

Istarski tradicijski plesovi

Kitak Lanča, Maja

Undergraduate thesis / Završni rad

2019

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Pula / Sveučilište Jurja Dobrile u Puli**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:137:623055>

Rights / Prava: [In copyright](#)/[Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2024-11-27**



Repository / Repozitorij:

[Digital Repository Juraj Dobrila University of Pula](#)



Sveučilište Jurja Dobrile u Puli
Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti

MAJA KITAK LANČA

ISTARSKI TRADICIJSKI PLESOVI

Završni rad

Pula, travanj, 2019.

Sveučilište Jurja Dobrile u Puli
Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti

MAJA KITAK LANČA

ISTARSKI TRADICIJSKI PLESOVI

Završni rad

JMBAG: 0145016161, izvanredni student

Studijski smjer: Preddiplomski stručni studij Predškolski odgoj

Predmet: Kineziološka kultura

Znanstveno područje: Društvene znanosti

Znanstveno polje: Kineziologija

Znanstvena grana: Kineziološka edukacija

Mentor: Zlatko Tkalčec, prof., v. pred.

Pula, travanj, 2019.



IZJAVA O AKADEMSKOJ ČESTITOSTI

Ja, dolje potpisana Maja Kitak Lanča, kandidatkinja za prvostupnika odgojitelja predškolske djece ovime izjavljujem da je ovaj Završni rad rezultat isključivo mogega vlastitog rada, da se temelji na mojim istraživanjima te da se oslanja na objavljenu literaturu kao što to pokazuju korištene bilješke i bibliografija. Izjavljujem da niti jedan dio Završnog rada nije napisan na nedozvoljen način, odnosno da je prepisan iz kojega necitiranog rada, te da ikoji dio rada krši bilo čija autorska prava. Izjavljujem, također, da nijedan dio rada nije iskorišten za koji drugi rad pri bilo kojoj drugoj visokoškolskoj, znanstvenoj ili radnoj ustanovi.

Studentica

U Puli, _____, _____ godine



IZJAVA

o korištenju autorskog djela

Ja, _____ dajem odobrenje Sveučilištu Jurja Dobrile u Puli, kao nositelju prava iskorištavanja, da moj završni rad pod nazivom

koristi na način da gore navedeno autorsko djelo, kao cjeloviti tekst trajno objavi u javnoj internetskoj bazi Sveučilišne knjižnice Sveučilišta Jurja Dobrile u Puli te kopira u javnu internetsku bazu završnih radova Nacionalne i sveučilišne knjižnice (stavljanje na raspolaganje javnosti), sve u skladu s Zakonom o autorskom pravu i drugim srodnim pravima i dobrom akademskom praksom, a radi promicanja otvorenoga, slobodnoga pristupa znanstvenim informacijama.

Za korištenje autorskog djela na gore navedeni način ne potražujem naknadu.

U Puli, _____ (datum)

Potpis

Sadržaj

1. Uvod	1
2. Povijest plesa u Istri.....	3
3. Tradicijski folklorni instrumenti Istre	5
3.1 Mišnice	6
3.2 Roženice	6
3.3 Šurle.....	7
3.4 Vidalice.....	8
3.5 Tamburica na dvije žice.....	9
3.6 Gunci.....	9
4. Istarski tradicijski plesovi	10
4.1 Balun	12
4.2 Balo di kušin	15
4.3 Cotić	16
4.4 Krajcpolka.....	16
4.5 Na kantrege.....	16
4.6 Šete paši	17
4.7 Polka	18
4.8 Promena.....	20
4.9 Valcer	20
5. Kulturno-umjetnička društva Istarske županije	21
5.1 KUD Uljanik.....	21
5.2 KUD Vodnjan.....	22
5.3 KUD Rudar	24
5.4 KUD Mate Balota.....	24
6. Istarske narodne nošnje	25
6.1 Ženska narodna nošnja.....	26

6.2 Muška narodna nošnja	28
7. Istarski tradicijski plesovi kod djece predškolskog uzrasta	28
8. Zaključak	31
9. Literatura	33
Sažetak.....	35
Summary	36

1. Uvod

Pokret je fizičko kretanje ili promjena položaja tijela ili određenog dijela tijela, a ples je izvanredna manifestacija fizičkih vještina kojima se istovremeno mogu izraziti elegantni pokreti uz energiju. Ples može biti vrsta umjetnosti ili oblik druženja i zabave. Postoji od davnina, a dokaz su špiljski crteži koji prikazuju čovjeka koji pleše. Nekada se izvodio kao reakcija na ljubav, životne radosti, magije, bolest ili strah, a danas predstavlja aktivnost koju najčešće činimo u trenucima kada se zabavljamo ili kada smo sretni. Za umjetnički ples bitni su bespriječna ravnoteža, kontrola mišića, ritam i brzina pokreta te elegancija čime se zadivljuje publika. Ples utječe na osobni i društveni razvoj individue te pomaže istražiti vlastitu kreativnost i naučiti osnove glazbe i ritma. Daje samopouzdanje i vjeru, uči orijentaciji, pravilnom držanju tijela, hodanju, socijalizaciji te brojnim drugim pozitivnim iskustvima. Nekada je cilj plesa samo se dobro zabaviti i stvoriti si osjećaj tjelesne i psihičke opuštenosti. Vježbati ples znači vježbati kako biti sretan (Greene Haas, 2010).

Obilježje hrvatske tradicijske kulture je iznimna raznolikost. Utjecaji različitih kultura s kojima su se Hrvati u povijesti doticali donijeli su različite i specifične regionalne običaje. Budući da je stanovništvo Hrvatske početkom 20. stoljeća većinom živjelo u selima, nije neobično da se njihov način života prema tradicijskim obrascima očuvao do danas (Ivančan, 1963).

Ovaj se rad odnosi na plesove u istarskoj regiji kao dijelu kulturne baštine. Prikazana je kratka povijest plesa u Istri s obzirom na to da nema dovoljno podataka o plesovima na ovom području. Tijekom povijesti izmjenjivali su se različiti oblici plesova, a Istru je obilježila pojava parovnog plesa koji se ubrzano razvio. Pretpostavlja se da su se u tom razdoblju razvili plesovi balun, šete paši i tanac. Osim navedenih, u Istri su bili popularni i cotić, valcer, krajcpolka, polka, na kantrege, promena i brojni drugi plesovi koji su u radu detaljnije opisani. Uz ove značajne plesove, opisani su i pojedini tradicijski glazbeni instrumenti koji su bili pratnja navedenim plesovima. Vrlo se rijetko pjevalo uz plesove pa nije ni čudno da takvih zapisa ima još manje.

Cilj ovog rada je njegovati i razvijati aspekte tradicijske kulture i prikazati autentičnu sliku narodnih plesova Istre. Narodni plesovi odražavaju ne samo povijesne i gospodarske osobitosti, nego prikazuju i kulturu naroda. Folklorna društva

i grupe njeguju tradiciju i kulturnu baštinu. Netko takvu tradicijsku kulturu prihvaća, odobrava, održava te ju pamti kao nešto lijepo što je postojalo, a postoje i oni koji tradiciju svoje regije zanemaruju ili su u potpunosti za nju nezainteresirani. Tek će budućnost pokazati koliko će se dugo i u kojem opsegu sačuvati tradicija istarske regije.

Na kraju rada objašnjeni su folklorni plesovi Istre koje je moguće primjenjivati u radu s djecom predškolskog i osnovnoškolskog uzrasta. Ples i plesne strukture važan su dio predškolskog programa jer se u njihovoj osnovi kriju prirodni oblici kretanja. Njima se potiče razvoj ritmičnosti, izražajnosti pokreta i pravilno držanje tijela. Učenjem tradicijskih plesnih sadržaja djeca upoznaju pjesme i plesove svojih predaka, uče o očuvanju kulturne baštine te pobuđuje se ljubav prema kulturi i tradiciji.

2. Povijest plesa u Istri

Tijekom svoje bogate povijesti Istra je bila mjesto dodira mnogih kultura i stanište različitih naroda. Svi su oni ostavili trag svojom prisutnošću, običajima i radom. Brojne se udruge trude održati ljubav prema svojem zavičaju obilježavajući različite manifestacije, smotre i susrete kojima se i dalje čuvaju tradicijske vrijednosti. O plesovima Istre postoji vrlo malo zapisa. Početkom plesa smatra se vrtnja djevojčica u jednu i drugu stranu što brže kako bi im se suknje u trenutku omotale oko nogu. U Rovinjskom Selu žene su okupljale djecu u čitaonicama i učile ih plesu (Ivančan, 1963).

