

RÜTMIKA AINEKAVA I KOOLIASTE

Õppe-ja kasvatuseesmärgid

Tantsuõpetusega taotletakse, et õpilane

- tunneb rõõmu tantsust ja huvitub tantsust kui kunstiliigist
- teab ja hoiab rahvuskultuuri traditsioone, osaleb selle edasikandmises
- tunnetab ja arendab tantsulise liikumise kaudu oma enesekontrolli ja eneseväljendamise võimeid
- arendab läbi ühistegevuste sotsiaalseid võimeid, sealhulgas suhtlemise oskusi
- omandab teadmisi ja praktilisi kogemusi keha arengu seaduspärasustest ja liikumisviiside mitmekesisusest
- mõtleb ja tegutseb loovalt ning väljendab end loominguliselt tantsuga seotud tegevuste kaudu

1.klass / 0.5 tundi nädalas

Teema, õppesisu	Õpitulemused
<ul style="list-style-type: none">• Keha kujud (sirged, ümarad, nurgelised, kõverad, kõrged, madalad)• Elavad trükitähed ja numbrid, sõnade kirjutamine erinevate kehaosadega• Looma, linnu kujutamine (kujud, poosid)• Fantaasialiikumised (seeneralli, päkapikud, lennuk, autoralli)• Peeglimäng, stoppmängud liikumistes	<p>Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none">• oskab võtta kehaga erinevaid kujusid• oskab jääda ja hoida pausi• võtab osa erinevatest loov- ja liikumisharjutustest• tunnetab liikumise sisu ja meeleolu
<ul style="list-style-type: none">• Rütmid igapäevaelus, looduses ja nende matkimine• Rütmi tekitamine kehaga (kehapill): püstiplaks, vastamisiplaks, parem- ja vasakplaks, pühkeplaks, jalgade rõhklöögid, jne).• Tegevused ja liikumine vahenditega (paberilehed, kiled, jne)	<p>Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none">• seostab liikumist rütmi ja helidega• vahetab liikumismotiive vastavalt muusika osade vaheldumisele, liigub rütmis

<ul style="list-style-type: none"> • Keha ja kehaosade liikumisvõimalused: painutus, sirutus, kägar, jooks, hüpe, vetrumine, jne • Lihtsamad põhisammud: kõnnisamm, jooksusamm, hüpaksamm, galopisamm, lõppsamm • Tantsuasendid ja –võtted: liikumine sõõris, paarilisega kõrvuti ringjoonel, ringjoonel järjestikku, käed-kätes, käevang, käed puusal • Lihtsamude kombinatsioonid 	<p>Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> • liigub muusika rütmis (erinevates tempodes) sõõris, ringjoonel järjestikku ja ringjoonel kõrvuti • eristab tantsuelemente • suudab sooritada lihtsamaid tasakaalu- ja koordinatsiooniharjutusi • tantsib lihtsaid 2-osalisi tantse
<ul style="list-style-type: none"> • Eesti traditsioonilisemad laulumängud: “Üks ühte”, “Roti pulmad”, “Hiir hüppas”, “Me lähme rukist...”, “Lapaduu”, “Tädi”, Kui sul tuju hea...”, „Ringilaul“ • Eesti rahvatantsud: “Kägara”, “Kupparimuori” • Lihtsam lastetants või seltskonnatants 	<p>Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> • oskab tantsida õpitud laulumänge, pärimustantse või lastetantse • tunneb rõõmu tantsulisest liikumisest

2. klass / 0.5 tundi nädalas

Teema, õppesisu	Õpitulemused
<ul style="list-style-type: none"> • Keha – lokomotoorsed (edasiliikuvad) liikumised – kõnd, jooks, pikendatud jooks, hüpe hüpak, hüplemine, galopp, libistamine • Pausi, stopi kasutamine ning uue liikumisviisi kasutamine • Lühikese tantsujada koostamine erinevaid liikumisviise kasutades – ise mõeldes, paaristööna, õpetaja ettenäidatuna 	<p>Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> • oskab liikuda ruumis erinevaid liikumisviise kasutades • oskab kasutada pausi, stoppi • võtab osa liikumisharjutustest, loovmängudest
<ul style="list-style-type: none"> • Keha mittelokomotoorsed liikumised (paigal) – painutamine, venitamine, kiikumine, tõukamine, tõmbamine, kukkumine, vajutamine, tõusmine, öötsumine, pööramine, pöörlemine jne 	<p>Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sooritab erinevaid kehaliikumisi paigal märksõnade järgi • märkab ja arvestab paarilisega • tunnetab liikumise sisu ja meeleolu (sujuv, terav, jõuline, voolav jne)

