

POVEZANOST IZMEĐU KOORDINACIJE U RITMU, USPJEŠNOSTI U PLESU I STAVOVA PREMA PLESU KOD UČENIKA VIŠIH RAZREDA OSNOVNE ŠKOLE

Topolovec, Anja

Master's thesis / Diplomski rad

2023

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

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:117:515168>

Rights / Prava: [Attribution 4.0 International](#) / [Imenovanje 4.0 međunarodna](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2025-01-03**



Repository / Repozitorij:

[Repository of Faculty of Kinesiology, University of Zagreb - KIFoREP](#)



**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
KINEZIOLŠKI FAKULTET**

Anja Topolovec

**POVEZANOST IZMEĐU KOORDINACIJE U
RITMU, USPJEŠNOSTI U PLESU I STAVOVA
PREMA PLESU KOD UČENIKA VIŠIH
RAZREDA OSNOVNE ŠKOLE**

diplomski rad

Zagreb, svibanj 2023.

TEMELJNA DOKUMENTACIJSKA KARTICA

DIPLOMSKI RAD

Sveučilište u Zagrebu
Kineziološki fakultet
Horvaćanski zavoj 15, 10000 Zagreb, Hrvatska

Naziv studija: Kineziologija; smjer: Kineziologija u edukaciji i Ples

Vrsta studija: sveučilišni

Razina kvalifikacije: integrirani prijediplomski i diplomski studij

Studij za stjecanje akademskog naziva: sveučilišna magistra kineziologije u edukaciji i plesu (univ. mag. cin.)

Znanstveno područje: Društvene znanosti

Znanstveno polje: Kineziologija

Vrsta rada: Znanstveno-istraživački

Tema rada: je prihvaćena od strane Povjerenstva za diplomske radove Kineziološkog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu u akademskoj godini 2022./2023. dana 1. prosinca 2022.

Mentor: izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić

Pomoć pri izradi:

Povezanost između koordinacije u ritmu, uspješnosti u plesu i stavova prema plesu kod učenika viših razreda osnovne škole

Anja Topolovec, 0034081025

Sastav Povjerenstva za ocjenu i obranu diplomskog rada i diplomskog ispita:

- | | |
|---|----------------------|
| 1. izv. prof. dr. sc. <i>Jadranka Vlašić</i> | Predsjednik - mentor |
| 2. izv. prof. dr. sc. <i>Maja Horvatin</i> | član |
| 3. izv. prof. dr. sc. <i>Tomislav Krističević</i> | član |
| 4. doc. dr. sc. <i>Josipa Radaš</i> | zamjena člana |

Broj etičkog odobrenja: 4./2023.

Rad je u tiskanom i elektroničkom (pdf format) obliku pohranjen u Knjižnici Kineziološkog fakulteta, Horvaćanski zavoj 15, Zagreb

BASIC DOCUMENTATION CARD

DIPLOMA THESIS

University of Zagreb
Faculty of Kinesiology
Horvacanski zavoj 15, 10000 Zagreb, Croatia

Title of study program: Kinesiology; course Kinesiology in Education and Dance

Type of program: University

Level of qualification: Integrated undergraduate and graduate

Acquired title: University Master of Kinesiology in Education and Dance

Scientific area: Social sciences

Scientific field: Kinesiology

Type of thesis: Scientific-research

Master thesis: has been accepted by the Committee for Graduation Theses of the Faculty of Kinesiology of the University of Zagreb in the academic year 2022/2023 on December 1, 2022.

Mentor: *Jadranka Vlašić*, PhD, associate prof.

Technical support:

Correlation between rhythm coordination, performance in dance and attitudes towards dance among middle school students

Anja Topolovec, 0034081025

Thesis defence committee:

- | | |
|---|------------------------|
| 1. <i>Jadranka Vlašić</i> , PhD, associate prof. | chairperson-supervisor |
| 2. <i>Maja Horvatin</i> , PhD, associate prof. | member |
| 3. <i>Tomislav Krističević</i> , PhD, associate prof. | member |
| 4. <i>Josipa Radaš</i> , PhD, assistant prof. | substitute member |

Ethics approval number: 4./2023.

Printed and electronic (pdf format) version of thesis is deposited in Library of the Faculty of Kinesiology, Horvacanski zavoj 15, Zagreb

Ovim potpisima se potvrđuje da je ovo završna verzija diplomskog rada koja je obranjena pred Povjerenstvom, s unesenim korekcijama koje je Povjerenstvo zahtijevalo na obrani te da je ova tiskana verzija istovjetna elektroničkoj verziji predanoj u Knjižnici.

Mentor:

izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić

Student:

Anja Topolovec

POVEZANOST IZMEĐU KOORDINACIJE U RITMU, USPJEŠNOSTI U PLESU I STAVOVA PREMA PLESU KOD UČENIKA VIŠIH RAZREDA OSNOVNE ŠKOLE

Sažetak

Cilj rada bio je utvrditi odnose između koordinacije u ritmu, uspješnosti u plesu i stavova prema plesu na populaciji učenika osnovnoškolskog uzrasta te provjeriti koliko koordinacija u ritmu pridonosi uspješnosti u izvođenju plesnih struktura te postoji li povezanost stava prema plesu s uspjehom u plesu. Za provjeru hipoteze o postojanju statistički značajne povezanosti između koordinacije u ritmu i uspjeha u plesu te uspjeha u plesu i stava prema plesu provedeno je istraživanje na populaciji učenika šestog, sedmog i osmog razreda (N=55) osnovne škole, dobi $13,81 \pm 0,97$ godina, 25 dječaka i 30 djevojčica, od kojih nitko tijekom života nije bio uključen u bilo koji oblik plesnog treninga rekreativne ili natjecateljske razine. Motorička sposobnost koordinacije u ritmu testirana je testovima za procjenu koordinacije u ritmu: neritmično bubnjanje (MKRBUB), udaranje po horizontalnim pločama (MKRPLH) i bubnjanje nogama i rukama (MKRBNR) te su za analizu korištene srednje vrijednosti svih mjerenja. Uspješnost u plesu vrednovana je broječanom ocjenom od 1 do 5 za izvedbu osnovnog koraka engleskog valcera samostalno u plesnom držanju uz glazbu u tempu 28-30 taktova u minuti. Stav prema plesu procijenjen je anonimnim Upitnikom za procjenu stavova prema plesu (SPP) uz dodatno pitanje o spolu i dobi. Programom Statistica 14.0. dobiveni su deskriptivni pokazatelji varijabli i grupa ispitanika, a Shapiro-Wilkovim testom utvrđeno je da rezultati značajno odstupaju od normalne raspodjele, stoga je povezanost provjerena Spearmanovim koeficijentom korelacije. Između koordinacije u ritmu i uspješnosti u plesu utvrđena je statistički značajna ($p < 0,05$) pozitivna povezanost slabe do umjereno dobre jakosti ($r=0,35$; $r=0,49$; $r=0,5$) te statistički značajna pozitivna korelacija slabe jakosti ($r=0,47$; $p=0,00$) između uspješnosti u plesu i stavova prema plesu s obzirom na spol. Hipoteze o povezanostima između varijabli su potvrđene jer je koeficijent korelacije značajan.

Ključne riječi

motoričke sposobnosti, sportski ples, engleski valcer, korelacija, stav

CORRELATION BETWEEN RHYTHM COORDINATION, PERFORMANCE IN DANCE AND ATTITUDES TOWARDS DANCE AMONG MIDDLE SCHOOL STUDENTS

Abstract

The aim of this study was to determine the relations between rhythm coordination, performance in dance and attitudes towards dance among the population of middle school students, and to examine whether rhythm coordination contributes to the performance of dance structures and whether there is a connection between attitude towards dance and dance performance. In order to verify the hypothesis that there is statistically significant relation between rhythm coordination and performance in dance, and between performance in dance and attitude towards dance, a study was conducted on the population of sixth, seventh and eighth grade middle school students (N=55) aged 13.81 ± 0.97 years, 25 boys and 30 girls, none of whom had been involved in any form of recreational or competitive dance training during their lifetime. Motor coordination ability in rhythm was tested with tests for rhythm coordination assessment: non-rhythmic drumming (MKRBUB), percussion on horizontal panels (MKRPLH) and drumming with feet and hands (MKRBNR). The mean values of all measurements were used for analysis. Performance in dance is evaluated with a numerical grade from 1 to 5 for the solo performance of the basic step of the English waltz in a dance hold on music at a tempo of 28-30 bars per minute. Attitude towards dance was assessed with the anonymous Questionnaire for Assessment of Attitudes towards Dance (SPP) with additional questions about gender and age. Statistica 14.0 program was used to determine descriptive indicators of the variables and groups of subjects, and the Shapiro-Wilk test detected that the results deviated significantly from the normal distribution, therefore the relations were determined by the Spearman correlation coefficient. A statistically significant ($p < 0,05$) positive correlations of weak to moderate strength ($r=0,35$; $r=0,49$; $r=0,5$) were found between rhythm coordination and performance in dance and a statistically significant weak positive correlation ($r=0,47$; $p=0,00$) between success in dance and attitudes towards dance regarding gender. The hypothesis about the relations between the variables is confirmed because the correlation coefficient is significant.

