GÜMNAASIUM

VALIKAINE TANTSUÕPETUS

1. Üldalused

1.1. Õppe- ja kasvatuseesmärgid

Gümnaasiumi tantsuõpetusega taotletakse, et õpilane:

- huvitub tantsust kui kunstiliigist;
- väärtustab tantsu inimese, kultuuri ja igapäevaelu rikastajana. Teab ja hoiab rahvuskultuuri traditsioone, osaleb selle edasikandmises. Mõistab ja austab erinevaid kultuure;
- 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, tunneb tantsuvaldkonda selle erinevates stiilides ja vormides;
- väärtustab tantsu vaimse ja füüsilise tervise ning emotsionaalse intelligentsuse 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;
- tajub tantsu kui elukestva liikumisharrastuse tähendust, teab tantsu ja sellega seonduvate valdkondade edasiõppimise võimalusi.

1.2. 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 avardab võimalusi tantsuga tegeleda, tekitab huvi loomingulise tegevuse vastu ning kujundab anatoomiliselt korrektset kehahoidu. Tantsuõpetus toetab õpilase sotsiaalset, intellektuaalset ja emotsionaalset arengut; harmoonilise isiksuse kujunemist ning elukestva tervisliku liikumisharjumuse kujunemist. Tantsuõpetus võimaldab õpilasel tunda end kultuurikandjana, saada teadmisi pärimuskultuurist, tajuda kultuuritraditsioonide muutumist, kujundada suhtumist erinevatesse kultuuriilmingutesse, võrrelda massikultuuri, kõrgkultuuri ja pärimuskultuuri. Eesti ja maailma tantsukultuuri tutvustamisega kujundatakse õpilaste silmaringi ning sotsiaalkultuurilisi väärtushinnanguid.

Tantsuõpetuse koostisosad on:

- tantsimine ja tantsu loomine;
- tantsu vaatamine ja analüüsimine.

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 ja mujale. Õpitavad 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 sündmuste korraldamise kogemus.

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

2. Ainekava ülesehitus

Gümnaasiumi tantsuõpetuse ainekava koosneb 35-tunnilistest kursustest, mida võib rakendada ükshaaval, vabas järjestuses ja/või omavahel integreerituna. Ainekava sisaldab järgmisi kursusi:

Kursus 1 Rahvatants
Kursus 2 Standard- ja ladina tantsud
Kursus 3 Kaasaegne tants
Kursus 4 Klassikaline tants
Kursus 5 Tantsukompositsioon

2.1 Kursus 1 Rahvatants

Vanem aste

1 akadeemiline tund nädalas (35 tundi aastas)

Õpisisu

Rahvatantsu õpe koosneb pärimustantsu ja/või eesti rahvusliku lavatantsustiili õppimisest. Õpetaja valib õppesisu vastavalt enda pädevustele ja kogemustele ning õpilaste ettevalmistusele. Praktiline ja teoreetiline õpe on integreeritud.

Vanema astme rahvatantsuõppes kinnistatakse pärimustantsude tantsimiseks vajalikke teadmisi ning individuaalseid, paaris- ja grupitöö oskusi harjutades põhiliikumisi ning õppides rakendama traditsioonilisi improvisatsiooni- ja varieerimisviise. Õpitakse tundma kodukandi või Eesti erinevate piirkondade tantsupärimuse iseloomulikke jooni ja tüüpilisi tantse ning teiste rahvaste tantsutraditsioone. Tutvutakse eesti lavalise

rahvatantsu treeningsüsteemi, oskussõnavara ja põhielementidega ning kasutatakse neid koreograafiliste jadade õppimisel ja loomisel.

Tähelepanu all on iseseisva tantsulise mõtlemise süvendamine, loomingulise eneseväljenduse toetamine, õpilaste võimete edasiarendamine ja rakendamine. Õpitakse leidma rahvuslikus tantsuloomingus ideede väljendamiseks kasutatud kompositsioonivõtteid ja neid ka ise rakendama, luues õpilaste osavõtul grupi- ja individuaalkoreograafiaid, kus pööratakse tähelepanu tantsijate asetusele ruumis, tegevuse ajastatusele, tasanditele, suundadele, muusikale.

