



Valikaine – RAHVATANTS

I, II kooliaste

1. Üldalused

1.1 Valdkonnapädevus

- õpilane huvitub tantsust kui kunstiliigist;
- tunnetab, teadvustab ja arendab tantsulise liikumise kaudu oma enesekontrolli ja eneseväljendamise võimeid;
- arendab läbi ühistegevuste sotsiaalseid võimeid, sealhulgas suhtlemisoskust;
- omandab teadmisi ja praktilist kogemust keha liikumise seaduspärasustest ja liikumisviiside mitmekesisusest;
- väärtustab tantsu vaimse ja füüsilise tervise arendajana;
- mõtleb ja tegutseb loovalt ning väljendab end loominguliselt tantsuga seotud tegevuste kaudu;
- väärtustab eetilist ja esteetilist väljendusviisi, oskab seostada tantsukunsti teiste kunstiliikide ning eluvaldkondadega

1.2. Ainevaldkonna õppeainete arvestuslik maht

	I kooliaste		II kooliaste		
Klass	2. klass	3. klass	4.klass	5.klass	6.klass
Õppeaastas toimuvate tundide arv	12 tundi	12 tundi	12 tundi	35 tundi	12 tundi

1.3 Õppeaine kirjeldus

Tantsuõpetuse kaudu omandab õpilane teadmisi ja kogemusi keha liikumise seaduspärasustest ja liikumisviiside mitmekesisusest. Tantsuõpetuse keskseks ülesandeks on toetada õpilase kehalist ja vaimset arengut praktilise õppe kaudu. Tantsutundides õpitakse ja harjutatakse tunnetuse ja liigutustegevuse kaudu, ühendatakse tantsutehnika ja loov eneseväljendus. Tantsuõpetus avab ja avarab võimalusi tantsuga tegeleda, tekitab huvi loomingulise tegevuse vastu ning kujundab anatoomiliselt korrektset kehahoidu. Tantsuõpetus võimaldab õpilasel tunda end kultuurikandjana, saada teadmisi pärimuskultuurist. Tantsuõpetuse koostisosad on: tantsimine ja tantsu loomine; tantsu vaatamine ja analüüsimine.

1.4 Lõiming

Eesti keel: rahvapärilised lood; liisusalmid, koha- ja ajamäärsõnad, tähelepanu kõne ja tegevuse jälgimisel, peenmotoorika arendamine. Muusika: oskus kuulata, liikuda vastavalt helile ja rütmile; oskus heli tekitada. Loodusõpetus: nähtuste jõud ja tugevus, pehmus ja liikuvus; matkimine; rütmid elus ja looduses. Kunsti- ja tööõpetus: loov eneseväljendus; erinevate ametite kujutamine; rekvisiidid, lavakujundus ja kostüüm. Matemaatika: paaris ja paaritu, liikumine kujundites, korduvtegevused 2, 4 või 8 korda. Kehaline kasvatus: liikumismängud ja reeglistik; kehahoid ja -asendid; koordineerimine. Võõrkeel: mõisted, tantsuterminid.

1.5. Õppetegevuse kavandamise ja korraldamise põhimõtted



- 1) lähtutakse õppekava alusväärtustest, üldpädevustest, õppeaine eesmärkidest, õppesisust ja oodatavatest õpitulemustest ning toetatakse lõimingut teiste õppeainete ja läbivate teemadega;
- 2) tantsutundides õpitakse ja harjutatakse tunnetuse ja liigutustegevuse kaudu, ühendatakse tantsutehnika ja loov eneseväljendus. Tantsuõpetus avab ja avardab võimalusi tantsuga tegeleda, tekitab huvi loomingulise tegevuse vastu ning kujundab anatoomiliselt korrektset kehahoidu.
- 3) võimaldatakse õppida üksi ning üheskoos teistega (iseseisvad, paaris- ja rühmatööd), et toetada õpilaste kujunemist aktiivseteks ning iseseisvateks õppijateks;
- 4) kasutatakse diferentseeritud õppeülesandeid, mille sisu ja raskusaste toetavad individualiseeritud käsitlust ning suurendavad õpimotivatsiooni;

1.6. Hindamine

Õpitulemuste hindamine toimub vastavalt Väike-Maarja Gümnaasiumi õppekava lisa 4. Hindamisel kasutatakse kujundavat ja kokkuvõtvat hindamist. Kujundava hindamise puhul keskendutakse eelkõige õpilase arengu hindamisele ja õpitulemuste saavutamisele. Hindamise meetodid on kirjeldatud e-Koolis esimese tunni kirjelduses. Hindamine on mitmeeristav. 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. Tagasisides arvestatakse kõiki tantsuõpetuse komponente: tantsimist, tantsu/liikumise loomist, tantsu üle arutlemist. Lisaks võetakse arvesse õpilase isiksuseomadusi ja osavõttu erinevatest tegevustest.