Keywords

motor skills, dance sport, slow waltz, correlation, attitude

SADRŽAJ

1. UVOD.....	8
1.1. Koordinacija i koordinacija u ritmu	8
1.2. Sportski Ples.....	10
1.3. Engleski valcer	11
1.4. Stavovi prema plesu	12
2. CILJEVI I HIPOTEZE	13
3. METODE ISTRAŽIVANJA	13
3.1. Uzorak ispitanika.....	13
3.2. Uzorak varijabli i opis protokola.....	13
Varijable za procjenu koordinacije u ritmu	13
Varijabla za procjenu uspješnosti u plesu.....	15
Varijabla za procjenu stavova prema plesu	15
3.3. Metode obrade podataka	16
4. REZULTATI.....	17
4.1. Deskriptivni pokazatelji	17
4.2. Povezanost.....	19
5. RASPRAVA	21
6. ZAKLJUČAK.....	23
7. LITERATURA	24
PRILOG	28
Upitnik za procjenu stavova prema plesu (SPP).....	28

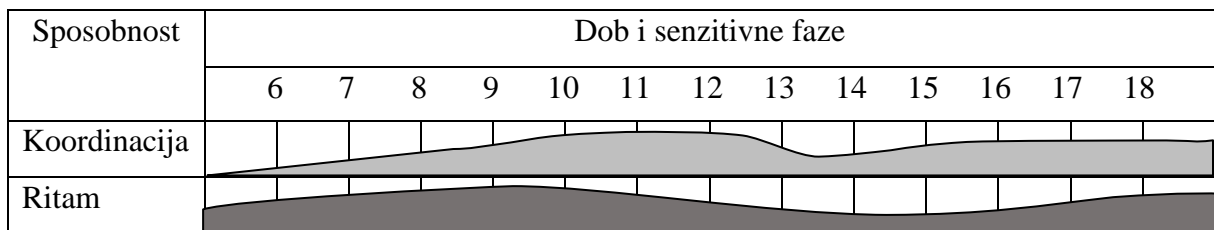
1. UVOD

1.1. Koordinacija i koordinacija u ritmu

Motorička sposobnost koordinacije, svoj značaj i važnost dokazuje u činjenici da od početaka razvoja kineziologije kao znanosti pa do danas, obuhvaća široko područje proučavanja. Koordinacija je sposobnost vremenski i prostorno efikasnog te energetski racionalnog izvođenja kompleksnih motoričkih zadataka koja se u najužem aspektu manifestira kroz tri topološke regije, a to su koordinacija ruku, koordinaciju nogu i koordinacija cijelog tijela (Sekulić i Metikoš, 2007). Bomp (2009) koordinaciju definira kao složenu sposobnost koju pojedinac iskazuje mogućnošću preciznog i efikasnog izvođenja brzih pokreta različitog stupnja zahtjevnosti s obzirom na uvjete izvedbe, a ovisno o razini razvijenosti same sposobnosti. Međutim, kada promatramo ovu motoričku sposobnost s aspekta sportskog plesa, ona se definira kao sposobnost usklađivanja ritma koraka, pokreta i plesnih figura s ritmom glazbe uz zadovoljavanje prostornih, vremenskih i dinamičkih odrednica kretanja (Ljubojević i Bijelić, 2014).

Jedna od motoričkih sposobnosti najviše integriranih u natjecateljskom aspektu sportskog plesa jest koordinacija, što su dokazali Uzunović, Kostić i Miletić (2009) u istraživanju kojim su željeli utvrditi utjecaj motoričkih sposobnosti na uspjeh u standardnim sportskim plesovima. S plesnog su stajališta uz koordinaciju važne i druge motoričke sposobnosti poput brzine, ravnoteže, fleksibilnosti i snage, no bitnije je naglasiti značajnost specifičnih manifestacija ovih motoričkih sposobnosti poput koordinacije ruku, nogu i cijelog tijela, koordinacije u ritmu, frekvencije pokreta, dinamičke i statičke ravnoteže i eksplozivne snage jer prema Ljubojević i Bijelić (2014) koordinacija kao osnovna motorička sposobnost podrazumijeva složene motoričke kretnje, gdje u ostvarenju kretnji u određenoj mjeri sudjeluju i druge motoričke sposobnosti. Sve navedeno integrirano je u motoričke sposobnosti natjecateljskih plesača i omogućuje im brzu promjenu smjera pri izvođenju kompleksnih elemenata s velikim amplitudama tijela, u skladu s ritmom i tempom glazbene pratnje. Istraživanje je također pokazalo da su navedene motoričke sposobnosti s naglaskom na koordinaciju u ritmu, od praktičnog značaja s aspekta sportsko plesnih postignuća u natjecateljskom sportskom plesu te uspješnosti u sportskom plesu općenito (Uzunović i sur., 2009). Rezultati istraživanja Srhoj, Katić i Kaliterne (2006) pokazali su kako je nadprosječna koordinacija ključna za plesnu izvedbu jer je važna u integraciji različitih plesnih pokreta u jedinstvenu cjelinu. Usavršavanjem plesnih figura olakšava se izvedba cjelovitih plesnih struktura, što

podrazumijeva poboljšanu kreativnost i izražajnost kroz ritam i pokret. Za izvedbu plesnih struktura potrebno je brzo, uspješno i skladno upravljati svim dijelovima tijela, a posebno ekstremitetima uz adekvatnu stabilnost trupa. Motorička sposobnost koordinacije korisna je pri organizaciji i kontroli pokreta, a može se podijeliti na opću i specifičnu koordinaciju (Liparoti, Minino, 2021). Budući da ima visok koeficijent urođenosti koji iznosi oko 0.80 (Zmajlović, 2018) najuspješnije se usvaja u senzibilnim fazama razvoja različitih tipova koordinacije. S razvojem koordinacije općenito potrebno je započeti u ranom djetinjstvu, odnosno između 4. i 8. godine života, no kad se govori o razvoju koordinacije cijelog tijela, senzibilna faza ovog tipa koordinacije traje tijekom 6. godine i posebno istaknuto tijekom 7. godine života, dok je koordinaciju ruku najbolje razvijati između 5. i 8. godine, a koordinaciju nogu između 4. i 8. s naglaskom na posebno osjetljivo razdoblje tijekom 6. i 7. godine (Neljak, 2009). Najveće unapređenje u razvoju koordinacije općenito je prema Grosser, Bruggemann i Zintl (1986) moguće u periodu između 10. i 13. godine života kada je senzitivna faza razvoja ove sposobnosti na vrhuncu, dok je najosjetljivije razdoblje za razvoj osjećaja za ritam u periodu od 8. do 10. godine starosti (Slika 1.).



Slika 1. *Senzitivne faze razvoja motoričkih sposobnosti.* Prerađeno prema „Leistungssteuerung in Training und Wettkampf“, V. Grosser, P. Bruggemann i F. Zintl, 1986, BLV Sportwissen, Public domain.

Izvedbu zadanih vezanih pokreta u određenom ritmu i tempu te uz glazbenu pratnju omogućuje jedan od specifičnih oblika koordinacije, odnosno koordinacija u ritmu (Uzunović i sur., 2009) koju je moguće definirati i kao glazbeno-ritmičku koordinaciju ili osjet za ritam te ju s plesnog stajališta opisati kao sposobnost pravovremenosti plesnog pokreta, plesne slike, elementa ili figure sa zadanim ritmom izvođenja (Limanskaya i sur., 2021). S obzirom da je svaka plesna struktura ritmički određena, Ljubojević i Bijelić (2014) prema Kostić (2001) dijele koordinaciju u ritmu na ritam vremena, ritam prostora i ritam dinamike te navode da se koordinacija u plesu manifestira preko brzine i usklađivanja plesne tehnike s izvedbom u vremenu i prostoru. Brzina učenja, povezivanja i usklađivanja nepoznatih plesnih struktura ovisi o količini motoričkih znanja i iskustava, odnosno o lepezi prethodno naučenih plesnih

pokreta, plesnih figura, sekvenci i koreografija, što je dokaz zašto je koordinacija jedna je od najznačajnijih motoričkih sposobnosti za plesače sportskog plesa u okviru koreografske i tehničke pripreme plesača (Ljubojević i Bijelić, 2014). Jedna od metoda razvoja koordinacije u plesača je obogaćivanje plesnog znanja učenjem pokreta i kretnji drugih plesnih stilova i formi jer će svi naučeni stereotipi gibanja olakšati i ubrzati tijek procesa učenja novih plesnih struktura (Ljubojević i Bijelić, 2014). Za sportsko plesni uspjeh, od iznimne su važnosti različite manifestacije koordinacijske sposobnosti, a posebno koordinacija u ritmu, jer su preduvjet za optimalnu kontrolu pri izvođenju zahtjevnih plesnih elemenata (Topolovec, Horvatin, Vlašić, 2023). Bitno je naglasiti da se određeni oblici koordinacije u ritmu odvijaju spontano, a drugi oblici su namjerni i unaprijed planirani, baš kao i kad plesači koordiniraju međusobne pokrete tijela u paru istovremeno s velikim brojem mogućih različitih vrsta glazbe (Keller, Novembre, Hove, 2014).

