko, o - va - ko, ni - je ta - ko već o - va - ko o - va - ko.

Slika 10. Notni zapis pjesmice *Kako se što radi* (Kraljić, 2017, str. 39)

8.2.5. Miš mi je polje popasel

Učenici izaberu tko će biti miš, mačka, medo, vuk i lav. Učenici igraju kolo, a izabrane životinje redom ulaze u kolo i „pojedu“ prethodnu životinju. „Pojedena“ životinja se priključuje kolu.

1. Miš mi je po - lje po - pa - sel, po - pa - sel,
 2. Do - šla je ma - čka z ma - či - či, z ma - či - či,
 3. Do - šel je me - do z me - di - či, z me - di - či,
 4. Do - šel je vu - ko z vu - či - či, z vu - či - či,
 5. Do - šel je la - vek z la - vi - či, z la - vi - či,

1. joj si ga me - ni kaj bum žel, joj si ga me - ni kaj bum žel?
 2. po - je - la mi - ša z mi - ši - či, po - je - la mi - ša z mi - ši - či.
 3. po - jel je ma - čku z ma - či - či, po - jel je ma - čku z ma - či - či.
 4. po - jel je me - du z me - di - či, po - jel je me - du z me - di - či.
 5. po - jel je vu - ka z vu - či - či, po - jel je vu - ka z vu - či - či.

Slika 11. Notni zapis *Miš mi je polje popasel* (Kraljić, 2017, str. 39)

8.2.6. Ja sam muzikaš

Učenici izabiru „svirača“ koji oponaša instrument o kojem se pjeva. Svirač stoji nasuprot skupine i na prvi dio svakog sola kreće se prema skupini, a na drugi dio sola prema natrag. Ostali učenici ga oponašaju.

Ja sam mu - zi - kaš, na ve - se - lje baš. Mi smo mu - zi - ka - ši,
 a! pri ma - snoj ka - ši. Ja zna - dem svi - rat. Mi zna - mo svi - rat.

1. Na vi - o - li - ni, na vi - o - li - ni. Ci - li, ci - li, ci - li - li,
 2. Tru - blji - cu ma - lu, tru - blji - cu ma - lu. Tra - ta ra - ta, tra - ta - ta,
 3. Fru - li - cu ma - lu, fru - li - cu ma - lu. Fi - ru li - ru, fi - ru - lu,
 4. Tam - bu - ru ma - lu, tam - bu - ru ma - lu. Dru - na, dru - na, drun, drun, drun,

1. ci - li, ci - li, ci - li - li. Ci - li, ci - li,
 2. tra - ta ra - ta, tra - ta - ta. Tra - ta ra - ta,
 3. fi - ru li - ru, fi - ru - lu. Fi - ru li - ru,
 4. dru - na, dru - na, drun, drun, drun. Dru - na, dru - na,

1. ci - li - li, ci - li, ci - li, ci - li - li.
 2. tra - ta - ta, tra - ta ra - ta, tra - ta - ta.
 3. fi - ru - lu, fi - ru li - ru, fi - ru - lu.
 4. drun, drun, drun, dru - na, dru - na, drun, drun, drun.

Slika 12. Notni zapis pjesmice *Ja sam muzikaš* (Kraljić, 2017, str. 41)

8.2.7. Na kamen sjela Ljubica

Učenici formiraju kolo. U sredini kola se nalazi učenik koji preuzima ulogu Ljubice koja čuči u plače. Uz treću kiticu Ljubici dolazi sestra koja pjeva četvrtu kiticu, a Ljubica joj odgovara. Dva učenika koja glume Ljubicu i sestricu pjevaju solo.



1. Na ka - men sje - la Lju - bi - ca, Lju - bi - ca, Lju - bi - ca, na
2. I sta - la gor - ko pla - ka - ti, pla - ka - ti, pla - ka - ti i
3. I k njoj do - la - zi ses - tri - ca, ses - tri - ca, ses - tri - ca i
4. A za - što pla - češ Lju - bi - ce, Lju - bi - ce, Lju - bi - ce a
5. Jer su - tra mo - ram o - ti - či, o - ti - či, o - ti - či jer

1. ka - men sje - la Lju - bi - ca, Lju - bi - ca.
2. sta - la gor - ko pla - ka - ti, pla - ka - ti.
3. k njoj do - la - zi ses - tri - ca, ses - tri - ca.
4. za - što pla - češ Lju - bi - ce, Lju - bi - ce?
5. su - tra mo - ram o - ti - či, o - ti - či.

Slika 13. Notni zapis pjesmice *Na kamen sjela Ljubica* (Kraljić, 2017, str. 42)

8.2.8. Sunce sija, kiša će

Učenici stoje u krugu. Na tekst „sunce sija“ ruke podižu u zrak, a na tekst „kiša će“ spuštaju ih. Na drugu frazu vrte rukom kao da kuhaju. Na tekst „meni pol“ plješću ispred sebe, a na „tebi pol“ plješću iza sebe. Na zadnju frazu okrenu se oko sebe.



Sun-ce si-je ki-ša će, ba-ba pe-če ja- ja, me-ni pol te-bi pol a za ma-mu cije-lo.

