

Рад примљен: 22. 6. 2017.
Рад прихваћен: 21. 1. 2018.Кратки научни
прилог

Ангела Ј. Месарош Живков, Србислава В. Павлов

Висока школа струковних студија
за образовање васпитача у Кикинди

Мирјана М. Милановић

Кикинда

Уџицај њрадиционалних гечјих њокрејних иџара са њевањем на мојџорички развој њредшколске деце

Резиме: Овим радом ауџорке њриказују исџираживање које је имало за циљ да исџиџа уџицај њроџрамираноџ физичкоџ вежбања – њримена њрадиционалних гечјих њокрејних иџара са њевањем на базични мојџорички развој деце њриџремно-њредшколске џруџе. Реч је о малом исџираживању са њриџодним узорком који је чинило чеџрдесетџ и џроје деце њриџремно-њредшколске џруџе, хронолошке доби шестџ џодина, расџоређених у две џруџе – екџперименталну и конџтролну. Након шџџо је извршено иницијално џесџирање, са екџперименталном џруџом је заџочетџо њроџрамирано физичко вежбање, које се сџроводило деветџ недеља, два њуџа у џоку седмиче, у џрајању од џридесетџ и њетџ до чеџрдесетџ минуџа, у њериоду од њочетџка маја до краја јула 2016. џодине. Проџрамирано физичко вежбање садржало је џрадиционалне њокрејне иџре са њевањем „Коларићу, њанићу“, „Ринџе, ринџе, раја“, „У шумици зека сџи“, „И около се лаџа“, „Иде мајка колом, двором“, „Берем, берем џрожђе“, „Пролазиџе, њролазиџе“, „Ласџе њроласџе“. Проџрам је осмишљен џако да одџовара узрасним каракџерисџикама, сџеџицифичносџима џруџе, као и њросџорно-џехничкој оџремљеносџи врџиџа. Проџрам вежбања њрадиционалних гечјих њокрејних иџара се одвијао кроз основна џри дела акџивносџи (уводно-њриџремни, џлавни и завршни део). Резулџаџџи финалноџ мерења мојџоричких сџособносџи њоказују да ефекџџи вежбања њрадиционалних гечјих њокрејних иџара са њевањем дају њозиџивне резулџаџџе и указују на најредак у мојџоричком развоју њредшколске деце у екџперименталној џруџи. Добијени резулџаџџи наводе на закључак да је сама њрирода наших њрадиционалних гечјих њокрејних иџара са њевањем џаква да је најласак вежди на окрејносџи и њокрејџима џела, џе да њихова њримена у васџџџино-од-

1 angelamesaros.zivkov@gmail.com

Copyright © 2018 by the authors, licensee Teacher Education Faculty University of Belgrade, SERBIA.

This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original paper is accurately cited.

развојном раду са децом предшколског узраста даје позитивне резултате у моторичком развоју деце.

Кључне речи: *традиционалне игре, програмирано физичко вежбање, предшколски узраст, моторичке способности.*

Увод

Игра, као феномен, проучавана је са различитих аспеката – филозофског, педагошког, психолошког, етнологског, антрополошког. Најчешће се издваја њена улога у психофизичком развоју детета (Јаковљевић, 2009: 31). Најприроднија ствар за дете је игра. Али, шта је игра?

Јохан Хуизинга тврди да цивилизација произилази и развија се у игри и као игра (Huizinga, 1992; према: Ćurko, Kragić, 2009: 303), те је дефинише као слободну акцију прихваћену као фиктивну и издвојену од свакодневног живота али способну да потпуно обузме играча; активност без материјалног интереса и користи, која се одвија у намерно ограниченом времену и простору, са правилима и подстичући односе између група намерно окружених мистеријом или прерушавањем (Кајоа, 1979: 32). Роже Кајоа дефинише игру као активност са следећим одликама – она је слободна, издвојена, неизвесна, непродуктивна, прописана али и фиктивна (Кајоа, 1979: 37). Говорећи о традиционалним играма, не можемо а да не споменемо Тихомира Ђорђевића, који је истакао да је немогуће извршити јасну класификацију игара јер многе игре и најразличитије врсте прелазе једне у другу. Ипак, дели их на дечје и људске; мушке и женске; пролећне, летње, јесење и зимске; појединачне, парне и групне, али и на витешке; забавне; игре духа; игре за добит; орске игре (Ђорђевић, 1907; према: Марјановић, 2005: 25). Весна Марјановић (Marjanović, 2005), проучавајући дечје традиционалне игре у Војводини а следећи класификацију Рожеа Кајоа (Кајоа, 1979), говори о *играма имитације – имитације свакодневнице, имитације живошња, имитације обредне прак-*