1.7. Õppekeskkonna kujundamise põhimõtted

Õppimist toetav õppekeskkond kujundatakse viisil, kus luuakse kultuuritundlik, üksteist austav, kaasav, vastastikku hooliv ja toetav, turvaline, kiusamis- ja vägivallavaba õppekeskkond, mis rajaneb usalduslikel suhetel, sõbralikkusel ja heatahtlikkusel ning kus märgatakse ja tunnustatakse õpilase pingutusi ja õpiedu. Aktsepteeritakse erinevate seisukohtade olemasolu, arutletakse nende üle ning hinnatakse neid, lähtudes allikatest, tõendusvahenditest ning demokraatliku ühiskonna aluspõhimõtetest.

1 Ainekavad

2.1 Õppesisu

I kooliaste	Maht	Teemad
2.klass	12 tundi	Rütm - Keha ja kehaosade liikumisvõimalused: painutus, sirutus, kägar, jooks, hüpe, vetrumine, jne - Lihtsamad põhisammud: kõnnisamm, jooksusamm, hüpaksamm, galopisamm, lõppsamm



		<ul style="list-style-type: none">- Tantsuasendid ja –võtted: liikumine sõõris, paarilisega kõrvuti ringjoonel, ringjoonel järjestikku, käed-kätes, käevang, käed puusal- Lihtsammude kombinatsioonid Rahvatants <ul style="list-style-type: none">- Eesti traditsioonilisemad laulumängud: “Üks ühte”, “Roti pulmad”, “Hiir hüppas”, “Me lähme rukist...”, „Ringilaul“- Eesti rahvatantsud: “Kägara”, “Kupparimuori”- Lihtsam lastetants
Õpitulemused 2. klassi lõpuks		
1) mõtleb loovalt 2) on teadlik õigest kehahoiust; 3) omab kehalise eneseväljenduse kogemust; 4) tunneb õpitu piires ära erinevaid pärimustantse ja nende tantsimiseks sobiva muusika; 5) valdab eesti rahvatantsu oskussõnavara õpitu piires; 6) on koostöövalmis, oskab kavandada ja hinnata enda panust rühmatöös;		
	Maht	Teemad
3. klass	12 tundi	Rütm <ul style="list-style-type: none">- Keha ja kehaosade liikumisvõimalused: painutus, sirutus, kägar, jooks, hüpe, vetrumine, jne- Lihtsamad põhisammud: kõnnisamm, jooksusamm, hüpaksamm, galopisamm, lõppsamm, käärhüpped, vahetussamm, külgsamm- Tantsuasendid ja –võtted: liikumine sõõris, paarilisega kõrvuti ringjoonel, ringjoonel järjestikku, käed-kätes, käevang, käed puusal- Lihtsammude kombinatsioonid- Galopp paaris – süldvõttes, valsivõttes, tantsides diagonaalil või ringjoonel Rahvatants <ul style="list-style-type: none">- Eesti traditsioonilisemad laulumängud: “Üks ühte”, “Roti pulmad”, “Me lähme rukist...”, „Kaks sammu sissepoole“- Tantsusüit rahvapärasest galopisammust ja hüpaksammust- Eesti rahvatantsud: “Kägara”, “Kupparimuori”, „Oige ja vasemba“
Õpitulemused 3. klassi lõpuks		
1) mõtleb loovalt 2) on teadlik õigest kehahoiust; 3) omab kehalise eneseväljenduse kogemust; 4) tunneb õpitu piires ära erinevaid pärimustantse ja nende tantsimiseks sobiva muusika; 5) valdab eesti rahvatantsu oskussõnavara õpitu piires; 6) on koostöövalmis, oskab kavandada ja hinnata enda panust rühmatöös;		



