

Glazba, pokret i ples u cjelovitom razvoju djece rane i predškolske dobi

Jokić, Erika

Undergraduate thesis / Završni 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:147:695167>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2024-07-17**

Repository / Repozitorij:

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



SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
UČITELJSKI FAKULTET
ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ

Erika Jokić

**GLAZBA, POKRET I PLES U CJELOVITOM RAZVOJU DJECE RANE
I PREDŠKOLSKE DOBI**

Završni rad

Zagreb, kolovoz, 2023.

SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
UČITELJSKI FAKULTET
ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ

Erika Jokić

**GLAZBA, POKRET I PLES U CJELOVITOM RAZVOJU DJECE RANE
I PREDŠKOLSKE DOBI**

Završni rad

Mentor rada:

Doc. dr. sc. Blaženka Bačlija Sušić

Zagreb, kolovoz, 2023.

ZAHVALE

Zahvaljujem se svojoj profesorici i mentorici Blaženki Bačliji Sušić na razumijevanju i pomoći prilikom pisanja završnog rada.

Zahvaljujem se svojoj obitelji i prijateljima na podršci tijekom studiranja.

Zahvaljujem se i kolegicama te svim profesorima na fakultetu koji su nas motivirali i pružili potrebno znanje.

SADRŽAJ

1. UVOD	1
2. RAZVOJ GLAZBENE I PLESNE KULTURE KROZ POVIJEST	3
2.1. Glazba i ples u drevnom Egiptu	3
2.2. Glazba i ples u antičkoj Grčkoj i Rimu	4
2.3. Glazba i ples u srednjem vijeku i renesansi.....	5
2.4. Glazba i ples za vrijeme baroka.....	5
2.5. Glazba i ples za vrijeme romantizma	5
2.6. Glazba i ples u dvadesetom stoljeću.....	6
3. MODERNI PLES	6
3.1. Isadora Duncan.....	6
3.2. Émile Jaques-Dalcroze	7
3.3. Rudolf Laban.....	7
3.4. Carl Orff.....	8
4. GLAZBA I DIJETE	8
5. UTJECAJ GLAZBE NA DJEČJI RAZVOJ	10
5.1. Socio-emocionalni razvoj.....	11
5.2. Kognitivni razvoj.....	12
5.3. Razvoj govora.....	13
5.4. Motorički razvoj.....	13
6. PLES I POKRET.....	14
6.1. Kreativni ples i pokret	16
6.1.1. Benefiti kreativnog pokreta	17
7. UTJECAJ POKRETA I PLESA NA DJEČJI RAZVOJ	18
7.1. Motorički razvoj.....	19
7.2. Funkcionalni razvoj.....	19
7.3. Kognitivni razvoj.....	19
7.4. Socio-emocionalni razvoj.....	20
8. TERAPIJA GLAZBOM I PLESOM.....	21
8.1. Terapija plesom i pokretom.....	21
8.2. Terapija glazbom.....	23
9. ULOGA ODGOJITELJA U POTICANJU GLAZBENO-PLESNIH AKTIVNOSTI.....	24
10. ZAKLJUČAK	27
11. LITERATURA	29
12. IZJAVA O IZVORNOSTI ZAVRŠNOG RADA	33

SAŽETAK

Glazba, pokret i ples su univerzalni jezici koji izražavaju ljudsku kreativnost i emocionalno stanje. Oni su prisutni u svim kulturama i neodvojivi su dio našeg života. Osim što pružaju zadovoljstvo i užitek, glazba, pokret i ples imaju i dubok utjecaj na cjelovit razvoj djece rane i predškolske dobi. Cjelovit razvoj djeteta obuhvaća mnoge aspekte, uključujući kognitivni, emocionalni, socijalni i motorički razvoj. Glazba, pokret i ples su se pokazali izuzetno korisnim u poticanju i podržavanju svakog od ovih područja. Kroz ritam, melodiju, strukture i pokrete, djeca stječu brojne vještine i sposobnosti koje su ključne za njihov daljnji napredak.

Ovaj završni rad prikazuje povijest, utjecaj i ulogu glazbe, pokreta i plesa u cjelovitom razvoju djece rane i predškolske dobi. Cilj rada je razumjeti kako ove umjetnosti oblikuju djetetov razvoj te kako ih primijeniti u odgojno-obrazovnom kontekstu. Rad započinje osvrtom na povijest glazbe, pokreta i plesa te ističe njihovu važnost u različitim kulturama i vremenima. Nadalje, istražuje se utjecaj glazbe, pokreta i plesa na cjelovit razvoj djece, ali i terapijski potencijal glazbe i plesa u radu s djecom. Na kraju se ističe uloga odgojitelja u integraciji glazbe, pokreta i plesa u odgojno-obrazovnom kontekstu.

Kroz analizu razvoja, utjecaja, terapijskog potencijala i uloge odgojitelja, ovaj rad zaključuje da je integracija glazbe, pokreta i plesa u odgoj djece rane i predškolske dobi od iznimne važnosti za njihov cjelovit razvoj. Potičući kreativnost, izražavanje i socijalnu interakciju, ove umjetnosti imaju pozitivan utjecaj na djecu i pružaju im alate za rast i razvoj. Stoga je važno da se pruže resursi, podrška i obrazovanje odgojiteljima kako bi se osigurala kvalitetna integracija glazbe, pokreta i plesa u odgoj djece rane i predškolske dobi.

Ključne riječi: *djeca predškolske dobi, glazba, ples, pokret, razvoj djeteta*

SUMMARY

MUSIC, MOVEMENT AND DANCE IN THE HOLISTIC DEVELOPMENT OF CHILDREN IN EARLY AND PRESCHOOL AGE

Music, movement, and dance are universal languages that express human creativity and emotional states. They are present in all cultures and are an inseparable part of our lives. Besides providing pleasure and enjoyment, music, movement, and dance have a profound impact on the holistic development of early childhood. The holistic development of a child encompasses many aspects, including cognitive, emotional, social, and motor development. Music, movement, and dance have proven to be extremely beneficial in fostering and supporting each of these areas. Through rhythm, melody, textures, and movements, children acquire numerous skills and abilities that are crucial for their further progress.

This final thesis shows the history, influence, and role of music, movement, and dance in the holistic development of early childhood. The aim of the thesis is to understand how these arts shape a child's development and how to apply them in an educational context. The thesis begins with an overview of the history of music, movement, and dance, highlighting their importance in different cultures and times. Furthermore, it explores the impact of music, movement, and dance on the holistic development of children, as well as the therapeutic potential of music and dance in working with children. Finally, it emphasizes the role of educators in integrating music, movement, and dance in an educational context.

Through the analysis of development, influence, therapeutic potential, and the role of educators, this thesis concludes that the integration of music, movement, and dance in the education of early childhood is of utmost importance for their holistic development. By fostering creativity, expression, and social interaction, these arts have a positive impact on children and provide them with tools for growth and development. Therefore, it is important to provide resources, support, and education to educators to ensure the quality integration of music, movement, and dance in the education of early childhood.

Key words: *preschool children, music, dance, movement, child development*

1. UVOD

Još od davnina, glazba i pokret su neodvojivi dio ljudskog iskustva. Oni su sredstva kojima se izražavaju emocije, poboljšava komunikacija i oblikuje prostor. Kroz glazbu, melodiju, ritam i pokret, tijelo je postalo sredstvo izražavanja koje nadmašuje granice jezika i omogućuje dublje povezivanje među ljudima (Habuš-Rončević, 2010). Kroz povijest, ovi umjetnički izrazi su se razvijali i mijenjali, prilagođavajući se potrebama i interesima ljudi. Njihov značaj u cjelovitom razvoju djece rane i predškolske dobi je nemjerljiv, jer pružaju djetetu širok spektar iskustava i mogućnosti za rast i napredak. Ovi elementi umjetnosti pružaju djetetu bogatstvo iskustava koja potiču njihov emocionalni, kognitivni, motorički i socijalni razvoj. Glazba osvaja dječje srce već od najranijih trenutaka, dok pokret i ples omogućavaju djetetu da istražuje prostor, razvija motoričke vještine i izrazi sebe na jedinstven i kreativan način. Kroz kombinaciju glazbe, pokreta i plesa, djeca razvijaju svoju kreativnost, maštu i izražajnost. Oni stvaraju vlastite ritmove, igraju se s pokretima, istražuju različite stilove glazbe i plesa te uživaju u izražavanju sebe na jedinstven način. Kroz glazbu, pokret i ples, djetetu se pruža mogućnost da istražuje svoje granice, razvija samopouzdanje, uspostavlja emocionalne veze s drugima i razvija socijalne vještine.

U ovom radu istražuje se važnost glazbe, pokreta i plesa u cjelovitom razvoju djece rane i predškolske dobi. Prikazuje se i povijest razvoja glazbe i plesa te njihova međusobna povezanost i važnost u dječjem razvoju. Također istražuju se terapijski aspekti glazbe i pokreta te njihova primjena u podršci dječjem zdravlju i dobrobiti. Nadalje, analizira se kako ovi elementi umjetnosti utječu na emocionalni, kognitivni, motorički i socijalni razvoj djeteta te se istražuju različite metode i pristupi uključivanja glazbe, pokreta i plesa u odgojno-obrazovni kontekst. Također, razmatra se ulogu odgajatelja u podržavanju dječjeg razvoja kroz ove aktivnosti te se ističe važnost stvaranja poticajnog okruženja i resursa koji podržavaju djetetovu eksploraciju, izražavanje i uživanje u glazbi, pokretu i plesu.

Kroz sveobuhvatno istraživanje ove teme, nastoji se pružiti dublji uvid u važnost glazbe, pokreta i plesa u razvoju djece rane i predškolske dobi te potaknuti daljnju primjenu ovih elemenata u odgojno-obrazovnom kontekstu. Uzimajući u obzir sva pozitivna iskustva i

blagodati koje donose, glazba, pokret i ples mogu postati snažni alati u poticanju djetetovog cjelovitog razvoja i stvaranju temelja za njegovu budućnost.

2. RAZVOJ GLAZBENE I PLESNE KULTURE KROZ POVIJEST

Kako bismo ispravno pristupili proučavanju glazbe, pokreta i plesa u cjelovitom razvoju djeteta rane i predškolske dobi, moramo prvo objasniti povezanost glazbe, plesa i pokreta općenito. Poznato je da glazba ima moć pokrenuti ljudsko tijelo, zbog čega se glazba i ples pojavljuju zajedno u različitim oblicima. Najvažniji element plesa je glazba, a rijetko se koja vrsta plesa, bila ona kazališna, vjerska ili društvena, razvija bez glazbene pratnje. Ovaj bliski odnos između plesa i glazbe temelji se na činjenici da su oboje organizirani oko ritmičkog uzorka. Budući da su se i glazba i ples u ljudskoj povijesti pojavili istovremeno, možemo reći da su međusobno povezani.

Još od davnina u ljudskoj povijesti, glazba i ples su pratili drevne obrede, duhovna okupljanja i društvene manifestacije. Oni su postali ključni elementi koji prenose trans, duhovnu snagu, zadovoljstvo, izražavanje, izvedbu i međusobnu interakciju. Ples i glazba su duboko ukorijenjeni u našu prirodu od najranijih vremena našeg postojanja - od trenutka kada su prva afrička plemena prekrivala ratnim bojama pa sve do širenja glazbe i plesa na sve strane svijeta („History of dance“, 2023).