Slika 14. Notni zapis pjesmice *Sunce sija, kiša će* (Kraljić, 2017, str. 31)

8.3. Glazbene igre s ritmovima

Prema Milinović (2015) glazbene igre s ritmovima se temelje na demonstraciji i ponavljanju. Mogu se izvoditi na različite načine:

- Učitelj izvodi frazu koji učenici ponavljaju dok je u potpunosti ne usvoje.
- Svaki učenik osmisli ritamsku frazu, a ostali učenici ju ponavljaju dok ju ne usvoje.
- Učitelj postavi ritamsko pitanje, a učenik odgovara na njega.

8.3.1. *Telegraf*

Opis igre: igra *Telegraf* spada u skupinu igara s ritmovima. Učitelj/ica izvodi ritamsku frazu pokretima tijela. To može biti pljeskanje, udaranje od noge ili neki drugi pokret. Učenici ponavljaju ritamsku frazu. Nakon nekoliko primjera učenici samostalno osmišljavaju fraze i pokazuju ih drugim učenicima, a oni ju ponavljaju. Igra se može igrati u parovima ili skupinama.

Cilj igre: usvajanje, ponavljanje i osmišljavanje ritamskih fraza.

Način izvođenja: učenici sjede ili stoje ovisno o pokretima koje će izvoditi. Učitelj/ica pokazuje ritamsku frazu, a učenici ju ponavljaju. Nakon nekoliko primjera učitelj/ica učenike dijeli u parove ili grupe. Svaki učenik osmišljava svoju ritamsku frazu i demonstrira ju ostalim učenicima koji ju ponavljaju (Milinović, 2015).

8.3.2. *Ritamska igra jeke*

Opis igre: jedna osoba u razredu osmišljava ritamsku frazu i pokazuje ju drugom učeniku. Ritamska fraza se ponavlja sve dok ne dođe do zadnjeg učenika u razredu.

Cilj igre: usvajanje ritma, razvoj pamćenja, uporaba tjeloglazbe.

Način izvođenja: učitelj/ica izabire jednog učenika koji osmišljava ritamsku frazu. Nakon što je učenik osmislio ritamsku frazu demonstrira ju prvom učeniku do sebe, zatim taj učenik demonstrira ritamsku frazu sljedećem učeniku i tako dok frazu ne odsvira zadnji učenik u razredu (Šulentić Begić, 2016).

8.4. Glazbene igre uz slušanje glazbe

Glazbene igre uz slušanje glazbe mogu biti pripremljene unaprijed ili spontano osmišljene na satu. Ova vrsta igara bi se trebala izvoditi uz skladbe koje imaju izražene glazbene sastavnice (Šulentić Begić, 2016).

8.4.1. Glazbene stolice

Opis igre: stolice se postavljaju u krug tako da je jedna stolica manje od broja učenika. Učenici za vrijeme sviranja skladbe koračaju oko stolica u ritmu skladbe, a kada se skladba zaustavi učenici moraju brzo sjesti na stolac. Učenik koji nije sjedio na stolicu ispada.

Cilj igre: usvajanje ritma, usvajanje skladbe, tjelesna aktivnost.

Način izvođenja: u razredu se stolice poslože u krug. Mora biti jedna stolica manje nego što je učenika. Učitelj/ica reproducira skladbu. Za vrijeme sviranja skladbe učenici koračaju oko stolica prateći ritam skladbe, a kada učitelj/ica zaustavi skladbu brzo moraju sjesti na stolicu. Učenik koji nije sjedio ispada iz igre (Šulentić Begić, 2016).

8.4.2. Vlakić

Opis igre: učenici stoje jedan iza drugoga u koloni odnosno u „vlakiću“. Učenik koji se nalazi na početku kolone je predvoditelj kojeg kolona prati. Učenici za vrijeme hodanja u koloni slušaju skladbu i prate ritam skladbe. Ako je više učenika u razredu mogu se oformiti i dvije kolone.

Cilj izvođenja: aktivno praćenje ritma, oponašanje ritma pokretima nogu.

Način izvođenja: na početku igre učenici formiraju kolonu odnosno „vlakiću“. Prvi učenik u koloni predvodi ostale učenike za vrijeme igre. Učitelj/ica pušta skladbu. Učenici hodaju po razredu u ritmu skladbe. Zadatak učitelja/ice je upozoravati učenike na pravilno praćenje ritma (Šulentić Begić, 2016).

8.5. Glazbene igre s elementima tjeloglazbe u svijetu

Glazbene igre s elementima tjeloglazbe se mogu pronaći u kulturama širom svijeta. Tjeloglazba je svoj procvat doživjela u zadnjih nekoliko godina kada su je počeli koristiti razni stručnjaci u svim područjima znanosti, a ne samo u glazbi (Popović i Karl, 2021).

8.5.1. Igra pljeskanja – Ghana

Opis izvođenja: igra se izvodi u krugu. Učenici trebaju određeni broj puta pljesnuti svojim rukama ili s drugim učenikom. Kada učenik pljesne pogrešan broj puta ispada. Igra se dok ne ostane jedan učenik koji je pobjednik.

Cilj izvođenja: razvijanje motoričkih vještina, koncentracije i ritma.

