



# EESTI RAHVAKULTUURI KESKUS

**1.Õppekava nimetus:** Rahvatantsujuhtide kool 2024-2026

**2.Õppekavarühm ja õppekava koostamise alus:**

Õppekavarühm: Muusika ja esituskunstid

Õppekava koostamise alus: Tantsuspetsialisti kutsestandard spetsialiseerumisega eesti rahvatantsule, tase 5

**3.Sihtgrupp:** Algajad, väheste kogemustega tantsujuhid, tantsujuhtide assistendid, tantsijad

**4.Õppe alustamise tingimused:** Õppima on oodatud alustavad tantsujuhendajad, tantsu juhi assistendid, kellel on võimalik (oma)tantsu rühmas rakendada koolituse käigus omandatavaid teadmisi/oskusi.

**5.Õpperühma suurus:** 24 inimest.

**6.Õppetöö maht:** 18 õppust a´ 3 päeva + 1 suvekursus (soovituslik), **636 tundi (468 tundi auditoorset tööd, 144 tundi iseseisvat tööd ja 24 tundi vaatluspraktikat**

**7.Toimumise aeg:** I õppeaasta: september 2024 - mai 2025; II õppeaasta september 2025-mai 2026

**8.Toimumise koht:** Tallinn

**9.Koolituse eesmärk:** Koolituse läbinu on valmis töötama rahvatantsujuhina.

**10.Õpiväljundid:** koolituse läbinu

- teab eesti rahvatantsu oskuskeelt
- orienteerub eesti tantsu ajaloos
- valib repertuaari lähtudes tantsijate eest ja võimetest ning seatud eesmärkidest
- kasutab treeningtunni läbiviimisel tantsijate eale ja võimetele sobivat meetodikat ja muusikalist materjali
- treeningtunnis õpetab ja kinnistab tantsutehnikat lähtudes valitud meetodikast ja kasutades oskussõnavara
- on teadlik tantsukompositsiooni põhialustest
- rakendab tantsuanalüüsi meetodeid

**11.Õppekeskkonna kirjeldus**

Koolitus toimub Eesti Rahvakultuuri Keskuses J. Vilmsi 55 Tallinn. Kursuslaste kasutada on vajalike tehniliste vahenditega 30-kohaline saal (peegelsein, klaver, muusikakeskus). Samas on võimalus ka einestada.

Õppetöö läbiviimiseks kasutatakse ka Tallinna Teeninduskooli ja Eesti Tantsuagentuuri saale, kus on sobivad tingimused tantsutundide jaoks.

## 12.Õppe sisu ja ülesehitus

JRK NR	ÕPPEAINE	TUNDE
<b>1.</b>	<b>ÜLDTEADMISED</b>	<b>62</b>
<b>1.1</b>	<b>PEDAGOOGIKA ALUSED</b>	<b>20</b>
1.1.1	Tantsuõpetuse didaktika	20
<b>1.2</b>	<b>JUHTIMINE</b>	<b>28</b>
1.2.1	Grupiprotsessid ja nende juhtimine	16
1.2.2	Tantsujuhi eetika	4
1.2.3	Tantsujuhti abistavad valdkondlikud organisatsioonid ja nende funktsioonid.	2
1.2.4	Rahvatantsuspetsialisti kutsestandard ja portfoolio koostamine	2
1.2.5	Tantsurühm kui meeskond	4
<b>1.3</b>	<b>RAHVARÕIVAKURSUS</b>	<b>14</b>
1.3.1	Rahvarõiva ajalugu	12
1.3.2	Rahvarõiva hooldus	2
<b>2.</b>	<b>ERIALASED ÜLDTEADMISED</b>	<b>86</b>
<b>2.1</b>	<b>TANTSUAJALUGU. EESTI TANTSU AJALUGU</b>	<b>40</b>
2.1.1	Tantsimise ajalugu. Maailma tantsukunsti ajalugu.	16
2.1.3	Eesti rahvatantsu ajalugu (murrangud ja persoonid). Tantsupidude ajalugu.	16
2.1.4	Tantsupärimuse kogumis- ja uurimislõost	8
<b>2.2</b>	<b>TERVISEÕPETUS</b>	<b>24</b>
2.2.1	Inimese anatoomia ja füsioloogia	10
2.2.2	Vigastuste ennetamine tantsutunnis.	6
2.2.3	“Rahvatantsujuhi REHA” ehk erialast lähtuv profülaktiline füsiovõimlemine (eneseanalüüs kehahoiust, sundasenditest, peamistest liikumisvormidest, individuaalne terviseriskide analüüs, “kontraharjutuste” koostamise oskus väärasenditele-liigutustele, mõlema kehapoole tasakaalustatud arengu põhimõtte liikumisõpetusest, arendav rahvatantsutreeningu tüüp-harjutusvara analüüs tasakaalustatud kehalise arengust lähtuv.	8
<b>2.3</b>	<b>MUUSIKAÕPETUS</b>	<b>16</b>
2.3.1	Algteadmised muusikateooriast	4
2.3.2	Tantsukirjelduste lugemine ja praktiline õpetamine lähtudes taktidest	6
2.3.3	Põhisammude kirjeldamine ja praktiline õpetamine lähtudes taktidest	6
<b>2.4</b>	<b>INIMESE ELUKAAR: uskumused, kombed, rituaalid, traditsioonid.</b>	<b>6</b>
<b>3.</b>	<b>EESTI RAHVATANTS</b>	<b>274</b>