Najstariji podatci o plesu u Istri su iz vremena dok su ljudi lovili pa se uz to doba povezuju zečji plesovi, a najpoznatiji takav je zajc. Taj je ples predstavljao magiju kojom se htjelo utjecati na dobar ulov. Smatra se da balun, šete paši, tanac i štajeris potječu iz srednjeg vijeka, dok su mantrina, promena i cotić iz renesanse i novog vijeka. Mažurka i polka nastale su u 19. stoljeću, a polka je zamijenila cotić. U prošlosti je postojao i kolovođa plesa *capo di ballo* koji je upravljao i vodio ples, a s obzirom na to da je imao slobodu plesa i duljinu izvedbe, to je davalo dodatnu draž samoj izvedbi. Početak koreografskih plesova u Istri označio je ples zvončara. Oni su se kretali u ritmu sa zvonima oko struka. Još jedan bitan ples je *della verdura* ili ples povrća. Grčkog je podrijetla i plesao se u Istri i na otocima. Mladići bi stajali u redu s jedne strane, a nasuprot njima bile su djevojke. Zatim bi se približavali i udaljavali te bi povremeno i zajedno zaplesali. Neki istarski plesovi, poput cotića, boncara, mažurke i promene, padaju u zaborav, a poneki su se stari plesovi obnovili. Više se ne izvode ples s metlom, ples sa ogledalom i zajc već su preoblikovani u plesne igre kao što je ples s jastukom (Ivančan, 1963).

Tek nakon završetka Drugog svjetskog rata, počeo se brže razvijati istarski glazbeni folklor. Prvi put predstavljen je široj publici 1934. godine na Krčkom festivalu, a nakon toga talijanska okupacija označila je razdoblje problema u očuvanju folklorne tradicije. Tek šezdesetih godina dolazi do preokreta kada se Tone Peruško zauzeo za snimanje emisija o istarskoj narodnoj glazbi i time povećao popularnost folklor Istre (Palčić, 2015).

Kulturna baština svakog naroda raznolika je zbog povijesnih, društvenih i ekonomskih razloga. Kultura Istrana bila je pod domaćim i stranim utjecajima od panonskih, dinarskih i jadranskih do alpskih. Istarski plesovi dijele sličnosti s plesovima koji potječu iz Francuske, Austrije, Njemačke, Mađarske – sa svima koji su bili podložni alpskom utjecaju. Istarski ples je svojom formom vezan uz Alpe, no sadržajno je dio hrvatske matice. Zanimljivo je da su istarski plesovi vrlo malo vezani uz Italiju s obzirom na to da je u prošlosti Istra bila dio Mletačke Republike. U plesnom folkloru Istre ističu se i elementi koje su ostavili štokavci koji su se doselili na to područje. Kada je Istra ušla u sastav Austro-Ugarske Monarhije, razvili su se građanski parovni plesovi poput polke i mažurke. Održavali su se na istarskim plesnim podijima iznimno dugo. Krajem Prvog svjetskog rata Istra je pala pod talijansku vlast što je utjecalo i na plesove pa zato danas puno istarskih plesova nosi talijanski naziv (Ivančan, 1963).

Jedan od prvih plesova u Istri bio je zajc, najvjerojatnije je iz vremena lova kada su lovci homeopatskom magijom pokušavali ostvariti dobar ulov. Neki su plesovi zaboravljeni i o njima ne postoje nikakvi podatci kao što je galjarda koja se navodno plesala u 17. stoljeću. U srednjem vijeku crkva je zabranila ples. Sv. Augustin ističe: *Ples je kretanje tijela u krugu u čijem je središtu vrag, i svaki skok koji je učinjen kod plesa, skok je prema đavlu u zadnji pakao* (Ivančan, 1963: 11). Ubrzo nakon toga započeli su plesovi plesača maskiranih u kosture koji su se rugali smrti. Krajem srednjeg vijeka javljaju se parovne igre i plesovi koji u Istri zauzimaju dominantnu ulogu. Primjer su balun, šete paši, tanac i štajeriš. Plesovi mafrina, promena i cotić najprije su bili seoski plesovi koje je preuzeo i preoblikovao grad. Polka je zamijenila cotić u 19. stoljeću, a u tragovima su sačuvani i mažurka, bašovijen, krajcpolka i drugi. S vremenom se razvijaju koreografski kolektivni, a nakon toga i individualni plesovi (Ivančan, 1963).

3. Tradicijski folklorni instrumenti Istre

Glazbeni instrumenti predstavljaju pomoć čovjeku pri stvaranju glazbe, onih zvukova koje ljudsko tijelo ne može proizvesti samostalno. Etnoorganologija je znanost koja se bavi proučavanjem tradicijskih glazbenih instrumenata. Prvi zapisi o istarskim glazbalima datiraju još iz 17. stoljeća. U to su vrijeme prevladavala puhačka glazbala pa se čak i na području Buzeštine za sviranje koristio pojam *sopet* koji u doslovnom prijevodu znači puhati. Važno je spomenuti i da je za Istru karakteristično da se pod jednim nazivom kriju različita glazbala i pod jednim glazbalom različiti nazivi. Često su jedno glazbalo nazivali jednim nazivom, a kasnije tvrdili da mu je naziv drukčiji (<http://www.emi.hr/intro.php>).

Istra ima mnoštvo instrumenata za pratnju plesa: mišnice, roženice, vidalice, šurle, tamburica na dvije žice, usna harmonika, harmonika na dugmad, vergli i ostali. Usna harmonika najviše se svirala u Rudinama i Barbanu uz balun i polku, a vergli su najčešće bili postavljeni u gostionicama i na svojim su programima imali i narodne plesove iz Mađarske, tadašnje Čehoslovačke i Austrije. Švikanje predstavlja zviždanje, a tararankanje *pjevno imitiranje instrumentalne pratnje u kojem dolaze osobito do izražaja slogovi ta ra i ran* (Ivančan, 1963: 33). Služili su kao pomoć plesačima ako nije bilo glazbenih instrumenata. Ostali instrumenti ili pratnja istarskim tradicijskim plesovima detaljnije su opisani u tekstu koji slijedi. Neki od tradicijskih instrumenata koriste se i u dječjem folkloru.

3.1 Mišnice

Mišnice su instrument koji služi isključivo za pratnju plesa. Nazivaju ih i meh, mih, mihur, mieh, mešnjice. Većinom su bile pratnja balunu i polki, ali i valceru. Rijetko su se koristile, a poznati svirači su Fumeta iz Barbanštine, Rudan iz Rudana i Bolanec iz Labina. Nekada su uz svirku zapjevali i koji smiješan stih (Ivančan, 1963).

Kao glazbeni instrument, vrlo su slične gajdama. Mišnice su većinom izrađivali sami svirači, od drva masline, trešnje ili smreke. Dijelovi mišnice su miješina, kanu, zaletavac, kolarin i did, a izrađuju se od janjeće ili jareće kože, puranove kosti, drva ili plastike. Svirač upuhuje zrak kroz otvor ili kanu u miješinu, a povratak zraka sprječava zaletavac ili ventil. Did se stavlja na vrat ili kolarin, a on se stavlja na mišnice (Palčić, 2015).



Slika 1. Mišnice

(Izvor: <http://www.iti-museum.com/hr/>, preuzeto 18. 12. 2018.)

3.2 Roženice

Svi plesovi koji su se svirali uz roženice, vrlo su se lako mogli svirati i uz mišnice. To se i češće događalo pa su se roženice koristile samo u svečanim prilikama kod bogatih uz balun, polku i valcer. Ovaj se tradicijski istarski instrument svirao u paru, a najglasovitiji roženički par bili su Anton i njegov otac iz Rudani. Danas su svirači roženica nepoznati (Ivančan, 1963).

Roženice su najmlađi i najpopularniji istarski instrument koji se izrađivao od maslinova, orahova ili lovorova drva. Sastoji se od dva drvena puhaća instrumenta – vela i mala roženica, sadrži pisak, špulet, prebiralice i krila. Pisak stvara ton, a često su ga svirači znali umočiti u bijelo vino kako bi lakše svirali. Pisak se stavlja na špulet. Glavni dio roženice je prebiralica koja se postavlja na krilo koje pojačava intenzitet zvuka (Palčić, 2015).



Slika 2. Roženice

(Izvor: <http://www.gaide.com/instrumenti/rozenice/>, preuzeto 18. 12. 2018.)