Način izvođenja: učenici stanu u krug tako da svaki učenik nasloni dlan na dlan drugoga učenika. Zadatak je pljesnuti po određenom uzorku, a to je: 2, 4, 6, 1, 1. Učenici prvo pljesnu dva puta međusobno i zatim dva puta samostalno, zatim dva puta međusobno pa četiri puta samostalno i tako dalje po uzorku. Učenik koji pljesne krivi broj puta ispada. Igra je gotova kada ostane jedan igrač (Popović i Karl, 2021).

8.5.2. *A ram, sam, sam – Maroko*

Opis igre: učitelj/ica uz pjesmu *A ram, sam, sam* izvodi koreografiju. Svaka kitica pjesme se pjeva brže što znači da se i koreografija svaki put ubrzava. Riječi pjesme nisu zahtjevne i lako se usvajaju.

Cilj igre: razvijanje motoričkih vještina, koncentracije i ritma.

Način izvođenja: učenici se ustanu. Učitelj/ica reproducira pjesmu *A ram, sam, sam* i pokazuje koreografiju koju učenici istodobno izvode. Svakom sljedećom kiticom pjesme tempo postaje brži te se i koreografiju brže pleše (Popović i Karl, 2021).

9. Osmišljeni primjeri za izvođenje tjeloglazbe u nastavi Glazbene kulture

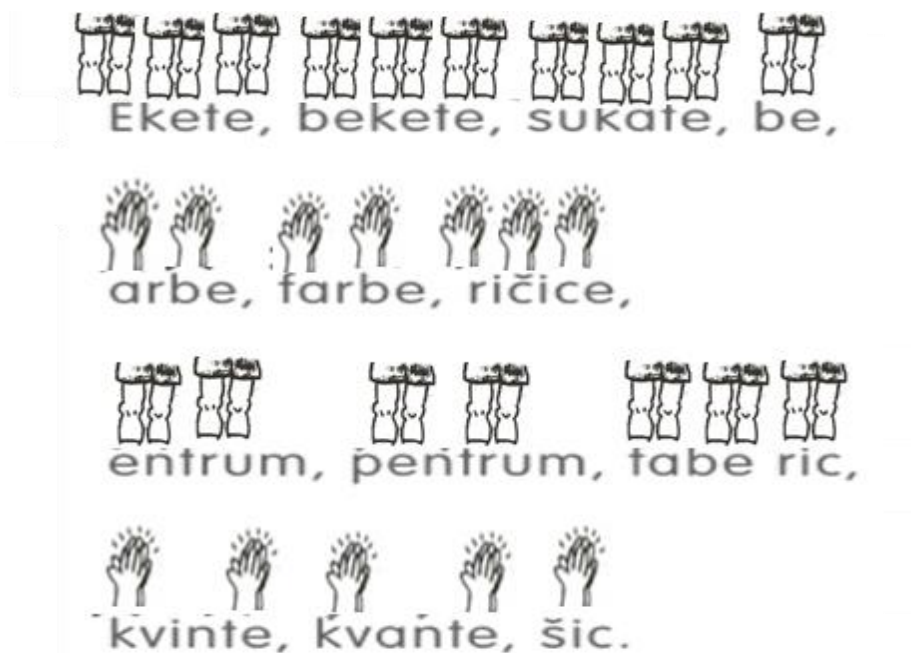
U ovom poglavlju samostalno su osmišljeni i predloženi neki primjere za izvođenje tjeloglazbe u sklopu nastave Glazbene kulture iz postojećih udžbenika za predmet. Primjeri su namijenjeni za izvođenje brojlica, pjesmica koje su preuzete iz postojećih udžbenika, a obrađuju se u prva tri razreda osnovnog obrazovanja. Primjerni upotrebe tjeloglazbe uz slušanje skladbe nisu samostalno osmišljeni već su preuzeti s internetskih izvora.

9.1. Brojalica *Ekete bekete*

Opis izvođenja: učitelj/ica upoznaje učenike s brojalicom *Ekete bekete*. Nakon što su učenici usvojili brojalicu sviraju ritam tjeloglazbom. Učitelj/ica demonstrira pokrete, a učenici je prate.

Cilj izvođenja: usvajanje brojalice *Ekete bekete*, usvajanje ritma, uporaba tjeloglazbe.

Način izvođenja: učitelj/ica najavljuje izvođenje ritma brojalice *Ekete bekete*. Učitelj/ica demonstrira pokrete koje će koristiti, a to su pljeskanje i tapšanje koljena. Naglašava da će na svaki slog prvog i trećeg stiha tapšati koljena, a na svaki slog drugog i četvrtog stiha pljeskati. Učitelj/ica skandira brojalicu i svira ritam, a učenici prate.



Slika 7. Izvođenje ritma tjeloglazbom na primjeru brojalice *Ekete bekete*⁹

⁹ Izvor: Jandrašek, V. i Ivaci, J. (2019). *Radni udžbenik Razigrani zvuci 3*. Zagreb: Školska knjiga.

9.2. Brojalica Pekar

Opis izvođenja: učitelj/ica upoznaje učenike s brojalicom *Pekar*. Nakon što su učenici usvojili brojalicu sviraju dobu tjeloglazbom. Učitelj/ica demonstrira pokrete, a učenici je prate.

Cilj izvođenja: usvajanje brojalice *Pekar*, pravilno sviranje dobe, uporaba tjeloglazbe.