Rahvatantsu ajaloo ning tantsupärimuste käsitlemisel eelistatakse praktilisi tegevusi ning pööratakse tähelepanu ka nüüdiskultuuridele ning lähiajaloo perioodidele, stiilide ja žanrite erinevustele. Tantsu seostatakse teiste kunstiliikidega (muusika, kujutav kunst) ning loomeprojektides tehakse koostööd pärimusmuusika, rahvusliku käsitöö, multimeedia, sõnateatri vm valdkondadega. Tantsusündmustel osalemine sisaldab etenduste, kontsertide külastamist, esinemist, osavõttu festivalidest, õpitubadest, loomingulistest projektidest või ühistantsimistest, sh tantsupidudest. Rahvatantsuõpe hõlmab ka erinevate esituste vaatamist ja nende üle arutlemist. Kultuurilise järjepidevuse hoidmiseks ja identiteeditunde tugevdamiseks väärtustatakse kohalikku tantsutraditsiooni ja tutvutakse rahvusvahelise tantsueluga õppides ka teiste rahvaste tantse, erinevate koreograafide töid, osaledes festivalidel jne.

Õpitulemused

Gümnaasiumi tantsuõpetuse ainekava rahvatantsu mooduli läbinud õpilane:

1) mõtleb loovalt
2) on teadlik anatoomiliselt õigest kehahoiust;
3) omab kehalise eneseväljenduse ja esinemise kogemust;
4) tunneb õpitu piires ära erinevaid pärimustantse ja nende tantsimiseks sobiva muusika;
5) valdab eesti rahvatantsu oskussõnavara õpitu piires;
6) õpib, harjutab ja treenib eesmärgipäraselt, on koostöövalmis, oskab kavandada ja hinnata enda panust rühmatöös;
7) osaleb eri laadi pärimus- ja rahvatantsusündmustel ning tunneb neist rõõmu tantsija või vaatajana;
8) jälgib tantsu ja tantsusündmusi, räägib tantsust analüüsivalt ning põhjendades oma arvamust;
9) mõistab teadmiste ja pidevõppe tähtsust ning omab valmisolekut rahvatantsu kui elukestva liikumisharrastusega tegelemiseks.

2.2 Kursus 2 Standard- ja ladina tantsud

Vanem aste

1 akadeemiline tund nädalas (35 tundi aastas)

Üldine

Kursuse eesmärk on anda ülevaade põhilistest ladina ja standardtantsudest, nende ajaloost, tänapäevasest kasutusest; õpetada neid tantse algtasemel tantsima.

Õpisisu

Tähelepanu all on iseseisva tantsulise mõtlemise süvendamine, loomingulise eneseväljenduse toetamine, õpilaste võimete edasiarendamine ja rakendamine.

Õpilane:

1) õpib tundma ja kasutama ladina ja standardtantsudes esinevaid lihtsamaid figuure;
2) omandab teadmised kinnisest ja lahtises tantsuhoiust, oskab seda kasutada;
3) eristab ja kasutab erinevatele tantsudele iseloomulikku liikumistehnikat;
4) omandab algteadmisi lihaskonnast ja tasakaalustatud treenimisest;
5) mõistab hingamisharjutuste tähtsust ja hingamise seoseid liikumisega;
6) eristab erinevaid ladina ja standardtantse ning tunneb nende ajaloolist ja kultuurilist tausta;
7) õpib tantsu juhtima (meespartner) ja juhtimist kuulama (naispartner);
8) tantsib erinevaid ladina ja standardtantse.
9) oskab märgata ladina ja standardtantsude seoseid teiste tantsuliikidega;
10) osaleb esinemistel ja õppekäikudel, koolis korraldatavatel tantsuõhtutel;
11) saab ülevaate tantsuga seotud elukutsest ja võimalustest tantsu õppida;
12) osaleb meeleldi tantsulistes tegevustes ning väärtustab tantsuoskust kui eluks vajalikku.

Õpitulemused

1) suudab omandada ja taasesitada ladina ja standardtantsudes käsitletud liikumiskombinatsioone;
2) suudab kombineerida õpitud figuure. Meespartner oskab juhtida tantsu, naispartner oskab juhtimist kuulata;
3) jälgib tantsu ja räägib tantsust põhjendades oma arvamust.

Käsitletavad tantsud

Aeglane valss, Viini valss, tango, quickstep (fokstrott), samba, cha-cha-cha, rumba, jive. Õpetaja soovil võib lisaks käsitleda veel erinevaid moesolevaid vm seltskonnatantse (näit. salsa, mambo vm).

