

## **KOMPONENTE ISPOLJAVANJA STVARALAŠTVA U RITMIČKOJ GIMNASTICI**

---

**Apstrakt:** Sport, kao društvena delatnost i deo fizičke kulture, razlikuje se od ostalih telesnih aktivnosti po tome što čovek svojim raznovrsnim kreativnim strukturama ostvaruje izuzetne stvaralačke domete i njegove sposobnosti prevazilaze prirodnu sklonost ka izvršavanju određenog posla. Stvaralaštvo, kreativnost i estetiku je moguće ispoljiti u svim oblastima ljudske delatnosti, pa i u sportu. U savremenom sportu, u kojem se traže svakodnevna dokazivanja i prevazilaženja postojećeg stereotipa, rad je nezamisliv bez unošenja kreativnosti i stvaralaštva od strane trenera i/ili sportiste. Stvaralaštvo, kreativnost i estetika su kategorije koje predstavljaju značajne komponente u postizanju sportskih rezultata u sportskim granama sa estetskom, izražajnom, umetničkom komponentom. Cilj rada je da se definišu i predstave osnovne komponente ispoljavanja estetskog stvaralaštva u ritmičkoj gimnastici.

**Ključne reči:** kreativnost, artistika, estetika, sport, gimnastičarke.

---

### **Uvod**

Svaka ljudska delatnost proizilazi iz čovekove unutrašnje potrebe, koja je izraz biološkog testameta, ili iz onoga što se inače označava prirodnom sklonošću ka izvršavanju određenog posla, bez obzira o kojoj vrsti društvene delatnosti je reč (medicina, prosveta, politika, sport...). Od svih izražajnih formi, kojima se čovek služi u ophođenju s okolinom, kretanje je najstarije. Sport, kao društvena delatnost i deo fizičke kulture, razlikuje se od ostalih telesnih aktivnosti po tome što čovek svojim raznovrsnim kretnim strukturama ostvaruje izuzetne stvaralačke domete i njegove sposobnosti prevazilaze prirodnu sklonost ka izvršavanju određenog posla. Veoma mali broj ljudi je u mogućnosti da se vrhunski bavi sportom, jer sposobnosti moraju dosežati do izuzetnih visina u morfo-funkcionalnom, motoričkom, psihološkom i stvaralačkom smislu.

Stvaralaštvo, kreativnost i estetiku je moguće ispoljiti u svim oblastima ljudske delatnosti, pa i u sportu. Sagledavajući sport kao jedan od fenomena ljudskog stvaralaštva, može se reći da se on ubraja u osnovne fenomene ljudskog postojanja, među kojima su i rad, igra, ljubav itd. U savremenom sportu, sportu 21. veka, u kojem se traže svakodnevna dokazivanja i prevazilaženja postojećeg stereotipa, rad je nezamisliv bez unošenja kreativnosti i stvaralaštva od strane trenera i/ili sportiste. Stvaralaštvo označava proces u stvaraočevom umu, ali može biti i proizvod tog procesa (Stefanović, 1991). Ono se može ispoljiti kroz obaranje sportskog rekorda, unošenje novina u izvođenju stereotipnih tehnika, u inovaciji novih tehnika, kroz kreativnost u taktici i nadmudrivanju protivnika. U različitim sportskim granama, stvaralaštvo i estetika se izražavaju na drugačiji način. U borilačkim sportovima, pojam estetike se vezuje za formiranje specifičnih stilova borbe u kinesko-japanskim borilačkim veštinama. Dakle, evidentan je umetnički, estetski aspekt u stvaranju i praktikovanju borilačkih veština (Filipović, Jovanović, 2018). U atletici, estetika atletičarki i atletičara se ispoljava kroz funkcionalnost i lepotu kao dve polivalentne strukture koje su u

---

<sup>1</sup> lidija.moskovljevic@fsfv.bg.ac.rs

ovom kontekstu usmerene ka istom cilju, izvođenju tehnike na visokom nivou, koja se kao konačni proizvod predstavlja posmatračima (Velimirović, 2016).