Način izvođenja: učitelj/ica najavljuje sviranje dobe brojalice *Pekar* i demonstrira pokrete koje će koristiti. Dodirom ramena sviraju naglašenu dobu, a ispravljanjem ruku naglašavaju nenaglašenu dobu. Nakon što su usvojili pokrete uz skandiranje brojalice sviraju i dobu.



Slika 8. Izvođenje dobe tjeloglazbom na primjeru brojalice *Pekar*¹⁰

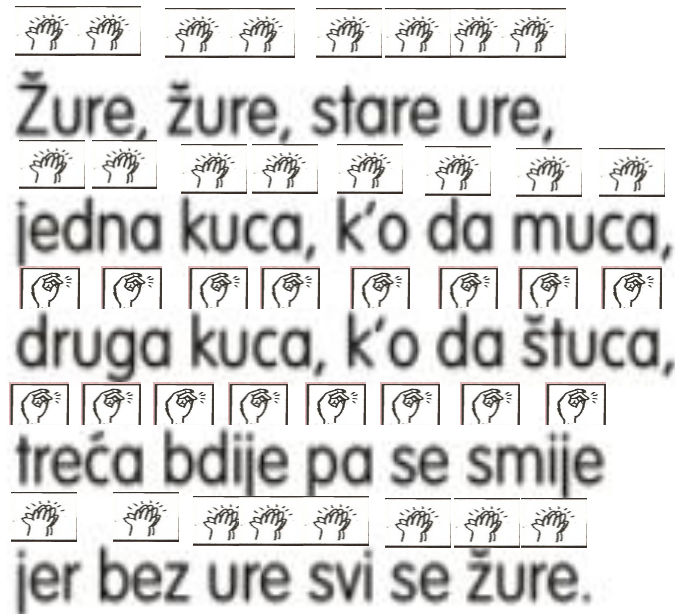
¹⁰ Izvor: Jandrašek, V. i Ivaci, J. (2019). *Radni udžbenik Razigrani zvuci 1*. Zagreb: Školska knjiga.

9.3. Brojalica Stare ure

Opis izvođenja: učitelj upoznaje učenike s brojalicom *Stare ure*. Nakon što su učenici usvojili brojalicu sviraju ritam tjeloglazbom. Učitelj/ica demonstrira pokrete, a učenici je prate.

Cilj izvođenja: usvajanje brojalice *Stare ure*, pravilno izvođenje ritma, uporaba tjeloglazbe.

Način izvođenja: učitelj/ica najavljuje izvođenje ritma brojalice *Stare ure*. Učitelj/ica demonstrira pokrete koje će koristiti, a to su pljeskanje i pucketanje prstima. Prvi, drugi i peti stih izvode pljeskanjem, a treći i četvrti pucketanjem prstiju. Učiteljica skandira brojalicu i svira ritam, a učenici ju prate.



Slika 9. Izvođenje ritma tjeloglazbom na primjeru brojalice *Stare ure*¹¹

¹¹ Izvor: Jandrašek, V. i Ivaci, J. (2019). *Radni udžbenik Razigrani zvuci 2*. Zagreb: Školska knjiga.

9.4. Pjesma Mravlja koračnica

Opis izvođenja: Nakon što su učenici usvojili pjesmicu *Mravlja koračnica* na kraju sata mogu osmisliti ples. Učenici stanu u kolonu. Za vrijeme pjevanja pjesme učenici koračaju po razredu u ritmu pjesme kao mravi, a na određene stihove dodaju još neke pokrete. Na primjer za vrijeme stiha „BOM, BOM, BOM“ na svaki bom mogu pljesnuti rukama, a kod stiha „JAKA KIŠA S NEBA LIJE“ mogu rukama oponašati padanje kiše.

Cilj izvođenja: usvajanje pjesmice, tjelesna aktivnost, uporaba tjeloglasbe.

Način izvođenja: na kraju sata učenici formiraju kolonu. Učitelj/ica pušta snimku pjesme ili ju samostalno izvodi na klaviru. Učitelj/ica i učenici pjevaju pjesmu i uz nju koračaju prateći ritam. Uz stihove „BOM, BOM, BOM“ na svaki bom pljesnu rukama, a kod stiha „JAKA KIŠA S NEBA LIJE“ rukama oponašaju padanje kiše.

Mravlja koračnica

Em Em G G

Sta - zom i - de mrav do mra - va bom, bom, bom, bom.

5 Em Em G G

Sta - zom i - de mrav do mra - va bom, bom, bom, bom.

9 G D Em H

Mrav do mra - va sta - zom stu - pa, ki - ša prije - ti sr - ce lu - pa

13 H H Em H Em H Em

br - zo u svoj dom, mrav - lji dom, to - pli dom,

18 Em Em H Em H Em

u mra-vi-njak. Lije - va, de - sna, lije - va, de - sna. Bom!

Slika 10. Notni zapis pjesmice *Mravlja koračnica*¹²

¹² Izvor: Jandrašek, V. i Ivaci, J. (2019). *Radni udžbenik Razigrani zvuci 1*. Zagreb: Školska knjiga.

9.5. Pjesma *Ha, ha, ha, ho, ho, ho*

Opis izvođenja: pjesma se izvodi uz koreografiju. Učenici formiraju kolo. Za vrijeme pjevanja mijenjaju smjer hodanja i izvode određene pokrete na slogove ha i ho.