се (породичних и личних, као и годишњих обичаја) и имитације митских бића и такмичарским играма – вербалне, вербалне и невербалне са реквизитима и без вербалног садржаја и реквиизија (Marjanović, 2005). Набројаћемо неке од традиционалних дечјих игара – „Труле кобиле“, „Мачка и миш“, „Кокошка и кобац“, „Дошла (ишла) мајка с колодвора“, „Јелечкиње, барјачкиње“, „Ласте, проласте“, „Капије“, „Ланци“... (Marjanović, 2005).

Иван Ивић истиче дечју традиционалну игру као део народне културе у којој је сублимирано богато педагошко искуство протеклих генерација. Она подстичу социјални развој деце, култивишу њихове способности, обогаћујући и осмишљавајући њихов живот, подстичу и задовољавају потребе за чулним, моторичким и духовним задовољствима, доприносе позитивном расположењу (Ivić, 1986; према: Krol, 2005: 351). Играјући традиционалне игре, деца користе своје моторичке, чулне, интелектуалне, језичке способности, испољавају емоције и задовољавају одређене социјалне мотиве – потребу за дружењем, достигнућем, агресивношћу, љубављу и признањем (Krol, 2005: 351).

Вредност великог броја старих, традиционалних дечјих игара учинила је да оне и данас буду присутне међу децом. Показале су се као веома погодне за подстицање социјалног развоја деце и култивисање њихових разноврсних способности, као и подстицање моторичког развоја и представљају битан део дечјег одрастања. Оне, пре свега, пружају могућност за задовољавање једне од основних биолошких потреба организма у развоју, а то је потреба за кретањем. Само кретање представља један од основних услова за правилан раст и развој. Кроз традицио-

налне игре деца развијају способност посма-трања, анализирања, закључивања, сналажења у одређеним ситуацијама.

Моторичке способности су се веома рано издвојиле као предмет истраживања и као поуздани показатељ дечјег развоја. С обзиром на то да су фактори који на њу утичу бројни, и да је старији предшколски узраст период у коме се ова способност нагло развија, у новије време појачало се интересовање за истраживање утицаја различитих фактора на моторички развој управо код деце предшколског узраста.

Сматра се да је, осим наследне компоненте, за моторички развој изузетно битно и стално ангажовање детета у сложеним моторичким задацима, тј. психофизичка вежба. Моторни развој – односно способност контроле сопственог тела – значајан је за дете из више разлога. Пре свега, моторне активности су детету извор забаве – а то омогућава управо играње традиционалних игара.

Утицај традиционалне игре на моторички развој предшколске деце

Играњем традиционалних игара дете задовољава потребу за кретањем, ослобађањем телесне енергије и поспешује покретљивост и окретност. Традиционална игра такође утиче на психички развој код деце. Кроз игре деца у предшколском периоду развијају мишиће, али још немају довољно снаге за тежа и сложенија кретања, али им игра омогућава да те кретње брзо савладају и ојачају мишиће. Прави избор и организација садржаја при вежбању традиционалних игара детету омогућавају да усавршава своје покрете, да сваку активност изводи са што мањим утрошком енергије, а на најрационалнији начин, да се код њега развијају навике за вежбањем. Играњем традиционалних игара деца користе разноврсна кретања која представљају услов за правилан развој дечјег организма.

