

Mario Jelavić Mitrović
Alen Miletić
Maja Dundić

Pregledni članak

UTJECAJ MOTORIČKIH SPOSOBNOSTI NA IZVOĐENJE PLESNIH KORAKA U NASTAVI TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE

1. UVOD I PROBLEM

Uvježbavanje plesnih ritmova i jednostavnih plesnih struktura, kroz nastavu tjelesne i zdravstvene kulture (TZK), ima značajan udio u pretvorbi važnijih antropoloških obilježja kao i u rješavanju utilitarnih potreba (Findak i sur. 1998.). Izvođenje narodnih plesova Hrvatske, za koje se utvrdi da imaju značajne korelacije s antropološkim obilježjima dječaka i djevojčica značajno će utjecati na kvalitetu rada u nastavi TZK s tri aspekta: (1) utjecati će na pozitivne transformacije antropološkog statusa učenika, (2) parovni plesovi posebno doprinose socijalizaciji između spolova, (3) s odgojnog aspekta, učenjem hrvatskih narodnih plesova posebno se njeguje hrvatska narodna folklorna baština, odnosno hrvatska tradicija i kultura. U Hrvatskoj su značajnija kineziološka, etnokoreološki orijentirana istraživanja provedena uglavnom na studentskoj populaciji (Ećimović – Žganjer, 1978.; Oreb i Matković, 1986.) te je potrebno intenzivnije istraživati povezanost plesnih struktura s antropološkim obilježjima na uzorku školske djece i omladine. Pri tom je poželjno u školskoj praksi birati plesne strukture narodnih plesova koje imaju uporište u tradiciji i kulturi, a ujedno, kao kineziološki operatori imaju značajan utjecaj u pretvorbi određenih antropoloških obilježja kod učenika. Izvođenje nekih plesnih struktura povezano je s određenim motoričkim sposobnostima (Miletić, 1999.) ali je evidentan problem kvalitetnog, znanstveno utemeljenog, izbora plesova u nastavi TZK koji bi po svojoj strukturi, intenzitetu i sadržaju morali biti primjereni dobi djece, a da istodobno izazivaju željene antropološke transformacije.

Osnovni cilj istraživanja je utvrditi relacije između motoričkih sposobnosti učenica i učenika petih razreda osnovne škole s uspjehom u izvođenju osnovnog plesnog koraka Poskočice (Linda) – hrvatskog narodnog plesa Jadranske plesne zone.

2. METODE RADA

Istraživanje je provedeno na uzorku od 71 učenica i učenika petih razreda Osnovne škole Mejaši u Splitu, kronološke dobi 11 godina (\pm šest mjeseci). Prema

spolu uzorak je podijeljen na dva subuzorka i to: na 35 učenica petih razreda i 36 učenika petih razreda.





Za procjenu motoričkih sposobnosti učenika učinjen je izbor standardnih motoričkih mjernih instrumenata (Metikoš i sur. 1982.), a za koje se pretpostavlja da je moguća njihova povezanost s izvođenjem narodnih plesova (Miletić, 1999.). Primijenjeno je devet motoričkih testova i to:

- za procjenu frekvencije pokreta MBFTAP - taping rukom; za procjenu repetitivne snage MRCMPT – pregibi trupom u minuti; za procjenu fleksibilnosti MFLPRR - pretklon raznožno; za procjenu statičke snage MSVIS – izdržaj u zgibu; za procjenu koordinacije (agilnosti) MAGKUS - koraci u stranu; za procjenu eksplozivne snage MFESDM - skok udalj s mjesta; za procjenu koordinacije u ritmu MKRBNR - bubnjanje nogama i rukama.

Testovi za procjenu frekvencije pokreta, fleksibilnosti, koordinacije i eksplozivne snage ponavljani su tri puta, dok su testovi za procjenu repetitivne i statičke snage mjereni jednom.

Za procjenu izvođenja plesnih koraka odabrana je osnovna struktura plesa Lindo (Poskočica iz Dubrovačkog primorja prema Srhoj i Miletić, 2000.), prema slijedećem ritmičkom primjeru:



Koraci jednog takta izvode se na slijedeći način:  - kratki korak desnom;
 - kratki korak lijevom;  - korak desnom;  - korak lijevom.

Procjenu uspjeha za izvođenje plesnih koraka obavila su tri ocjenjivača, profesora kineziologije, numeričkom ocjenom od jedan do pet što odgovara skali vrednovanja znanja u školama. Ocjenjivači su preko videozapisa ocijenili individualno izvođenje zadanog plesnog koraka svakog učenika.

Regresijskim analizama utvrđene su relacije između motoričkih sposobnosti i izvođenja zadanog plesnog koraka posebno kod djevojčica, posebno kod dječaka (tablica 4.). Karakteristike osjetljivosti i objektivnosti kriterijske varijable utvrđeni su deskriptivnim parametrima (tablica 1.), interkorelacijama ocjenjivača, inter-item koeficijentom te Cronbach alpha koeficijentom (tablica 2. i tablica 3.).