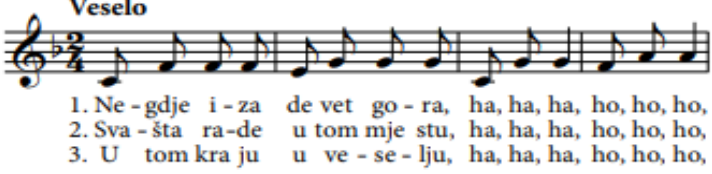
Cilj izvođenja: usvajanje pjesme, tjelesna aktivnost, uporaba tjeloglazbe.

Način izvođenja: nakon što su usvojili pjesmicu *Ha, ha, ha, ho, ho, ho* učenici formiraju kolo. Za vrijeme pjevanja prve i treće kitice hodaju u desnu stranu, a za vrijeme treće u lijevu stranu. Na drugu, četvrtu i šestu kiticu stanu i na slog ha lupaju nogama od pod, a na znak ho pucketaju prstima.

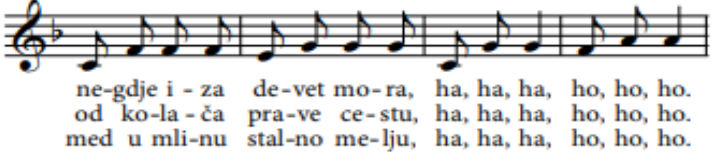
Ha, ha, ha, ho, ho, ho

Zvonko Špišić – Stjepan Jakševac

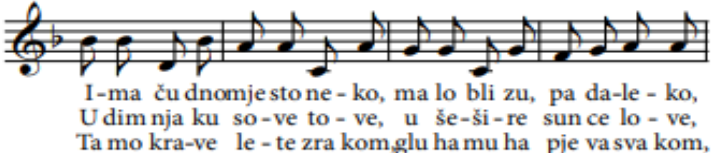
Veselo



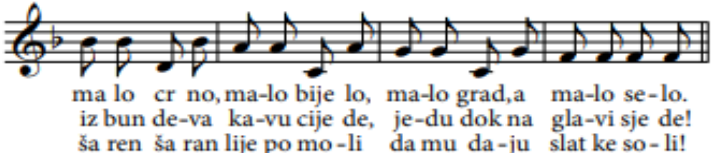
1. Ne-gdje i-za de vet go-ra, ha, ha, ha, ho, ho, ho,
2. Sva-šta ra-de u tom mje stu, ha, ha, ha, ho, ho, ho,
3. U tom kra ju u ve-se-lju, ha, ha, ha, ho, ho, ho,



ne-gdje i-za de-vet mo-ra, ha, ha, ha, ho, ho, ho.
od ko-la-ča pra-ve ce-stu, ha, ha, ha, ho, ho, ho.
med u mli-nu stal-no me-lju, ha, ha, ha, ho, ho, ho.

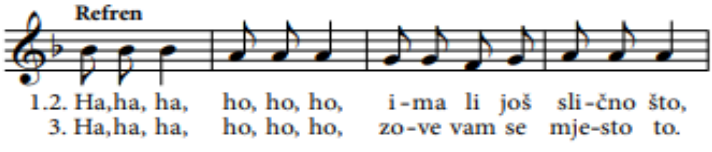


I-ma ču dnomje sto ne-ko, ma lo bli zu, pa da-le-ko,
U dim nja ku so-ve to-ve, u še-ši-re sun ce lo-ve,
Ta mo kra-ve le-te zra kom, glu ha mu ha pje va sva kom,

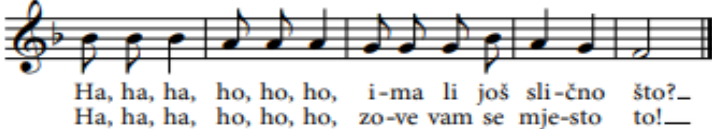


ma lo cr no, ma-lo bije lo, ma-lo grad, a ma-lo se-lo.
iz bun de-va ka-vu cij e de, je-du dok na gla-vi sje de!
ša ren ša ran lije po mo-li da mu da-ju slat ke so-li!

Refren



1.2. Ha,ha, ha, ho, ho, ho, i-ma li još sli-čno što,
3. Ha,ha, ha, ho, ho, ho, zo-ve vam se mje-sto to.



Ha, ha, ha, ho, ho, ho, i-ma li još sli-čno što?_
Ha, ha, ha, ho, ho, ho, zo-ve vam se mje-sto to!_

Slika 11. Notni zapis pjesmice *Ha, ha, ha, ho, ho, ho*¹³

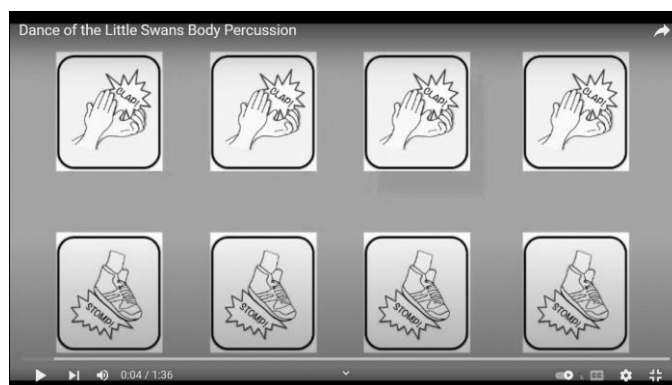
¹³ Izvor: Jandrašek, V. i Ivaci, J. (2019). *Radni udžbenik Razigrani zvuci 2*. Zagreb: Školska knjiga

9.6. Skladba *Labuđe jezero* – Petar Iljič Čajkovski

Opis izvođenja: učitelj/ica putem računala projicira videozapis s tjeloglazbom uz skladbu *Labuđe jezero*. Učenici prate pokrete s videozapisa.