<b>3.1</b>	<b>EESTI TANTSU TERMINOLOOGIA JA PÕHILIIKUMISED</b>	<b>26</b>
<b>3.2</b>	<b>TANTSUKIRJELDUSTE LUGEMINE JA KOOSTAMINE</b>	<b>14</b>
<b>3.3</b>	<b>PÄRIMUSTANTS</b>	<b>62</b>
3.3.1	Pärimustantsu tüpologia ja põhiliikumised.	32
3.3.2	Paikkondlikud tantsutraditsioonid ja -stiilid. Praktiline pärimustants ja -muusika.	30
<b>3.4</b>	<b>EESTI AUTORITANTS</b>	<b>60</b>
3.4.1	Varasem ja sõjajärgne autorilooming	6
3.4.2	Hilisem (60.-75. ndad) autorilooming	12
3.4.3	80.-90. ndate autorilooming	14
3.4.4	Kaasaegne autorilooming 21. sajand.	28
<b>3.5</b>	<b>TANTSUTREENING</b>	<b>112</b>
3.5.1	E. Idla liikumissüsteem kehakooli arendajana	12
3.5.2	U. Toomi treeningsüsteem	6
3.5.3	Treeningtunni ülesehitus	12
3.5.4	Laste treeningtund	16
3.5.5	Rahvatantsutreening	20
3.5.6	Klassikalise balleti treening	20
3.5.7	Karakteritantsu treening	10
3.5.8	Koordinatsioon, rütmika	10
3.5.9	Loovliikumine, loovtants	6
<b>4.</b>	<b>TANTSUKOMPOSITSIOON JA -ANALÜÜS</b>	<b>46</b>
4.1	Kompositsiooni põhimõisted	6
4.2	Seaded, etüüdid, arendus, stilisatsioon	6
4.3	Kompositsioon ruumis. Rühma kompositsioon	4
4.4	Tantsu ja muusika suhe kompositsioonis	2
4.5	Lavastamise alused, dramaturgia. Repertuaari valimine ja lavakultuur.	6
4.6	Analüüsivad näited autoritantsude põhjal	4
4.7	Kompositsiooni seostamine autoriloominguga	4
4.8	Eesti tantsu kompositsioon	6
4.9	Pärimustantsu kompositsiooniline ülesehitus. Kompositsioon pärimustantsus	8
	<b>KOKKU:</b>	<b>468</b>
<b>5.</b>	<b>VAATLUSPRKTIKA</b> (erinevate tantsutundide, ülevaatuste, konkursside ja võistutantsimiste külastamine)	<b>24</b>
<b>6.</b>	<b>ISESEISEV TÖÖ</b> (kirjalikud tööd, töö kirjandusega, tantsuvideote vaatamine, õpimapi koostamine, treeningtunni ettevalmistus, tantsu kirjelduste lugemine ja tantsude ettevalmistamine õpetamiseks, tantsuliste etüüdide ettevalmistamine jne)	<b>144</b>
	<b>KOKKU:</b>	<b>636</b>

**13.Õppemeetodid:** Koolitus koosneb nii teoreetilistest kui praktilistest tundidest, sisaldades praktilisi tegevusi ja ülesandeid kokkusaamistel, kodust lugemist ja iseseisvaid ülesandeid, teistele kursuslastele ettevalmistatud tunni/osa läbiviimist, vaatluspraktikat, tagasisidet ja arutelu.