1.2. Sportski Ples

Hrvatski sportski plesni savez (HSPS) je nacionalna krovna plesna organizacija koja objedinjuje nekoliko plesnih disciplina i stilova: standardne plesove, latinsko-američke plesove, breaking, urbani, umjetnički, karipski, folklorni i smooth plesovi. Navedena podjela na plesne discipline u skadu je s dvije krovne svjetske organizacije, *World Dance Sport Federation* (WDSF) i *Dance Sport Europe* (DSE).

Disciplinu standardnih plesova čine: engleski valcer, tango, bečki valcer, slow foxtrot i quick step, a disciplinu latinsko-američkih plesova čine: samba, cha cha cha, rumba, paso doble i jive. Nadalje, disciplina urbanih plesova sastoji se od plesnih stilova: hip hop, all style battle, popping, street dance show, disco plesovi, akrobatski disco dance i techno. Umjetničke plesove čine: jazz, showdance, modern i suvremen ples, produkcija, urbana koreografija, akrobatski ples, balet i step. U karipske plesove se ubrajaju: salsa, bachata, merengue, salsa fusion, rueda de casino, caribbean show i latin caribbean show. Unutar folklornih plesova definirani su trbušni ples i flamenco, a u smooth plesove ubrajaju se prilagođeni oblici engleskog valcera, tanga, foxtrota i bečkog valcera čija se pravila izvedbe razlikuju od plesova koji se izvode unutar discipline standardnih plesova (HSPS, 2021). Plesne strukture sastavni su dio kurikulumata nastave tjelesne i zdravstvene kulture, te u osnovnoškolskom obrazovanju obuhvaćaju elemente standardnih i latinsko-američkih plesova te društvenih i narodnih plesova. Motorička plesna znanja koja se najčešće odabiru za učenje u višim razredima osnovne škole su osnovne plesne figure engleskog i bečkog valcera iz skupine standardnih

plesova i osnovni koraci cha cha cha kao plesa iz skupine latinsko-američkih plesova. Druge navedene plesne discipline, osim standardnih i latinsko-američkih plesova, tek su od nedavno postale dio plesnih disciplina unutar HSPS-a, što je razlog zašto nisu u programu TZK, kao što su to odabrana plesna motorička znanja iz standardne i latinsko-američke plesne tehnike. S obzirom da je za istraživanje u ovom radu korištena procjena uspješnosti u plesovima na temelju izvedbe osnovnog koraka engleskog valcera, u nastavku će se opisati temelja obilježja navedenog plesa.

1.3. Engleski valcer

Engleski valcer prvi je iz grupacije standardnih plesova s aspekta redoslijeda u metodici učenja. Prema Wainwright, (2007) korijeni engleskog valcera proizlaze iz grada Bostona u Sjevernoj Americi. Ples se razvio iz plesnih kretnji u paru u kojima su plesači međusobno bili okrenuti sučelice ili bočno. Inicijalni oblici engleskog valcera plesali su se u tempu 36-38 taktova u minuti (Wainwright, 2007). Naziv „engleski valcer“ dodijelili su mu plesni učitelji, podrijetlom Englezi, koji su ga sredinom druge polovice 19. stoljeća po povratku iz Amerike prenijeli svojim učenicima u Engleskoj. Od samih početaka ples je bio progresivnog karaktera što se postizalo izvedbom kontinuiranih okreta u kretanju. Razvojem plesa i plesne tehnike, u engleski valcer uvedene su izmjene, poput priključka na kraju takta i progresivnog kretanja po dijagonali, koje su se zadržale do danas i jedne su od osnovnih prepoznatljivih obilježja plesa. Uvedene promjene pojednostavile su zahtjevnu plesnu izvedbu, čime je potaknuta masovnost plesnog učenja te uvođenje engleskog valcera u sustav natjecanja, koji se u ovom obliku plesao na Svjetskom prvenstvu 1922. godine (Bijelić, 2006). Tempo plesanja danas je sporiji od izvornih varijanti engleskog valcera te je od strane Svjetske sportsko plesne federacije (*World Dance Sport Federation*) definiran na 28 do 30 taktova u minuti. Takt sadrži tri dobe koje se označavaju brojevima od 1 do 3, što znači da se engleski valcer pleše u 3/4 mjeri i s naglaskom na prvu dobu, odnosno na broj jedan, kada se izvodi prvi korak svake plesne figure (Sietas, Ambrož, Cacciari i sur., 2014). Karakteristike plesanja engleskog valcera su ples u paru, u zatvorenom držanju, progresivnim kretnjama kroz prostor u smjeru suprotnom od kazaljke na satu, s naglašenim i kontinuiranim gibanjima po vertikalnoj osi koje se ostvaruje korakom preko pete sa spuštanjem u počučanj i podizanjem na prste. Navedena plesna struktura sastoji se od tri koraka jednakog trajanja, ekvivalentna taktu plesa. Spuštanje kroz tzv. *drive action*, izvedbu koraka preko pete na način da peta vodi korak (Oto, 2018), započinje na kraju trećeg udarca te se nastavlja tijekom prvog udarca, nakon čega slijedi korak u stranu na drugom udarcu

i spajanje stopala na prstima u visokom usponu na trećem udarcu. Potom slijedi spuštanje na puno stopalo i nastavak spuštanja u počučanj s tzv. pripremom za sljedeći ciklus osnovnog gibanja. Važno je da se „svaki korak plesne figure izvodi u točno određenom trajanju koje odgovara vrijednosti glazbenih nota, što se naziva *timing* ili pravovremenost, odnosno ispravna upotreba tempa (brzine glazbe) prilikom izvođenja koraka/radnji.“ (Topolovec i sur., 2023. prema Sietas, 2014).

1.4. Stavovi prema plesu

Prema Hrvatskoj enciklopediji (2021) stav se definira kao „stečena, relativno trajna i stabilna struktura pozitivnih ili negativnih emocija, vrjednovanja i ponašanja prema nekom objektu (osobi, skupini, pojavi, ideji).“ Općenito, oblikovanje pojedinačnog stava temelji se na procesu socijalizacije koja je važna za oblikovanje neposrednog, odnosno vlastitog iskustva ili posrednog, iskustva koje proizlazi iz društvene okoline. Svaki stav nastao je iz tri komponente: kognitivne koja obuhvaća znanje, emocionalne koja pobuđuje osjećaje i akcijske komponente koja odražava odluku o djelovanju prema onome oko čega se stav oblikuje, prema objektu stava. Sve komponente određuju percepciju, vrednovanje te ugodu ili neugodu prema objektu stava. Pozitivan stav tumači se kroz težnju da se određeni objekt stava podrži, a negativan stav kroz težnju za izbjegavanjem objekta stava. Formiranje stava, njegovo trajanje te mogućnost promjene potpuno su individualne prirode. Važno je naglasiti da se dokazano lakše pamti ono što je u skladu s pozitivnim stavom, a zaboravlja ono što je objekt negativnog stava (Hrvatska enciklopedija, 2021). Prema Vlašić, Oreb i Bosnar (2014)., „informacije o stavovima prema plesu trebale bi pomoći razumijevanju zašto neki ljudi vole plesati i plešu redovito, dok drugi izbjegavaju ovu aktivnost“, međutim pozitivan stav prema nekoj aktivnosti, u ovom slučaju prema plesu, ne znači nužno i poticaj na bavljenje tom aktivnošću. S druge strane, ne znači nužno da će zbog nepoznavanja aktivnosti osoba imati negativan stav prema toj aktivnosti. Sukladno postojanju nebrojenih definicija plesa koje postavljaju različiti autori, potrebno je naglasiti da se ples istovremeno smatra i sportom i umjetnošću (Vlašić i sur., 2014), što bi moglo predstavljati uzrok različitih stavova prema plesu, posebno kada je riječ o muškoj i ženskoj populaciji. Navedenim se može formirati pretpostavka da će oblikovanje stava prema plesu možda ovisiti o kognitivnoj komponenti kojom će pojedinac stvoriti individualnu percepciju i subjektivno definirati ples kao „*sport*“ ili kao „*umjetnost*“, što će se preslikati na emocionalnu i konativnu komponentu u procesu formiranja stava. Uz prethodno navedeno, Oglesby i Hill (1993, prema Bosnar, Sertić i Prot, 1999) prema određenim karakteristikama, ples svrstavaju u tradicionalno „ženski“ sport što također može biti prepreka formiranju

pozitivnog stava prema plesu kod onih koji ne poznaju samu aktivnost, kao i kod muške populacije.

