Pokretne i plesne igre u dječjem vrtiću

Baučić, Ivana

Master's thesis / Diplomski rad

2021

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

Permanent link / Trajna poveznica: https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:172:116392

Rights / Prava: In copyright / Zaštićeno autorskim pravom.

Download date / Datum preuzimanja: **2024-03-29**

Repository / Repozitorij:

Repository of Faculty of humanities and social sciences

zir.nsk.hr

UNIVERSITY OF SPLIT

dabar
DIGITALNI AKADEMSKI ARHIVI I REPOZITORIJI

SVEUČILIŠTE U SPLITU

FILOZOFSKI FAKULTET

IVANA BAUČIĆ

POKRETNE I PLESNE IGRE U DJEČJEM VRTIĆU

Diplomski rad

Split, 2021.

SVEUČILIŠTE U SPLITU

FILOZOFSKI FAKULTET

ODSJEK ZA RANI I PREDŠKOLSKI ODGOJ I OBRAZOVANJE

Diplomski rad

POKRETNE I PLESNE IGRE U DJEČJEM VRTIĆU

Mentorica: izv. prof. dr. sc. Lidija Vlahović

Studentica: Ivana Baučić

Komentorica: v. pred. dr. sc. Dodi Malada

Split, srpanj 2021.

Sadržaj

1. Uvod 1
2. Pojam igre 3
2.1. Značaj igre za razvoj djeteta 4
2.2. Vrste i oblici igara 6
3. Igra i tjelesni razvoj djeteta rane i predškolske dobi 10
4. Razvoj motorike kod djece rane i predškolske dobi 12
4.1. Kronološki razvoj motoričkih sposobnosti u ranoj i predškolskoj dobi 14
4.2. Važnost tjelesne aktivnosti za djecu rane i predškolske dobi 17
5. Pokretne igre 19
5.1. Pokretne igre u radu s djecom rane i predškolske dobi 20
6. Plesne igre u radu s djecom rane i predškolske dobi 22
6.1. Plesne strukture 23
6.1.1. Osnovni elementi plesa i plesnih struktura 25
6.2. Značaj i dobrobiti plesa i plesnih igara za djecu rane i predškolske dobi 27
7. Istraživački dio 29
7.1. Cilj i zadatci istraživanja 29
7.2. Sudionici istraživanja 29
7.3. Postupci i instrumenti istraživanja 29
7.4. Rezultati istraživanja 31
7.5. Rasprava 46
8. Zaključak 47
9. Sažetak 48
10. Summary 49
11. Prilozi 50
LITERATURA 55

1. Uvod

Igra je djetetova najvažnija aktivnost koja u potpunosti odgovara njegovoj prirodi i osigurava poveznicu između tjelesnoga, intelektualnoga, emocionalnoga i socijalnoga razvoja. Djetetova aktivnost u igri istodobno predstavlja i učenje, pa je stoga i najefikasniji put za stjecanje novih znanja, primanja složenijih informacija, rješavanja raznih zadataka, a što je najznačajnije, omogućava mu samostalno i stvaralačko razmišljanje (Cetinić i sur., 2011).

Kroz igru, kao djetetovu najvažniju aktivnost, pokret i ples međusobno se nadopunjuju. Ples je najpotpuniji oblik igre jer polazi od prirodne motiviranosti djeteta za aktivnošću. Plesom se utječe na razvoj bazičnih i funkcionalnih sposobnosti, djeci je prirodan, spontan i stimulativan, a primjena igre i pjesme kroz plesne strukture pridonosi ostvarenju ciljeva tjelesne i zdravstvene kulture.

Predškolsko razdoblje je razdoblje uspostave navika važnosti tjelesnog kretanja. Djeca na taj način razvijaju stavove i uvjerenja o vrijednostima zdravog načina života. Cilj provođenja pokretnih igara je pozitivno utjecati na psihofizički razvoj djece, poticati zdrav način života te razvijati bazične motoričke vještine. Djeci treba ponuditi što više sadržaja prilagođenih njihovoj dobi i razvojnoj razini motoričkih znanja i sposobnosti. Provođenje tjelesnih aktivnosti kroz različite sadržaje u predškolskim ustanovama trebao bi biti imperativ odgajateljima i sastavni dio svakodnevnog odgojno obrazovnog rada, a dobrobiti tjelesnih aktivnosti su višestruke jer osiguravaju uvjete za cjelovit razvoj. Odgojitelj ima ključnu ulogu u stvaranju poticajnog i bogatog prostorno-materijalnog okruženja te građenju estetskog i kritičkog mišljenja kako bi djeca mogla zadovoljiti potrebe za pokretnim i plesnim izražavanjem. Kako bi mogao stvoriti takvo okruženje, odgojitelj treba poznavati antropološka obilježja svakog djeteta i plesne strukture.

Tema diplomskog rada ističe važnost provođenja pokretnih i plesnih igara u radu s djecom rane i predškolske dobi. U ovom radu opisat će se pokretne igre i ples kao kineziološke aktivnosti u ranom i predškolskom odgoju. Cilj rada jest prikazati važnost i učestalost

korištenja pokretnih i plesnih igara u dječjem vrtiću i na taj način osvijestiti odgojitelje o važnosti i o dobrobitima integracije pokretnog i plesnog izražavanja i stvaranja odgojno-obrazovne ustanove.

2. Pojam igre

„Dijete s igrama raste, a igre rastu s njim. One su jedinstven i djelotvoran način prirodnog učenja“ (Klarin, 2017: 32).

Pojam igre odnosi se na veliki broj aktivnosti, stoga ju je teško obuhvatiti jednom definicijom. Neki filozofi igru objašnjavaju viškom organske snage – „Dijete se igra jer u njemu ključaju tjelesne snage i to sve dok se ne izmori“ (Žlebnik, 1972:76).

S druge strane, neki je predstavljaju isključivo kao vježbanje i samooblikovanje, dok za neke igra predstavlja zadovoljstvo i radost.

Autor Bruner (1976) prema Duran (1995) smatra da se fenomen igre ne može potpuno i nepogrešivoobuhvatiti jednom operacionalnom definicijom. Igra i igrovni elementi nisu predmetproučavanja samo psihologije, već ih proučava antropologija, etnologija, sociologija, i pedagogija.

Autor Matejić (1978) navodi: „Polazeći od toga da je igra otvorena, vanjska(praktična) aktivnost djeteta, ističemo sljedeće njezine karakteristike: igra je stimulativnoponašanje jer sadrži divergentnost, nekompletnost i neadekvatnost; igra je autentičnaaktivnost, iz čega slijedi: da posjeduje vlastite izvore motivacije te da je proces igre važniji odishoda akcije.“

Iako postoje brojne definicije igre, svi se autori slažu da je igra aktivnost koja je pretežno vezana za djetinjstvo. Kroz nju dijete uči, upoznaje svijet oko sebe, oslobađa se strahova te razvija svoje sposobnosti i vještine. Vrlo je važno da igra bude sastavi dio svakodnevnog dječjeg života jer osim što kroz nju djeca uče i razvijaju se, igra im pruža osjećaj radosti, ugode i zadovoljstva (Duran, 1995).

Promatrajući igru s kineziološkog aspekta, autori Lorger i sur., (2013) navode da je igra najstariji oblik tjelesne i zdravstvenekulture, spontana i slobodno izabrana aktivnost čovjeka čija su glavna obilježja raznovrsnostpokretnih struktura i visoka razina osjećaja ugode i zadovoljstva. Autor Findak (1995) navodi da je igra za dijete predškolske dobi “sve“ zato što sadržava sve ono što je djetetu potrebno za razvoj. Pruža mu zadovoljstvo te zadovoljava većinu djetetovih potreba. Nadalje, Findak (1995) navodi izraz igra kao “život“ kojega objašnjava kao fiziološku potrebu djeteta za tjelesnom aktivnošću. Na taj način postiže se povoljno i pozitivno emotivno stanje kod djeteta i ono dobiva volju i želju za uključivanjem i sudjelovanjem u igri.

Bez obzira na stajalište s kojeg se fenomen igre proučava, ona je biološki, psihološki i socijalno nužan temelj za zdravlje i dobrobit svakog pojedinca i njegove zajednice. Igra je osobno usmjeren, samostalno odabran te intrizično motiviran proces, a ne specifična aktivnost. Ona je spontana pustolovina, oslobođena vremena koja djecu vodi i ka određenim rizicima. S druge strane, igra je sigurna i s fizičke i s psihološke strane jer iziskuje aktivnu uključenost i istraživanje, zadovoljava dječju znatiželju i pruža djetetu osjećaj zadovoljstva (Klarin, 2017).

2.1. Značaj igre za razvoj djeteta

Igra ima vrlo značajnu ulogu u razvoju i učenju predškolskog djeteta. Najviše svoga vremena djeca provode u igri. Iako se djeca igraju iz zadovoljstva, igra za njih ne predstavlja zabavu kao za odrasle, već aktivnost kojom zadovoljavaju svoje osnovne potrebe, razvijaju umne i stvaralačke sposobnosti, uče i socijaliziraju se. Igre djeci omogućuju razvoj svih sposobnosti, stalno se uzdižući na višu razinu razvoja. Tijekom igre obogaćuje se djetetova ličnost, razvijaju se sposobnosti te dijete stječe iskustvo. Dolazi i do razvoja fantazije pomoću koje dijete ulazi u svijet odraslih tako da kombinira različite osobine i aktivnosti. Snalazeći se u novim situacijama, dijete postaje veoma snalažljivo te na taj način razvija i vlastitu inteligenciju. Također, igra mu omogućuje napredovanje u obrazovanju jer proširuje njegova zapažanja i znanja. Njome dijete upoznaje svijet i preispituje svoja već stečena saznanja. S igrom i kroz nju, dijete se sve bolje snalazi u objektivnoj stvarnosti. Tijekom igre dolazi i do emocionalnog rasta i razvoja ličnosti te ona osposobljava dijete za još uspješnije svladavanje teškoća, smetnji i prepreka u samoj igri ili pri radu. Tako se lakše oslobađa loših osjećaja kao što je strah. Za mnoge je igre potrebna i hrabrost pa se tako dijete lakše upušta u razne aktivnosti kao što su plivanje, vožnja biciklom i sl. Igra je također jedan od najboljih načina da dijete otkrije samog sebe, iskaže svoje želje, strahove, nevolje i razne druge teškoće.

Stupanjem u interakcije s drugom djecom, razvija svoja socijalna osjećanja kao osjećaj pripadanja zajednici, međusobne zavisnosti, simpatije i sl. U igri dijete izgrađuje svoj način komuniciranja, obraćanja drugima i socijaliziranja. Autorica Duran (1995) navodi da se

interakcija u igrama javlja u trirazine: interakcija i komunikacija na realnom planu (za vrijeme i u vezi s igrom), igrovna interakcija i komunikacija propisana zadanom interakcijskom matricom, te iskazivanje stvarnih socijalnih odnosa koji su postali predmetom igre, a priroda izvedbe zahtijeva da se unutar igrovne interakcije matrice ispolje. Uzimajući u obzir tri osnovna načina igrovnog interakcijskog strukturiranja razlikujemo tri grupe igara:

1) igre u kojima je igrovna interakcija urođena odnosom među pojedincima (Ja i Ti)
2) igre u kojima je igrovna interakcija urođena odnosom između izdvojenog centralnog igrača i ostalih (Ja i Drugi ili obrnuto Mi i On)
3) igre u kojima je igrovna interakcija urođena odnosom između igrovnih grupa (Mi i Oni) (Duran, 1995:114)

Autori Findak i Delija (2001)navode da igra nikako ne smije biti nagrada ili kazna za poslušnost ili neposlušnost djeteta. Nadalje, ističu da je igra oduvijek bila jedna od temeljnih potreba djeteta te da će to uvijek i ostati. Dakle, igra je najprirodniji, pa zbog toga i najznačajniji oblik aktivnosti djeteta rane i predškolske dobi. Aktivnost djeteta u igri izraz je njegovih potreba, zbog čega je igra:

- najprirodniji put za upoznavanje djeteta
- nezamjenjivo sredstvo u rastu i razvoju djeteta
- nezamjenjivo sredstvo u odgoju djeteta i sl. (Findak i Delija, 2001:68).

Upravo, kroz igru možemo uvidjeti stupanj djetetova razvoja. Dijete kroz igru razvija maštu i kreativnost, stvara sliku o sebi kao i o svijetu koji ga okružuje, razvija socijalizaciju, stječe prijatelje, usvaja pravila, norme i običaje. Suprotno tome u igri možemo uočiti i djetetove nedostatke te poteškoće u njegovu razvoju. Stoga, dijete u igri treba pažljivo i pomno promatrati jer igra je poput ogledala u kojem se odražava sve ono što dijete osjeća, misli, doživljava i želi. Sve ono što dijete ne može izraziti riječima, izražava igrajući se. Promatranjem i uključivanjem u dječju igru, možemo steći uvid u to kako se djeca osjećaju, što im se dogodilo, što misle i kako doživljavaju svijet oko sebe. Stoga je od velike važnosti omogućiti djetetu dovoljno vremena za igru i zabavu, jer osim što će biti sretno i zadovoljno, psihički i emocionalno će sazrijevati pa će kasnije lakše prihvaćati i bolje organizirati vlastite radne obaveze (Grgec-Petroci i sur., 2009).

2.2. Vrste i oblici igara

S obzirom na dob, djeca se igraju na različite načine koristeći pritom različite vrste igračaka. Djecu rane predškolske dobi ne zanimaju iste igre i predmeti koje zanimaju djecu starije predškolske dobi. Do druge godine života dijete se igra samostalno, a kasnije se igra u grupi sa još dvoje ili troje djece. Nakon pete godine grupa se postupno povećava. Piaget tumači igru u funkciji razvoja kognitivnih sposobnosti. Po njemu, isti faktori koji određuju intelektualni razvoj određuju i razvoj same igre. Prema tome, Piaget navodi tri vrste igara, koje odgovaraju trima stupnjevima, odnosno trima stupnjevima inteligencije: senzomotornom, reprezentacionom i refleksivnom – funkcionalne, igre mašte ili igre uloga i igre s pravilima. Spominju se i konstruktivne igre, ali su izdvojene, jer ne predstavljaju određen stupanj inteligencije kao druge, već se pojavljuju na drugom, odnosno na trećem stupnju (Kamenov, 2009).

Funkcionalne igre najranija su vrsta igre koja se javlja već tijekom prvog mjeseca djetetova života, sa svakim novim postignućem te nestaju sa zasićenosti njime. Vrhunac doživljavaju u prvoj godini života, a traju sve do kraja druge godine. To su igre u kojima pokreti nemaju određen cilj već se ponavljaju ponajviše zbog zadovoljstva koje uzrokuju. U funkcionalnoj igri ne postoje pravila koja se trebaju poštovati. Dijete se uglavnom igra samo i to onako kako ono želi, bilo čim što mu dođe pod ruku. Na razne načine dijete ispituje i istražuje predmete opipavanjem, mirisanjem, lupanjem i sl. Trajanje igre nije dugo jer je pažnja kratkotrajna pa dijete često prelazi s jedne aktivnosti na drugu. Za ovu dob je karakteristično ponavljanje jedne te iste aktivnosti u igri.

Oblici funkcionalnih igara su:

1) Senzomotoričke aktivnosti karakterističnim organima: dijete se ne koristi igračkama te ih karakterizira ponavljanje pokreta, npr. preplitanje prstiju, lupkanje jednom rukom po čelu dok se drugom prave kružni pokreti po stomaku
2) Igre posvećene rukovanju materijalom: dijete se igra različitim pokretnim igračkama i sportskim rekvizitima te prirodnim materijalima, npr. rastezanje guma, prelijevanje vode
3) Pokretne igre uz korištenje rekvizita**:** vožnja bicikla, klackanje, ljuljanje i sl.

4) Igre glasovima, slogovima i riječima: slobodno kombiniraju riječi u rečenice (Kamenov, 2009:65).

Igre mašte ili igre uloga (igre imitacije i podraživanja, igre iluzije, dramske igre)kod djece se počinju javljati tijekom druge godine života,iako je ovaj oblik igre prikladan uzrastu od četiri godine pa do polaska djeteta u osnovnu školu. Igre mašte su način igranja u kojem se dijete odnosi prema stvarima i postupa s njima kao da imaju drukčije osobine od onih koje stvarno imaju. Kao što je prodavanje i kupovanje, igre u domaćinstvu i sl. U ovoj vrsti igre dijete projektira svoju maštu u stvarnost. Točno su propisana pravila, uloge i sadržaj, a djeca koriste određene simbole, igračke, govor i motoričke radnje. Ovakva igra obično započinje s personifikacijom, a zatim dolazi igra zamišljenih situacija i dramatizacija te igre.

Pojavljuju se u sljedećim oblicima:

1) Oponašanje postupaka: izvode se zamjene u uporabi predmeta, npr. stolica služi za jahanje konja
2) Simbolička imitacija: dijete zamišlja samog sebe u različitim situacijama, zatim izvodi karakteristične radnje na objektima. Na kraju to ponašanje u stvarnim situacijama dobiva elemente igranja i preuzimanja uloga
3) Simbolička igra uloga s određenim redoslijedom: dijete preuzima uloge odraslih ili druge djece iz života i prikazuje njihove međusobne odnose i ponašanja
4) Dramske igre uloga: dijete sudjeluje u izvođenju dramskog teksta neke priče ili kazališne predstave što uključuje planiranje, podjelu uloga, upotrebu rekvizita i prisutnost publike (Kamenov, 2009:65).