Stvaralaštvo, kreativnost i estetika su kategorije koje predstavljaju značajne komponente u postizanju sportskih rezultata u sportskim granama sa estetskom, umetničkom, izražajnom i artistskom komponentom. Toj grupi pripadaju: ritmička gimnastika, sportska gimnastika, sportska akrobatika i sportski aerobik, trampolina, skokovi u vodu, sinhrono plivanje, umetničko klizanje. Pomenute komponente se u ovim sportovima prvenstveno izražavaju kroz tehniku pokreta, gde se pobeda, odnosno takmičarski rezultat ostvaruje savršenstvom, lepotom, preciznošću i tačnošću pokreta/kretanja, dakle, sportsko-tehničkim majstorstvom (Московљевић, Добријевић, 2018).

Kretanja telom i rekvizitom u ritmičkoj gimnastici predstavljaju spoj umetnosti i sporta, jer izvođenje estetski oblikovanih kretanja zahteva od gimnastičarke da svoje pokrete povezuje sa muzikom, izražava svoje emocije i prenosi ih posmatračima (publika, sudije). U ritmičkoj gimnastici 21. veka takmičarski sastavi vrhunskih ritmičarki predstavljaju prava umetnička dela, koja su odraz ličnosti stvaraoca, trenera. Cilj ovoga rada je da se definišu osnovne komponente ispoljavanja estetskog stvaralaštva u ritmičkoj gimnastici.

### **Komponente estetskog stvaralaštva u ritmičkoj gimnastici**

Kreativnost i stvaralaštvo nužne su i izuzetno važne komponente koje moraju posedovati darovite i talentovane osobe, koje se bave primenom i vežbanjem programskih sadržaja ritmičke gimnastike (treneri, gimnastičarke itd). Komponente estetskog stvaralaštva u ritmičkoj gimnastici mogu se ispoljiti kroz nastavu fizičkog vaspitanja i kroz sport. Sadržaji ritmičke gimnastike mogu se primenjivati kroz: edukaciju (nastava fizičkog vaspitanja u osnovnoj i srednjoj školi, na fakultetima), rekreaciju (školice sporta, fitness klubovi) i sport (gimnastički klubovi) u tri oblika (Московљевић, Добријевић, 2018; Radisavljević, 1992):

- *osnovna (školska) ritmička gimnastika* – sadržaji koji se koriste u radu sa školskom decom i omladinom, prvenstveno ženskog pola, s tim da se određeni sadržaji, sa ciljem svestranog i harmoničnog fizičkog razvoja, podsticanju razvoja stvaralaštva i kreativnosti, jačanja zdravlja i radne sposobnosti, mogu se primenjivati i u radu sa decom i omladinom muškog pola;
- *dopunska ritmička gimnastika* – sadržaji ritmičke gimnastike koji se mogu koristiti kao dopunsko sredstvo u opštoj ili specifičnoj pripremi sportista u srodnim sportskim granama, kao što su: sportska gimnastika, umetničko klizanje, sinhrono plivanje, sportski aerobik, skokovi u vodu;
- *ritmička gimnastika – sportska grana* – svi sadržaji ritmičke gimnastike kojima se ovladava u tehničkom smislu, kao i razvoj motoričkih sposobnosti koje će podržati određeni tehnički nivo izvođenja takmičarskih sastava; cilj ritmičke gimnastike kao sportske grane je da pripremi vežbačicu za takmičenje.

Estetski oblikovana kretanja, kroz sistematsku aktivnost dece i omladine, mogu se primeniti prvenstveno kroz fizičko vaspitanje i sport. Na taj način se, između ostalog, može doprineti i razvoju estetskog vaspitanja, paralelno sa razvojem umnog, moralnog i fizičkog vaspitanja, kao integralnih delova vaspitanja u celini (Višnjić, Jovanović, Miletić, 2004; Matic, Bokan, 1990). Razvijanje estetskog senzibiliteta, radoznalosti, originalnosti, kreativnosti, rečju, estetske kulture dece/učenika, predstavlja opšti cilj vaspitno-obrazovnog rada u školama i trebalo bi ih razvijati od najranijeg uzrasta (Bezdanov, 1983). Neki od zadataka estetskog vaspitanja su i razvijanje stvaralaštva, sposobnosti uočavanja lepote i formiranje sposobnosti estetskog doživljaja (Vukasović, 1990). S obzirom na to da je pokret u ritmičkoj gimnastici estetski oblikovan, a lepota je estetska kategorija, može se reći da

