TEGEVUSED JA TÄHELEPANEKUD LOOVLIIKUMISE TUNDIDES

TÜVKA
Tantsuõpetaja projekt
Merike Truu
2021

Projekt on läbi viidud TÜ Viljandi kultuuriakadeemia tantsuõpetaja magistriõppe raames.

Projekti eesmärk:
Toetudes teoreetilisele baasile, õppida läbi praktilise kogemuse loovtantsu õpetamist. Luua läbi tegevusuuringu kogemustel põhinev alus tunnikavade koostamiseks. Õpetada 3. klassi lastele läbi tantsuelementide tundma oma keha liikumisvõimalusi ja neid loovalt kasutama.

Projekti tegevused toimusid Tallinna Pääsküla koolis perioodil oktoober – november 2021.a. Kuus loovliikumise tundi viidi läbi 3. klassi õpilastele loovuse tunni raames üks kord nädalas kestvusega 45 minutit.

Tundide ülesehitusel lähtusin Gagne õppeühiku mudelist:

- Sissejuhatav ring – tähelepanu haaramine, käsitletavale teemale keskendumine.
- Tunni põhiosa – varem õpitu meeldetuletamine, uue materjaliga tutvumine, suunamine ja toetamine, õpitu kinnistamine.
- Lõpuring – õpitu kinnistamine, tagasiside andmine.

Harjutuste valikul võtsin aluseks õpilaste vanuse, mõne elemendi millele keskenduda, kuid ka selle, et nii õpilastel kui ka minul on kokkupuude loovliikumisega vähene või olematu. Sellest lähtudes püüdsin valida harjutusi, mis mind ja õpilasi inspireeriks aga ka proovile paneks.

Tundide läbiviimisel oli kõrghetki, kus kõik toimis nagu iseenesest aga ka madalamaid punkte, kus me lastega üksteise mõistmist ei saavutanud. Tunnen, et loovliikumise õpetajana on mul veel palju õppida, eelkõige praktiseerida. Kuid kuna laste tagasiside oli pigem positiivne, siis annab see mulle julgust edasi proovida.

Tegevused	Tähelepanekud
Lama põrandal, proovi lõdvestada kogu keha, sulge silmad. Vii ükshaaval põrandaga kontakti selg, pea, käevarred, jalalabad, käelabad, jalad, vaagen, kõht, kael, põsk, naba, rinnakorv, põlved, ükshaaval kõik näpud … Mõtle kehaosale ja selle kontaktile põrandaga. (2)	Esialgu kippusid lapsed pigem nimetatud kehaosa vastu põrandat suruma aga keskendusid ruttu ja teevad harjutust hea meelega.
Proovi leida kehaosadele (sõrmed, käelabad, küünarnukid, õlad, kael, pea, varbad, põlved, puusad, selg, kõht jne) erinevaid liikumisvõimalusi. Kas … saavad teha ringe? Kas neid saab raputada, venitada, painutada, erineva jõuga, erineva hooga, suured ja väikesed, erinev tempo. (2)	Igale tegevusele tuleb anda aega ja mitte kiirustada järgmise kehaosa nimetamisega. Kiirustades harjutusi tehes jäävad tegevused poolikuks.
Üks on puudutatav ja teine puudutaja. Puudutaja puudutab ükshaaval paarilise kehaosi: selga, kaela, põlvi, õlgu, väikest sõrme, küünarnukki jne … Puudutatav peab selle kehaosa liikuma panema (raputused, ringid vms) (2)	Teise katsumine oli võõristav. Puudutati kiiresti, osutati või näidati enda peal. Esimesel ringil võiksid õpilased valida endale ise partneri ja kui harjutus on selge, siis vahetada paarilisi (üldiselt on tüdrukud julgemad).
Skulptuuride aed. Kõik on enda valitud kujus, Üks hakkab liikuma ja puudutab teist, esimene jääb kujusse ja teine hakkab liikuma … (2)	Alguses oli tempo aeglane, väga palju mõeldi sellele keda puudutada. Mitme kulliga oli tegevus tempokam.
Nimi ja liigutus. Mängijad on ringjoonel, igaüks nimetab järjest oma nime. Järgmisel ringil lisab igaüks oma nimele ennast iseloomustava liigutuse ja kõik kordavad nime ja liigutust. Pärast pannakse liigutused kokku ja korratakse ringis. (3)	Alustada võiks väiksema grupiga (kuni 8 õpilast ringis), vajadusel teha mitu gruppi. Ühest ringi korrast ei piisanud, et liigutused meelde jääks ja nimega seostuks.
Mõtle välja 3 liigutust kehaosadele, pane liigutused kokku, et saaksid esitada kogu seeria. Õpetage oma paarilisega üksteisele oma liigutused selgeks ja kombineerige seeriaks. Kasutage pausi, erinevaid tasandeid, erinevaid kehaosasid. Arutage – milliseid võtteid kasutati (tasandid, tempo, kehaosad, liigutuse kirjeldus jms) (2)	Õpilastel tekkis väike tõrge, kardeti, et peab tegema tantsu aga oskused puuduvad. Esimesel korral tegi enamus liigutusi kõrgel tasandil, tempo oli ühtlane ja pausi ei kasutatud peaaegu üldse. Teisel korral võiks sama kava uuesti teha aga erinevate tempodega, kasutades pausi, ning alustada või lõpetada teisel tasandil.

