

Narodne igre u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture

Petravić, Mateja

Master's thesis / Diplomski rad

2023

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:147:186997>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2025-01-29**

Repository / Repozitorij:

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



SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
UČITELJSKI FAKULTET
ODSJEK ZA UČITELJSKE STUDIJE

MATEJA PETRAVIĆ
NARODNE IGRE U NASTAVI TJELESNE I ZDRAVSTVENE
KULTURE
Diplomski rad

Zagreb, srpanj, 2023.

SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
UČITELJSKI FAKULTET
ODSJEK ZA UČITELJSKE STUDIJE

MATEJA PETRAVIĆ
NARODNE IGRE U NASTAVI TJELESNE I ZDRAVSTVENE
KULTURE
Diplomski rad

Mentor rada: prof. dr. sc. Ivan Prskalo

Zagreb, srpanj, 2023.

SADRŽAJ

SAŽETAK.....	
SUMMARY	
1. UVOD	1
2. POVIJESNI RAZVITAK PLESA U HRVATSKOJ	3
3. FOLKLOR	5
3.1. Etnografske zone	5
3.1.1. Panonska zona.....	6
3.1.2. Jadranska zona	6
3.1.3. Alpska zona.....	7
3.1.4. Dinarska zona.....	7
4. FORMA NARODNOG PLESA	9
4.1. Kolo	9
4.2. Tanci i drmeši	9
4.2. Ples u paru	10
4.4. Ples uz poskakivanje.....	10
5. HRVATSKI DJEČJI FOLKLOR	11
5.1. Uspavanke	12
5.2. Brojalice.....	13
5.3. Dječje igre s pjevanjem	13
5.4. Dječje pjesme	14
5.5. Dječje kolo.....	14
6. PRIMJENA NARODNOG PLESA S DJECOM MLAĐE DOBI.....	15
6.1. Odgojne svrhe.....	16
6.2. Utjecaj plesa na djecu mlađe dobi	16
6.3. Izbor folklornih sadržaja prema dobi učenika	17
6.4. Primjena plesa u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi	17
6.5. Organizacija nastave s plesnim strukturama	18
7. KURIKULUM ZA NASTAVNI PREDMET TJELESNA I ZDRAVSTVENA KULTURA.....	19
8. METODOLOGIJA ISTRAŽIVANJA	20
8.1. Cilj istraživanja.....	20
8.2. Hipoteze istraživanja	20
8.3. Uzorak istraživanja	20

8.4. Mjerni instrument	21
8.5. Prikupljanje podataka	21
8.6. Obrada podataka	22
9. REZULTATI ISTRAŽIVANJA	23
10. VERIFIKACIJA HIPOTEZA	31
11. ZAKLJUČAK	32
LITERATURA.....	34
IZJAVA O IZVORNOSTI RADA.....	36

SAŽETAK

Svaki narod ima svoju tradiciju, kulturnu baštinu i narodne običaje koje njeguje i prenosi s generacije na generaciju usmenom predajom, a njeguje kroz ples i glazbu. Narodne igre i plesovi jedni su od najznačajnijih folklornih bogatstava koje svaki narod posjeduje. Najčešće ih plešu odrasli, ali ih djeca iz znatiželje oponašaju i stvaraju svoje kreativne plesne izvedbe. Dječje narodno stvaralaštvo obuhvaća uspavanke, brojalice i rugalice, tradicijske igre i narodne pjesme i plesove. Djeca kroz narodne igre i ples stvaraju osjećaj jedinstva i međusobno se povezuju, a to im čini veliko zadovoljstvo i zabavu. Ples uvelike utječe na motorički i intelektualni razvoj djeteta, ali i na socijalne vještine. Kroz pokret i ples zadovoljene su sve potrebe djeteta, jer kroz ples i glazbu djeca imaju mogućnost kontrolirati svoj pokret, ali i spoznati sve svoje mogućnosti. U ovom radu govorit će se o narodnom plesu i njegovoj uporabi u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture. U današnjem vremenu, iznimno je važno upoznati djecu s narodnim igrama i plesovima kako hrvatska tradicija i običaji ne bi ostali zaboravljeni. Kroz rast i razvoj, u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture potrebno je kvalitetno izabrati narodne igre i plesove kojima će dijete razvijati svoju motoriku, ali i naučiti o našoj kulturi i tradiciji kroz pjesmu, ples, igru i glazbu. Najbitniju ulogu ima učitelj koji poučava, usmjerava i stvara mlade folklorashe. U radu je opisana povijest tradicijskih plesova, etnografske zone u Hrvatskoj te su detaljno opisani elementi dječjeg folklor. Cilj rada bio je prikazati koliki udio djece u urbanoj i ruralnoj sredini uopće ima iskustva s narodnim igrama i plesovima, ali i prikazati koji spol izražava veći interes za narodne igre i plesove.

KLJUČNE RIJEČI: narodni ples, folklor, dijete, škola, tradicija

SUMMARY

Every nation has its own traditions, cultural heritage and folk customs that it cherishes and transmits from generation to generation through word-of-mouth, and nurtures it through dance and music. Folk games and dances are one of the most significant folklore treasures that every nation possesses. They are most often danced by adults, but children regularly imitate them out of curiosity and create their own creative dance performances. Children's folk art includes lullabies, nursery rhymes and mocking games, traditional games and folk songs and dances. Through folk games and dance, children create a sense of unity and connect with each other, which gives them great pleasure and fun. Dancing greatly affects the motor skills and intellectual development of a child, but also social skills. Through movement and dance, all of the child's needs are met. By expressing themselves through dance and music, children have the opportunity to control their bodies, but also realize all their abilities. The subject of this paper is about folk dance and its use in Physical and Health Education classes. In today's time, it is extremely important to introduce children to folk games and dances so that Croatian traditions and customs are not forgotten. Through child's growth and development, in the Physical and Health Education classes, it is necessary to choose high-quality folk games and dances which will enable a child to develop its motor skills, but also learn about our culture and traditions through songs, dances, games and music. The most important role is played by the teacher who teaches, directs and creates young folklorists. The paper describes the history of traditional dances, ethnographic zones in Croatia with detailed analyses of the elements of children's folklore. The goal of this paper is to show how many children in urban and rural areas have experience with folk games and dances, but also to show which gender expresses a greater interest in traditional folk games and dances.

KEY WORDS: folk dance, folklore, child, school, tradition

1. UVOD

Narodne igre i plesovi su u Hrvatskoj nedovoljno istraženi, a razlog neistraženosti jest nedostatak literature i zapisa iz prošlosti. Mnoge igre i plesovi su zaboravljeni jer prijašnji naraštaji nisu zapisali svoje narodne igre i plesove. Dječje narodno stvaralaštvo jedan je od najvažnijih čimbenika u prenošenju kulture i tradicije, a jedinstvo i posebnost svakog naroda očituje se kroz njegovu povijest, kulturu i tradiciju. U Hrvatskoj, starije generacije uvijek su nastojale djeci prikazati vlastite običaje i život, ali i one prethodne koje su njih učili njihovi predci. Folklor obuhvaća ne samo ples i pjesmu, već i narodne običaje, narodne nošnje, stare riječi koje se više ne upotrebljavaju te sve životne navike koje su se ranije njegovale. U današnjici, djeca imaju mogućnost upoznati tradiciju svog podneblja, ali i drugih područja Hrvatske kroz raznolike glazbeno-plesne sadržaje koje mogu naučiti u školi, kulturno-umjetničkom društvu ali i pomoću utjecaja roditelja. Djeca imaju veliku ulogu u očuvanju naše kulture i narodnih običaja, a u djetetu se rađa ljubav prema svojoj kulturnoj baštini. Narodne običaje i plesove djeca mogu naučiti kroz narodne igre i plesove, ali i kroz razna pripovijedanja starijih ljudi koji im približuju i osvještavaju važnost tradicije i kulture za svako područje. Najveći dio folkloru čini ples, iako osim plesa i igara važan dio folkloru čine narodne nošnje i instrumenti koji se razlikuju po regijama. U prošlosti, djeca koriste instrumente iz svoje okoline, odnosno razni predmeti imali su ulogu instrumenata, na taj način djeca su sama stvarala svoje glazbeno okruženje koje je kasnije popratila pjesma s plesom. Kroz igru i ples djeci se približavala važnost pokreta koji je imao veliku ulogu u koordinaciji, socijalizaciji i razvitku fine motorike. A ono najbitnije jest da djeca ples shvaćaju kao igru koja nema natjecateljski duh, već pridonosi međusobnoj povezanosti i jedinstvu.

U hrvatskom školstvu postoje razni dokumenti poput nastavnog plana i programa, nacionalnog i školskog kurikulumu koji propisuju učenje plesnih struktura na nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture. U plesne strukture ubrajaju se razni plesovi od folkloru do valcera i suvremenog plesa. Također, učenici kroz ples imaju mogućnost improvizirati pokrete te na taj način pokazati svoje osjećaje i opustiti svoje tijelo i duh. Iako su plesne strukture propisane za predmet Tjelesna i zdravstvena kultura, nažalost su nedovoljno zastupljene. U redovitoj nastavi, izvođenje plesnih struktura, osobito folkloru svedeno je na minimum. U primarnoj edukaciji, učenici imaju mogućnost kroz razne nastavne premete susresti se s vlastitom tradicijom koja uključuje ples, pjesmu, instrumente, narodne nošnje i običaje. Preporučljivo je

u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture koristiti razne plesove koji imaju različit intenzitet. Uvodni dio sata treba sadržavati laganiji i umjereniji tempo s elementima prirodnog kretanja, dok pripremni dio sata sadržava plesove s različitim motoričkim zadacima. Plesovi s velikim intenzitetom i raznovrsnim strukturama pripadaju glavnom dijelu sata. Snižavanje intenziteta i pulsa pripada završnom dijelu sata gdje će plesovi s elementima hodanja poput šetanog kola biti odličan izbor.

Ples je nezamisliv bez pokreta, jer je ples skup pokreta s ritmičnim ponavljanjem, a pokret je promjena mjesta ili držanja. Učenicima je važno omogućiti sudjelovanje u pokretu, odnosno plesu, jer učenici najviše vremena provedu sjedeći u školskim klupama te će kroz ples pobuditi želju za kretanjem. U ovom radu biti će naglasak na dobrobiti plesa, ali i širenja narodne tradicije kroz narodne igre i običaje.

2. POVIJESNI RAZVITAK PLESA U HRVATSKOJ

Kroz povijest umjetnosti ples i igra smatraju se jednom od najstarijih umjetnosti od početka postojanja ljudi, kroz paleolitik prikazane su razne scene i plesne figure na pećinskim crtežima. Osim ljudi, „Plešu i životinje, ali samo čovjek je u stanju oblikovati ritam i pokret u svjesnu umjetničku formu.“ (Ivančan, 1971; 9). Jedan od osnovnih elemenata plesa je ritam, nalazi se u svakom ljudskom biću te određuje čovjekov život. Svaki čovjek posjeduje svoj životni ritam, od kucanja srca do samog kretanja, odnosno hodanja koje je nezamislivo bez ritma. Društveni pokreti, igre i radovi nisu zamislivi bez određenog ritma. Stoga se zaključuje da je ples usklađeno gibanje tijela u vremenu i prostoru kojim se dočarava ljudska kreativnost. Sastavni dio svakog naroda čine tradicijski, odnosno narodni plesovi.

„Povijest plesa se smatra poviješću intuitivnog života čovječanstva, ganutljiva poema ljudskih akcija, koja otkriva više od skrivenih težnji i sudbina ljudi nego legende i izvješća činjenica iz prošlosti.“ (Maletić, 2002; 8.). Na plesne značajke određenog kraja i ljudi znatno je imala utjecaj povijest, geografski položaj, klima te razni kulturni, politički i društveni uvjeti. U Hrvatskoj znatan utjecaj je imao geografski položaj, Hrvatska je zemlja koja se nalazi između Balkana i srednje i istočne Europe.