vežbanje ritmičke gimnastike može imati uticaja na razvoj estetskog vaspitanja. Samim tim, kod dece se razvijaju stvaralačke sposobnosti, koje se u ritmičkoj gimnastici izražavaju sinergijom pokreta tela i misaonih procesa (Московљевић, Добријевић, 2018). Deca, izvodeći raznovrsne pokrete povezane sa muzikom, razvijaju senzibilitet, radoznalost, maštu i osećanja. Muzika, sa svojim različitim ritmičkim i melodijskim strukturama, u sinergiji sa izražajnim kretanjima, doprinosi izražavanju i razvoju različitih motoričkih sposobnosti (Zachopoulou, Tsapakidou, & Derri, 2004; Kenney, 1997) i ima emocionalnu i motivacionu ulogu na času ritmičke gimnastike (Palmer, 2003).

Ministarstvo prosvete, nauke i tehnološkog razvoja Republike Srbije, kroz *Okvir predmetnog kurikuluma – obavezni predmeti u osnovnom obrazovanju*, ističe značaj razvijanja estetičke kompetencije kod učenika, kako za umetnost, tako i za druge sadržaje: prirodne, sociološke, emotivno-afektivne, praktične i sl. ([www.razvionica.edu.rs](http://www.razvionica.edu.rs)). U procesu fizičkih i sportskih aktivnosti, kod učenika se razvija sposobnost da prepozna i teži lepoti sopstvenih pokreta i kretanja, da kreativno rešava motoričke zadatke i kroz pokret izražava emocije (npr. vežba uz muziku), kao i da prepozna estetičke elemente sportskih dostignuća (Московљевић, Добријевић, 2018). Upravo se primenom sadržaja ritmičke gimnastike može podsticati razvoj talenata, kao i razvoj specifičnih motoričkih znanja i veština i određenih psiholoških karakteristika dece, i to kroz nastavu fizičkog vaspitanja, vannastavne aktivnosti (Službeni glasnik RS, 2017), ili pak, kroz strukturirane aktivnosti slobodnog vremena, poput bavljenja ritmičkom gimnastikom u rekreativnom smislu ili u smislu sistematskog sportskog treninga.

Sportsko postignuće u ritmičkoj gimnastici, kao sportskoj grani, ostvaruje se kroz sportsko-tehničko majstorstvo gimnastičarki, koje se mora ispoljiti u skladu sa *Pravilnikom Međunarodne gimnastičke federacije* (FIG, 2017). Pravilnik je taj koji obavezuje, postavlja norme i okvire kojih se trener i gimnastičarke moraju pridržavati u procesu komponovanja (stvaranja) ritmičkog takmičarskog sastava. Trener, uvažavajući uspostavljena pravila, traži i pronalazi što interesantnija i originalnija rešenja, tako da kompozicija (sastav) odiše ličnim pečatom vežbača i trenera.

Sastavljanje takmičarske kompozicije je stvaralački proces, u kojem se kretanja gimnastičarke i rekvizita uobličavaju u kohezivnu celinu, koja ima sportsku, estetsku i umetničku vrednost (Московљевић, Добријевић, 2018). Taj proces je rezultat nadahnuća, inspiracije trenera i vežbača, a podstaknuta izabranom muzikom i u skladu sa sposobnostima i tehničkom pripremljenošću gimnastičarke.

Da bi se identifikovao sveukupni kvalitet karakteristika neophodnih za ispoljavanje stvaralaštva u tehničko-estetskim sportovima, ruski naučnici koji se bave istraživanjima u ovom prostoru, sprovedli su analizu sadržaja naučno-metodičke literature u aerobiku, ritmičkoj gimnastici, sportskoj gimnastici i estetskoj gimnastici (Плеханова, 2006). Rezultat je bio spisak karakteristika sa 34 pojmova koji bliže određuju komponente estetskog stvaralaštva u pomenutim sportovima (Tabela 1).