Tegevused	Tähelepanekud
Pooled on kõndijad ja pooled seisavad. Kõndijad saavad paigalolija tööle panna puudutades teise kehaosa. Paigalolija liigutab kõiki puudutatud kehaosi niikaua kui keegi kõndijatest mõnd tema liikuvat kehaosa puudutab ja ütleb stopp. Vahetus! (2)	Pigem puudutati sõpra. Osad õpilased jäid tähelepanuta. Võibolla aitab tingimus, et kõndija peab puudutama võimalikult palju erinevaid õpilasi.
Liigu (kõnni, jookse, hüppa, kõnni selg ees, aeglaselt, kiiresti, pööreldes, erinevatel tasanditel) ruumis teistega läbisegi ja jää õpetaja märguande peale kujusse. Mis tunne on tarduda liikumise pealt kujusse? (2)	Liikumises olid ettevaatlikud, keskendusid kujule. Kuju ei olnud spontaanne vaid seatud. Harjutada liikumisest peatumist kohapeal, rõhutada tardumist, mitte kuju väljanägemist.
Kirjuta edasi liikudes oma nimi, arvesta ruumi ja teistega. Variatsioonid: • kasuta erinevaid tasandeid • kasuta erinevaid temposi • kirjuta iga täht erineva liikumisega (kõnni, jookse, hüppa, kõnni selg ees, aeglaselt, kiiresti, pööreldes, erinevatel tasanditel) (meistriklass, 5)	Nimed on erineva pikkusega ja mitmed lõpetasid varakult. Kirjutati kiirustades, erinevaid elemente kasutati vähe, pigem oli tegemist võistlusega. Eelnevalt võiks harjutada soovitud elementide kasutamist mõne muu tuttava või laste poolt välja pakutud sõnaga.
Mängijad seisavad ringjoonel ja hoiavad kätest kinni. Üks on ringi keskel, suleb silmad ja hakkab liikuma. Teised jälgivad keskmist ja liiguvad ringis kaasa. Keskmist võib peatada kui tal on oht millegagi kokku põrgata. Ring võtab ta sel juhul pehmelt vastu ja suunab ta mujale. Kinnisilmi liikuja võib teha kiirendusi, pause, suunamuutusi. (3)	Harjutada mängu enne ruumis ja ühe grupiga. Kahe grupi tegevusel on raske silma peal hoida, eriti õues. Toimus kokkupõrge puuga. Alguses oli ringi keskel olev oma liikumises ettevaatlik, hiljem (eriti poiste puhul) pigem piire ja kaaslasi katsetav.
Ole kükkis ja tee end hästi pisikeseks, vaju üle külje seljale ja võta kuju. Kordame. Alusta püsti – lange – kuju … kordame rütmis. Alusta hästi kõrgelt tasandilt ehk siruta end üles, kui saad tõsta ka üks jalg põrandalt lahti, siruta veel ja lange pisikeseks ning võta kuju. Rütmis – siruta, lange, kuju. Nüüd vastupidi. Oled madalal kujus, rulli üle külje pisikeseks, tule püsti - Paar korda. Kuju, rull, püsti! (meistriklass, 5)	Lastele väga meeldis rullimine ja kuju võtmine. Püüti järgida rütmi. Osadele etteantud rütm ei sobinud, tahavad teha omas tempos – sobib ka nii.
Oled madalas kujus, kui teen plaksu – alustad rulliga püsti tõusu, teise plaksu ajal tardud kujusse täpselt selle koha peal kus sa püsti tõusmisel oled. Mõnikord tuleb plaks kiiresti aga mõnel korral jõuad end ka täiesti välja sirutada. Milliseid lihaseid tunnetad? (5)	Kujud olid lemmikud. Küsimuse vastuseks loeti üles kõik kehaosad. Täpsustamisel märgiti ära ka need mida rohkem kasutati.