„Narodni plesovi su prvi oblici plesa, sastavni su dio običaja i obreda i ispunjavaju različite funkcije u kulturi i životu čovjeka i društva uopće. Prenosili su se s generacije na generaciju, tako da čine iznimno važnu kulturnu baštinu svakoga društva.“ (Šumanović, Filipović, Sentkiralji, 2005; 42.)

Ivančan (1971.) navodi kako su za razvitak plesa u Hrvatskoj znatan utjecaj imale migracije stanovništva u razdoblju od 15. do 20. stoljeća na našim prostorima. To je rezultiralo preuzimanjem pojedinih narodnih plesova iz drugih krajeva, odnosno pojedinci ili grupe ljudi su sa sobom nosili svoju tradiciju i narodne plesove i prilagodili ih plesno, stilski i glazbeno na novom području. Plesovi poput valcera, polke, rašpe i čardaša postali su dio tradicije miješanjem kultura i naroda. Ples je postao važan dio društvenog života u gradskim sredinama tijekom 18. i 19. stoljeća. Plesne škole nudile su poduku iz raznih plesova (menuet, polka, valcer, kvadril) koji su se plesali u gradskim salonima. Marko Bogunović stvara prve hrvatske salonske plesove pod utjecajem Ljudevita Gaja i ostalih predstavnika hrvatskog nacionalnog preporoda. Salonsko kolo bio je jedan od poznatijih plesova koji je kasnije nosio naziv Hrvatsko salonsko kolo. Kasnije, Goran Knežević rekonstruirao Hrvatsko salonsko kolo

prema zapisu Franje Kuhača i Pietra Corronellija i priređuje ga za izvedbu na sceni koju su članovi ZFA-a dr. Ivančan izveli 2000. godine u HNK – Zagreb.

U 20. stoljeću snimaju se vrijedni dokumentarni filmovi o narodnim plesovima, nošnjama i običajima koji u današnjici imaju iznimnu vrijednost. Vrednovanje folklorne baštine i čuvanju starih običaja najviše pridonosi Drugi svjetski rat te se materijali nastali u poslijeratno doba i danas koriste (Ivančan, 1966).

3. FOLKLOR

Folklor podrazumijeva stvaralaštvo koje se temelji na tradiciji neke kulturološke zajednice. Skupine ljudi ili pojedinci reproduciraju, odnosno uče folklor oponašanjem ili usmenim putem. Folklor kao pojam dolazi od engleske riječi Folklore, gdje folk označava narod ili puk, a lore nauk i znanje, a prvi ga je upotrijebio William Thoms 1846. godine u svrhu oslovljavanja stvaralaštva i tradicije neškoloovanih ljudi. (Hrvatska enciklopedija, 2023). Folklor u svom širem smislu označava narodnu tradiciju i kulturu, dok u Hrvatskoj pojam folklor povezuje se za književnost, ples, glazbu, dramski izraz i likovno stvaralaštvo. 1880-ih godina pojam folklor proširen je po Americi i Europi, ali nema u svakoj zemlji isto značenje. Među zanimljivijim folklornim izričajima izdvaja se narodni ples koji nastaje kao psihofizička, estetska i sociološka potreba čovjeka. Kroz povijest, ples je iz individualnog sadržaja prerastao u kolektivni koji izražava sklad i čovjekovu kreativnost, ali postaje kao takav originalan, duhovan i autentičan te ima umjetničku i nacionalnu vrijednost. Narodni ples ima svoj stil. Kontekst izvođenja i strukturu, pri čemu se sve tri značajke međusobno nadopunjuju i tako tvore jedinstven narodni izražaj (Knežević, 2005). Autorica Srhoj (2000) govori o narodu koji je bio u nemogućnosti izražavanja osjećaja iz dubine duše kroz poeziju te se iz tog razloga izražava i pokretom, koji se kasnije oblikuje u ples. Kasnije su se stvarale mnoge plesne forme od profinjenih do onih grubljih, gdje je svako mjesto i selo imalo svoje vlastite plesne strukture, melodije i stihove. U svakom od tih plesova mogle su se vidjeti značajke za pojedini kraj. U povijesti, najčešće se plešu obredni plesovi koji se izvode na rijekama, proplancima i raskrižjima jer je narod vjerovao kako se na ovim mjestima nalazi najveća prisutnost božanstva s ljudima. Također, plesalo se u svrhu prizivanja kiše koja pridonosi boljem urodu, ali i za tjeranje duhova. Božić i Ivanje označavali su jedne od bitnijih dana u godini te su se povodom toga izvodili plesovi. Najbitniju ulogu u prenošenju tradicije i narodnog plesa oduvijek su imala djeca koja su zbog zanimljivih dječjih igara i koraka širili tradiciju na daljnje generacije (Knežević, 2005).

3.1. Etnografske zone

Na raznovrsnost hrvatskog folklor i narodnih pjesama i igara utjecali su brojni ratovi, trgovački i vjerski pohodi i seobe. Također, u Hrvatskoj možemo vidjeti elemente nekadašnjih starosjedioca Kelta, Ilira i drugih koji su poticali iz raznih kultura. Osim

starosjedioca, kulturno bogatstvo plesa i pjesme prenosili su Romi glazbenici. Uz glazbenike, velik utjecaj na prenošenje kulturne baštine imaju i crkvene i građanske vlasti, ali i učitelji koji su u posljednjem stoljeću prenosili razne plesove koji su karakteristični za druge krajeve poput Češke, Mađarske i Austrije, koje su kasnije prerasle u domaći folklor. Hrvatska je zemlja koju obilježava mali geografski prostor s velikim folklornim i narodnim bogatstvom.

Dr. Ivan Ivančan (1971) govori kako je tražio i proučavao različita područja koja imaju zajednička obilježja prilikom razvrstavanja sakupljenih plesova. Uz usporedbe njihovih osobina, postalo je očigledno kako se granice, ne sasvim, ali u velikom dijelu približavaju onim granicama koje je naveo Milovan Gavazzi u svojoj podijeli. S obzirom na plesne i stilske karakteristike i obilježja, Hrvatska broji četiri etnografske, odnosno plesne zone: panonska, jadranska, dinarska i alpska. Svaku zonu krase specifični plesni i pjevni elementi, ali i raznolikost narodnih nošnji. Plesove kraj Jadranskog mora obilježava elegantan i sitan pokret, nasuprot tome vrlo lako možemo uočiti teška i čvrsta kola dinarskog područja i titrajuće drmeše s brzim okretima, dok panonski kraj obilježavaju rasplesana kola s bogato ukrašenim narodnim nošnjama.

3.1.1. Panonska zona

Panonskoj plesnoj zoni pripada područje istočno od Zagreba, sjeverno od Save i Dunava uključujući Pokuplje, Baniju, Pounje i Bosansku Posavinu. Plesovi panonske regije uglavnom se izvode u manjem ili većem zatvorenom kolu koje plesači povezuju prednjim ili stražnjim križni hvatom te se kreću u smjeru kazaljke na satu. Od najvažnijih stilskih osobina za panonsku plesnu zonu navodi se drmanje, odnosno vertikalno titranje tijela po čemu je ples „Drmeš“ dobio naziv (Ivančan, 1996). Plesovi, odnosno kola izvode se uz vokalnu pratnju ili kombinirano uz pratnju pjesme i svirke različitim instrumentima (Srhoj, 2000). U počecima ples su pratili solistički instrumenti poput gajdi, dvojnice, šargije i samice, kasnije u 19. stoljeću javljaju se tamburaški sastavi koji postaju omiljeni u panonskoj plesnoj zoni sve do danas.

3.1.2. Jadranska zona

Jadranskoj plesnoj zoni pripadaju svi otoci i uski obalni pojas od Rijeke do Boke kotorske, isključujući okolicu Zadra i zadarske otoke te šibensko primorje s otocima jer se na

tom području protežu elementi dinarske plesne zone. U jadranskom plesnom podeblju razlikuju se dvije vrste tradicijskih plesova s obzirom na prostorni oblik. Najčešće je to parovni ples u kojem plesači nisu uvijek jednolično raspoređeni po krugu. Također, često se može vidjeti ples u dvije nasuprotne linije, pri čemu plesači mogu plesati u linijama, stajati u mjestu ili kretati se jedni prema drugima. Ono što karakterizira ples u linijama jest da žene čine jednu, a muškarci drugu liniju (Ivančan, 1996). Plesači pri plesanju pokazuju sposobnost okretanja pojedinca te sposobnost „povremenog ukrasnog zabacivanja pete jedne ili druge noge te zatim naglo izbacivanje stopala naprijed.“ (Ivančan, 1996: 258). U plesu se ističu dvije važne osobine poput prebiranja nogama pri plesu i individualnih vrtnji. Ples rijetko prati instrumentalna pratnja, ali su se prvotno koristila tri instrumenta: mijeh, sopila i lijerica.

3.1.3. Alpska zona

Područje u Hrvatskoj koje obuhvaća alpsku zonu jest Istra, dio Gorskog Kotara, Hrvatsko zagorje, Prigorje i Međimurje, ali utjecaj alpske zone očituje se i u Podravini, Posavini, Moslavini, Pokuplju i Turopolju (Ivančan, 1996). Svakako su uočljive razlike između tako velikog područja koje ova zona obuhvaća, ali svi imaju ista glavna obilježja (Ivančan, 1971). U alpskoj zoni prevladavaju plesovi u paru, pri čemu su parovi najčešće okrenuti jedni prema drugima, ali i raspoređeni u krug plesnog prostora (Srhoj, 2000). „Smjer kretanja parova je obrnut od hoda kazaljke na satu, a istovremeno okretanje je u smjeru hoda kazaljke na satu.“ (Ivančan, 1996: 253). Kod plesa u paru iznimno se cijeni intenzivna vrtnja parova, koja glasi za jednu od najvažnijih stilskih karakteristika ovog plesnog područja. Ritmički obrasci su najčešće trodijelni ili dvodijelni, koji se odnose na valcer i polku. Također, vrlo rijetko može se čuti pjevanje uz kolo, osim uz stara obredna kola poput Jurjeva. Uz rijetkost pjevanja u kolu, Ivančan (1996) navodi kako se vrlo rijetko može vidjeti udaranje rukama po dijelovima tijela ili nogama. Glazbena pratnja nije univerzalna niti jedinstvena, već je najčešće prisutna pratnja gudačkih i puhačkih instrumenata, ali i harmonika i cimbale (Ivančan 1996).

3.1.4. Dinarska zona

Dinarsko plesno područje obuhvaća prostor južno od rijeke Save do Jadranske obale, odnosno Dalmatinsku zagoru, Liku, okolicu Zadra i pripadajuće zadarske otoke. U dinarskoj plesnoj zoni izvode se plesovi u kolu, koje s obzirom na formu može biti otvoreno i

zatvoreno, ali i više kola iz kojih se izdvaja jedan samostalan par ili potpuno plesanje u parovima iako se ples naziva kolo (Ivančan 1966). Od stilskih značajki posebno se izdvajaju visoki i snažni poskoci ili skokovi s jedne na drugu nogu ili na istoj nozi te se plesovi najčešće izvode u šestodijelnom plesnom obrascu koji se pojavljuje u dva osnovna oblika. U kolu, plesači drže prvoga do sebe za pojas s dovoljnim razmakom kako kolo ne bi bilo zbijeno. Ples se uglavnom izvodi bez glazbene pratnje te ga nazivamo nijemo kolo, a rjeđe uz glazbenu pratnju bubnja ili šargije. Šetano kolo je specifično, jer ima glazbenu pratnju, no kad krene poskakivanje, pjesma prestaje (Srhoj 2000).

4. FORMA NARODNOG PLESA

Narodni plesovi, s obzirom na glazbenu pratnju mogu se izvoditi bez pranje (nijemo kolo), uz vokalnu pratnju (pjevana kola i tanci), uz instrumentalnu pratnju i uz vokalno-instrumentalnu pratnju (drmeš i kolo). Jedna od najčešćih folklornih formi je kolo u kojem plesači slijede jedan drugoga po zamišljenom krugu, osim kola plešu se solistički plesovi, u parovima i u trojkama/četvorkama. Također, folklorni plesovi plešu se uz godišnje i životne običaje, ali i uz rad i zabavu.