Maletić (1986) navodi da u prethistorijskoj likovnoj baštini možemo prepoznati početke plesa kroz slike tijela u pokretu. Iako ne znamo jesu li to bili pravi prikazi plesa, oni prikazuju vještinu i gipkost tijela, kako u slikama pojedinih likova tako i na grupnim prikazima. Posebno je istaknut dojam estetike i ritma pokreta na slikama koje kombiniraju dinamiku s iluzijom vremenskog ritma užurbanog, brzog i naglog pokreta, kao i prostornu organizaciju u pogledu grupiranja likova.

2.1. *Glazba i ples u drevnom Egiptu*

U drevnom Egiptu glazba i ples bili su veoma cijenjeni. Glazbom su ljudi tada odavali počast bogovima i zahvaljivali im se na daru života i svemu što ih okružuje. Glazba je bila prisutna u svim sferama života, uključujući pogrebe, gozbe, procesije, vojne parade i čak rad na polju. Da su Egipćani jako voljeli glazbu, možemo zaključiti po scenama muziciranja koje su prikazane na grobnicama i u hramovima. Osim slika muziciranja, na grobnicama i u hramovima pronađene su i slike plesa. Prvotno, božica plesa bila je Merit. Prema mitu, ona je kroz glazbu uspostavljala red u stvaranju svijeta. Kao pisac, glazbenica, pjevačica i dirigentica, zaslužna je za postavljanje glazbe kao temeljne vrijednosti u egipatskoj kulturi. Ples je prirodno bio povezan s glazbom, pa je Merit bila izvor inspiracije za plesače. Kasnije se ples i glazba počinj u povezivati s božicom Hator, božicom ljubavi i sreće. Njezini plesači

često su se pojavljivali na različitim slikama i natpisima (Mark, 2017). Baš te slike i natpisi, zajedno sa skulpturama drevnog Egipta, ukazuju na društveni život i otkrivaju da Egipćani nisu samo poznavali ples, već su ga izvodili vrlo spretno. Plesna kultura Egipćana je proširila svoj utjecaj i izvan granica te tako doprinijela oblikovanju kulture antičke Grčke i Rima (Scott, 2006).

2.2. Glazba i ples u antičkoj Grčkoj i Rimu

U antičkoj Grčkoj, ples i glazba pojavljivali su se u raznim aspektima života. U privatnom životu starih Grka, ples je bio povezan s važnim događajima poput sretnog porođaja, svadbenih svečanosti, gozbe i pogrebnih obreda. Ples je također imao važnu ulogu u javnim događajima, gdje su se različite razine plesnih vještina smatrale neizostavnim (Maletić, 2002). Ples i glazba imali su važnu ulogu u religijskim ritualima i obredima, gdje je osjećaj ekstaze bio bitan element, a ples i glazba su bili odgovorni za stvaranje tog osjećaja (Rocconi, 2015). Temeljno shvaćanje plesa i glazbe u starogrčkom pogledu očituje se u konceptu *mousikē*, koji obuhvaća cjelokupnost umjetnosti kao što su pjevanje, pjesništvo, instrumentalna glazba i tjelesni pokret. *Mousikē* je dosegao svoj vrhunac u grčkom kazalištu (Barbarić, 2012 i Maletić, 2002).

Još u doba grčkog filozofa Platona istaknuta je važnost glazbe i njen utjecaj na ljude. Platon je tvrdio da glazba oblikuje karaktere ljudi i djeluje na iracionalni dio ljudske duše. Osim značajnog utjecaja na ljude, isticao je i posebnu ulogu glazbe u obrazovanju. Grčki filozof Aristotel također je podržavao umjetničko obrazovanje i vjerovao da ono pridonosi razvoju cjelovite ličnosti čovjeka (Mendeš i sur., 2012).

Iako su Rimljani već u trećem stoljeću prije Krista dolazili u doticaj s velikogrčkim kolonijama i prihvaćali helenski kult koji je združivao poeziju, glazbu i ples, njihov odnos prema plesu nije bio jednak kao kod Grka. Rimljani su više preferirali ulogu publike te su rijetko aktivno sudjelovali u izvođenju plesa (Smith, 1875; Maletić, 2002).

Detaljnije informacije o glazbi ovog razdoblja su nam ograničene jer nije postojala notacija, ali imamo značajne materijalne i slikovne izvore. Primjeri takvih izvora su freske, vaze, reljefi, novčići, sarkofazi i skulpture na kojima su prikazani glazbeni instrumenti, kao i scene koje prikazuju satove glazbenog obrazovanja ili izradu instrumenata (Radelj, 1987).

2.3. Glazba i ples u srednjem vijeku i renesansi

Srednjovjekovno razdoblje ima veliku važnost za razvoj glazbene umjetnosti i glazbene pedagogije. U to vrijeme, glazba je imala primarno religijsku funkciju, ali je također postajala sve prisutnija i u svjetovnom životu, posebno na dvorovima. Tada se javlja i interes za glazbu koja je bila popularna među narodom. Također je važno istaknuti da je u tom razdoblju došlo do usavršavanja glazbene notacije i da su sačuvani mnogi glazbeni zapisi. Iako je u srednjem vijeku ples bio popularan među narodom, Crkva ga je u početku zabranjivala i kritizirala njegovo pogansko podrijetlo. Kasnije ples postaje poželjan u intelektualnim krugovima te mu se pripisuju različite koristi (Mullally, 2011).

U petnaestom stoljeću čovjek postaje uključen u sva umjetnička područja te ples postaje neodvojiv dio obrazovanja. Kasnorenesansno vjerovanje je da harmonija postignuta kroz korake koji prate glazbu simbolizira harmoniju svemira. Renesansni dvorski plesovi predstavljaju početak europske plesne tradicije, a istovremeno su i korijeni klasičnog baleta jer u njima prepoznajemo prve naznake koreografije. Ti plesovi su prepoznatljivi po svojim specifičnim koracima i glazbi (Katarinčić, 2008).

2.4. Glazba i ples za vrijeme baroka

Za vrijeme baroka, ples, glazba i kazališna kultura bili su integralni dio obrazovnog sustava. Plesni priručnici iz 17. stoljeća postaju sve detaljniji te osim opisa različitih plesova, plesnih koraka i njihovog usklađivanja s glazbom, također uključuju pravila lijepog i elegantnog ponašanja (Katarinčić, 2008). U prvom je dijelu 17. stoljeća izuzetno popularna bila plesna glazba koju su izvodili solisti, komorni sastavi i orkestri. Postojalo je mnogo različitih plesnih vrsta, no nakon 1700. godine one su se uglavnom smanjile na menuete i kontradance. Povećanje komponiranja plesne glazbe tijekom tog razdoblja vjerojatno je rezultat široke dostupnosti plesnih priručnika (Cohen, 1992).

2.5. Glazba i ples za vrijeme romantizma

Vrhunac kazališnog plesa predstavlja romantični balet. Zahvaljujući napretku tehnike, stil plesanja postaje lakši, slobodniji i okretniji, a noge se pri plesu otvaraju do 180 stupnjeva, što je karakteristično za balet i danas. Glazba koja prati romantični balet ima manje ozbiljan ton u usporedbi s prethodnim razdobljima te je više slikovita i evokativna, stvarajući atmosferu i osjećajnost izvedbi (Cohen, 1992).

Valcer je bio najpopularniji ples 19. stoljeća. Valcer postaje popularan ples ne samo među profesionalcima, već i među trgovcima, radničkom klasom i širim građanstvom kao

oblik zabave. Osim što se koristi kao ples za razonodu, valcer postaje i sastavni dio kazališnog plesa. Kao glazbena forma, valcer je nasljednik menueta u širokom spektru glazbenih kompozicija (Cohen, 1992).

2.6. Glazba i ples u dvadesetom stoljeću

Društveni problemi i novi napreci imali su utjecaj na ples, glazbu i druge umjetnosti. Umjetnici su bili u potrazi za novim oblicima i idejama, preispitali su vrijednosti i glavni cilj im je bio stvoriti nešto novo, svježije i suvremeno. To se odnosilo i na ples, koji je počeo privlačiti sve veći broj ljudi (Koegler, 1999). Kao reakcija na romantični balet koji je ograničavao individualnost, bio strogih oblika i zahtijevao snažne plesače i gipke plesačice, nastao je moderni ples koji je postao novi oblik umjetničkog plesa (Gattin, 1999).

3. MODERNI PLES

Prema Gattinu (1999) moderni ili suvremeni ples može se grubo podijeliti na njegove rane početke, gdje je naglasak bio na vraćanju prirodosti pokreta u plesnoj umjetnosti, i na ples postmoderne koji je imao za cilj rušenje svih postojećih kanona plesne umjetnosti. U koreografijama se uvode jednostavni, svakodnevni pokreti, a cilj postaje emocionalna distanciranost plesača od onoga što izvode. Introdiciranjem glasa i govora plesača tijekom izvedbe, ples više nije nijema umjetnost. Tradicionalni muško-ženski parovi se ruše, te postaje uobičajeno vidjeti ples dviju žena ili dvaju muškaraca kao par, dok su scene u kojima žene podižu muškarce postaju atraktivne, odstupajući od stereotipne uloge krhkih i slabih bića. Slična situacija je i s glazbom koja prati moderni ples. Mnogi koreografi su pridonijeli širenju elektroničke glazbe u umjetničke krugove, dok je ista bila manje zastupljena u koncertnim dvoranama (Gattin, 1999).

Početak dvadesetog stoljeća pojavile su se brojne prekretnice u području glazbene umjetnosti i umjetnosti plesa i pokreta. Neki od najutjecajnijih ljudi glazbene i plesne umjetnosti tih vremena bili su Isidora Duncan, Émile Jaques-Dalcroze, Rudolf Laban i Carl Orff.

3.1. Isadora Duncan

Važnu ulogu u napretku suvremenog plesa imala je Isadora Duncan, osnivačica slobodnog plesnog smjera koja je stvorila vlastitu filozofiju izražavanja kroz pokret. Isadora je svojim izvedbama od 1905. godine publici predstavila prirodan stil plesa. Prirodnom

izražaju njezinih nastupa pridonijela je i opuštena, udobna odjeća, dok je plesala bosonoga (Cohen, 1992).

3.2. *Émile Jaques-Dalcroze*

Émile Jaques-Dalcroze, švicarski glazbeni pedagog i skladatelj, istraživao je kako djeca brže i lakše percipiraju ritam i glazbene pojmove kroz pokret i motoričke aktivnosti. Iz jednostavnih pokreta, taktiranja i hodanja, razvio je svoju teoriju, a inspirirao ga je ideal Isadore Duncan i njezine ideje o plesu temeljene na antičkoj Grčkoj (Maletić, 1983). Njegov sustav učenja, poznat kao Euritmika ili ritmička gimnastika, razvijao je cjelovitu osobnost čovjeka kroz pokret i glazbu, koristeći glas, prostor i pokret, a cilj mu je bio razvijanje slušnih sposobnosti i sposobnosti improvizacije kod djece. Jaques-Dalcroze je vjerovao da djeca trebaju osjetiti glazbu kroz pokret i tijelo te da će djeca koja uspiju samostalno izraziti glazbu kroz pokret biti sposobna prenijeti to tjelesno iskustvo na druge oblike glazbenog izražavanja poput pjevanja, sviranja i drugih glazbenih vještina. Također je isticao da djetetovi stvaralački pokreti trebaju biti usklađeni s ritmom, mjerom i tempom, što predstavlja prvi korak u razvoju kreativnosti (Košta, Desnica, 2013). U Ženevi je, 1915. godine, osnovan institut koji slijedi njegove principe glazbenog odgoja (Kennedy, 2004, str. 370, prema Košta, Desnica, 2013).