Igre s pravilima karakteristične su za razdoblje od sedme do jedanaeste godine, a zadržavaju se i razvijaju tijekom cijeloga života. Postoje različite igre u kojima pravila nastaju tijekom samog igranja, bile to tradicionalne igre s pravilima koje se prenose iz jedne generacije na drugu ili igre s pravilima osmišljenim kako bi unaprijedile razvoj i učenje. Igre s pravilima djeca primjenjuju nakon četvrte godine. Pravila mogu biti prenesena djeci priopćavanjem kako se nešto igra ili pokazivanjem kako se nešto igra. Ove igre su važno odgojno sredstvo jer se djeca susreću s pravilima te ih na taj način učimo odgovornosti u životu.
Didaktičke igre su povezane s aktivnostima koje se izvode u vrtiću, npr:

1) Perceptivno-motoričke aktivnosti: igre s posebnim igračkama koje kod djece razvijaju grubu i finu motoriku
2) Zdravstveno-higijenske aktivnosti: primjenjuju se znanja o zdravlju i higijeni unutar pravila igre
3) Društvene aktivnosti: igre s pravilima koje utječu na dječji razvoj i učenje, razmjena, natjecanje ili suradnja među djecom
4) Afektivne aktivnosti: omogućuju djeci da bolje izraze svoje osjećaje kako bi lakše ovladali njima
5) Ekološke aktivnosti: ukazuju djeci na zaštitu životne sredine te načine na koja djeca mogu doprinijeti kvalitetnijem životu na planeti Zemlji
6) Logičko-matematičke aktivnosti: korištenje intelektualnih operacija s ciljem mentalnog razvoja i logičkog razmišljanja
7) Aktivnosti kojima se unaprjeđuje komunikacija i stvaralaštvo: igre riječima, rimama, igre u kojima se koriste elementi drame, igre bojama i oblicima, tonovima i glazbom (Kamenov, 2009:66).

Konstruktivne igre su igre u kojima dijete oblikuje materijal kako bi stvorilo nešto što doživljava kao rezultat svog napora. Taj produkt može biti bez funkcije i značenja ili sa značenjem i nalik na neki objekt iz stvarnosti.

Oblici konstruktivnih igara su:

1) Kombinacije nastale nenamjernim rukovanjem materijalom: velika količina kocaka naslaganih jedne na druge
2) Oblikovanje: najpovoljniji način igranja nekim materijalom koji navodi dijete do kreacije koja ima smisla bez svjesne namjere
3) Grafičko predstavljanje: dijete u početku na papiru crta šare ne planirajući što će od njih nastati te na kraju povezuje nacrtane elemente u cjelinu (Kamenov, 2009:67).

Autori Findak i Delija (2001) navode da su djeci rane i predškolske dobi primjerene stvaralačke igre odnosno one koje djeca sama stvaraju i pedagoške igre koje imaju određena pravila i izvode se pod rukovođenjem odgojitelja. U stvaralačkim igrama dijete neposredno izražava svoje doživljaje o stvarnosti: samo postavlja pravila i tijek igre te ih slobodno mijenja. U pedagoškim igrama dijete je podvrgnuto većgotovim pravilima. Dakle, pedagoške

igre imaju pravila koja u principu treba poštovati što ne znači da djeca u igru ne unose i nešto novo, odnosno tijekom igre dolazi do njezine modifikacije.Također, važno je naglasiti da o kojoj god vrsti igre se radi, igru treba na najprikladnijinačin prikazati, demonstrirati i objasniti, ali najvažnije je da ona i dalje ostane igra u kojoj ćedjeca uživati i opustiti se. U tome vrlo važnu ulogu ima odgojitelj koji planira, demonstrira i usmjerava dječju igru.U suvremenoj literaturi igra se najčešće promatra i dijeli s obzirom na spoznajnu i socijalnu razinu. Složenost oba navedena aspekta mijenja se ovisno o djetetovoj dobi.
Vasta (2005), prema Došen Dobud(2016) igru s obzirom na spoznajnu razinu dijeli na:

- Funkcionalnu – jednostavni mišićni pokreti koji se ponavljaju s predmetima ili bez njih
- Konstruktivnu – baratanje predmetima s namjerom da se od njih nešto stvori
- Igru pretvaranja (simboličku igru) – upotreba predmeta ili ljudi kao simbola za nešto što oni inače nisu
- Igru s pravilima – igranje igara u skladu s unaprijed poznatim pravilima i ograničenjima

S druge strane, ista autorica je vrste igara s obzirom na socijalnu razinu podijelila prema slijedećim obilježjima:

- Promatranje – gledanje drugih kako se igraju bez uključivanja drugih u igru
- Samostalnost – samostalno i nezavisno igranje bez pokušaja približavanja drugoj djeci
- Usporednost – igranje pokraj druge djece sa sličnim materijalom, ali bez pravog druženja ili suradnje
- Povezivanje – igranje s drugom djecom nečeg svima bliskog, ali bez podjele rada ili podređenosti nekom općem grupnom cilju
- Suradništvo – igranje u grupi koja je stvorena radi obavljanja neke aktivnosti ili postizanja nekog cilja, gdje su postupci članova usklađeni radi ostvarenja zajedničkog cilja

3. Igra i tjelesni razvoj djeteta rane i predškolske dobi

Autorica Klarin (2017) ulogu igre u razvoju djeteta objašnjava prema četiri osnovna razvojna područja:

- igra i tjelesni razvoj
- igra i kognitivni razvoj
- igra i emocionalni razvoj
- igra i socijalni razvoj.

Dijete igrom razvija tjelesnu snagu i motoriku. Igra mu omogućuje razvijanje svih motoričkih sposobnosti kao što su gruba i fina motorika, spretnost, koordinacija oka i ruke, koordinacija prstiju, očiju i ruku; pravilno držanje i tjelesno zdravlje. Razvoj motoričkih sposobnosti javlja se u prve tri godine djetetova života i temelji se na jednostavnim motoričkim obrascima, a daljnjim tjelesnim razvojem, motoričke vještine se mijenjaju i usavršavaju (Klarin, 2017).

Prema autorici Klarin (2017) motorički razvoj u ranom djetinjstvu promatra se kroz dva razvojna smjera:

- razvoj grube (krupne) motorike
- razvoj fine motorike

Razvoj grube motorike omogućuje razvoj ravnoteže te razvoj velikih mišićnih skupina koje djetetu pružaju veće motoričke mogućnosti. U drugoj i trećoj godini djetetov hod postaje ritmičniji te prelazi u trčanje. Razvojem hoda dijete postaje spretnije te može skakati na obje noge ili poskakivati na jednoj nozi. Kako postaje stabilnije ono se služi rukama za uvježbavanje novih vještina kao što su bacanje i hvatanje. U razdoblju pete i šeste godine dolazi do velikog napretka jer je koordinacija gornjeg i donjeg dijela tijela sve bolja što dovodi do usavršavanja vještina. Osim toga, uvelike se razvija i fina motorika. Dijete pravilno drži žlicu, skida jednostavne dijelove odjeće, slaže konstrukcije od kocaka, služi se kistovima, škarama te pravilno upotrebljava olovku. Napredak fine motorike prati se kroz djetetovu brigu o vlastitom tijelu i razvojem dječjeg crteža. Usavršeni stupanj fine motorike dijete postiže tek oko osme godine života (Klarin, 2017).

„Kroz igru dijete zadovoljava vrlo važnu potrebu, potrebu za kretanjem u osnovi koje je ne samo tjelesni razvoj već i drugi aspekti razvoja. Kroz pokret dijete zapaža, predočava, misli, mašta i pamti. Stoga je za kognitivni razvoj vrlo važan nesmetan tjelesni razvoj. Posljedice izostanka i usporenosti motoričkog razvoja su nespremnost i nesigurnost koje mogu omesti kognitivni razvoj“ (Klarin, 2017:23).

Među raznolikim tjelesnim aktivnostima vrlo važno mjesto u dječjem životu ima igra. Igra se temelji na mnogim jednostavnim i složenim pokretima. Velika većina igara sadržava čitav niz pokreta kao što su hvatanje, bacanje, hodanje, trčanje, provlačenje, skakanje i sl. Takvim korištenjem raznovrsnih pokreta osigurava se i pozitivan utjecaj na dječji organizam. Pokreti u igri ovise o trenutnoj situaciji, a s obzirom na to da se situacije mijenjaju, mijenjaju se i pokreti. Iz toga možemo zaključiti kako igre temeljene na pokretu imaju izrazito velik utjecaj na razvoj motorike djeteta, jer ne ovise o njegovom prethodnom znanju ili spremnosti. Igra na taj način pomaže djetetu da usvojene pokrete primjenjuje na različite načine u raznim životnim situacijama. Upravo na ovakav način, igra postaje učinkovita metoda usvajanja i oblikovanja pokreta što pridonosi dječjem tjelesnom razvoju (Kosinac, 2011).

4. Razvoj motorike kod djece rane i predškolske dobi

Utjecaj motoričkog razvoja od presudne je važnosti za cjelokupni razvoj djece predškolske dobi (Hraski i sur., 2002). Kao razvoj motorike podrazumijevamo djetetovu sve veću sposobnost svrhovitog i skladnog korištenja vlastitog tijela za kretanje i baratanje predmetima. Motorički razvoj kod djece odvija se određenim slijedom u skladu s razvojnim načelima. Motorički razvoj djeteta ne možemo gledati izolirano već razvoj djeteta moramo gledati kroz skladan fizički, motorički, emocionalni i kognitivni razvoj (Starc i sur., 2004). Motorika i njen razvoj imaju važnu zadaću u pokretanju pojedinih organa kao i cijeloga tijela. Važno je da se motorički razvoj djeteta odvija određenim slijedom, odnosno od osnovnih gibanja i pokreta ka kompleksnijim strukturama pokreta i kretnji. Motorički razvoj događa se po:

- cefalo-kaudalnim smjerovima – upravljanje voljnim pokretima glave i vrata, zatim pokretima ruku i nogu
- proksimalno-distalnim smjerovima – kontrola voljnih pokreta od sredine trupa prema ekstremitetima (Starc i sur., 2004).

Starc i sur., (2004) prema Vasta i sur., (1998) navode kako postoje tri temeljne skupine pokreta u dobi između dvije i sedam godina, a to su:

1) pokreti kretanja – hodanje, trčanje, skakanje, penjanje, poskakivanje i preskakanje
2) održavanje ravnoteže – držanje glave, istezanje, savijanje, okretanje, kotrljanje, njihanje,izmicanje i hodanje po gredi
3) baratanje predmetima – bacanje, hvatanje, šutiranje i udaranje.

Osnovnih sedam motoričkih sposobnosti čiji se razvoj može pratiti već u predškolskoj dobi su: ravnoteža, koordinacija, snaga, brzina, gipkost, preciznost i izdržljivost.

- **Ravnoteža** je sposobnost održavanja tijela u izbalansiranom položaju, a razlikujemo statičku ravnotežu u fazi mirovanja tijela te dinamičku ravnotežu u kretanju i balansiranje predmetima.
- **Koordinacija ili okretnost** odnosi se na spretnost i usklađenost pokretanja cijeloga tijela i skladno izvođenje pokreta u ritmu.

- **Snaga** se odnosi na mišićne sile koje pokreću tijelo. Razvija se vježbanjem i povezana je s ostalim motoričkim sposobnostima.
- **Brzina** je sposobnost brzog izvođenja jednostavnih motoričkim zadataka, kao što su brzo trčanje ili brzo lupkanje rukom.
- **Gipkost ili fleksibilnost** je sposobnost izvođenja pokreta s velikom amplitudom koja ovisi o elastičnosti mišića i ligamenata te pokretljivosti zglobova.
- **Preciznost** je sposobnost izvođenja točno usmjerenih i odmjerenih pokreta, a ovisi o perceptivnoj kontroli mišićne aktivnosti i o emocionalnom stanju.
- **Izdržljivost** je sposobnost duljeg izvođenja neke aktivnosti nesmanjenim intenzitetom (Starc i sur., 2004).

U djetetovu izvođenju pokreta vidljiva je razvijenost sveukupnih i pojedinih motoričkih sposobnosti. Potičući dijete da se što više kreće i vježba, utječemo na razvoj svih njegovih motoričkih sposobnosti. Određeni pokreti i prirodni oblici kretanja uvelike pridonose razvoju određenih motoričkih sposobnosti. U općem stupnju i tempu motoričkog razvoja vidljive suindividualne razlike što ovisi o nasljednim i okolinskim faktorima. Razvoj motorike je važna motivacija za djetetovo kretanje i bavljenje tjelesnom aktivnošću. Važnu ulogu imaju odrasli i vršnjaci koji uključuju dijete u razne aktivnosti.

Motoričke sposobnosti temelj su za razvoj i usavršavanje nekih vrsta pokreta i motoričkih vještina. Rođenjem su sve sposobnosti samo potencijal koji će se tek razviti. Isto kao i ostale sposobnosti, motoričke sposobnosti određene su nasljednim faktorima i ovise o uvjetima u kojima dijete odrasta (Starc i sur., 2004).

4.1. Kronološki razvoj motoričkih sposobnosti u ranoj i predškolskoj dobi

Dob djeteta	Motoričke sposobnosti
6-12 mjeseci	-zauzima uspravan sjedeći položaj - sjedi bez oslonca i dočekuje se rukama - počinje puzati - stoji uz pridržavanje - samostalno se uspravlja - hoda uz pridržavanje ispod pazuha - hoda uz oslonac - hvata predmete - baca igračke i uživa u tome - stavlja predmet u posudu - oponaša kretanje – plješće, maše, lupka
1-2 godine	- stoji i saginje se za predmetom - puže na koljenima izmjenjujući pokrete ruku i nogu - hoda uz pridržavanje za predmete ili za ruku - hoda samostalno - spuštenih ruku i suženog razmaka stopala - penje se stubama uz pridržavanje - odbacuje predmete - udara loptu
2-3 godine	- čučne i ustaje bez pomoći - pokušava stajati na jednoj nozi uz pridržavanje - okreće se oko sebe - kreće se unazad i u stranu - mijenja smjer hoda - trči ukočeno na cijelom stopalu s teškoćama u skretanju i zaustavljanju - doskače na obje noge

	- prelazi prepreke u visini trbuha - baca iz ručnog zgloba, a zatim i zamahom ruke - samostalno se obuva - oblači jednostavne odjevne predmete
3-4 godine	- stoji bez pomoći na jednoj nozi - stoji i hoda na prstima - hoda nogu pred nogu, po crti - trči skladnije te na većoj udaljenosti - poskakuje na dominantnoj nozi - može skočiti u dalj s mjesta - penje se na prepreke u visini prsnog koša - baca loptu u cilj u visini glave - hvata loptu ispruženih ruku - samostalno se ljulja na ljuljački
4-5 godina	- stoji skupljenih nogu - održava ravnotežu na gredi - sjedi prekriženih nogu - hoda ravno prema cilju i održava ritam u hodu kraće vrijeme - trči na prstima s nagibom gornjeg dijela tijela prema naprijed - skače s podloge u visini koljena - penje se i silazi niz ljestve i sve vrste penjalica - provlači se ispod prepreka - baca loptu jednom rukom preko glave u cilj udaljen 2 m - spretniji je u igrama loptom
5-6 godina	- može se sagnuti i dotaknuti nožne prste ne savijajući koljena

	- hoda točno po crti bez pogreške - kreće se skladno u ritmu glazbe - povezuje trčanje i skakanje - trči i udara loptu - skače u vis i u dalj - skakuće na jednoj nozi izmjenjujući nogu - penje se na prepreke i preko prepreka kao odrasli - baca u cilj udaljen 3 m - baca u dalj sa zamahom tijela - objema rukama hvata loptu iz različite visine - uz pomoć radi kolut naprijed - pleše, plješće i udaraljkama prati ritam
6-7 godina	- stoji na jednoj nozi zatvorenih očiju - prekoračuje više prepreka i međuprostora - hoda po crti stavljajući stopalo uz stopalo - povezuje trčanje i bacanje - povezuje trčanje i penjanje preko prepreka - brzo trči više od 40m - skače uvis i udalj sa zaletom - skače u koracima preko prepreke - penje se na drvo ili stup - baca uz koordinaciju cijelog tijela i ekstremiteta - baca loptu u zid i u zrak te je ponovno ju hvata - hvata loptu iz svih visina dobačaja - uživa u aktivnostima i igrama spretnosti - uspješno izvodi kolut naprijed - kontrolira mišiće lica - zviždi i namiguje

	- oponaša emocionalne izraze lice

Tablica 1. Glavne prekretnice u razvoju motorike (Starc i sur., 2004).

4.2. Važnost tjelesne aktivnosti za djecu rane i predškolske dobi

Pod pojmom tjelesne aktivnosti najčešće se podrazumijeva nekakav oblik rekreativne ili organizirane tjelesne aktivnosti koja se provodi u okvirima nekog programa pod stručnim vodstvom, a s ciljem unaprjeđenja zdravlja, tjelesnog statusa i općenito dobrobiti za pojedinca. Kontinuirano i planirano primijenjena tjelesna aktivnost ima značajno djelovanje razdoblju rasta i razvoja djece rane i predškolske dobi. Sa stajališta bioloških potreba čovjeka, zadatak tjelesnog vježbanja je pozitivno djelovati na rast i razvoj organizma i funkcionalnih sposobnosti njegovih organskih sustava (Bungić i Barić, 2009).