4.1. Kolo

U narodnom plesu, osnovna forma je kolo koje može biti otvoreno ili zatvoreno. Kolo predstavlja kružni oblik plesa gdje plesači slijede jedan drugoga po krugu, ali predstavlja i cjelinu koja simbolizira zajednički život naroda gdje svi koji plešu su izjednačeni. Kolo je rasprostranjeno po raznim krajevima zbog svoje simbolike i karakterističnosti, ali se u svakoj regiji izvodi na svoj način. Također, kolo se povezuje i s različitim društvenim zbivanjima i godišnjim običajima. Plesom u kolu izražavali su se osjećaji i misli, kritizirao se nedavni događaj, izrugivalo se suparnicima, jer plesom i gestom je dopušteno sve izraziti, dok govorom to nije bilo dopušteno.

4.2. Tanci i drmeši

Duž cijele Jadranske obale najviše je prepoznatljiv i rasprostranjen ples tanac, no zastupljen je i u Lici i gorskim krajevima. Tanac karakterizira izmjena plesa u kolu s plesanjem u parovima ili u dva nasuprotna reda. Kod plesa u paru plesačice izvode vrlo intenzivne vrtnje i okrete (culturenet.hr, 2023).

Drmeš se izvodi u kolu koje može biti manje ili veće, ali i u parovima. Dvije plesne figure karakteriziraju izvedbu drmeša, prva se odnosi na sitne korake uz izrazito vertikalno drmanje cijeloga tijela, dok se druga odnosi na vrtnju po kružnici. U sjeverozapadnoj hrvatskoj je ples drmeš najpopularniji i najpoznatiji, izvodi se na mnogo načina i inačica te se razlikuje po lokalnom nazivu (culturenet.hr, 2023).

4.2. Ples u paru

Glavna karakteristika plesa u paru jest sklonost brzom okretanju te se ponekad izdvajaju i uočavaju u kombinaciji s kolom. U ovoj formi narodnog plesa pojavljuje se zapovjednik, odnosno „kolovođa“ koji može imati ulogu izdavanja komandi u sredini plesnog prostora ili predvodi ples kao prvi plesač. Ples u paru prostire se po cijeloj Hrvatskoj, od sjevera ka jugu, preko središnje i gorske Hrvatske (culturenet.hr, 2023).

4.4. Ples uz poskakivanje

U prošlosti se vjerovalo kako će se snažnim udaranjem o pod i visokom poskakivanju izvođača poboljšati urod raznih sjemenki i drugih plodova. Plesovi poput dučeca, starog sita i kozatuša izvodili su se u pokladno vrijeme, a danas su karakteristični za sjevernu Hrvatsku te više nemaju svoje prvotno značenje. Plesovi uz poskakivanje postaju simbol kulturnog identiteta uz ostale folklorne tradicijske plesove (culturenet.hr, 2023).

5. HRVATSKI DJEČJI FOLKLOR

Autor Knežević (2002) navodi kako u Hrvatskoj dječje tradicijsko stvaralaštvo još uvijek nije dovoljno istraženo zbog nedostatka literature. Upravo se zbog nedostatka literature može utvrditi kako se nedovoljno pažnje posvetilo dječjem tradicijskom stvaralaštvu koje nije manje bitnije od odraslog folklor. Knežević (2002) spominje kako su djeca velikim dijelom čuvari i prenositelji tradicije s koljena na koljeno na novije generacije. „Dječje tradicijsko stvaralaštvo ima sve bitne elemente predajne kulture.“ (Knežević, 2002: 7). Odrasli su imali ulogu prenošenja svojih života i običaja iz kraja djeci kao nastavljačima kulture i tradicije. Osim uz odrasle, kulturne i tradicijske običaje, djeca su učila u školi, ali su u svom slobodnom vremenu prilagodila ih prema govornim, ritmičkim i melodijskim značajkama ka svom kraju. Upravo takvo stvaralaštvo pripada dječjem jer su ih djeca prihvatila i preoblikovala, ali i očuvala do danas. Velik utjecaj na dječje igre imao je prostor, uvjeti i način života i sredina, koji su utjecali na specifičnost pojedinog prostora (Knežević, 1993).

Ples je bio sastavni dio svakog blagdana, gdje su djeca imala važnu ulogu kao najsigurnije sjemenište narodne tradicije. „Odrasli napuštaju velik dio obreda, koji nastavljaju živjeti u dječjoj igri.“ (Mikulić i sur., 2007: 456). U prošlosti, djeca jedna od drugih uče plesati na livadama, poljima i dvorištima. Osim što su plesali i zabavljali se, to je ujedno bio simbol njihove sloge i zajedništva. Djeca su uoči blagdana oblačina narodne nošnje i kao odrasli ljudi oponašala stare običaje te su za to bili nagrađivani od mještana (Mikulić i sur., 2007).

U prošlosti, dječji folklor stvarala su djeca koja su osmišljavala razne brojalice ili rugalice, ali su i odrasli stvarali za djecu uspavanke. Dječjem narodnom stvaralaštvu pribrajaju se brojalice, rugalice, uspavanke, dječje pjesme, dječje igre s pjevanjem i plesom, dječji instrumenti i narodne nošnje. Dječji folklor prožet je interesantnim i estetskim vrijednostima koja potiču kreativnost, spontanost, razigranost i maštovitost. Dijete kroz folklor razvija poštovanje i razumijevanje prema narodnoj tradiciji, ali uviđa i smisao i potrebu za čuvanjem i prenošenjem na daljnje generacije. Gortan-Carlin i sur. (2014) spominju kako se djeca u današnjici sve manje susreću s kulturnim nasljeđem u svakodnevnom životu te se iz tog razloga treba u obrazovnom sustavu potruditi približiti tradiciju i kulturno nasljeđe. Osim toga, navode kako je zadaća osnovne škole poticati učenje narodnih dječjih igara. Od odgojitelja i učitelja očekuje se znanje i interes u osmišljavanju

načina kako će djeci približiti narodnu tradiciju i folklorne plesove, koji bi djeci vratili baštinu koja im prirodno pripada. Svakako je najprimjerenije krenuti s jednostavnijim oblicima i sadržajima te ih proširivati i nadograđivati. Preporuča se obrađivati brojalice, uspavanke, šetana kola, prikazivanje starih blagdanskih običaja te razne igre s pjesmom i plesom primjerene dobi (Gortan-Carlin i sur. 2014).

Prvi dječji folklorni koreograf i pedagog je Goran Knežević, koji se ozbiljno pozabavio prikupljanjem dječjeg folklornog sadržaja. U svom folklornom radu napisao je pet knjiga, od kojih četiri su namijenjene dječjem narodnom stvaralaštvu. Knjige se sastoje od igara s pjesmom i plesom, nota pjesama i detaljnim opisima kako igrati ili plesati. Također, spominje i zadaću voditelja ili odgojitelja, ali i svih ostalih sudionika koji se bave folklorom. Jedna od glavnih zadaća jest prenijeti djeci i mladima sav folklorni sadržaj koji je ostao sačuvan kako ne bi prerastao u zaborav. Osim prenošenja pjesama, igara i plesova, odgojitelji i voditelji imaju veliku ulogu u prenošenju osjećaja i razvijanju poštovanja ka hrvatskoj narodnoj tradiciji. Svo znanje i poimanje folkloru, voditelji su dužni prenositi na istinit i cjelovit način poštivajući krajevnu i mjesnu tradiciju određenog kraja u glazbi, nošnji, igri, govoru, običaju i pokretu (Knežević, 1993). Kako bi rad bio uspješan, potrebno je odabrati sadržaj koji će djeci biti zanimljiv i buditi njihovu pozornost. Često se mogu vidjeti određene koreografije i plesovi koji nisu prilagođeni dječjem uzrastu poput drmeša i trokoraka, djeca će takve plesove otplesati stilski nepravilno. Djeca predškolskog i školskog uzrasta trebala bi plesati šetana kola i igrati razne igre s pjevanjem.

5.1. Uspavanke

Uspavanke su jednostavne popijevke u kiticama, karakterizira ih jednoličan ritam, mirnoća, nježan ugođaj, senzibilitet, emocije i osjećaji. Koristili su ih roditelji kako bi uspavali svoju djecu jer je ljubav prema djetetu poticala iskrene emocije (Knežević 2002). Djeca su imala prvi doticaj s glazbom i kulturom kroz uspavanke, koje su vrijedno stvaralaštvo odraslih, a namijenjene su djeci. Uspavanke se sastoje od jednostavnih melodijskih i tekstovnih obrazaca primjerenih dječjem uzrastu. Također, djeca su pamtila tekstove uspavanki i upotrebljavali su ih kasnije u zrelijoj dobi. Ovi navodi dokazuju da uspavanke sadrže sve elemente tradicijske kulture poput narodnih, govornih i glazbenih značajki nekog kraja i prenošenja s koljena na koljeno. Osim uspavlivanja, Gortan-Carlin i

sur. (2014) navode kako su uspavanke imale ulogu u pravilnom početku vokalne reprodukcije. Knežević (2002) spominje uspavanke Dremlje mi se i Nanaj, nanaj.

5.2. Brojalice

Brojalice su jezične umotvorine koje su nastale kao posljedica spontanog dječjeg stvaralaštva, ali postoje i autorske brojalice koje sadrže svoj duboki korijen u narodnom stvaralaštvu (Peteh, 2007). Brojalice čine sastavni dio folklora, a zbog svoje kratkoće recitiraju se na jednom tonu. Ponekad, brojalice mogu nalikovati pjesmi zbog ritma govorenja koji se postiže redosljedom riječi. „Brojalice uvode djecu u prve taktilne i brojevne avanture“ (Gortan-Carlin i sur., 2014:32). Djeca su sama stvarala govorno-ritmične igre koje su najčešće bile prirodne tematike, jer su najviše vremena provodili okruženi prirodom, stokom, biljkama i igrom na otvorenom. Peteh (2007) navodi kako ponekad tekstovi brojalica nemaju smisao, ali se u njima krije osnovna ritmička struktura koja je svojstvena gotovo svoj djeci. Djeca koriste brojalice u igri kako bi odlučili tko ispada iz igre, tko lovi i slično. „Brojalica je najelastičnije sredstvo za oblikovanje i realizaciju djetetove mašte i htijenja. To htijenje nije verbalne već muzikalne naravi.“ (Mikulić i sur., 2007: 457). Brojalice su rasprostranjene diljem svijeta i u svakoj kulturi. U Hrvatskoj autor Knežević (2002) zabilježava pregršt brojalica, od kojih mnoge imaju iracionalne riječi koje su prepoznate samo djeci i njihovoj neograničenoj mašti. „Brojalice smatram najčistijim poetskim i muzičkim stvaralaštvom djeteta.“ (Knežević, 2002, str.13). Knežević (2002) navodi primjere nekih brojalica: Eni, beni, Aj, baj, Eketete, bekete.

5.3. Dječje igre s pjevanjem

Mikulić i sur. (2007) navode kako su dječje igre s pjevanjem zanimljiv, brojan i raznovrstan oblik dječjeg stvaralaštva, koji je bio češći kod djece starije dobi, jer ima složeniju izvornu strukturu i sadržaj. Igre s pjevanjem uče se kod usvajanja novih pokreta ili igara kako bi im se olakšao rad te ubrzalo usvajanje pjesme, plesa i igre. Pri izvođenju djeca istovremeno plešu, pjevaju, kreću se i vesele u zajedništvu. Igre s pjevanjem izvodile su se uz dječju vokalnu izvedbu bez instrumentalne pratnje. Tekstovi su lako pamtljivi i jednostavni, a svaka igra s pjevanjem ima i pravila koja se primjenjuju tijekom pjevanja. Knežević (2012) govori kako su dječje igre s pjevanjem jedna od najznačajnijih narodnih umotvorina za djecu. Kroz igre s pjevanjem djeca razvijaju razne vrijednosti poput glazbenih, estetskih, kinestetičkih i društvenih. Dječje igre s pjevanjem dijele se na igre pogađanja, biranja,

imitacije i kretanja, a u njima su sudjelovala djeca u uzrastu od 7 do 12 godina (Knežević, 2012). Veći broj igara s pjevanjem djeca nauče u školi, au slobodno vrijeme se koriste njima. Djeca prilagođavaju govorne i glazbene značajke igara s pjevanjem u svom kraju (Knežević, 2002). Najpoznatiji primjeri igara s pjevanjem su: Birajmo si frajlicu i Sjedi ježo (Knežević, 2002).