3.3 Šurle

Šurle su istarski narodni instrument koji je ime dobio po riječi *šurlati* što znači puhati i svirati. Vrlo su slične mišnicama. Pronađene su dvije različite šurle, jedna na području Berma, a druga na području Barbana i Žminja. Šurla iz Berma je jednocjevna, dok se ova druga sastoji od dvije zasebne cijevi, a svaka od njih ima pisak klarinetskog tipa. Te dvije cijevi su ojačane debljim prstenom u gornjem dijelu. Jedna cijev ima četiri, a druga tri rupe s prednje strane i još jednu iza desne cijevi.

Šurle imaju izrazito slab zvuk, a na dvocijevne čuju se dvije različite melodije jer se na svaku cijev svira drukčija melodija. *Terminološke nejasnoće prate šurlu, kao i ostale istarske narodne instrumente. Štoviše, za poznate istarske roženice, tvrdi njihov izrađivač Anton Peteh, da se ne zovu roženice, nego sopiele, a roženice da su ono što neki zovu šurle. Događa se i to da isti kazivač, koje je 1957., kazao da se*

instrument zove šurla (Anton Rudani), danas kaže, da je to tutula, a šurla da je nešto drugo (Ivančan, 1963: 31).



Slika 3. Šurle

(Izvor: <http://www.iti-museum.com/hr/instrumenti/surle>, preuzeto 18. 12. 2018.)

3.4 Vidalice

Vidalice su istarski puhački narodni instrument. Nisu tipičan instrument koji služi kao pratnja plesu. Poznate su i pod nazivima svirale, vidualice pastijerske, fidulice, ovčarice i judalize. Ton im je vrlo slab, a nekoć su služile pastirima da si skrate vrijeme na paši. Najbolji svirači bili su Fumeta i Rudan te Gašpar Popović iz Jurala koji je svirajući vidualicu i gundao pjesmu (Ivančan, 1963).

Vidalice se sastoje od dvije sviraljke i dva drvena piska. Drvo masline, javora ili trešnje, od kojih se izrađuju, treba se sušiti i do pet godina. Dimenzije vidualica nisu određene, ali su važne za intonaciju. Što je vidualica duža, ton je niži, a što je kraća, ton je viši (Palčić, 2015).



Slika 4. Vidalice

(Izvor: <http://www.iti-museum.com/hr/instrumenti/dvojnice>, preuzeto 18. 12. 2018.)

3.5 Tamburica na dvije žice

Istarska tamburica ili cindra je instrument koji ima dvije žice s kojih se neprestano trzalo. Najčešće se izrađuje od javorova drva. Sastoji se od korpusa, hvataljke, kobilice, gornje daske i konjića na koji su naslonjene žice. Rijetko su se izvodili plesovi uz pratnju ovog instrumenta, a najčešća je bila u selima na Ćićariji. Najpoznatiji svirač bio je Franjo Šverko iz Prapoća koji je sam izradio svoj instrument (Ivančan, 1963).



Slika 5. Tamburica na dvije žice

(Izvor: <http://www.iti-museum.com/hr/>, preuzeto 18. 12. 2018.)

3.6 Gunci

Gunjci ili gunci ime je za gudački sastav s puhačkim instrumentima ili bez njih. Svirali su na istarskih zabavama, ali ovaj sastav pao je u zaborav pojavom harmonike. Sastav su činili bas, klarinet i violina. Svirali su ulicom i bili su omiljeni. U Rovinjskom Selu zvaao se Sastav violine i uključivao je trubu, klarinet, violinu i bas. Gunci su izvodili mafrine, cotić, bašovijen, polke, valcere, ali balun nisu mogli svirati. Bili su to profesionalci koji su bili plaćeni za sviranje (Ivančan, 1963).

4. Istarski tradicijski plesovi

Neki su istarski tradicijski plesovi ostali sačuvani sve do danas te uče se i uvježbavaju u osnovnim školama ili u istarskim KUD-ovima. To su balun, šete paši, špic polka, balo di kušin i brojni drugi. Razlikujemo plesove koji se plešu danas, plesove koji su se plesali davno i plesne igre koje su izmijenjene u usporedbi s onima u prošlosti. Istarski plesovi sadrže i neke složenije koračne strukture koje omogućuju pojedincima isticanje tijekom plesa (Božić, Ilić, Mercandel, 2012).

Moguća su miješanja tradicijskog i suvremenog umjetničkog plesa i izričaja u glazbi na području Istre. Nekima, pogotovo starijim generacijama, ovakvi sudari tradicijskog i suvremenog mogu smetati. Mladi su pak sve slobodniji u izričaju tradicijskoga. Tradicijski plesovi započinju se plesati već u predškolskom uzrastu. Plesne strukture koje u njima koristimo mogu se koristiti kao oblik tjelesnog vježbanja sa svim dobnim skupinama. To je još jedan način na koji se čuva tradicijska kulturna baština (Božić, Ilić, Mercandel, 2012).

Ivančan je opisao sljedeće istarske tradicijske plesove, neke prema dostupnoj literaturi, neke prema saznanjima starijih ljudi iz pojedinih sela:

- balo di kušin,
- balo di skova,
- balo di spećo,
- balun,
- bašovijen,
- boncar,
- cotić,
- čardaš,
- drmeš,
- gajski ples,
- hrvaski,
- igraj kolo na dvadesetina,
- kolo,
- korak,
- krajcpolka,

- kvadrilja,
- mafrina,
- mažurka,
- melfin,
- na kantrege,
- pod noge,
- polka,
- po starinsko,
- promena,
- saltin,
- šete paši,
- šavrin,
- špicpolka,
- štajeriš,
- valcer,
- zajc

(Ivančan,

1963).

Ivančan navodi da za neke plesove, kao što je bašovijen, nije poznata glazbena pratnja. Neki, kao hrvasko kolo koje danas ima potpuno drukčije značenje od onoga iz prošlosti, potpuno su zaboravljeni. Neki plesovi imaju više inačica plesa, a za većinu ovih plesova danas imamo nedovoljno podataka. U Istri su zabilježeni i pojedini plesovi istarskih Talijana: bersaljera, denči, furlana, polka i vilota (Ivančan, 1963).

U daljnjem tekstu detaljnije su opisani balun kao najpoznatiji istarski ples, plesna igra balo di kušin, cotić, krajcpolka, mafrina, polka, promena, šete paši i valcer.

4.1 Balun

Najrašireniji i najpopularniji ples u Istri je balun. Ivančan ga u svojoj knjizi *Istarski narodni plesovi* spominje pod nazivom balon. Naziv je dobio u prošlom stoljeću, a s obzirom na to da o njemu nema starijih zapisa, pretpostavlja se da se u prošlosti izvodio pod drugim imenom. Božić, Ilić i Mercandel ističu da balun ne znači ništa drugo nego veliki ples (Božić, Ilić, Mercandel, 2012).

Balun zahtijeva ritmičku mjeru kako bi se koraci izjednačili. Ima četveročetvrtinski takt i svaka se figura proteže kroz četiri takta. Gotovo se u svakom istarskom mjestu balun pleše drukčije.

Četiri osnovne figure baluna su:

- *prebirat*,
- *valcat*
- *šetat* ili *hodit uokole* i
- *vrtet* ili *obrnut*.

Prva figura, *prebirat*, označava kolo u kojem se nalaze plesači koji ruke drže na ramenima susjednih plesača. U kolo se ubacuju plesačice te pridružuju se jednom plesaču i plešu u parovima, okrenuti licem prema sredini kruga. Plesačice stoje s desne strane plesača i drže lijevu ruku na njihovom desnom ramenu, a desnu ruku drže na boku. Plesači ih obuhvate desnom rukom oko struka, a lijevu postavljaju na bok. Plešu sitno u mjestu ili se neprimjetno pomiču u smjeru kazaljke na satu. Nakon toga poskoče na prstima desne, lijeve, desne i opet lijeve noge i potom udare desnom nogom o pod, a lijevu izbace za dužinu stopala i skvrče koljena. Slijedi udar lijevom nogom, ali nešto blaže.

Valcat znači okretati se u paru oko svoje osi u smjeru kazaljke na satu. Plesači se okrenu jedan prema drugome, na način da se dotiču s desne strane, a gledaju u suprotnom smjeru. Plesač lijevom rukom drži plesačicu za desnu nadlakticu, a desnom za lijevu lopaticu. Plesačica objema rukama drži plesačeve nadlaktice te se tako okreću. Nakon toga udare desnom nogom o pod i saviju nogu u koljenu. Dignu se u zrak na prstima lijeve noge i okrenu se za 180 stupnjeva u smjeru kazaljke na satu. Nakon što je figura *valcat* završena, slijedi ponovno figura *prebirat*.