**14.Lõpetamise tingimused:** Kursuse läbimise järel saab osaleja tunnistuse, millele on lisatud aineteleht. Kursuslane peab sooritama õppekavas ettenähtud eksamid ja arvestused, osalema vaatluspraktikatel, esitama kõik ettenähtud kirjalikud tööd ja osalema õppetöös vähemalt 3/4 osas kursuse üldmahust. Hindamisel mitteosalenud või hindamist mitteläbinud õppijale väljastatakse tõend koolitusel osalemise ja läbitud teemade kohta.

### **EKSAMI/ARVESTUSEGA LÕPPEVAD AINED ja hindamismeetodid**

Eesti tants

- Erialane terminoloogia *vestlus ja praktiline näitlikustamine eksamipiletite alusel*
- Treeningtunni praktiline läbiviimine *video esitamine*

Inimese anatoomia ja füsioloogia *test*

Pärimumants *vestlus ning praktiline tantsude tundmine*

Tantsuseadmine *praktilised etüüdid*

Tantsuajalugu *test ja vestlus*

Klassikalise tantsu treening *praktiline tund*

Muusikaõpetus *suuline ja kirjalik arvestus*

Rahvarõivakursus (teadmised rahvarõiva kandmisest) *vestlus*

### **15.Koolitajad**

Lektoriteks on 7. ja 8. kutsetasemega rahvatantsuspetsialistid, kõrgkoolide ja teadusasutuste töötajad, oma ala tunnustatud praktikud.

### **Lisa 1**

### **KOHUSTUSLIK KIRJANDUS:**

Aassalu, Heino 1999. MURRANGUD EESTI RAHVATANTSUS JA HARRASTUSRAHVATANTSUS Tallinn, Rahvakultuuri Arendus- ja Kultuurikeskus

Kapper, Sille 2018 KELLELT ÕPPIDA PÄRIMUMANTSU? Tantsukuukiri nr 74, Eesti Tantsukusti ja Tantsuhariduse Liit (<https://kuukiri.tantsuliit.ee/artikkel/kellelt-oppida-parimumantsu/>)

Mikkel, Helju 1999 VAHETUSSAMM Tallinn, Rahvakultuuri Arendus- ja Koolituskeskus

Põldmäe Rudolf, Tampere Herbert 1938 VALIMIK EESTI RAHVATANTSE, Tartu (Kordustrükk ERRS 2001)

Raudkats Anna 1926. EESTI RAHVATANTSUD

Rüütel Ingrid, Kapper Sille 2015 KIHNU TANTSUD Tartu, Eesti Kirjandusmuuseumi Teaduskirjastus

Shay Anthony 2002 TANTSUPOLIITIKA tõlge: Tallinn 2011, TLÜ kirjastus

Tampere Herbert 1975. EESTI RAHVAPILLID JA RAHVATANTSUD

Toomi, Ulo 1953 EESTI RAHVATANTSUD

Torop, Kristjan 2022. KONTRATANTSUD Viljandi, Eesti Rahvakultuuri Keskus, Eesti Keele Instituut

Torop, Kristjan, Aassalu Heino, Luht, Põll 1997. VANAD SELTSKONNATANTSUD

Torop, Kristjan 2008. VIRON VAKKA 105 EESTI RAHVATANTSU

Torop, Kristjan 2022. EESTI RAHVATANTSU OSKUSSÕNASTIK viies, täiendatud ja parandatud trükk Tallinn, Eesti Rahvakultuuri Keskus, Eesti Rahvatantsu ja Rahvamuusika Selts

*Õppekava koostamisel olid nõuandjateks Eesti Rahvatantsu ja Rahvamuusika Seltsi, Tallinna Ülikooli, TÜ Viljandi Kultuuriakadeemia ja Eesti Rahva Muuseumi esindajad. Autoriõigused rahvatantsujuhtide kooli õppekavale kuuluvad Eesti Rahvakultuuri Keskusele.*