Tegevused	Tähelepanekud
Kujundite moodustamine. Liigu ruumis läbisegi. Mängujuht nimetab mõne kujundi (sirge, kaar, kolmnurk, ruut, viisnurk, ring), mille mängijad moodustavad. Kõik toimub vaikuses. (3)	Kujundite moodustamine oli keeruline, pigem segadus ja kindlasti mitte vaikselt. Seda tegevust saab teha alles siis, kui koostöö paremini sujub.
Harjutused rütmis – siruta, lange, kuju, rulli. Lisa liikumist … Hüppa (1), hüppa (2), lange (3), kuju (4,5,6), rulli (7), püsti (8) – kuula rütmi. Kõnni (1), kõnni (2), kõnni(3), kõnni (4), pö-ö-ra (5,6,7), kuju (8 paus) – sama rütm. Rivistuge joonele ja tee mõlemad rütmid läbi. Algusel aeglasemalt … Hüppa, hüppa, lange, kuju, rulli, püsti, kõnni, kõnni, kõnni, kõnni, pö-ö-ra, kuju. (1)	Õpilastel oli raske püsida nii aeglases kui kiires rütmis. Esialgu teha rütmiharjutusi ilma keeruliste ülesanneteta ja proovida kas muusika võiks neid aidata. Samas nimetati tagasisides seda kõige ägedamaks harjutuseks.
Kordame üle milline on madal tasand (põrandal olev keha), kõrge tasand (seisev või õhus olev keha) ja keskmine tasand (põlvili või kükkis). Kasuta erinevaid tasandeid ja liigu üle saali nagu apelsin (kardin, laud, uks, banaan). Ka õpilased saavad sõnu ütelda. (5)	Lapsed olid väga leidlikud eluta asjade liikumiste välja mõtlemisel aga ise pakkusid pigem loomi. Kuid loomade mängimine meeldis neile väga.
Lama põrandal ja kuula oma südant, koputa vaikselt vastu oma jalga sama rütmi. Hinga selle järgi. Püsi rütmis ja tõuse püsti, seisata ning kuula rütmi. Püüa oma südamerütmi järgi astuda ja hüpata. Nüüd istu, kuulata kas südamelöökide rütm on sama? (1, 5)	Oskasid olla vaikselt ja kuulatada, püüdsid tajuda rütmi, katsetasid liikumisi. Hüppamisel ununes südame kuulamine. Tagasi istumisel võttis keskendumine aega.
Liigu sirgjooneliselt ühes suunas, kui ma hüüan ühe kesaosa, siis võta kuju kasutades n. selga (kumer, nõgus, keerdus, kaldus …), pärast kuju muudad suunda ja liigud edasi sirgjooneliselt kuni hüüan järgmise kehaosa. Vasak jalg, sõrmed, parem käsi, põlved, kõht, varbad, kõrvad, silmad …. Liigu sirgjooneliselt ühes suunas, kui ma hüüan ühe kesaosa, siis võtad sellise kuju kus see kehaosa puudutab põrandat. (2, 5)	Sirgjooneline liikumine vajas harjutamist. Oma kehaosade (v.a käte ja jalgade) kasutamine tekitas kõhklusi. Enne ülesannet võiks arutada millised on kehaosad ja kuidas neid liigutada saab. Kehaosaga põranda puudutamisel oli rektsioon kiire.
Üks õpilane näitab mingi eseme liikumist. Teised arvavad, te ei pea otseselt ära arvama eseme nimetust aga pakkuge kas on tegemist ümmarguse, kandilise, loperguse, rippuva vm asjaga. Vajadusel annan vihjeid. Kes ära arvab, saab näidata järgmist liikumist. (5)	Väga loovad liikumised ja uskumatult head arvajad. Vihjeid praktiliselt ei vajatud.