Pokreti kao i tjelesno vježbanje u razdoblju rane i predškolske dobi kod djece ne samo da utječu na tjelesni razvoj djeteta, već značajno pridonose razvoju središnjeg živčanog sustava kao i cjelokupne ličnosti djeteta. Briga za zdravlje i nesmetan tjelesni razvoj priznati su kao jedna od najvažnijih zadaća odgoja djece rane i predškolske dobi. Stoga, važno je na vrijeme uključiti i poticati zadovoljavajući tjelesni rast i razvoj. Danas se tjelesni odgoj mora provoditi isključivo prema znanstvenoj osnovi, odnosno poznavanjem građe i rada pojedinih organa djeteta i proučavanjem njegovih specifičnih potreba i mogućnosti. Ključnu ulogu u tome ima odgojitelj koji uočavajući i prepoznajući prethodno navedeno primjenjuje valjane metode rada s ciljem unaprjeđenja tjelesnog razvoja djece rane i predškolske dobi (Ivanković, 1977).

Autorica Ivanković (1977) navodi kako su dječjem organizmu potrebna aktivna sredstva tjelesne kulture koja se u ranoj i predškolskoj dobi izvode u obliku pokretnih igara, tjelesnog vježbanja, jutarnje gimnastike i šetnji. Iz toga navodi ključne zadaće za pravilan tjelesni rast i razvoj:

- osiguravanje povoljnih uvjeta za pravilan razvoj dječjeg zdravlja
- postupno ojačavanje dječjeg organizma naspram štetnim utjecajima
- naučiti djecu da slobodno ovladavaju vlastitim pokretima
- razvijati kod djece kulturološke navike za čistoću i red.

Pojam razvoja podrazumijeva cijeli niz promjena u osobinama, sposobnostima i ponašanju djeteta zbog kojih se ono mijenja i tako postaje sve veće, sposobnije i prilagodljivije. Redoslijed razvojnih stadija iznimno je važan, ali se kod svakog pojedinog djeteta razlikuje prema različitim čimbenicima (Starc i sur., 2004). "Normalan rast i razvoj je uvjet zdravlja u tijeku razvojnog razdoblja i osnova za kasniji život" (Kosinac, 2011:12). Na rast i razvoj utječu mnogi unutarnji i vanjski faktori. Tako, osim genetske predispozicije, na rast i razvoj utječu vanjski faktori kao što su klima, bolesti, stupanj uhranjenosti i tjelesna aktivnost (Kosinac, 2011). „Teoretski gledano faktori koji djeluju na rast i razvoj djeteta uvjetno se mogu podijeliti na odvojene kategorije: fizičku, kognitivnu i afektivnu (tjelesnu, spoznajnu i čuvstvenu)" (Kosinac, 2011:12).

Tjelesne aktivnosti bitan su faktor za djecu rane i predškolske dobi te važan poticaj rasta i razvoja psihomotornog sustava i funkcionalnih sposobnosti organizma. Predškolsko razdoblje predstavlja ključ uspostave navika i važnosti tjelesnog kretanja. Djeca na taj način razvijaju stavove i uvjerenja o vrijednostima zdravijeg načina življenja. Tjelesne aktivnosti trebale bi biti neizostavan dio cjelokupnog sklopa aktivnosti u dječjem vrtiću,a odgojitelji bi na temelju promatranja i prepoznavanja individualnih karakteristika djeteta, trebali ponuditi primjerene aktivnosti te omogućiti svakom djetetu aktivno sudjelovanje.

5. Pokretne igre

„Pokret je osnovno obilježje života kojim izražavamo naše osjećaje (mimika), uspostavljamo usmenu i pokretnu komunikaciju (govor, gestikulacija), ovladavamo prostorom i postižemo biološku samostalnost" (Kosinac, 2011:82).

Za dijete u procesu odgoja i obrazovanja igra ima značajan utjecaj. Igra predstavlja djetetovu najprirodniju aktivnost koja okupira njegovu pozornost i koncentraciju te izaziva radost i zadovoljstvo (Milinović, 2015). „Igra nema ciljeve kojima služi, ona svoje ciljeve i svoj smisao ima u samoj sebi" (Duran, 1995: 16).

Pokretna igra uvelike utječe na razvoj antropoloških obilježja, usvajanje motoričkih znanja, poboljšanje motoričkih postignuća te stjecanje radnih navika. Dijete u pokretnoj igri ima osjećaj potpune slobode te je maksimalno tjelesno i emocionalno angažirano. Za djecu rane i predškolske dobi , igra predstavlja i osnovni oblik učenja (Findak, Delija, 2001). Suvremenim načinom života djeca su sve manje tjelesno aktivna, a sve više vremena provode u virtualnom svijetu koristeći suvremena tehnička pomagala (Kalish, 2000., prema Bastjančić i sur., 2011).

Djeci rane i predškolske dobi mnogo je važnije omogućiti slobodnu i aktivnu igru koja će poticati razvoj osnovnih motoričkih sposobnosti i vještina, odnosno savladavanje različitih motoričkih struktura koje uključuju prirodne oblike kretanja kao što su puzanje, trčanje i skakanje (Findak, Delija, 2001), kao i igre loptom, koja ujedno i predstavlja najdražu dječju igračku u toj dobi (Bošnjak, 2004). Pokretne igre trebale bi sadržajem poticati razvoj osnovnih motoričkih sposobnosti djece rane i predškolske dobi. Jedno od ključnih obilježja djece rane i predškolske dobi je njihova stalna težnja za pokretanjem, odnosnoj motoričkom aktivnosti. Stoga bi cilj pokretnih igara trebao biti usmjeren na poticanje brzine, koordinacije, izdržljivosti, fleksibilnosti i snage kod djece. Isto tako, njihovi sadržaji mogu se povezati s elementima različitih sportskih igara kao što su nogomet,rukomet i košarka koje su dosta popularne kod djece. Struktura svih izabranih gibanja treba biti primjerena dobi djece kako bi se naglasila njihova uloga u razvoju motorike posebice ruku i nogu, odnosno koordinacije u pokretu s različitim rekvizitima tijekom igre. Svi sadržaji pokretnih igara trebaju bitirazličiti i razvojno primjereni kako bi potencirali što više različitih motoričkih iskustava kod djece (Lorger i Prskalo, 2010). Okolina kao i okruženje u kojem se igra izvodi trebaju biti

prilagođeni, ugodni i poticajni za sve sudionike. Takva atmosfera kod djece izaziva i motivaciju za sudjelovanjem te angažmanom što na kraju rezultira uživanjem i zadovoljstvom djece u igri.

5.1. Pokretne igre u radu s djecom rane i predškolske dobi

Pokretna igra ubraja se u igre s pravilima koje djeca usvajaju od odraslih. Njome se zadovoljava dječja potreba za kretanjem, a upravo ta potreba ključna je za pravilan rast i razvoj organizma. Ključni motiv koji pokreće dijete da se uključi u igru jest potreba za kretanjem kao životni nagon. Upravo zbog toga, radnja u igri treba biti zanimljiva i razvojno primjerena djetetu.

„Riječ 'pokretna' kaže da se te igre zasnivaju na pokretima. Hodanje, trčanje, skakanje, puzanje, penjanje, gađanje i bacanje, guranje i vučenje osnova su tih igara. Zbog toga pokretna igra prvenstveno razvija dijete 'fizički'“ (Ivanković, 1977:65). Međutim, tjelesni odgoj nije isključivo i jedini cilj kod pokretnih igara. Pokretnom igrom značajno ostvarujemo i kognitivni razvoj djece rane i predškolske dobi. Zanimljivošću sadržaja privlačimo dječju pozornost i dajemo mu do znanja da je igra njegov slobodan izbor, a ne prisila. Vrlo je važno da dijete razumije i zapamti pravila odvijanja pokretne igre. Zbog toga je nužno da pravila budu jednostavna, lako pamtljiva i prilagođena djeci. Ne smiju biti ni preteška ni prelagana, jer u oba slučaja negativno djeluju na dijete, razvijajući osjećaj manje vrijednosti. Dijete se mora prilagoditi unaprijed određenim pravilima, no nije isključeno ni da djeca sama u toku igre dodaju neka svoja pravila. Takve modifikacije treba poticati jer time utječemo na razvoj dječje mašte što im ujedno i daje poticaj da u slobodnoj igri pomoću stečenog iskustva sami postave cilj i samim time stvaraju nove igre (Ivanković, 1977).

„Pokretna igra kao zajednički interes i doživljaj vrlo lako zbližava djecu u kolektivu. Djeca postupno gube svoju egocentričnost, a na čitav organizam osobito povoljno djeluje vedro raspoloženje koje pokretna igra pobuđuje u djeci“ (Ivanković, 1977:67).

Prema autorici Ivanković (1977) pokretne igre dijele se na one koje se vežu nekom temom iz dječjeg života i na one bez teme. Pokretne igre se ponavljaju, ovisno o duljini i karakteru

same igre. „Igrajući pokretne igre, djeca stječu nova znanja, iskustva, dobivaju hranu za svoju maštu pa u slobodnim igrama eksperimentiraju s novostečenim iskustvom; tako nastaju najrazličitije igre. Intenzitet tih stvaralačkih igara ovisi o dubini emocija koje smo uspjeli pobuditi u djeci“ (Ivanković, 1977:69).

Kada govorimo o učestalosti korištenja pokretnih igara u radu s djecom rane i predškolske dobi potrebno je uzeti u obzir spremnost i zainteresiranost djece. Poželjno je da pokretna igra bude na svakodnevnom rasporedu pri planiranju aktivnosti. Pokretnu igru gledamo sa stajališta aktivnog odmora, ali i kao poticaj izvođenja različitih pokreta s nekim ciljem. Primjerice, igre oponašanja likova iz priča, posebice životinja, izvrstan su poticaj za zadovoljavanje dječje potrebe za kretanjem, a njihov odmor je aktivan (Ivanković, 1977).

6. Plesne igre u radu s djecom rane i predškolske dobi

Plesna umjetnost nastala je u narodu te predstavlja praizvor svih poznatih umjetnosti, a svoj izraz ima u prikazu ljudske osobnosti. Počevši od prvih oblika starih praplesova, danas su se razvili plesovi različitih složenih plesnih oblika s umjetničkom težnjom za izražavanje ljepote, melodije te pokreta. Ples je tako postao nepresušan izvor izražavanja koji svojom strukturom i kompozicijom omogućuje beskonačan broj plesnih izričaja (Šumanović i sur., 2005).

Pokreti predstavljaju sredstva izražavanja, no ako ih dopunimo glazbom, stvaraju ples, jer čovjek svim svojim kretnjama u ritmu glazbe čini razne pokrete, a time ujedno ples i nastaje. Ritam definiramo kao niz tonova i stanki kojima se pokret i ples međusobno spajaju, on zapravo predstavlja izravan poticaj pokretu. Plesom izražavamo različite emocije, stanja, potrebe koje često nije moguće verbalno dočarati (Maletić, 1986). Svi ljudi imaju urođenu želju za pokretom i plesom, pa tako Šumanović i sur. (2005) ples smatraju izrazito prikladnim za djecu jer im svojim pristupom omogućuje slobodno ritmičko kretanje koje doprinosi razvoju cjelokupne motorike tijela te osjećaju za estetiku. Autorica Maletić (1986) navodi kako uzročnike i motivaciju na ples možemo podijeliti na urođenu čovjekovu potrebu za ritmičkim kretanjem te potrebu iskazivanja viška energije, potrebu za očitovanjem emocija, nagon za oponašanjem i igrom te potrebu za estetskim oblikovanjem.

Različiti elementi plesa koriste se kao glazbeno-pokretne igre ili se samostalno odrađuju na satovima tjelesnog vježbanja. Plesne strukture moguće je provoditi u različitim organizacijskim oblicima rada u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi. Na satu tjelesne i zdravstvene kulture plesne strukture moguće je provoditi u svim dijelovima sata koristeći raznolike metodičke organizacijske oblika rada (Šumanović i sur. 2005) . Živa i dinamična kretanja primjenjuju se u uvodno-pripremnom dijelu sata kada je dječji organizam potrebno zagrijati i potaknuti funkcije pojedinih organa i organskih sustava. Vježbe ruku, nogu i trupa s ciljem oblikovanja tijela i pokreta primjenjuju se u pripremnom dijelu sata. U glavnom dijelu izvode se kretnje s većim intenzitetom u raznim kombinacijama, a one zahtijevaju veću pozornost i aktivnost psihomotoričkih centara. Završni dio sata prilagođava se kretnjama s malim intenzitetom u svrhu opuštanja tijela. Pri obradbi sadržaja plesova i plesnih igara,

započinjemo jednostavnim pokretima koji su strukturom slični prirodnim oblicima kretanja. Svi plesni pokreti određeni su ritmom pljeskanja ili glazbom (Kosinac, 2011).

Plesne igre u sebi sadržavaju različite pokrete i elemente plesnih struktura. Cilj plesnih igara jest poticati razvoj kognitivnih, emocionalnih i kinestetičkih sposobnosti djece rane i predškolske dobi. Plesom dijete istražuje svoju maštu i kreativnost te ima priliku u potpunosti biti kreativno i improvizirati (Zagorac i sur., 2020). Velika većina djece u potpunosti uživa u plesu jer se izvodeći ga osjećaju dobro. Dječja spontanost u izražavanju kroz ples dolazi do potpunog izražaja. Zabava i glazba dodatni su poticaj za dječju kreativnost i predstavljaju jedan od načina su poticanja tjelesne aktivnosti. Plesno-ritmički odgoj djeluje na cjelokupni razvoj, uravnoteženost i osobnost djeteta jer razvija senzibilitet tako što djeca osvješćuju doživljaje koje njihovo tijelo razvija pokrećući se. Stvaralački pristup pokretu i plesu te kreativno plesno izražavanje razvija smisao za estetiku pokreta, razvija koncentraciju, pamćenje, usredotočenost, potiče djecu na međusobno uvažavanje i suradnju pokretom, a posebno naglašava povezanost zvuka i pokreta, odnosno glazbe i plesa. Različitim plesnim aktivnostima i koreografijama djeci pridonosimo u razvoju samopouzdanja i sigurnosti u sebe kao pojedinca koji može i spreman je nešto izvesti. Izvođenjem grupnih plesnih struktura djeca usvajaju navike rada u timu te komunikacije sa svojim vršnjacima. Stoga, svi sadržaji plesno-ritmičkog odgoja potiču razvoj svih inteligencija, a metodički postupci potiču na razvoj kreativnosti, kritičkog mišljenja te prosocijalnog ponašanja kod djece rane i predškolske dobi (Janković, 2010).

6.1. Plesne strukture

Plesom se razvijaju osnovne motoričke sposobnosti, poput fleksibilnosti, snage, ravnoteže, brzine i koordinacije (Cetinić i Vidaković Samardžija, 2014). Svim plesnim pokretima i kretnjama razvijamo osjećaj za ljepotu, skladnost te kreativno izražavanje i stvaranje. Izvođenjem različitih pokreta i kretnji uz glazbu uvelike se doprinosi razvoju koordinacije i estetskog osjećaja. Plesne strukture temeljene su na prirodnim oblicima kretanja (Pejčić, 2005). Najčešće se izvode u različitim tlocrtnim oblicima te s različitom ritmičkom pratnjom uz pjevanje i glazbu. Prirodni oblici kretanja koji čine osnovu plesnih

struktura su: hodanje, trčanje, poskoci, skokovi, jednostavna gibanja u svim dijelovima tijela, vježbe ravnoteže, napetosti, opuštanja i pokreti u slobodnom imitiranju te improviziranju (Cetinić i Vidaković Samardžija, 2014). Plesno-ritmičke strukture, pokreti i vježbe predstavljaju izrazito pozitivan učinak na dječji organizam u cjelini, stoga je važno pridati plesnim strukturama važno mjesto u razvoju djece rane i predškolske dobi (Kosinac, 2011). Šumanović i sur. (2005), također, navode dobrobiti plesnih struktura na djetetov razvoj te navode osnovne plesne strukture, tj. prirodne oblike kretanja. Prirodni oblici kretanja su: hodanje, trčanje, poskoci, jednostavna gibanja u svim dijelovima tijela, ravnoteža te pokret u slobodnom imitiranju. Od velike je važnosti kod djece postepeno usavršavati navedene pokrete, a nakon toga uključiti i osjetljivost za glazbeni izražaj. Elementi plesa koriste se i za pokretne igre, kao i za mnoge dječje plesove (Kosinac, 2011).