II kooliaste	Maht	Teemad
4. klass	12 tundi	Rütm - Keha ja kehaosade liikumisvõimalused: painutus, sirutus, kägar, jooks, hüpe, vetrumine, jne - Tantsumõisted: päripäeva, vastupäeva, viirud, kohavahetus, kätlemine - Lihtsamad põhisammud: kõnnisamm, jooksusamm, hüpaksamm, galopisamm, lõppsamm, käärhüpped, vahetussamm, külgsamm - Tantsuasendid ja –võtted: liikumine sõõris, paarilisega kõrvuti ringjoonel, ringjoonel järjestikku, käed-kätes, käevang, käed puusal - Lihtsamade kombinatsioonid - Galopp paaris – süldvõttes, valsivõttes, tantsides diagonaalil või ringjoonel Rahvatants - Eesti traditsioonilisemad laulumängud - Tantsusüit rahvapärasest galopisammust ja hüpaksammust - Eesti rahvatantsud: “Kägara”, “Kupparimuori”, „Oige ja vasemba“; korduvtuurilised tantsud
Õpitulemused 4. klassi lõpuks		
1) mõtleb loovalt 2) on teadlik õigest kehahoiust; 3) omab kehalise eneseväljenduse kogemust; 4) tunneb õpitu piires ära erinevaid pärimustantse ja nende tantsimiseks sobiva muusika; 5) valdab eesti rahvatantsu oskussõnavara õpitu piires; 6) on koostöövalmis, oskab kavandada ja hinnata enda panust rühmatöös;		
	Maht	Teemad
5. klass	35 tundi	Rütm - Keha ja kehaosade liikumisvõimalused: painutus, sirutus, kägar, jooks, hüpe, vetrumine, jne - Tantsumõisted: päripäeva, vastupäeva, viirud, kohavahetus, kätlemine - Lihtsamad põhisammud: kõnnisamm, jooksusamm, hüpaksamm, galopisamm, lõppsamm, käärhüpped, vahetussamm, külgsamm - Tantsuasendid ja –võtted: liikumine sõõris, paarilisega kõrvuti ringjoonel, ringjoonel järjestikku, käed-kätes, käevang, käed puusal - Lihtsamade kombinatsioonid - Mitmest (neljast) osast koosnevad rütmikombinatsioonid, liikumise alustamine ja



		<p>lõpetamine muusikat (rütmi) järgides. Suunajalg, suuna muutmine 8-taktilist muusikalist pikkust arvestades</p> <ul style="list-style-type: none">- Asendid paarilise suhtes (ringjoonel, kodarjoonel, rinnati, seljati)- Galopp paaris – süldvõttes, valsivõttes, tantsides diagonaalil või ringjoonel <p>Rahvatants</p> <ul style="list-style-type: none">- Eesti traditsioonilisemad laulumängud- Tantsusüit rahvapärasest galopisammust ja hüpaksammust- Vanad seltskonnatantsud- Eesti rahvatantsud: “Kägara”, „Kaera-Jaan“, „Kalamies“, “Kupparimuori”, „Oige ja vasemba“; korduvtuurilised tantsud
Õpitulemused 5. klassi lõpuks		
<p>1) mõtleb loovalt 2) on teadlik õigest kehahoiust; 3) omab kehalise eneseväljenduse kogemust; 4) tunneb õpitu piires ära erinevaid pärimustantse ja nende tantsimiseks sobiva muusika; 5) valdab eesti rahvatantsu oskussõnavara õpitu piires; 6) on koostöövalmis, oskab kavandada ja hinnata enda panust rühmatöös;</p>		
	Maht	Teemad
6. klass	12 tundi	<p>Rütm</p> <ul style="list-style-type: none">- Keha ja kehaosade liikumisvõimalused: painutus, sirutus, kägar, jooks, hüpe, vetrumine, jne- Tantsumõisted: päripäeva, vastupäeva, viirud, kohavahetus, kätlemine- Lihtsamad põhisammud: kõnnisamm, jooksusamm, hüpaksamm, galopisamm, lõppsamm, käärhüpped, vahetussamm, külgsamm- Tantsuasendid ja -võtted: liikumine sõõris, paarilisega kõrvuti ringjoonel, ringjoonel järjestikku, käed-kätes, käevang, käed puusal- Lihtsamude kombinatsioonid- Mitmest (neljast) osast koosnevad rütmikombinatsioonid, liikumise alustamine ja lõpetamine muusikat (rütmi) järgides. Suunajalg, suuna muutmine 8-taktilist muusikalist pikkust arvestades- Asendid paarilise suhtes (ringjoonel, kodarjoonel, rinnati, seljati)- Galopp paaris – süldvõttes, valsivõttes, tantsides diagonaalil või ringjoonel <p>Rahvatants</p> <ul style="list-style-type: none">- Eesti traditsioonilisemad laulumängud



		<ul style="list-style-type: none">- Tantsusüit rahvapärasest galopisammust ja hüpaksammust- Eesti rahvatantsud: "Kägara", „Kaera-Jaan“, „Kalamies“, "Kupparimuori", „Oige ja vasemba“; korduvtuurilised tantsud
Õpitulemused 6. klassi lõpuks		
<ol style="list-style-type: none">1) mõtleb loovalt2) on teadlik õigest kehahoiust;3) omab kehalise eneseväljenduse kogemust;4) tunneb õpitu piires ära erinevaid pärimustantse ja nende tantsimiseks sobiva muusika;5) valdab eesti rahvatantsu oskussõnavara õpitu piires;6) on koostöövalmis, oskab kavandada ja hinnata enda panust rühmatöös;		

