

MANEŠTRA OD UMJETNOSTI: PLES, MOTIVACIJA, ZAVIČAJNA BAŠTINA

Katarina Stojević¹

¹Škola za primijenjenu umjetnost u Rijeci

Sažetak

Motivirati učenike za rad i sudjelovanje u klasičnoj nastavi sve je veći izazov današnjeg doba. Nastavnici traže inovativne pristupe podučavanju i koriste različite motivacijske metode kako bi pridobili pažnju učenika. Kada se tome pribroji i specifičnost nastave Tjelesne i zdravstvene kulture koja traži i tjelesni angažman učenika, misija postaje gotovo nemoguća. Koji pristup odabrati? Slijepo se držati propisanog plana i programa uzdajući se da će vanjska motivacija u obliku ocjene biti dovoljna za uspjeh u radu ili pokušati naći načina da učenici uživaju u procesu učenja, razumiju ono što uče i zašto to uče. Ovaj rad opisuje primjer dobre prakse motivacije učenika Škole za primijenjenu umjetnost u Rijeci.

Ključne riječi: Ples, motivacija, zavičajna baština

1. Uvod

Javna je tajna da učenici umjetničkih škola ne preferiraju vježbanje i tjelesnu aktivnost. Pokušavajući naći način kako ih ipak motivirati za bilo kakav oblik tjelesne aktivnosti, rodila se ideja o povezivanju vježbanja s onim što vole. Upoznavajući baštinu svoga kraja kroz umjetnost slikanja, aranžiranja i keramike uspjeli smo „zapakirati“ i ples kao formu umjetnosti, ali i tjelesne aktivnosti.

„Ako dijete ne može učiti na način na koji mi podučavamo, možda bismo trebali podučavati na način na koji ono uči.“ (Ignacio (Nacho) Estrada), (skole.hr, 2021).

Dvorana za Tjelesnu i zdravstvenu kulturu (TZK) u Školi za primijenjenu umjetnost u Rijeci vrlo je malih dimenzija koje diktiraju odabir samo određenih nastavnih sadržaja. Odabir organizacijskih oblika rada također je ograničen pa se nastava pri poučavanju pretežno provodi u frontalnom obliku rada. No, upravo je taj „nedostatak“ bio pokretač osmišljavanja projekta koji za osnovni cilj ima povećanje tjelesne aktivnosti učenika, odnosno njihovu bolju uključenost u nastavni proces i izvannastavne aktivnosti.

Jedan od sadržaja koji je prikladan za frontalni oblik rada i manje prostore je ples u svim svojim oblicima. Ples kao tjelesna aktivnost ima mnogo pozitivnih učinaka na zdravlje. Neki od njih su: jačanje mišićne mase, bolja koordinacija, fleksibilnost, ravnoteža i osjećaj za prostor. Plesanjem se razvija samopouzdanje, motivacija, socijalne vještine, samopoštovanje i kreativnost. Osim navedenog, ples spada u obavezne sadržaje za ostvarivanje odgojno obrazovnih ishoda kurikuluma TZK srednjih škola (mzo.gov.hr, 2019).

Narodni ples ili folklor (engl. Folklore, od folk: puk, narod i lore: nauk, znanje), učenici najčešće uče tijekom sata Tjelesne i zdravstvene kulture. U folkloru postoje jednostavniji plesovi koji se mogu plesati u grupama, bez potrebe za nastavnim pomagalima ili posebnim prostorom, i upravo te karakteristike čine ga idealnim za rad s učenicima. Još važniji aspekt narodnih plesova je onaj odgojni. Učenici razvijaju osjećaj ponosa na tradiciju svoga zavičaja. U tom slučaju ples nije samo ples, već se doživljava kao dio cjelokupnog narodnog izričaja, skupa sa nošnjom, frizurama, nakitom, pa i običajima.

Zahvaljujući javnom pozivu Ministarstva odgoja i obrazovanja o financiranju izvannastavnih aktivnosti ukazala se mogućnost proširiti i intenzivirati vježbanje ovog tipa. Prijavljeni projekt

naziva „Maneštra od umjetnosti“, kao i dobro poznato istoimeno jelo, sadržavao je puno sastojaka: ples, glazbu, keramiku, slikarstvo, grafički dizajn, fotografiju. Te su sastojke učenici povezali u cjelinu i stvorili izvedbu koja prezentira kulturnu baštinu zavičaja. Na taj se način nastava TZK povezala s mnogim odgojno-obrazovnim područjima, međupredmetnim temama i nastavnim predmetima.