Soovituslikud figuurid

Aeglane valss: paremalepööre, vasakule pööre, kinnine vahetus

Viini valss: paremalepööre, vasakulepööre, kinnine vahetus

Tango: kõnnid, edasiliikuv külgsamm, edasiliikuv lüli, kinnine promenaad, vasakulepööre

Quickstep (ka fokstrott): seltskonnatantsu jaoks kohandatud põhiliikumine (veerandpöörded paremale ja vasakule) rütmiga aeglane, aeglane, kiire, kiire. Edaspidi quickstepis veerandpööre paremale, progressiivne chasse, lock step.

Samba: põhiliikumine paremale ja vasakule, põhiliikumine kõrvale, whisk, daami voltapöörded paremale ja vasakule.

Cha-cha-cha: põhiliikumine, checkid promenaadi ja vastandpromenaadi asendist, käsikäes, paigalpöörded paremale ja vasakule, daami käe-alt-pöörded paremale ja vasakule.

Rumba: Seltskonnatantsuna on soovitav kasutada ruutrumbat: põhiliikumine, lahkuliikumine, daami käe-alt-pöörded, checkid, promenaad. Käsitleda võib ka kuuba rumbat: põhiliikumine, checkid promenaadi ja vastandpromenaadi asendist, käsikäes, paigalpöörded paremale ja vasakule, daami käe-alt-pöörded paremale ja vasakule.

Jive: põhiliikumine, kohavahetus paremalt vasakule, kohavahetus vasakult paremale, kätlemine, hip bump.

Soovituslikud õppematerjalid

Standardtantsude õpikud, mille autoriteks on Guy Howard ja Alex Moore

Ladina tantsude õpik, mille autoriks on Walter Laird.

Antud autoritel on erinevaid õpikuid, mille väljaandmise aastad on alates 1960 kuni tänapäevani ning need kõik sobivad õppematerjaliks gümnaasiumiosa ladina ja standardtantsude õpetamisel.

Lyndon Wainwright. Palun tantsule. Odamees 2006

Muusikavalik

Standard- ja ladina tantsude muusikat saab tellida aadressilt www.casa-musica.de

2.3 Kursus 3 Kaasaegne tants

Vanem aste

1 akadeemilist tundi nädalas (35 õppetundi aastas)

Õpisisu

Õppe sisuks on kinnistada õpilase eelnevaid teadmisi kehatööst, liigutussooritusest, väljendusoskusest ning laiendada teadmisi kaasaegse tantsu valdkonnast.

Tutvutakse nii praktiliselt kui teoreetiliselt erinevate modern- ja kaasaegse tantsu koolkondadega ning nende treeningsüsteemi põhimõtetega. Traditsioonilised moderntantsu koolkonnad on: *Cunningham, Graham, Limon, Horton*. Kaasaegsed treeningpõhimõtted on: improvisatsioon, somaatilised liikumispraktikad jne. Õpetaja võib valida õppesisu vastavalt oma kogemustele ja vastavalt õpilaste ettevalmistusele.

Tutvutakse liigutuste omavahelise koostoimimisega ja seaduspärasustega: liigutuste ja aeg-ruumi suhetega ja seostega tantsukunsti meediumite vahel (selleks võib kasutada Labani liikumisteooria, *Laban/Bartenieff* liikumise analüüsi jt.). Õpe on praktiline, mille raames tutvustatakse ka käsitletavate teemade ajaloolist tausta. Iseseisva tööna kuulub õppesisusse tantsuetenduste/filmide/näituste külastamine, millele järgneb nähtu arutlus ja analüüs, mis on vajalik isikliku seisukoha ja arusaama kujunemiseks.

Õpitulemused

1) teadvustab oma keha liikumisharjumusi ja suudab sooritada liikumised fokusseeritult;
2) tunneb ära kaasaegseid liikumistehnikaid ja põhimõtteid õppesisu raames;
3) pöörab tähelepanu kehatöö ja liikumise tervislikele aspektidele;
4) teadvustab oma füüsilist ja loomingulist arengupotentsiaali läbi eneseanalüüsi;
5) omab eneseväljenduse ja esinemise kogemust;
6) oskab iseseisvalt ja grupis töötada;
7) valdab tantsuterminoloogiat õpitu raames;
8) on külastanud tantsuetendusi, -näitusi, -üritusi;
9) arutleb ja mõtestab nähtut ning kogetut.