3.3. *Rudolf Laban*

Dalcrozeov suvremenik, baletni pedagog, koreograf i teoretičar, Rudolf Laban, imao je značajan utjecaj na umjetnost pokreta u 20. stoljeću. Njegova metoda zapisivanja pokreta, poznata kao Labanovo plesno pismo, i danas se smatra najprihvatljivijim načinom bilježenja pokreta (Srhoj i Miletić, 2000). Labanova namjera bila je osloboditi ples od ovisnosti i podređenosti glazbi te ga podići na razinu samostalne umjetnosti, a ujedno i osloboditi izvođače od krutih i simetričnih obrazaca mjere te povećati osjetljivost za ritam kroz koreografiranje plesova bez glazbe (Maletić, 1983). Jedna od njegovih ključnih nauka bila je eukinetika, koja se odnosi na proučavanje izražajnih kvaliteta pokreta, dok je koreutika obuhvaćala učenje o oblicima i prostornoj harmoniji pokreta (Srhoj, Miletić, 2000).

Unatoč njegovim nastojanjima da oslobodi ples od zavisnosti i podređenosti glazbi, teoretski temelji umjetnosti pokreta vrlo dobro su se uklopile u glazbeno obrazovanje, a glazba se izvrsno integrirala u pojedine teme. Stoga je očigledan i njegov utjecaj na usklađivanje glazbenih principa s principima umjetnosti pokreta u kontekstu glazbeno-ritmičkog obrazovanja (Maletić, 1983).

3.4. Carl Orff

Carl Orff je njemački skladatelj, pedagog i dirigent koji je razvio posebnu metodu kojoj je primarni cilj omogućiti svakom djetetu da se izrazi glazbom na individualnoj razini i kao dio grupe. Dijete ne mora poznavati note da bi moglo stvarati glazbu ili zvukove, ono to može činiti slobodnom improvizacijom. Prema Orffu, "nesputana improvizacija" je kreativnost koju glazbeno znanje ne ograničava. Pokret kao temelj Orffovog sustava treba biti jednostavan, kreativan i slobodan. Glazbeni doživljaji započinju pokretom, ritmičkim govorom i pjevanjem, nakon čega se, kada dijete stekne određena znanja, prelazi na sviranje instrumenata. Orff se nije usredotočio na razvoj posebnih metoda za čitanje i pisanje notacije, već je naglasak stavio na povezivanje glazbenog pisma i govora (Košta i Desnica, 2013). Škrbina (2013) navodi kako je jedna od bitnih karakteristika Orffove metode ta da djeca sudjeluju u glazbenim aktivnostima u atmosferi koja nije natjecateljska i koja je potaknuta osjećajem zadovoljstva. Tijekom slušanja glazbe, pričanja i pjevanja, djeca se spontano njišu. Taj pokret se odražava na glazbeni osjećaj, ritam i estetiku. Stoga, Orff pridaje veliku važnost neraskidivoj vezi između glazbe i plesa.

Kako bi potaknuo djecu da izvode i stvaraju glazbu, bilo je važno omogućiti im jednostavne instrumente, pa je tako Orff umjesto klavira, koji se koristio za instrumentalnu pratnju u plesnim školama, uveo udaraljke. Danas te instrumente poznajemo pod nazivom Orffov instrumentarij. Orffov instrumentarij obuhvaća dvije vrste udaraljki: udaraljke s određenom visinom tona (zvončići, metalofon, ksilofon, basovi instrumenti) i udaraljke s neodređenom visinom tona (zvečka, drvena kutija, štapići, činele, trokutić, tamburin, praporci, mali bubanj, veliki bubanj, timpani) (Škrbina, 2013). Orff je dokazao da se s takvim instrumentima može postići visoka razina glazbenog izražavanja već u ranom djetinjstvu. Prema Orffovom sustavu, korištenje instrumenata predstavlja put od dječje radosti do aktivnog muziciranja (Požgaj, 1975, str. 170; Kennedy, 2004, str. 534., prema Košta, Desnica, 2013). Improvizirajući s udaraljka, djeca mogu istraživati različite kombinacije zvukova te stvarati spontane i neplanirane zvučne efekte.

4. GLAZBA I DIJETE

Glazba je umjetnost koja je nužna u životu svakog čovjeka od trenutka rođenja, jer ima pozitivan utjecaj na fizički, verbalni i socijalno-emocionalni razvoj djece predškolske dobi. Također, glazba obogaćuje i potiče emocionalno stanje kod djece, potiče razvoj glazbenih

sposobnosti te razvija estetski osjećaj (Marić i Goran, 2013). Glazba oduvijek ima značajan utjecaj na nas te je neizostavan dio svakodnevnog života ljudi. U današnje vrijeme, pronalaženje glazbe je vrlo jednostavno jer je ona prisutna posvuda oko nas (Vidulin – Orbanić, 2009).

Glazba predstavlja jednu od rijetkih umjetnosti koja se može primijeniti i s najmlađom djecom, od samog trenutka njihova rođenja (Marić i Goran, 2013). Škrbina (2013) navodi kako djecu treba upoznavati s glazbom i njenim elementima već u najranijoj dobi jer je ona bitan dio čovjekova života. „*Glazba je sastavni dio čovjekovog svakodnevnog života i kulture*“ (Škrbina, 2013, str. 149). Mnogi autori se slažu da svako dijete normalnog razvoja posjeduje glazbene sposobnosti te da se one vrlo rano mogu primijetiti. Djetetova okolina u ranoj dobi ima velik utjecaj na razvoj dječjih glazbenih sposobnosti, a u petoj i šestoj godini dolazi do najveće razine glazbene osjetljivosti kod djeteta. Dijete treba od najranije dobi izložiti pjevanju i glazbi te mu omogućiti da aktivno sudjeluje u glazbenom doživljaju (Strarc i sur., 2004). Rijetko se događa da roditelji u kućnom okruženju potiču razvoj glazbenih talenata kod svoje djece, stoga je iznimno važno da djeca koja idu u predškolske ustanove budu izložena glazbi i počnu s glazbenim obrazovanjem u poticajnom okruženju (Vidulin, 2016). Kako bi se pravilno razvile glazbene sposobnosti, bitno je da odrasla osoba osigura i organizira odgovarajuće uvjete. Bitno je da djeci rane dobi puštamo mirnu, tihu i laganu glazbu koja će im pružati osjećaj sigurnosti. Važno je držati ih dok im se pjeva i pjevati im uz njihove svakodnevne aktivnosti poput uspavlivanja ili hranjenja. S druge strane, djeci predškolske dobi treba omogućiti istraživanje glazbe putem opisivanja glazbe, prepoznavanja glasova, slušanja glazbe i pokreta. Najbolji način za ostvarivanje ovoga je kroz igru, budući da djeca najbolje uče i stječu nova saznanja kroz igru (Strarc i sur., 2004). Važnost glazbe u ranoj i predškolskoj dobi može se vidjeti u činjenici da će većina onoga što čujemo u tom razdoblju biti "urezano" u naše pamćenje zauvijek. Osim toga, glazba ima utjecaj na sve ljude, stoga je važno da djeca već od malih nogu budu upoznata s glazbom. Glazba ima umirujući učinak, pruža utjehu, liječi, potiče te se može koristiti u igri, na proslavama, na poslu, za šetnju ili vožnju, odnosno kad god osjetimo potrebu za njom. Sam zvuk glazbe kod djece izaziva posebne osjećaje i doživljaje te istovremeno automatski privlači njihovu pažnju (Sacks, 2012).

Pjevanje, slušanje glazbe i sviranje su područja koja potiču glazbenu osjetljivost. Sva navedena područja mogu se razvijati kod djece putem igre, budući da djeca svoja prva iskustva i spoznaje o svijetu, pa tako i glazbi, stječu kroz igru (Marić i Goran, 2013).

Najčešća glazbena aktivnost djece rane i predškolske dobi je pjevanje. Kod djece u ranom djetinjstvu, početak pjevanja može se primijetiti kroz spontano ponavljanje kratkih slogova i melodija na različitim visinama. Baš ta spontana ponavljanja slogova i melodija, odnosno pjevanje, često se javlja tijekom dječje igre, kroz koju djeca usvajaju pjesme. Kada biramo pjesmu, bitno je odabrati onu koja je prilagođena sposobnostima i vještinama djece. Nakon odabira, tu pjesmu ili čak više njih treba detaljnije i duže vremena obrađivati i proučavati. Djeca će biti više zainteresirana za pjesme koje su bliske njihovom neposrednom okruženju. Pjevanje djeci donosi veselje i radost te iz tog razloga treba uvijek poticati i ohrabrivati djecu u pjevanju, bez obzira na njihove glazbene sposobnosti i izvedbu pjesme (Marić i Goran, 2013). S djecom rane i predškolske dobi možemo provoditi aktivnosti upoznavanja i usvajanja pjesme, brojalice ili igara s pjevanjem, a aktivnosti koje provodimo moraju biti dobro promišljene i osmišljene.

Osim pjevanja, slušanje glazbe je isto izrazito važno za poticanje glazbene osjetljivosti kod djece. Osim slušanja dječjih pjesmica, djeca bi trebala slušati i klasičnu glazbu kako bi se razvijao njihov umjetnički doživljaj te kako bi se djeca upoznala s različitom vrstom glazbe, glazbenih djela i poznatim skladateljima (Majsec Vrbanić, 2008). Slušanje glazbe možemo podijeliti na pasivno i aktivno slušanje (Marić i Goran, 2013). Obe vrste slušanja glazbe su jednako važne. Pasivnim slušanjem djecu se potiče da više obraćaju pažnju na glazbu koja svira, dok se kod aktivnog slušanja glazbe koristi pokret, aplikacije ili likovno izražavanje tijekom ili nakon slušanja glazbe (Gospodnetić, 2015).

Treći segment poticanja glazbene osjetljivosti kod djece rane i predškolske dobi je sviranje. Osim što potiče glazbenu osjetljivost, sviranje potiče i razvoj psihomotorike (Marić i Goran, 2013). Djeca glazbene instrumente upoznaju svim svojim osjetilima. Prvo gledaju glazbene instrumente, zatim ih mogu i opipati, čuti kakav zvuk proizvode te istraživati što se mogu raditi s instrumentom i na koje načine ga mogu koristiti (Majsec Vrbanić, 2008). Djeca neke instrumente, kao na primjer instrumente iz Orffova instrumentarija ili instrumente koje su sami izradili, mogu koristiti u aktivnosti upoznavanja i usvajanja pjesama i brojalica.

5. UTJECAJ GLAZBE NA DJEČJI RAZVOJ

Glazba ima izuzetno važnu ulogu i utjecaj na cjeloviti razvoj djeteta (Levitin, 2016). Izuzetno rano djeca počinju primjećivati zvukove. Čak i prije rođenja, fetus reagira na vanjske zvukove i ritmičke podražaje (Starc i sur., 2004). Nakon rođenja počinju se okretati prema

određenim zvučnim podražajima. Također, istraživanja pokazuju da djeca mogu prepoznati glazbu koja je bila puštana dok su bila u majčinoj utrobi već godinu dana nakon rođenja te je preferiraju. Međutim, postoje i druga istraživanja koja dovode u pitanje tu pretpostavku, pa se ne može sa sigurnošću tvrditi njena točnost (Levitin, 2016).

Glazba obogaćuje dječji svijet, potiče razvoj mašte, pamćenje, osjetila, samopouzdanje i govor. Ona ima umirujući učinak i opušta djecu te ima utjecaj na oblikovanje njihove osobnosti. Dijete je spontani tvorac glazbe koja ga čini osjetljivijim i kreativnijim, te stoga ima utjecaj na sve aspekte dječjeg razvoja, uključujući socio-emocionalni, kognitivni, govorni i motorički (Habuš-Rončević, 2010).