2. CILJEVI I HIPOTEZE

Želeći istražiti koliko koordinacija u ritmu pridonosi uspješnosti u izvođenju plesnih struktura te postoji li povezanost stava prema plesu s uspjehom u plesu, postavljen je cilj rada i njemu pripadajuće hipoteze. Cilj rada bio je utvrditi povezanost između koordinacije u ritmu i uspješnosti u plesu te uspješnosti u plesu i stava prema plesu kod učenika viših razreda osnovne škole, uz testiranje nulte i alternativne hipoteze.

H0: između koordinacije u ritmu i uspjeha u plesu te uspjeha u plesu i stava prema plesu postoji statistički značajna povezanost.

H1: između koordinacije u ritmu i uspjeha u plesu te uspjeha u plesu i stava prema plesu ne postoji statistički značajna povezanost.

Ovim istraživanjem ostvaruje se očekivani znanstveni doprinos utvrđivanjem postojanja povezanosti koordinacije u ritmu s uspjehom u plesu te povezanosti između varijable uspješnosti u izvedbi plesnih struktura s formiranjem stava prema plesu kod osnovnoškolskog uzrasta, kako bi se na temelju dobivenih rezultata navedeni parametri mogli dodatno testirati i provjeriti na sličnim i različitim populacijama.

3. METODE ISTRAŽIVANJA

3.1. Uzorak ispitanika

Uzorak ispitanika čini 55 učenika Osnovne škole Ljubešćica, dobi $13,81 \pm 0,97$ godina, 25 dječaka i 30 djevojčica. Od ukupnog broja ispitanika, 18 učenika pohađa šesti razred, 16 učenika sedmi i 21 učenik osmi razred. Nitko od učenika tijekom života nije bio uključen u bilo koji oblik plesnog treninga rekreativne ili natjecateljske razine.

3.2. Uzorak varijabli i opis protokola

Varijable za procjenu koordinacije u ritmu

Motorička sposobnost koordinacije u ritmu određivala se na temelju rezultata u trima testovima za procjenu koordinacije u ritmu prema CROFIT normama (Neljak, Novak, Sporiš, Višković i

Markuš, 2011): neritmično bubnjanje (MKRBUB), udaranje po horizontalnim pločama (MKRPLH) i bubnjanje nogama i rukama (MKRBNR).

Test neritmičnog bubnjanja (MKRBUB) provodi jedan ispitivač koristeći štopericu, stol, stolicu i samoljepljivu traku koja stol dijeli na dva jednaka dijela. Ispitanik sjedi na stolici i dlanove postavlja na stol u širini ramena sa svake strane linije. Zadatak ispitanika je od znaka „sad“ do isteka 20 sekundi izvesti što više ispravnih ciklusa neritmičkog bubnjanja koji se sastoje od neprekinutog niza pokreta: dvostrukog udarca lijevom dlanom po lijevom dijelu ploče stola, dvostrukog udarca desnim dlanom križno preko lijeve ruke po lijevom dijelu ploče stola, dodira čela desnim dlanom i spuštanja desnog dlana na desni dio ploče stola u početni položaj. Isti zadatak ponavlja se 4 puta. Rezultat u testu je broj ispravno izvedenih i završenih ciklusa tijekom 20 sekundi, a rezultati svakog od četiri izvođenja se bilježe.

Test udaranja po horizontalnim pločama (MKRPLH) provodi jedan ispitivač koristeći štopericu, školsku klupu, stolicu, metronom i samoljepljivu traku kojom su na stolu označena četiri kvadrata dimenzija 25x25 cm, numerirani od broja 1 do 4. Ispitanik sjedi za stolom s dlanovima na koljenima. Zadatak ispitanika je da nakon znaka „sad“ do isteka 60 sekundi napravi što više ispravnih ciklusa koji se sastoje od neprekinutog slijeda pokreta u ritmu metronoma namještenog na brzinu od 176 otkucaja u minuti: udarca lijevom dlanom u kvadrat 1, udarca desnim dlanom u kvadrat 2, udarca lijevom dlanom u kvadrat 3, udarca desnim dlanom u kvadrat 4, ponovnog udarca desnim dlanom u kvadrat 4, udarca lijevom dlanom u kvadrat 3, udarca desnim dlanom u kvadrat 2, udarca lijevom dlanom u kvadrat 1. Rezultat u testu je broj ispravnih ciklusa u jednoj minuti. Zadatak se izvodi 3 puta naizmjenično, a rezultati svakog od tri izvođenja se bilježe.

Test bubnjanja nogama i rukama (MKRBNR) provodi jedan ispitivač koristeći štopericu. Zadatak se izvodi u kutu prostorije gdje su označene dvije međusobno okomite linije na podu i dvije paralelne linije na zidu. Okomite linije na podu smještene su tako da s linijama u kojima se spajaju pod i zid, zatvaraju kvadrat dimenzija 50x50 cm. Linije na zidu paralelne su s tlom na visini 10 cm od tla i međusobno se dodiruju u sjecištu zidova. Ispitanik stoji u raskoračnom stavu licem okrenut prema sjecištu zidova tako da mu je lijevo stopalo uz lijevu liniju, a desno stopalo uz desnu liniju. Na znak „sad“ pa do isteka 20 sekundi, ispitanik izvodi što više može neprekinutih ciklusa pokreta: udarca prednjim dijelom lijevog stopala u lijevi zid iznad horizontalne linije, udarca desnim dlanom u desni zid, dvostrukog udarca lijevom dlanom u lijevi zid, udarca prednjim dijelom desnog stopala u desni zid iznad horizontalne linije. Zadatak

se izvodi tri puta naizmjenično, a rezultat u testu je broj ispravno izvedenih ciklusa tijekom 20 sekundi. Rezultati svakog od tri izvođenja se bilježe.

Varijabla za procjenu uspješnosti u plesu

Uspješnost u plesu vrednovana je brojevanom ocjenom izvedbe plesne figure osnovnog koraka engleskog valcera u plesnom držanju, samostalno i uz glazbenu pratnju. Ispitanici su formirani u grupe po troje abecednim slijedom, demonstrirali su zadatak i za kvalitetu izvedbe temeljenu na tehničkoj, estetskoj i ritmički točnoj izvedbi, dobili su ocjenu od 1 do 5 po Likertovoj skali. Svi ispitanici izvodili su osnovni korak, tzv. desni kvadrat, iskorakom desnom nogom prema naprijed s plesnim držanjem ovisno o spolu, stoga su dječaci demonstrirali izvedbu u muškom, a djevojčice u ženskom plesnom držanju. Glazbena pratnja engleskog valcera, u redovnom natjecateljskom tempu 28-30 taktova u minuti, bila je jedinstvena za sve ispitanike. Ispitanici su bili upoznati s kriterijima ocjenjivanja tijekom prethodna 3 sata tjelesne i zdravstvene kulture na kojima su učili plesati osnovni korak engleskog valcera, u plesnom držanju i uz glazbenu pratnju, onako kako je zadatak trebao biti demonstriran za ocjenu odličan. Učenje plesnih elemenata provodio je sam ispitivač. Ispitivač je osoba s 15 godina sportsko plesnog natjecateljskog iskustva i 3 godine trenerskog iskustva. Kriteriji ocjenjivanja objedinjuju tehničku, estetsku i ritmičku plesnu izvedbu na način da za ocjenu *odličan (5)* ispitanik treba zadovoljiti sve tehničke kriterije izvedbe plesne figure u sinergiji s pravilnim plesnim držanjem i uz točnu ritmičku izvedbu. Ocjenom *vrlo dobar (4)* bio je ocijenjen ispitanik s vrlo dobrom tehničkom i estetskom izvedbom uz ritmička odstupanja. Za vidljive, ali nedovoljno izražene karakteristike pravilne tehničke izvedbe plesa s osrednje kvalitetno demonstriranim plesnim držanjem i sa odstupanjem od ritma učenik je ocijenjen ocjenom *dobar (3)*. Pri plesnoj izvedbi koja isključivo poštuje samo slijed koraka bez demonstriranih tehničkih karakteristika plesa i uz prepoznatljivo plesno držanje s odstupanjem od ritma, učenik je ocijenjen ocjenom *dovoljan (2)*, dok su *nedovoljnom (1)* ocjenom ocijenjeni ispitanici koji nisu uspjeli samostalno demonstrirati slijed koraka ni plesno držanje. Kako navodi Oto (2018), u svakom sportu, a posebice u estetsko-konvencionalnim aktivnostima, tehnička je izvedba glavni kriterij ocjenjivanja te kao takva utječe na ocjenu izvedbe i na ukupni plesni uspjeh.