Sadržaji iz okvirnog plana i programa tjelesne i zdravstvene kulture utječu na antropološki status djece. Plesne strukture dio su sadržaja kojim se djeca potiču na aktivnost, samostalnost i kreativnost. Realizacijom plesnih struktura potrebno je i povezivanje pokreta s glazbenim izražavanjem, zatim slijedi kreativnost u izvođenju plesnih pokreta koji se nadalje izvode u različitim formacijama. U ranoj i predškolskoj dobi najprikladniji oblik približavanja sadržaja plesnih struktura su brojalice pomoću kojih se formira ritam, zatim slijede raznovrsne igre s pjevanjem, a nakon toga polazi se od jednostavnijih ka složenim plesnim strukturama (Findak, 1995). U svakodnevnoj slobodnoj igri dijete pokazuje prirodni smisao za ritam. Glazba kod djece izaziva razne pozitivne emocije i pruža im osjećaj zadovoljstva za izvedeno. Zato je poželjno što češće primjenjivati razne kretnje uz zadani ritam. Pri tome, odabrana glazba treba svojim sadržajem biti razvojno primjerena djeci rane i predškolske dobi (Cetinić i Vidaković Samardžija, 2014). Glazba je veoma bitan čimbenik u primjeni sadržaja plesnih struktura, a djeci mora biti prilagođena i zanimljiva. Raznovrsni sadržaji i aktivnosti od hodanja i trčanja prema određenom ritmu i tempu, poskocima sa zadacima i oponašanjima, djeca će biti sve sposobnija usvajati i složenije oblike plesa (Šumanović i sur., 2005). Pri tome, uloga odgojitelja je da djeci demonstrira te usmeno približi određene plesne strukture i način njihova izvođenja. Primjena plesnih struktura podrazumijeva odgojiteljevo poznavanje dobnog uzrasta i motoričkih sposobnosti djece u odgojnoj skupini. Svako kretanje djeteta potpuno je slobodno i vrlo je važno dopustiti djeci

improvizaciju i kreativnost prilikom razvijanja osjećaja za ritam. Djeca kroz upoznavanje i ritmiziranje raznih pjesmica, postepeno prelaze na izvođenje plesnih koraka (Kosinac, 2011).

6.1.1. Osnovni elementi plesa i plesnih struktura

Uspravan stav i pravilno držanje	Uspravan stav rezultat je biološkog razvoja čovjeka te ovisi o leđnim i trbušnim mišićima. Prilikom vježbanja ili plesa u pojedinim segmentima zauzimamo uspravan stav. Posturalni refleksi zaduženi su za održavanje tijela u statičkim položajima koji su potrebni i u plesnim aktivnostima. Prilagođene plesne forme koje potiču posturalne reflekse preporučuju se u radu s djecom rane i predškolske dobi zbog formiranja pravilnog držanja.
Hodanje	Hodanje je osnovni oblik kretanja tj. prirodni oblik promjene mjesta. U plesu je hodanje u određenoj mjeri stilizirano, a pravilan osjećaj prenošenja težine razvija se raznim ritmičkim i metričkim oblicima. Hodanjem u plesu izražavamo oblike tempa i ritma.
Trčanje	Trčanje u osnovi predstavlja preinaku hodanja u kojoj se težina tijela prenosi mnogo življe. U plesu se koristi u svrhu brze promjene mjesta, a kretnje pri tome trebaju izgledati dinamično, no lijepo i usklađeno.
Poskoci	Osnovno obilježje poskoka je da je kretanje poticajno od stopala prema težištu pri čemu se tijelo odvaja od tla jednom ili objema

	nogama. Mišići čitavog tijela su pri tome lagano napeti, a posebice su opterećeni opruživači (ekstenzori) nogu.“ (Kosinac, 2011:179). Poskoci se mogu izvoditi u mjestu, s kretanjem u prostoru, u parovima ili pojedinačno. Pokreti ruku pri poskocima nisu određeni, već ovise o samom intenzitetu i obliku poskoka.
Skokovi	Skokovi su dinamična i intenzivna kretanja pri kojima se proizvodi snaga, a tijelo se odvaja od tla i pomiče u prostoru. Skokovi sadrže: odraz, let iznad tla i doskok. Mogu se izvoditi jednom ili objema nogama,a zahtijevaju visok stupanj ovladavanja tijelom u prostoru.
Stajanje i poskakivanje na jednoj nozi	Stajanje i poskakivanje na jednoj nozi iziskuje vrlo dobro funkcioniranje centra za ravnotežu i posuralnog refleksa. Plesne strukture izvrsno su sredstvo za njihov razvoj.
Zamasi	Zamasi su niz povezanih napetosti i opuštanja u stalnom ritmičkom njihanju. Oni su središnja kretnja u plesu i obuhvaćaju cijelo tijelo. U korištenju zamasima služe nam razni rekviziti poput čunjeva, obuća, traka i konopaca.

Tablica 2. Osnovni elementi plesa (Kosinac, 2011:86)

6.2. Značaj i dobrobiti plesa i plesnih igara za djecu rane i predškolske dobi

Prema autoricama Cetinić i Vidaković Samardžija (2014) okvirni plan i program tjelesne i zdravstvene kulture za djecu rane i predškolske dobi navodi ples kao jednu od programskih cjelina. Ples predstavlja jednu od djeci razvojno primjerenih aktivnosti jer na njih utječe stimulativno. Plesni sadržaji kod djece izazivaju značajne promjene u svim aspektima motoričkog razvoja. Prije svega, plesom se kod djece razvijaju osnovne ili bazične motoričke sposobnosti (Mikulić i sur., 2007). Motoričke sposobnosti i razvoj pokreta u uskoj su svezi. Na jedan dio njih utječu genetski čimbenici, a na drugi vanjski čimbenici, kao igra, tjelesno vježbanje te treninzi (Kosinac, 2011). U predškolskom razdoblju kod djece se događaju velike i brze promjene u tjelesnom rastu i razvoju. Rast je vrlo ubrzan i snažan što nam pokazuje i godišnji rast djece u tjelesnoj visini do 10 centimetara, te u težini i do 3 kilograma (Vlašić i sur., 2016). Kako bi se plesni sadržaji mogli ostvarivati u odgojno obrazovnom radu s djecom rane i predškolske dobi potrebno je u potpunosti prilagoditi građu plesa ovisno o dobi djece u skupini, kao i njihovim individualnim psihofizičkim karakteristikama (Mikulić i sur., 2007). Plesno kretanje u određenom ritmu najprirodnije je sredstvo kreativnog izražavanja djeteta. Plesno-ritmički odgoj utječe na cjelokupni razvoj, osobnost i uravnoteženost djeteta. Razvija se cjelokupna motorika tijela, a potiče se stvaralački pristup pokretu i plesu. Kroz ples se značajno razvija estetika pokreta, ali i koncentracija, pamćenje i samodisciplina. U kontekstu odnosa s vršnjacima, djeca međusobno surađuju i uvažavaju jedni druge te počinju spoznavati važnost timskog rada. Kroz sudjelovanje u plesnim predstavama i aktivnostima djeca razvijaju samopouzdanje i stvaraju pozitivnu sliku o sebi samima (Janković, 2010).

Autor Kosinac (2011) navodi kakoples ima važnu ulogu i zadaću u ostvarivanju niza odgojno obrazovnih, morfološko-motoričkih, funkcionalnih i higijenskih zadaća, kao što su:

- poticanje i razvoj posturalnih refleksa odgovornih za pravilno držanje tijela i uspravan stav
- poticanje i razvoj funkcije pojedinih organa i organskih sustava što ima izrazito povoljan utjecaj na zdravlje djeteta
- razvoj psihomotoričkih sposobnosti te poboljšanje kretne izražajnosti i stvaralaštva

- utjecaj na oblikovanje tijela te kakvoću sjelokupnog dječjeg aparata za kretanje
- razvoj osjećaja za ritam, prostor i vrijeme
- razvoj sluha, bogaćenje osobnosti djeteta i prosocijalno ponašanje
- mogućnost slobode u izražavanju i kretanju
- stjecanje sigurnosti, samopouzdanja i afirmativnosti
- postizanje osjećaja relaksacije i terapeutski učinak (Kosinac, 2011:84).

Autori Šumanović i sur., (2005) odgojno obrazovne ciljeve plesnih struktura i igara navode kao ključan čimbenik za razvoj estetske kulture pokreta kod djece rane i predškolske dobi,a vidljivi su u:

- lijepom držanju tijela
- orijentaciji u prostoru
- izražajnosti i emocionalnosti u pokretu
- glazbenoj izražajnosti za takt, ritam, tempo, dinamiku, melodiju
- osjećaju odnosa tona i pokreta
- slobodnoj kreativnosti pokreta i glazbe (Šumanović i sur., 2005).

7. Istraživački dio

7.1. Cilj i zadatci istraživanja

Cilj istraživanja je ispitati stavove i informiranost odgojitelja o važnosti pokretnog stvaralaštva te učestalost korištenja pokretnih i plesnih igara u svakodnevnom radu s djecom rane i predškolske dobi. Također, istraživanje je provedeno kako bih potaknula odgojitelje na promišljanje o dobrobitima za cjelokupan razvoj djece rane i predškolske dobi koje se ostvaruju pokretnim i plesnim stvaralaštvom. Istraživanje, s obzirom na cil,j polazi od općih pitanja o radnom stažu odgojitelja, stupnju obrazovanja, vrsti programa u kojem rade te uključenosti djece iz odgojne skupine u kojoj rade u izvanvrtićke aktivnosti vezane uz pokret. Na kraju se kroz upitnik ispituje stav odgojitelja o važnosti tjelesnih aktivnosti u dječjem vrtiću te učestalosti korištenja pokretnih i plesnih igara u tjednim i mjesečnim planovima aktivnosti.

7.2. Sudionici istraživanja

Zbog specifične epidemiološke situacije uzrokovane pandemijom virusa SARS-CoV-2, istraživanje se provodilo putem mrežnog anketnog upitnika krajem travnja i početkom svibnja 2021. godine. Istraživanjem su obuhvaćena 133 sudionika. Iznijeti su mišljenja i stavovi odgojitelja predškolske djece. Najzastupljenija županija u provođenju anketnog upitnika je splitsko-dalmatinska, posebice DV Omiš i DV Dugi Rat.

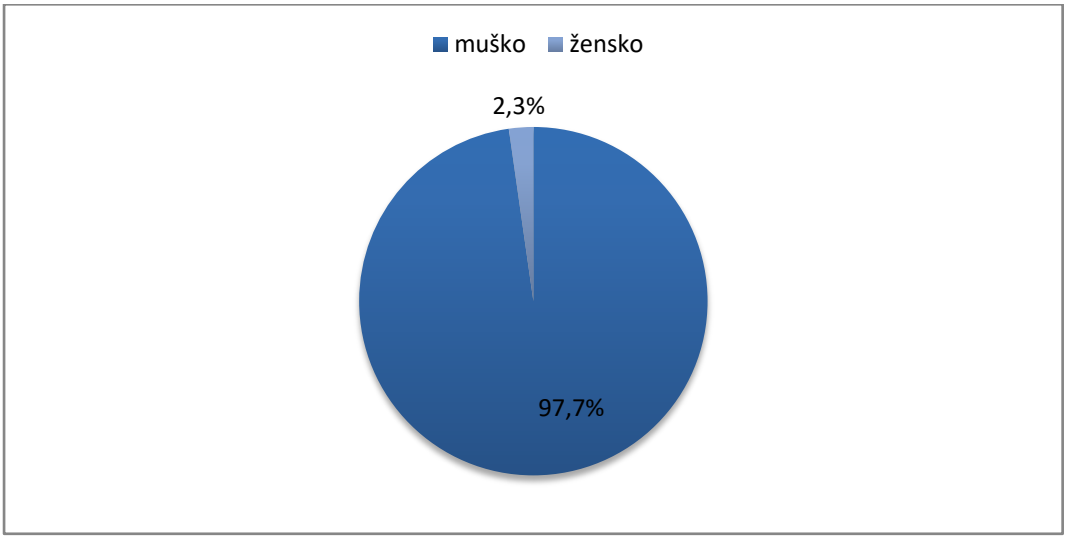
7.3. Postupci i instrumenti istraživanja

Instrument istraživanja bio je anketni upitnik, a svi podatci su prikupljeni postupkom anketiranja. Anketiranje je bilo provedeno isključivo u svrhu pisanja diplomskog rada. Anketni upitnik sastoji se od četrnaest pitanja koji su zatvorenog tipa i višestrukog izbora,

osim jednog pitanja koje je otvorenog tipa, a odnosi se na provođenje kinezioloških aktivnosti u dječjem vrtiću čime su odgojitelji imali pravo opisati tko provodi te aktivnosti. Anketiranje je bilo anonimno. Istraživanjem se željelo doći do idućih saznanja: smatraju li odgojitelji da je tjelesna aktivnost važna za pravilan rast i razvoj djece rane i predškolske dobi, koliko često u skupini provode aktivnosti vezane uz pokretno i plesno stvaralaštvo te koje od ponuđenih vrsta pokretnih i plesnih igara su najviše zastupljene u radu s djecom rane i predškolske dobi (v. prilog).

7.4. Rezultati istraživanja

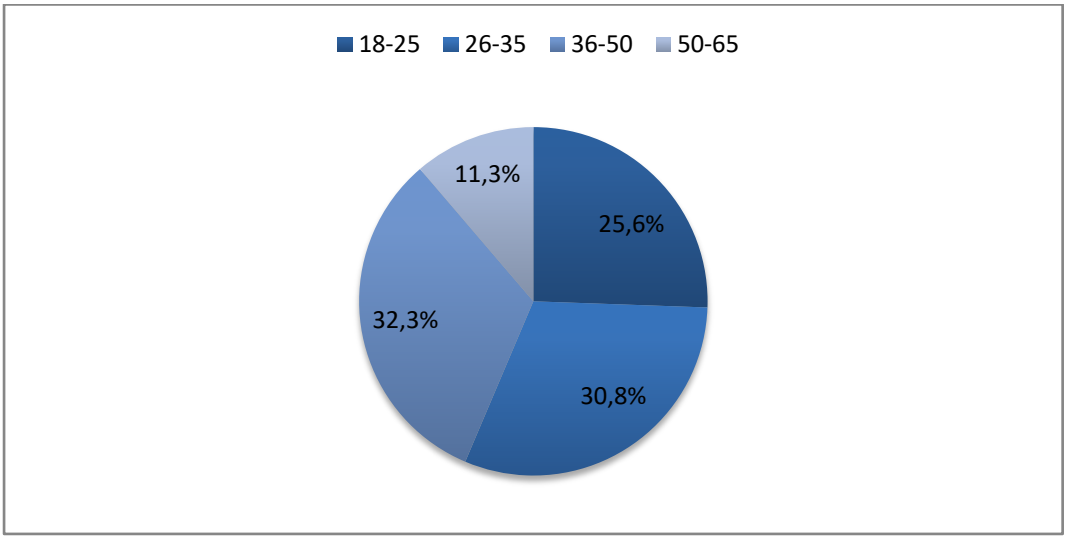
1) Prvo pitanje anketnog upitnika odnosi se na spol ispitanika.



Grafikon 1. prikazuje odgovor na pitanje: Spol:

Na prvo pitanje anketnog upitnika koje se odnosi na spol odgovorilo je 133 ispitanika od kojih je 130 ispitanika (97,7%) odgovorilo je da je ženskog spola, a 3 ispitanika (2,3%) da je muškog spola.

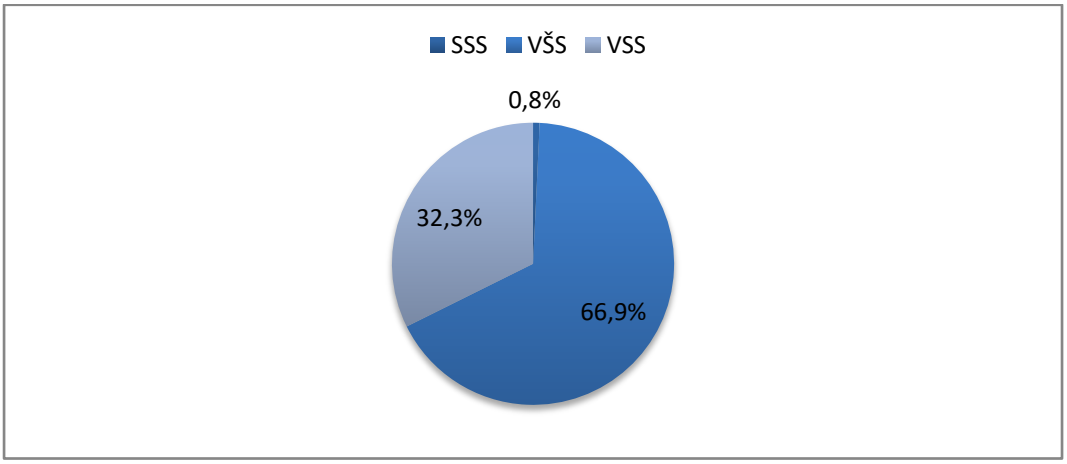
2) Drugo pitanje anketnog upitnika odnosi se na dob ispitanika.



Grafikon 2. prikazuje odgovor na pitanje: Dob:

Odgovorilo je 133 ispitanika. U dobi od 18 do 25 godina odgovorilo je 34 ispitanika (25,6%), u dobi od 26 do 35 godina odgovorio je 41 ispitanik (30,8%), u dobi od 36 do 50 godina odgovorilo je 43 ispitanika (32,3%) te u dobi od 50 do 65 godina odgovorilo je 15 ispitanika (11,3%).