5.1. Socio-emocionalni razvoj

Na emocionalni razvoj djeteta uvelike utječe glazba. Glazba kod djece potiče osjećaj sreće, svidanja, ugone i sigurnosti, a kada se dijete osjeća ugodno i sretno to se odražava na njegov cjeloviti razvoj, ali i budi djetetovu znatiželju te ga potiče na istraživanje i otkrivanje novih spoznaja. Odgojitelji često tijekom aktivnosti znaju pustiti pozadinsku glazbu što može utjecati umirujuće i poticajno na djecu, a može i utjecati na njihovu dulju koncentraciju. Glazba, također, može smiriti i utješiti dijete kad se osjeća uznemirujuće ili tužno. Djeci se često zna pustiti umirujuća glazba kada odlaze na spavanje kako bi se opustila i brže zaspala (Marić i Goran, 2013). Glazbom djeca mogu izraziti svoje emocije kroz pjevanje, sviranje određenog instrumenta ili plesanje uz glazbu. Ona im može pružiti energiju i podići raspoloženje, dok tekstovi pjesama mogu pomoći djeci da razumiju kompleksnost emocija vezanih za određenu situaciju (Belapurkar, 2017). Dijete jača i razvija svoje emocije pjevanjem pjesama te je iz tog razloga veoma važno da često potičemo djecu da pjevaju (Marić i Goran, 2013). Kroz glazbeno obrazovanje djece djeluje se na njihovu samosvijest i samokontrolu te se potiče razvoj njihovog samopouzdanja (Rikard i sur., 2013; Hallam, 2010, prema Nikolić, 2018). Glazba može doprinijeti osobnom razvoju pojedinca te pružiti pomoć pri opuštanju i prevladavanju snažnih emocija. Imajući u vidu prednosti koje donosi pojedincima, kvalitetno glazbeno obrazovanje trebalo bi biti pristupačno svakome (Nikolić, 2018).

Kroz glazbu, djeca uspostavljaju društvene veze s odraslima i drugom djecom te razvijaju socijalne vještine i kompetencije. Socijalne vještine mogu se razvijati kroz zajedničke glazbene igre, ples, pjevanje i slične aktivnosti. Djeca koja imaju izazove u komunikaciji i društvenim interakcijama lakše se uključuju u glazbene aktivnosti s drugom

djecom nego u ostale vrste aktivnosti. Kroz glazbene igre i suradničke aktivnosti, djeca se angažiraju u komunikaciji kako bi zajedno rješavala zadatke (Marić i Goran, 2013). Grupno muziciranje može doprinijeti razvoju timskog rada, odgovornosti, osjećaja postignuća, discipline, osjećaja pripadanja, izražavanja sebe, socijalnog razvoja, doživljaja nastupa, povećanja samopoštovanja, samopouzdanja i osjećaja zadovoljstva (Brown, 1980, prema Nikolić, 2018).

Istraživanja ukazuju da djeca koja su izložena glazbi i sudjeluju u glazbenim aktivnostima tijekom ranog i predškolskog razdoblja bolje reguliraju svoje emocije, iskazuju povećanu empatiju, više su otvorena za suradnju i timski rad te pokazuju naprednije društvene vještine. Nadalje, djeca koja su imala priliku svirati, pjevati i sudjelovati u raznovrsnim glazbenim aktivnostima u vrtiću, kasnije u životu manifestiraju manje straha od javnih nastupa, veće samopouzdanje i uspješniju sposobnost rada u timu (Nikolić, 2017).

5.2. Kognitivni razvoj

Glazba ima pozitivan učinak i na kognitivni razvoj djeteta. Istraživanja su pokazala da umjetničko obrazovanje ima snažniji utjecaj na strukturu mozga kada se djeca izlažu takvom obliku obrazovanja u mlađoj dobi. Nadalje, rezultati istraživanja provedenih tijekom proteklih desetljeća sugeriraju da glazbeno obrazovanje stimulira rast broja sinapsi, što znači da aktivira različite dijelove mozga u obje moždane hemisfere (Platel i sur., 1997., prema Nikolić, 2018). Dakle, naglašena je važnost glazbenog obrazovanja u kontekstu promjena koje se dešavaju u mozgu, što sugerira potrebu za razmatranjem veze između glazbene edukacije i razvoja mozga kao potencijalno uzročno-posljedične povezanosti (Nikolić, 2018).

Provedena su mnoga suvremena istraživanja o "Mozartovom efektu", tj. pozitivnom utjecaju glazbe na kognitivno funkcioniranje. Poboljšanje kognitivnih sposobnosti, poput pamćenja, brzine procesiranja i apstraktnog mišljenja, prema Schellenbergu (2004), nije direktno povezano s glazbom, već s optimalnim emocionalnim stanjem koje nastaje slušanjem glazbe te to stanje uvelike utječe na kvalitetu kognitivnog funkcioniranja.

Manasteriotti (1986) tvrdi da na mnoge aspekte psihičkog razvoja, uključujući pamćenje, mišljenje i pažnju, odnosno koncentraciju, utječe glazbeni odgoj. Nesvjesno pamćenje je karakteristično za predškolsku djecu, dok se namjerno i svjesno pamćenje razvija u petoj godini. Zbog toga su glazbene aktivnosti za djecu ranije predškolske dobi usmjerene više na igre s pjevanjem kako bi lakše upamtili pjesmu koja je povezana s njihovom aktivnošću u igri.

5.3. Razvoj govora

Glazba utječe i na razvoj govora kod djece. Glazba pomaže u razvoju složenosti govora, širi rječnik, a melodija pomaže pamćenju (Habuš-Rončević, 2010). Prije nego što djeca progovore, moraju naučiti određene koncepte i vještine, a brojalice, pjesme i igre s pjevanjem mogu im znatno pomoći i olakšati proces usvajanja govora. Pjevanjem jednostavnih dječjih pjesmica ili izgovaranjem brojlica dijete usvaja i obogaćuje svoj rječnik (Majec Vrbanić, 2008). Tekstovi različitih pjesama su veoma bitni kod bogaćenja dječjeg rječnika i razvoja govora (Marić i Goran, 2013). Kada dijete uči stihove pjesmica, prakticira ritmičke obrasce, vježba precizan izgovor glasova i obogaćuje svoj rječnik. Osim toga, dječje pjesmice omogućuju usvajanje pravilnog ritma, intonacije i naglasaka te tečan izgovor (Majec Vrbanić, 2008). Ritmične pjesme koje su popraćene pokretima prstiju i koje uključuju finu motoriku, prema Šmit (2001), imaju pozitivan utjecaj na razvoj govora i cjelokupne osobnosti djeteta. Povezanost između glazbe i razvoja govora također se očituje kroz senzoričke sposobnosti, posebno sluha koji je ključan za razvoj govora.

Uz to, pozitivni učinci glazbe, osobito pjevanja, jasno se manifestiraju kod djece s teškoćama u govoru poput brzopletosti i mucanja. Pjesmice s temama o životinjama, obitelji, prijateljima ili prirodi, koje su djeci bliske, mogu biti od velike pomoći kada radimo s djecom koja imaju teškoće u govoru ili nisu razvili govor u potpunosti. Osim što potiču razvoj govora i otklanjanje poteškoća, te pjesmice pomažu djeci da razvijaju jezik i proširuju svoje znanje i spoznaje. Upotreba takvih pjesmica ili kratkih brojlica može biti izvrsna metoda u radu koji potiče početno čitanje (Herljević, Posokhova, 2007).

Intonacija i ritam su neophodni za razvoj pravilnog govora kod djece. Od rane dobi, djeca su okružena ritmom putem igara riječima, brojlica, pokretnih igara i uspavanki. Važno je uključiti brojalice u svakodnevni rad s djecom jer su one dobro utječu na razvoj govora kod djece. Brojalice se provode kroz igru, gdje djeca ne samo da uče poštivanje pravila, već se također upoznaju s gramatičkim pravilima. Iz tog razloga, brojalice uvode djecu u jezičnu igru, a da oni toga nisu ni svjesni (Šmit, 2001).

5.4. Motorički razvoj

Glazba uvelike može utjecati na finu i grubu motoriku djeteta. Učenje sviranja instrumenta ima pozitivan utjecaj na razvoj fine motorike te istovremeno poboljšava psihomotorne vještine kod djece (Nikolić, 2018).

Što se tiče razvoja grube motorike, glazba motivira djecu da se aktivno kreću i vježbaju, što rezultira većim motoričkim napretkom (Kostadin i sur., 2019). U usporedbi s djecom rane dobi koja nisu sudjelovala u glazbenim programima, djeca rane dobi koja su sudjelovala u glazbenim aktivnostima pokazala su poboljšanu pokretljivost, bolju sposobnost izražavanja ritma i tonova te unaprijeđenu motoričku koordinaciju (Gruhn, 2002; Kalmar, 1982 prema Nikolić, 2018). Poticanje djece na glazbu i razvoj glazbenih sposobnosti ne samo da utječe na njihovo razumijevanje umjetnosti glazbe, već u isto vrijeme potiče razvoj motoričkih vještina, poboljšanu ravnotežu i koordinaciju te preciznije pokrete (Majsec Vrbanić, 2008).

Ritam, koji je jedan od ključnih elemenata glazbe, spontano potiče pokrete našeg tijela (Kovačević i Baniček, 2014). Za poticanje osjećaja za tempo i ritam kod djece rane dobi, poželjno je koristiti jednostavne pokrete koji se kombiniraju s glazbom. Djeci je važno pomoći da prepoznaju razlike između sporijeg i bržeg tempa te glasnijih i tiših tonova. Kada se obrađuju brojalice ili pjesmice, ritam se može oponašati pljeskanjem rukama, sviranjem po tijelu ili lupkanjem nogama (Herljević i Posokhova, 2007). Nikolić (2018) navodi kako tjelesne i glazbene aktivnosti imaju utjecaj na poboljšanje ritamskih sposobnosti u izvođenju motoričkih vještina. Ritamske sposobnosti se definiraju kao sposobnost praćenja, razumijevanja i razlikovanja ritma pokreta u skladu s okolinom i u određenom vremenskom okviru. To omogućuje djetetu učinkovitu motoričku prilagodbu u nepredvidivoj okolini i potiče uspješnost u izvođenju motoričkih aktivnosti.

6. PLES I POKRET

Ljudi su od davnina njegovali ples kao sastavni dio svoje kulture. Ples su koristili kako bi iskazali poštovanje prema suncu, mjesecu i drugim božanstvima te prirodnim pojavama. Plesom su obilježavali važne trenutke poput rođenja i smrti, slavili uspješan ulov ili završetak žetve. Ples je imao važnu ulogu u održavanju ravnoteže unutar zajednica, a čak se vjeruje da je imao i terapijski učinak i pomagao u samoozdravljenju (Škrbina, 2013).