Varijabla za procjenu stavova prema plesu

Stav prema plesu procijenjen je temeljem *Upitnika za procjenu stavova prema plesu (SPP)* (Vlašić, Bosnar, 2007; prema Vlašić, 2010)., a proveden je kao posljednji u nizu testiranih varijabli. Upitnik čini 20 čestica u obliku pozitivnih i negativnih tvrdnji, a ispunjava se

zaokruživanjem brojeva Likertove skale od pet stupnjeva, gdje je svaki broj ekvivalentan stavu prema određenoj tvrdnji. Ispitanici zaokružuju ocjenu 1 ako je tvrdnja potpuno netočna za njih, ocjenu 2 ako je tvrdnja uglavnom netočna za njih, ocjenu 3 ako nisu sigurno što bi odgovorili, ocjenu 4 ako je tvrdnja uglavnom točna za njih i ocjenu 5 ako je navedena tvrdnja potpuno točna za njih. Navedeno objašnjava da je broj 1 oznaka potpunog neslaganja, a broj 5 oznaka potpunog slaganja s tvrdnjom pored koje se zaokružuje. Rezultati upitnika za procjenu stavova određuju se bodovanjem od 1 do 5, te su za negativne čestice obrnuto skalirani. Stav prema plesu određuje se ukupnom sumom bodova u rasponu od 20 do 100, gdje središnja vrijednost skale u iznosu od 60 bodova označava neutralan stav. Rezultat čija je ukupna suma bodova u rasponu od 20 do 59 ekvivalentna je oznaka negativnog stava prema plesu, a rezultat koji se nalazi u rasponu od 61 do 100 bodova predstavlja pozitivan stav prema plesu. Uz skalu stava prema plesu (Vlašić, Bosnar, 2007; prema Vlašić, 2010)., upitnik je sadržavao pitanje o spolu, godini rođenja i trenutnom razredu koji učenik pohađa, te su se dobiveni podaci koristili za opis ispitane populacije.

3.3. Metode obrade podataka

Programom *Statistica for Windows* verzije 14.0. (StatSoft., Inc., Tulsa, OK, USA) utvrđeni su osnovni opisni pokazatelji varijabli i grupa ispitanika metodama deskriptivne statistike, a *Shapiro-Wilkovim testom* provjerena je normalnost distribucije rezultata u promatranim varijablama. S obzirom da podaci u varijablama značajno odstupaju od normalne raspodjele, za provjeru povezanosti između koordinacije u ritmu, uspješnosti u plesu i stavova prema plesu korišteno je utvrđivanje *Spearmanovog koeficijenta korelacije*. Korelacija je statistički postupak za izračunavanje povezanosti između varijabli, a dobiveni koeficijent korelacije govori u kojoj su mjeri promjene vrijednosti u jednoj varijabli povezane s promjenama vrijednosti u drugoj varijabli, dok predznak koeficijenta korelacije govori o smjeru povezanosti. *Spearmanov koeficijent korelacije* (r) utvrđuje se s obzirom na postavljenu granicu značajnosti ($p < 0,05$) i ukoliko se značajnost koeficijenta utvrdi, tada se rezultat koeficijenta tumači prema svojim vrijednostima, gdje vrijednosti r od 0 do 0,25 ili od 0 do $-0,25$ upućuju da između varijabli postoji neznatna povezanost, vrijednosti r od 0,25 do 0,50 ili od $-0,25$ do $-0,50$ znače slabu povezanost među varijablama, vrijednosti r od 0,50 do 0,75 ili od $-0,50$ do $-0,75$ predstavljaju umjereno dobru povezanost te vrijednosti r od 0,75 do 1 ili od $-0,75$ do -1 na vrlo dobru do izvrsnu povezanost među varijablama (Udovičić, Baždarić, Bilić-Zulle, Petrovečki, 2007).

4. REZULTATI

4.1. Deskriptivni pokazatelji

Metodama deskriptivne statistike dobiveni su podaci koji opisuju odabranu populaciju po grupama u mjerenim varijablama. Rezultati deskriptivne statistike prikazani u tablicama (1., 2. i 3.) određeni su brojem entiteta, aritmetičkim sredinama i standardnim devijacijama za sve varijable te minimalnim i maksimalnim vrijednostima u varijabli za procjenu stava prema plesu.

Tablica 1. Deskriptivni pokazatelji rezultata testova za procjenu koordinacije u ritmu

AS±SD				
uzorak	N	MKRBUB	MKRBNR	MKRPLH
svi	55	9,98±2,91	8,62±2,63	10,96±6,71
M	25	9,19±2,97	8,60±2,93	8,61±6,63
Ž	30	10,64±2,73	8,63±2,40	12,91±6,24
VI	18	8,89±2,15	7,74±2,76	9,89±6,35
VII	16	10,22±2,92	8,83±2,77	11,23±6,46
VIII	21	10,74±3,29	9,21±2,32	11,67±7,38

Legenda: uzorak – populacija entiteta, N – broj entiteta, AS – aritmetička sredina, SD – standardna devijacija, MKRBUB – neritmično bubnjanje, MKRBNR – bubnjanje nogama i rukama, MKRPLH – udaranje po horizontalnim pločama

Rezultati motoričkih testova za procjenu koordinacije u ritmu pokazuju središnje vrijednosti s pripadajućim standardnim devijacijama za određene grupe ispitanika. Svi testirani učenici od šestog do osmog razreda postižu ukupni srednji rezultat $9,98 \pm 2,91$ standardne devijacije u testu neritmičnog bubnjanja (MKRBUB), rezultat od $8,62 \pm 2,63$ u testu bubnjanje nogama i rukama (MKRBNR) te $10,96 \pm 6,71$ u testu udaranje po horizontalnim pločama (MKRPLH). Promatrajući rezultate testova po grupama ispitanika, primjetno je da u testu neritmično bubnjanje (MKRBUB) najbolji rezultat od $10,64 \pm 2,73$ postižu ispitanice ženskog spola (N=30), dok su među razredima najbolji ukupni rezultati izmjereni u osmom razredu, $10,74 \pm 3,29$ (N=21). U testu bubnjanje nogama i rukama (MKRBNR) učenici (N=25) i učenice (N=30) postižu približno jednake srednje vrijednosti rezultata, $8,60 \pm 2,93$ učenici i $8,63 \pm 2,40$ učenice, s vidljivo većom standardnom devijacijom kod učenika. Najviši rezultat ovog testa, promatran između pojedinih razreda, je $9,21 \pm 2,32$, također postignut u osmom razredu. U trećem provedenom testu za procjenu koordinacije u ritmu, udaranje po horizontalnim pločama (MKRPLH), učenici osmog razreda (N=21) također postižu najbolje rezultate ($11,67 \pm 7,38$). Rezultati uspoređivani po spolu, u ovom testu pokazuju iznimno veliku razliku između učenika

i učenica, u korist učenica (N=30) koje postižu prosječni rezultat $12,91 \pm 6,24$ standardne devijacije, dok je prosječni rezultat kod učenika (N=25) znatno manji, u iznosu $8,61 \pm 6,63$.

Tablica 2. Deskriptivni pokazatelji procijenjene uspješnosti u plesu na temelju ocjene od 1-5

uzorak	N	AS±SD
svi	55	3,20±0,95
M	25	2,72±0,94
Ž	30	3,60±0,77
VI	18	3,00±0,77
VII	16	3,19±0,91
VIII	21	3,38±1,12

Legenda: uzorak – populacija entiteta, N – broj entiteta, AS – aritmetička sredina, SD – standardna devijacija

Srednja ocjena kao pokazatelj procijenjene uspješnosti u izvedbi plesnih struktura je $3,20 \pm 0,95$ za cijeli uzorak ispitanika. Pri podjeli učenika na grupe po spolu, dobiveni rezultati uspješnosti su ocjena $2,72 \pm 0,94$ za dječake (N=25) i ocjena $3,60 \pm 0,77$ za djevojčice (N=30). Podjelom učenika na školske razrede, dobiveni podaci pokazuju ukupnu ocjenu $3,00 \pm 0,77$ za učenike šestog razreda (N=18), ocjenu $3,19 \pm 0,91$ za učenike sedmog razreda (N=16) te ocjenu $3,38 \pm 1,12$ za učenike osmog razreda (N=21).