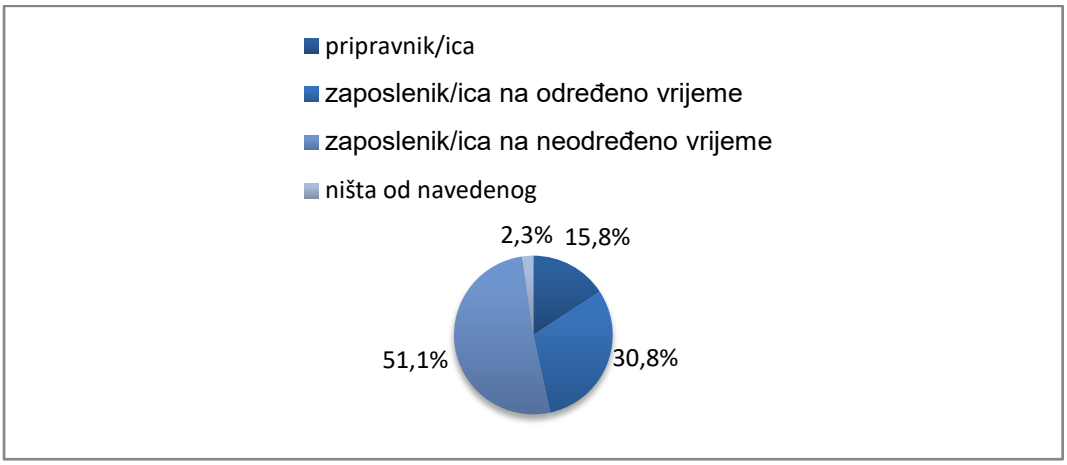
3) Treće pitanje anketnog upitnika odnosi se na stupanj obrazovanja.



Grafikon 3. prikazuje odgovor na pitanje: Stupanj obrazovanja:

Na pitanje je odgovorilo 133 ispitanika. Jedan ispitanik (0,8%) odgovorio je kako je njegov stupanj obrazovanja srednja stručna sprema, 89 ispitanika (66,9%) je više stručne spreme, a 43 ispitanika (32,3%) ima visoku stručnu spremu.

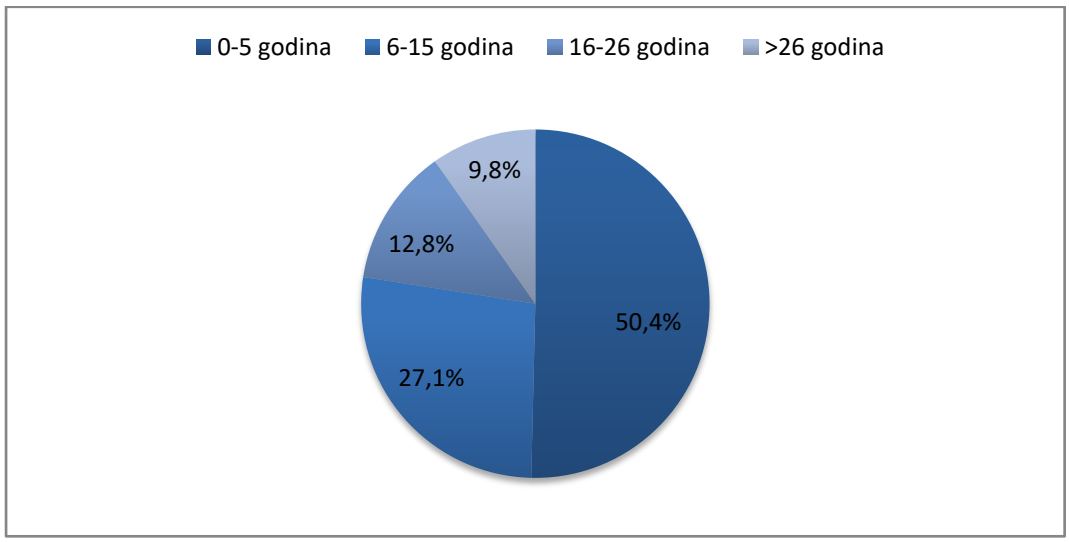
4) Četvrto pitanje anketnog upitnika odnosi se na status zaposlenja u dječjem vrtiću.



Grafikon 4. prikazuje odgovor na pitanje: U dječjem vrtiću radite kao:

Na pitanje je odgovorilo 133 ispitanika. 21 ispitanik (15,8%) u dječjem vrtiću radi kao pripravnik/ica, 41 ispitanik (30,8%) kao zaposlenik/ica na određeno vrijeme, 68 ispitanika (51,1%) kao zaposlenik/ica na neodređeno vrijeme te 3 ispitanika (2,3%) još uvijek nije zaposleno u dječjem vrtiću.

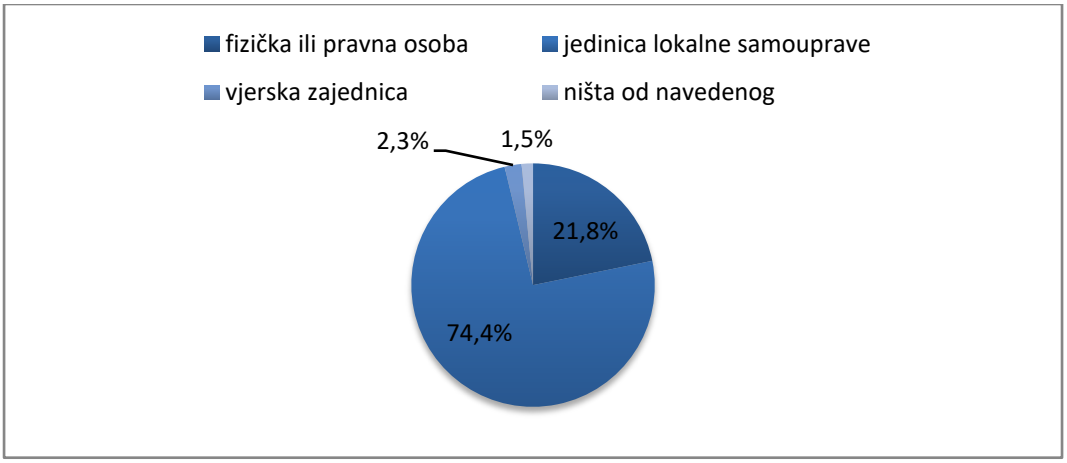
5) Peto pitanje anketnog upitnika odnosi se na radni staž u dječjem vrtiću.



Grafikon 5. prikazuje odgovor na pitanje: Radni staž u dječjem vrtiću:

Odgovorilo je 133 ispitanika. Od ukupnog broja, 67 ispitanika (50,4%) ima od 0 do 5 godina radnog staža, 36 ispitanika (27,1%) ima od 6 do 15 godina radnog staža, 17 ispitanika (12,8%) ima od 16 do 26 godina radnog staža i 13 ispitanika (9,8%) ima više od 26 godina radnog staža.

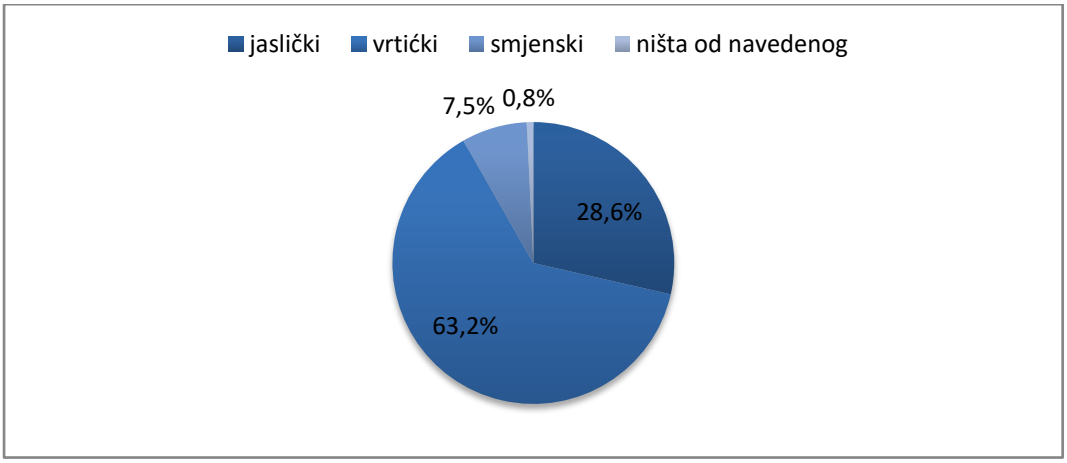
6) Šesto pitanje anketnog upitnika odnosi se na osnivača dječjeg vrtića u kojem se odvija trenutno zaposlenje.



Grafikon 6. prikazuje odgovor na pitanje: Osnivač dječjeg vrtića u kojem ste trenutno zaposleni:

Na pitanje je odgovorilo 133 ispitanika. Od ukupnog broja, 29 ispitanika (21,8%) navelo je kako je osnivač dječjeg vrtića u kojem su trenutno zaposleni fizička ili pravna osoba, 99 ispitanika (74,4%) jedinica lokalne samouprave, 3 ispitanika (2,3%) vjerska zajednica te 2 ispitanika (1,5%) ništa od navedenog.

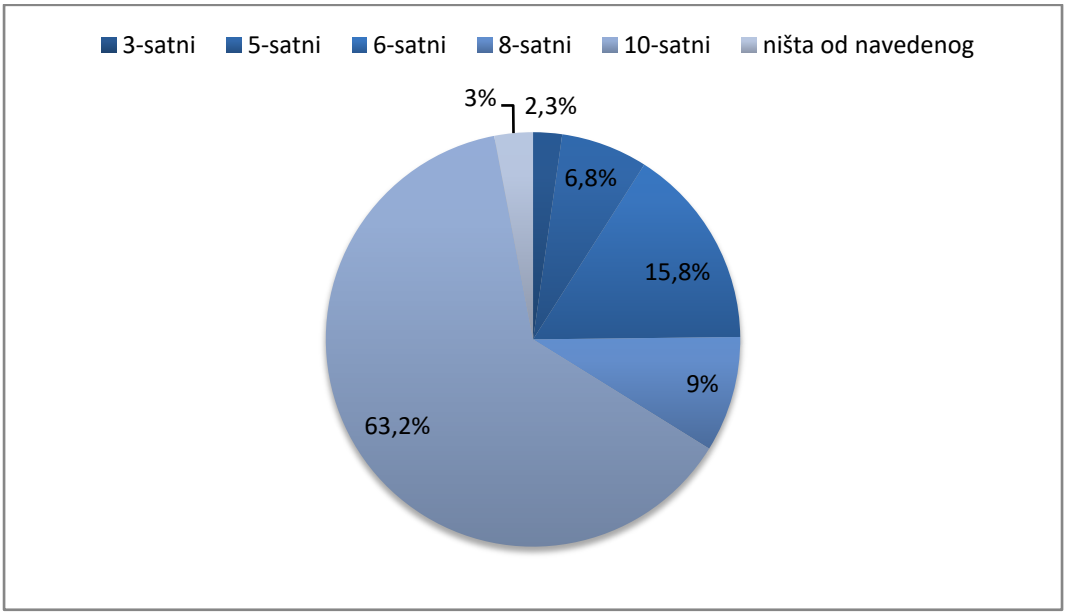
7) Sedmo pitanje anketnog upitnika odnosi se na vrstu programa u kojem ispitanici trenutno rade.



Grafikon 7. Prikazuje odgovor na pitanje: Vrsta programa u kojem trenutno radite:

Prikupljena su 133 odgovora. U jasličkom programu navelo je da radi 38 ispitanika (28,6%), u vrtićkom programu 84 ispitanika (63,2%), u smjenskom programu 10 ispitanika (7,5%) te 1 ispitanik (0,8%) ništa od navedenog.

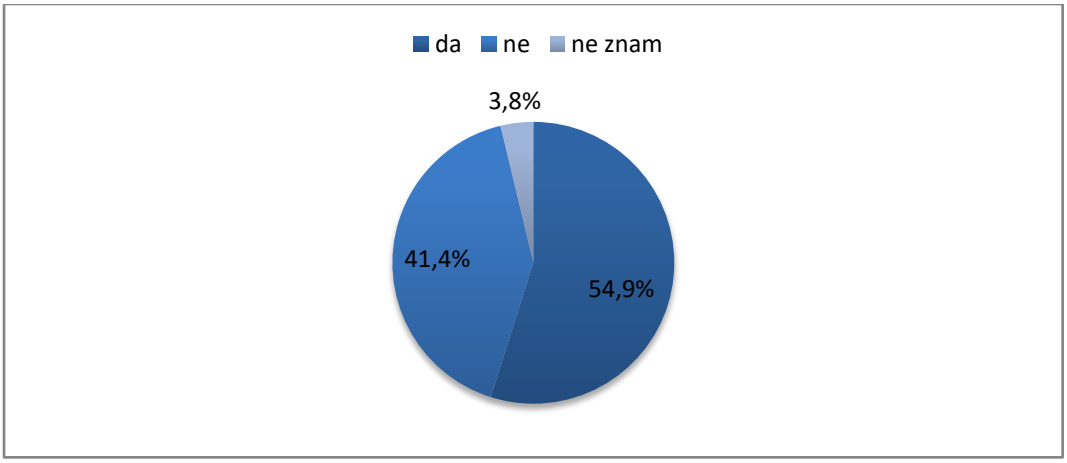
8) Osmo pitanje anketnog upitnika odnosi se na trajanje programa u kojem ispitanici trenutno rade.



Grafikon 8. prikazuje odgovor na pitanje: Trajanje programa u kojem trenutno radite:

Na pitanje je odgovorilo 133 ispitanika. Od ukupnog broja, 3 ispitanika (2,3%) rade u 3-satnom programu, 9 ispitanika (6,8%) u 5-satnom programu, 21 ispitanik (15,8%) u 6-satnom programu, 12 ispitanika (9%) u 8-satnom programu, 84 ispitanika (63,2%) u 10-satnom programu te 4 ispitanika (3%) u niti jednom od navedenih programa.

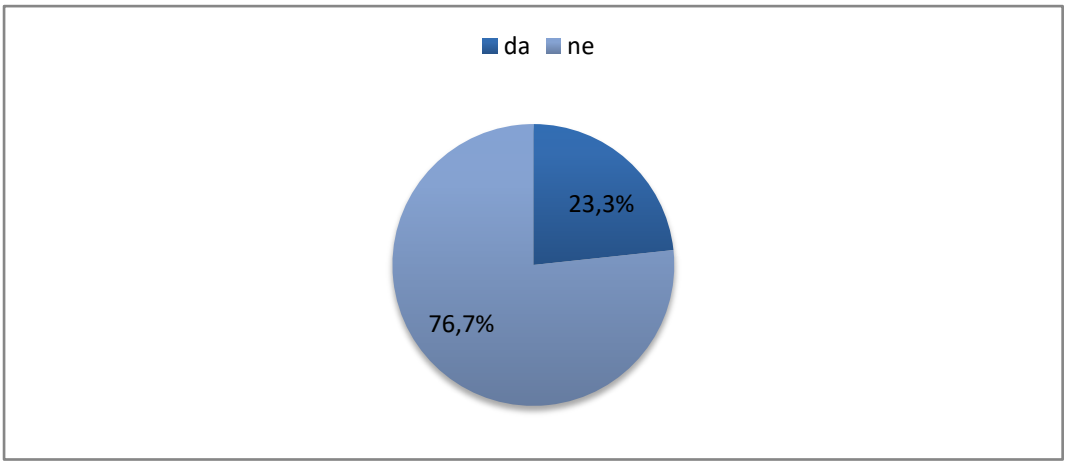
9) Deveto pitanje u anketnom upitniku odnosi se na bavljenje djece iz odgoje skupine nekom organiziranom kineziološkom aktivnošću ili plesom.



Grafikon 9. prikazuje odgovor na pitanje: Bavi li se netko od djece iz odgojne skupine organiziranom kineziološkom aktivnošću ili plesom?

Od 133 dobivena odgovora, 73 ispitanika (54,9%) odgovorilo je da se netko od djece iz odgojne skupine bavi organiziranom kineziološkom aktivnošću ili plesom, 55 ispitanika (41,4%) odgovorilo je da se ne bavi te 5 ispitanika (3,8%) odgovorilo je kako ne zna bavi li se netko od djece iz odgojne skupine organiziranom kineziološkom aktivnošću ili plesom.

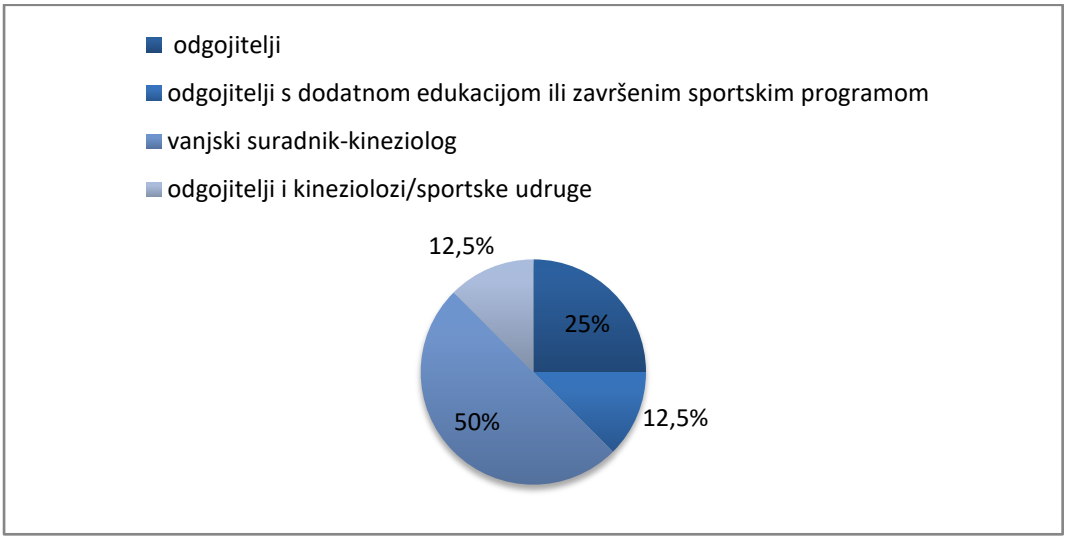
10) Deseto pitanje u anketnom upitniku odnosi se na to postoji li u organizaciji u kojoj ispitanici trenutno rade, organizirana dodatna kineziološka aktivnost ili sportska skupina.



