

LISA 10 VALIKÕPPEAINE RÜTMIKA JA TANTSUÕPETUS

1. ÜLDOSA

1.1. Õppe- ja kasvatuseesmärgid

Põhikooli 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 läbi ühistegevuste 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 seotudtegevuste kaudu;
- 8) väärtustab eetilist ja esteetilist väljendusviisi;
- 9) tajub tantsu kui elukestva liikumisharrastuse tähendust.

Õppe- eesmärgid 1. klassis

Pärimustantsu algne mõte on tantsimises endas, hinnata saab vaid tegevusest osavõttu. Tekitada huvi tantsulise liikumise vastu. Tantsulise liikumise algteadmiste õpetamine läbi pärimustantsu

ning loovliikumise. Erinevate ülesannete kaudu sotsiaalsete oskuste arendamine.

Õppe- eesmärgid 2. klassis

Pärimustantsu algne mõte on tantsimises endas, hinnata saab vaid tegevusest osavõttu. Tekitada huvi tantsulise liikumise vastu Tantsulise liikumise algteadmiste õpetamine läbi pärimustantsu ning loovliikumise. Erinevate ülesannete kaudu sotsiaalsete oskuste arendamine.

Õppe- eesmärgid 3. klassis

Pärimustantsu algne mõte on tantsimises endas, hinnata saab vaid tegevusest osavõttu. Tekitada huvi tantsulise liikumise vastu Tantsulise liikumise algteadmiste õpetamine läbi pärimustantsu ning loovliikumise. Erinevate ülesannete kaudu sotsiaalsete oskuste arendamine.

1.2. Õppeaine kirjeldus

Tantsuõpetuse kaudu omandab õpilane teadmisi keha arengu seaduspärasustest ja liikumisviiside mitmekesisusest.

Tantsuõpetuse keskseks ülesandeks on toetada õpilase ealist arengut praktilise õppe kaudu, mis haarab nii keha kui 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, kunstiloome, kõne, muusika, rütm ja mäng ning 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 eakohalisuse 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. Tantsuõpetuse koostisosad on:

- 1) tantsimine ja tantsu loomine;
- 2) tantsu jälgimine ja tantsust rääkimine.

Tantsuõpetus austab eesti tantsupraktikas väljakujunenud traditsioone ja on avatud erinevatele tantsustiilidele.

Tantsuõpetus on aine, mille 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.

Läbivate teemade, ühiste temaatiliste rõhuasetuste, õppeülesannete ja -viiside abil toetab tantsuõpetus kõigi teiste õppeainete omandamist. Tantsuõpetuse lõimimine põhikooli teiste õppeainetega eeldab kokkulepitud õppekorralduse ja hindamis põhimõtete järgimist, õpetajatevahelist koostööd pädevuste täpsustamisel õpetuse eesmärkide püstitamisel, õppesituatsioonide loomisel ja eri ainetele ühiste probleemide ja mõistestiku määratlemisel.

1.3. Õppetegevus

Õppetegevust kavandades ja korraldades:

- 1) lähtutakse õppekava alusväärtustest, üldpädevustest, õppeaine eesmärkidest, õppesisust ja oodatavatest õpitulemustest ning toetatakse lõimingut teiste õppeainete ning läbivate teemadega;
- 2) taotletakse, et õpilase õpikoormus (sh kodutööde maht) on mõõdukas, jaotub õppeaasta ulatuses ühtlaselt ning jätab piisavalt aega puhata ja huvitegevustega tegeleda;
- 3) kasutatakse mitmekesist ja tänapäevast õppemethodikat ja diferentseeritud õppeülesandeid, võimaldatakse õppida individuaalselt ning koos teistega (üksi, paaris jarühmas);
- 4) rakendatakse nii traditsioonilisi kui ka tänapäevaseid info- ja kommunikatsioonitehnoloogiatel põhinevaid õppematerjale ja –vahendeid erinevates õpikeskkondades (etendus, kontsert, teater, muuseum, stuudio, tantsukool, looduskeskkond, raamatukogu, arhiiv, internet jne);
- 5) tantsutunnid planeeritakse tunniplaani osana ja viiakse läbi selleks sobivates ruumides.

I kooliastme õppetegevused:

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

I kooliastmes on kesksel kohal tantsuelementide (aeg, ruum, jõud, keha) tundmaõppimine loovas tantsualases ja mängulises tegevuses. Laps õpib tundma oma keha ja kehaosade liikumisvõimalusi (nt painutus, sirutus, jooks, hüpe, jne), liikumist ruumis (suunad, tasandid); liigutuse iseloomu eristamist (jõuline, sujuv, terav, voolav jt).

Liikumist ja tantsu õpitakse nii muusikaga kui ilma (keha-, rütmipill, tempo, paus, jne).

Tasakaalu-, koordinatsiooni- ja teiste harjutuste ning repertuaari valikul väärtustatakse lapse enda loomingulist panust (nt improvisatsiooni võimalused pärimustantsus ja loovmängus).

Tegevuste valikul jälgitakse, et kaasatud oleksid kõik õpilased.

Oluline on lapse individuaalse arengu toetamine ja rühmatöös 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.

1.4. 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 peavad olema 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 ja III kooliastmes on hindamisel suurem kaal erinevate tantsutehnikate tundmisel, õige tervisliku kehakasutuse praktikasse rakendamisel ja looval isikupärasel väljendusoskusel. III astmes hinnatakse ka teadmistel põhinevat arutlusoskust.

2. I KOOLIASTE

2.1. Õpitulemused

I kooliastme õpitulemused kajastavad õpilase head saavutust.