Šetat ili *hodit uokole* predstavlja plesni par koji šeće u smjeru kazaljke na satu, držeći se kao u figuri *prebirat*. Plesni par istodobno korača istim nogama u ritmu glazbene pratnje (korak naprijed desnom, lijevom, desnom i opet lijevom nogom).

Posljednja figura je *vrtet* ili *obrnut*. Plesač drži plesačicu lijevu nadlakticu svojom desnom rukom, a plesačica čini isto samo s unutarnje strane. Plesač se kreće desnom nogom korak naprijed i kreće se za 180 stupnjeva u smjeru kazaljke na satu. Plesačica se kreće lijevom nogom korak natrag i okreće se za 180 stupnjeva. Nakon toga plesačica se kreće desnom nogom korak naprijed, a plesač lijevom nogom korak natrag, i četiri puta tako (Ivančan, 1963).

Balun iz Rovinjskog Sela ima plesača koji s dvije plesačice stoji udaljen od kruga, oni plešu na mjestu, a u balunu iz Barbana pleše se najprije u smjeru kazaljke na satu, a zatim obrnuto. *Drugi je balon po ceransko, po žminjsko i po labinsko. Labinci tuču s nogama, Žminjci lipo prebiraju, Cerani se ćapaju oko vrata, a Žminjci uhvate za ruke pa prebiru, onda se vrte* (Ivančan, 1963: 66).

Balun se nekada izvodio nedjeljama nakon mise kada bi se plesači oblačili u narodne nošnje. Nekoć su u istarskim selima bolji plesači bili vrlo ugledni pa su ih čak i djevojke radije birale. Balun se obično završavao nakon što su se tri puta ponovile sve figure. U Barbanu su imali običaj nakon plesa igrati plesne igre da se odmore, iako ples sam po sebi ima figuru *hodit uokolo* tijekom koje se plesači mogu odmoriti. *Iako se pleše mnogo i dugo vremena, iako je ples vrlo naporan, nađeno je nekoliko mogućnosti da plesači zaštite svoje zdravlje pri njegovu izvođenju* (Ivančan, 1963: 63).

Čest je slučaj da se počnu plesati i uvoditi nove figure u balun, a mladež to prihvaća. Ako se nove figure vežu uz one već poznate, duže se zadržavaju, a ako su im figure nepoznate, brzo ih narod zaboravlja. Postoje sela u kojima više ne postoje ni tragovi tradicijskih plesova. Ivančan ističe da mijenjanje stila znači gubljenje plesa u pojedinim mjestima. Mladi vrlo rijetko plešu, jedino se u Šajinima plesalo i među mladima (Ivančan, 1963).



Slika 6. Notni zapis: Balun

(Božac, Božić, Prenc, Tkalčec, Vrtačić: Folklorni plesovi Istre u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture, CD/DVD)



Slika 7. KUD Uljanik – Balun

(<http://www.kud-uljanik.hr>, preuzeto 10. 01. 2019.)

4.2 Balo di kušin

Najcjelovitiji zapis toga plesa (plesne igre) učinila je Lelja Taš 17. svibnja 1952. u Stanciji Vlašić, zaseoku kod Krnice (Ivančan, 1963: 89). Balo di kušin je plesna igra koja se i danas izvodi u pojedinim istarskim folklornim društvima. Poznata je i po nazivu jastučac ili ples s jastukom, a najčešće se izvodila na svadbama. Postoje zapisi o ovoj plesnoj igri u Barbanu, Marčani, Munama i Žminju. Ivančan ističe da se balo di kušin izvodio naizmjenično s plesačima i plesačicama u zatvorenu kolu. U sredini kola bio je stolac s jastukom na kojem je sjedio jedan plesač. Njegov zadatak je pozvati jednu plesačicu iz kola koja će s njim otplesati vrtnju. Plešu tako da ju on drži rukama za lopatice na leđima, a ona svojim rukama preko njegovih također drži njegove lopatice na leđima. Vrtjeli su se tako da plesač učini desnom nogom korak naprijed i istodobno okret na desnoj nozi za oko 180 stupnjeva u smjeru kazaljke na satu, a plesačica učini korak unatrag lijevom nogom. Zatim mijenjaju nogu te plesač učini korak lijevom nogom unatrag, a plesačica desnom naprijed. Za vrijeme plesanja para, ostali plesači su okrenuti i dalje licem prema sredini kruga i kolo se vrti u smjeru kazaljke na satu. Nakon što vrtnja plesnog para završi, plesačica sjeda na stolicu s jastukom, a plesač se vraća u kolo. Plesačica si potom bira novog plesnog partnera. Dok plesni par u sredini kola pleše, ostali stoje na mjestu. Dok plesač ili plesačica biraju plesnog partnera, ostali plesači u kolu plešu poskakujući s desne na lijevu nogu, zatim desnom nogom udare o pod, dignu petu i oštro je spuste te ju opet podignu. Nakon toga izvode isti pokret samo s lijevom nogom. Posljednjeg koji ostane pometu metlom (Ivančan, 1963).

Zanimljivo je da se gotovo nitko ne sjeća melodije za ovu plesnu igru. Balo di kušin se u različitim selima izvodio malo drukčije. Negdje je postojao kolovođa koji je upravljao navedenom plesnom igrom, negdje nije postojala stolica, već su plesačice držale jastuka na glavi i poljubile se s partnerom prije vrtnje. Ipak, gotovo svugdje se balo di kušin izvodio u pratnji mijeha i roženica (Božić, Ilić, Mercandel, 2012).

4.3 Cotic

Zapisi o coticu datiraju još iz 1957. godine u Munama. Zapisan je i u Barbanu, Bermu, Juricanima i Žminju, ali nigdje nije zabilježen u cijelosti. Za cotic su se koristili i drugi nazivi te čest je slučaj bio da se misli na jedan ples, a zapravo se pleše potpuno drukčiji. Tako su cotic zvali stara polka, čotež, šotiš, a u Munama su ga zvali peta prsti. Spominje se da su plesači i plesačice plesali različito. Plesači poskoče lijevom nogom u lijevu stranu, a zatim desnom nogom do mjesta gdje je prije stajala lijeva noga. Ponovno poskoče lijevom nogom na lijevu stranu u zrak i prebacuju težinu na desnu nogu. Istovremeno, plesačice poskoče desnom nogom u desnu stranu, a zatim lijevom nogom do mjesta gdje je prije bila desna noga. Poskoče desnom nogom u desnu stranu u zrak i prebacuju težinu na lijevu nogu. Nakon toga čine obrnuto, plesači poskoče na desnu, a plesačice na lijevu nogu. Ove se dvije plesne figure ponavljaju još jednom (Ivančan, 1963).

4.4 Krajcpolka

Ovaj je ples započinjao kao i obična polka, a često se plesao na melodiju *Još Hrvatska ni propala*. Zapisana je 1957. godine također u Munama. Ima dvanaest taktova prilikom kojih plesači i plesačice plešu različito. Plesači izvode korak lijevom nogom po želji (naprijed, natrag, lijevo, desno, na mjestu), a plesačice suprotno od njih. Potom plesači izvode korak desnom, a plesačice lijevom nogom. Ta se figura ponavlja još nekoliko puta (Ivančan, 1963).

4.5 Na kantrege

Na kantrege je plesna igra bez svojih specifičnih plesnih figura. Plesala se u Barbanu, Bermu i Marčani, a u Hrbokima je ovaj ples zapisan 1957. godine. Većinom se izvodio uz pratnju vidalica. Plesači su plesali polku oko jednog plesača koji je sjedio na stolici, a drugi mu je plesač dovodio plesačicu. Oni mu se naklone, a ako on ne želi plesati s njom, ima pravo okrenuti joj leđa zajedno sa stolicom na kojoj sjedi. Tada mu plesač dovodi drugu djevojku i ako mu se sviđa, plešu polku oko stolice dok ostali plesači stoje na mjestu.

Kad ples završi, plesačica sjedne na stolicu pa joj plesač, koji ju je doveo na ples (kolovođa), dovodi plesača na biranje. Kolovođa se nekada znao i našaliti pa djevojci dovesti djevojku ili mladiću drugog mladića. Neki su plesali balun za vrijeme ove plesne igre premda nisu znali da se taj ples tako zove. Postoje i zapisi iz Berma i Krnice gdje nije bilo kolovođe i plesalo se uz pratnju mijeha ili harmonike (Ivančan, 1963).

4.6 Šete paši

Ovaj se ples u svakom selu izvodio drukčije. Naziv šete paši ima značenje sedam koraka jer su u srednjem vijeku vjerovalo da si učinio magiju ako s partnericom oprčiš sedam puta u jednu, sedam puta u drugu stranu te se zavrtiš. Ples je zapisan u Rovinjskom Selu, Bermu i Juricanima te pripada alpskoj plesnoj zoni.