Grafikon 10. prikazuje odgovor na pitanje: Postoji li u Vašem vrtiću organizirana dodatna kineziološka aktivnost (sportska skupina)?

Odgovorilo je 133 ispitanika, njih 31 (23,3%) ispitanika odgovorilo je da postoji, a njih 102 (76,7%) ispitanika odgovorilo je da ne postoji organizirana dodatna kineziološka aktivnost ili sportska skupina.

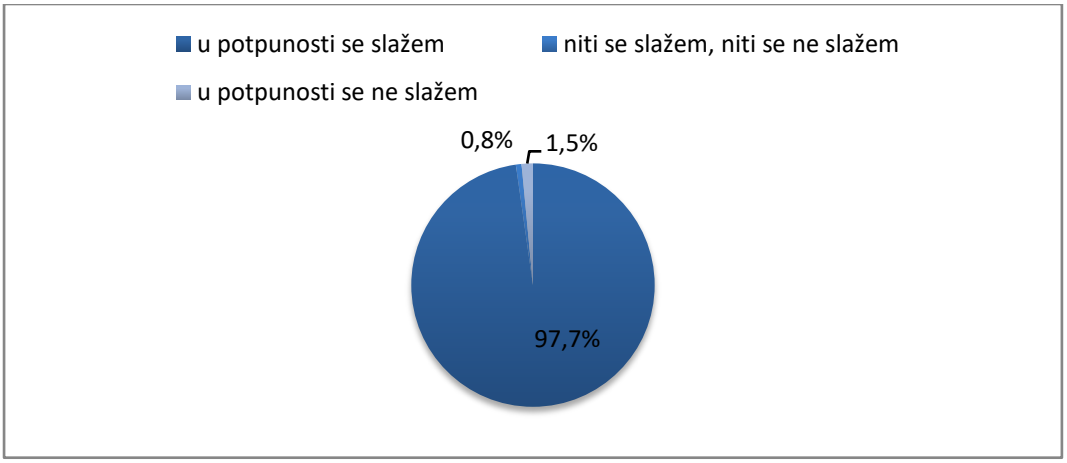
11) Jedanaesto pitanje u anketnom upitniku otvorenog je tipa, a odnosi se na to ukoliko postoji organizirana dodatna kineziološka aktivnost (sportska skupina), tko ju provodi.



Grafikon 11. prikazuje odgovor na pitanje: Ukoliko postoji, tko ju provodi?

Na pitanje je odgovorilo 32 ispitanika. Njih 8 (25%) ispitanika odgovorilo je da dodatne kineziološke aktivnosti ili sportsku skupinu provode odgojitelji, 4 ispitanika (12,5%) da ih provode odgojitelji s dodatnom edukacijom ili završenim sportskim programom, 16 ispitanika (50%) da ih provode vanjski suradnici-kineziolozi te 4 ispitanika (12,5%) da ih provode odgojitelji i kineziolozi zajedno sa sportskim udrugama.

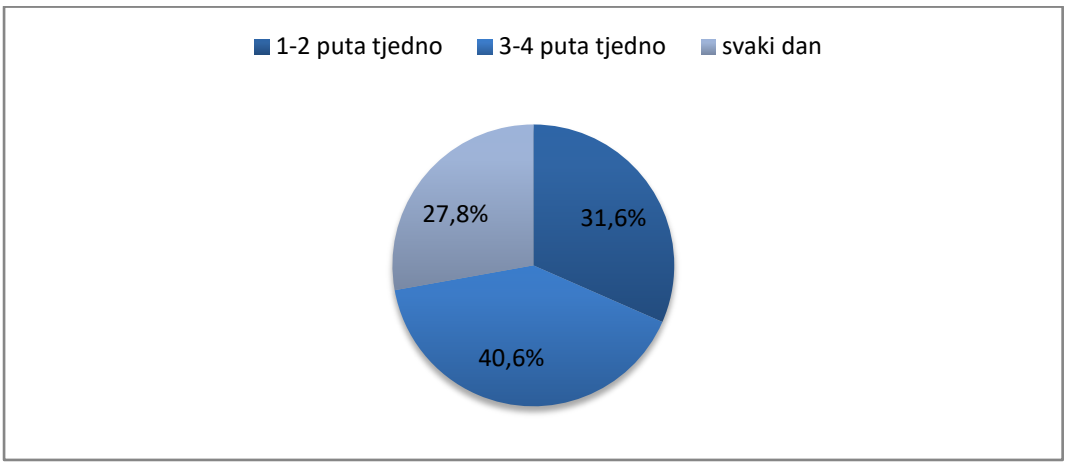
12) Dvanaesto pitanje u anketnom upitniku odnosi se na važnost tjelesnih aktivnosti za pravilan rast i razvoj djece rane i predškolske dobi.



Grafikon 12. prikazuje odgovor na pitanje: Smatrate li da je tjelesna aktivnost važna za pravilan rast i razvoj djece rane i predškolske dobi?

Odgovorilo je 133 ispitanika. Većina ispitanika, njih 130 (97,7%) u potpunosti se slaže s tvrdnjom, 1 ispitanik (0,8%) odgovorio je kako se niti slaže, niti ne slaže s tvrdnjom, a 2 ispitanika (1,5%) odgovorili su da se ne slažu s tvrdnjom da je tjelesna aktivnost važna za pravilan rast i razvoj djece rane i predškolske dobi.

13) Trinaesto pitanje odnosi se na učestalost provođenja pokretnih i plesnih igara.



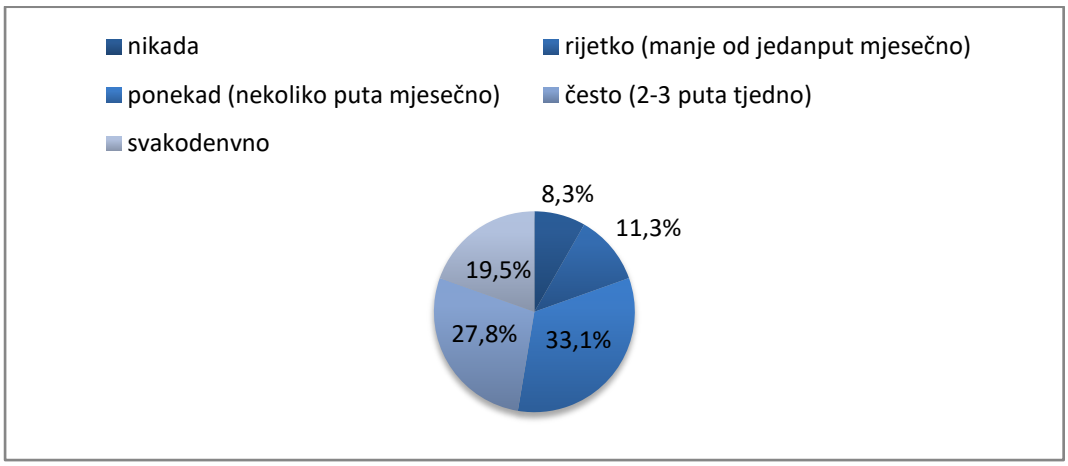
Grafikon 13. prikazuje odgovor na pitanje: Koliko često s djecom u skupini provodite pokretne ili plesne igre?

Na pitanje je odgovorilo 133 ispitanika. 42 ispitanika (31,6%) pokretne i plesne igre provodi 1 do 2 puta tjedno, 54 ispitanika (40,6%) provodi ih 3 do 4 puta tjedno, a 37 ispitanika (27,8%) pokretne i plesne igre provodi svakodnevno u radu.

14) Posljednje, četrnaesto pitanje u anketnom upitniku odnosi se na učestalost provođenja pojedinih pokretnih i plesnih igara u dječjem vrtiću.

Pred Vama se nalazi nekoliko pitanja vezanih uz učestalost korištenja pokretnih i plesnih igara u dječjem vrtiću.

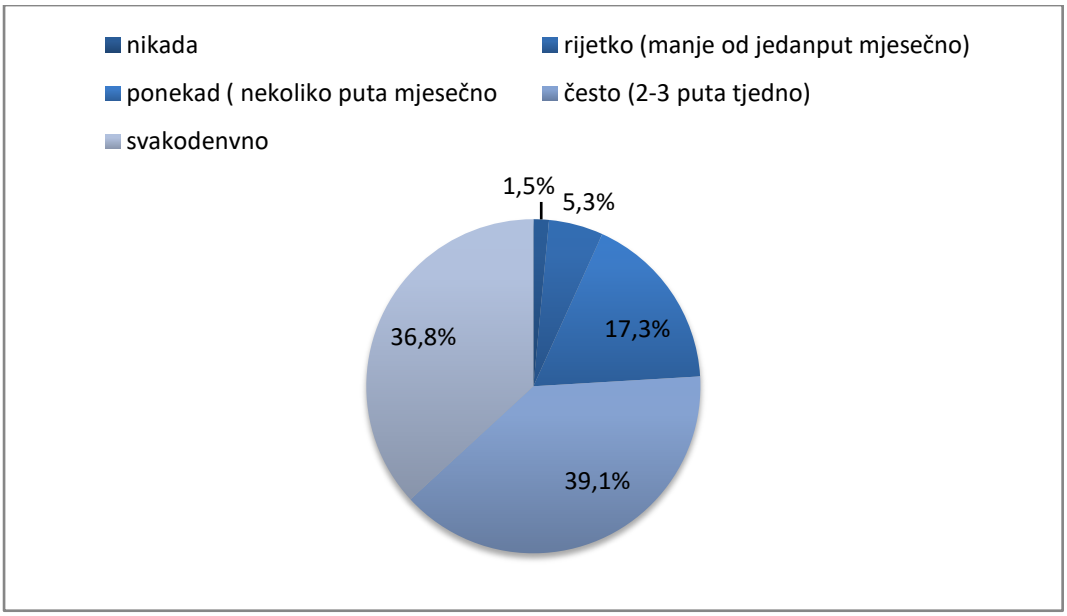
- Igre u kojima postoji centralni igrač



Grafikon 14.1. prikazuje odgovor na pitanje: Igre u kojima postoji centralni igrač (npr. Crna kraljica, Ledena baba...).

Na pitanje je odgovorilo 133 ispitanika. Njih 11 (8,3%) ispitanika odgovorilo je da navedeni tip igara ne provode nikada, 15 ispitanika (11,3%) izvodi ih rijetko, 44 ispitanika (33,1%) ponekad, 37 ispitanika (27,8%) često te 26 ispitanika (19,5%) provodi ih svakodnevno.

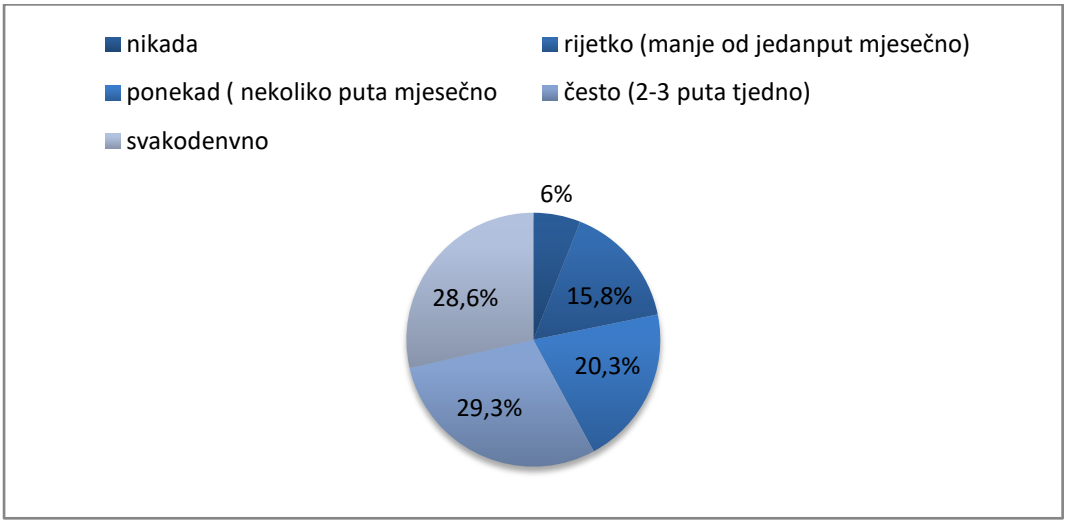
- Igre koje uključuju pjevanje ili brojalicu



Grafikon 14.2. prikazuje odgovor na pitanje: Igre koje uključuju pjevanje ili brojalicu (npr. Mi smo djeca vesela, Ide maca oko tebe, Ringe ringe raja...).

Od 133 dobivena odgovora, njih 2 (1,5%) odgovorilo je kako navedeni tip igre ne provodi nikada, 7 ispitanika (5,3%) provodi ih rijetko, 23 ispitanika (17,3%) ponekad, 52 ispitanika (39,1%) često te 49 ispitanika (36,8%) u radu ih provodi svakodnevno.

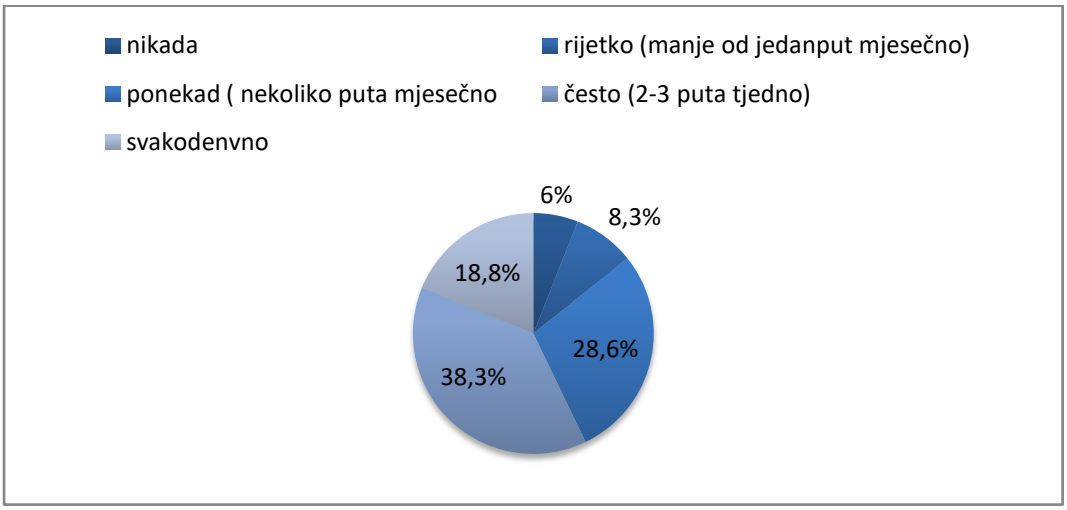
- Igre rukama



Grafikon 14.3. prikazuje odgovor na pitanje: Igre rukama (npr. Kamen-škare-papir, Okoš bokoš...).

Dobivena su 133 odgovora. Od ukupnog broja, 8 ispitanika (6%) navedeni tip igre ne provodi nikada, 21 ispitanik (15,8%) provodi ih rijetko, 27 ispitanika (20,3%) ponekad, 39 ispitanika (29,3%) često te 38 ispitanika (28,6%) u radu ih provodi svakodnevno.

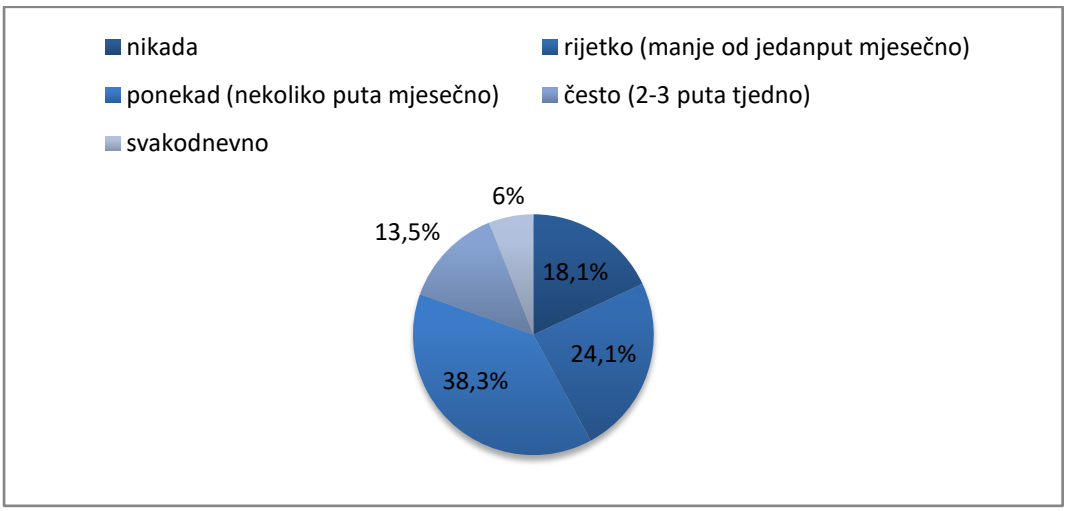
- Igre s plesnim strukturama



Grafikon 14.4. prikazuje odgovor na pitanje: Igre s plesnim strukturama (razne vrste kola, glazbeni kipovi, glazbene stolice...).