Tegevused	Tähelepanekud
Tantsujutt (lisas). Enne proovime liikumised läbi. Liigu nagu pilv, vihm, jänkupoeg, päike, põõsas ja tuul. Lapsed valivad endale pimesi tegelaskujud ja mängivad neid lähtudes tekstist. (5)	Esimesel korral võiks jutt olla lühem ja tegevused rahulikumad (tormituuled läksid väga hoogu).
Abivahendiks toolid (umbes pooltele mängijatele, teised ootavad oma järjekorda). Jälgi mängujuhti ja järgi tema tegevust! Mängujuht liigub ringi kasutades erinevaid edasiliikumis mooduseid. Tooli juurde jõudes võtab kuju, siis puudutab ühte juba mängus olevat mängijat ja hüüab – Mängujuht! Järgmine mängujuht asub tegutsema. Eelmine mängujuht lahkub mängust ja toob sisse uue mängija. (5)	Lapsed olid väga loovad mängujuhid. Mängijad olid pigem vaiksed ja põnevil. Vahepeal peab mängijatele meelde tuletama, et nad jälgiksid mängujuhti koguaeg.
Skulptor mõtleb mingile esemele ja püüab teid sellesse kujusse panna - proovi selles kujus liikuda, vajadusel kasuta erinevaid tasandeid ja rütmi (liikumine sea vastavalt kuju iseloomule – longates, hüpeldes, roomates, veeredes) Kas liikumine sarnanes sellele mida skulptor mõtles? Vahetus. (2, 5)	Paaristegemised neile meeldisid, kui paariline oli meelepärane (sõber). Teisel juhul koostöö hästi ei toiminud.
4-ne grupp, igaüks grupis mõtleb ühe edasi liikumise mooduse, kasutage üle saali liikumisel erinevaid tasandeid ja temposi. Hüüdke liikumiste nimetusi rütmis ise kaasa ja püüdke tempos püsida. (5)	Liikumised olid erinevad, kasutati tasandeid ja temposi, rütm oli hajuv ning sõnu kaasa ei hüütud. Ka koostöö oli habras. Selle harjutuse sooritamiseks vajavad õpilased pikemat ettevalmistusaega. Võimalusel kasutada eraldi ruume.
Kull – kull valib liikumisviisi. (3)	Liikumisviisides püüdsid õpilased üksteisest erineda.
Zuga liikumispaus nr 5 1.58 – 7.35 Kuju, kehaosad, harjutused tooli abil (4)	Lapsed kuulasid tähelepanelikult ja tegid rõõmuga kaasa.