Projekt je potaknuo dodatnu edukaciju voditelja o narodnim plesovima popularnim u kvarnerskom kraju odnosno Jadranskoj plesnoj zoni (Ivančan, 1971). Jedno od temeljnih načela plesne prakse jest izabrati plesove primjerene mogućnostima grupe (Galeković, 2018). Tako su za Projekt odabrana tri jednostavna, ali zabavna plesa: Rašpa, Kvatro paši i Mazurka koji su zbog svoje jednostavne strukture i prepoznatljive melodije bili motivirajući za učenike. Ove plesove Hrvati su prihvatili od susjednih europskih zemalja kao svoju tradiciju.

2. Plesovi Mazurka, Rašpa i Kvatro paši u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture

Mazurka (mažurka) je poljski ples u paru. Izvodi se u trodobnoj mjeri (tročetvrtinskoj ili troosminkoj). Karakteristika mazurke je punktirani ritam i naglasci na prvoj dobi te lagan tempo. Prvi dio plesa je trokorak u hvatu prednji križ s naglaskom na prvi korak. Drugi dio je okret u paru u valcer hvatu, također trokorak. Ples mazurka raširen je po cijeloj Hrvatskoj, s određenim varijacijama u glazbi i koracima.

Drugi ples je Rašpa. Rašpa je ples u paru koji se najviše izvodi u sjevernim krajevima Hrvatske. Ples karakterizira „struganje“ nogu po podu, odnosno „podvlačenje“ nogu naprijed - natrag ispod sebe zatim slijedi okret. Pretpostavlja se da je ples dobio naziv „rašpa“ upravo zbog „struganja“ koje podsjeća na turpiju.

Sljedeći ples je Kvatro paši, također ples u paru, u polka hvatu. Kvatropas (kvastro paši) je dalmatinska inačica plesa zibenštrit, a dolazi od talijanskog naziva quattro passi što znači četiri koraka. Ples karakteriziraju četiri koraka u jednu i u drugu stranu, a potom dva koraka ponovno u obje strane. Korak završava okretom u paru. Upravo zbog ova četiri koraka i dolazi naziv kvatro (Kostrenčić, 2023).

Plesovi su prezentirani na redovnoj nastavi kako bi se svi učenici upoznali sa samim plesovima, ali i cjelokupnim projektom (fotografija 1 i 2). Na taj način motorička znanja usvojili su, sa većim ili manjim uspjehom, svi učenici škole, a oni najbolji, koji su pokazali interes, nastavili su usavršavanje na izvannastavnim aktivnostima slažući koreografije te dodatno uvježbavajući plesne korake. Slaganje plesnih koreografija omogućilo je dodatnu kreativnost nastavnika i nove izazove za učenike. Plesati se može solistički, u paru, u trojkama, četvorkama, kolu (otvorenome, zatvorenome). Dinamiku i složenost koreografija može se postići kombiniranjem raznih plesnih prihvata (prihvaćanje partnera s jednom ili dvije ruke za tijelo), rukohvata (međusobno držanje izvođača za ruke), prostornih figura (ravnomjeran raspored izvođača po zamišljenim stranicama geometrijskih likova pri čemu se međusobno i neprekinuto drže) i formacija (označava dinamično kretanje izvođača raspoređenih u određenom prostornom rasporedu) (Knežević, 2005). Jednom naučene plesne strukture mogu se upotrebljavati u uvodnom dijelu sata kada je cilj „zagrijati“ i pokrenuti organizam, u glavnom dijelu sata i u završnom dijelu u svrhu smirivanja organizma i opuštanja. Isto tako, naučene plesne koreografije rado su viđeni sadržaji na školskim priredbama.