Parovi su smješteni u krug te muškarac je okrenut leđima središtu kruga. Iskorači lijevom nogom u lijevu stranu, primakne desnu i na nju prenese težinu. Istovremeno plesačice zakorače desnom nogom u desnu stranu, primaknu lijevu i prebace težinu na nju. Ponavljaju plesnu figuru još dva puta, a zatim plesači zakorače lijevom nogom u lijevu stranu, primaknu desnu nogu, ali ne prebacuju težinu na tu nogu, a ni plesačice na lijevu nogu. Nakon toga čine obrnuto, plesači zakorače desnom nogom, a plesačice lijevom.

U sljedećoj figuri plesači zakorače lijevom nogom polulijevo natrag, primaknu desnu nogu i prenesu težinu na tu nogu, dok plesačice zakorače desnom nogom poludesno naprijed, primaknu lijevu nogu i prenesu težinu na nju. Plesači potom zakorače lijevom nogom polulijevo natrag, desnom nogom poludesno naprijed, primaknu lijevu nogu i prenesu težinu na tu nogu, a plesačice zakorače desnom nogom poludesno naprijed, lijevom nogom polulijevo natrag, primaknu lijevu nogu i na nju prenesu težinu. Ples šete paši izvodio se uz pratnju violine (Ivančan, 1963).



Slika 8. Notni zapis: Šete paši

(Božac, Božić, Prenc, Tkalčec, Vrtačić: Folklorni plesovi Istre u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture, CD/DVD)

4.7 Polka

Polka se pojavila kao nešto noviji ples češkog podrijetla u dvočetvrtinskom taktu. Od 19. stoljeća negdje se zadržala u izvornom obliku dok su se drugdje izmijenile brojne figure i plesni oblici. Tako je Anton Fumeta pokazao da se parovi u Barbanu nisu okretali nego su se samo kretali lijevo-desno. Polka je zapisana davne 1957. godine u Bermu, Rovinjskom Selu, Munama, Barbanu, Hrbokima, Žminju i Valturi. Dugo je bila najrasprostranjeniji ples.

Plesni koraci su sljedeći: plesač iskorači lijevom nogom polulijevo natrag, privuče desnu nogu do lijeve i na nju prebaci težinu. Istovremeno plesačice iskorače desnom nogom poludesno naprijed, privuku lijevu i na nju prebace težinu. Ova se plesna figura ponavlja, a nakon toga plesači izvode obrnuto – plesač iskorači desnom, a plesačica lijevom nogom. I ova se figura ponavlja. Plesni parovi se vrte u smjeru kazaljke na satu, a kreću se po kružnici u smjeru obrnutom od smjera kazaljke na satu.

U nekim se selima polka razlikuje u pojedinim koracima. Tako su se, primjerice, plesni parovi iz Rovinjskog sela kretali lijevo-desno, naprijed-natrag, u Munama su se držali desnom rukom za struk partnera, a lijevom za nadlakticu i vrtjeli

se malo u jednu, malo u drugu stranu. U Hrbokima je zabilježeno da plesač nekada udari jako nogama, a sve ostalo je isto kao i u polki u ostalim selima (Ivančan, 1963).

Elementi polke prepoznaju se i u drugim plesovima, kao što je ples mafrina, cotić pa čak i u balunu. Negdje se plesala u paru, a negdje u kolu. Od prošlosti do sada, polka je ostavila gotovo najviše utjecaja. Izvodila se uz pratnju gotovo svih instrumenata, od roženica i mišnica do vidalica i šurli. Često se izvodila uz poznatu glazbu *Još Hrvatska ni propala dok mi živimo* (Ivančan, 1963)

Stara polka

Uvod $\text{♩} = 92$

11. $\text{♩} = 92$

21. $\text{♩} = 92$

30. $\text{♩} = 92$

Od ♩ do ♩ ponoviti tri puta.

Špic polka

Uvod $\text{♩} = 108$

6. $\text{♩} = 108$

Osim uvoda sve se ponavlja pet puta sa označenim ponavljanjima.

Slika 9. Notni zapis: Stara polka i špic polka

(Božac, Božić, Prenc, Tkalčec, Vrtačić: *Folklorni plesovi Istre u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture*, CD/DVD)

4.8 Promena

Promena ima različite nazive, a sastoji se od marširanja i polke. Promena se nekada izvodila uz pratnju usne harmonike. Zapisana je u Bermu, Munama i Barbanu. U plesu promena plesni parovi marširali su u smjeru obrnutom od smjera kazaljke na satu oko kolovođe. Plesač je bio bliže sredini kruga i držao je plesačicu ispod ruke koju je ona stavila na bok, dok im je druga ruka slobodno bila uz tijelo. Prilikom ovakvog marširanja, svirala je polka. Kad kolovođa povikne *kambija done*, plesač napravi iskorak lijevom nogom naprijed, a plesačica desnom nogom naprijed. To ponavljaju sve dok kolovođa ponovne ne povikne *kambija done*. Tada se plesni parovi prestaju međusobno držati te plesač učini korak lijevom, zatim desnom nogom i okret za 180 stupnjeva u smjeru kazaljke na satu i na taj način dočeka plesačicu plesača iza njega. Plesačice za to vrijeme izvode korak naprijed lijevom, zatim desnom pa opet lijevom nogom i dolaze do novog partnera. Plesačica s novim plesnim partnerom pleše polku, a nakon nje ponovno se kreću po kružnici dok kolovođa ne vikne *kambija done*. Ako nije bilo kolovođe, njegov bi dio odradio svirač tako što bi umjesto vikanja prestao svirati. Kolovođa iz Muna je nekoć imao štap u ruci koji je predstavljao vlast i čast i svi su elementi plesa ovisili o njemu. Uz *kambija done*, kolovođa je znao povikati i *babe knit*, *muži knit*, *fertik*, *u kraj ženske*, *u kraj muški* (Ivančan, 1963).

4.9 Valcer

Valcer se izvodio u većini sela u Istri i smatra se da je vrlo vjerojatno naslijedio mažurku jer joj je iznimno sličan. To je ples u paru koji ima poseban stil plesanja zbog kojeg se očuvao do danas. Najprije se valcer izvodio uz glazbenu pratnju sopele, mišnica, roženica i šurli. Zapisan je još 1957. godine u Žminju i Rovinjskom Selu gdje se malo razlikovao od gradskog valcera. Prema tom zapisu, plesači su izvodili iskorak desnom nogom poludesno naprijed i učinili bi malen klek, dok su plesačice izvodile iskorak lijevom nogom polulijevo natrag. Plesači bi zatim primaknuli lijevu nogu i prenijeli težinu na nju, a plesačice desnu nogu. Ova se figura ponavljala još jednom, a zatim bi plesači činili obrnuto. Plesači učine korak lijevom nogom polulijevo natrag uz malen klek, a plesačice desnom nogom poludesno naprijed (Ivančan, 1963).

5. Kulturno-umjetnička društva Istarske županije

U Istri se počela oživljavati i njegovati kulturna predaja nakon Drugog svjetskog rata te su tada začeci kulturno-umjetničkih i folklornih društava. Utemeljena folklorna društva obnavljaju i njeguju nošnje, narodne plesove i glazbene motive. Na području Istre djeluje mnoštvo kulturno-umjetničkih društava. Svojim radom njeguju narodne običaje, narodno stvaralaštvo i kulturu predaje. Od važnijih ističu se Kulturno-umjetničko društvo Rudar iz Raše, Folklorno društvo Mate Balota iz Pule, Kulturno-umjetničko društvo Barban, Kulturno-umjetničko društvo Uljanik iz Pule, Folklorni ansambl Balun iz Vodnjana, Ansambl Veseli roverci s Roverije, Kulturno-umjetničko društvo Vodnjan iz Vodnjana, Kulturno-umjetničko društvo Mendula iz Medulina i brojni drugi. U tim društvima i folklornim skupinama djeluju mnogi svirači, pjevači i plesači koji svoj kraj predstavljaju na smotrama i festivalima u Istri i drugim dijelovima Hrvatske te u inozemstvu.

SAKUD je savez kulturno-umjetničkih društava grada Pule. Organiziran je 1998. godine. Ovaj savez razvija, potiče i promiče raznolike glazbeno-scenske oblike umjetničkog stvaralaštva. Godišnje ostvaruju oko četristo programa od kojih su značajniji *Smotra narodne glazbe i plesa Puljštine*, ljetna manifestacija *Na ulicama i trgovima* te prigodni blagdanski programi. Više od polovice članova čine osobe mlađe od osamnaest godina (<http://www.sakudpula.hr>).

