

*Alus: Valitsuse 6. jaanuari 2011. a määrus nr 1
 „Põhikooli riiklik õppekava“
 (Vabariigi Valitsuse 23.02.2023 määruse nr 18 sõnastuses)*

Rahvatants

Valdkond	Kehaline kasvatus
Valikaine nimetus	Rahvatants
Eeldusaine	-
Lõimumine	Rahvatantsu valikaine pakub rikkalikke võimalusi lõimimiseks teiste õppeainetega, arendades samal ajal õpilaste kultuurilist teadlikkust, kehalist võimekust ja sotsiaalseid oskusi.
Õppe kavandamine ja korraldamine	Rahvatantsu valikaine õpe on kavandatud viisil, mis võimaldab õpilastel omandada teadmisi Eesti rahvakultuurist, arendada füüsilist võimekust ning koostööoskusi läbi tantsulise liikumise. Õppetöös kasutatakse aktiivõppe meetodeid, sealhulgas praktilisi tantsuharjutusi, grupitööd ja paaritantsu. Kasutatakse muusikavahendeid tantsusammude õppimiseks. Tunnid toimuvad avaras ja hästi ventileeritud tantsusaalis või spordisaalis, kus on olemas helisüsteem muusika saatel tantsimiseks. Tantsutunnid on üles ehitatud praktilistele liikumisharjutustele, mis hõlmavad rahvatantsu põhisamme ja mustreid. Õpilastele antakse tagasisidet nende edusammude kohta ning neid juhendatakse ükshaaval, et aidata kaasa liigutuste täpsuse arendamisele.
Valikaine õppe- ja kasvatusesmärgid	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.
Õpitulemused	Õpilane <ol style="list-style-type: none"> 1) teab eesti rahvatantsu põhisamme ja oskab kasutada neid teadmisi üksi, paaris või rühmas; 2) arvestab tantsimisel muusika ja kaaslastega; 3) on teadlik anatoomiliselt õigest kehahoiust; 4) tantsib Eesti pärimus- või autoritantsu; 5) osaleb rahvatantsurühma tegevuses, järgib rühmas kehtivaid norme ning reegleid ja osaleb nende kujundamises, jagab liikmete ühist vastutust rühma tegevuse eest; 6) omab teadmisi rahvariide kandmisest ja nende eest hoolitsemisest; 7) tunneb esinemiskultuuri; 8) tunneb tantsimisest rõõmu ja hindab tantsulist liikumist kui elukestvat tervislikku harrastust.

Valikaine sisu	<p>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).</p> <p>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 rühmatöö, analüüs, arutelu. Kursuse väljundiks on esinemised, milles teoreetilised ja praktilised teadmised ning oskused on ühendatud.</p>
Õppekeskkond	<p>Rahvatantsu valikaine ainekavas võiks õppekeskkonnana välja tuua järgmised elemendid:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) spetsiaalne tantsuruum või spordisaal; 2) muusikavahendid ja helisüsteem; 3) rahvarõivad.
Hindamine	<p>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 praktilisi oskusi; harjutus- ja loomeprotsessides osalemist. Hindamine toimub 2 korda õppeaastas.</p>
Õppematerjalid Kirjandus (soovituslik)	-