Користећи разноврсна кретања које традиционална игра захтева, дете постаје снажније, боље напредује, а истовремено постаје све спретније и боље се сналази у разним ситуацијама. Такође, кроз разна кретања стичу нова искуства која примењују у свакодневном животу и новим условима. Поскакивањем и скакањем, чега има у игрању традиционалних игара, деца добијају на снази мишића, и бољој еластичности зглобова, нарочито скочног зглоба. Поскакивајући на једној и обе ноге, напред-назад, лево-десно, у чучњу, получучњу, деца развијају спретност и моторику а притом јачају мишиће.

Моторичке способности представљају целину која делује интегративно, преплићу се и развијају једна зависно од друге. Веома је битно развијати и подстицати ове способности код деце у најранијем узрасту, да би се што пре код детета успоставила контрола над сопственим телом и усавршила структура покрета и кретања уопште. Способност да контролише своје тело и своје покрете посебно је значајна за дете, и то из више разлога (Влагас, 1997):

- покрети су за дете извор забаве и саставни део његовог живота;
- развојем моторике дете постаје мање зависно и способно је да уради многе ствари самостално, што доприноси осећању самопоуздања и задовољства;
- моторна способност игра велику улогу у многим интелектуалним активностима у детињству. Успешнији моторни развој доприноси бржем усвајању цртања, сликања, коришћењу простих алата, писања и сличним активностима са којима се дете сусреће у првим разредима школе;
- највећи део социјалних контаката дете остварује кроз игру у којој доминирају разноврсне моторне активности;

- моторни развој је значајан за развијање појма о самом себи, а самим тим и за развој дечје личности.

Деца која систематски вежбају кроз игру и различите облике кретања и активности постижу знатно развијенију моторику и достижу виши ниво моторичких способности. Она се много боље сналазе у разноврсним ситуацијама, активнија су у игри и супериорнија су у свим животним ситуацијама у односу на другу децу.

Деца са нижим нивоом развоја моторике често имају мање самопоуздања, повлаче се у себе и понекад су склона асоцијалности, док деца која имају висок ниво моторичких способности и која владају обиљем моторичких информација често их примењују у игри, проверавају их у односу на вршњаке и на тај начин стичу самопоуздање, независност, поверење у своје способности и сналажљивост.

Утицај програмираног физичког вежбања на развој моторичких способности је неоспоран. У раду смо пошли од истраживачког питања: Какав утицај традиционалне игре са певањем имају на развој базичних моторичких способности? Циљ истраживања одређен је као утврђивање утицаја традиционалних дечјих игара са певањем на развој моторичких способности деце припремно-предшколског узраста.

Методологија истраживања

Према дефинисаном проблему произилазе следећи задаци:

- Утврђивање разлике у иницијалном мерењу између експерименталне и контролне групе у моторичком простору.
- Утврђивање разлике између иницијалног и финалног мерења унутар група у моторичком простору.

- Утврђивање разлике у финалном мерењу моторичких способности између експерименталне и контролне групе.
- Утврђивање ефеката програмираног физичког вежбања код експерименталне групе у моторичком простору.

Хипотезе истраживања. На основу циља и задатка истраживања поставили смо следећу општу хипотезу: *Претпостављамо да програмирано физичко вежбање, примена традиционалних дечјих игара са певањем, у усмереним активностима из физичког васпитања позитивно утиче на развој моторичких способности код деце предшколског узраста.*

Узорак испитаника. Како је реч о малом истраживању, узорак нам је пригодан. Узорак чине четрдесет и троје деце из двеју припремно-предшколских група који редовно похађају вртић „Мики“ – петнаест дечака и двадесет осам девојчица, хронолошког узраста шест година. Од ових двеју васпитних група једна је контролна, а друга експериментална група. Структуру контролне групе чине два дечака и седамнаест девојчица, а експерименталне тринаест дечака и једанаест девојчица. Групе нису уједначене по полу.