5.1 KUD Uljanik

Kud Uljanik osnovan je 1967. godine. Osnovalo ga je Brodogradilište Uljanik. Sastoji se od osamdesetak članova koji rad obavljaju u više skupina. To su:

- plesne skupine: mlađa i starija djeca, nastavna grupa,
- svirači na istarskim tradicijskim instrumentima i
- tamburaški orkestar.

Ovo folklorno društvo uz tradicijske plesove zavičaja pleše i ostale plesove iz svih dijelova Hrvatske. Neki od istarskih plesova su balun, stara polka, šete paši,

promena, mažurka i slično. Uz navedene plesove, ovaj KUD neguje i glazbenu baštinu te glazbu izvodi na istarskim tradicijskim instrumentima poput miha, roženica, šurli i dr. Svake godine predstavljaju se na brojnim nastupima u zemlji i inozemstvu. Ljeti nastupaju na pulskim trgovima u sklopu manifestacije *Na ulicama i trgovima*. Prikazuju raznolikost nošnje i predstavljaju stare običaje i plesove. Svakog prosinca, od 1994. godine, KUD Uljanik sudjeluje na *Večeri tradicijske glazbe i plesa* u Istarskom narodnom kazalištu.



Slika 10. KUD Uljanik

(<http://www.kud-uljanik.hr>, preuzeto 10. 01. 2019.)

5.2 KUD Vodnjan

KUD Vodnjan se do 1989. godine zvao KUD Bratstvo i jedinstvo. Osnivači su Sandra Franjul i Almir Bektić te 3. listopada 2006. godine započinju s radom kao udruga. Godine 2008. KUD je imao 25 prijavljenih članova. Smotre na kojima nastupaju su: festival *Alpe, Dunav, Jadran* u Sloveniji, *Maglaj* u Bosni i Hercegovini, *Festival na bosanskom čirimu*, *Otočko proljeće* u Otoku kod Vinkovaca i brojne druge. Redoviti su gosti *Fažanskog tanca* koji se održava svake godine drugog tjedna u lipnju te ljeti plešu i na *Folklornim večerima*.

Članovi KUD-a Vodnjan plešu balun, staru polku, mažurku, špic polku i šete paši te također izvode i međimurske plesove, starodalmatinske i bunjevačke igre. Plesove prate tradicijski instrumenti poput miha i roženica te harmonika. Dvoje djece svira vidalice i šurle. Uz KUD je i pjevačka skupina od četiri člana pod nazivom *Pjevanje na tanko i debelo*. Član Almir redovito se usavršava za voditelja folklornih kultura.



Slika 11. KUD Vodnjan

(preuzeto iz osobne galerije KUD-a)

5.3 KUD Rudar

Kulturno-umjetničko društvo Rudar osnovano je 1949. godine u Raši. U samim počecima KUD je brojao 500 članova. U njemu sudjeluju brojni svirači, pjevači i plesači te predstavljaju svoj kraj na različitim smotrama i festivalima u Istri, Hrvatskoj i inozemstvu. Ovo društvo organizira manifestaciju *Labinske konti* svake godine zadnju subotu u mjesecu srpnju. To je smotra istarske narodne pjesme Labinštine te susret svirača na mišnicama, šurlama i drugim tradicijskim instrumentima.

Članovi ovog KUD-a dali su velik doprinos očuvanju narodne baštine te potaknuli su mlađe naraštaje za tradicijsku narodnu glazbu.

5.4 KUD Mate Balota

Folklorno društvo Mate Balota utemeljeno je 1966. godine u Puli s ciljem njegovanja kulturne baštine i promicanja folklornih djelatnosti. Prvi predsjednik bio je S. Zlatić. Cilj osnivanja bio je korisnije provođenje slobodnog vremena mladih i usvajanje znanja o svojoj kulturi i identitetu.

Članovi KUD-a njeguju tradicijske vrijednosti narodnim plesovima i sviranjem na mišnicama, roženicama i harmonici. Nose tradicijsku istarsku narodnu nošnju jednostavnog izgleda. Svoj kraj predstavljaju gostovanjima na različitim smotrama po Istri, Dalmaciji, Gorskom kotaru, Slavoniji, ali i u inozemstvu. Plešu balun, šete paši, špic polku, staru polku, promenu i još neke plesove. Svaku svečanost otvaraju svirkom mantinjada.

6. Istarske narodne nošnje

Hrvatske narodne nošnje dio su kulturne baštine sa širokim rasponom različitih nošnji. Svaki dio Hrvatske imao je različite uvjete života i različite načine gospodarstva, a to je dovelo do različitih obilježja u materijalnim i duhovnim narodnim običajima. Za tradicijsku i povijesnu odjeću uobičajeno se koristi naziv narodna nošnja. Većina hrvatskih narodnih nošnji sastoji se od košulje, suknje ili hlača, prsluka, obuće i marame. Neke su se narodne nošnje nosile u svečane dane dok su druge predstavljale odjeću za svaki drugi radni dan. Narodna nošnja predstavlja određenu regiju ili selo, ali može pokazati i gospodarski sloj te socijalni status u zajednici. Neodvojivo je povezana s načinom života pojedinog naroda te iskazuje kulturne i društvene posebnosti područja. Hrvatske nošnje razlikuju se u panonskom, dinarskom i jadranskom području. *Narodna je nošnja slika vještine, likovnog shvaćanja i stvaralačkog dometa naroda, koji je i u tom za život neophodnom rekvizitu, našao medij kroz koji je progovorio iz dubine svoga bića, da bi na svoj način i svojim govorom izrazio težnju za ljepotom* (Radauš Ribarić, 2013: 9).

U prošlosti se nije koristio naziv narodna nošnja već ruho, haljine, oprava i slično. Različito su se odijevali stanovnici sa sela od onih iz grada. Odjeća je mogla odrediti društveni ili gospodarski status. Nošnja jadranskog područja ima temelje u mediteranskim zemljama, ali i u alpskim, tj. tursko-orijentalnim krajevima. Odjeća se najčešće izrađivala od vune, konoplje i lana, a od kraja 19. stoljeća započinje korištenje industrijske tkanine. Gornji odjevni predmeti izrađivali su se od vune domaćih ovaca, a tkaninu od takve vune izrađivale su tkalje. U Istri su taj posao obavljali muškarci. Razlikovala se laganija i prozračnija tkanina za ljetnu odjeću (sarza, carza) i zimsko ruho koje se gušće tkalo (raša) (Radauš Ribarić, 2013).

Narodne nošnje sastoje se od košulje, pregače, suknje, prsluka, marame, hlača i obuće. Nosile su se nošnje za radne dane, a postoje i svečane nošnje. Folklorni plesovi prikazuju i njeguju specifične kostime pa se tako istarske nošnje razlikuju od onih iz ostalih dijelova Hrvatske. Danas se nošnje u Istri više ne nose, može ih se vidjeti samo na folklornim izvođačima ili kao izložke u muzeju.



Slika 12. Istarske nošnje

(<http://www.kud-uljanik.hr>, preuzeto 22. 12. 2018.)

6.1 Ženska narodna nošnja

Kroz povijest su se nošnje povremeno mijenjale. U nekim je mjestima narodna nošnja nestala. Seljanke su same tkale, prele i šivale svoje nošnje. Žene su nosile platnene košulje i suknene suknje u obliku zvona i svileni pojas. Prilikom plesnih figura, nošnja žene pravi zvono dok se vrti. Ženska narodna nošnja u većini sela sastojala se od košulje ili *tomanje* (podsuknja) na koju se oblačila suknja sašivena od sukna. Na suknju se stavljao *pas*, dug nešto više od metra i širok 5 do 6 centimetara. Na glavi se nosila marama koja je oko glave bila omotana, a na zatiljku privezana. Na nogama su se nosile čarape i opanci. Ženska nošnja je nekoć imala takav izgled, ali su se s vremenom neki detalji mijenjali. U novije su vrijeme opanke zamijenile cipele koje su se u početku nosile samo nedjeljom. Uveo se u modu i crveni rubac, a promjenom nošnje, promijenio se i ženski nakit. Nakit se izrađivao od plemenitih metala, dopunjen koraljima ili biserima. Nekoć su se nosili *morići* na ušima (naušnice s crnačkom glavicom), a zatim su ih zamijenile moderne naušnice. Oko vrata su žene stavljale *rankine* od koralja, a potom ogrlice od pozlaćenih staklenih zrnaca (Tomov, 1930).