2.4 Kursus 4 Klassikaline tants

Vanem aste

1 akadeemilist tundi nädalas (35 õppetundi aastas)

Vanem aste

1 akadeemilist tundi nädalas (35 õppetundi aastas)

Õpisisu

Õppe sisuks on õpilase eelnevaid tantsuoskusi täiendada teadmistega balletist ja sellele stilistikale omastest väljendusvahenditest: klassikalise tantsu kehatööst, liigutussooritusest, väljendusoskusest ning tutvustada balletti kui väljakujunenud lavatantsu stiili.

Tutvutakse nii praktiliselt kui teoreetiliselt balleti treeningsüsteemi põhimõtetega. Kaasaegsed treeningpõhimõtted on: osalemine iseseisvas ja grupitöös, vaatlus ja eneseanalüüs. Õpetaja võib valida õppesisu vastavalt oma kogemustele ja vastavalt õpilaste ettevalmistusele ning siduda balleti stilistikat teiste stilistikatega.

Õpe on praktiline, mille raames tutvustatakse ka käsitletavate teemade ajaloolist tausta ja arenguetappe. Iseseisva tööna kuulub õppesisusse balletietenduste/ filmide/ kontsertide/ videote vaatamine, millele järgneb nähtu arutlus ja analüüs, mis on vajalik isikliku seisukoha ja arusaama kujunemiseks.

Õpitulemused

1) teadvustab oma keha liikumisharjumusi ja suudab sooritada liikumised fokusseeritult;
2) tunneb ära balleti kui lavakunsti ning klassikalise tantsu treeningsüsteemi ja nende põhimõtted õppesisu raames;
3) teab balleti kehahoiakut, jalgade- ja käte positsioone, *plie`* ja *grand plie`,d,* baaselemente *par terre,* baashüppeid kahelt jalalt kahele jalale;
4) valdab rütmi ja omab muusikalist taju;
5) valdab stilistikale vajalikku koordinatsiooni õpitu raames ja oskab kasutada ruumi;
6) pöörab tähelepanu kehatöö ja liikumise tervislikele aspektidele;
7) teadvustab oma füüsilist ja loomingulist arengupotentsiaali läbi eneseanalüüsi;
8) oskab kasutada teadmisi balleti baasist teistes tantsustilistikates;
9) oskab iseseisvalt töötada arendades füüsilist mälu ja töötada grupis;
10) valdab tantsuterminoloogiat õpitu raames;
11) on külastanud balletietendusi, kontserte;
12) arutleb ja mõtestab nähtut ning kogetut.

2.5 Kursus 5 Tantsukompositsioon

Vanem aste

1 akadeemiline tund nädalas (35 tundi aastas)

Õpisisu

Tantsukompositsiooni mooduli sisuks on tantsude loomise ja kokkuseadmise algteadmiste õppimine. Õpetaja tutvustab õpilasele tööd tantsuloomise algelementidega: erinevaid mooduseid ruumis ja ajas liikumisel, tööd tantsuidee, karakterite ja liikumiskvaliteetidega, liikumisjooniste loomist, liikumiste ja tegevuste sidumise võimalusi omavahel ning ka muusika ja helidega jne. Õpetaja valib materjali edastamisviisi (näit tantsu- või liikumistehnika, praktiliste näidete ja teooria osa jne) vastavalt oma kogemustele ning õpilaste ettevalmistusele. Praktiline ja teoreetiline õpe on integreeritud.

Vanema astme tantsukompositsiooni õppes süvendatakse ja avardatakse õppija teadmisi ning kogemusi töös tantsu loomiseks vajalike algelementidega ning õpitakse neid praktiliste ülesannete kaudu rakendama. Individuaalse- ja grupitöö loovülesannete kaudu rakendatakse kompositsioonireegleid, katsetatakse erinevaid lähenemisviise tantsude kokkuseadmisel ja teiste kunstidega (muusika, disain, fotograafia, stsenograafia jne) sidumisel.

Tähelepanu all on õppija individuaalse tantsulis/kinesteetilise mõtlemise süvendamine, loomingulise eneseväljenduse toetamine ja grupitöö, õpilaste loominguliste võimete edasiarendamine ja füüsiline rakendamine.