Опис истраживања. Истраживање је спроведено у Дечјем вртићу „Мики“ у Кикинди, ПУ „Драгољуб Удицки“ у Кикинди, за чију реализацију је добијена сагласност те предшколске установе, васпитача и родитеља. За прикупљање података коришћена је техника мерења. Прикупљање података је реализовано у периоду од 5. маја до 29. јула 2016. године. Деца су подељена у две групе – експерименталну и контролну. Тестови за процену моторичких способности вршени су у оквиру усмерених активности из физичког васпитања. Програмирано вежбање традиционалних игара спроведено је у трајању од девет недеља, два пута недељно, у трајању од тридесет пет до четрдесет минута. Програмирано физичко вежбање садржало је традицио-

налне покретне игре са певањем: „Коларићу, панићу“, „Ринге, ринге, раја“, „У шумици зека спи“, „И околу се лата“, „Иде мајка колом, двором“, „Берем, берем грожђе“, „Пролазите, пролазите“, „Ласте проласте“. Програм је осмишљен тако да одговара узрасним карактеристикама, специфичностима групе као и просторно-техничкој опремљености вртића. Испитаницима је пре почетка тестирања и вежбања сваки од задатака објашњен и демонстриран.

На самом почетку истраживања урађени су моторички тестови за процену развоја координације, брзине, равнотеже и агилности. У експерименталној групи девет недеља спроводило се програмирано вежбање традиционалних покретних игара са певањем. Након тог периода поновљени су моторички тестови и детаљном анализом и обрадом дошло се до сазнања колико програмирано вежбање традиционалних покретних игара са певањем утиче на развој издвојених моторичких способности.

Од моторичких тестова примењени су следећи: *шрчање на 10м* – процена брзине; *шрчање 4х5м* – процена агилности; *шайини руку 20'* – процена брзине фреквенције покрета; *иолитон најрашке* – процена координације тела; *стајање на једној ноzi ошворених очију* – процена равнотеже; *суножно скакање из одруча у одруч* – процена координације и експлозивне снаге ногу.

Програмирано физичко вежбање – примена традиционалних покретних игара са певањем. Програмирано физичко вежбање традиционалних покретних игара са певањем се спроводило девет недеља, два пута у току седмице, у трајању од тридесет пет до четрдесет минута јер се ради о припремној групи. Програм је осмишљен тако да одговара узрасним карактеристикама, специфичностима групе као и просторно-техничкој опремљености вртића. Одвијао се кроз основна три дела активности.

Кроз уводни део активности рађени су природни облици кретања прилагођени узрасту и способностима деце као и разноврсни облици кретања кроз које јачамо све мишићне групе и усавршавамо раније стечене кретње. У припремном делу показивачком методом кратко, јасно и живописно је објашњен задатак. Током централног дела активности акценат је стављен на јединицу активности и тип активности и у складу са тим су реализовани планирани циљеви и задаци. Завршни део активности сводио се на опуштање и закључивање оног што је реализовано током активности.

Обрада и анализа података истраживања. Статистичком обрадом података утврдили смо следеће дескриптивне параметре: аритметичку средину, минималне и максималне вредности, стандардну девијацију, као и т-тест за независне узорке за процену значајности разлика између група и доприноса програмираног физичког вежбања.

На основу вредности дескриптивних параметара извршили смо анализу података како бисмо установили у којој мери се разликују експериментална и контролна група у мереним варијаблама у иницијалном и финалном стању, односно да ли је дошло до значајних разлика између група након примењеног програмираног физичког вежбања.

У Табели 1 приказани су дескриптивни параметри контролне групе у иницијалном и финалном мерењу моторичких тестова на основу којих се може увидети разлика између двају мерења унутар групе.

Табела 1. Дескриптивни параметри контролне групе у иницијалном и финалном мерењу.

		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	Mini	Max
TRC10M	inicijalno	19	2,82	,2807	,0077	2,56	3,39
	finalno	19	2,85	,3207	,0079	2,50	3,25
	Total	38		,2757	,0076		
TRC4X5M	inicijalno	19	9,88	0,0456	0,1636	8,30	12,61
	finalno	19	10,61	0,0401	0,1549	8,50	12,56
	Total	38		0,0423	0,1467		
TAPING	inicijalno	19	24,26	,2807	,1067	16,00	30,00
	finalno	19	23,26	,2707	,1069	17,00	30,00
	Total	38		,2757	,1066		
POLIGON	inicijalno	19	28,31	0,2656	0,3334	16,69	49,88
	finalno	19	30,76	0,2601	0,3549	17,82	50,01
	Total	38		0,2623	0,3437		
STAJEDNOG	inicijalno	19	30,18	4,3865	2,1365	3,75	60,00
	finalno	19	34,23	4,3865	2,1360	6,30	60,00
	Total	38		4,3865	2,1365		
SKOKOBRUC	inicijalno	19	5,49	,2807	,1067	4,80	7,20
	finalno	19	5,90	,2707	,1069	4,60	7,23
	Total	38		,2757	,1066		