5.4. Dječje pjesme

Dječje pjesme su vedrog i živahnog karaktera s jednostavnim ritmičko-melodijskim obilježjima koja se lako pamte. Teme koje se protežu u dječjim pjesmama su najčešće o ljudima, domaćim životinjama, cvijeću i predmetima iz okoline. U dječjim pjesmama vidljiv je dječji način razmišljanja i prihvaćanja stvarnosti, ali i naivnost i spontanost. Također, dječje pjesme shvaćaju realnost bez predrasuda i ograničenja. Neki od primjera dječjih pjesama su Črni kos i Proso brala (Knežević 2002).

5.5. Dječje kolo

Tradicijom plesom, odnosno folklorom djeca prenose tradiciju i kulturu na mlađe generacije. Pomisao na narodni ples zasigurno uvijek asocira na kolo, a ona se razlikuju ovisno o prigodi, načinu i području u Hrvatskoj. Neki od primjera i vrsta kola su: bunjevačko, slavonsko, ražanačko, gluvo, šetano, čučavo, ličko, vuzmeno, svadbena, šokačko i dr. Za vrijeme blagdana ili prigoda, djeca su rado imitirala odrasle i plesala pored odraslih spontano dječje kolo koje je najčešće bilo popraćeno uz igre s pjevanjem. Takvo dječje kolo nije pripadalo određenoj regiji, već je bilo spontano i maštovito baš kao i djeca. U Slavoniji, dječja kola nastaju po uzoru na odrasla kola u kojima sudjeluje neodređen broj djece. Formacija kruga sa ispruženim rukama bila je karakteristična za dječje kolo, ali isto tako hvat je bio „slavonski“ s naprijed prekrivenim rukama na način da lijeva ruka ide ispod desne ruke. Također, kolo je vrlo lako postalo i zmijoliko kretanje, dvoje djece raskida kolo te desno dijete predvodi kolonu i kreće se prostorom običnim koračanjem (Knežević 2002).

6. PRIMJENA NARODNOG PLESA S DJECOM MLAĐE DOBI

Jedna od najprimjerenijih aktivnosti za rad s djecom predškolske i školske dobi jest ples, koji pozitivno utječe na razvoj osjećaja za ritam i kretanje, motoričkih sposobnosti te niz drugih sposobnosti (Horvatin-Fučkar, Tkalčić i Jerković, 2004). Opće zadaće tjelesne i zdravstvene kulture u predškolskoj i školskoj dobi trebaju zadovoljiti djetetovu potrebu za igrom, poticati suradničko učenje, stvoriti uvjete za slobodu i autonomiju djeteta, poticati zdrav način života i stvoriti zdrave navike te osigurati uvjete za skladan rast i razvoj djeteta i sretno djetinjstvo (Findak, 1995).

„Preduvjet da bi plesni sadržaj ostvario ove zadaće je poštivanje metodičkih načela, prilagodba plesne građe prosječnim dobnim, psihofizičkim značajkama skupine te poticanje individualizacije.“ (Mikulić i sur., 2007: 457).

„U plesu postoji nekoliko obrazovnih ciljeva plesnih struktura: razvijati kod djece estetsku kulturu pokreta u svim njegovim dijelovima, razvijati lijepo držanje, prostornu orijentaciju te razvijati glazbene izraze: mjeru i ritam.“ (Vidović-Schreiber, Kovačević i Malada, 2020: 4456).

Prema Cetinić, Vidaković Samaržija (2014) osnovu plesnih struktura obuhvaćaju prirodni oblici kretanja poput trčanja, hodanja, poskoka, skokova, mahanja, zamaha, vježbe ravnoteže, napetost i opuštanje i pokreti slobodne imitacije. Stoga je za ples potrebno posjedovati razvijen ritam, koji se razvija već u predškolskoj dobi s učenjem brojalica. Kasnije se pomoću naučenih brojalica formira ritam te nakon razvita ritma slijede igre s pjevanjem, a na kraju i jednostavnije i prilagođene plesne strukture (Mikulić i sur., 2007).

Prema autoru Kneževiću (2005) primjena narodnih plesova u dječjem i mladenačkom uzrastu u urbanim sredinama predstavlja višeslojnu i interdisciplinarnu djelatnost gdje se prožimaju etnološke, društvene, pedagoške i scenske spoznaje. Narodni plesovi uvježbavaju se iz više razloga poput zabave i rekreacije, učenja u pedagoškim ustanovama i scenskog nastupa, svaki od razloga zahtijeva posebno vođenje i pristup (Knežević, 2005). Kako bi učitelj prenio izvorni narodni ples ili s plesnog zapisa, prvenstveno mora osobno ovladati plesom i uočiti sva stilska obilježja i značajke strukture narodnog plesa. Takav pothvat zahtijeva znanje, odgovornost i stručnost kako bi se razvio proces prenošenja i vježbanja s određenom skupinom kako se ne bi dogodio plesni falsifikat. Učiteljima se preporuča učiti

djecu plesu kada su opušteni kako bi mogli tijelom i duhom sudjelovati, jer ples stvara zadovoljstvo, a nikako obavezu. Također, potrebno je upotrebljavati primijenjena pedagoška načela, lagano i postupno uvježbavati određene plesne strukture, a kasnije estetski oblikovati pokrete tijela. Uz sve navedeno, djecu treba poticati na individualnu plesnu kreaciju koja je u narodnom plesu posljedica emotivnog doživljaja pojedinca (Knežević, 2005).

6.1. Odgojne svrhe

Ljerka Srhoj (2000) tumači primjenu plesa u odgojne svrhe te kako se odgojno može djelovati u više različitih pravaca. Prema nacionalnom odgoju, narodni ples nosi narodno obilježje koje potiče svijest i učenje vlastite kulture. Osim vlastite, razvija osjećaj i toleranciju prema tuđim kulturama. Iako ima duboki trag i korijen u prošlosti, sadržava sadašnjost i budućnost. Ples osim nacionalnosti, ispunjava i sve socijalne i odgojne zadaće te tako stvara osjećaj zajedništva i ugodno raspoloženje. Najbolji primjer usklađenosti i izjednačenja vidimo kod ljudi u kolu gdje se pojedinac stapa s ostatkom i nesvjesno odgaja u plesača. Estetska ljepota i svijest razvija se bogatstvom i ljepotom pokreta i kretanja, koji nude pregršt mogućnosti za razvoj osjećaja ka lijepom. Uz sve navedene prednosti preostaje zajednički cilj svih tjelesnih aktivnosti, a to je utjecati na zdrave navike i antropološki status pri čemu plesne strukture imaju velik doprinos i značaj kod djece i mladih. Potvrđeno je znanstvenim istraživanjima kako se zdravlje promiče kroz ples (Srhoj, 2000).

6.2. Utjecaj plesa na djecu mlađe dobi

Djeca posjeduju određene dispozicije za razvoj glazbenih sposobnosti od rođenja, ali njihov razvitak uvelike ovisi o okruženju i njihovoj vlastitoj aktivnosti kroz odrastanje. Glazba nosi veliku ulogu u stvaranju ugodne atmosfere što ima znatan utjecaj za djetetov razvoj, pri čemu je od velike važnosti već od prve godine pa sve do školskog uzrasta omogućiti djetetu susret s glazbom kako bi ona postala njegova svakodnevnica i sastavni dio života (Marić, Goran, 2013). Autorice Marić i Goran (2013) navode kako je potrebno djeci svakodnevno pjevati jednostavne dječje pjesme i upoznavati ih s ritmiziranim jednostavnim tekstovima poput tapšalica, brojlica i drugih zabavljica. Ukoliko dijete pokazuje interes ka glazbi, pokazat će i želju za sudjelovanjem u zvukovnom obogaćivanju svoje okoline pjevanjem i glazbenim igrama.

Glazba i ples imaju velik utjecaj na mnoga razvojna područja u ranom djetinjstvu, autorice Goran i Marić (2013) navode neke od mogućih utjecaja: intelektualni, emocionalni, socijalni i tjelesni razvoj. Dijete koristi igru riječima na melodičan način koja potiče razvitak govora, obogaćuje rječnik te ima ulogu u poticanju pamćenja, mišljenja i pozornosti. Glazba i ples pobuđuju radost kod djece i izazivaju njihov interes i znatiželju, ali glazba djeluje i smirujuće. Dijete pomoću glazbe i plesa može uspostaviti socijalni kontakt s odraslima, ali i s vršnjacima, jer u plesu i zajedničkim pjevanjem svi sudionici su uključeni, čak i oni koji nisu socijalno vješti. Osim socijalnih i govornih vještina, jednako važne su i motoričke vještine. Plesanjem i pokretom uz glazbu razvija se koordinacija te fina motorika uz uporabu jednostavnih instrumenata.

6.3. Izbor folklornih sadržaja prema dobi učenika

Knežević (2005) govori kako je biranje primjerenog tradicijskog plesa prema prosječnim sposobnostima grupe jedno od temeljnih načela plesne prakse. Odabirom primjerenog sadržaja, djeca uspijevaju savladati plesnu građu i ne gube interes ka plesu i folkloru. Primjenom određenih vježbi, procjenjuje se plesna i fizička spremnost i mogućnost djece prije plesa. Osim tjelesnih sposobnosti, trebaju se uvažiti estetski i etnološki interesi. Neprimjerenost je djecu školskog uzrasta podučavati arhaičnim kolima koja odišu predanošću s ozbiljnim sadržajem i zahtijevaju ozbiljnog muškarca u glavnoj ulozi. „Urođeno držanje i gracioznost pokreta visokih djevojaka i momaka iz Dalmacije prilikom izvođenja čak i jednostavnih plesnih struktura izgledala bi neukusno u dječjoj izvedbi bez obzira na to što će možda djeca ovladati plesnim korakom. Takvih primjera ima mnogo i valjalo bi ih prepoznati i izbjegavati.“ (Knežević, 2005, str. 18).

6.4. Primjena plesa u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi

Najbitniji kriterij pri odabiru vježbi je da sve vježbe i zadaci budu primjereni dobi učenika, pri čemu većina učenika može izvesti vježbu, a manjina koja slabije savladava uklapa se u izvedbu. Učenicima treba omogućiti njihovu kreativnost i samostalno stvaralaštvo umjesto zahtijevanja stogob oblika kretanja (Findak, 1996).

„U kojem će se dijelu sata primijeniti plesovi, zavisi prije svega od dobi učenika i karaktera plesa. Dijelove plesa, odnosno živahan, dinamičan ples mogu se primijeniti u

uvodnom i glavnom dijelu sata. Ako se pak ples, odnosno dijelovi plesa odlikuju polaganim hodom, šetnjom, primijenit će se u završnom dijelu sata. Plesovi se najčešće izvode tako da istodobno plešu svi učenici, ali mogu se izvoditi i po skupinama.“ (Findak, 1996, str 152).

U Tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi, plesne strukture provode se u različitim organizacijskim oblicima rada, ali mogu se provesti i na malim stankama, priredbama i u izvannastavnim i izvanškolskim aktivnostima. Također, plesne aktivnosti moguće je provesti u različitim dijelovima sata na Tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi. Jednostavne plesne strukture mogu se izvoditi u uvodnom dijelu sata uz glazbu, dok se za pripremni dio sata mogu dodati pomagala. Obrada određenih elemenata i njihovo uvježbavanje i usavršavanje pripadaju glavnom dijelu sata, dok se u završnom dijelu koriste jednostavni koraci kako bi se tijelo opustilo (Šurmanović, Filipović, Sentkiralji, 2005).