Reakcije učenika bile su vrlo pozitivne iz razloga što glazba na satu uvijek djeluje motivirajuće, a mnogi od njih su se prisjetili i predškolskih dana kada su se sa nekim od spomenutih plesova već susreli (najčešće Rašpom). Rad u parovima dodatno je pridonio pozitivnoj atmosferi na satu

i jačanju međuljudskih odnosa. Jednostavni plesni koraci za njih su se pokazali kao bolja opcija od pokušavanja savladavanja elemenata momčadskih sportova ili napornih vježbi snage. No isto tako, spoznali su da nešto naizgled jednostavno može biti i te kako tjelesno i mentalno zahtjevno.

Paralelno s učenjem i usavršavanjem plesova stvarale su se i druge kockice projekta: izrađivala se nošnja od priručnih materijala (Fotografija 4), snimali su se audio zapisi u glazbenom studiju (Fotografija 5), izrađivao se keramički tradicijski nakit te su se slikale narodne nošnje Kvarnera (Fotografija 3). Ti dijelovi projekta, koji su učenicima prema njihovim afinitetima bliži, omogućili su da sadržaj „omraženog tjelesnog“ povežu sa ostalim iskustvima i na taj ga način uklope u smislenu cjelinu. Iako je ples bio samo jedna od kockica Projekta, cijelo vrijeme njegova trajanja bio je polazišna točka za sve ostale aktivnosti (glazba se stvarala za ples, slikali su se plesni pokreti, izrađivala se pokazna plesna nošnja...).

Svi produkti nastali u ovom projektu prikazani su na izložbi u Galeriji i spomen sobi Janko Polić Kamov u Školi za primijenjenu umjetnost u Rijeci. U svrhu promocije i širenja stečenih znanja plesovi su prezentirani na ŽSV-u PGŽ osnovnih i srednjih škola (Fotografija 6).



Fotografija 1. Ples u dvorani koreografije



Fotografija 2. Uvježbavanje



Fotografija 3. Slike i plesova Kvarnera papira



Fotografija 4. Narodna nošnja od



Fotografija 5. Snimanje u audio studiju



Fotografija 6. ŽSV PGŽ

3. Zaključak

Najveći je uspjeh ovog Projekta, osim ostvarivanja brojnih odgojno-obrazovnih ishoda, pronalazak načina kako učenike kroz njihov svijet i njihove afinitete motivirati za sudjelovanje u aktivnostima TZK. U svakoj je školi, ovisno o psihofizičkim karakteristikama učenika ili o materijalnim uvjetima rada, moguće pronaći ta „ulazna vrata“ kroz koja ćemo se moći približiti učenicima i kreirati okruženje za učenje koje odgovara njihovim preferencijama. U Tehničkoj ili Strojarskoj školi to bi mogla biti izrada nastavnih pomagala, u Medicinskoj povezivanje znanja anatomije i fiziologije s nastavnim procesom... na nastavniku je, kao i uvijek, da osluškuje svoje učenike i pokuša izvući maksimum od njih, radnog okruženja i sebe.

4. Literatura

1. Belobrajčić, R., Ivančić, D., Jurinčić, M., Pravdica, A (2012). Crikvenička nošnja. Jadranovo: Neriz d.o.o.
2. Galeković A. (2018.). Narodni plesovi u primarnoj edukaciji. Diplomski rad. Sveučilište u Zagrebu, Učiteljski fakultet.
3. Ivančan, I. (1971). Folklor i scena. Priručnik za rukovodioce folklornih skupina. Zagreb: Prosvjetni sabor Hrvatske.
4. ¹Krmak, L. - predsjednica KUD-a Vatroslav Lisinski Crikvenica. Kurikulum nastavnog predmeta Tjelesne i zdravstvene kulture za osnovne škole i gimnazije, Ministarstvo znanosti i obrazovanja (2019). Dostupno na URL adresi: <https://mzo.gov.hr/istaknute-teme/odgoj-i-obrazovanje/nacionalni-kurikulum/predmetni-kurikulumi/tjelesna-i-zdravstvena-kultura/758>. Datum pristupa: 02.08.2023.
5. Pavlović-Šijanović, S. (2019). Motivacija u nastavi. Dostupno na URL adresi: <https://www.skole.hr/motivacija-u-nastavi/>. Datum pristupa: 10.08.2023.
6. Zebec, T., (2005). Krčki tanci. Zagreb-Rijeka: Adamić d.o.o.

¹ Krmak Lana (Zagreb, 13.05.1989.) – usmeni izvor