Напомена: шрчање на 10м – TRC10m – тест 1; шрчање 4x5м – TRC4XM – тест 2; шајині руком – TAPING – тест 3; полигон најрашке – POLIGON – тест 4; стајање на једној ноzi са отвореним очима – STAJEDNOG – тест 5; суножно скакање из обруча у обруч – SKOKOBRUC – тест 6

Анализом резултата приказаних у Табели 1, на основу аритметичке средине (Mean), можемо установити да су код контролне групе између иницијалног и финалног мерења на тесту број један – шрчање на 10м бољи резултати постигнути у иницијалном мерењу (Mean) (SI-2,82, SF-2,85). У тесту број два – шрчање 4x5м, на основу аритметичке средине (Mean), бољи резултати су постигнути у иницијалном мерењу (SI-9,88, SF-10,61). У тесту број три – шајині 20', на основу аритметичке средине (Mean), бољи су резултати постигнути у иницијалном мерењу (SI-24, 26, SF-23,26). У тесту број четири – полигон, на основу аритметичке средине (Mean), бољи резултати су постигнути у иницијалном мерењу (SI-

28,31,SF-30,76). У тесту број пет – стајање на једној ноzi, на основу аритметичке средине (Mean), бољи резултати су постигнути у финалном мерењу (SI-30,18, SF-34,23). У тесту број шест – скок из обруча у обруч, на основу аритметичке средине (Mean), бољи су резултати постигнути у иницијалном мерењу (SI-5,49, SF-5,90).

У Табели 2 приказани су дескриптивни параметри експерименталне групе у иницијалном и финалном мерењу моторичких тестова на основу којих се може увидети разлика између двају мерења унутар групе.

Табела 2. Дескриптивни параметри експерименталне групе у иницијалном и финалном мерењу.

		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	Mini	Max
TRC10M	inicijalno	24	2,75	,3807	,0067	2,18	3,39
	finalno	24	2,68	6,0398	4,2340	2,23	3,60
	Total	48		6,0401	4,2549		
TRC4X5M	inicijalno	24	9,50	6,0598	4,2444	8,20	12,00
	finalno	24	9,94	,9207	,2009	7,56	13,06
	Total	48		,8536	,1863		
TAPING	inicijalno	24	23,16	,8782	,1355	13,00	31,00
	finalno	24	23,58	1,5901	,3470	15,00	33,00
	Total	48		1,4007	,3057		
POLIGON	inicijalno	24	29,24	1,4925	,2303	14,03	49,88
	finalno	24	27,31	6,0398	4,2340	12,42	48,30
	Total	48		6,0401	4,2549		
STAJEDNOG	inicijalno	24	25,35	6,0598	4,2444	7,78	60,00
	finalno	24	29,15	,9207	,2009	10,02	60,00
	Total	48		,8536	,1863		
SKOKOBRUC	inicijalno	24	5,81	,8782	,1355	3,50	14,10
	finalno	24	5,77	1,5901	,3470	3,48	12,03
	Total	48		1,4007	,3057		

На основу налаза приказаних у Табели 2 може се уочити да су код експерименталне групе, између иницијалног и финалног мерења, добијени следећи резултати: у тесту један – *шрчање на 10м*, на основу аритметичке средине (Mean), бољи резултати су постигнути у финалном мерењу (SI-2,75, SF-2,68); у тесту два – *шрчање 4x5м*, на основу аритметичке средине (Mean), бољи резултати су постигнути у иницијалном мерењу (SI-9,50, SF-9,94). У тесту три – *шайини 20'*, на основу аритметичке средине (Mean), постигнути су бољи резултати у финалном мерењу (SI-23,16, SF-23,58). У тесту четири – *полигон*, на основу аритметичке средине (Mean), бољи резултати су постигнути у финалном мерењу (SI-29,24, SF-27,31). У тесту пет – *стајање на једној нози*, на основу аритметичке средине (Mean), бољи резултати су постигнути у финалном мерењу (SI-25,35, SF-29,15). У тесту шест – *скок из обруча у обруч*, на основу аритметичке средине

(Mean), постигнути су бољи резултати у финалном мерењу (SI-5,81, SF-5,77).

