

ROCK'N' ROLL U NASTAVI TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE

1. UVOD

Primjena plesnih struktura u nastavi TZK nema cilj samo učenje o različitim kulturnim i nacionalnim identitetima nego se koristi plesom kao sredstvom u transformaciji i zadržavanju vrijednosti antropološkog statusa. Znanstveno utemeljenim provjeravanjem razine usvojenosti motoričkih znanja možemo dobiti uvid u kvalitetu motoričkih znanja učenika, a o razini njihove usvojenosti ovisit će dalje pravilno planiranje i programiranje transformacijskih procesa. Primjena operatora plesa u školskoj praksi je poželjna o čemu govore istraživanja: Wigaeus, E. 1980; Srhoj, Lj. 1992; Srhoj, Lj., Miletić Đ. 2000.

Primarni cilj istraživanja je utvrđivanje relacija između nekih sposobnosti predviđenih normama (testovi koji se koriste za praćenje i provjeravanje antropološkog statusa učenika u školstvu RH) i to: psihomotorne brzine, snage i fleksibilnosti, te anaerobne i aerobne izdržljivosti na uspjeh u jednom popularnom plesu Rock and Roll. Rezultati će olakšati adekvatnije programiranje sadržaja plesa u nastavi TZK.

2. METODE RADA

Na uzorku od 47 učenica drugog razreda Zdravstvenog obrazovnog centra u Splitu primijenjen je skup od 6 prediktorskih varijabli koje procjenjuju neke bazične motoričke i funkcionalne sposobnosti i to: taping rukom (**MTR**) za psihomotornu brzinu, podizanje trupa (**MPT**) za repetitivnu snagu, predklon raznožno (**MPR**) za fleksibilnost, izdržaj u visu zgibom (**MIV**) za statičku snagu, trčanje šest minuta (**F6**) za procjenu aerobne izdržljivosti, te trčanje **100m** (nije predviđeno normama) za anaerobnu izdržljivost. Kriterijska varijabla za procjenu motoričkih znanja (koreografirana cjelina plesa **Rock' n' Roll**), je ocjena dobivena na osnovu procjene pet neovisnih sudaca.

Za utvrđivanje relacija između prediktorskog skupa varijabli i kriterijske varijable primijenjena je klasična regresijska korelacijska analiza .

3. REZULTATI

Regresijska analiza pokazuje da se skupom od 6 prediktorskih varijabli može prognozirati uspjeh u izvođenju plesa "Rock' n' Roll. Koeficijent multiple korelacije iznosi 0.54, koji je značajan na razini od $P=0.02$. Najveću korelaciju s kriterijem od 0.46 ima varijabla za procjenu brzine (**MTR**), koja ujedno ima značajni regresijski koeficijent od 0.33 i objašnjava najviše, preko 15% varijance kriterija. Logika ove povezanosti leži u protočnosti informacijskih kanala iz CNS-a do efektor, agonističkoj, antagonističkoj i sinergijskoj regulaciji, te u timingu, što dovodi do usklađenosti pokreta s glazbom. Značajnu korelaciju s kriterijem ima varijabla za procjenu anaerobnog kapaciteta (100m) od 0.37 i varijabla za procjenu repetitivne snage trupa (**MPT**) od 0.35, a objašnjavaju

značajan postotak varijance kriterija, prva gotovo 8% a druga 7%. Varijabla za procjenu statičke snage i varijabla za procjenu fleksibilnosti imaju značajne korelacije s kriterijem ali ne i utjecaj. U objašnjenju latentne strukture Rock'n'Roll-a najviše sudjeluje brzina pokreta, zatim varijabla anaerobnog kapaciteta koja je znatno saturirana eksplozivnom snagom repetitivna snaga te statička snaga i/ili mišićna izdržljivost i fleksibilnost.

Tablica 1. Regresijska analiza varijable Rock'n'Roll

| Varijable | R | Q(R) | BETA | P | Q(BETA) | F(BETA) |
|-----------|------|------|-------|-------|---------|---------|
| MTR | 0.46 | 0.00 | 0.33 | 15.28 | 0.03 | 0.86 |
| MPR | 0.27 | 0.05 | -0.04 | -1.11 | 0.81 | 0.51 |
| MPT | 0.35 | 0.01 | 0.20 | 6.84 | 0.23 | 0.64 |
| MIV | 0.29 | 0.04 | 0.07 | 1.97 | 0.70 | 0.53 |
| 100m | 0.37 | 0.01 | -0.21 | 7.80 | 0.27 | -068 |
| F6 | 0.11 | 0.50 | -0.18 | -1.90 | 0.27 | 0.19 |
| | DLT | RO | F | DF1 | DF2 | P |
| | 0.29 | 0.54 | 2.71 | 6 | 40 | 0.02 |

4. ZAKLJUČAK

Latentna struktura plesa "Rock'n'Roll je kompleksna i integrira sposobnosti brzine anaerobne izdržljivosti, repetitivne i statičke snage te fleksibilnosti u jednu funkciju. Za uspjeh u Rock'n'Rollu važna je sposobnost frekvencije pokreta, što predstavlja osnovu na koju se nadograđuju ostale potrebne sposobnosti. Podaci dobiveni ovim znanstvenim istraživanjem poslužit će boljem planiranju i programiranju sadržaja plesa u TZK

5. LITERATURA

1. Findak, V., D. Metikoš, M. Mraković, B, Neljak (1996). *Primijenjena kineziologija u školstvu NORME*. Hrvatski pedagoško-književni zbor
2. Srhoj, LJ.(1992): Stavovi i motivi učenika osmih razreda osnovnih i srednjih škola Splita prema plesnim strukturama. 1. ljetna škola pedagoga fizičke kulture Hrvatske, Rovinj.
3. Srhoj, Lj., Đ. Miletić (2000). Plesne strukture. Abel internacional. Split
4. Wigaeus E, A. Kilbom (1980) Physical demands during folk dancing. *Eur J Appl Physiol*; 45(2-3): 177-83