Cilj izvođenja: slušanje skladbe, tjelesna aktivnost, uporaba tjeloglazbe.

Način izvođenja: učitelj/ica najavljuje izvođenje tjeloglazbe uz skladbu *Labuđe jezero*. Putem računala projicira videozapis. Učenici prate upute za izvođenje koje se pojavljuju na videozapisu.



Slika 12. Izvođenje tjeloglazbe na primjeru skladbe *Labuđe jezero*¹⁴

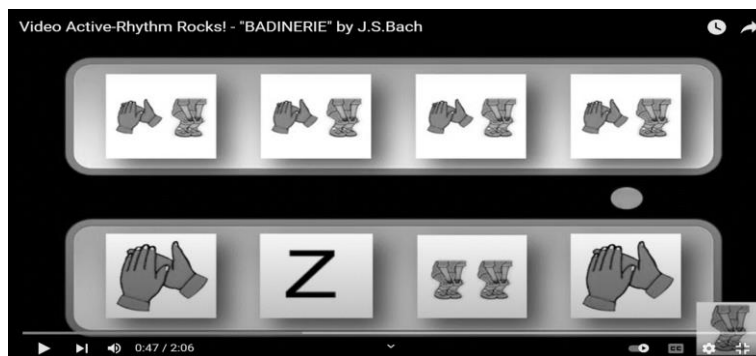
9.7. Skladba *Badinerie* – Johann Sebastian Bach

Opis izvođenja: učitelj/ica putem računala projicira videozapis s tjeloglazbom uz skladbu *Badinerie*. Učenici prate pokrete s videozapisa.

Cilj izvođenja: slušanje skladbe, tjelesna aktivnost, uporaba tjeloglazbe.

Način izvođenja: učitelj/ica najavljuje izvođenje tjeloglazbe uz skladbu *Badinerie*. Putem računala projicira videozapis. Učenici prate upute za izvođenje koje se pojavljuju na videozapisu.

¹⁴ Dostupno na: <https://www.youtube.com/watch?v=Q8HgV-29320> (24. 5. 2022.)



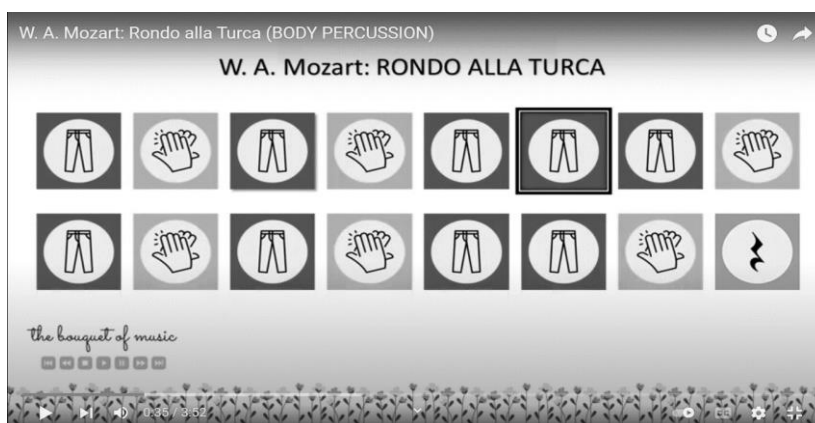
Slika 13. Izvođenje tjeloglazbe na primjeru skladbe *Badinerie*¹⁵

9.8. *Skladba Rondo alla Turca – Wolfgang Amadeus Mozart*

Opis izvođenja: učitelj/ica putem računala projicira videozapis s tjeloglazbom uz skladbu *Badinerie*. Učenici prate pokrete s videozapisa.

Cilj izvođenja: slušanje skladbe, tjelesna aktivnost, uporaba tjeloglazbe.

Način izvođenja: učitelj/ica najavljuje izvođenje tjeloglazbe uz skladbu *Badinerie*. Putem računala projicira videozapis. Učenici prate upute za izvođenje koje se pojavljuju na videozapisu.



Slika 14. Izvođenje tjeloglazbe na primjeru skladbe *Rondo alla Turca*¹⁶

¹⁵ Dostupno na: <https://www.youtube.com/watch?v=7mdQVCGx2G> (24. 5. 2022.)

¹⁶ Dostupno na: <https://www.youtube.com/watch?v=gw8FrykpCUk> (24. 5. 2022.)