Утврђивање ефикасија програмираног вежбања традиционалних игара. Програм тестирања утицаја традиционалних покретних игара са певањем на моторички развој деце предшколског узраста трајао је три месеца. Тестирање и спровођење активности одвијало се два пута недељно.

На основу добијених резултата дескриптивне статистике извршена је анализа података за експерименталну и контролну групу у иницијалном и финалном мерењу како би се утврдила разлика између група пре и после примене програмираног физичког вежбања по појединачним варијаблима.

У Табели 3 приказани су резултати мерења моторичких способности између експерименталне и контролне групе.

Табела 3. Мерење мошоричких способноси између експерименталне и контролне групе.

		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	Minimum	Maximum
TRC10M Kontrolna grupa	inicijalno	19	2,82	,2807	,0077	2,56	3,39
	finalno	19	2,85	,3207	,0079	2,50	3,25
	Total	38		,2757	,0076		
TRC10M Eksperimentalna grupa	inicijalno	19	2,75	,3807	,0067	2,18	3,39
	finalno	19	2,68	60,398	42,340	2,23	3,60
	Total	38		60,401	42,549		
TRC4X5M Kontrolna grupa	inicijalno	19	9,88	0,0456	0,1636	8,30	12,61
	Finalno	19	10,61	0,0401	0,1549	8,50	12,56
	Total	38		0,0423	0,1467		
TRC4X5M Eksperimentalna grupa	inicijalno	24	9,50	6,0598	4,2444	8,20	12,00
	Finalno	24	9,94	,9207	,2009	7,56	13,06
	Total	48		,8536	,1863		
TAPING Kontrolna grupa	inicijalno	19	24,26	,2807	,1067	16,00	30,00
	Finalno	19	23,26	,2707	,1069	17,00	30,00
	Total	38		,2757	,1066		
TAPING Eksperimentalna grupa	inicijalno	24	23,16	,8782	,1355	13,00	31,00
	finalno	24	23,58	1,5901	,3470	15,00	33,00
	Total	48		1,4007	,3057		
POLIGON Kontrolna grupa	inicijalno	19	28,31	0,2656	0,3334	16,69	49,88
	finalno	19	30,76	0,2601	0,3549	17,82	50,01
	Total	38		0,2623	0,3437		
POLIGON Eksperimentalnagrupa	inicijalno	24	29,24	1,4925	,2303	14,03	49,88
	finalno	24	27,31	6,0398	4,2340	12,42	48,30
	Total	48		6,0401	4,2549		
STAJEDNOG Kontrolna grupa	inicijalno	19	30,18	4,3865	2,1365	3,75	60,00
	finalno	19	34,23	4,3865	2,1360	6,30	60,00
	Total	38		4,3865	2,1365		
STAJEDNOG Eksperimentalnagrupa	inicijalno	24	25,35	6,0598	4,2444	7,78	60,00
	finalno	24	29,15	,9207	,2009	10,02	60,00
	Total	48		,8536	,1863		
SKOKOBRUC Kontrolna grupa	inicijalno	19	5,49	,2807	,1067	4,80	7,20
	finalno	19	5,90	,2707	,1069	4,60	7,23
	Total	38		,2757	,1066		
SKOKOBRUC Eksperimentalna grupa	inicijalno	24	5,81	,8782	,1355	3,50	14,10
	finalno	24	5,77	1,5901	,3470	3,48	12,03
	Total	48		1,4007	,3057		

У Табели 3 може се видети да је у тесту *ишрчање на 10м*, на основу вредности аритметичке средине (Mean), код испитаника експерименталне групе дошло до бољих резултата у финалном мерењу у односу на иницијално мерење. Контролна и експериментална група на иницијалном мерењу се разликују у корист експерименталне групе, а испитаници експерименталне групе су бољи у добијеним вредностима и у финалном мерењу ($E_f > K_f$; $2,68 > 2,85$). У тесту *ишрчање 4x5м*, на основу вредности аритметичке средине (Mean), код испитаника експерименталне групе дошло је до бољих резултата у иницијалном мерењу у односу на финално мерење.

