

Valikaine: Tantsuõpetus

1. Üldalused

1.1. Õppe- ja kasvatuseesmärgid

Tantsuõpetusega taotletakse, et õpilane:

- 1) tunneb rõõmu tantsust ja huvitub tantsust kui kunstiliigist;
- 2) väärtustab tantsu inimese, kultuuri ja igapäevaelu rikastajana. Teab ja hoiab rahvuskultuuri traditsioone, osaleb selle edasikandmises. Mõistab ja austab erinevaid kultuure;
- 3) tunnetab, teadvustab ja arendab tantsulise liikumise kaudu oma enesekontrolli ja eneseväljendamise võimeid;
- 4) arendab ühistegevuste kaudu sotsiaalseid võimeid, sealhulgas suhtlemisoskust;
- 5) omandab teadmisi ja praktilist kogemust keha arengu seaduspärasustest ja liikumisviiside mitmekesisusest;
- 6) väärtustab tantsu vaimse ja füüsilise tervise ning emotsionaalse intelligentsuse arendajana;
- 7) mõtleb ja tegutseb loovalt ning väljendab end loominguliselt tantsuga seotud tegevuste kaudu;
- 8) väärtustab eetilist ja esteetilist väljendusviisi;
- 9) tajub tantsu kui elukestva liikumisharrastuse tähendust.

1.2 Õppeaine kirjeldus

Tantsuõpetuse kaudu omandab õpilane teadmisi keha arengu seaduspärasustest ja liikumisviiside mitmekesisusest. Tantsuõpetuse põhiülesanne on toetada õpilase ealist arengut praktilise õppe kaudu, mis haarab nii keha kui ka vaimu. Aktiivne õpe tähendab eelkõige tegevuslikku aktiivsust ja kogemist, mis kinnistab õpitut paremini. Tantsutundides õpitakse ja harjutatakse tunnetuse ja liigutustegevuse kaudu. Ühitatakse nii kunstiline eneseväljendus, kunstiloomes, kõne, muusika, rütm ja mäng kui ka nende igat liiki kombinatsioonid. Tantsutundides luuakse tingimused isiksuse sotsiaalseks ja emotsionaalseks arenguks. Tantsides arendatakse õpilase isikupära, oskusi tegutseda üksi ja koos, suhtlemis- ja koostöövõimet, ühtekuuluvustunnet ning sallivust. Tantsuõpetuses on esmane eakohasuse põhimõte, mille all mõistame ennekõike inimkeha füüsilise ja vaimse arengu seaduspärasusi. Tantsuõpetus toetab harmoonilise isiksuse kujunemist tantsulise eneseväljenduse kaudu, avab ning avardab võimalusi tantsuga tegeleda ja loovast tegevusest rõõmu tunda. Tantsuõpetuses tekib huvi loomingulise tegevuse vastu, kujuneb loomulik ja õige kehahoiak ning elukestev tervislik liikumisharjumus. Tantsuõpetuse kaudu on õpilasel võimalus tunda end kultuurikandjana, saades teadmisi pärimuskultuurist. Samuti saavad õpilased tunda uuenduslikku muutumist kultuuritraditsioonis, suhtumist uutesse kultuuriilmingutesse ning võimalust võrrelda massikultuuri, kõrgkultuuri ja pärimuskultuuri ning nende üle arutleda. Eesti ja maailma tantsukultuuri

tutvustamisega kujundatakse õpilaste silmaringi ning sotsiaalkultuurilisi väärtushinnanguid. Tantsuõpetus austab eesti tantsupraktikas väljakujunenud traditsioone ja on avatud erinevatele tantsustiilidele. Tantsuõpetus lahutamatud osad on tantsimine ja tantsu loomine ning tantsu jälgimine ja tantsust rääkimine. Tantsuõpetuse koostisosad on üksteisega mitmetähenduslikus ja tihedas seoses, seetõttu on neid keeruline eraldada. Tantsu vaatamise oskuste kujundamine on tähtis komponent tantsuõpetuses. Õpilaste silmaringi arendamiseks on vajalikud õppekäigud (sh virtuaalsed) etenduspaikadesse, muuseumidesse ja mujale. Õpilaste üldkultuurilised teadmised põhinevad teadlikkusel kohalikust, oma riigi ja Euroopa kultuuripärandist ning nende rollist maailmas. Oluline on tantsuelu korraldamine oma koolis, et õpilastel tekiks esinemise ja vaatamise harjumus ning ürituste korraldamise kogemus.