6.5. Organizacija nastave s plesnim strukturama

Iako se u današnjici narodne igre i plesovi najčešće uče u kulturnim umjetničkim društvima, učitelj ima veliku ulogu pri donošenju narodnih i tradicijskih plesova u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture. Učitelj je glavni motivator i uzor koji organizira, artikulira i ostvaruje interese i zahtjeve učenika. „Vrlo je važno omogućiti svakom djetetu sudjelovanje, bez obzira na njegove predispozicije, imati jednake kriterije prema svim članovima, a sam biti primjer uzornog i odgovornog ponašanja. Pravednim, dosljednim i upornim radom voditelj će najbolje motivirati društvene i stvaralačke potencijale članova.“ (Knežević, 2005, str. 17).

7. KURIKULUM ZA NASTAVNI PREDMET TJELESNA I ZDRAVSTVENA KULTURA

U primarnoj edukaciji planom i programom za Tjelesnu i zdravstvenu kulturu predviđena je cjelina plesne strukture. Primjenom plesnih struktura u nižim razredima osnovne škole utječe se na morfološki razvoj, ispravno držanje tijela, ali i na razvoj motoričkih sposobnosti poput ravnoteže, snage, brzine, preciznosti i koordinacije. Plesne strukture također utiču na pravilan rad tjelesnih funkcija kao što je kardiovaskularni i respiratorni sustav. Osim zdravstvenih i razvojnih funkcija, plesne strukture iznimno su važne pri razvitku estetske kulture pokreta pri čemu se povezuju raznolika gibanja koji sadrže elemente glazbenog izražavanja (Šumanović, Filipović, Sentkiralji, 2005).

Pojam narodnog plesa u predmetu Tjelesna i zdravstvena kultura pojavljuje se prvi put u odgojno-obrazovnom ishodu *OŠ TZK A.3.3. Izvodi ritmičke i plesne strukture* za treći razred, gdje se spominje sadržaj za ostvarivanje ishoda: narodni plesovi zavičajnog područja, dječji plesovi i ritmičke strukture. Osim trećeg razreda, folklorni ples zastupljen je i u četvrtom razredu kod ishoda *OŠ TZK A.4.2. Prepoznaje i izvodi ritmičke i plesne strukture u jednostavnim koreografijama*, koji je opisan kroz raznovrsne ritmičke strukture, dječji folklorni plesovi i suvremeni ples kao sadržaj za ostvarivanje odgojno-obrazovnog ishoda. Iz ishoda se može uočiti kako se u četvrtom razredu nadograđuju i proširuju plesne strukture povezivanjem u jednu cjelinu koja se naziva koreografija, ali uključuje i sudjelovanje u osmišljavanju vlastite koreografije (Ministarstvo znanosti i obrazovanja, 2019). Činjenica koja rastužuje jest da se u prvom i drugom razredu uopće ne spominje folklor i narodni ples, a zastupljenost u trećem i četvrtom razredu je minimalna.

8. METODOLOGIJA ISTRAŽIVANJA

8.1. Cilj istraživanja

Cilj istraživanja bio je analizirati i otkriti stavove učenika o narodnim igrama u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture u ruralnoj i urbanoj sredini.

8.2. Hipoteze istraživanja

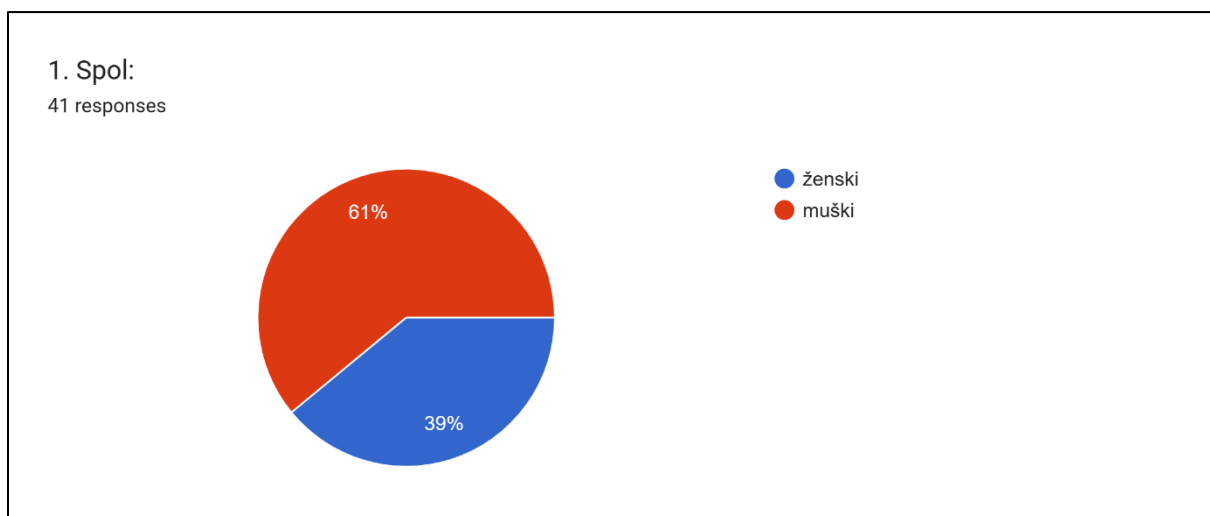
Postavljene su sljedeće istraživačke hipoteze:

H 1. : Učenici ruralne sredine imaju više iskustva s narodnim igrama i plesovima u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture.

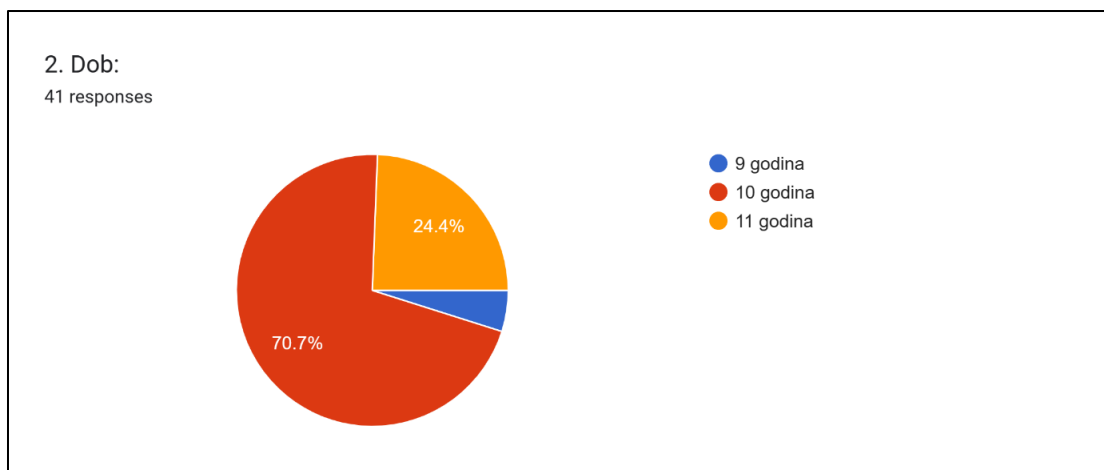
H 2. : Učenice ženskog spola, bez obzira na mjesto prebivališta, pokazuju veći interes za učenjem narodnih igara i plesova u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture.

8.3. Uzorak istraživanja

U istraživanju je sudjelovao 41 ispitanik, odnosno 41 učenik četvrtog razreda iz dvije osnovne škole, od čega je 16 djevojčica i 25 dječaka. U dobi od 9, 10 i 11 godina, najveći udio učenika ima 10 godina (70,7%), zatim 24,4% ispitanika ima 11 godina, a 4,9% uzrast je od 9 godina. Jedna škola nalazi se u urbanoj sredini i broji 18 ispitanika, dok se druga škola nalazi u ruralnoj sredini i broji 23 ispitanika.



Slika 1. Raspodjela spola ispitanika



Slika 2. Raspodjela dobi ispitanika

8.4. Mjerni instrument

Mjerni instrument istraživanja bio je anketni upitnik koji je napravljen pomoću Google Forms obrasca. Anketni upitnik sastoji se od dva dijela. Prvi dio upitnika sadrži sociodemografska obilježja: spol, dob, mjesto školovanja i članstvo/iskustvo u Kulturno-umjetničkom društvu. Drugi dio anketnog upitnika sastoji se od 8 tvrdnji pozitivnog i negativnog stava. Svoje slaganje ili neslaganje s tvrdnjom ispitanici označavaju na skali Likertova tipa. Skala ima pet stupnjeva pri čemu je 5-u potpunosti se slažem, 4-uglavnom se slažem, 3-niti se slažem niti se ne slažem, 2-uglavnom se ne slažem i 1-uopće se ne slažem.

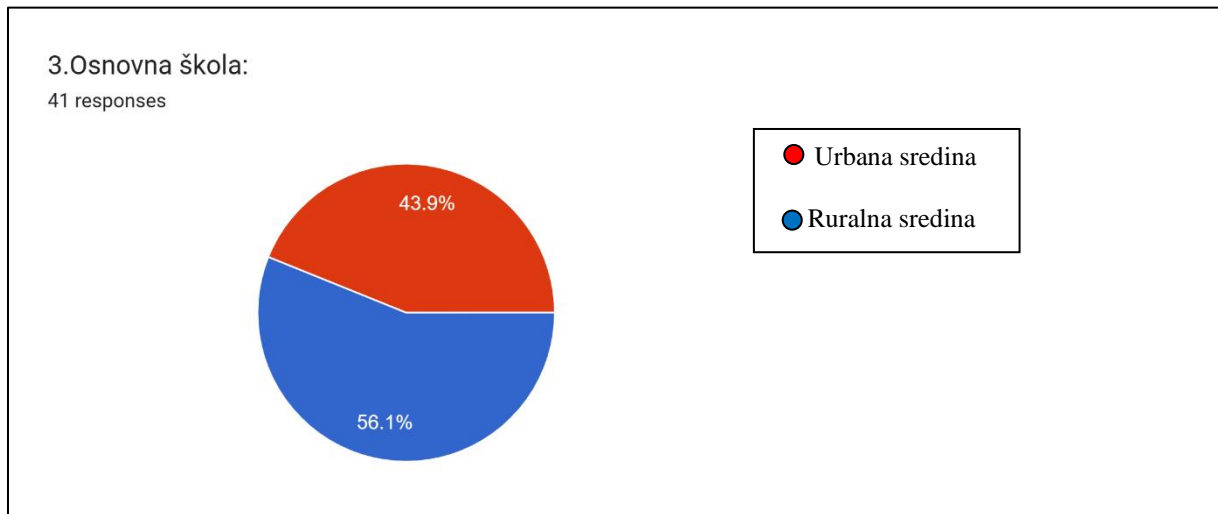
8.5. Prikupljanje podataka

Istraživanje „Narodne igre u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture“ provedeno je online u travnju 2023. godine preko Google Forms obrasca. Na početku upitnika navedene su najbitnije informacije: da je pristup anketnom upitniku u potpunosti uz suglasnost roditelja anonimna i dobrovoljna te da će se prikupljeni podaci koristiti isključivo za potrebe izrade ovog rada. Vrijeme koje je bilo potrebno za ispunjavanje ovog upitnika je 5 minuta.