Контролна и експериментална група на иницијалном мерењу се разликују у корист експерименталне групе, а испитаници експерименталне групе су бољи у добијеним вредностима и у финалном мерењу ($E_f > K_f$; $9,94 > 10,61$). У тесту *ишрчање руком*, на основу вредности аритметичке средине (Mean), код испитаника контролне групе дошло је до бољих резултата у иницијалном мерењу у односу на финално мерење. Контролна и експериментална група на иницијалном мерењу се разликују у корист контролне групе, а испитаници експерименталне групе су бољи у добијеним вредностима у финалном мерењу ($E_f > K_f$; $23,58 > 23,26$). У тесту *иолион*, на

основу аритметичке средине (Mean), код испитаника контролне групе дошло је до бољих резултата у иницијалном мерењу у односу на финално мерење. Контролна и експериментална група на иницијалном мерењу се разликују у корист контролне групе, а испитаници експерименталне групе су бољи у добијеним вредностима у финалном мерењу ($E_f > K_f$; $7,31 > 30,76$). У тесту *стајање на једној ноzi*, на основу аритметичке средине (Mean), код испитаника контролне групе дошло је до бољих резултата у иницијалном мерењу. Контролна и експериментална група на иницијалном мерењу се разликују у корист контролне групе, као и у финалном мерењу ($E_f < K_f$; $29,15 < 34,23$). У тесту *скок из обруча у обруч*, на основу аритметичке средине (Mean), код испитаника контролне групе дошло је до бољих резултата у иницијалном мерењу у односу на финално мерење. Контролна и експериментална група на иницијалном мерењу се разликују у корист контролне групе, а испитаници експерименталне групе су бољи у добијеним вредностима у финалном мерењу ($E_f > K_f$; $5,77 > 5,90$).

На основу добијених података дескриптивне статистике може се закључити да постоје нумеричке разлике између експерименталне и контролне групе испитаника, али да би се утврдило да ли су те разлике статистичке значајне на ниво значајности .05 и у корист које групе, примењен је т-тест. Добијени резултати приказани су у Табели 4.

Увидом у Табелу 4 уочавамо да постоји статистичка значајна разлика у четири од шест моторичких тестова у корист експерименталне групе: *ишчање на 10м* ($t=2,63$; $p=.008$), *ишчање 4x5м* ($t=3,55$, $p=.024$), *иштині руком* ($t=2,45$, $p=.035$), *стајање на једној ноzi* ($t=3,16$, $p=.012$).

У тестовима *полигон највише* ($t=2,45$, $p=.065$) и *суочно скакање из обруча у обруч* ($t=2,89$, $p=.076$) није било значајне разлике, односно разлике у финалном мерењу су у корист контролне групе. На основу података може се видети да је код ових двају тестова дошло до развоја након програмираног физичког вежбања, али та разлика није значајна на нивоу значајности .05.

На основу резултата у тестовима моторичких способности можемо потврдити општу хипотезу да примена традиционалних дечјих покретних игара са певањем кроз усмерене физичке активности – програмирано физичко вежбање доводи до позитивних ефеката у развоју моторичких способности код деце предшколског узраста. У иницијалном мерењу постоје разлике између експерименталне и контролне групе у моторичком простору у корист експерименталне групе. Такође, разлике се појављују унутар група и у моторичком развоју, где се експериментална група много боље показала у моторичком напредовању. У финалном мерењу моторичких способности постоје разлике између експерименталне и контролне групе у корист експерименталне групе у тестовима *ишчање на*

Табела 4. Значајности разлика између аритметичких средина у моторичким способностима експерименталне групе – ишчесті.

