

# SADRŽAJ

<b>I MUZIKA</b> .....	<b>7</b>
1. Istorijski razvoj muzike .....	8
2. Osnovni pojmovi u muzici .....	13
3. Realizacija elemenata muzike pokretom .....	17
3.1. Vježbe u mjestu .....	18
3.2. Vježbe u kretanju .....	19
<b>II PLESOVI</b> .....	<b>23</b>
1. Istorijski razvoj plesova .....	26
1.1. Predistorija .....	26
1.2. Stari vijek .....	27
1.3. Srednji vijek .....	28
1.4. Novi vijek .....	29
2. Podjela plesova .....	32
3. NARODNI PLESOVI .....	35
3.1. Podjela narodnih plesova .....	36
<i>Etnokoreološka područja</i> .....	37
3.2. Oblici, tipovi i stilovi igranja .....	40
3.2.1. <i>Koreografija</i> .....	43
3.2.2. <i>Narodne nošnje</i> .....	43
3.3. Tehnika narodnih igara .....	50
3.4. Primjeri nekih narodnih plesova .....	53
4. DRUŠTVENI PLESOVI .....	59
4.1. Standardni plesovi (klasični) .....	60
4.2. Sjevernoamerički plesovi .....	66
4.3. Latinoamerički plesovi .....	68
4.4. Savremeni plesovi .....	69

<b>5. SPORTSKI PLES</b> .....	<b>79</b>
5.1. Standardni plesovi .....	87
5.1.1. <i>Engleski valcer</i> .....	89
5.1.2. <i>Tango</i> .....	90
5.1.3. <i>Quickstep</i> .....	92
5.1.4. <i>Bečki valcer</i> .....	92
5.1.5. <i>Slow fox</i> .....	94
5.2. Latinoamerički plesovi .....	96
5.2.1. <i>Samba</i> .....	97
5.2.2. <i>Cha-cha-cha</i> .....	99
5.2.3. <i>Jive</i> .....	100
5.2.4. <i>Rumba</i> .....	102
5.2.5. <i>Paso doble</i> .....	104
5.3. Ples u formacijama .....	105
5.4. Pravilnik sportskog plesa (izvod) .....	107
<b>6. UMJETNIČKI PLES</b> .....	<b>121</b>
6.1. Istorijski razvoj baleta .....	123
6.2. Baletska tehnika .....	129
6.2.1. <i>Aplomb</i> .....	130
6.2.2. <i>Pozicije nogu</i> .....	131
6.2.3. <i>Pozicije ruku – Port de bras</i> .....	132
6.2.4. <i>Plie</i> .....	135
6.2.5. <i>Battement</i> .....	136
6.2.6. <i>Ron de jambe par terre</i> .....	138
6.2.7. <i>Passe par terre</i> .....	139
6.2.8. <i>Releve</i> .....	139
6.2.9. <i>Temps leve saute</i> .....	141
6.3. Savremeni balet .....	142
<b>Literatura</b> .....	<b>149</b>