3. klassi lõpetaja:

- 1) osaleb meelevõetavalt tantsulistes tegevustes;
- 2) osaleb loovmängudes ja oskab arvestada reeglitega;
- 3) jälgib tantsu ja räägib tantsust suunavate küsimuste abil.

Õpitulemused 1. klassis

Õpilane:

- 1) osaleb meelevõetavalt tantsulistes tegevustes;
- 2) jälgib tantsu ja räägib tantsust suunavate küsimuste abil;
- 3) oskab kõnni-, hüpak-, jooksu-, galopisammu;
- 4) teab õpitud tantsude nimesid.

Õpitulemused 2. klassis

Õpilane:

- 1) osaleb meelevõetavalt tantsulistes tegevustes;
- 2) osaleb loovmängudes ja oskab arvestada reeglitega;
- 3) jälgib tantsu ja räägib tantsust suunavate küsimuste abil.
- 4) õpilane oskab viie tantsu põhisamme (samba, rumba, cha-cha-cha, jive, aeglane valss);

5) tunneb ära ja oskab plaksutada iga tantsu rütmi.

Õpitulemused 3. klassis

- 1) õpilane oskab kuute tantsu (samba, rumba, cha-cha-cha, jive, aeglane valss, viini valss);
- 2) tunneb ära vastava tantsu muusika ja püsib rütmis;
- 3) teab tantsude ajaloolist tausta;
- 4) oskab hoida korrektset tantsuvõtet.

2.2. Õppesisu

2.2.1. Tantsimine ja tantsu loomine

Õpilane:

- 1) võtab osa liikumisharjutustest ja loovmängudest;
- 2) eristab tantsuelemente (keha ja kehaosade liikumisvõimalused: nt. painutus, sirutus, jooks, 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.

2.2.2. Tantsu jälgimine ja tantsust rääkimine

Õpilane:

- 1) huvitub tantsust nii koolis kui ka väljaspool kooli;
- 2) kirjeldab nähtud tantsu suunavate küsimuste järgi;
- 3) õpib mõistma tunnis kasutatavat oskussõnavara.

Õppesisu 1. klassis

Õpilane võtab osa liikumisharjutustest ja loovmängudest. Teab ja oskab teha õpitud tasakaaluharjutusi, painduvus- ja liikumisharjutusi, talle on tuttav kehahoiutreening, oskab koordineerimise harjutusi ning põhiliikumisi (kõnd, jooks, hüpe) sh põhiliigutusi (kummardused, kükid, vibutused, kallutused) jm. Ta eristab tantsuelemente (keha ja kehaosade liikumisvõimalused:

nt. painutus, sirutus, jooks, hüpe, jne.; liikumine ruumis: suunad ja tasandid) Õpib tunnetama liikumise sisu ja meeoleolu (jõuline, sujuv, terav, voolav jt.). Õpilane seostab liikumist rütmi ja helidega. Rütmiline liikumine: rütmiharjutused kätega, jalgadega, abivahenditega. Tantsib lihtsamaid pärimustantse (Pärimustants: kõnni-, jooksu-, galopp-, hüpaksamm).

Õppesisu 2. klassis

Õpilane oskab tantsida valitud seltskonnatantse, teab neile vastavad tantsuvõtteid ja liikumisskeeme. Tantsib õpitud samme üksi ja koos paarilisega. Oskab paikneda ruumis teisi segamata. Tantsib lihtsamaid pärimustantse (Pärimustants: kõnni-, jooksu-, galopp-, hüpaksamm).

Õppesisu 3. klassis

Õpib juurde uusi tantsufiguure, tutvub pöörde ja pöördumisega. Teab tantsudes kasutatavaid põhimõisteid. Oskab hinnata enda tantsuoskust. Omandab ruumitaju ja oskab vastavalt sellele liikuda. Valitud seltskonnatantsud, neile vastavad tantsuvõtted ja liikumisskeemid. Õpitud sammude tantsimine üksi ja koos paarilisega. Oskus paikneda ruumis teisi segamata.

2.3. Füüsiline õpikeskkond

Tantsutunnid planeeritakse tunniplaani osana ja viiakse läbi selleks sobivates ruumides. Tantsutunnid toimuvad soovituslikult spetsiaalselt sisustatud ruumis: tantsusaalis, kus on vetruv tantsupõrand, ventilatsioon, kaetavad peeglid, põrandapind 10x10 meetrit, puhas kõrgus 3,5 meetrit, heliisolatsioon, kaasaegne helitehnika, klaver või süntesaator, arvuti, projektor ja ekraan. Tunde võib pidada ka aulas või mõnes muus tantsuõpetuseks sobivas ruumis. Oluline on jälgida, et tunnis osalejatel on sobiv riietus ja jalatsid. Tantsusaali kõrval on abiruumidena riietumis- ja pesemisvõimalused. Tantsusaalis peavad vahendid olema paigutatud nii, et neid oleks käepärane kasutada ning asjadelpeavad olema kindlad hoidmise kohad.

Muud vahendid:

- 1) õppekirjandus;
- 2) fonoteek (CDd, DVDd, VHSid);

- 3) vahendid pärimus-ja loovtantsude tantsimiseks: rätid, pulgad, pallid jm.;
- 4) vahendid helide tekitamiseks: rütmipillid (kõristid, kõlapulgad, triangelid jne);
- 5) võimlemismatid;
- 6) vahendid füüsilise arendamiseks: hüppenöörid, linnid, võimlemisrõngad jm;
- 7) kaasaegne infotehnoloogia.