	Mean Sf E grupa	Mean Sf K grupa	Vrednost t-testa	Nivo značajnosti ($p=.05$)
TRC10M	2,68	2,85	2,63	.008
TRC4X5	9,94	10,61	3,55	.024
POLIGON	23,58	23,26	1,33	.065
TAPING	27,31	30,76	2,45	.035
STAJEDNOG	29,15	34,23	3,16	.012
SKOKOBRUC	5,77	5,90	2,89	.076

10м, ширчање 4x5м, шајини руком, сјајање на једној нози на нивоу значајности .05, док је код тестова *йолион најрашке* и *суножно скакање из обруча у обруч* такође дошло до напретка у експерименталној групи, али настала разлика није статистички значајна у финалном мерењу у корист експерименталне групе на нивоу значајности .05. Ови резултати доказују да ефекти вежбања традиционалних покретних игара са певањем дају позитивне резултате у развоју базичних моторичких способности и резултирају напретком у моторичком развоју предшколске деце. Сама природа наших народних игара је таква да је нагласак вежби на окретности, спретности и покретима тела, те су деца која су вежала народне игре напредовала у моторичком развоју.

Литература

- Berar, M. (2002). *Motorička aktivnost predškolskog deteta*. Kikinda: Pedagoška škola za vaspitače.
- Blagajac, S. (1997). *Igra mi je hrana*. Beograd: Asocijacija „Sport za sve“.
- Ćurko, B., Kragić, I. (2009). Igra – put ka multidimenzioniranom mišljenju. *Filozofska istraživanja*. 114 (2), 303–310.
- Jakovljević, T. (2009). *Dečje igre kao model folklorne komunikacije*. Etnološka istraživanja/Ethnological Researches. 31–50.
- Kajo, R. (1979). *Igre i ljudi: maska i zanos*. Beograd: NOLIT.
- Krol, A. (2005). Tradicionalne takmičarske dečje igre kao instrument socijalizacije. *Glasnik Etnografskog instituta SANU* LIII, 349–363.
- Marjanović, V. (2005). *Tradicionalne dečje igre u Vojvodini*. Novi Sad: Matica srpska.

Закључак

Традиционалне игре су део наше културе, социјалног развоја, односа према истинским и провереним вредностима народног стваралаштва. Играње традиционалних покретних игара са певањем утиче позитивно на моторички развој код деце. Дете кроз учење традиционалних покретних игара са певањем развија своје способности и вештине, упознаје свет око себе, креира, ствара и помаже себи, како у физичком, тако и у психичком развоју. Данас је сасвим могуће дати здраву основу за оживљавање многих традиционалних дечјих игара, јер и сама деца, по својим критеријумима, прихватају и чувају изворне облике игара које су им блиске и познате кроз одрастање у породицама где се негује традиционална култура.

Summary

In this paper, the authors present their research conducted with the aim of exploring the effects of programmed physical exercise – traditional song and dances on basic motor development of preschool children. The authors conducted a small research with a suitable sample of 43 preschool children (chronological age 6) divided into two groups – experimental and control. After the initial testing, programmed physical exercises were started in the experimental group and were conducted over a period of nine weeks, twice a week, 35-40 minutes per class, from the beginning of May 2016 till the end of July 2016. Programmed physical exercise contained the following traditional song and dances: „Kolariću, paniću“, „Ringe, ringe, raja“, „U šumicizekaspi“, „I okolo se lata“, „Ide majkakolom, dvorom“, „Berem, beremgrožđe“, „Prolazite, prolazite“, „Lasteprolaste“. The program was designed in accordance with the age characteristics of children, the specificities of the group and the technical equipment available in the kindergarten. The program of practicing traditional children’s dances was conducted through three main parts of class activities (introductory-preparatory, main and final part). The results achieved on final testing of children’s motor abilities showed that the effects of practicing traditional children’s song and dances had a positive effect on and contributed to the progress of motor development of children in the experimental group. In addition, the results obtained lead to the conclusion that the very nature of Serbian traditional children’s song and dances, i.e. the agility and body movements they are based on, guarantees that application of traditional dances in kindergarten, with preschool children, will have a positive effect on children’s motor development.

Keywords: *traditional music games for children, programmed physical exercise, preschool children, motor abilities*