Od ukupna 133 odgovora, 8 ispitanika (6%) navedeni tip igre ne provodi nikada, 11 ispitanika (8,3%) provodi ih rijetko, 38 ispitanika (28,6%) ponekad, 51 ispitanik (38,3%) često te 25 ispitanika (18,8%) u radu ih provodi svakodnevno.

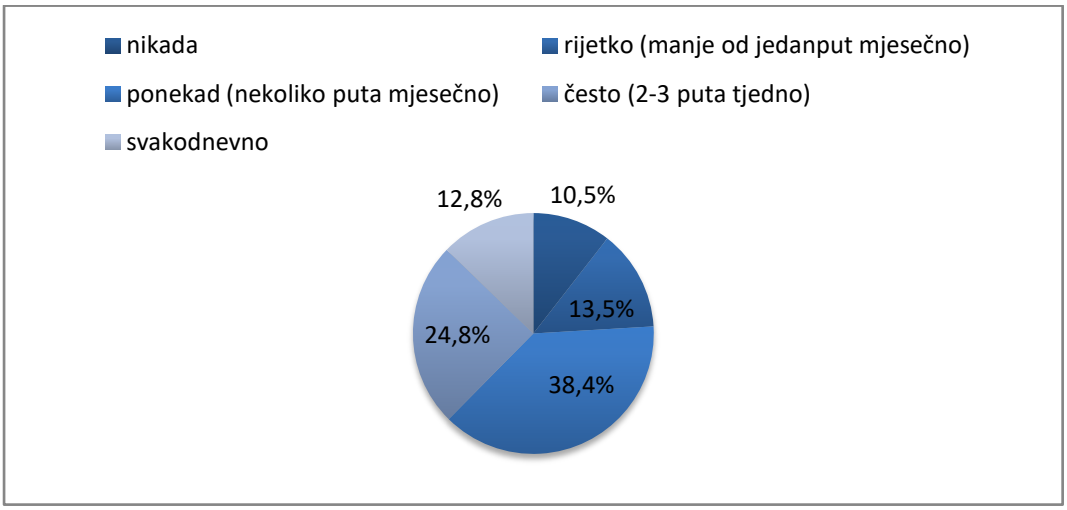
- Štafetne igre



Grafikon 14.5. prikazuje odgovor na pitanje: Štafetne igre.

Dobivena su 133 odgovora. Od ukupnog broja, 24 ispitanika (18,1%) navedeni tip igre ne provodi nikada, 32 ispitanika (24,1%) provodi ih rijetko, 51 ispitanik (38,3%) ponekad, 18 ispitanika (13,5%) često te 8 ispitanika (6%) u radu ih provodi svakodnevno.

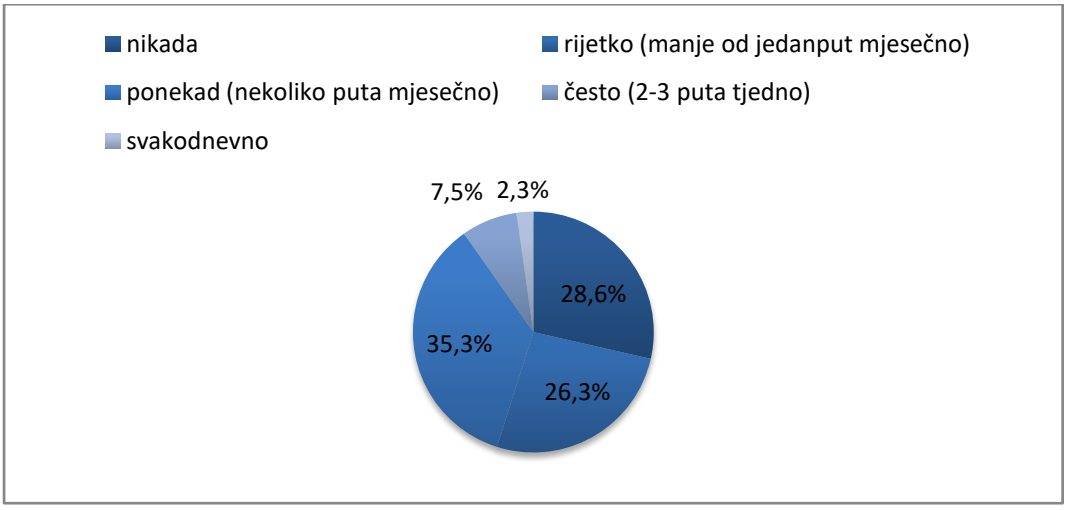
- Poligoni



Grafikon 14.6. prikazuje odgovor na pitanje: Poligoni.

Od ukupna 133 odgovora, 14 ispitanika (10,5%) navedeni tip igre ne provodi nikada, 18 ispitanika (13,5%) provodi ih rijetko, 51 ispitanik (38,4%) ponekad, 33 ispitanika (24,8%) često te 17 ispitanika (12,8%) u radu ih provodi svakodnevno.

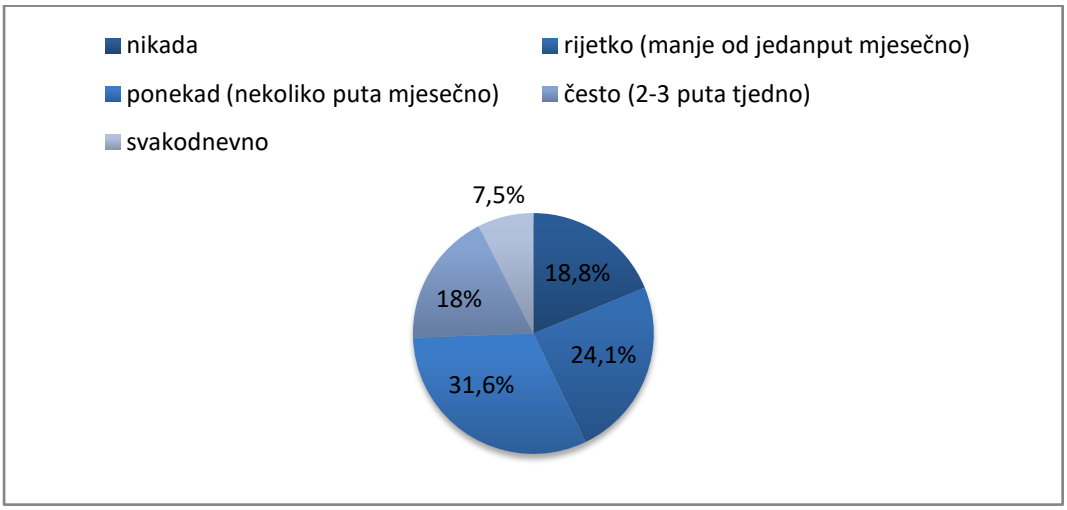
- Igre suprotstavljanja među grupama



Grafikon 14.6. prikazuje odgovor na pitanje: Igre suprotstavljanja među grupama (npr. povlačenje konopa).

Od ukupna 133 odgovora, 38 ispitanika (28,6%) navedeni tip igre ne provodi nikada, 35 ispitanika (26,3%) provodi ih rijetko, 47 ispitanika (35,3%) ponekad, 10 ispitanika (7,5%) često te 3 ispitanika (2,3%) u radu ih provodi svakodnevno.

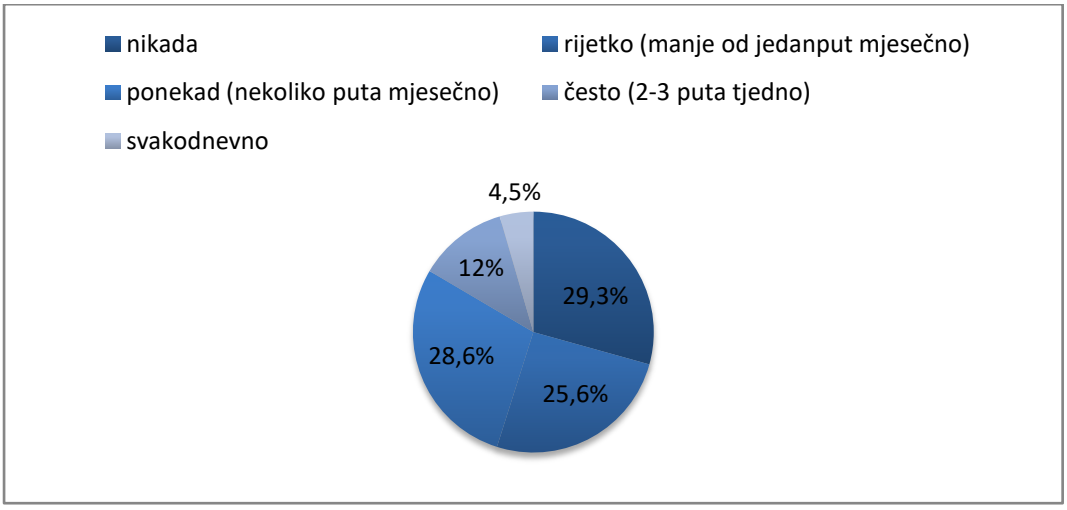
- Igre sa zadanim strukturama



Grafikon 14.7. prikazuje odgovor na pitanje: Igre sa zadanim strukturama (npr. Školice).

Dobivena su 133 odgovora. Od ukupnog broja, 25 ispitanika (18,8%) navedeni tip igre ne provodi nikada, 32 ispitanika (24,1%) provodi ih rijetko, 42 ispitanika (31,6%) ponekad, 24 ispitanika (18%) često te 10 ispitanika (7,5%) u radu ih provodi svakodnevno.

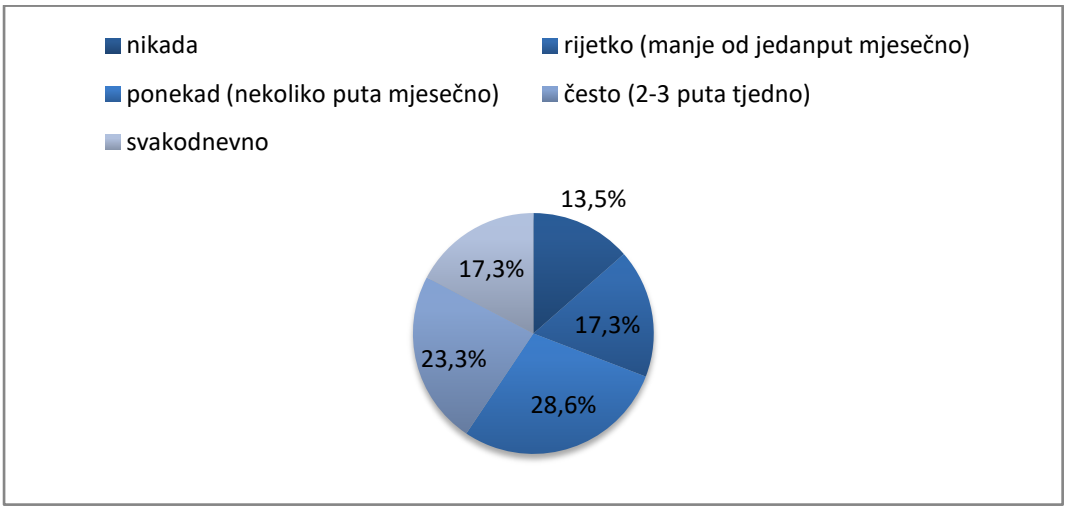
- Igre vijačom



Grafikon 14.8. prikazuje odgovor na pitanje: Igre vijačom.

Od 133 dobivena odgovora, 39 ispitanika (29,3%) navedeni tip igre ne provodi nikada, 34 ispitanika (25,6%) provodi ih rijetko, 38 ispitanika (28,6%) ponekad, 16 ispitanika (12%) često te 6 ispitanika (4,5%) u radu ih provodi svakodnevno.

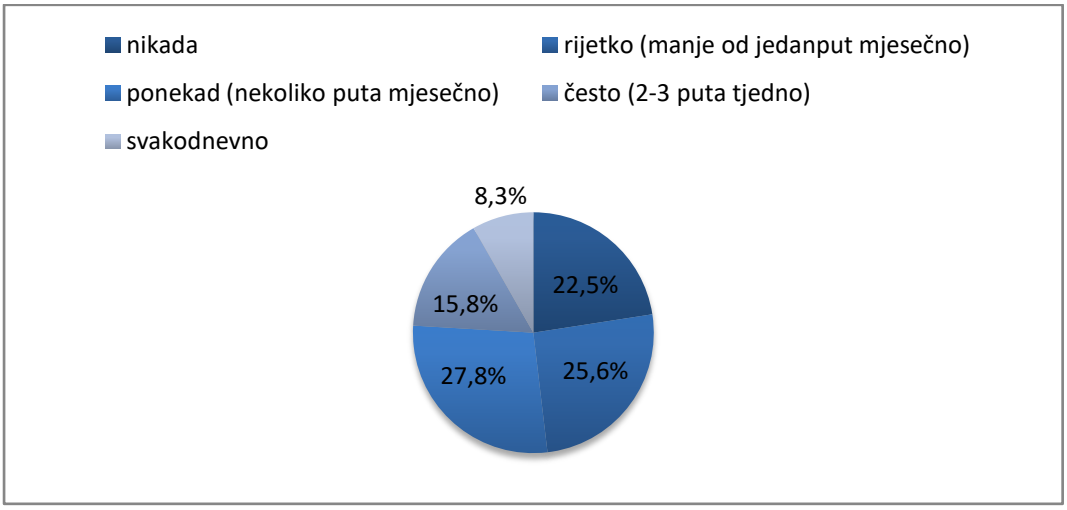
- Igre loptom



Grafikon 14.9. prikazuje odgovor na pitanje: Igre loptom (npr. Magarac, Bomba, gađanja s ciljem).

Dobivena su 133 odgovora. Od ukupnog broja, 18 ispitanika (13,5%) navedeni tip igre ne provodi nikada, 23 ispitanika (17,3%) provodi ih rijetko, 38 ispitanika (28,6%) ponekad, 31 ispitanik (23,3%) često te 23 ispitanika (17,3%) u radu ih provodi svakodnevno.

- Momčadske/sportske igre



Grafikon 14.9. prikazuje odgovor na pitanje: Momčadske/sportske igre.

Od 133 dobivena odgovora, 30 ispitanika (22,5%) navedeni tip igre ne provodi nikada, 34 ispitanika (25,6%) provodi ih rijetko, 37 ispitanika (27,8%) ponekad, 21 ispitanik (15,8%) često te 11 ispitanika (8,3%) u radu ih provodi svakodnevno.

7.5. Rasprava

Na početku istraživačkog dijela rada, autorica navodi kako je cilj istraživanja ispitati stavove i informiranost odgojitelja o važnosti pokretnog stvaralaštva te učestalost korištenja pokretnih i plesnih igara u svakodnevnom radu s djecom rane i predškolske dobi. Također, cilj istraživanje bio je i potaknuti odgojitelje na promišljanje o dobrobitima za cjelokupan razvoj djece rane i predškolske dobi koje se ostvaruju pokretnim i plesnim stvaralaštvom.

Interpretacijom odgovora dobivenih provođenjem anketnog upitnika, možemo zaključiti da je većina odgovora dobivena od odgojitelja u dobi od 26 do 35 godina (30,8%) i u dobi od 36 do 50 godina (32,3%) te da najveći dio odgojitelja radi kao zaposlenik/ica na neodređeno vrijeme (51,1%). Većina ispitanika (66,9%) ima višu stručnu spremu, a polovina ispitanika (50,4%) ima od nula do pet godina radnog iskustva u dječjem vrtiću. Jedinice lokalne samouprave najčešći su osnivači dječjih vrtića, kako to navodi (74,4%) ispitanika. Više od polovine ispitanika (63,2%) radi u vrtićkom programu. Također, većina ispitanika (63,2%) navodi kako radi u 10- satnom vrtićkom programu. Važno je istaknuti kako je više od polovine ispitanika, njih (54,9%) navelo kako zna da se netko od djece iz odgojne skupine bavi organiziranom kineziološkom aktivnošću ili plesom. Kod (76,7%) ispitanika postoji organizirani oblik provođenja dodatnih kineziloških aktivnosti ili organizirana sportska skupina, a (50%) ispitanika tvrdi kako te aktivnosti uglavnom provode vanjski suradnici-kineziolozi. Veliki postotak ispitanika (97,7%) u potpunosti se slaže s tvrdnjom da je tjelesna aktivnost važna za rast i razvoj djece rane i predškolske dobi.

