

Goal Diggers tantsustuudio õppekava

1. Õppekava lühikirjeldus

- 1.1. Goal Diggers tantsustuudio õppekava on dokument, mille alusel toimub õppetöö MTÜ GOAL DIGGERS TANTSUSTUUIOs.
- 1.2. Õppekava koostamisel on lähtutud huviharidusstandardist, huvikooli seadusest, huvikooli põhikirjast ja arengueesmärkidest.
- 1.3. Antud õppekava alusel toimub plaanipärase tantsuhariduse pakkumine lastele ja noortele ning tantsijate igakülgeks arenguks vajalike tingimuste loomine. Muuhulgas on silmas peetud tantsuvaldkonna jätkusuutlikkust, mitmekesisust ja professionaalsust.
- 1.4. Õppekava ühendab endas nii tantsukunsti kui -spordi arendamiseks vajalikud tegevused ning eesmärgid.

2. Õppetöö eesmärgid

- 2.1. Tantsukooli õppekava eesmärgid tantsija tasandil on:
 - 2.1.1. mitmekülgete ning erinevates stiilides professionaalsete ja pädevate tantsijate kujundamine;
 - 2.1.2. tantsijate eneseväljendusoskuse arendamine;
 - 2.1.3. laste ja noorte loovuse kujunemise ning arengu soodustamine;
 - 2.1.4. kehatunnetuse, rütmitaju, koordineerimise, vastupidavuse, plastilisuse, täpsuse, lihastoonuse ja stiilitunnuse arendamine;
 - 2.1.5. meeskonnatöö ja teiste interpersonaalsete oskuste, ajaplaneerimise, organiseerimise, pingetaluvuse ja vastutustunde arendamine;
 - 2.1.6. süsteemse treeningu ja esinemis- ning võistluskogemuste abil esinemisoskuste, näitemeisterlikkuse ja lavatunnetuse arendamine;
 - 2.1.7. tervislike eluviiside ning aktiivse elustiili propageerimine.

2.2. Tantsukooli õppekava eesmärgid organisatsiooni tasandil on:

2.2.1. rahvusvahelisel tasandil konkurentsivõimeliste tantsijate koolitamine;

2.2.2. Eesti esindamine rahvusvahelistel võistlustel;

2.2.3. sportlike eluviiside, tantsukunsti ja tantsuspordi tutvustamine ning propageerimine;

2.2.4. tantsualase tegevuse arendamine, mille hulka kuulub tantsutreeningute, -kursuste, seminaride, treeninglaagrite, koolituste, võistluste jms korraldamine ja läbiviimine;

2.2.5. kultuurielu mitmekesistamine ja igakülgne toetamine.

3. Õppeaja kestus

3.1. Õpe Goal Diggers tantsustuudio põhiõppes kestab 12 aastat. Meistri- või hobiklassis läbiviidava koolituse pikkus määratakse kokkuleppel Tantsukooli ja tantsijaga.

3.2. Kooli õppeaasta kestab 35 õppenädalat septembri algusest mai lõpuni. Vaheajad kattuvad üldhariduskoolide vaheaegadega. Õppeaastale lisandub nädal praktikat suvise treeninglaagri vormis (v.a hobiklass).

4. Õppekorraldus ja -ained

4.1. Goal Diggers tantsustuudio professionaalsete tantsijate õpe on kolmeosaline:

4.1.1. **eelõpe**– eelkooliiga, õppetöö maht minimaalselt 1,5 akadeemiline tundi nädalas;

4.1.2. **põhiõpe**– 1.-12. klass, õppetöö maht minimaalselt 2,5 akadeemilist tundi nädalas;

4.1.3. **täiendõpe ehk Meistriklass** – 18.+ eluaasta, õppetöö maht minimaalselt 3 akadeemilist tundi nädalas.

4.2. Põhiõpe jaguneb:

4.2.1. noorem aste – 1.-3. klass;

4.2.2. noorem keskaste – 4.-6. klass;

4.2.3. vanem keskaste – 7.-9. klass;

4.2.4. vanem aste – 10.-12. klass.

4.3. Eelõppe läbimine ei ole kohustuslik õpingute alustamiseks põhiõppes. Eelneva põhiõppe astme läbimine ei ole kohustuslik õpingute alustamiseks järgmises astmes.