Tablica 3. Deskriptivni pokazatelji Upitnika za procjenu stavova prema plesu (SPP) (Vlašić, Bosnar, 2007; prema Vlašić, 2010).

uzorak	N	AS±SD	Min	Max
svi	55	64,85±14,88	35	89
M	25	56,04±13,84	35	86
Ž	30	71,90±11,72	48	89
VI	18	70,39±12,07	36	83
VII	16	60,94±14,03	38	86
VIII	21	63,00±16,93	35	89

Legenda: N – broj entiteta, AS – aritmetička sredina, SD – standardna devijacija, Min – najmanji izmjereni rezultat, Max – najveći izmjereni rezultat

Upitnik za procjenu stavova prema plesu na ukupnom je broju ispitanika (N=55) pokazao nizak pozitivni stav prema plesu s prosječnim brojem bodova $64,85 \pm 14,88$. Prosječni rezultat dječaka (M=25) je negativan ($56,04 \pm 13,84$) s najmanjim zabilježenim stavom od 35 i najvišim od 86 bodova. Kod djevojčica (N=30) je zabilježen pozitivan stav prema plesu ($71,90 \pm 11,72$) s najmanjim rezultatom u iznosu od 48 bodova i najvišim rezultatom 89 bodova. Uspoređujući rezultate upitnika po razredima, vidljiv je najviši prosječni rezultat stava prema plesu ($70,39 \pm 12,07$) kod učenika šestog razreda (N=18) s najnižim stavom od 36 bodova i najvišim

stavom 83 boda. Učenici sedmog razreda (N=16) pokazuju neutralan stav prema plesu (60,94±14,03) s najnižim stavom od 38 bodova i najvišim stavom 86 bodova. Učenici koji pohađaju osmi razred (N=21) također su pokazali blagi pozitivan stav prema plesu s najvećom standardnom devijacijom (63,00±16,93). Najniži zabilježeni rezultat stava prema plesu iznosi 35 bodova na skali te je opažen kod dječaka i u osmom razredu, dok najviši rezultat na skali stava prema plesu iznosi 89 bodova i zamijećen je kod djevojčica i u osmom razredu.

4.2. Povezanost

U tablicama u nastavku bit će prikazani rezultati povezanosti između varijabli testova za procjenu koordinacije u ritmu i uspješnosti u plesu te rezultati povezanosti između varijable uspješnosti u plesu s procijenjenim stavovima prema plesu određenih grupa ispitanika. Rezultati su opisani *Spearmanovim koeficijentom korelacije* koji je osim za podatke čija raspodjela značajno odstupa od normalne distribucije te za podatke koji značajno odstupaju od većine izmjerenih, prikladan i za utvrđivanje povezanosti na manjim uzorcima entiteta (N < 35) (Udovičić i sur., 2007). Opis rezultata temeljen je na pripadajućim tumačenjima vrijednosti dobivenih Spearmanovih koeficijenata korelacije prema Hrvatskoj enciklopediji (2021).

Tablica 4. Povezanost između koordinacije u ritmu i uspješnosti u plesu

varijabla	uzorak	N	Spearman <i>r</i>	p
ocjena & MKRPLH	svi	55	0,5	0,00
	M	25	0,3	0,15
	Ž	30	0,45	0,01
	VI	18	0,29	0,25
	VII	16	0,48	0,06
	VIII	21	0,6	0,00
ocjena & MKRBUB	svi	55	0,49	0,00
	M	25	0,37	0,07
	Ž	30	0,47	0,01
	VI	18	0,31	0,21
	VII	16	0,64	0,01
	VIII	21	0,5	0,02
ocjena & MKRBNR	svi	55	0,35	0,01
	M	25	0,45	0,03
	Ž	30	0,36	0,049
	VI	18	-0,09	0,71
	VII	16	0,54	0,03
	VIII	21	0,58	0,01

Legenda: ocjena – pokazatelj uspješnosti u plesu, MKRPLH – udaranje po horizontalnim pločama, MKRBUB – neritmično bubnjanje, MKRBNR – bubnjanje nogama i rukama, uzorak – populacija entiteta, N – broj entiteta, Spearman *r* – koeficijent korelacije, p – vrijednost statističke pogreške

Prikazane vrijednosti Spearmanovih koeficijenata korelacije koje su značajne uz statističku pogrešku $p < 0,05$, objašnjavaju jakost i smjer povezanosti između varijable uspješnosti u plesu, mjerene ocjenom izvedbe engleskog valcera i varijabli motoričkih testova za procjenu koordinacije u ritmu za pojedine grupe ispitanika. Vidljivo je da je povezanost između varijable uspješnosti i testa udaranje po horizontalnim ploham (MKRPLH) značajna na cijelom uzorku ispitanika ($p=0,00$), kod djevojčica ($p < 0,03$) i među učenicima osmog razreda ($p=0,00$). Navedena povezanost između ocjene i testa MKRPLH je umjereno dobro pozitivna na cijelom uzorku ispitanika ($r=0,5$) i u osmom razredu ($r=0,6$), dok je samo kod djevojčica slaba do umjereno pozitivna ($r=0,45$). Promatrajući odnos varijabli uspješnosti i testa neritmično bubnjanje (MKRBUB), uočena je slaba do umjerena povezanost na cijelom uzorku ispitanika ($r=0,49$; $p=0,00$), zatim slaba povezanost kod djevojčica ($r=0,47$; $p < 0,03$) te umjereno dobra i pozitivna povezanost kod učenika sedmog ($r=0,64$; $p < 0,03$) i osmog razreda ($r=0,5$; $p < 0,03$). Nadalje, povezanost između uspjeha u plesu i testa bubnjanje nogama i rukama (MKRBNR) postoji kod svih grupa, osim u šestom razredu. Slaba i pozitivna povezanost ($r=0,35$; $p < 0,03$) uočena je na cijelom uzorku ispitanika, a uspoređujući rezultate po spolu vidljiva je slaba pozitivna korelacija kod dječaka ($r=0,45$, $p < 0,05$) i također, slaba pozitivna korelacija kod djevojčica ($r=0,36$, $p < 0,05$). Podjelom na razrede, uočene su umjereno dobre pozitivne korelacije kod učenika sedmog ($r=0,54$, $p < 0,05$) i osmog razreda ($r=0,58$, $p < 0,03$). Sva prethodno opisana tumačenja koeficijenata možemo tvrditi jer su navedeni koeficijenti korelacije značajni.

Tablica 5. Povezanost između uspješnosti u plesu i stavova prema plesu

varijable	N	Spearman <i>r</i>	p
ocjena & SPP po spolu	55	0,47	0,00
ocjena & SPP po razredu	55	-0,1	0,48

Legenda: ocjena – pokazatelj uspješnosti u plesu, SPP po spolu – vrijednost stavova prema plesu s obzirom na spol, SPP po razredu – vrijednost stavova prema plesu s obzirom na razred, N – broj entiteta, Spearman R – koeficijent korelacije, p – vrijednost statističke pogreške

Dobiveni rezultat Spearmanovog koeficijenta pokazuje da postoji povezanost između uspješnosti u plesu i stavova prema plesu s obzirom na spol. Navedena korelacija je slaba i pozitivna ($r=0,47$; $p=0,00$).

5. RASPRAVA

Prikazanim rezultatima istraživanja utemeljeno je potvrditi prethodno navedeno, odnosno potvrditi postavljenu nultu hipotezu o postojanju povezanosti između koordinacije u ritmu i uspješnosti u plesu te povezanost sa stavovima prema plesu koja je statistički značajna. Analizom podataka dobivene su jačine i smjerovi povezanosti između određenih parametara izmjerenih varijabli. Smjer povezanosti pozitivan je među svim varijablama što znači da će pozitivne promjene u jednoj varijabli utjecati na pozitivne promjene u drugoj varijabli, ovisno o vrijednosti jakosti koeficijenta korelacije, koji je između promatranih varijabli slab do umjereno dobar. Navedeni odnosi istraživani su zbog želje za dokazivanjem pretpostavke o postojanju značajnog odnosa između određene motoričke izvedbe i ritma izvođenja, odnosno dokazivanja da će osjećaj za ritam i uspostava ritmičnog kretanja dovesti do pozitivnih promjena u uspješnosti izvođenja plesnih figura kao motoričkih obrazaca kretanja uz glazbu. S obzirom da je navedena pozitivna povezanost utvrđena kao značajna za uspješnost plesne izvedbe kao jedne od zahtjevnijih motoričkih gibanja, daljnja istraživanja mogla bi se usmjeriti na provjeru povezanosti između koordinacije u ritmu s uspješnosti u izvedbi drugih oblika motoričkih aktivnosti jer su Liparoti i sur. (2021) dokazali da ritam ima veliku i ključnu ulogu u obrazovanju, s obzirom da obogaćuje kontrolu psihomotornih vještina, stvarajući tako inicijalnu potporu izvođenju svake aktivnosti. Također, odnos između pokreta i ritma, iznimno je važan u usvajanju i izvođenju motoričkih znanja, zbog čega se učenje o ritmu smatra i učenjem o pokretu, razvijanju koordinacije i osjećaja za orijentaciju te organizaciju prostora i vremena. Bitno je naglasiti da se razumijevanje ritma i koordinacija u ritmu razvijaju i unapređuju s godinama razvoja te su temeljne za motorički i kognitivni razvoj svakog djeteta (Liparoti i sur., 2021), ali samo ako su ritmični podražaji izazvani tijekom razvojnih perioda. S obzirom na povezanost koordinacije u ritmu s plesnom izvedbom, neupitno je tvrditi da je inkluzija plesa u kineziološku edukaciju poželjna i od velike važnosti jer ples utječe na razvoj osnovnih motoričkih funkcija koje su povezane s drugim aspektima antropološkog statusa (Srhoj, Katić i Kaliterna, 2006). Stoga, ako je iskustvo povezano s koordinacijom u ritmu veće, tada će i ispitanik moći brže uspostaviti točnu interpretaciju ritma te ju prilikom izvedbe zadržati što duže, uvjetovano, manipulacija ritmom će biti bolja. Budući da je plesna izvedba ekvivalentna izvedbi u skladu s ritmom i tempom glazbe, neupitno je zaključiti da će navedeno imati svoj udio u postizanju plesnog uspjeha. Nadalje, pretpostavljena povezanost između stava prema plesu i uspjeha u plesu također je statistički značajna kad se o navedenoj varijabli govori s obzirom na spol. Deskriptivni pokazatelji varijabli uspješnosti u plesu pokazali su da se