10. Zaključak

Tjeloglazba je aktivnost koja je proširena u cijelom svijetu i može se pronaći u svim kulturama (Popović i Karl, 2021). Veliki utjecaj na njezino širenje i razvijanje su imali Carl Orff i Emile Jaques-Dalcroze. U Hrvatskoj je sastavni dio osnovnoškolskog obrazovanja u sklopu nastave Glazbene kulture (Kurikulum, 2019). Učitelji glazbene kulture moraju biti kompetentni za upoznavanje učenika sa svim vrstama glazbenog izričaja (Rojko, 2012). Njihovo predstavljanje glazbenih djela učenicima igra veliku ulogu u stvaranju učenikova doživljaja o glazbi. Prema Šulentić Begić (2016) upravo je igra djetetova imanentna aktivnost uz koju spontano i nesvjesno uči, a tjeloglazba je odlična aktivnost za provođenje raznih glazbenih igri. Kvaliteta tjeloglazbe se ne očituje samo u igri kroz koju dijete uči, već ima veliki utjecaj na motoričke, socijalne, psihološke i ritmičke sposobnosti (Popović i Karl, 2021). Pokreti koji karakteriziraju tjeloglazbu su pljeskanje, pucketanje prstima i lupkanje po različitim dijelovima tijela (Popović i sur., 2017). S obzirom na jednostavnost pokreta provođenje tjeloglazbe u prva tri razreda osnovnoškolskog obrazovanja je moguće i poželjno. Najčešće se koristi za usvajanje ritma, ali se može upotrijebiti i za prepoznavanje doba i tempa. Učenici se upoznaju s tjeloglazbom kroz usvajanje brojlica, pjesama, glazbenih skladbi i provođenje glazbenih igara (Kurikulum, 2019). Važno je za naglasiti i veliki utjecaj tjeloglazbe s osobama sa zdravstvenim poteškoćama u kojem se koristi BAPNE metoda. Na kraju se može zaključiti da su prednosti tjeloglazbe mnogobrojne. Neovisno o području rada i uzrastu sudionika.

Literatura

1. Ahokas, J. R. (2015). *Brain and Body Percussion: The relationship between motor and cognitive functions*. Diplomski rad. University of Jyväskylä, Finska. Dostupno na: <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/47201/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201509253265.pdf?sequence=1&isAllowed=y> (4.7.2022)
2. Anderson, W. T. (2012). The Dalcroze Approach to Music Education: Theory and Applications. *General Music Today*, 26(1), 27 - 33. Dostupno na: https://www.researchgate.net/publication/264159569_The_Dalcroze_Approach_to_Music_Education_Theory_and_Applications (4.7.2022.)
3. Blašković, J., i Đaić, T. (2018). Analiza glazbenih sastavnica igara s pjevanjem. *Školski vjesnik: časopis za pedagošku teoriju i praksu*, 67(1), 140 - 154. Dostupno na: <https://hrcak.srce.hr/213811> (4.7.2022.)
4. Boyarsky, T. (2009). Dalcroze Eurhythmics and the quick reaction exercises. *The Orff Echo*, 41(2), 15 - 19. Dostupno na: <https://terryboyarsky.files.wordpress.com/2012/08/quickreactionecho09.pdf> (4.7.2022.)
5. Campbell, D. (2005). *Mozart efekt : Primjena moći glazbe na iscjeljenje tijela, jačanje uma i oslobođenje kreativnog duha*. Čakovec: Dvostruka duga. Dostupno na: <https://www.bib.irb.hr/478180> (4.7.2022.) Dostupno na: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?> (4.7.2022.)
6. Goodkin, D. (2002). *Play, sing & dance: an introduction to Orff Schulwerk*. Miami: Schott
7. Gospodnetić, H. (2015). *Metodika glazbene kulture za rad u dječjim vrtićima*. Zagreb: Mali profesor d.o.o https://www.researchgate.net/publication/231897750_Embodiment_in_musical_knowledge_how_body_movement_facilitates_learning_within_Dalcroze_Eurhythmics (4.7.2022.)

Izjava o izvornosti diplomskog rada

8. Jandrašek, V. i Ivaci, J. (2019). *Razigrani zvuci 1*. Zagreb: Školska knjiga.
9. Jandrašek, V. i Ivaci, J. (2019). *Razigrani zvuci 2*. Zagreb: Školska knjiga.
10. Jandrašek, V. i Ivaci, J. (2019). *Razigrani zvuci 3*. Zagreb: Školska knjiga.