Svoja unutarnja stanja čovjek najlakše i najučinkovitije iskazuje upravo glazbom i plesom (Maletić, 1986). Takav izraz može biti jednostavno izražavanje emocije na licu, kao grimasa koja se pojavi kada nas nešto nasmije, iznenadi ili naljuti. Također, može biti i izražavanje ugodnosti kroz njihanje uz glazbu koju volimo. Međutim, ne može se svaki od tih pokreta nazvati plesom. Stoga je važno definirati ples kao strukturirano kretanje tijela u

skladu s glazbom. Treba shvatiti da uobičajeni pokreti poput hodanja, trčanja i skakanja, čak i kad se izvode uz glazbu i ritam, nisu nužno ples. Na primjer, vojnik koji hoda u ritmu glazbe nije plesač, niti osoba koja trči uz ritam omiljene pjesme nije plesač. U ovom kontekstu, takva kretanja nazvat ćemo jednostavno pokretom. Ples se, u pravom smislu te riječi, odnosi na pokrete koje ne možemo lako ponoviti ili imitirati bez određenog mentalnog napora. Prema toj logici, ples se može definirati kao ritmička progresija tijela koja uključuje raznovrsne i promišljene pokrete udova (Scott, 2006). Ples je univerzalni jezik koji je inherentan svim ljudskim bićima i može se razumjeti bez potrebe za verbalnom komunikacijom. Svaki pojedinac posjeduje ples kao jedinstveni način izražavanja vlastitog tijela. Ples se sastoji od ritmičkih i uzastopnih pokreta jednog ili više dijelova tijela, bilo da se izvodi na jednom mjestu, u sjedećem položaju ili u pokretu, uz pratnju zvučnih elemenata (Škrbina, 2013).

Motivaciju za ples možemo povezati s urođenom potrebom čovjeka za ritmičkim kretanjem, izražavanjem viška energije, izražavanjem emocija, nagonom za igrom, zajedništvom i estetskim oblikovanjem (Sušanj, 2014).

Za djecu rane i predškolske dobi, kretanje je jedan od prvih i ključnih načina istraživanja svijeta oko sebe, a taj proces nastavlja se i dok oni rastu i razvijaju se. Pokret i ples igraju važnu ulogu u pomaganju djeci da postanu svjesna svog tijela i razviju prostornu svijest u interakciji s drugom djecom. Kroz osvještavanje pokreta, djeca uče kontrolirati svoje tijelo, slijediti upute te razvijaju vještine slušanja i poštovanja drugih u zajedničkom prostoru (Navojec i Curić, 2015).

Navojec i Curić (2015) također navode da svakom djetetu treba omogućiti zdrav i sveobuhvatan razvoj od najranije dobi. Ples igra ključnu ulogu u razvijanju svijesti o prirodnom kretanju, kako u samostalnom izražavanju tako i u interakciji s drugima. On promiče prihvaćanje sebe, razumijevanje drugih i poštovanje različitosti. Stoga, ples bi trebao biti dostupan svakom djetetu kao integralni dio odgoja, bez obzira na jezik, spol, nacionalnost, socijalni status ili kulturnu pripadnost. Također, ples nije rezerviran samo za profesionalne plesače, već je on dostupan svima. Jedini važan kriterij za sudjelovanje jest uživanje, a ne postizanje određenog fizičkog ili tehničkog savršenstva. Plesna umjetnost je temelj svih umjetnosti te pronalazi svoj izraz u ljudskoj osobnosti (Škrbina, 2013).

Pokret je u osnovi svega živog na ovom planetu te je stoga odraz našeg vitaliteta i mjesto prve ljudske kreativnosti. Neverbalni jezik je prvi jezik koji dijete savlada, stoga je igra putem pokreta najprirodniji put razvoja dječje kreativnosti jer jezikom pokreta

osmišljavamo, oblikujemo i izvodimo plesne igre. Pokret je neiscrpan način fizičkog izražavanja koji omogućuje beskonačan broj plesnih izričaja kroz različite forme i kompozicije (Šumanović i sur., 2005). Izuzetno rano u razvoju, već tijekom fetalnog razdoblja, prepoznajemo prisutnost pokreta, a prvim udahom novorođenče započinje svoj "ples" koji će trajati kroz cijeli ljudski život. Plesni pokret, duboko ukorijenjen u ljudski rod, pruža raznolike mogućnosti za kreativno izražavanje, spajajući tjelesne, intelektualne, emocionalne i duhovne aspekte te potičući njihov razvoj.

Granica između prirodnog ljudskog kretanja i umjetnosti pokreta često je vrlo tanka, a koncepti i jezik umjetnosti su često dostupni svakom ljudskom biću. Ova bliskost principa omogućuje spajanje pokreta i plesa te održava njihovu vitalnost i prisutnost u cjelokupnoj ljudskoj civilizaciji. Ples i pokret utječu na perceptivne, kinestetičke, kognitivne i kreativne aspekte učenja te potiče razvoj inteligencije. Metode koje se koriste u plesnom obrazovanju potiču kreativnost, samosvijest i kritičko razmišljanje (Navojec i Curić, 2015).

6.1. Kreativni ples i pokret

Kreativni ples, prema Dimondsteinu (1971, prema Sušan, 2014), predstavlja interpretaciju djetetovih ideja, osjećaja i osjetilnih dojmova simbolički iskazanih putem pokreta, koristeći tijelo na jedinstven način. Uspoređujući s drugim vrstama plesova, kreativni ples se razlikuje po improvizaciji, stvaranju pokreta u trenutku i spontanosti. Sušan (2014) navodi da se ovaj tip plesa fokusira na pokret i osjećaje u tijelu, koji vode u pronalasku smislenih i zadovoljavajućih pokreta.

U kreativnom plesu nema ispravnog ili pogrešnog. Nema rutina koje treba naučiti. Ono što je važno u kreativnom plesu je da plesač koristi svoje unutarnje resurse kako bi se izravno i jasno izrazio (Joyce, 1973). U kreativnom se plesu kombiniraju pokreti koji se stvaraju i ostvaruju u tijelu na nov način, omogućujući izražavanje i komuniciranje putem pokreta (Sušan, 2014). U ovoj vrsti plesa očitovanje dolazi prije tehnike. Za profesionalnog plesnog izvođača, put prema plesu započinje obukom instrumenta, ljudskog tijela, dok u kreativnom plesu put započinje istraživanjem elemenata plesa - tijela, prostora, sile i vremena. Cilj kreativnog plesa je usmjeriti djecu prema kreativnom korištenju elemenata plesa. Prvo istražuju i eksperimentiraju, zatim razumiju i kontroliraju te na kraju svjesno koriste elemente plesa u kretanju. Kada djeca koriste ove elemente za vlastiti kreativni izričaj, to je kreativni ples: ostvarili su povezanost između unutarnjeg bića i jezika pokreta (Joyce, 1973).

Kreativni ples je specifičan jer koristi tjelesno kretanje na nekonvencionalan način kao izraz osobnosti. Djeca pronalaze ispunjenje kroz ples na način koji ne mogu doživjeti kroz druge aktivnosti, jer ples uključuje njihov unutarnji svijet i tjelesno kretanje. Kada plešu, djeca nisu zabrinuta igrom, objektom ili drugom osobom; njihova pažnja je usmjerena na sam akt kretanja. Kroz kreativni ples, djeca otkrivaju mnogo toga o svom tijelu, umu, jeziku, mislima, mašti i idejama. Ove vještine primjenjuju u igrama, sportu i svakodnevnom životu. Ova povećana percepcija može se proširiti na druge umjetnosti. Možemo primijetiti da se elementi plesa pojavljuju i u slikarstvu, glazbi i književnosti, što im pomaže u razumijevanju linija, dizajna, mase i oblika u slikarstvu; melodije, harmonije, ritma i fraziranja u glazbi; te slikovitosti i tečnosti u književnosti. Uče kako se izražavati putem tijela te postaju svjesni tjelesnog jezika i njegove veze s riječima. (Joyce, 1973).

Kroz kreativni pokret, djeca dobivaju priliku da istražuju nove načine kretanja i istovremeno uče da postoji više od jednog načina rješavanja problema, pitanja ili zadataka. Ples pruža obilje iskustva u istraživanju i stvaranju te može imati snažan utjecaj na svakodnevni život djece, budući da se radi o tjelesnoj aktivnosti i sredstvu izražavanja. Kao što sam i prije spomenula, kroz ples djeca također razvijaju svijest o vlastitom prostoru te se uče kretati u njemu, dok istovremeno poštuju prostor druge djece kada se kreću zajedno. Ova svijest o prostoru i kretanju koju razvijaju kroz ples može se prenijeti na druge svakodnevne aktivnosti (Navojec i Curić, 2015).

Kreativni pokret se može javiti u različitim situacijama u kojima djeca osjećaju slobodu i žele pokrenuti svoje tijelo. Kroz osjećaj ritma, pulsa, ideje ili emocije, dječja tijela postaju instrumenti njihovog izražavanja i unutarnjeg stanja. Ova vrsta kreativnog izražavanja donosi djeci ispunjenje i radost, ali također pruža mnoge koristi za njihov razvoj (Mayesky, 2008).

6.1.1. Benefiti kreativnog pokreta

Kroz kreativni pokret, djeca razvijaju socijalne vještine, svijest o vlastitom tijelu, osjetilnu svijest, koncentraciju i rade na osobnom razvoju (Mayesky, 2008).

Kreativni pokret potiče djecu da uspostave komunikaciju s okolinom i međusobno se povežu dok istražuju kretanje. Kroz zajedničko kretanje, djeca uče surađivati unutar društvenih struktura i razumjeti različite odgovore druge djece. Kroz aktivnosti pokreta, djeca razvijaju svijest o vlastitoj jedinstvenosti i nauče prepoznati i cijeniti jedinstvenost drugih (Mayesky, 2008).

Kontrola vlastitog tijela je prva vrsta kontrole koju djeca stječu nad sobom. Kroz kreativne aktivnosti pokreta, djeca razvijaju bolju svijest o vlastitom tijelu. Svijest o tijelu je ključna jer nam pomaže postati svjesni naših osjećaja koji se ne manifestiraju samo u mislima, već i u tijelu. Kada smo ljuti ili uzbuđeni, osjećamo to u cijelom tijelu. Svijest o tijelu također je važna za razvoj prostorne orijentacije, ali i za razvoj motoričkih vještina (Mayesky, 2008).

Kada djeca istražuju različite oblike kretanja, sva njihova osjetila su uključena. Vizualno djeca reagiraju na slike koje vide i stvaraju. Slušajući, reagiraju na zvukove koje stvaraju ili glazbu koju čuju. Kroz kinestetičku svijest, djeca osjećaju pokrete i oblike koje njihova tijela izvode. Taktilna iskustva, poput izvođenja posebnih pokreta na podu ili hodanja bosih nogu, potiču njihovu svijest o dodiru. Takvo potpuno senzibilno iskustvo pomaže im bolje razumjeti sebe i svoje okruženje. Jača njihovu maštu i povećava njihovu sposobnost da svjesnije proživljavaju život (Kranowitz, 2018).

Tijekom sudjelovanja u kreativnim aktivnostima pokreta, djeca razvijaju i važne osobne vrijednosti poput poštovanja, samopoštovanja i osjećaja svrhe (Mayesky, 2008).

7. UTJECAJ POKRETA I PLESA NA DJEČJI RAZVOJ

Janković (2012) naglašava kako tjelesno-ritmički odgoj pozitivno utječe na sveukupni razvoj, uravnoteženost i osobnost djeteta te navodi kako ples potiče razvoj osjetilne osjetljivosti tijela, pomažući nam da postanemo svjesni doživljaja koje naše tijelo doživljava kroz pokret. On također razvija motoričke sposobnosti tijela, potičući nas na stvaralački pristup pokretu i plesu te kreativno izražavanje i komunikaciju putem plesnih pokreta. Kroz ples, razvijamo osjećaj za estetiku pokreta te poboljšavamo koncentraciju, opservaciju i pamćenje. Također, ples nam pomaže u razvijanju samodiscipline i usredotočenosti. Ples potiče djecu na međusobno uvažavanje i suradnju putem pokreta, stvarajući atmosferu zajedništva i timskog rada. On omogućuje i povezivanje s drugim obrazovno-odgojnim područjima, pomažući nam da vidimo korelacije između plesa i drugih sadržaja. Posebno je istaknuta prirodna sinergija između zvuka i pokreta, odnosno glazbe i plesa, koja se očituje kroz isprepletenost i harmoniju ova dva izraza umjetnosti.