Kesk- ja vanemas astmes õppimise alustamiseks on vaja sooritada vastuvõtukatsed, v.a eelneva astme läbinud õpilased.

4.4. Õppekava üldaine on tantsuõpetus. Õppetegevus lähtub vanusest ja tasemest, erinevaid tantsustiile õpetatakse integreeritult, arvestades tantsijate vanust, taset ja arengut.

4.5. Eraldi õppeastme moodustab **hobitantsijate klass**, kuhu kuuluvad 18–26-aastased tantsuhuvilised, kelle õpe on suunatud tantsukunsti avastamisele ja enese arendamisele. Hobiklassis alustamiseks ei ole vajalik eelnev tantsukogemus. Õppetöö maht on minimaalselt 2,5 akadeemilist tundi nädalas.

5. Õppeprotsess ja vanuseastme lõpetamine

5.1. Õppeprotsess on organiseeritud väiksemate ja suuremate, lühemate ja pikaajaliste, individuaalsete ja kollektiivsete õppeülesannete süsteemina, et oleks kindlustatud õppekava ülesannete täitmine.

5.2. Vanuseastme lõpetamiseks peab õpilane täitma kõik õppekavaga sätestatud nõuded.

5.3. Õppeaasta lõpus antakse õpilasele tunnistus, kus on märgitud õppekava maht ja tundidest osavõtu protsent, õppeaine nimi ja tema tulemuslikkus. Vanuseastme lõpetamise korral lisandub ka üleviimine järgmisesse vanuseastmesse. Sellekohased otsused teeb õppenõukogu.

AINEKAVA "TANTSUÕPETUS"

1. Oodatavad õpiväljundid

Ainekava (põhiõppe) läbinud õppur:

- valdab põhiteadmisi tuntumatest show-, tänava- ja teistest lavatantsustiilidest ning oskab neid eristada;
- teab ning oskab korrektselt sooritada erinevate tantsustiilide põhisamme;
- valdab olulisemat rahvusvahelist tantsuterminoloogiat;
- valdab peamisi klassikalise tantsu tehnilisi elemente;
- valdab improvisatsioonioskust vähemalt ühes tantsustiilis;
- suudab iseseivalt vähemalt ühes tantsustiilis luua lühikese tantsuetteaste;
- oskab analüüsida ennast ning oma tugevaid ja nõrgemaid külgi tantsus;
- oskab leida vigu ja neid tulemuslikult parandada;
- kirjeldab ja analüüsib erinevas stiilis tantsuloomingut;
- oskab tantsida rühmas ja osaleda süsteemses treeningus;
- oskab iseseisvalt töötada ja läbi teha kõik treeningtunni komponendid;
- oskab juhtida oma aega ja energiat, saavutamaks parimaid võimalikke tulemusi;
- oskab ja soovib hoida grupis positiivset sisekliimat, et nii treeningus kui võistlustel suudaks igaüks grupist anda oma maksimumi.

2. Tagasisidestamine

Tagasisidestamise peamiseks eesmärgiks on õppuri arengu toetamine, eduelamuse pakkumine ja eneserefleksiooni arendamine. Tagasisidestamine toimub õpeprotsessi käigus ja alates nooremast keskastmest korra õppeveerandis kohustuslike arvestuste käigus.

Arvestused koosnevad erinevatest tantsutehnilistest elementidest - hüpetest, pööretest - ning nende kombinatsioonidest. Tantsija taseme tõustes, on võimalik õppeaasta jooksul sama õppeaasta arvestusi uuesti sooritada ning tulemusi parandada.

3. Prioriteetid erinevate vanuseastmete õppes

Eelõpe:

- tantsija loovuse arendamine;
- tantsu kui eneseväljendusvahendi võimaluste tutvustamine; - baaskehakooli ning rühi arendamine;
- oma keha tunnetamise ja juhtimise arendamine;
- rütmi tajumise ja muusika saatel harjutuste sooritamise tutvustamine;
- treeningu põhimõtete ja ülesehituse järk-järguline tutvustamine, püsivuse arendamine; - tantsu kui lõbusa ja positiivse tegevuse kinnistamine.