Većina ispitanika (40,6%) u tvrdi kako u radu s djecom rane i predškolske dobi, tri do četiri puta tjedno provodi pokretne ili plesne igre. Na pitanje o učestalosti provođenja ponuđenih pokretnih i plesnih igara, najveći broj ispitanika svakodnevno u radu provodi igre koje uključuju pjevanje ili brojalicu (36,8%). Kod igara koje se u skupini provode često ili dva do tri puta tjedno, najučestalije su igre s plesnim strukturama (38,3%). Najčešće igre koje se provode ponekad ili nekoliko puta mjesečno su također igre koje uključuju pjevanje ili brojalicu (39,1%), a odmah ih slijede i poligoni (38,4%). Igre koje se provode rijetko ili manje od jedanput mjesečno su igre suprotstavljanja među grupama (28,6%),a igre koje se nikada ne provode u skupinama su najčešće igre vijačom (29,3%).

8. Zaključak

Provođenje pokretnih i plesnih igara u dječjem vrtiću izvrstan je način za poticanje djece na tjelesnu aktivnost i za poticanje cjelovitog razvoja. Iz tog razloga provođenje navedenih igara potrebno je što češće prakticirati u odgojno obrazovnom radu s djecom rane i predškolske dobi, kako bi se na valjan način zadovoljile dječje potrebe za igrom i zabavom, ali isto tako kako bismo potaknuli djecu na slobodno pokretno i plesno izražavanje i stvaranje. Kroz igru se razvija i potiče prirodna radoznalost djeteta, stoga igre imaju značajan utjecaj u procesu odgoja i obrazovanja.

Poštujući suvremeni način shvaćanja djeteta kako je to istaknuto i u Nacionalnom kurikulumu za rani i predškolski odgoj i obrazovanje (2014), dijete je kreativno biće sa specifičnim stvaralačkim i izražajnim potencijalima, a dječji vrtić je mjesto koje potiče razvoj dječjeg stvaralaštva i kreativnosti.

Kako je kretanje za djecu predškolske dobi osobito važno, ističemo važnost pokretnih i plesnih igara u kojima prevladava pokret koji ima izrazito na pozitivan utjecaj na veliki broj morfoloških, motoričkih i funkcionalnih obilježja djeteta rane i predškolske dobi. Pokretne i plesne igre mogu se primjenjivati na različite načine te pomoću različitih sadržaja. Sve se više govori o pozitivnom utjecaju plesa na cjeloviti razvoj djeteta. Ples ima značajan utjecaj na realizaciju antropoloških zadaća tjelesne i zdravstvene kulture te potiče razvoj estetskog izražavanja. Ključnu ulogu u organizaciji navedenih igara ima odgojitelj koji planira i provodi igre. Važno je da je odgojitelj kreativan, spontan i refleksivan te da na razne načine prikaže djeci pokretne i plesne igre.

Provedeno istraživanje je pokazalo kako velik broj odgojitelja tjelesne aktivnosti smatra važnima za pravilan rast i razvoj djece rane i predškolske dobi, a velik postotak je naveo kako navedene igre provodi vrlo često u svom odgojno obrazovnom radu u predškolskoj ustanovi.

9. Sažetak

Igra je temeljna djetetova aktivnost i potreba. Primjenom različitih pokreta i kretnji kroz igru kod djece rane i predškolske dobi razvijaju se sposobnosti kreativnog izražavanja i stvaranja. Dijete rane i predškolske dobi izražava se spontanim pokretima što ima izrazito pozitivan utjecaj na razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti te na cjelokupni rast i razvoj. Primjena pokretnih i plesnih igara u dječjem vrtiću, kao spontanih i slobodno izabranih aktivnosti ima ulogu u razvoju i prikazu raznolikosti pokretnih i plesnih struktura kao i visokoj razini osjećaja ugode i zadovoljstva. Od velike je važnosti uloga odgojitelja koji kreiranjem poticajnog prostorno-materijalnog okruženja potiče djecu na slobodno pokretno i plesno izražavanje i stvaranje.

Ključne riječi: dječja igra, pokret, ples, predškolska dob, odgoj

10. Summary

Play is a basic children's activity and need. By applying different movements and movements through play, children of early and preschool age develop the abilities of creative expression and creation. An early and preschool child expresses himself / herself with spontaneous movements, which has a very positive effect on the development of motor and functional abilities, as well as on overall growth and development. The application of moving and dancing games in kindergarten, as spontaneous and freely chosen activities, has a role in the development and presentation of the diversity of moving and dancing structures as well as a high level of feelings of comfort and satisfaction. Of great importance is the role of the educator who, by creating a stimulating spatial-material environment, encourages children to freely move and dance and express themselves.

Key words: children 's play, movement, dance, preschool age, upbringing

11. Prilozi

Upitnik o primjeni pokretnih i plesnih igara u radu s djecom rane i predškolske dobi

Poštovane kolegice i kolege,

pred Vama se nalazi upitnik kojim se žele ispitati stavovi te učestalost korištenja pokretnih i plesnih igara u svakodnevnom radu s djecom rane i predškolske dobi. Istraživanje se provodi u okviru diplomskog rada na Filozofskom fakultetu u Splitu. Upitnik je u potpunosti anoniman, a prikupljeni podatci koristit će se isključivo za potrebe istraživačkog dijela diplomskoga rada. Ovim putem Vas molim da izdvojite nekoliko minuta vremena te ispunite ovaj upitnik i Vašim sudjelovanjem pridonesete ovom istraživanju i napretku odgojno-obrazovne prakse.

Unaprijed zahvaljujem na uloženom trudu i vremenu!

1. Spol:

- muško
- žensko

2. Dob:

- 18-25
- 26-35
- 36-50
- 50-65

3. Stupanj obrazovanja:

- SSS
- VŠS
- VSS

4. U dječjem vrtiću radite kao:

- pripravnik/ica
- zaposlenik na određeno vrijeme
- zaposlenik na neodređeno vrijeme
- ništa od navedenog

5. Radni staž u dječjem vrtiću:

- 0-5 godina
- 6-15 godina
- 16-26 godina
- > od 26 godina

6. Osnivač dječjeg vrtića u kojem ste trenutno zaposleni:

- fizička ili pravna osoba
- jedinica lokalne samouprave
- vjerska zajednica
- ništa od navedenog

7. Vrsta programa u kojem trenutno radite:

- jaslički
- vrtićki
- smjenski
- ništa od navedenog

8. Trajanje programa u kojem trenutno radite:

- 3-satni
- 5-satni
- 6-satni
- 8-satni
- 10-satni
- ništa od navedenog

9. Bavi li se netko od djece iz odgojne skupine organiziranom kineziološkom aktivnošću ili plesom?

- da
- ne
- ne znam

10. Postoji li u Vašem vrtiću organizirana dodatna kineziološka aktivnost (sportska skupina)?

- da
- ne

11. Ukoliko postoji, tko ju provodi?

- _____

12. Smatrate li da je tjelesna aktivnost važna za pravilan rast i razvoj djece rane i predškolske dobi?

- u potpunosti se slažem
- niti se slažem, niti se ne slažem
- u potpunosti se ne slažem

13. Koliko često s djecom u skupini provodite pokretne ili plesne igre?

- 1-2 puta tjedno
- 3-4 puta tjedno
- svaki dan

14.

Pred Vama se nalazi nekoliko pitanja vezanih uz učestalost korištenja pokretnih i plesnih igara u dječjem vrtiću.	nikada	rijetko (manje od jedanput mjesečno)	ponekad (nekoliko puta mjesečno)	često (2-3 puta tjedno)	svakodenevno
Igre u kojima postoji centralni igrač (npr. Crna kraljica, Ledena baba...)					
Igre koje uključuju pjevanje ili brojalicu (npr. Mi smo djeca vesela, Ide maca oko tebe, Ringe ringe raja...)					
Igre rukama (npr. Kamen-škare-papir, Okoš bokoš...)					
Igre s plesnim strukturama (razne vrste kola, glazbeni kipovi, glazbene stolice...)					
Štafetne igre					
Poligoni					
Igre suprotstavljanja među grupama (npr. povlačenje konopa)					
Igre sa zadanim strukturama (npr.					

Školice)					
Igre vijačom					
Igre loptom (npr. Magarac, Bomba, gađanja s ciljem)					
Momčadske/sportske igre					

LITERATURA

1) Bastjančić, I., Loger, M., i Topčić, P. (2011). Motoričke igre djece predškolske dobi. *Zbornik radova " 20. ljetna škola kineziologa Republike Hrvatske"*, 406- 411. Preuzeto s https://www.academia.edu/10374536/MOTORI%C4%8CKE_IGRE_DJECE_PRED%C5%A0KOLSKE_DOBI 13. lipnja 2021.
2) Bošnjak, B. (2004). *200 igara (drugi dio) – igre na otvorenom.* Zagreb: MiB.
3) Bruner, J. (1976). *The process of education.* Cambridge: Harvard University Press.
4) Bungić, M. i Barić, R. (2009). Tjelesno vježbanje i neki aspekti psihološkog zdravlja. *Hrvatski športskomedicinski vjesnik, 24* (2), 65-75. Preuzeto s https://hrcak.srce.hr/47831 13. lipnja 2021.
5) Cetinić, J., Vidaković Samaržija, D. (2014. Ples kao sredstvo izražavanja
    a. djece predškolske dobi. U R. Bacalja, K. Ivon (ur.*) Dijete i estetski izričaji*
    b. (265-272). Zadar: Sveučilište u Zadru.
6) Duran, M. (1995). *Dijete i igra.* Jastrebarsko: Naklada Slap.
7) Došen Dobud, A. (2016). *Dijete - istraživač i stvaralac : igra, istraživanje i stvaranje djece rane i predškolske dobi.* Zagreb: Alinea.
8) Findak, V. (1995). *Metodika tjelesne i zdravstvene kulture u predškolskom odgoju.*
    a. Zagreb: Školska knjiga.
9) Findak, V., Delija, K. (2001). *Tjelesna i zdravstvena kultura u predškolskom odgoju.*
    a. Zagreb: Edip.
10) Grgec-Petroci, V., Vranko, M., Rebac, J. (2009). *Igra i dijete, dijete i igra.* Zagreb:
    a. Obiteljski centar grada Zagreba.
11) Hraski Ž, Živčić K, Žuljević N. (2002). Utjecaj programiranih tjelesnih aktivnosti na rast i razvoj djece predškolske dobi. U Findak V. (ur.), *Zbornik radova 11. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske* (242-243). Rovinj: Hrvatski kineziološki savez.
12) Ivanković, A. (1977). *Fizički odgoj djece predškolske dobi.* Zagreb: Školska knjiga.
13) Janković, I. (2010). *Umjetnost pokreta i plesa u predškolskoj dobi: plesno-ritmički odgoj.* Zagreb: Agencija za odgoj i obrazovanje.
14) Kalish, S. (2000). Fitnes za djecu. Zagreb: Gopal.

15) Kamenov, E. (2009). *Dečja igra*. Beograd: Zavod za udžbenike.
16) Kosinac, Z. (2011). *Morfološko-motorički i funkcionalni razvoj djece uzrasne dobi od 5. do 11. godine.* Split: Savez školskih športskih društava grada Splita.
17) Lorger, M., Prskalo, I. (2010). Igra kao početni oblik treninga brzine u predškolskoj dobi. U I. Jukić, C. Gregov, S. Šalaj, L. Milanović, T. Trošt-Babić (ur.) *Kondicijska priprema sportaša* (473-476). Zagreb: Kineziološki fakultet.
18) Lorger, M., Findak, V., Prskalo, I. (2013). *Kineziološka metodika – vježbe.* Zagreb: Učiteljski fakultet, Sveučilište u Zagrebu.
19) Klarin, M. (2017). *Psihologija dječje igre*. Sveučilište u Zadru.
20) Maletić., A., (1986). *Knjiga o plesu.* Zagreb: Kulturno-prosvjetni sabor Hrvatske.
21) Matejić, Z. (1978). *Merila za razlikovanje igre*. Psihologija, 4, 73-83
22) Mikulić, M., Prskalo, I., Runjić, K. (2007). Hrvatska plesna tradicija i predškolska dob djeteta. U Findak, V. (ur.) *Antropološke, metodičke, metodološke i stručne pretpostavke rada u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije. (*455–459). Poreč: Hrvatski kineziološki savez. Preuzeto s http://hrks.hr/skole/16_ljetna_skola/73.pdf 11.lipnja 2021.
23) Milinović, M. (2015). Glazbene igre s pjevanjem. *Artos: časopis za znanost, umjetnost i kulturu.* Umjetnička akademija u Osijeku. Preuzeto s http://www.uaos.unios.hr/artos/pdf/broj_3/majda.pdf 11. lipnja 2021.
24) Nacionalni kurikulum za rani i predškolski odgoj i obrazovanje (2014). Ministarstvo znanosti, obrazovanja i športa, Republika Hrvatska. Preuzeto 12. ožujka 2021. s https://mzo.gov.hr/UserDocsImages/dokumenti/Obrazovanje/Predskolski/Nacionalni%20kurikulum%20za%20rani%20i%20predskolski%20odgoj%20i%20obrazovanje%20NN%2005-2015.pdf
25) Pejčić, A. (2005). *Kineziološke aktivnosti za djecu predškolske i rane školske dobi.* Rijeka: Visoka Učiteljska škola u Rijeci Sveučilišta u Rijeci.
26) Starc, B., Čudina Obradović, M., Pleša, A., Profaca B., Letica M. *(2004). Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi.* Zagreb: Golden marketing – Tehnička knjiga.

27) Šumanović, M., Filipović, V., Sentkiralji, G. (2005). Plesne strukture djece mlađe školske dobi. *Život i škola: časopis za teoriju i praksu odgoja i obrazovanja,* 51(14), 40-45.

28) Vasta, R., Haith, M., Miller, S. (1998). *Dječja psihologija.* Jastrebarsko: Naklada Slap.

29) Vlašić, J., Oreb, G., Horvatin-Fučkar M. (2007). Prednosti primjene plesa u radu s djecom predškolske dobi. U M. Andrijašević (ur.), *Sport za sve funkciji unapređenja kvalitete života* (239-244). Zagreb: Kineziološki fakultet.

30) Zagorac, M. Malada, D., Čavala, M., (2020). *Kreativni ples kao kineziološki operator u razvoju motoričkih sposobnosti djece rane i predškolske dobi.* Preuzeto 6. lipnja 2021. s file:///C:/Users/analu/OneDrive/Desktop/diplomski/Zagorac_KPS2020%5B19694%5D.pdf

31) Žlebnik, L. (1972). *Psihologija deteta i mladih (knjiga 2).* Beograd: Delta-pres.

OBRAZAC I.P.

IZJAVA O POHRANI ZAVRŠNOG / DIPLOMSKOG RADA U DIGITALNI REPOZITORIJ FILOZOFSKOG FAKULTETA U SPLITU

STUDENT/ICA	Ivana Baučić
NASLOV RADA	Pokretne i plesne igre u dječjem vrtiću
VRSTA RADA	diplomski rad
ZNANSTVENO PODRUČJE	društvene znanosti
ZNANSTVENO POLJE	pedagogija
MENTOR/ICA (ime, prezime, zvanje)	izv.prof. dr.sc. Lidija Vlahović
KOMENTOR/ICA (ime, prezime, zvanje)	v.pred. dr.sc. Dodi Malada
ČLANOVI POVJERENSTVA (ime, prezime, zvanje)	1. Dodi Malada, dr.sc. v.pred. 2. Lidija Vlahović, izv.prof. dr.sc. 3. Bojan Babin, dr.sc.

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

a.) u otvorenom pristupu

b.) rad dostupan studentima i djelatnicima Filozofskog fakulteta u Splitu

c.) rad dostupan široj javnosti, ali nakon proteka 6/12/24 mjeseci (zaokružiti odgovarajući broj mjeseci)

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

Split, 7. srpnja 2021. — mjesto, datum

Baučić — potpis studenta/ice

Obrazac A.Č.

SVEUČILIŠTE U SPLITU
FILOZOFSKI FAKULTET

IZJAVA O AKADEMSKOJ ČESTITOSTI

kojom ja Ivana Baučić, kao ~~pristupnik~~/pristupnica za stjecanje zvanja ~~magistra~~/magistrice ranog i predškolskog odgoja i obrazovanja, izjavljujem da je ovaj diplomski rad rezultat isključivo mojega vlastitoga rada, da se temelji na mojim istraživanjima i oslanja na objavljenu literaturu kao što to pokazuju korištene bilješke i bibliografija. Izjavljujem da niti jedan dio diplomskoga rada nije napisan na nedopušten način, odnosno da nije prepisan iz necitiranoga rada, pa tako ne krši ničija autorska prava. Također izjavljujem da nijedan dio ovoga diplomskoga rada nije iskorišten za koji drugi rad pri bilo kojoj drugoj visokoškolskoj, znanstvenoj ili radnoj ustanovi.

Split, 7. srpnja 2021.

Potpis Baučić

POTVRDA O LEKTURI

Ime i prezime autora rada: Ivana Baučić

Naslov diplomskog rada:
„Pokretne i plesne igre u dječjem vrtiću"

Diplomski rad lektoriran je prema pravilima hrvatskog standardnog jezika.

Datum: 7.7.2021.

Dajana Pešić

Dajana Pešić, prof. hrvatskog jezika i književnost