

GÜMNAASIUMI VALIKAINED „RAHVATANTS“ AINEKAVA

Alus: Vabariigi Valitsuse 06.01.2011. a määrus nr 2
„Gümnaasiumi riiklik õppekava“
(Vabariigi Valitsuse 23.02.2023 määruse nr 18 sõnastuses)

Valikkursus: Rahvatants

Valdkond	Kehaline kasvatus
Kursuse nimetus	Rahvatants
Eelduskursused	-
Lõimumine	Rahvatantsu valikaine pakub rikkalikke võimalusi lõimimiseks teiste õppeainetega, arendades samal ajal õpilaste kultuurilist teadlikkust, kehalist võimekust ja sotsiaalseid oskusi.
Õppetöö korraldus	70 tundi (2 korda nädalas) kontaktõppes. Kursust saab valida gümnaasiumiastmes igal õppeaastal.
Kursuse eesmärgid	Rahvatantsu ainekava eesmärkideks on arendada noorte loovust, enese väljendamise oskust, keha liikumisoskuste ja rütmitunnetuse arendamine, meeskonnatöö kujundamine. Süsteemse treeningu, näitemeisterlikkuse ja esinemisoskuste tulemusteni jõudmine ning kogemuste kujundamine, tervise tugevdamine, erinevate kehaliste võimete mitmekülgne arendamine: koordineerimine, vastupidavus, osavus, plastilisus. Eesmärgiks on tutvustada noortele meie esivanemate tantsuliikumisi, pärimuskultuuripärandi säilitamist ja edasiarendamist, rahvarõivaste kandmise oskust, pakkuda eduelamust ja tunnustust.
Kursuse õpitulemused	Rahvatantsu valikaine kursuse läbinud õpilane: <ol style="list-style-type: none">1) teab eesti rahvatantsu põhisamme ja oskab kasutada neid teadmisi üksi, paaris või rühmas;2) tantsimisel arvestab muusika ja kaaslastega;3) on teadlik anatoomiliselt õigest kehahoiust;4) tantsib ja analüüsib Eesti pärimus- või autoritantse ning tunneb huvi kohalike tantsutraditsioonide vastu;5) osaleb rahvatantsurühma tegevuses, järgib rühmas kehtivaid norme ning reegleid ja osaleb nende kujundamises, jagab liikmete ühist vastutust rühma tegevuse eest;6) jälgib tantsu ja räägib tantsust analüüsival, arutelval ja põhjendatud viisil;7) omab teadmisi rahvariiete kandmisest ja nende eest hoolitsemisest;8) tunneb esinemiskultuuri;9) tunneb tantsimisest rõõmu ja hindab tantsulist liikumist kui elukestvat tervislikku harrastust.
Kursuse sisu	Rahvatantsu õpe koosneb pärimustantsu või eesti rahvusliku lavatantsustiili õppimisest. Õppetöö peamiseks vormideks on praktiline tantsutund ja treening, lisanduvad vestlused ja arutelud, esinemised (etendused, kontserdid), laagrid, festivalid, osavõtt piirkondlikest ja üle-eestilistest rahvatantsusündmustest jm. Õppe mahtu arvestatakse akadeemilistes tundides (45 minutit). Õpe võib sisaldada iseseisvat tööd. Tantsuõpetuse põhiosa toimub kontaktõppe vormis. Enamus õppetööst viiakse läbi grupitundidena, vajadusel lisatakse individuaaltunde. Praktilistes grupitundides on õppemeetoditeks vaatlus ja jäljendamine, proovimine, harjutamine, treening, uurimine, katsetamine, paaris- ja

GÜMNAASIUMI VALIKAINED „RAHVATANTS“ AINEKAVA

	rühmatöö, analüüs, arutelu. Kursuse väljundiks on esinemised, milles teoreetilised ja praktilised teadmised ning oskused on ühendatud.
Õppetegevus	<p>Õpipädevus:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Keskendumine tantsuelementide avastamisele ja katsetamisele. • Tantsutreeningu ja kehateadlikkuse tähtsuse mõistmine, traditsiooniliste ja koreograafiliste liikumiste õppimine ning harjutamine. • Huvitatus õpitava repertuaari ajaloolisest taustast. <p>Tegevuspädevus:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Koostöö ja osalemine rahvatantsurühma tegevustes ühiste eesmärkide saavutamiseks. • Kodukohas toimuvate tantsusündmuste vastu huvi tundmine ja osavõtt. <p>Väärtuspädevus:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Seose tajumine omakultuuri ja teiste inimestega ühiste tantsuliste tegevuste kaudu. • Anatoomiliselt õige kehahoiu olulisuse hindamine ja tantsu rolli väärtustamine tervise tagamisel. <p>Enesemääratluspädevus:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tantsukunsti erinevate vormide väärtustamine ja osalemine tantsulistes tegevustes enda jaoks sobivas rollis (näiteks tantsija, eestvedaja). <p>Ainepädevus:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erinevate tantsustiilide (nt pärimustants ja rahvuslik lavatants) eristamine ja nende kultuurilise tausta tundmine. • Eesti rahvatantsu põhisammude tundmine ja oskused nende sooritamisel.
Hindamine	Hindamine on arvestuslik. Arvestuse saamiseks on nõutav õppetööst osavõtt 90% sh aktiivne osalemine nii treeningutel kui esinemistel. Hinnatakse õpilase tööpanust ja tema individuaalset arengut, õpilase teoreetilisi teadmisi ja praktilisi oskusi; harjutus- ja loomeprotsessides osalemist.
Õppematerjalid Kirjandus (soovituslik)	-