Põhiõpe:

Noorem aste:

- pikemate tantsukombinatsioonide meeldejätmise, kehamälu arendamine;
- joonistes ning keerulisemas kompositsioonis tantsimise tutvustamine;
- erinevate tantsustiilide eristamine ja tunnetuse arendamine;
- treeningvastupidavuse ja püsivuse arendamine;
- tantsutehnika baaselementidega – hüpped, pöörded – lähem tutvumine;
- improvisatsioonilise julguse säilitamine, lisades sellele arendavaid ülesandeid, “limiite” ja tehnikat;
- tugevatele soolotantsijatele lisavõimaluste pakkumine läbi soolode-duode lisatrennide ning võistluste.

Noorem keskaste:

- erinevate tantsustiilide eristamine nii teoorias kui praktikas, vastava stiili tunnetuse tabamine;
- tantsutehniliste oskuste arendamine keerukamate elementide ja nende kombinatsioonide näol;
- arvestuste süsteemi tutvustamine, innustamine paremale tulemusele läbi positiivse tagasiside;

- improvisatsiooni arendamine isikliku stiili väljajoonistumiseni, loovuse ja improvisatsiooni arendamine koos tehnilise täistumisega;
- grupidünaamika mõistmine, üksteise motiveerimine ja toetamine grupis saavutamaks positiivset sisekliimat ning igapäevase arengut toetavat keskkonda;
- vastutustunde, pingetaluvuse ning emotsioonide ja energia juhtimise toetamine võistlussituatsioonides;
- igakülgsel arengule motiveerimine läbi esinemiste ja võistluste, positiivsete eeskujude toomise, edukate esinemiste tagasiside ja analüüsi ning välisvõistluste võimaluste pakkumise;
- tantsukunsti kõrval ka tantsuspordi tutvustamine;
- tugevate soolotantsijate avastamine ning neile lisavõimaluste pakkumine.

Vanem keskaste:

- tantsija igakülgne jätkuv arendamine;
- tantsukunsti ja tantsuspordi võrdne arendamine;
- tantsutehnika tugevdamine läbi tehnikatundide ning arvestuste;
- tantsuloome põhimõtetega tutvumine, tantsija koreograafia analüüs ja omaloomingu toetamine; - soolotantsus potentsiaali näidanud tantsijate jätkuv motiveerimine;
- kõrgemate eesmärkide seadmise ning laiema pildi nägemine läbi välisvõistluste ning maailmatasemel koreograafide *workshoppide*.

Vanem aste:

- tantsija õppe jätkumine professionaalsel tasemel;
- iseseisva tantsuloome igakülgne toetamine ja tunnustamine, oma isikliku stiili väljakujunemise soodustamine; tantsutehnika täiustamine kõrgemal tasemel – keerulisemad elemendid ning nende kombinatsioonid;
- erinevate tantsustiilide tundmine ning väga hea stiilitunnetuse omandamine;
- tantsuspordi aluste tundmine ning süstematiseeritud enesearendus seatud eesmärkide poole;
- grupiprotsesside analüüsivõime, grupi arenguks vajalike muutuste märkamine ning ettepanekute tegemine;

- treenerite järelkasvu kandidaatide leidmine ja arendamine läbi sise- ja väliskoolituste.

Täiendõpe ehk Meistriklass:

- professionaalse taseme saavutanud tantsijatele uute väljakutsete esitamine;
- tantsutehnika, improvisatsiooni ning tunnetuse jätkuv arendamine;
- mitmekülgsus, professionaalsus ning maksimaalne panus kõigi erinevate projektide puhul (nt videod, eriprojektid, moeshowd, teleprojektid jne);
- pühendumine tantsule ning eeskujuks olemine noorematele tantsijatele;
- tantsuala arenguks vajalike koolituste, võistluste jm ürituste korralduse abistamine.

Hobitantsija klass:

- eneseareng ning enese tantsuline avastamine läbi süsteemsete treeningute;
- rühi, lihastoonuse, rütmitunnetuse, plastika ning koordinatsiooni arendamine;
- uute eesmärkide seadmine ning eneseületamine läbi tantsukunsti avastamise;
- tantsutehnika baasiga tutvumine.