11. Juntunen, M. i Hyvönen, L. (2004). Embodiment in musical knowing: How body movement facilitates learning within Dalcroze Eurhythmics. *British Journal of Music Education*, 21(2), 199 - 214. Dostupno na:
12. Jurišić, G., Sam Palmić, R. (2002). *Brojalica, snažni glazbeni poticaj*. Rijeka: Adamić.
13. Košta, T. i Desnica, R. (2013). Utjecaj važnijih europskih glazbenih pedagoga na razvoj nastave glazbe u Hrvatskoj i Sloveniji u drugoj polovici 20. stoljeća. *Magistra Iadertina*, 8(1), 27 - 37. Dostupno na: <https://hrcak.srce.hr/122638> (4.7.2022)
14. Kraljić, J. (2016). *Pjesmom kroz igru*. Skripta za studente Ranog i predškolskog odgoja i obrazovanja. Sveučilište u Zagrebu, Učiteljski fakultet.
15. *Kurikulum nastavnih predmeta Glazbene kulture i Glazbene umjetnosti za osnovne škole i gimnazije* (2019). Ministarstvo znanosti i obrazovanja Republike Hrvatske. Dostupno na: https://narodne-novine.nn.hr/clanci/sluzbeni/2019_01_7_151.html (4.7.2022.)
16. Matoš, N., Čorić, A. (2018). Razine vrednovanja glazbenog djela kao izazov za kurikulum nastave glazbe. U: Bosnić, A., Hukić, N. (ur.), *Muzika u društvu, Zbornik radova Desetog međunarodnog simpozija*. Sarajevo: Muzikološko društvo BiH. 87 – 101. Dostupno na: https://www.bib.irb.hr/1016464/download/1016464.MATOS_CORIC.pdf (4.7.2022.)
17. Milinović, M. (2015). Glazbene igre s pjevanjem. *Artos*, 3, 1 - 6. Dostupno na: <https://hrcak.srce.hr/152003>
18. Orff, Carl. *Hrvatska enciklopedija, mrežno izdanje*. Leksikografski zavod Miroslav Krleža, 2021. Dostupno na: <http://www.enciklopedija.hr/Natuknica.aspx?ID=45453> (16.5.2022.)
19. Oussoren, Ragnhild A. (2008). *Ples pisanja 2. Nastavak programa Ples pisanja u radu s djecom od 4 do 8 godina*. Buševac: OSTVARENJE.
20. Oussoren, Ragnhild A. (2008). *Ples pisanja za najmlađe. Program predvježbi za djecu u dobi 3 do 5 godina*. Buševac: OSTVARENJE.
21. Peteh, M. (2007). *Zlatno doba brojalice*. Zagreb: Alineja.
22. Popović, A., & Karl, B. G. (2021). Games With Body Percussion Elements Worldwide. *Faculty of Education Josip Juraj Strossmayer University Of Osijek*, 330. Dostupno na: https://www.academia.edu/download/65600986/Intercultural_Education_2020_web_9.pdf#page=331 (4.7.2021.)

23. Popović, A., Popović, Ž. i Bogut, I. (2017). Glazbene aktivnosti u integriranoj i izvanučioničkoj nastavi prirodoslovlja. U: Ivanović, J., Borsos, É., Námesztovszki, Z. & Németh, F. (ur.) *Zbornik radova naučnih konferencija Učiteljskog fakulteta na mađarskom nastavnom jeziku 2017*. Dostupno na: <https://www.bib.irb.hr/905218> (4.7.2022.)
24. Radičević, B. i Šulentić Begić, J. (2010). Pjevanje u prvim trima razredima osnovne škole. *Život i škola, LVI* (24), 243 - 252. Dostupno na: <https://hrcak.srce.hr/63363> (4.7.2022.)
25. Rojko, P. (2012). *Metodika nastave glazbe: teorijsko-tematski aspekti*. Zagreb: Pedagoški fakultet. Dostupno na: <https://www.bib.irb.hr/566005> (4.7.2022.)
26. Romero-Naranjo, A. A., Jauset-Berrocal, J. A., Romero-Naranjo, F. J., i Liendo-Cárdenas, A. (2014). Therapeutic benefits of body percussion using the BAPNE method. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 152*, 1171 - 1177. Dostupno na: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877042814053622> (4.7.2022.)
27. Romero-Naranjo, F. J. (2013). Science & art of body percussion: a review. *Journal of Human Sport and Exercise, 8*(2), 442 - 457.
28. Seitz, Jay A. (2005). Dalcroze, the body, movement and musicality. *Psychology of Music, 33*(4), 419 - 435. Dostupno na: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0305735605056155> (4.7.2022)
29. Svalina, V. (2010). *Dječje stvaralaštvo u nastavi glazbe*. U: K. Káich (ur.). *Korszerű módszertani kihívások*. Szabadka: Magyar Tannyelvű Tanítóképző. 1 – 12.
30. Šulentić Begić, J. (2013). Kompetencije učitelja primarnoga obrazovanja za poučavanje glazbe. *Život i škola, LIX* (29), 252 - 269. Dostupno na: <https://hrcak.srce.hr/121408> (4.7.2022.)
31. Šulentić Begić, J. (2016) Glazbene igre u primarnom obrazovanju. U: *Umjetnik kao pedagog pred izazovima suvremenog odgoja i obrazovanja*. U: Jerković, B., Škojo, T. (ur.). *Osijek: Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku; Umjetnička akademija u Osijeku*, 685 - 701. Dostupno na: <https://www.bib.irb.hr/726118> (4.7.2022.)
32. Šulentić Begić, J. i Radičević, B. (2010). Pjevanje u prvim trima razredima osnovne škole. *Život i škola, 56*(24), 243 - 252. Dostupno na: <https://hrcak.srce.hr/63363> (16.05.2022.)
33. Vidulin, S. i Cingula, S. (2016) Kompetencije učitelja za razvoj pjevačkog umijeća učenika u osnovnoj školi: metodički i vokalno-tehnički aspekti. *Muzika, 20*(2), 42 - 67. Dostupno na: <https://www.bib.irb.hr/887601> (4.7.2022.)

34. Vidulin-Orbanić, S. i Terzić, V. (2011). Polazište i pristup pjevanju u općeobrazovnoj školi. *Metodički ogledi*, 18(2), 137 - 156. Dostupno na: <https://hrcak.srce.hr/82321> (4.7.2022.)

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

(vlastoručni potpis studenta)