U Istri se ženska narodna nošnja sastojala od platnene košulje i suknene *modrne* (haljina) s dugim rukavima opasane vunenom uzicom. Gornji dio košulje je *opleč*, a donji *kriilo* ili *stan*. One dijelove košulje koji nisu bili prekriveni haljinom, žene su

nastojale uljepšati vlastitim doprinosom. *Modrna* također ima dva dijela, gornji dio je *opleč* i ide do struka, a donji *krilo* ili *stan*. Izrađivala se od vune smeđih ovaca, a na donjem je rubu ukrašena porubom od finog sukna (crveni porub za djevojke; kombinacija crvenog, modrog i zelenog za mlađe žene te modri porub za žalovanje). *Modrna* ima duge i uske rukave prošivene samo na stražnjem dijelu ramena i na leđima. Zbog toga ženama na prednjoj strani uz rub izviruje košulja. *Kanica* je vuneni pojas za *modrnu* koji se oko struka omotava dva ili tri puta. Većinom je živih boja i utkanih uzoraka. *Traverša* je pregača načinjena od kupovnog jednobojnog materijala. Na *modrnu* se stavlja *čerma* kao nezgrapan ogrtač od debelog sukna. Gotovo potpuno pokriva *modrnu*, a vidljivi ostaju samo rukavi. *Čerma* se naprijed preklapa s lijeve strane na desnu, a od vrata do struka kopča se kućicama od mjedene žice. Bijele čarape koje dosežu do koljena nazivaju se *bičve*. Zimi se nose vunene, a ljeti pamučne *bičve* (Radauš, Ribarić, 2013).

Žene su kosu češljale u dvije pletenice koje bi omotale oko glave, a u kosu bi uplele bijelu traku poput vijenca. Neke su nosile *facu* – kvadratni rubac za glavu načinjen od debljeg čvrstog platna.



Slika 13. Ženska istarska nošnja

(<http://www.hrvatskifolklor.net>, preuzeto 22. 12. 2018.)

6.2 Muška narodna nošnja

Muškarci su nosili lanene košulje i hlače od bijelog sukna koje su se sužavale prema stopalu. Duge uske hlače od bijele stupane vune (*gaće*) ili kratke i šire od smeđe stupane vune nazivale su se *brageše*. Košulje su bile od konoplje ili kupovnog pamuka, a na njih se oblačio prsluk, kratki kaput ili jakna. Muškarci bi kaput obično navukli samo na jedno rame. Opanci su bili gotovo jednaki ženskima, a na glavi se nosio klobučić ili *bareta* od crno-smeđeg sukna. Ovakva se nošnja u nekim mjestima dugo zadržala. Lanene košulje zamijenilo je industrijsko platno, čarape su se počele raditi od vune, a opanke su zamijenile cipele. Umjesto klobučića na glavi mogao se uočiti šešir. U unutarnjem džepu muškarci su nosili nožić ili pištolj radi ponosa i parade. Mladić koji nije imao oružje, nije bio cijenjen. Od nakita su nosili zlatnu polukružnu naušnicu, no s vremenom se prestala nositi. Prstenje nisu nikada nosili, njega su nosile jedino udane žene (Tomov, 1930).

7. Istarski tradicijski plesovi kod djece predškolskog uzrasta

Djeci je vrlo važna glazba. S njom se susreću preko svih medija te slušajući glazbu djeca plešu, igraju se i spoznaju svijet. Glazbeno stvaralaštvo i ples se kod njih javlja vrlo rano, a kombiniraju ih već oko četvrte godine. Ples je jedna od najprimjerenijih aktivnosti za rad s djecom predškolske dobi. Pozitivno utječe na razvoj njihovih sposobnosti, poboljšava osjećaj za ritam, osjećaj za pokret i ljepotu izvođenja. Plesom najviše utječemo na razvoj osnovnih motoričkih sposobnosti poput fleksibilnosti, snage, ravnoteže, koordinacije i brzine (Horvatin-Fučkar, Tkalčić, Jerković, 2004).

Uvježbavanjem plesnih struktura hodanja, trčanja, skakanja i poskoka uz glazbu, kod djece predškolske dobi razvijamo stvaralaštvo, ritmičnost, dinamičnost, harmoničnost, ali i ljepotu te izražajnost pokreta. Uz navedeno, plesom se utječe i na pravilno i lijepo držanje tijela. Važno je, prilikom izbora plesova koje obraditi s djecom predškolskog uzrasta, birati one plesove koji će im privući i zaokupiti pažnju, potaknuti spontanost i maštovitost. Djeca u predškolskoj dobi brzo uče nova motorička gibanja, snažna su, hrabra i odvažna. Najprije ih usmenim putem upoznajemo s osnovama narodnih plesova i s ostalim zanimljivostima tradicijskog

života, od narodne nošnje i običaja do tradicijskih instrumenata, narječja i slično. Potom slijedi uvježbavanje narodnog plesa kroz nekoliko metodičkih jedinica.

U radu folklornih skupina s djecom mlađeg uzrasta Istarske županije izvode se dijelovi plesova koji su ranije navedeni. Istarski tradicijski plesovi imaju točno određene pokrete i ritam, ali s mlađom djecom uče se samo osnovni koraci koji odgovaraju njihovim motoričkim sposobnostima. Primjereni plesovi i težina plesne građe ovise o tome hoće li se djeca zadržati u folkloru. Važno je izabrati plesnu građu koju mogu savladati u određenom vremenskom razdoblju. U radu s djecom i mladima poštuju se metodička načela. Plesna građa prilagođava se sposobnostima skupine, poštujući načela primjerenosti, sustavnosti i postupnosti prilikom uvježbavanja plesnih elemenata (Oreb, Vlašić, Zagorc, 2011).

Kod obrade plesnih struktura s djecom se najprije vježbaju i usavršavaju strukture pokreta. Pokreti se mogu izvoditi pojedinačno, u parovima ili skupinama. Plesne korake se najprije uči hodati, a zatim ih se izvodi u zadanom ritmu. Ako se ples sastoji od više figura, svaka se zasebno uči, a potom se povezuju u jednu cjelinu. Kada djeca usvoje plesne strukture, uvježbava se plesno držanje – hvat i kretanje u prostoru. Na kraju se određuje tempo kojim se izvodi naučeni ples.

Kako bi dijete moglo koristiti tradicijske instrumente, bitno ih je najprije upoznati s njima. Najprije se uče i izvode jednostavni ritmički pokreti pljeskanjem dlanom o dlan, pucketanje prstima i lupkanje nogama o pod. Pljeskanjem objema rukama djeca uče ritam glazbene pratnje, a lupkanjem nogu ritam plesa. U folklorne se skupine donose tradicijski instrumenti toga kraja kako bi djeca zapazila izgled, upoznala naziv te čula zvuk koji proizvodi pojedini instrument. Potrebno je omogućiti im da pokušaju svirati i dovesti svirače određenih instrumenata. Neke instrumente koji potječu iz prirodnog okružja vrlo lako mogu izraditi i djeca.

Uključivanjem djece u folklorne skupine postiže se osjećaj bolje prihvaćenosti i uspješnosti, poboljšava se socijalna interakcija, razvija se osjećaj za pokret i ritam. Mladi razvijaju ljubav i poštovanje, njeguju kulturnu baštinu, proširuju znanja o svojoj i tuđoj okolini te pokazuju veću znatiželju za tradiciju i narodno stvaralaštvo. Djeca mlađeg uzrasta, članovi folklornih skupina, s ponosom odijevaju narodne nošnje, usvajaju hrvatsko folklorno naslijeđe, razvijaju kreativno izražavanje pokretom, plesom i pjesmom. Kod djece se razvija estetska kultura (lijepo držanje tijela,

orijentacija, glazbena izražajnost, emocionalnost) i osnove plesnih struktura koju čine prirodni oblici kretanja (hodanje, trčanje, poskoci, skakanje).