8.6. Obrada podataka

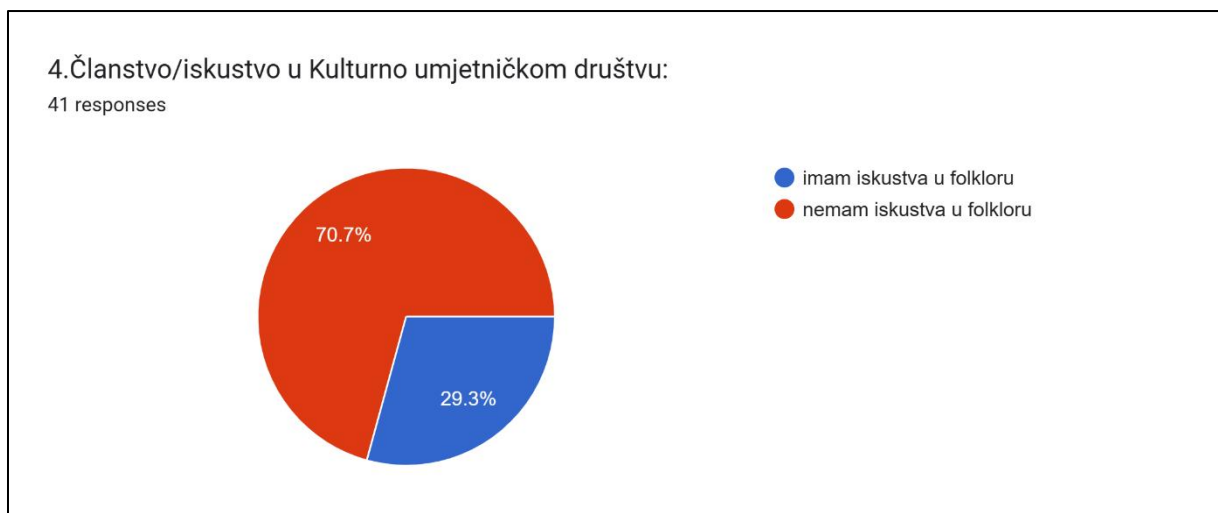
Nakon dobivenih rezultata anketnog upitnika, razmotreno je i sagledano svako pitanje ponaosob. Rezultati su obrađeni pomoću T-testa u Microsoft Excel i Google Forms programu te grafički prikazani.

9. REZULTATI ISTRAŽIVANJA



Slika 3. Raspodjela ispitanika s obzirom na mjesto stanovanja i pohađanja osnovne škole

Iz priloženog grafa možemo zaključiti da najveći broj ispitanika, od njih 41 koji su sudjelovali u istraživanju, pohađa osnovnu školu u ruralnoj sredini. (Slika 3). To čini postotak od 56,1%, a brojčano se radi o 23 ispitanika. Ostatak ispitanika stanuje i pohađa osnovnu školu u urbanoj sredini, odnosno 43,9 %, što čini 18 ispitanika.

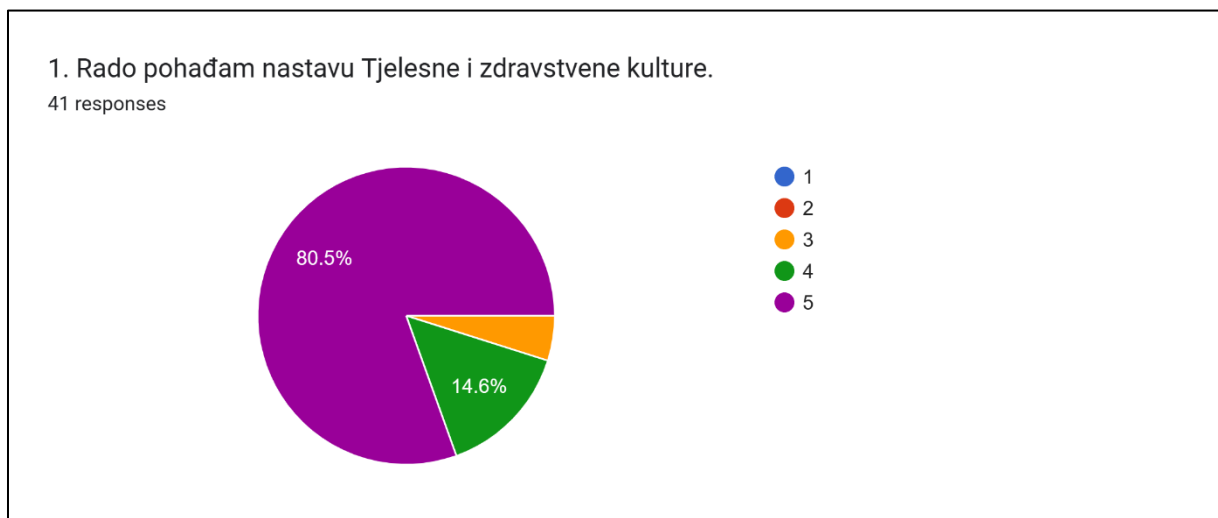


Slika 4. Raspodjela ispitanika s obzirom na članstvo/iskustvo u Kulturno-umjetničkom društvu

Veći postotak ispitanika nije nikada bio član u Kulturno-umjetničkom društvu, odnosno 29 (70,7%) ispitanika izrazilo je neiskustvo s folklorom, dok manji broj ispitanika od 29,3% ,

odnosno 12 učenika označuje kako imaju iskustva s folklorom, sadašnji su ili prošli članovi u Kulturno-umjetničkom društvu (Slika 4).

Drugi dio anketnog upitnika sadržavao je 8 pitanja na koja su ispitanici odgovarali slaganjem ili ne slaganjem. Svoje slaganje ili neslaganje s tvrdnjom ispitanici označavaju na skali Likertova tipa. Skala ima pet stupnjeva pri čemu je 5-u potpunosti se slažem, 4-uglavnom se slažem, 3-niti se slažem niti se ne slažem, 2-uglavnom se ne slažem i 1-uopće se ne slažem.

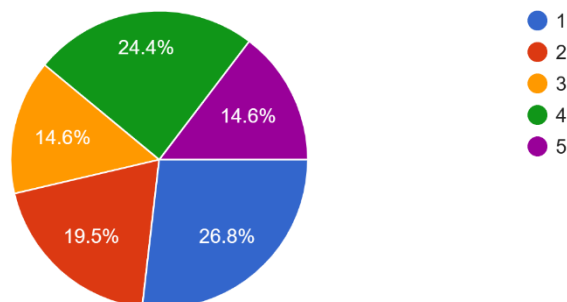


Slika 5: Pohađanje nastave Tjelesne i zdravstvene kulture

Prva tvrdnja u drugom dijelu anketnog upitnika odnosilo se na pohađanje nastave Tjelesne i zdravstvene kulture. Ono što se sa sigurnošću može zaključiti je kako učenici četvrtih razreda osnovne škole, bez obzira koju školu pohađaju, vole i rado pohađaju nastavu Tjelesne i zdravstvene kulture. Čak 33 ispitanika što je 80,5 %, označava tvrdnju s 5, odnosno da se u potpunosti slažu s tvrdnjom „Rado pohađam nastavu Tjelesne i zdravstvene kulture“. 6 ispitanika, odnosno 14.6% označilo je tvrdnju s 4 (uglavnom se slažem) i 2 ispitanika (4,9%) označila su tvrdnju s 3 (niti se slažem, niti se ne slažem). Učenici osnovne škole ne izražavaju nezadovoljstvo pohađanja nastave Tjelesne i zdravstvene kulture. Zadovoljstvo pohađanja nastave ima mnoge prednosti, od učenikovog osjećaja radosti sve do motoričkih i zdravstvenih razloga. Uloga učitelja je izuzetno važna u kvaliteti izvedbe nastave, a u konačnici i učenikova osjećaja zadovoljstva.

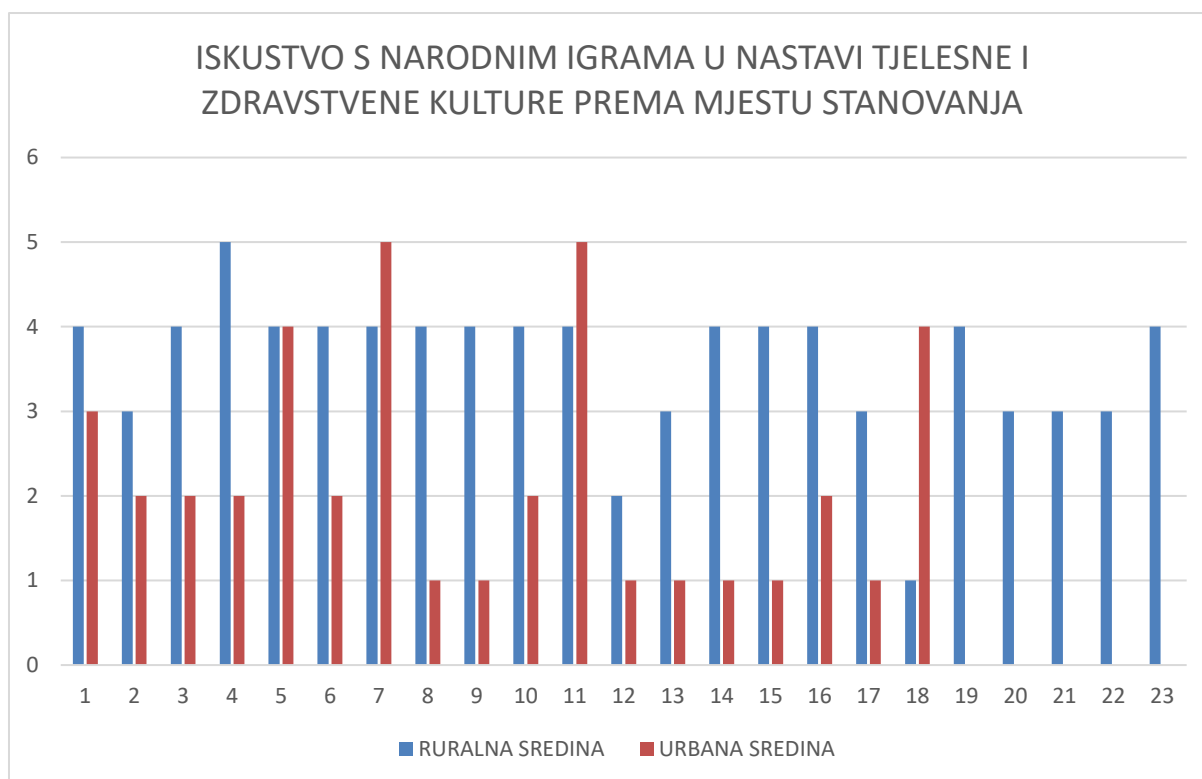
2. Upoznat/a sam s narodnim igrama/folklorom u Hrvatskoj.

41 responses



Slika 6: Poznavanje narodnih igara i plesova u Hrvatskoj.

Ispitanici su na drugu tvrdnju koja se odnosi na poznavanje hrvatskog folklor i narodnih igara i plesova odgovorili veoma raznoliko. Ono što se može zaključiti iz prikazanog grafa (Slika 5) je da najveći postotak ispitanika 26.8% što čini 11 ispitanik ne poznaje hrvatski folklor i narodne igre. Samo jedan ispitanik manje (10 ispitanika) u postotku od 24,4%, označava tvrdnju s 4 te time izražava kako je uglavnom upoznat s hrvatskim folklorom i narodnim igrama. Ispitanici koji se potpuno slažu s tvrdnjom su u podjednakom postotku kao i ispitanici koji su tvrdnju označili s 3, niti se slažem, niti se ne slažem, a to iznosi 14.6%, odnosno 6 ispitanika u kategoriji niti se slažem, niti se ne slažem i 6 ispitanika koji su u potpunosti upoznati s hrvatskim folklorom i narodnim igrama. 19,5% od ukupnog broja ispitanika uglavnom se ne slaže s navedenom tvrdnjom, a to je 8 ispitanika koji su označili pitanje s 2. Prema kurikulumu za nastavni predmet Tjelesna i zdravstvena kultura, učenici četvrtog razreda trebali bi poznavati određene plesne strukture koje pripadaju narodnom plesu, a iz ovog grafa možemo jasno uočiti kako najveći postotak ispitanika uopće ne poznaje narodne igre i plesove u Hrvatskoj.