Pokret telom i rekvizitima u ritmičkoj gimnastici, ispoljen kroz tehniku, prepoznaje se u svakom od 34 pomenuta pojma. Upravo ta činjenica svrstava ritmičku gimnastiku u grupu kreativnih sportskih grana, u kojima pojam stvaraoaca (trener, gimnastičarka) i stvaralaštva implicira slobodu kreiranja novih struktura kretanja. Tu se, pre svega, misli na stvaranje novih tehničkih elemenata telom i rekvizitima, stvaranje novih inovativnih veza između kretanja telom i rekvizitom, kao i originalne koreografske celine. Dakle, jedna komponenta stvaralaštva i kreativnosti u ritmičkoj gimnastici ispoljava se kroz tehničku vrednost kompozicija (takmičarskih sastava), a druga komponenta estetskog stvaralaštva, ispoljava se kroz umetničku vrednost takmičarskog sastava, koja se definiše kao artistika (FIG, 2017). Artistiku čine četiri glavne komponente: jedinstvo kompozicije, muzika i pokret, izražajnost i raznovrsnost, koje se međusobno prepliću i dopunjavaju.

Tabela 1. Učestalost upotrebe određenih pojmova u literaturi koji opisuju ispoljavanje stvaralaštva u tehničko-estetskim vidovima sportova (Плеханова, 2006)

Pojam	Uč	Pojam	Uč	Pojam	Uč
tehnika	57	tempo	16	harmoničnost	6
izražajnost	54	gracioznost	14	slivenost	6
lakoća	39	milost	14	potpunost	5
tačnost	26	čistoća	12	jedinstvo	5
lepota	25	muzikalnost	11	celovitost	5
artističnost = umešnost	23	dinamičnost	11	sloboda	4
plastičnost = širina	21	koreografija	11	skladnost	4
virtuoznost	20	ritmičnost	11	umetnost/umetnički	3
mekoća	20	amplituda	11	racionalan	3
elegancija	19	kultura pokreta	10	bistrina	2
jasnoća	17	efektnost	10		
slikovitost	16	škola	10		

Uč – učestalost pojavljivanja određenog pojma

U procesu komponovanja sastava jedna od najznačajnijih komponenti je jedinstvo kompozicije, koja podrazumeva postojanje principa jedinstvene ideje kompozicije i poštovanje principa povezanosti. Takmičarski sastav mora biti jedinstvena celina od početka do kraja, tj. proizvod jasne glavne ideje, koja će se izraziti kroz pokrete telom i rekvizitom, a u skladu sa karakterom izabrane muzike. Vrsta pokreta i način njihovog izvođenja moraju da odražavaju osnovnu ideju kompozicije kroz čitav sastav, kroz svaki pokret telom i rekvizitom, kao i u vezama između njih. Ideju kompozicije je najlakše uočiti kroz plesne kombinacije, talase telom, pokrete rukama, ali se mora prepoznati i tokom elemenata veze, kao i tokom težina telom ili rekvizitom. Osnovna ideja sastava treba da bude koncipirana kao priča u kojoj se moraju jasno prepoznati uvod (ekspozicija), zaplet i završetak.

Izvor svih stvaralačkih ideja u ritmičkoj gimnastici je muzika. Muzika je njen integralni deo, jer jedinstvo koreografskih kretanja i muzike direktno utiče na uspešnost gimnastičarke (FIG, 2017). Muzika treba da bude u skladu sa uzrastom, tehničkim nivoom, etičkim normama, kao i karakternim osobenostima gimnastičarki. Gimnastičarka svojim pokretima telom i radom rekvizita mora da izražava karakter muzike i vodeću ideju koreografije (Московљевић, Добријевић, 2018), a pokreti tela i elementi rekvizitom moraju se u potpunosti poklapati sa muzičkim akcentima (FIG, 2017). Razumevanje muzike i muzikalnost gimnastičarke igraju važnu ulogu u postizanju uspeha u ritmičkoj gimnastici (Chiat i Ying, 2012; Moskovljević, 2013).