1.3. Hindamine

Õpitulemusi hinnates lähtutakse põhikooli riikliku õppekava üldosa ja teiste hindamist reguleerivate õigusaktide käsitlest. Tantsuõpetuses annab hindamine tagasisidet õpilase võimekuse ja tema individuaalse arengu kohta, on lähtekohaks järgneva õppe kujundamisele, stimuleerib ning motiveerib õpilast parematele tulemustele ja enesearendusele. Hinnatakse õpilase teadmiste ja oskuste rakendamist tantsulistes tegevustes, arvestades ainekavas taotletavaid õpitulemusi. Hindamisel arvestatakse kõiki tantsuõpetuse komponente: tantsimist, tantsu loomist, tantsu üle arutlemist ja teadmisi tantsuajaloost. Lisaks võetakse arvesse õpilase isiksuseomadusi ja osavõttu erinevatest tegevustest. Õpitulemusi hinnatakse suuliste sõnaliste ning numbriliste hinnetega. Tantsuõppes on soovituslik kasutada pigem protsessipõhist suulist ja kirjalikku sõnalist hindamist või tagasisidet. Õpitulemuste kontrollimise vormid on mitmekesised ning vastavuses õpitulemustega. Õpilane peab teadma, mida ja millal hinnatakse, mis hindamisvahendeid kasutatakse ning mis on hindamise kriteeriumid.

I kooliastmes hinnatakse peamiselt osavõttu loovmängulistest liikumistegevustest.

II kooliastmes on hindamisel suurem kaal erinevate tantsutehnikate tundmisel, õige tervisliku kehakasutuse praktikasse rakendamisel ja looval isikupärasel väljendusoskusel.

2. Temaatiline planeerimine astmeti

2.1. I kooliaste

(35 tundi)

Õppesisu	Õpitulemused
Tantsimine ja tantsu loomine. Tantsu jälgimine ja tantsust rääkimine.	
Tantsuelementide (aeg, ruum, jõud, keha) tundmaõppimine loovas tantsualases ja mängulises tegevuses. Laps õpib tundma oma keha ja kehaosade liikumisvõimalusi (nt painutus, sirutus, jooks,	Õpilane:

hüpe, jne), liikumist ruumis (suunad, tasandid); liigutuse iseloomu eristamist (jõuline, sujuv, terav, voolav jt). Liikumist ja tantsu õpitakse nii muusikaga kui ka ilma (keha-, rütmipill, tempo, paus, jne). Tasakaalu-, koordineerimis- ja teiste harjutuste ning repertuaari valikul väärtustatakse lapse enda loomingu panust (nt improvisatsiooni võimalused pärimustantsus ja loovmängus). Tegevuste valikul jälgitakse, et kaasatud oleksid kõik õpilased. Oluline on lapse individuaalse arengu toetamine ja rühmatööks vajalike põhimõtete tutvustamine ja rakendamine. Selles vanuseastmes rajatakse alus tantsuhuvile, tantsutraditsioonide säilitamisele ja edasikandmisele. Luuakse tingimused lapse tantsulise mõtlemise ja loovuse arenguks. Igale lapsele võimaldatakse tantsimise (sh esinemise) ning enda ja teiste liikumise jälgimise kogemus (eakohased tantsuetendused, kontserdid jm). Saadud kogemuste väljendamiseks kasutatakse erinevaid vorme (kirjutamine, vestlus, joonistamine jm). Õpitakse märkama liikumiste erinevust ja liikujate eripära. Õpilane õpib mõistma tantsutunnis kasutatavaid termineid ja väljendeid.

Õppetegevused:

- 1) tantsuelementide ja keha liikumisvõimaluste tundmaõppimine;
- 2) liikumise seostamine rütmi ja helidega;
- 3) tasakaalu- ja koordineerimisharjutuste õppimine ja sooritamine;
- 4) loovmängude mängimine;
- 5) lihtsamate pärimustantsude tantsimine;
- 6) tantsuürituste külastamine;
- 7) tantsu oskussõnavara mõistmine.