<ul style="list-style-type: none"> • Keha liikumine paigal, kasutades nimetatud liikumisi • Erinevate tasakaalu- ja koordineerimis- ja harjutused • Loovtants 	<ul style="list-style-type: none"> • suudab sooritada tasakaalu- ja koordineerimis- ja harjutusi
<ul style="list-style-type: none"> • Liikumine erinevates joonistes – vooris, kolonnis, reas, viirgude vastuliikumine • Rühmade kasvamine ja kahanemine • Liikumine ruumis: suunad tasandid • Liikumine kasutades aja elemente: kiire, aeglane, rütm jne 	<p>Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> • koordineerib keha liikumist etteantud viisil, või valides ise liikumisviisi ja teekonna • seostab liikumist rütmi ja heliga
<ul style="list-style-type: none"> • Sõna rütmi ja kehapilli või muusikat kombineerivad harjutused: erinevate sammudega liikumine lauldes, rütmi patsutades või plaksutades • Erinevad liikumised rütmi või muusika iseloomu vaheldumisel • Liikumise alustamine ja lõpetamine muusikat (rütmi) järgides 	<p>Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> • koordineerib keha liikumist etteantud viisil, õpetajat või kaaslast jälgendades • seostab liikumist rütmi ja helidega
<ul style="list-style-type: none"> • Galopp paaris – süldvõttes, valsivõttes, tantsides diagonaalil või ringjoonel • Lihtsamad põhisammud: käärhüpped, vahetussamm, külgsamm, lõppsamm • Tantsusüit rahvapärasest galopisammust ja hüpaksammust 	<p>Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> • peab meeles ja esitab 2-3 osalisi liikumis- või tantsukombinatsioone • moodustab tantsujoonise ja säilitab seda liigutuste sooritamise ajal
<ul style="list-style-type: none"> • Liikumise- ja laulumängud „Sõpra otsimas“, „Kaks sammu sissepoole“, „Peegel“, „Farii-farii-faraa“, „Las käia see tants“ • Eesti rahvatants: „Siisik“, Kalli–Kalli“ Seltskonnatants 	<p>Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> • tantsib lihtsamaid pärimustantse, seltskonnatantse, lastetantse • tunneb rõõmu tantsulisest liikumisest

3. klass / 0,5 tundi nädalas

Teema, õppesisu	Õpitulemused
<ul style="list-style-type: none"> • Keha, ruum - kujud kehaosad, tasandid <p>Paaris, nelikus, kogu grupina ühel tasandil liikumine, kindla kehaosa</p>	<p>Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> • teab mõisteid kuju, kehaosa, tasandid ja oskab neid liikumises integreerida

<p>juhtimisel ühel tasandil liikumine, ühiseilt pausi jäämine ja hoidmine</p> <ul style="list-style-type: none"> • Liikumises tasandite vahetuse kasutamine, liikumine kehaosade juhtimisel tasandit vahetades, õpetaja märguandel kujusse (pausi) jäädes • Tegevused ja liikumine vahenditega (paberilehed, pallid, lindid, kepid, rõngad, pallid, hübitsad) 	<ul style="list-style-type: none"> • märkab paarilise ja kaaslaste liikumist • võtab osa loovmängudest
<ul style="list-style-type: none"> • Mitmest (neljast) osast koosnevad rütmikombinatsioonid • Liikumise alustamine ja lõpetamine muusikat (rütm) järgides • Suunajalg, suuna muutmine 8-taktilist muusikalist pikkust arvestades • Asendid paarilise suhtes (ringjoonel, kodarjoonel, rinnati, seljati) 	<p>Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> • seostab liikumist rütm ja helidega • suudab sooritada õpitud tantsulisi kombinatsioone • suudab hoida tantsujuonist
<ul style="list-style-type: none"> • Põhisammude õppimine, harjutamine ja kasutamine (kõnnisamm, hüpakamm, galopisamm, jooksusamm, polkasamm, külgsamm, lõppsamm, vahetussamm otse) • Valsivõte, süldvõte, käarihüpped • Tantsumõisted: päripäeva, vastupäeva, viirud, kohavahetus, kätlemine • Eesti rahvatants 	<p>Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> • eristab tantsuelemente ja oskab neid esitada • sooritab vahetussamme paigal ja külge pöörates
<ul style="list-style-type: none"> • Korduvtuurilised eesti rahvatantsud ja laulumängud • Lastetantsud • Vanaaegsed seltskonnatantsud • Paarilise vahetusega seltskonnatantsud ja rahvusvahelised seltskonnatantsud • Lihtsamad päevatantsud (hip-hop jne) • Rumba, samba, rocki põhisammud 	<p>Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> • tantsib lihtsamaid pärimustantse, seltskonnatantse, lastetantse, autoritantse • oskab tantsida Eesti rahvatantsu "Oige ja vasemba"

Lõiming: *Eesti keel – tantsualase oskussõnavaraga tutvumine praktilise tegevuse kaudu, rahvapärilised lood, tähelepanu kõne ja keele jälgimisel.*

Klassiruumiväliline õpe:

- jõulupidul, aabitsapidu, kevadkontsert jne.

Inimeseõpetus – mina ja kodu, liikumise tähtsus, uudishimu, meie tunne, sõpruskond.

Loodusõpetus – pehmus, liikuvus, matkimine, rütmid elus ja looduses.

Kunst- ja tööõpetus – mäng ja eneseväljendus, loomirõõm.

Matemaatika – paaris arv ja paaritu arv, vasak ja parem pool korduvtegevused 2, 4, või 8 korda, liikumine kujundites

Muusika – liikumise ja sõna ühendus, heli, rütm, laulmine

Digipädevus:

https://issuu.com/tantsuline_liikumine/docs/tantsuline_liikumine

Õpilane:

- valib sobiva digilahenduse etteantud loomingulise ülesande lahendamiseks, kasutades juhendaja abi
- salvestab ja taasesitab leitud teavet juhendaja esitatud nõuete kohaselt