Izražajnost tela je izuzetno važna komponenta stvaralaštva u ritmičkoj gimnastici. O važnosti ove komponente pisala je i jedna od začetnica ritmičke gimnastike, Maga Magazinović, koja je ustanovila *Zakon sledovanja pokreta* koji kaže: „Plastički je svaki pokret i gimnastički i ritmički ako je izrazit, tj. oduhovljen, psihički ispunjen... u plastici niz pokreta pojedinih delova tela, kao organskih povezanih celina, razvija se i teče jedan iz drugog” (Magazinović, 1932: 91). U savremenoj ritmičkoj gimnastici „plastičan pokret ili telesni izraz” može se definisati kao mekan, fin, graciozan telesni pokret, kojim gimnastičarka izražava emocije u skladu sa muzikom i prenosi ih posmatraču (sudije, publika). Ona na muziku reaguje emocijama, menjanjem izraza lica i tela i na taj način takmičarski sastav pretvara u muzičko-scensko delo.

Raznovrsnost elemenata koji se izvode telom i rekvizitima i njihova sinergija predstavljaju još jednu u nizu komponenti estetskog stvaralaštva. Ona se odnosi na izbor vežbi telom i rekvizitom, odnosno njihov sadržaj u takmičarskom sastavu, a u tesnoj vezi je

sa sposobnošću gimnastičarke da ovlada različitim tehničkim elementima i prikaže ih u sastavu. Praktično, ovo je komponenta koja povezuje maštovitost i kreativnost trenera i omogućava da se u sastavu iskombinuje niz različitih elemenata u skladnu celinu. Ova komponenta uglavnom zavisi od nivoa tehničke pripremljenosti gimnastičarke, jer i najbolja ideja trenera bez odgovarajuće tehničke osposobljenosti gimnastičarke i obrnuto, nema značajnu ulogu u ostvarivanju raznovrsnosti kao komponente stvaralaštva.

### Zaključak

Stvaralaštvo, kreativnost i estetiku moguće je ispoljiti kroz različite ljudske delatnosti, pa tako i kroz nastavu fizičkog vaspitanja i sport. S obzirom na to da je pokret u ritmičkoj gimnastici estetski oblikovan, a lepota je estetska kategorija, može se reći da vežbanje ritmičke gimnastike može imati uticaja na razvoj estetskog vaspitanja. Samim tim, kod dece se razvijaju stvaralačke sposobnosti, koje se u ritmičkoj gimnastici izražavaju sinergijom pokreta tela i misaonih procesa. U ritmičkoj gimnastici, kao sportskoj grani u kojoj dominira tehnika i estetika izvođenja pokreta, ovo su izuzetno važne komponente u postizanju sportskog rezultata. Stvaralaštvo se može opisati kroz niz različitih pojmova koji su, sa stanovišta ove sportske grane, klasifikovani u četiri velike celine: jedinstvo kompozicije, muzika i pokret, izražajnost i raznovrsnost. Ove komponente kroz jedinstven takmičarski ili revijalni sastav treba da istaknu kreativnost, maštovitost trenera i gimnastičarke i predstave njihovo stvaralaštvo posmatračima.

Primenom programskih sadržaja ritmičke gimnastike može se podsticati razvoj stvaralačke mašte i kreativnosti. Kontinuiranim vežbanjem kod dece se ispoljavaju stvaralačke sposobnosti, jer se povezivanjem raznovrsnih pokreta telom i rekvizitom uz muziku razvijaju radoznalost, mašta, izražavanje osećanja i senzibilitet. Nastavnicima fizičkog vaspitanja i trenerima koji rade sa decom mlađeg školskog uzrasta preporučuje se primena sadržaja ritmičke gimnastike, s obzirom na značaj primene ovakvih sadržaja u razvoju stvaralaštva, kreativnosti i estetskog vaspitanja.