Tantsukompositsiooni põhitõdede käsitlemisel eelistatakse praktiliste tegevuste tihedat integreerimist teoreetilise õppega ning pööratakse tähelepanu erinevate tantsutehnikate ning lahenduste käsitlemisele. Loomeprojektides tehakse koostööd muusika, käsitöö, kujutava kunsti, multimeedia, sõnateatri jt valdkondadega. Tantsusündmustel osalemine sisaldab etenduste, kontsertide külastamist, esinemist, osavõttu festivalidest, õpitubadest, loomingulistest projektidest. Olulisel kohal on nähtu – kogetu arutelu ja analüüs.

Õpitulemused

Tantsukompositsiooni aluste õppe läbinu

1) mõtleb loovalt;
2) on teadlik tantsukompositsiooni loomise alustest;
3) tunneb õpitu piires erinevaid tantsu loomise ja etendamise vorme;
4) valdab tantsukompositsiooni sõnavara õpitu piires;
5) suudab teha loomingulisi valikuid ja loomingulist tööprotsessi lõpuni viia;
6) omab kehalise eneseväljenduse kogemust;

7) oskab iseseisvalt etteantud materjaliga tööd teha;
8) on koostöövalmis, oskab kavandada ja hinnata enda panust rühmatöös;
9) osaleb eri laadi loomeprojektides ning tunneb neist rõõmu looja-, tantsija või vaatajana;
10) jälgib tantsu ja tantsusündmusi, räägib tantsust analüüsivalt põhjendades oma arvamust;
11) mõistab teadmiste ja pidevõppe tähtsust ning omab valmisolekut loovalt lähenema erinevatele lavalistele ning tantsuelulistele situatsioonidele.

3. Hindamine

Õpitulemusi hinnates lähtutakse gümnaasiumi riikliku õppekava üldosa ja teiste hindamist reguleerivate õigusaktide käsitlusest.

Tantsuõpetuses hinnatakse õpilase tööpanust ja tema individuaalset arengut, õpilase teoreetilisi teadmisi ja praktilisi oskusi; harjutus- ja loomeprotsessides osalemist ning iseseisva mõtlemise ja analüüsi võimet.

Tantsuõppes on soovituslik kasutada pigem protsessipõhist suulist ja/või kirjalikku sõnalist hindamist või tagasisidet. Õpitulemuste kontrollimise vormid peavad olema mitmekesised ning vastavuses õpitulemustega. Hindamise aluseks on soovitav võtta erinevaid õpitulemuste kontrollimise vorme (test, praktiline tund, eneseanalüüs, essee jne). Õpilane peab teadma, mida ja millal hinnatakse, milliseid hindamismeetodeid kasutatakse ning mis on hindamise kriteeriumid.

4. 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 vähemalt 10x10 meetrit, puhas kõrgus vähemalt 3,5 meetrit, heliisolatsioon, kaasaegne heli- ja videotehnika, klaver või süntesaator, arvuti, projektor ja ekraan jms. Tunde võib läbi viia ka aulas või mõnes muus tantsuõpetuseks sobivas ruumis. Tantsutunnis on osalejatel sobiv riietus ja jalatsid. Tantsusaali kõrval on abiruumidena riietumis- ja pesemisvõimalused. Tantsusaalis on õppevahendid paigutatud nii, et neid oleks käepärane kasutada, ning neil on kindlad hoidmise kohad.

Muud vahendid:

1) õppekirjandus;
2) video- ja fonoteek (CDd, DVDd, VHSid);
3) võimlemismatid;

4) erinevad vahendid füüsise arendamiseks.

Soovituslikud õppematerjalid

Kompositsiooni algtõed on kirjeldatud Mary Joyce´i raamatus "Loovtants/ metoodika ja näidistunnid".

Põhjalikumaks lugemiseks: J. Smith-Autard, Dance Composition: A Practical Guide to Creative Success in Dance Making (Performance Books), Bloomsbury Methuen Drama; Pap/DVD edition , 2010.

Internetist:
http://www.aylesford.kent.sch.uk/sites/files/Dance%20Composition%20handbook.pdf

Ainekava koostajad

1. kursus *Rahvatants* - Sille Kapper
2. kursus *Standard- ja ladina tantsud* - Silvia Purje, Tanel Keres
3. kursus *Kaasaegne tants* - Heili Lindepuu, Anne Tamm-Kivimets, Evelyn Tuul, Rene Nõmmik, Tiina Ollesk
4. kursus *Klassikaline tants* - Anu Ruusmaa, Marina Volkova, Liina Arumets
5. kursus *Tantsukompositsioon* - Mall Noormets, Eve Noormets