- 1) võtab osa liikumisharjutustest ja loovmängudest;
- 2) eristab tantsuelemente (keha ja kehaosade liikumisvõimalused: nt painutus, sirutus, jook, hüpe, jne; liikumine ruumis: suunad ja tasandid);
- 3) õpib tunnetama liikumise sisu ja meeleolu (jõuline, sujuv, terav, voolav jt);
- 4) seostab liikumist rütmi ja helidega;
- 5) sooritab lihtsamaid tasakaalu- ja koordineerimisharjutusi;
- 6) tantsib lihtsamaid pärimustantse;
- 7) huvitub tantsust nii koolis kui ka väljaspool kooli;
- 8) kirjeldab nähtud tantsu suunavate küsimuste järgi;
- 9) õpib mõistma tunnis kasutatavat oskussõnavara.

2.2. II kooliaste

(35 tundi)

Õppesisu	Õpitulemused
Tantsimine ja tantsu loomine. Tantsu jälgimine ja tantsust rääkimine.	
Õpilaste individuaalsete võimete arendamine, paaris- ja rühmatöö, mille käigus täienevad sotsiaalsed oskused. Tantsuõppe põhirõhk on lapse loovuse ja adekvaatse enesehinnangu arengul, keha teadlikul	Õpilane:

kasutamisel, loomulikul ja õigel kehahoiul, mis on aluseks tervisliku eluviisi kujunemisele. Kontsentratsioonivõime, usalduse, koordineerimise ja tasakaalu arendamiseks kasutatakse kontaktharjutusi ja akrobaatika elemente. Õpitakse arvestama liikumiste erinevuste ja liikuja eripäraga. Suureneb kasutatavate füüsiliste harjutuste intensiivsus ning oluline on tähelepanu pöörata treeningmetoodikale (nt venitusharjutused tunni lõpus). Süvendatult tegeletakse keha liikumisega ruumis (tasandid, suunad, joonised), liikumise ja liigutuste ulatuse ning iseloomuga (pehme, terav, voolav, järsk jne). Pööratakse enam tähelepanu teadlikule harjutamisele, täpsusele ja detailidele. Tantsulist mõtlemist ja liikumismälu arendatakse koreograafiliste jadade õppimise, loomise ja improviseerimise kaudu. Liikumise musikaalsusel ja muusikasse tantsimisel on suur roll. Tantsuhoiuhoidmiseks võetakse muusika valikul arvesse ka õpilaste eelistusi. Tantsu vaadates arendatakse analüüsivõimet, võrdlusoskust ja tantsuvaldkonna terminite kasutamise oskust. Tantsuüritustel osalemine sisaldab etenduste, kontsertide külastamist, esinemist või ühistantsimist. Kultuurilise järjepidevuse hoidmiseks ja rahvusliku identiteeditunde kujundamiseks tähtsustatakse kohalikku tantsutraditsiooni.

Õppetegevused:

- 1) loomuliku ja õige kehahoiaku kujundamine;
- 2) lihaskonna teadlik ja tasakaalustatud treenimine;
- 3) liikumismälu, koordineerimise ja tasakaalu arendamine;
- 4) erinevate tantsuelementide kombineerimise ja koostoime õppimine;
- 5) tantsimine muusikasse;
- 6) improviseerimisvõime arendamine;
- 7) tantsuüritustel osalemine;
- 8) tantsu oskussõnavara mõistmine ja kasutamine.

- 1) on teadlik loomulikust ja anatoomiliselt õigest kehahoiakust;
- 2) omandab esimesed teadmised tantsutreeningust;
- 3) sooritab erinevaid liikumiskombinatsioone;
- 4) omandab algteadmised tantsuelementidest ja nende koostoimest;
- 5) kombineerib tantsuelemente loomingulistes ülesannetes;
- 6) tantsib muusikasse ja liigub vastavalt rütmile;
- 7) tantsib pärimustantse;
- 8) osaleb meeleldi tantsulistes tegevustes, mõistab oma panust ning toetab;
- 9) osaleb tantsuüritustel ja huvitub oma kooli ja kodukoha tantsuelust;
- 10) avaldab oma arvamust tantsu kohta suunavate küsimuste ja omandatud tantsu oskussõnavara abil;
- 11) eristab tantsustiile ning leiab iseloomulikke jooni eesti ja teiste maade rahvatantsudes ja tunnustab kaaslast.