### Literatura:

- Beždanov, S. (1983). Estetski kvalitet i estetski doživljaj u procesu nastave i učenja. *Pedagoška stvarnost*, 6, 491–501.
- Chiat, L. F., & Ying, L. F. (2012). Importance of music learning and musicality in rhythmic gymnastics. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 46, 3202–3208.
- Fédération Internationale de Gymnastique – FIG (2017). Code of Points 2017–2020. *Rhythmic gymnastics*. Available at <http://www.fig-gymnastics.com/site/rules/disciplines/rg>.
- Filipović, A., Jovanović, S. (2018). Estetsko u borilačkim veštinama dalekog istoka. *Fizička kultura*, 72 (1), 111–118.
- Kenney, S. (1997). Music in the developmentally appropriate integrated curriculum. In: Hart, C., Burts, D. & Charlesworth, R. (eds.). *Integrated curriculum and developmentally appropriate practice-birth to age eight*. Albany, NY: SUNY Press, 103–144.
- Magazinović, M. (1932). *Telesna kultura kao vaspitanje i umetnost*. Beograd: Planeta.
- Matic, M., & Bokan, B. (1990). *Fizičko vaspitanje: uvod u stručno-teorijsku nadgradnju*. Beograd: Fakultet fizičke kulture.
- Moskovljević, L. (2013). *Faktori uspešnosti usvajanja programskih sadržaja ritmičke gimnastike kod osoba različitog (doktorska disertacija)*. Beograd: Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja.
- Palmer, H. C. (2003). *Teaching rhythmic gymnastics: a developmentally appropriate approach*. Human Kinetics.
- Radisavljević, L. (1992). *Ritmičko sportska gimnastika*. Beograd: Fakultet fizičke kulture Univerzitet u Beogradu.

- Službeni glasnik Republike Srbije (2017). Pravilnik o izmenama i dopunama Pravilnika o nastavnom planu za drugi ciklus osnovnog obrazovanja i vaspitanja i nastavnom programu za peti razred osnovnog obrazovanja i vaspitanja. *Prosvetni glasnik*, 6, Beograd.
- Stefanović, Đ. (1991). Rekord kao segment stvaralaštva u atletici. *Godišnjak*, 2, 100–102.
- Velimirović, V. (2016). *Estetski aspekti atletike (Završni rad)*. Beograd: Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja.
- Višnjić, D., Jovanović, A., Miletić, K. (2004). *Teorija i metodika fizičkog vaspitanja*. Beograd: Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja Univerzitet u Beogradu.
- Vukasović, A. (1990). *Pedagogija*. Zagreb: Samobor.
- www.razvionica.edu.rs
- Zachopoulou, E., Tsapakidou, A., & Derri, V. (2004). The effects of a developmentally appropriate music and movement program on motor performance. *Early Childhood Research Quarterly*, 19 (4), 631–642.
- Московљевић, Л., Добријевић, С. (2018). *Теорија и методика ритмичке гимнастике*. Београд: Факултет спорта и физичког васпитања, ИСБН 978-86-89773-36-1.
- Плеханова, М. Э. (2006). Особенности исполнительского мастерства в технико-эстетических видах спорта. Москва: Учебное пособие.

**Lidija Moskovljevic**  
**Slobodanka Dobrijevic**  
 Faculty of sport and physical education  
 University of Belgrade

#### EXPRESSION COMPONENTS OF AESTHETIC CREATION IN RHYTHMIC GYMNASTICS

**Summary:** Sport, as a social activity and part of physical culture, is different from other physical activities since in it a human can with his various movable structures reach exceptional creative achievements, and his capabilities overcome the natural tendency to perform a particular job. Creation, creativity and aesthetics can be demonstrated in all areas of human activity, even in sports. In modern sports, in which it is needed to prove and overcome existing stereotypes, the work is unthinkable without bringing creation and creativity from the trainers and/or athletes into it. Creation, creativity and aesthetics are categories that represent important components in achieving results in sport disciplines with an aesthetic, expressive and artistic component. The aim of the paper is to define and to present the basic expression components of aesthetic creation in rhythmic gymnastics.

**Key words:** creativity, artistry, aesthetics, sport, gymnasts.