Dakle, možemo zaključiti da ples i pokret utječu na mnoga razvojna područja kod djece, a neka od njih su razvoj motorike, funkcionalni razvoj, kognitivni razvoj te socio-emocionalni razvoj.

7.1. Motorički razvoj

Kroz ples i pokret, djeca postaju svjesna svoje brzine kretanja, mogućnosti ubrzanja ili usporavanja, zaustavljanja ili pokretanja te kako kontrolirati tijelo pri promjeni smjera. Pokret pomaže djeci da usvoje nove motoričke vještine te da ojačaju i nadograđuju već postojeće vještine. Može se primijetiti da s vremenom djeca s veseljem ponavljaju, mijenjaju i istražuju nove načine kretanja. Na taj način poboljšavaju koncentraciju, kontrolu tijela, ravnotežu, izdržljivost i cjelokupnu tjelesnu snagu (Navojec i Curić, 2015). Motoričke sposobnosti, poput snage, brzine, fleksibilnosti, ravnoteže i koordinacije, također se razvijaju kroz ples.

Važno je prilagoditi plesni sadržaj dobi i interesima djece kako bi se potaknuo optimalan razvoj djeteta i stvorilo ugodno okruženje u kojem će se dijete osjećati dobro i biti motivirano. Kroz strukture plesa, motoričke sposobnosti se kontinuirano razvijaju, a istovremeno se njeguje osjećaj za koordinaciju kroz prostor i vremenski aspekt pokreta (Škrbina, 2013). Postoji poveznica između razvoja motoričkih sposobnosti i pokreta. Dio tih sposobnosti određen je genetskim faktorima, dok na drugi dio utječu vanjski faktori poput tjelesne aktivnosti, igre i sportskog treninga (Kosinac, 2011).

7.2. Funkcionalni razvoj

Funkcionalne sposobnosti obuhvaćaju rad organskih sustava u tijelu, posebno srčano-žilnog i dišnog sustava, te njihovu sposobnost primanja i prijenosa energije, regulaciju i oporavak nakon opterećenja. Plesom se potiču funkcionalne sposobnosti tijela koje uključuju stabilnost i regulaciju sustava za prijenos energije, unutarnje organe i organske sustave. Ples ima važnu ulogu u poboljšanju kardiovaskularne izdržljivosti, prevenciji srčano-žilnih bolesti te povećanju kapaciteta pluća za unos kisika. Tjelesna aktivnost, poput plesa, održava ravnotežu energetskog sustava u organizmu. Također, ples ima preventivnu ulogu u borbi protiv pretilosti jer održava tjelesnu ravnotežu i sprječava nakupljanje viška kilograma u tijelu (Škrbina, 2013).

7.3. Kognitivni razvoj

Složene i precizne pokrete koji se izvode u početnim fazama učenja i vježbanja zahtijevaju veću kognitivnu angažiranost. Iz ove tvrdnje se može zaključiti da su kompleksne motoričke aktivnosti povezane s većim kognitivnim opterećenjem. Ples, koji uključuje specifične pokrete, ima značajan doprinos u razvoju kognitivnih sposobnosti kod djece (Škrbina, 2013).

Djeca trebaju naučiti razmišljati o problemima na različite načine, prakticirati kritičko razmišljanje i surađivati s drugima kako bi pronašli nova rješenja, a kreativne umjetnosti, prema svojoj definiciji, podržavaju ovakav razvoj djece. Pokret omogućuje djeci da pristupe zadatku putem tijela ili kinestetičkog iskustva te da dođu do novih pitanja, odgovora i inovativnih rješenja. Nedavna neurološka istraživanja potvrđuju fiziološku potrebu za kretanjem koja utječe na razvoj živčanog sustava i razvoj mozga (Navojec i Curić, 2015).

7.4. Socio-emocionalni razvoj

Ples, kao i drugi umjetnički izrazi, izaziva dublje i intenzivnije emocionalne reakcije. On postaje više od običnog fizičkog kretanja u prostoru, jer je pokretan osjećajima koji ga nadmašuju i uzdižu na duhovnoj razini. Ritmičkim kretanjem osobe, izmjenjuju se različiti osjećaji i raspoloženja, od sirove stvarnosti do čiste apstrakcije. Vidljiv je i psihološki učinak plesnih aktivnosti, jer smanjuju anksioznost i depresivno ponašanje. Ples doprinosi emocionalnoj stabilnosti djeteta i odrasle osobe (Škrbina, 2013). Djeca kroz plesne aktivnosti uče biti svjesna svojih emocija, izražavati ih kroz pokret i razumjeti važnost poštovanja tuđih emocija (Gregurić, 2022). Organiziranjem i usmjeravanjem na plesne aktivnosti, mogu se smanjiti neprihvatljiva društvena ponašanja kod djece. Također, ples pruža mogućnost oblikovanja snažne volje i karaktera te razvijanja pozitivnih osobina i moralnih kvaliteta (Škrbina, 2013). Djeca koja ne mogu izraziti svoje osjećaje verbalno, puno lakše će ih izraziti pokretom i kretanjem (Navojec i Curić, 2015).

Socijalni aspekt plesa također je važan. Djeca kroz ples razvijaju svijest o sebi i drugima, učeći da nije sve oko njih usmjereno samo na njihove potrebe. Kroz plesne aktivnosti, djeca se uče prilagoditi partneru ili manjoj grupi, usredotočujući pritom pažnju na druge. Ples i pokret igraju značajnu ulogu u poboljšanju socijalnih vještina djeteta, potičući komunikaciju unutar grupe i razvijajući samokontrolu (Škrbina, 2013). Navojec i Curić (2015) ističu kako kreativni pokret pruža izvrsnu priliku za grupni rad s djecom. Kroz pokret, stvaranje koreografija i različitih plesnih struktura, djeca stječu svijest o tome da svatko može pridonijeti grupi te da zajedno mogu raditi na pronalaženju rješenja. Kroz slušanje uputa, dijeljenje i prihvaćanje ideja te jednostavno kretanje u zajedničkom prostoru, djeca uče i prakticiraju socijalne vještine.

8. TERAPIJA GLAZBOM I PLESOM

Ples i glazba imaju snažan utjecaj na našu psihu i tijelo. Terapeuti koriste ples i glazbu kako bi pomogli ljudima u različitim situacijama, kao što su depresija, anksioznost, stres i traume. Ples i glazba mogu pomoći pojedincima da se osjećaju bolje i da se lakše nose sa svojim emocijama.

Mnogi znanstvenici su proveli istraživanja o iscjeljujućim svojstvima plesa i glazbe, kao i njihovom općem utjecaju na pojedinca. Učinci glazbe i plesa ovise o mnogim faktorima. Mnoge psihološke reakcije se potiču glazbom i plesom (Škrbina, 2013).

8.1. Terapija plesom i pokretom

Prema definiciji Američkog udruženja plesnih terapeuta, terapija plesom i pokretom odnosi se na korištenje pokreta i plesa u kreativnom procesu kako bi se potaknula integracija pojedinca na kognitivnoj, tjelesnoj, socijalnoj i emocionalnoj razini. U terapiji plesom i pokretom, temeljni cilj je osvijestiti, reintegrirati i poboljšati tri elementa kod pojedinca: predodžbu o sebi, raspon i kvalitetu emocionalnih doživljaja kroz proces pokreta te vještinu neverbalne komunikacije (Škrbina, 2013).

Škrbina (2013) navodi da je jedna od tehnika koja se koristi u terapiji je tehnika promatranja. Terapeut prati napetost tijela i nastoji postići usklađenost tijela s prostorom. Na početku svake terapije ključno je uspostaviti povjerljiv i empatičan odnos kako bi komunikacija, razumijevanje i rezultati terapije bili što uspješniji. Korištenje mašte i metafora ima značajnu ulogu u terapiji plesom i pokretom, pružajući temelj za proces terapije. Osoba koja se podvrgava terapiji može koristiti sposobnost stvaranja simbola, maštovite igre, slika i pokreta kako bi bolje komunicirala s okolinom.

U terapiji plesom uključuje se i koncept simbolizacije putem tijela. Simbolizacija se odnosi na proces u kojem se imaginarni procesi odvijaju istovremeno s motoričkim aktivnostima, odnosno to je posebna vrsta plesova u kojima se kroz simboličke pokrete integriraju misli i osjećaji. U ovoj terapijskoj praksi, pojedinac ne mora posjedovati plesne vještine niti biti fizički aktivan, već na svoj osobit način treba prenijeti svoje misli, osobne stavove i osjećaje putem pokreta. Ples može imati dvostruki učinak - može potaknuti emocije, ali isto tako može ih i smiriti. Kroz vrijeme, pojedinac će postati svjestan svojeg tijela u vezi s pokretima i emocijama te na taj način ojačati svoj odnos s okolinom (Škrbina, 2013).

Maletić (1986) je zaključila da ples ima dvojako djelovanje na ljude - nekoga ples smiruje, dok nekoga uzbuđuje. Suvremena psihoterapija je također otkrila ovo dvostruko djelovanje plesa. Plesom se može potaknuti izražavanje emocija kod agresivnih pojedinaca, a istovremeno se može koristiti u radu s ostalom djecom. Primjerice, pasivno dijete može plesom biti potaknuto na veću budnost i živahniju aktivnost, dok se previše bučno i dinamično dijete može umiriti plesom (Škrbina, 2013, prema Maletić, 1983).

Aktivno sudjelovanje pojedinca u terapiji plesom i pokretom može rezultirati pozitivnim promjenama. To može uključivati poboljšan kontakt s tijelom i emocijama, dublje upoznavanje sebe i vlastitih sposobnosti te integraciju tih sposobnosti na kognitivnoj, tjelesnoj i emocionalnoj razini. Kroz terapiju se također može postići svjesnost stvarnih unutarnjih potreba i oslobađanje od potreba nametnutih izvana, što rezultira kvalitetnijim kontaktom s okolinom (Škrbina, 2013). Osobe koje imaju teškoću izražavanja vlastitih osjećaja verbalno mogu pronaći veliku pomoć u plesu kao obliku psihoterapije. Ples može im pomoći da prevladaju traumatična iskustva iz prošlosti te da se emocionalno izraze kroz pokret (Pericleous, 2011).

Provedeno je niz istraživanja kojima se nastojalo dokazati pozitivan utjecaj plesa na zdravlje i kvalitetu života pojedinca. Pokazalo se da plesno kretanje i umjetnost pokreta utječu na poboljšanje komunikacije kod djece te su potpora socijalnom, psihomotornom i kognitivnom funkcioniranju kod djece. Također, kod osoba s intelektualnim teškoćama, plesno gibanje poboljšava komunikaciju i motoričke sposobnosti te smanjuje psihičku napetost. Plesna terapija može često pomoći i osobama s poremećajem iz autističnog spektra u uspostavljanju komunikacije s okolinom. Isto tako, ovakva vrsta terapije pruža podršku i osobama s poteškoćama vida ili sljepoćom kako bi povećale svoje samopouzdanje i razvile sposobnosti prepoznavanja zvuka, ritma te boljeg osvajanja i prepoznavanja prostora te snalaženja u njemu (Škrbina, 2013).