Veel tähelepanekuid

Iga tunni alguse tervitusring on hea moodus häälestada õpilasi antud tunniks.
Tervitusringis puudutan eelmistel tundidel tehtud tegevusi ja elemente ning räägin käesolevast tunnist. Samas saan infot õpilaste meeleolu kohta. Mõnikord tuleb lihtsalt rääkida neile muret tekitavatest teemadest sest halvas tujus õpilased ei suuda tunnile keskenduda. Ära jäänud harjutusi saab ka järgmistes tundides teha.

Tunni lõpu aruteluringis võtame tunni kokku (räägib see kellel on pall). Arutelu puudutab tunni teemasid, laste meeleolu ja nende kogemust.
Alguses räägitakse vähe. Arvatavasti sellepärast, et õpetaja on võõras ja terminid ei ole veel piisavalt tut-

(Loov)tantsu nimetamine võib lapsi kammitseda, sõna loovliikumine neid ei häiri.

Lapsed teevad õhinaga selliseid ülesanded, kus nad peavad ootamatult tegevust muutma (liikumise muutmine märguandega nt plaks). Väga meeldivad neile kujudega ja rütmiga seotud harjutused ning lamamise ülesanded (osade arvates on lamamine tunni mõnusam osa).

Andes õpilastele iseseisva ülesande, näiteks grupitööna liikumise kokkupanek erinevatest elementidest, siis ülesande lahendamisel aitab õpilasi lisaks arutelule ka soovitud tegevuste ja elementide kirjutamine tahvlile.

Kiirustades harjutusi tehes jäävad tegevused poolikuks ja lastel ei jää aega keskendumiseks, tunnetamiseks ja katsetamiseks.

Ära oota, et pärast paari tundi kasutavad lapsed liikumistes teadlikult erinevaid tasandeid, kombineerivad liigutustesse pause või kasutavad ühes liikumises erinevaid temposid.

Arvestada tuleb ka, et kui tunni toimumise ruumis on õpilastele huvipakkuvaid esemeid, mis segavad neid tunnile keskendumast, siis on hea enne tunni alustamist lasta õpilastel oma uudishimu rahuldada ja võimalusel neid esemeid tunni tegevustes ära kasutada.

Tegevuste läbiviimisel kasutatud materjalid:

(1) Joyce, M. 2013. Loovtants, metoodika ja näidistunnid. Tallinn: Koolibri
(2) Sööt, A. 2016. Loovtants. Tantsu baaselemendid. Eesti Tantsuhariduse Liit
(3) Sööt, A. 2011. Loovmäng. Eesti Tantsuhariduse Liit
(4) ZUGA liikumispausid https://soundcloud.com/user-914489510
(5) Truu, M. 2021

Lisa

Tantsujutt

Lagendikul soojendab väike põõsas end päikese käes ja liigutab oma oksi vaikses tuules. Läheduses mängiva kolm jänkupoega. Nad hüplevad ja hullavad ning ajavad üksteist taga.
Tuul hakkab tugevamalt puhuma, taevasse ilmuvad pilved. Pilved varjutavad päikese ja hakkab vihma tibutama. Jänesed jooksevad põõsa varju.

Tuul ja vihm muutuvad aina tugevamaks. Väike põõsas püüab küll jänkupoegi külma eest kaitsta aga ei jõua tuulega võidelda. Jänkupoegadel on juba väga külm, nad värisevad ja püüavad rohkem põõsa ja üksteise vastu hoida.

Tuul ja vihm koguvad aina jõudu juurde, kuid äkki tungib läbi pilvede üks päikesekiir ja siis teine ja kolmaski. Tuul jääb ainult vaiksemaks, vihma nüüd ainult tibutab. Pilved lähvad laiali, päike tuleb välja ning vihm jääb järele.

Väike põõsas ja jänkupojad raputavad endalt vihmapiisad maha ning sätivad end jälle päikese kätte mõnulema. Üsna varsti on lagendikult pilt sama nagu jutukese alguses.
Lagendikul soojendab väike põõsas end päikese käes ja liigutab oma oksi vaikses tuules. Läheduses mängiva kolm jänkupoega. Nad hüplevad ja hullavad ning ajavad üksteist taga. (5)