srednje ocjene plesne izvedbe s pripadajućim standardnim devijacijama razlikuju između dječaka i djevojčica, te da je stav prema plesu kod dječaka negativan, a kod djevojčica pozitivan. Prethodnim istraživanjima kojima su također proučavani stavovi prema plesu, utvrđeni su slični rezultati. Populacija srednjoškolaca pokazala je općenito pozitivan stav prema plesu, međutim puno izraženiji kod djevojčica koje u većini zauzimaju pozitivan stav, dok je među dječacima zabilježen negativan stav prema plesu (Došen, 2021). Istim istraživanjem potvrđeno je da se plesom bavi više učenica nego učenika, što se pretpostavlja jednim od razloga navedenog pozitivnijeg stava prema plesu kod djevojčica u odnosu na dječake. Osim toga, utvrđeno je da se od ukupnog broja ispitanika koji imaju pozitivan stav prema plesu, samo 15,6 % trenutno bavi plesom, zbog čega se zaključuje da pozitivan stav prema plesu ne znači da će se osoba baviti plesom (Došen, 2021). Vlašić, Oreb i Katović (2012) istraživali su promjene u stavovima prema plesu pod utjecajem nastave plesa te su potvrdili pozitivan utjecaj plesa na pozitivnu promjenu u stavovima prema plesu na studentima i studenticama Kineziološkog fakulteta. Navedeno nam govori da je povećanje primjene plesnih struktura potrebno u nastavi TZK te u sportu i rekreaciji jer će inkluzija plesnih sadržaja vrlo vjerojatno doprinijeti pozitivnoj promjeni stava prema plesu, što će također utjecati na popularizaciju plesa među muškom populacijom. Rezultati ovog istraživanja daju konkretne preporuke nastavnicima TZK i plesnim pedagogima u korist primjene plesnih sadržaja s ciljem povećanja prihvaćenosti plesa kao znanja među školskom djecom i mladima. Istraživanjem koje su provodili Miletić, Miletić i Maleša (2008), nastojalo se identificirati moguće utjecaje intrinzičnih i/ili ekstrinzičnih pristupa na učenje i izvedbu engleskog valcera kod učenika dobi od 9 do 13 godina starosti, što je proučavano s pretpostavkom na postojanje mogućih razlika u spolu i dobi kod učenika s jednogodišnjim plesnim iskustvom. Dobiveni rezultati pokazali su da djevojčice u dobi od 13 godina imaju značajniju intrinzičnu motivaciju u odnosu na dječake iste dobi, a pri promatranju populacije isključivo s obzirom na dob, dokazano je da su dobnom mlađi entiteti također značajnije intrinzično motivirani (Miletić i sur., 2008). Navedeni rezultati usuglašeni su s rezultatima ovog istraživanja koje je također pokazalo pozitivan stav kod djevojčica u usporedbi s negativnim stavom kod dječaka te pozitivniji stav kod učenika šestog razreda u odnosu na učenike sedmog i osmog razreda. Razlikom u stavovima prema plesu potvrđena potreba što veće primjene plesnih struktura kao sastavnog dijela sportskih aktivnosti, ovoga puta zbog upoznavanja s plesnim aktivnostima koje će kod nekih dovesti do promjene tradicionalnih stavova jer mnogo je razloga zašto se baviti plesom. Prema Vlašić i sur. (2014) ples je prikladan za osobe različite dobi, različitih sposobnosti i socijalnog statusa, stoga se preporuča kao aktivnost učestalog sudjelovanja. Nadalje, u nastavnim planovima i programima

osnovnoškolskog i srednjoškolskog obrazovanja, ples postoji kao aktivnost i nastavna cjelina koja služi za postizanje specifičnih ciljeva te se bez obzira jesu li u nastavu tjelesne i zdravstvene kulture uvrštene nastavne aktivnosti iz narodnih, društvenih ili drugih vrsta plesova, slobodno može naglasiti obrazovna, odgojna i transformacijska vrijednost plesanja. (Vlašić i sur., 2014). Također, važno je spomenuti i da su Prosen, Zagorc i Bizjak (2008) utvrdili da ples na nastavi tjelesne i zdravstvene kulture motivira djecu u pohađanju nastave.

6. ZAKLJUČAK

Koordinacija u ritmu jedna je od značajnijih koordinacijskih sposobnosti jer se razvijanjem ritmičkih vještina potiče kognitivni i motorički razvoj već u ranoj dobi, ali i unapređenje navedenih funkcija. Visok stupanj spomenute sposobnosti olakšava regulaciju kretanja te time i primjenu drugih oblika koordinacijskih sposobnosti u raznim aktivnostima, a najizraženije koordinaciju u ritmu pri izvođenju konvencionalnih estetskih gibanja. Zbog visokog koeficijenta urođenosti, koordinacijske sposobnosti je potrebno poticati i njegovati od rane dobi prateći senzitivne faze njihovog razvoja te ih tijekom razvojnih perioda kontinuirano podražavati povećanim brojem koordinacijski zahtjevnih zadataka koji će utjecati na unapređenje motoričkog sustava koordinacije te time poboljšati više aspekata antropološkog statusa. Koordinacija u ritmu, iako prisutna u izvedbi mnogih kinezioloških aktivnosti, ima neupitnu važnost kod uspješnosti izvođenja plesnih struktura zbog dokazane umjereno dobre pozitivne povezanosti između testova za procjenu koordinacije u ritmu i spomenutog plesnog uspjeha. Unapređenje plesne izvedbe ne bi trebao biti cilj samo sportskih plesača, već i cijele populacije općenito, jer je ples sastavni dio opće kulture te se s njime često susrećemo. Sa stajališta nastave tjelesne i zdravstvene kulture, važno je učenike tijekom osnovnoškolskog obrazovanja, u periodu od 8. do 13. godine, kada je senzitivna faza razvoja koordinacije i koordinacije u ritmu pod najvećim utjecajem vanjskih podražaja, upoznati s plesnim motoričkim znanjima i njihovom pravilnom izvedbom na ritam uz prisutnost glazbe. Ovim će se načinom inkluzija plesnih sadržaja u obrazovni proces i nastavu TZK odvijati ne samo s ciljem naučiti djecu plesati, već i utemeljiti pozitivne stavove prema plesu, a time i unaprijediti druge aspekte antropološkog statusa. Zbog svoje složenosti, odnosno mnogih segmenata koji čine plesnu izvedbu, proces učenja plesnih sadržaja jest zahtjevan te provocira razvoj s motoričkog, funkcionalnog, ali i psihološkog aspekta, zbog čega će uspješnija plesna izvedba vjerojatnije biti uočena kod dobnostarijih entiteta u razdoblju rasta i razvoja, a pretpostavljeno

je također povezano s višim razvojnim stupnjem antropološkog statusa. Razdoblje osnovne škole, predpuberteta i puberteta, pravo je vrijeme u kojem je potrebno, kroz aktivnosti kao što je ples, raditi na uvažavanju razlika i osobitosti svakog pojedinca. Ples je aktivnost koja ravnopravno uključuje oba spola, a savladavanje novih motoričkih znanja osim obrazovne komponente razvija i vrlo važan dio odgojne komponente, odnosno međusobnu suradnju, poštovanje, uvažavanje i lijepo ponašanje. Sve navedeno potvrđuje jednu od najobuhvatnijih definicija plesa koju navodi Vlašić i sur. (2014). prema Zagorc (2000) kao „govora tijela bilo u ritmu, glazbi ili tišini, kao dio kulturnog obrazovanja svakog pojedinca, ...ali i kao sportska aktivnost, najljepši dvoranski sport i 'majka svih umjetnosti'...“.

