

TANTSUÕPETUSE ÕPPEKAVA 1.- 3. KLASSILE

Tantsuõpetuse kaudu omandab õpilane esmased teadmised keha arengu seaduspärasustest, arendab suhtlemisoskust nii paarilise kui grupiga. Omandab kehalise ja emotsionaalse väljendusoskuse tantsuelementide, erinevate tantsustiilide tundmaõppimise kaudu. Saab esmased teadmised tantsukunsti võimalustest nii oma oskuste proovimise kui vaatlemise kaudu.

Õppekava eesmärgid:

- 1) omandab teadmised oma keha liikumise võimalustest
- 2) arendab vastupidavust, koordineerimist, rütmitunnet, plastilisust
- 3) teab tantsuelemente ning oskab neid kasutada
- 4) oskab improviseerida
- 5) on valmis töötama nii individuaalselt, paaris kui grupina
- 6) omandab teadmised erinevatest tantsustiilidest
- 7) omab teadmisi tantsu kompositsioonist (loovus, algatusvõime)

Õppekava maht:

9 kuud

Õppeaja kestvus:

september- mai

Õppetöö korraldus:

1 tund nädalas; 45 min

Õpingute alustamine:

osaluse soov fikseeritakse registreerimisavaldusega kooli kodulehel

Õppetegevus

- 1) üldfüüsiline ettevalmistus
- 2) rütmi- ja koordineerimisharjutused
- 3) kehatöö
- 4) erinevad tantsustiilid (eesti tants, loovtants, kaasaegne tants, tänavatants)
- 5) liikumismängud

Õppesisu:

- + erinevad sammud (kõnd, jook, hüpe, hüpakud, pöörded ja nende kombinatsioonid)
- + erinevad liikumissuunad, joonised, mõistete tundmaõppimine ja kasutamine (ring, sõõr, rivi, kolonn, maleruut jne.)

- + lihtsamad koordineerimisharjutused
- + lihtsamad liikumiskombinatsioonid
- + folkloorsed sammud, tantsuvõtted, tantsud
- + tasakaaluharjutused
- + loovtants ja tantsu improvisatsioon
- + tantsu- ja laulumängud
- + lavaeetika algtõed

Astmed, millele toetub tantsuõpetus:

kehatöö ja vastupidavus 1.-3. klass

- jooks, hüpped, hüpakud, galopp, vahetussamm, pöörded, veeremised
- akrobaatika

koordineatsioon 1.-3. klass

- peenmotoorika
- parem-vasak pool
- käte- jalgade koordineatsioon

loovtants 1.-3. klass

- keha: kehaosad, kehakujud, tasakaal, suhted
- ruum: tasand, koht, suund, teekond, fookus, suurus
- aeg: tempo, rütm

improvisatsioon

tantsukompositsioon

- skulptuurid
- ülesehitus

erinevad tantsustiilid- ja tehnikad

- eesti tants
- kaasaegne tants
- tänavatants