Terapija plesom i pokretom se pokazala izuzetno uspješnom u radu s osobama koje imaju različite poteškoće i poremećaje. Kroz nju su postignuta značajna poboljšanja na kognitivnoj, emocionalnoj, motoričkoj i socijalnoj razini. Sudionici terapije su naučili prihvaćati sebe, razvijati empatiju, razvijati neverbalne znakove, aktivno sudjelovati te izražavati emocije kroz pokret i tijelo, uz ostale mnogobrojne fizičke i psihičke dobrobiti (Škrbina, 2013). S obzirom na terapijske prednosti i sve pozitivne učinke, ples bi trebao biti

dostupan svakom djetetu svakodnevno te na individualnoj razini prilagođen osobama s različitim razvojnim teškoćama.

8.2. Terapija glazbom

Zvuk posjeduje kreativne i iscjeljujuće moći. Novorođenčad se opušta kada im majke pjevaju, nježno im govore ili ih uspavljaju. Poznato je da glazba stvara pozitivno i opuštajuće ozračje te omogućuje senzorno povezivanje koje je ključno za dugoročno pamćenje (Habuš-Rončević, 2010).

Škrbina (2013) govori o vezi između glazbe i medicine koja postoji još od davnih vremena magijske medicine, koja je koristila pjevanje, ples i udaraljke. Glazbena terapija je učinkovita zbog vibracija zvuka koje utječu na procese u mozgu, te stoga imaju utjecaj na emocionalne, kognitivne i tjelesne funkcije.

Glazbena terapija se može gledati sa znanstvenog ili terapijskog aspekta. Ako se proučava sa znanstvenog aspekta gleda se kao grana znanosti koja istražuje kompleks zvukova koji su povezani s ljudskim bićem, dok je s terapijskog gledišta disciplina koja koristi glazbu, zvuk i pokrete kako bi postigla povratni učinak, odnosno poboljšala komunikaciju i omogućila pojedincu bolje funkcioniranje. Terapeut koji koristi ovakvu terapiju ne podučava pojedince glazbi, već koristi glazbu kako bi pomogao pojedincu zadovoljiti njegove fizičke, psihičke, emocionalne i socijalne potrebe (Škrbina, 2013).

Ova terapijska metoda je prikladna za rad s različitim skupinama, uključujući osobe s dijagnosticiranom depresijom, poremećajem iz spektra autizma, motoričkim poteškoćama, intelektualnim teškoćama, psihijatrijskim poremećajima i drugima. Brojna istraživanja su pokazala da glazbena terapija može potaknuti senzornu osjetljivost, smanjiti osjećaj boli te utjecati na kontrolu krvnog tlaka, srčane aktivnosti i razinu hormona stresa (Škrbina, 2013).

Reakcija svakog djeteta na glazbu je individualna, stoga glazbeni terapeut primjenjuje različite metode i koristi raznolike glazbene kompozicije u terapiji kako bi postigao zadovoljavajući odgovor djeteta na glazbu (Kenelly i Brien-Elliott, 2001). Programi glazbene terapije usmjereni su prema sposobnostima svakog djeteta te se stvara poticajno okruženje u kojem dijete može sudjelovati prema svojim individualnim mogućnostima i razini, a pri tome se ne isključuju rehabilitacijski ciljevi (Edwards, 1999).

Cilj glazbene terapije jest podrška djetetu u prilagodbi, poticanje razvoja odgovarajućih vještina te smanjenje stresa i nelagode (McDonnel, 1983). Prema istraživanju

Paula i Ramseya (2000) glazbene aktivnosti primijenjene u terapiji moraju biti pristupačne i prilagođene dobi djece, omogućujući im ispoljavanje vlastite kreativnosti što donosi osjećaj postignuća i potiče daljnje sudjelovanje.

Autorica Škrbina (2013) također ističe improvizaciju kao efikasnu metodu glazboterapije koja može postići različite ciljeve, kao što su poticanje samoizražavanja, smanjenje stresa i olakšanje duševne napetosti. Improvizacija, odnosno spontano izvođenje glazbe, ima svoju snagu u postizanju tih raznolikih ciljeva.

Ranije spomenuti njemački skladatelj i pedagog Carl Orff, osmislio je metodu glazbene terapije poznatu kao Orff metoda u osamdesetim godinama 20. stoljeća. Osnovna koncepcija ove metode je da se glazba ne bi trebala provoditi u natjecateljskom okruženju. Orff terapija se primjenjuje s djecom bez obzira na to imaju li ona neke poteškoće ili nemaju, te često kod djece izaziva osjećaj zadovoljstva. U ovoj metodi se kombinira pokret s različitim glazbenim instrumentima. Na primjer, sporija glazba potiče lagane pokrete, dok življa glazba potiče energičnije pokrete kao što su trčanje, okretanje i skakanje. U Orffovoj metodi glazbene terapije koriste se instrumenti iz Orffovog instrumentarija koji su namijenjeni specifično za postizanje opuštanja, koncentracije, razvoja osjetilne percepcije i koordinacije (Škrbina, 2013).

9. ULOGA ODGOJITELJA U POTICANJU GLAZBENO-PLESNIH AKTIVNOSTI

U procesu odgoja i obrazovanja, odgojitelj ima izuzetno važnu ulogu u stvaranju poticajnog i podržavajućeg okruženja, temeljenog na individualnim potrebama svakog djeteta. To zahtijeva poznavanje načina na koje dijete uči, upotrebu alternativnih strategija i slično (Slunjski i sur., 2006). Suvremeni odgojitelj treba težiti neprekidnom profesionalnom razvoju, stalnom usavršavanju i biti svjestan svoje uloge u odgojnom procesu (Milinović, 2015).

Odgojitelj je osoba koju djeca promatraju, njihov model, te on nosi odgovornost za odabir i prezentaciju sadržaja unutar odgojno-obrazovne skupine (Zajčić, 2016). Odgojitelj je uzor u svim aktivnostima, uključujući i umjetničke, gdje svojim djelovanjem potiče dječje kreativne sposobnosti te im pomaže oblikovati i usmjeriti ih na ispravan način (Vidulin, 2016).

Jedna od važnih uloga odgajatelja je poticanje, stvaranje i organiziranje prostora i materijala za glazbene sadržaje, aktivnosti pokretom i ostale aktivnosti koji imaju pozitivan utjecaj na sveukupni razvoj predškolskog djeteta. Odgajatelj mora znati pristupiti djetetu i zainteresirati ga za glazbenu umjetnost i glazbene aktivnosti kako bi dijete moglo razvijati svoje glazbene sposobnosti (Vidulin, 2016). Odgajatelj ima važnu ulogu u planiranju i organizaciji glazbenih i plesnih aktivnosti kako bi one imale pozitivan utjecaj na daljnji razvoj i napredak djeteta.

Uloga odgajatelja uključuje ulogu motivatora, posrednika, suigrača i promicatelja inkluzije putem glazbe. Kao motivator, odgajatelj treba potaknuti dječji interes za glazbu i aktivno sudjelovanje u glazbenim aktivnostima na različite načine. Svako dijete je radoznalo, aktivno i kompetentno biće te je važno podržati i ohrabriti njihovu radoznalost putem glazbenih aktivnosti, s obzirom na to da svako dijete ima jedinstvene glazbene sposobnosti koje treba dalje razvijati. Prilikom poticanja interesa za glazbu, ključno je da odgajatelj odabere prikladnu glazbu koja će biti bliska djetetu. Osim pjevanja i slušanja glazbe, motivacija za glazbenu umjetnost može se postići putem plesa, pokreta i likovnog izražavanja, što spaja različite aspekte djetetova razvoja i doprinosi sveobuhvatnom napretku predškolskog djeteta. Osnovna uloga odgojitelja leži u poticanju zanimanja za glazbu i poticanju dječje želje za sudjelovanjem u raznovrsnim glazbenim aktivnostima, uključujući pjevanje, slušanje glazbe, sviranje i ples uz glazbu (Habuš Rončević, 2014).

Kao posrednik, odgojitelj neizravno sudjeluje u glazbenim aktivnostima djece stvarajući fizičke i prostorne uvjete za njihovo provođenje. Posebnu pažnju posvećuje uređenju, rasporedu i opremanju glazbenog centra u dnevnom boravku. Kvalitetno opremljen glazbeni centar omogućuje djeci veću samostalnost i suradnju u provedbi glazbenih aktivnosti te aktivno bavljenje glazbom. Kako bi se omogućilo sudjelovanje djece s različitim glazbenim sposobnostima, bitno je opremiti glazbeni centar raznovrsnim instrumentima. Povremeno, u glazbenim aktivnostima, odgajatelj mora preuzeti i ulogu suigrača, napuštajući ulogu nadzora i organizatora. Važno je imati povjerenje u dijete i dopustiti mu da spontano organizira glazbene aktivnosti te odabere pjesme. Odgajatelj se uključuje kao suigrač u djetetove glazbene igre i postaje partner djetetu u plesanju, pjevanju, sviranju i drugim glazbenim aktivnostima. Da bi odgajatelj usmjerio djecu prema glazbi i razvio njihove glazbene interese, bitno je da sam odgajatelj osjeća radost i sreću prema glazbi, da aktivno sudjeluje u glazbenim aktivnostima zajedno s djecom te da ima jasan cilj (Habuš Rončević, 2014).

Odgojitelj može na još mnogo različitih načina poticati djetetovu kreativnost u izražavanju glazbom i pokretom, a neki od njih su organiziranje dječjih priredbi i različitih svečanosti na kojima će djeca moći pokazati svoje glazbene i plesne sposobnosti roditeljima i obitelji te organiziranje posjeta raznim kulturnim ustanovama, kao što su kazališta i plesne ili glazbene škole (Majsec Vrbančić, 2008).

10.ZAKLJUČAK

Glazba i ples su izuzetno moćni načini izražavanja unutarnjih stanja čovjeka (Maletić, 1986). Ova vrsta izražavanja omogućuje nam da se oslobodimo, povežemo s vlastitim identitetom i dublje razumijemo sebe. Kroz glazbu i ples, imamo priliku istražiti i izraziti ono što je teško izreći riječima. To su jezici koji prevladavaju granice jezika i kulture, dopirući do srži našeg bića i omogućujući nam da se povežemo s drugima na suptilan i autentičan način. Kroz povijest, ove umjetnosti su bile prisutne u ljudskom iskustvu, pružajući nam ne samo estetsko zadovoljstvo, već i alate za izražavanje, komunikaciju i rast.

Glazba je više od samih zvukova - ona ima sposobnost dodirnuti naša srca, izazvati emocije i potaknuti različite senzacije. Djeca rane i predškolske dobi, posebno osjetljiva na senzorne podražaje, reagiraju na glazbu na jedinstven način. Kroz slušanje, pjevanje, sviranje jednostavnih glazbenih instrumenata i ritmičko kretanje, djeca razvijaju svoje senzorne sposobnosti, motoričke vještine i kognitivne procese. Glazba također potiče njihovu kreativnost, samopouzdanje i socijalnu interakciju, omogućavajući im da se izraze na jedinstven način.

Ples i pokret također igraju ključnu ulogu u razvoju djece. Kroz ples, djeca se izražavaju tjelesno i emocionalno, istražujući prostor, ritam i svoje vlastito tijelo. Pokret potiče motorički razvoj, koordinaciju, ravnotežu i fleksibilnost. Prema Navojec i Curić (2015), djeca kroz kreativni pokret dobivaju priliku istraživati nove načine kretanja i istovremeno uče da postoji više od jednog načina rješavanja problema, pitanja ili zadataka. Ples predstavlja bogato iskustvo istraživanja i stvaranja te može imati snažan utjecaj na svakodnevni život djece, budući da se radi ujedno i o tjelesnoj aktivnosti i o sredstvu izražavanja. Osim toga, ples ima terapijski potencijal, pružajući djeci mogućnost da oslobode emocionalne napetosti, poboljšaju koncentraciju i samoregulaciju te razviju svoje kreativne potencijale.