7. LITERATURA

- Bijelić, Snežana V. (2006). *Plesovi*. Banja Luka: Fakultet fizičkog vaspitanja i sporta Banja Luka.
- Bompa, Tudor O. (2009) *Periodizacija: teorija i metodologija treninga*. Zagreb: Gopal.
- Bosnar, K., Sertić, H., Prot, F. (1999). Razlike u stavu prema boričkim sportovima djevojčica i dječaka, učenika viših razreda osnovne škole. U D. Milanović (ur.), *Kineziologija za 21. stoljeće* (str. 123-125). Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu.
- Došen, D. (2021). *Razlike stavova prema plesu učenika i učenica nekih srednjih škola na području grada Zagreba i Zagrebačke županije* (diplomski rad). Kineziološki fakultet, Zagreb.
- Grosser, V., Bruggemann, P., Zintl, F. (1986). *Leistungssteuerung in Training und Wettkampf*. Munchen: BLV Sportwissen GmbH.
- Hrvatski sportski plesni savez. (2021). *Prilog 3 natjecateljskog pravilnika za plesne discipline i stilove Hrvatskog sportskog plesnog saveza*. <https://hsps.hr/wp-content/uploads/2021/02/Prilog-3-Natjecateljskog-pravilnika-za-plesne-discipline-i-stilove-HSPS-a-08.02.2021.pdf>
- Keller P. E., Novembre G., Hove M. J. (2014). Rhythm in joint action: psychological and neurophysiological mechanisms for real-time interpersonal coordination. *Philosophical*

Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences, 369(1658), 1-12.
<http://doi.org/10.1098/rstb.2013.0394>

Leksikografski zavod Miroslav Krleža. (n.d.). Koeficijent korelacije. U Hrvatska enciklopedija, mrežno izdanje. Pristupljeno 12. 4. 2023.
<http://www.enciklopedija.hr/Natuknica.aspx?ID=71291>

Leksikografski zavod Miroslav Krleža. (n.d.). Stav. U Hrvatska enciklopedija, mrežno izdanje. Pristupljeno 17. 4. 2023. <http://www.enciklopedija.hr/Natuknica.aspx?ID=57912>

Kostić, R.(2001). *Ples - teorija i praksa*. Niš: Grafika Galeb.

Limanskaya, O., Yefimova, O., Kriventsova, I., Wnorowski, K., & Bensbaa, A. (2021). The coordination abilities development in female students based on dance exercises. *Physical Education of Students*, 25(4), 249-256. <https://doi.org/10.15561/20755279.2021.0406>

Liparoti, M., Minino, R. (2021). Rhythm and movement in developmental age. *Journal of Human Sport and Exercise*, 16(3proc), 930-937. <https://doi.org/10.14198/jhse.2021.16.Proc3.10>

Ljubojevic, A., Bijelic, S. (2014). *Trenažni modeli u sportskom plesu*. Banja Luka: Fakultet fizičkog vaspitanja i sporta, Univerzitet u Banjoj luci.

Neljak, B. (2009). *Kineziološka metodika u predškolskom odgoju*. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.

Neljak, B., Novak, D., Sporiš, G. Višković, S., Markuš, D. (2012). *Crofit norme*. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.

Miletić, Đ., Miletić, A. & Maleš, B. (2008) Do task and/or ego orientation influence better dance performance?. U D. Milanović, i F. Prot (ur.), *5th International Scientific Conference on Kinesiology "Kinesiology research trends and applications"* (str. 623-626). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu,.

Oto, N. (2018). *Metodika poduke standardnih plesova* (diplomski rad). Kineziološki fakultet, Zagreb.

- Prosen, J., Zagorc, M. & Bizjak, K. (2008). Physical work-rate at salsa in school programmes. U G. Starc, M. Kovač i K. Bizjak (ur.), *4th International Symposium Youth Sport 2008 "The Heart of Europe"* (str. 112-113). Ljubljana: Faculty of Sport.
- Sekulić, D., Metikoš, D. (2007). *Osnove transformacijskih postupaka u kineziologiji: Uvod u Osnovne kineziološke transformacije*. Split: Sveučilište u Splitu, Fakultet prirodoslovno-matematičkih znanosti i kineziologije.
- Sietas, M., Ambrož, N., Cacciari, D., Cacciari, O., Bosco, F., Ferrari, M., Guerra, R., Benincasa, G. (2014). *Waltz*. Rim: World Dance Sport Federation.
- Srhoj, Lj., Katić, R. i Kaliterna, A. (2006). Motor Abilities in Dance Structure Performance in Female Students. *Collegium antropologicum*, 30(2), 335-341.
- Topolovec, A., Horvatin, M. i Vlašić, J. (2023). Metode razvoja koordinacije u ritmu primjenom plesnih elemenata. U M. Dadić, L. Milanović, V. Wertheimer, I. Jukić, V. Naglić i I. Krakan (ur.), *21. godišnja međunarodna konferencija Kondicijska priprema sportaša 2023* (str. 189-195). Zagreb: Kineziološki fakultet sveučilišta u Zagrebu.
- Vlašić, J. (2010). *Razlike između studentica i studenata u plesnoj uspješnosti i stavovima prema plesu* (doktorska disertacija). Kineziološki fakultet, Zagreb.
- Vlašić, J., Oreb, G. & Bosnar, K. (2014) Metrijske karakteristike skale stava prema plesu. *Acta kinesiologica*, 8(2), 20-24.
- Vlašić, J., Oreb, G & Katović, D. (2012). Dance attitude difference between female and male students. *Analele Universității "Ovidius" Constanța. Seria Educație fizică și sport*, 12(2), 417-421.
- Udovičić, M., Baždarić, K., Bilić-Zulle, L. i Petrovečki, M. (2007). Što treba znati kada izračunavamo koeficijent korelacije?. *Biochemia Medica*, 17(1), 10-15.
- Uzunović, S., Kostić, R., Miletić, Đ. (2009). Motor status of competitive young sport dancers – gender differences. *Acta Kinesiologica*, 3(1), 83-88.
- Wainwright, L. (2007). *Zaplešimo*. Zagreb: Kigen.

Zagorc, M. (2000). *Družabni in športni ples*. Ljubljana: Združenje plesnih vaditeljev, učiteljev in trenerjev Slovenije.

Zmajlović, M. (2018). *Razvoj koordinacije prirodnim oblicima kretanja kod djece mlađe školske dobi* (diplomski rad). Kineziološki fakultet, Zagreb.

PRILOG

Upitnik za procjenu stavova prema plesu (SPP).

SPOL M Ž

DATUM ROĐENJA _____

RAZRED (zaokružite) 1 2 3 4

DATUM ISTRAŽIVANJA _____

Poštovani ispitanici,

molimo vas da pažljivo pročitate svaku tvrdnju i da **zaokružite**

- ocjenu **1** ako je tvrdnja **potpuno netočna** za vas,
- ocjenu **2** ako je tvrdnja **uglavnom netočna** za vas,
- ocjenu **3** ako **niste sigurni** što biste odgovorili,
- ocjenu **4** ako je tvrdnja **uglavnom točna** za vas, i
- ocjenu **5** ako je tvrdnja **potpuno točna** za vas.

TVRDNJA		potpuno netočno	uglavnom netočno	nisam siguran	uglavnom točno	potpuno točno
1.	Volim plesati.	1	2	3	4	5
2.	<i>Kad sam s društvom u disco klubu vrijeme provodim u razgovoru.</i>	1	2	3	4	5
3.	<i>Ne volim vjenčanja jer većina ljudi na njima pleše.</i>	1	2	3	4	5
4.	<i>Neugodno mi je kad me netko promatra dok plešem.</i>	1	2	3	4	5
5.	Uživam kad vidim skladan plesni par.	1	2	3	4	5
6.	Ples s partnerom/icom me potiče da još bolje plešem.	1	2	3	4	5
7.	Sretan/na sam kad plešem.	1	2	3	4	5
8.	<i>Izbjegavam plesati.</i>	1	2	3	4	5
9.	Kad god mi se pruži prilika plešem.	1	2	3	4	5
10.	<i>Ples u meni izaziva neugodu.</i>	1	2	3	4	5

TVRDNJA		potpuno netočno	uglavnom netočno	nisam siguran	uglavnom točno	potpuno točno
11.	Volim plesne predstave.	1	2	3	4	5
12.	<i>Neugodno mi je plesati u kolu.</i>	1	2	3	4	5
13.	<i>Teško mi je pratiti partnera/icu.</i>	1	2	3	4	5
14.	Plesao/la bih dan i noć.	1	2	3	4	5
15.	<i>Kad plešem sam/a glupo se osjećam.</i>	1	2	3	4	5
16.	Svaki slobodni trenutak iskoristim za ples.	1	2	3	4	5
17.	Volim plesati u paru.	1	2	3	4	5
18.	Ne mogu zamisliti izlazak bez plesa.	1	2	3	4	5
19.	Čim čujem glazbu zaplešem.	1	2	3	4	5
20.	Dobro se osjećam dok plešem.	1	2	3	4	5