8. Zaključak

Ples je vrsta umjetnosti ili oblik druženja i zabave. Postoji od davnina, a u hrvatskoj prošlosti plesovi se iznimno razlikuju. Tradicijski plesovi predstavljaju dio kulturne baštine, odražavaju povijesne i gospodarske osobitosti, ali i prikazuju kulturu naroda. Budući da je Istra bila mjesto dodira mnogih kultura, nije začuđujuće da se pojavilo mnoštvo plesova. Ipak, veliki problem Istarske županije je nedostatak podataka o plesovima. Najviše informacija prikupljeno je o balunu, a podatci su se najviše prikupljali usmenom predajom. Balun je najznačajniji, najrašireniji i najpopularniji ples ovog područja koji izvodi svaka folklorna skupina. Folklor proširuje znanja o našoj tradiciji i povijesti, ali i potiče socijalnu interakciju, igru i zabavu. Stoga uloga djece u očuvanju kulturne baštine velika je i važna jer su upravo oni budući prenositelji znanja o svojoj tradiciji. Ples i plesne strukture prirodni su oblici kretanja i njima se potiče razvoj ritmičnosti, izražajnosti pokreta i pravilno držanje tijela. Ako djeca upoznaju tradicijske plesove i instrumente, veća je mogućnost da će ih zainteresirati. Učenjem tradicijskih plesova djeca upoznaju pjesme i plesove svojih predaka te razvijaju ljubav prema svojoj tradiciji i vrijednosti kulturne baštine.

Važno je spomenuti da je za Istru karakteristično da se pod jednim nazivom skrivaju različita glazbala i pod jednim glazbalom različiti nazivi. Stanovnici jednog mjesta su često nazivali jedno glazbalo jednim nazivom, dok su drugi stanovnici tvrdili da je to nešto sasvim drugo. Svirači tradicijskih instrumenata su gotovo nepoznanica. Slično je i s plesovima. Neki su potpuno zaboravljeni ili imaju drukčije značenje od onoga iz prošlosti. Neki plesovi imaju više inačica i teško je odrediti koja je originalna i prvotna. U nekim mjestima počele su se uvoditi nove figure u balun, a uvođenje novoga u tradicijsko znači gubljenje plesa. Glavna zadaća kulturno-umjetničkih društava je očuvati prvotne običaje, stvaralaštvo i poštivati kulturu predaje. Narodne nošnje se više ne nose i moguće ih je vidjeti tek kao izložke u muzeju ili na folklornim izvođačima. One su dio kulturne baštine i povezane su s načinom života pojedinog naroda. Prikazuju kulturne i društvene posebnosti pojedinog područja.

Učenje izvođenja tradicijskih plesova utječe na razvoj sposobnosti, poboljšava osjećaj za ritam i utječe na pravilno držanje tijela. Mladi koji su u folklornim

skupinama razvijaju ljubav i poštovanje, njeguju kulturnu baštinu, proširuju znanja o svojoj i tuđoj okolini te pokazuju veću znatiželju za tradiciju i narodno stvaralaštvo.

Potrebno je negovati tradicijsku kulturu i prikazati autentičnu sliku narodnih plesova Istre. To je naš identitet, nešto što možemo obnoviti neprestanim prenošenjem s generacije na generaciju. Našu kulturnu baštinu potrebno je otrgnuti od zaborava, oživjeti i prikazati drugima kako bismo spojili tradiciju i suvremeno doba. Ako čuvamo baštinu, čuvamo i sve ono od čega smo potekli.

9. Literatura

1. Božić, D., Ilić, O., Mercandel, T.: *Folklorni plesovi Istre Strukture suvremenog i mažoret plesa*, Sveučilište Jurja Dobrile u Puli, 2012., Pula
2. Greene Haas, J.: *Ples – anatomija*, Ilustrovani vodič za poboljšanje fleksibilnosti, snage i definisanosti mišića, DATASTATUS, 2010., Beograd
3. Horvatin-Fučkar, M., Tkalčić, S., Jerković, S.: *Razvoj bazičnih motoričkih sposobnosti kod predškolaca u plesnoj školi*, Radovi u zbornicima skupova – stručni rad, 2004.
4. Ivančan, I.: *Istarski narodni plesovi*, Institut za narodnu umjetnost, 1963., Zagreb
5. Oreb, G., Vlašić, J., Zagorc, M.: *Učinkovitost plesnog treninga na neke motoričke sposobnosti plesača narodnog plesa*, Znanstveni članak Sport Science, 2011.
6. Palčić, E.: *Ceranski balon kao životni stil i održiva tradicija*, Sveučilište u Rijeci, 2015., Rijeka
7. Radauš, Ribarić, J.: *Ženska narodna nošnja u Istri*, Institut za etnologiju i folkloristiku, 2013., Zagreb
8. Radauš, Ribarić, J.: *Narodne nošnje Hrvatske*, Spekar, 1975., Zagreb
9. Tomov, N.: *Narodna nošnja u Brestu (Istra–Ćićarija)*, <http://hrcak.srce.hr/file/98927>, 1930.

Popis slika

1. Mišnice (<http://www.iti-museum.com/hr/>, 18. 12. 2018.)
2. Roženice (<http://www.gajde.com/instrumenti/rozenice/>, 18. 12. 2018.)
3. Šurle (<http://www.iti-museum.com/hr/instrumenti/surle>, 18. 12. 2018.)
4. Vidalice (<http://www.iti-museum.com/hr/instrumenti/dvojnice>, 18. 12. 2018.)
5. Tamburica na dvije žice (<http://www.iti-museum.com/hr/>, 18. 12. 2018.)
6. Notni zapis: Balun (Božac, Božić, Prenc, Tkalčec, Vrtačić: Folklorni plesovi Istre u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture, CD)
7. KUD Uljanik – Balun (<http://www.kud-uljanik.hr>, 10. 01. 2019.)
8. Notni zapis: Šete paši (Božac, Božić, Prenc, Tkalčec, Vrtačić: Folklorni plesovi Istre u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture, CD/DVD)
9. Notni zapis: Stara polka i špic polka (Božac, Božić, Prenc, Tkalčec, Vrtačić: Folklorni plesovi Istre u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture, CD/DVD)
10. KUD Uljanik (<http://www.kud-uljanik.hr>, 10. 01. 2019.)
11. KUD Vodnjan (preuzeto iz osobne galerije KUD-a)
12. Istarske nošnje (<http://www.kud-uljanik.hr>, 22. 12. 2018.)
13. Ženska nošnja Istre (<http://www.hrvatskifolklor.net>, 22. 12. 2018.)

Sažetak

Ovaj rad je osvrst na istarske tradicijske plesove kao dio kulturne baštine, njihovu očuvanost i prenošenje iz naraštaja u naraštaj. Tradicijski narodni plesovi odražavaju povijesne i gospodarske osobitosti te prikazuju kulturu naroda. Folklorna društva i grupe njeguju tradiciju i kulturnu baštinu. Povijest plesa u Istri veže se uz razvoj tradicijskih folklornih instrumenata, a neki od značajnih su mišnice, roženice i šurle. Istarsku regiju obilježila je pojava parovnog plesa koja se ubrzano razvila. Neki su istarski tradicijski plesovi ostali sačuvani sve do danas te uče se i uvježbavaju u osnovnim školama ili u istarskim KUD-ovima. To su balun, šete paši, špic polka, balo di kušin i brojni drugi. Najrašireniji i najpopularniji ples u Istri je balun. Na području Istre djeluje mnoštvo kulturno-umjetničkih društava koji svojim radom njeguju narodne običaje, narodno stvaralaštvo i kulturu predaje. Ples pozitivno utječe i na djecu predškolske dobi te učenjem tradicijskih plesova kod njih se razvijaju sposobnosti, poboljšava se osjećaj za ritam, osjećaj za pokret i ljepotu izvođenja. U radu folklornih skupina s djecom mlađeg uzrasta Istarske županije uče se samo osnovni koraci koji odgovaraju njihovim motoričkim sposobnostima. Važno je razvijati ljubav i poštovanje prema svojoj kulturnoj baštini, njegovati i razvijati aspekte tradicijske kulture i prikazati autentičnu sliku tradicijskih plesova Istre.

Summary

This paper is a review of Istrian traditional dances as a part of cultural heritage, their preservation and transfer from generation to generation. Traditional folk dances reflect historical and economic particularities and represent the culture of the people. Folklore societies and groups cultivate tradition and cultural heritage. The history of an Istrian dance is linked to the development of traditional folklore instruments. Some of the most important are mišnice, roženice and šurle. The Istrian region was marked by the appearance of a dance in pairs that developed rapidly. Some traditional Istrian dances have been preserved until today and they are being taught and practiced in elementary schools or in folk ensembles in Istria. The most widespread and most popular dance in Istria is the Balun. There are many cultural societies and folk ensembles in the area of Istria, which cherished traditions and folklore. Dance also has a positive impact on preschool children, and by learning traditional dances, they develop abilities, improve feelings of rhythm, feelings of movement and beauty of performance. In the work of folklore with children of the younger age of the Istrian County, only the basic steps that are appropriate to their motor skills are taught. It is important to develop love and respect for cultural heritage, to cultivate and develop aspects of traditional culture and to display an authentic image of traditional dances of Istria.