Kroz glazbenu terapiju i terapiju plesom, ljudi mogu pronaći oslobađajući prostor za izražavanje i suočavanje s emocionalnim ili psihičkim izazovima. Ove terapije omogućuju nam da se dublje povežemo sa sobom, proširimo svoju svijest i pronađemo unutarnji mir i iscjeljenje.

Odgovitelji imaju ključnu ulogu u cjelovitom razvoju djece. Oni su modeli, motivatori i suigrači koji stvaraju poticajno okruženje i pružaju podršku djeci u njihovom glazbenom i

plesnom putovanju. Kroz svoje znanje, kreativnost i osjetljivost prema individualnim potrebama djece, odgojitelji imaju priliku oblikovati pozitivno iskustvo glazbe, pokreta i plesa, pružajući temelje za razvoj djetetove darovitosti i samopouzdanja.

U konačnici, glazba, pokret i ples imaju neosporno pozitivan utjecaj na cjeloviti razvoj djece rane i predškolske dobi. Kroz svoju povijest, značaj i terapijske potencijale, ove umjetnosti pružaju djetetu priliku za izražavanje, istraživanje, učenje i rast. Uloga odgojitelja je ključna u pružanju podrške, inspiracije i usmjeravanja, kako bi svako dijete imalo priliku doživjeti radost i blagodati glazbe, pokreta i plesa u svojem cjelovitom razvoju.

Najljepša stvar kod djece je njihova kreativnost i nesputana mašta. Nažalost, kako čovjek odrasta sve više ulazi u društvene okvire i gubi tu dječju „naivnost“ i kreativnost. Upravo iz tog razloga važno je poticati djecu na improvizaciju glazbom i pokretom, koja će pobuditi slobodu djetetova izraza i istraživanja vlastitih potencijala. Na taj način djeca će lakše pronalaziti kreativna rješenja u svakodnevnom životu, što će to ujedno utjecati i na rast njihovog samopouzdanja.

11. LITERATURA

- Barbarić, D. (2012). *Mousike i ethos u Grka*. Treći program Hrvatskog radija, 80. 135-143
- Belapurkar, A. M. (2017). Music for emotional and social development of child. *Scholarly research journal for interdisciplinary studies*.
- Cohen, S. J. (1992). *Ples kao kazališna umjetnost*. (Prijevod: Kruna Tarle). Zagreb: Cekade
- Edwards J. (1999). Music therapy with children hospitalised for severe injury or illness. *British Journal od Music Teraphy*.
- Gattin, I. N. (1999). *O plesu*. Treća 2(1). Zagreb: Centar za ženske studije, 127-139
- Gospodnetić, H. (2015). *Metodika glazbene kulture za rad u dječjim vrtićima*. Zagreb: Mali profesor d.o.o.
- Gregurić, S. (2022). Pokret s plesom kod male djece. *Varaždinski učitelj – digitalni stručni časopis za odgoj i obrazovanje*. Stručni rad.
- Habuš Rončević, S. (2010). Utjecaj glazbe na stvaralaštvo djece. U: Vrandečić, T., Didović, A. (ur.), *Glas i glazbeni instrument u odgoju i obrazovanju, Monografija umjetničko znanstvenih skupova, 2007. – 2009*. Zagreb: Učiteljski fakultet sveučilišta u Zagrebu.
- Habuš Rončević, S. (2014). NEKE SUVREMENE ULOGE ODGOJITELJA U GLAZBENOM ODGOJU DJECE RANE I PREDŠKOLSKE DOBI. *Magistra Iadertina*, 9 (1), 179-187.
- Herljević, I. i Posokhova I., (2007). *Govor, ritam, pokret*. Buševac: Ostvarenje d.o.o.
- „History of dance“ (2023). *Dance facts*. History of dance. <http://www.dancefacts.net/dance-history/history-of-dance> Pristupljeno 5. lipnja 2023.
- Janković Marušić, S., (2012). *Prihoterapija pokretom i plesom*. Zagreb:Naturala.
- Joyce, M. (1973). *First Steps in Teaching Creative Dance*. Mayfield publishing company.
- Katarinčić, I. (2008). Renesansni i barokni plesovi: *Rekonstrukcija i plesne radionice*. Narodna umjetnost 45(2). 77-98
- Kenelly J. i Brien-Elliott K. (2001). *The role of music teraphy in paediatric rehabilitation*. Pediatric rehabilitation;4(3), str 137-143.

- Koegler, H. (1999). *Western dance: Additional Information*. <https://www.britannica.com/art/Western-dance/The-20th-century> Pristupljeno 9. lipnja 2023.
- Kosinac, Z. (2011). *Morfološko-motorički i funkcionalni razvoj djece uzrasne dobi od 5. do 11. godine*. Split: Savez školskih športskih društava grada Splita.
- Kostadin, L., Petrić, V. i Minić, S. (2019). *Djeca rane dobi: preferencije prema različitim vrstama motoričkih sadržaja i multimediji tijekom njihove realizacije*. Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Učiteljski fakultet Sveučilišta u Rijeci.
- Košta, T. i Desnica, R. (2013). Utjecaj važnih europskih glazbenih pedagoga na razvoj nastave glazbe u Hrvatskoj i Sloveniji u drugoj polovici 20. stoljeća. *Magistra Iadertina*, 8 (1).
- Kovačević, D. i Baniček, I. (2014). *Muzikoterapija i njena učinkovitost kao sredstva komunikacije u rehabilitaciji neuroloških bolesti*. <https://tvpodravina.files.wordpress.com/2014/09/glazbena-terapija-ikomunikacija1.pdf> Pristupljeno 28. lipnja 2023.
- Kranowitz, C. S. (2018). *Igre za senzornu integraciju*. Ostvarenje, Lekenik.
- Levitin, J. D. (2016). *Mozak i muzika*. Zagreb: Vuković & Runjić.
- Majsec Vrbanić, V. (2008). *Slušamo, pjevamo, plešemo, sviramo*. Zagreb: Udruga za promicanje različitosti, umjetničkog izražavanja, kreativnosti i edukacije djece i mladeži.
- Maletić, A. i Brešić, V. (1983). *Pokret i ples: teorija, praksa i metodike suvremene umjetnosti pokreta*. Zagreb: Kulturno-prosvjetni sabor Hrvatske.
- Maletić, A. (1986). *Knjiga o plesu*. Zagreb: Kulturno-prosvjetni sabor Hrvatske
- Maletić, A. (2002). *Povijest plesa starih civilizacija* (prvi dio). Matica Hrvatska, Zagreb.
- Marić, Lj. i Goran, Lj. (2013). *Zapjevajmo radosno*. Zagreb: Golden marketing-Tehnička knjiga

- Mark, J. J. (2017). *Music & Dance in Ancient Egypt*. World History Encyclopedia. <https://www.ancient.eu/article/1075/music--dance-in-ancient-egypt/> Pristupljeno 5. lipnja 2023.
- Mayesky, M. (2008). *Creativities for Young Children*. Clifton Park, NV: Delmar.
- McDonnel, L. (1983). *Music therapy: meeting the psychosocial needs of hospitalized children*. Child Health Care;12(1):29-33.
- Mendeš, B., Ivon, H. i Pivac, D. (2012). Umjetnički poticaji kroz proces odgoja i obrazovanja. *Magistra Iadertina*.
- Milinović, M. (2015). Glazbene igre s pjevanjem. *Artos: časopis za znanost, umjetnost i kulturu*, Umjetnička akademija u Osijeku. http://www.uaos.unios.hr/artos/pdf/broj_3/majda.pdf Pristupljeno 10. srpnja 2023.
- Mullally, R. (2011). *The Carole: A Study of a Medieval Dance*. Surrey: Ashgate Publishing Limited
- Navojec, L. i Curić, T. (2015). *Vježbenica za pokret i ples*. Plesni centar TALA.
- Nikolić, L. (2018). Utjecaj glazbe na opći razvoj djeteta. *Napredak*, 159, 1–2.
- Paul, S. i Ramsey, D. (2000). Music therapy in physical medicine and rehabilitation. *Australian Occupational Therapy Journal*.;47:111-118
- Pericleous, I. (2011). *Healing Through Movement: Dance/Movement Therapy for Major Depression*. Columbia University Libraries/Information Services. <https://core.ac.uk/download/pdf/161439958.pdf> Pristupljeno 10. Srpnja 2023.
- Radelj, I. (1987). *Glazba u antici*. Latina e Greca 1(30) 109-113
- Rocconi, E. (2015). *Music and Dance in Greece and Rome*. A Companion to Ancient Aesthetics.
- Sacks, O. (2012). *Muzikofilija: Priče o glazbi i mozgu*. Zagreb: Algoritam d.o.o.
- Schellenberg, E. G. (2004.). Music lessons enhance IQ. *Psychological Science*, 15, 511-514.
- Scott, E. (2006). *Dancing in all ages*. London: Hesperides Press

- Slunjski, E., Šagud, M. i Branša-Žganec, A. (2006). *Kompetencije odgojitelja u vrtiću–organizaciji koja uči*. Pedagogijska istraživanja, 3 (1), 45–57.
- Smith, W. (1875). *A Dictionary of Greek and Roman Antiquities*, John Murray, London. 611-613
- Srhoj, L. i Miletić, Đ. (2000). *Plesne strukture*. Split: Abel International.
- Starc, B., Čudina-Obradović, M., Pleša, A., Profaca, B. i Letica, M. (2004). *Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi: priručnik za odgajatelje, roditelje i sve koji odgajaju djecu predškolske dobi*. Zagreb: Golden marketing-Tehnička knjiga.
- Sušanj, K. (2014) *Primjena kreativnog plesa u ranom odgoju i obrazovanju*. Zadar: Sveučilište u Zadru.
- Škrbina, D. (2013). *Art terapija i kreativnost: multidimenzionalni pristup u odgoju, obrazovanju, dijagnostici i terapiji*. Zagreb: Veble commerce
- Šmit, M. B. (2001). *Glazbom do govora*. Zagreb: Naklada Haid.
- Šumanović, M., Filipović, V. i Sentkiralji, G. (2005). Plesne strukture djece mlađe školske dobi. *Život i škola: časopis za teoriju i praksu odgoja i obrazovanja*, 51 (14), 40-45.
- Vidulin-Orbanić, S. (2009). *Umjetnička (glazbena) komunikacija u odgoju i obrazovanju*. Split : Centar za interdisciplinarne studije –Studia Mediterranea i Filozofski fakultet Sveučilišta u Splitu.
- Vidulin, S. (2016). GLAZBENI ODGOJ DJECE U PREDŠKOLSKIM USTANOVAMA: MOGUĆNOSTI I OGRANIČENJA. *Život i škola*. 12 (1).
- Zajčić, M. (2016). *Uloga odgojitelja u kreiranju glazbenog konteksta*. http://www.djecjivrtic-ivanic.hr/documents/za-roditelje/pedagoski-i-psiholoskikutic/Uloga_odgojitelja_u_kreiranju_glazbenog_konteksta.pdf Pristupljeno 10. srpnja 2023.

12. IZJAVA O IZVORNOSTI ZAVRŠNOG RADA

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