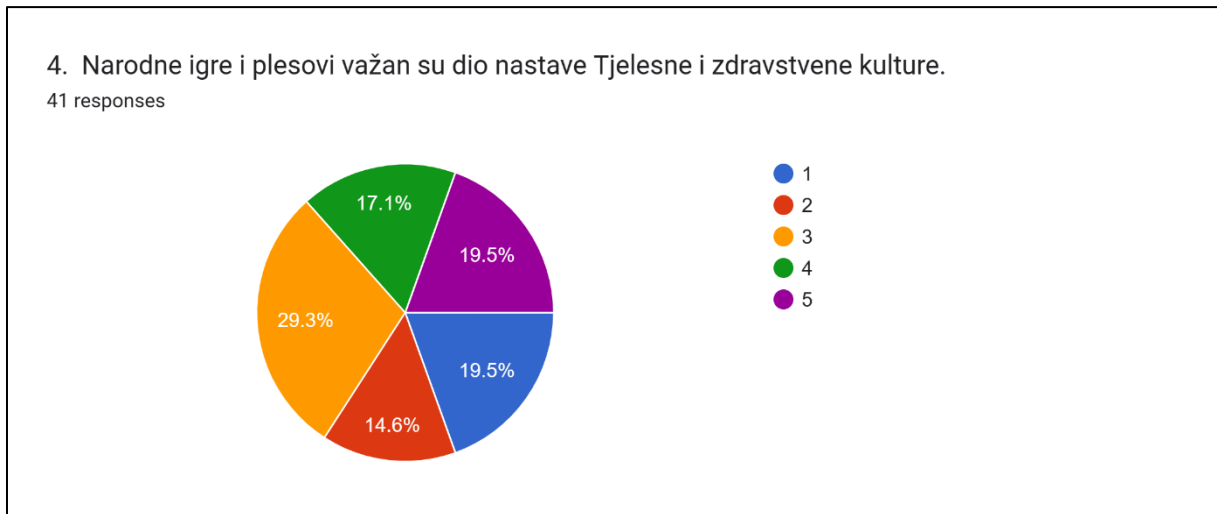
Slika 7: Prikaz iskustva s narodnim igrama u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture prema mjestu stanovanja.

Treća tvrdnja glasila je: „U mojoj školi na nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture uče se narodne igre i plesovi.“

Kako bi se prikazala razlika iskustva s narodnim igrama u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture u ruralnoj i urbanoj sredini korišten je t-test, pri čemu se utvrđuje je li razlika između uzoraka statistički značajna ili nije. Petrak (2010) navodi ako je p manji ili jednak 0,05 razlika je statistički značajna, a ako je p veći od 0,05 razlika nije statistički značajna. Analizom podataka, T-test pokazuje kako je razlika statistički značajna, jer p iznosi 0,000472. Ovom tvrdnjom ispitanici su prikazali stvarnost primjene narodnih igara u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture. Iz grafa se jasno može zaključiti kako učenici ruralne sredine uglavnom označavaju pitanje s 4 i 5, dok učenici iz urbane sredine uglavnom označavaju s 1 i 2.

Prosječna ocjena ruralne sredine na ovu tvrdnju iznosi 3,57, dok za urbanu sredinu je niža i iznosi 2,22. Iz ovih podataka možemo utvrditi kako se H.1. potvrdila te da učenici iz urbane sredine znatno manje obrađuju sadržaj narodnih igara i plesova u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture. Ovakvi rezultati bili su očekivani, jer učenici i učitelji koji stanuju u ruralnoj sredini imaju veći doticaj s narodnim igrama i folklorom, jer svako naselje ima svoj KUD, dok u urbanoj sredini to nije slučaj. Učitelj, odnosno voditelj ima glavnu ulogu uvesti i

poučiti sadržaje hrvatskog folklora kako bi učenici naučili narodne igre i plesove i svoju tradiciju i običaje, a kasnije ih prenosili na mlađe generacije.

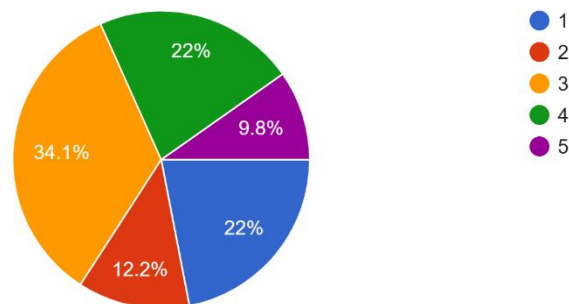


Slika 8: Prikaz važnosti narodnih igara u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture.

Četvrta tvrdnja odnosila se na važnost narodnih igara i plesova u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture. Ispitanici su na ovo pitanje odgovorili raznoliko, ali najveći udio ispitanika (12 ispitanika) što čini 29,36% od ukupnog broja ispitanika označava tvrdnju s 3, odnosno da se niti slaže, niti ne slaže s tvrdnjom. Također, zanimljivo je kako su se ispitanici raspodijelili kod označavanja s 1 i 5, možemo uočiti kako jednak broj ispitanika se uopće ne slaže s tvrdnjom, ali i u potpunosti slaže. 8 ispitanika (19,5%) se u potpunosti slaže kako su narodne igre važan dio nastave Tjelesne i zdravstvene kulture, dok isti broj ispitanika misli sasvim suprotno. 7 ispitanika u iznosu od 17,1% označava tvrdnju s 4, odnosno slaže se s tvrdnjom, a 6 ispitanika (14,6%) se ne slaže s tvrdnjom. Sagledavajući rezultate može se zaključiti kako prevladava pozitivniji stav o važnosti narodnih igara u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture

5. Narodne igre i ples utječu na moj identitet.

41 responses

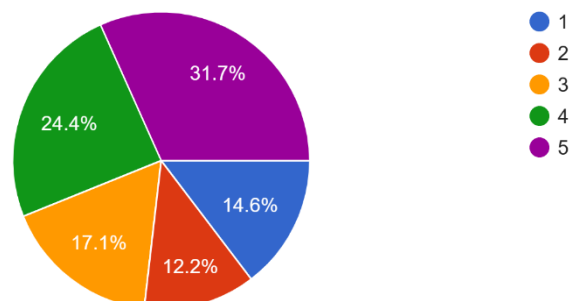


Slika 9: Utjecaj narodnih igara na identitet.

Peta tvrdnja odnosila se na utjecaj narodnih igara i plesa na osobni identitet. Narodne igre i plesovi mogu utjecati na osobni identitet ovisno o porijeklu i mjestu stanovanja. Ispitanici su uglavnom tvrdnju označili s 3 što znači da se niti slažu, niti ne slažu s navedenom tvrdnjom, to čini 34,1% ispitanika (N=14). Najmanje ispitanika, odnosno 4 od ukupnih 41 u potpunosti se slaže kako narodne igre i ples utječu na identitet. 22% ispitanika (N=9) označava tvrdnju s 4, odnosno slažu se s tvrdnjom. Podjednak broj ispitanika tvrdnju označuje s 1, 9 ispitanika (22%) u potpunosti se ne slaže s tvrdnjom. 5 ispitanika se ne slaže da narodne igre utječu na identitet, a to iznosi 12,2% ispitanika.

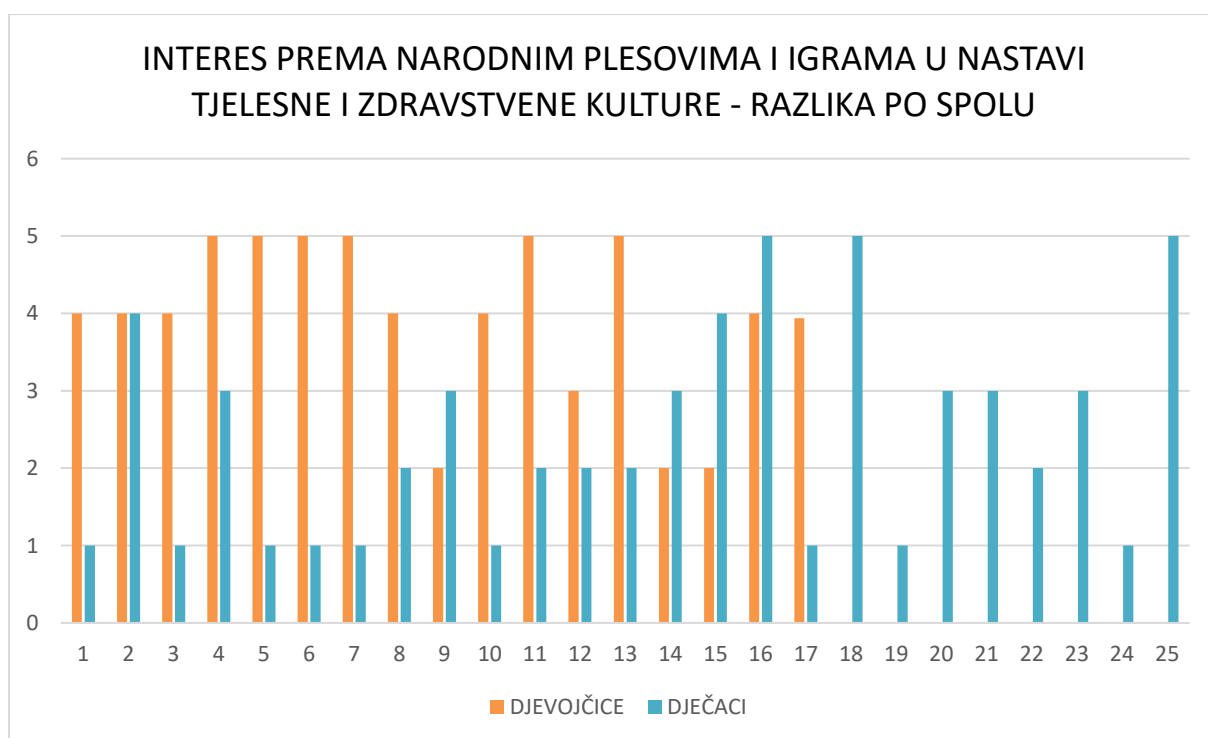
6. Ples pozitivno utječe na mene.

41 responses



Slika 10: Pozitivan utjecaj plesa.

Šesta tvrdnja odnosila se na pozitivan utjecaj plesa na pojedinca. Natpolovična većina ispitanika je ovu tvrdnju označila s 4 i 5, što označava kako ples zaista ima pozitivan učinak na pojedinca. Čak 31,7% (N=13) ispitanika označava tvrdnju s 5, odnosno da se u potpunosti slaže da ples ima pozitivan utjecaj na njih. Nešto malo manje, točnije 10 ispitanika u postotku od 24,4% se slaže s tvrdnjom, dok 17,1% ispitanika (N=7) se niti slaže niti ne slaže s tvrdnjom. Ispitanici su također izrazili i ne slaganje s tvrdnjom u postotku od 12,2% (N=5), ali i u potpunosti ne slaganje u iznosu od 14,6%, što brojčano iznosi 6 ispitanika.

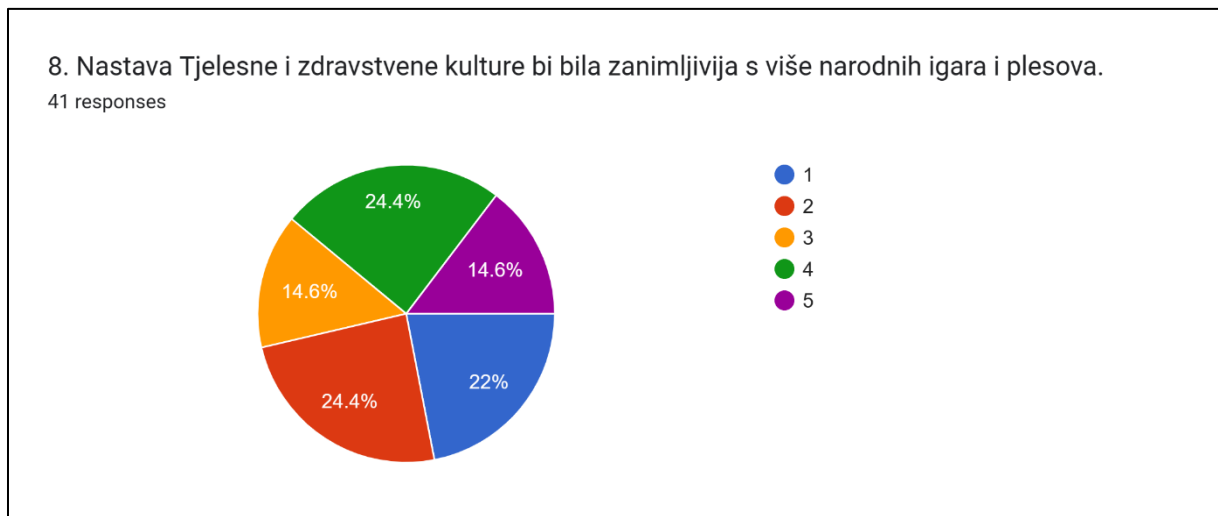


Slika 11: Prikaz interesa prema narodnim igrama i plesu u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture – razlika po spolu.