3. REZULTATI I RASPRAVA

Uspoređujući rezultate motoričkih testova s rezultatima ispitanika iste dobi i spola (Findak i sur. 1996.), uvidamo pretežito prosječne i iznadprosječne rezultate za procjenu motoričkih sposobnosti na istraživanom uzorku ispitanika i to: prosječne pokazatelje eksplozivne snage, iznadprosječne pokazatelje fleksibilnosti kod dječaka i prosječne kod djevojčica, ispodprosječne rezultate statičke snage kod oba spola, prosječne i iznadprosječne rezultate repetitivne snage i iznadprosječne pokazatelje brzine frekvencije pokreta kod učenika petih razreda oba spola. Prema rezultatima interkorelacija ocjenjivača (tablice 2. i 3.) vidimo da ocjenjivači dolaze do vrlo sličnih spoznaja o vrednovanju zadanih plesnih koraka na skali procjene od jedan do pet, te objektivnost testova nije upitna (visoke vrijednosti Cronbach alpha koeficijenta). Iz regresijskih analiza uočavamo značajnu povezanost između motoričkog sustava prediktora s kriterijima plesnih koraka lina (tablica 4.), i to u većoj mjeri kod dječaka ($RO = .71$) nego kod djevojčica ($RO = .54$). Kod učenica, statistički značajan doprinos u objašnjavanju povezanosti prediktora (motoričkih sposobnosti s kriterijem, plesnim koracima, nalazimo samo kod varijable za procjenu koordinacije u ritmu (MKRBNR) gdje je $BETA = .68$ na razini značajnosti od 0.00 (tablica 4.). Kod dječaka povezanost prediktorskog skupa varijabli s kriterijem znatno je kompleksnija. Naime, na uzorku dječaka, statistički značajnu povezanost za izvođenjem osnovnog koraka plesa Lina imaju tri testa i to: MFLPRR – za procjenu fleksibilnosti, MFESDM – za procjenu eksplozivne snage i MKRBNR – za procjenu koordinacije u ritmu. Tijekom provođenja eksperimenta u petim razredima utvrđeno je da je tri do četiri sata optimalna frekvencija uvježbavanja plesnih struktura, odnosno potreban broj sati za njihovo adekvatno uvježbavanje – dovođenje motoričkog znanja na razinu dostatan za tranzitivno provjeravanje.

Prema analiziranim rezultatima, možemo zaključiti da je osnovni korak plesa Lina primjeren za izvođenje u petom razredu osnovne škole, te možemo pretpostaviti da će kao kineziološki operator izazvati kvalitetne podražaje na motorički status učenica, a posebno kod učenika petog razreda osnovne škole.

Tablica 1. Deskriptivna statistika varijabli: aritmetičke sredine (AS) i standardne devijacije (SD)

	Djevojčice AS	SD	Dječaci AS	SD
MBFTAP	26,7	3,6	28,3	2,9
MRCMPT	33,2	6,8	34,2	6,2
MFLPRR	52,3	12,6	51,6	10,1
MSVIS	14,8	12,6	20,2	16,6
MAGKUS	24,0	1,7	22,6	2,5
MVESDM	155,2	19,7	166,7	21,5
MKRBNR	10,1	3,5	9,2	3,2
plesni korak	3,7	1,7	2,7	1,4

Tablica 2. Interkorelacije ocjenjivača (S) i vrijednosti koeficijenata objektivnosti (inter- item korelacija i Cronbach alpha koeficijent) na uzorku djevojčica

	S 1	S 2	S 3	llr	á
S 1	1	.91	.95		
S 2	.91	1	.86	.92	.96
S 3	.95	.86	1		

za $r > 0.70$: $p < 0.001$

Tablica 3. Interkorelacije ocjenjivača i vrijednosti koeficijenata objektivnosti (inter- item korelacija i Cronbach alpha koeficijent) na uzorku dječaka

	S 1	S 2	S 3	llr	Á
S 1	1	.90	.92		
S 2	.90	1	.81	.88	.95
S 3	.92	.81	1		

za $r > 0.70$: $p < 0.001$

Tablica 4. Rezultati regresijskih analiza, koeficijenti determinacije (R), BETA koeficijenti te njihova značajnost (p)

	Djevojčice BETA	p	Dječaci BETA	P
MBFTAP	-0,14	0,45	0,27	0,06
MRCMPT	0,31	0,09	0,17	0,18
MFLPRR	0,19	0,27	0,37	0,00
MSVIS	-0,17	0,26	-0,05	0,71
MAGKUS	0,02	0,90	-0,30	0,09
MVESDM	-0,01	0,98	-0,44	0,01
MKRBNR	0,68	0,00	0,48	0,00
R	.54		.71	
p	.00		.00	

4. LITERATURA

1. Ećimović - Žganjer, S. (1978.). Utjecaj ritma kao muzikalne komponente na uspjeh u estetskoj gimnastici i plesovima. (magistarski rad), Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.
2. Findak, V., D. Metikoš, M. Mraković, B. Neljak (1996.). Primijenjena kineziologija u školstvu: norme. Fakultet za fizičku kulturu, Zagreb
3. Findak, V., D. Metikoš, M. Mraković, B. Neljak, F. Prot (1998.). Procjene vrijednosti sadržaja tjelesne i zdravstvene kulture u osnovnoj školi. Kineziologija 29 (2): 61-69.
4. Metikoš D., F. Prot, V. Horvat, B. Kuleš i E. Hofman (1982.). Bazične motoričke sposobnosti ispitanika natprosječnog motoričkog statusa. Kineziologija 5: 16-62.
5. Miletić Đ. (1999.). Factors of successfulness with folk dances. 4th Annual Congress of the European College of Sport Science, Rome, Italy.
6. Oreb, G., B. Matković (1986.). Relacije između morfoloških karakteristika i uspjehnosti u plesu. Kineziologija 18 (2): 101-105.
7. Srhoj Lj., Đ. Miletić (2000.). Plesne strukture. Abel international, Split.