Sedma tvrdnja glasila je: „Voljela/o bih na nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture učiti više narodnih igara i plesova.“

Ovom tvrdnjom učenici izražavaju svoj interes prema narodnim igrama u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture. Analizom gore navedenih podataka, T-test pokazuje kako je razlika statistički značajna, pri čemu p iznosi 0,000623. Iz grafa možemo vidjeti razliku između djevojčica i dječaka. Iako je u anketi sudjelovalo 25 dječaka i 17 djevojčica, djevojčice su izrazile znatno veći interes od dječaka. Prosječna ocjena djevojčica iznosi 3,94, dok prosjek kod dječaka je manji i iznosi 2,4. djevojčice su tvrdnju uglavnom označavale s 4 i

5, a dječaci s 1 ili 2. Ovim prikazom potvrđuje se druga postavljena hipoteza H.2. Uočava se jasna razlika između dječaka i djevojčica, odnosno njihovog interesa prema folkloru bez obzira na mjesto stanovanja, što znači da su djevojčice sklonije narodnom plesu bez obzira stanuju li u urbanoj ili ruralnoj sredini. Učitelji bi u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture trebali poticati na ples te ga ne karakterizirati kao „žensku“ aktivnost kako bi dječaci razvili interes prema narodnom plesu.



Slika 12: Prikaz mišljenja o većoj zastupljenosti narodnih igara i plesa u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture.

Osma tvrdnja odnosila se na karakterizaciju nastave s obzirom na količinu narodnih igara. S obzirom da je veći broj dječaka izrazio veoma nizak interes ka narodnim igrama i plesu, iz ovog grafa možemo vidjeti kako je 22% ispitanika tvrdnju označilo s 1, a 24% s 2 što zajedno iznosi 16 ispitanika. 14,6% ispitanika označava tvrdnju s 3, odnosno 6 ispitanika se niti slaže, niti ne slaže s tvrdnjom. Jednak broj ispitanika koji je tvrdnju označio s 2, označuje tvrdnju s 4 koja potvrđuje slaganje. Ispitanici koji se u potpunosti slažu s tvrdnjom iznose 14,6% kao i ispitanici koji su tvrdnju označili s 3. Svakako su mišljenja ispitanika o narodnim igrama i plesu u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture raznolika i treba ih poštovati, ali i potruditi se pobuditi interes ka hrvatskoj tradiciji.

10. VERIFIKACIJA HIPOTEZA

Hipoteza H. 1. „Učenici ruralne sredine imaju više iskustva s narodnim igrama i plesovima u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture“ se prihvaća. Hipotezom je potvrđeno kako su učenici u ruralnoj sredini u većem doticaju s narodnim igrama i plesovima, a njihov kontakt s folklorom ostvaruju većim dijelom kroz članstvo u KUD-u, ali i na nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture. Učenici urbane sredine pokazali su vrlo malo iskustvo i poznavanje hrvatskog folklor.

Hipoteza H. 2. : „Učenicice ženskog spola, bez obzira na mjesto prebivališta, pokazuju veći interes za učenjem narodnih igara i plesova u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture“ se potvrđuje. Hipotezom je potvrđeno kako učenice ženskog spola uvelike pokazuju znatan interes ka hrvatskom tradicijskom stvaralaštvu, bez obzira nalaze li se u ruralnoj ili urbanoj sredini. Iz hipoteze se može također zaključiti kako su djevojčice, za razliku od dječaka, sklonije plesu bez obzira imaju li iskustva s plesom ili ne.

11. ZAKLJUČAK

Hrvatska je zemlja koja sadrži veliko kulturno bogatstvo uključujući kulturne i prirodne resurse. Raznovrsna folklorna tradicija rezultat je povijesti i kulture u Hrvatskoj. Ono što je iznimno dragocjeno jest raznolikost pjesme, plesa i glazbe u svakoj regiji. Sve regije posjeduju svoje jedinstveno kulturološko naslijeđe koje obilježava to područje u cijeloj Europi. Jedna od najstarijih umjetnosti koja čovjeku može pružiti osjećaj zadovoljstva, rekreaciju, opuštanje ali i vlastiti izražaj pokretom je ples. Ples ima mnoge dobrobiti i svrhe u čovjekovom razvoju i životu, kao što su društvena, socijalna, zdravstvena, estetska i odgojno-obrazovna svrha. Kroz narodne igre i plesove u nastavi, učenici imaju mogućnost spoznati kulturnu baštinu svog zavičaja u kojem žive. Svaki zavičaj, naselje i selo bogato je svojim narodnim običajima, pjesmom, plesom, instrumentima i narodnom nošnjom. Kroz razne aktivnosti na nastavi, učenicima možemo približiti plesna podneblja koja imaju velike razlike, ali i sličnosti.

U djetetovom životu, igra ima veliku ulogu. Igre s pjevanjem i ples doprinose pozitivnom razvoju, znanju i odgoju. Djeca kroz narodni ples stječu osjećaj jedinstva, nova prijateljstva i znanja, upoznaju svoju okolinu i običaje iz prošlosti. U prošlosti su djeca sama stvarala i izmišljala svoje igre s pjevanjem koje su se kasnije prenosile s generacija na generaciju, ali i u različita područja te su se stoga prilagodila svakom narječju. Djeca narodni ples mogu spoznati već od vrtićke dobi u vrtiću ili KUDU-u, a kasnije i u školi na nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture. Veoma je važno upoznati djecu s narodnim običajima i plesom kako bi kasnije mogli svoje znanje prenositi na svoje potomke kako tradicija ne bi izumrla. S obzirom na sve pozitivne učinke plesa, svakako bi trebalo plesne strukture uvesti i ranije u nastavu Tjelesne i zdravstvene kulture. Narodne igre i plesove, moguće je provoditi u svakom dijelu sata, obzirom na njihov tempo i karakter. Učitelj ima veliku ulogu u odabiru i prenošenju narodnog plesa svojim učenicima. Učitelj, odnosno voditelj treba svrsishodno i kvalitetno procijeniti koji plesovi su prikladni u nastavi te bi svakako bi bilo dobro da učitelj ima znanje i iskustvo u folkloru kako bio što vjerodostojnije i pravilnije prenosio plesne strukture mlađim naraštajima. Uz poštivanje načela, principa i metodičkih pristupa, učitelj ima veliku ulogu u prenošenju ljubavi ka hrvatskom folkloru i narodnoj baštini. Veliku ulogu u zapisu dječjih folklornih koreografija i igara ima naš najpoznatiji koreograf Goran Knežević. Glazba u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture potiče učeničku motivaciju te uklanja osjećaj dosade, a na taj način dobivamo zadovoljstvo i kvalitetnu aktivnost. Ukoliko

učenici uče o narodnim igrama, plesu i glazbi u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture, pobuđuje se njihov interes, poštovanje i razumijevanje narodne tradicije, ali i potreba za očuvanjem i prenošenjem vlastite tradicije. „Vrlo je bitan entuzijizam, učitelj i ljubav prema plesu i folkloru kako bi, bez obzira na poteškoće, ta vrst aktivnosti suživjela u osnovnoj školi., (Kosinac. 2011; 183)

Ovim diplomskim radom istraženo je jesu li djevojčice i dječaci u istom omjeru zainteresirani za narodne igre u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture u osnovnoj školi, ali i razlika iskustva s narodnim igrama s obzirom na mjesto stanovanja/pohađanja (ruralna i urbana sredina) osnovne škole. Utvrđeno je kako su djevojčice, za razliku od dječaka, zainteresiranije za narodne igre bez obzira stanuju li u urbanoj ili ruralnoj sredini. Učenici ruralne sredine, tijekom svog školovanja, ali i izvan škole imaju više iskustva i poznanstva narodnih igara i plesova.

LITERATURA

Cetinić, J., Vidaković Samaržija, D. (2014). Dijete i estetski izričaji. U: R. Bacalja, K. Ivon (Ur.), Ples kao sredstvo izražavanja djece predškolske dobi (str. 265-272). Zadar: Sveučilište u Zadru, Odjel za izobrazbu učitelja i odgojitelja

Findak, V. (1995). Metodika tjelesne i zdravstvene kulture u predškolskom odgoju. Zagreb: Školska knjiga.

Gortan-Carlin, I. P.; Pace, A.; Denac, O. (2014) Glazba i tradicija – izabrani izričaji u regiji Alpe-Adria. Pula: Sveučilište Jurja Dobrile u Puli.

Goran, Lj., Marić, Lj. (2013). Zapjevajmo radosno. Zagreb: Golden marketing – Tehnička knjiga

Horvatin-Fučkar, M., Tkalčić, S., Jerković, S. (2004). Razvoj bazičnih motoričkih sposobnosti kod predškolaca u plesnoj školi. In: R. Pišot, V. Štemberger, J. Zurc & A. Obid (Eds.), 3. International Symposium; "A child in motion" (str. 87-88). Koper: Univerza na Primorskem, Znanstveno-raziskovalno središče

Ivančan, I. (1971). Folklor i scena: Priručnik za rukovodioce folklornih skupina. Prosvjetni sabor Hrvatske. Zagreb.

Ivančan, I. (1996). Narodni plesni običaji u Hrvata. Hrvatska matica iseljenika - Institut za etnologiju i folkloristiku. Zagreb.

Knežević, G. (2002). Naše kolo veliko, Hrvatski dječji folklor, Građivo iz 19. i 20. stoljeća, Zagreb: Ethno.

Knežević, G. (2005). Srebrna kola, zlaten kotač: hrvatski narodni plesovi za djecu i mladež i uvod u kinetografiju. Zagreb: Ethno.

Kosinac, Z. (2011). Morfološko – motorički i funkcionalni razvoj djece uzrasne dobi od 5. do 11. godine. Split: Savez školskih sportskih društava grada Splita.

Maletić, A. (2002). Povijest plesa starih civilizacija. Matica hrvatska. Zagreb

Mikulić, M., Prskalo, I., Runjić, K. (2007). Hrvatska plesna tradicija i predškolska dob djeteta. 16. Ljetna škola kineziologa Republike Hrvatske. Poreč, 19. - 23. 6. 2007. Poreč: Hrvatski kineziološki savez. str. 455-459.

Ministarstvo znanosti i obrazovanja [MZO]. (2019). Odluka o donošenju kurikuluma za nastavni predmet Tjelesne i zdravstvene kulture za osnovne škole i gimnazije u Republici Hrvatskoj. Preuzeto: https://narodne-novine.nn.hr/clanci/sluzbeni/2019_03_27_558.html

Peteh, M. (2007). Zlatno Doba Brojalice. Zagreb: Alinea.

Petrak, O. (2010). Vježbe iz statistike. Zagreb: Zdravstveno veleučilište u Zagrebu. (20.5.2023.)

Srhoj, Lj. (2000). Plesne strukture. Split: Abel internacional.

Šumanović, M., Filipović, V., Sentkiralji, G. (2005). Plesne strukture djece mlađe školske dobi. Život i škola, LI (14), 40 – 45 (6.4.2023.) <https://hrcak.srce.hr/25067>

Vidović-Schreiber, T., Kovačević, V., Malada, D. (2020). „Baby shark“ as a social and artistic phenomenon. Universal journal of education research. Vol 8. No 10.

PREUZETO S WEBA:

Culturenet / Preuzeto s: <http://www.culturenet.hr/default.aspx?id=23141&> (15.4.2023.)

Hrvatska enciklopedija / Preuzeto s: <http://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=43000>
(20.4.2023.)

Hrvatska enciklopedija / Preuzeto s: <http://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?ID=20034>
(20.4.2023.)

IZJAVA O IZVORNOSTI 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.

(vlastoručni potpis studenta)