

TARTU ÜLIKOOLI VILJANDI KULTUURIAKADEEMIA

Etenduskunstide osakond
Tantsukunsti õppekava

Maarja Sharma

TANTSUÕPETAJA TÖÖ FLAMENKOTANTSIJATEGA

Tantsuõpetaja kutse lõputöö

Juhendaja: Kai Valtna

Kaitsmisele lubatud
(juhendaja allkiri)

Viljandi 2014

SISUKORD

SISUKORD.....	2
SISSEJUHATUS.....	3
1. ÕPETAJA MAARJA.....	4
2. ANDRAGOOGIKA.....	5
3. TANTS JA FLAMENKO.....	7
4. RÜHM JA AJALUGU.....	9
5. TANTSUTUNNI ÜLESEHITUS.....	10
6. VIDEOTUNNI ANALÜÜS.....	12
7. ENESEANALÜÜS.....	15
KOKKUVÕTE.....	17
KASUTATUD KIRJANDUS.....	19
SUMMARY.....	20
LISAD.....	21
LISA 1. VIDEOTUNNI ANALÜÜS.....	21
LISA 2. ÕPILASTE TAGASISIDE.....	22

SISSEJUHATUS

Käesoleva töö eesmärk on analüüsida õpetamispraktikat, mille viisin läbi Viljandi Flamenkorühmas. Tööperiood kestis oktoober 2013.a. - aprill 2014.a.

Minu õpetamispraktika eesmärk oli õppeaja jooksul omandatud teoreetiliste teadmiste kinnistamine praktilise töö kaudu ja soov saada paremat arusaamist õpetamise mõõtmest.

Tantsurühmast lähtuvalt seadsin praktika eesmärgiks parandada tantsijate koordinaatsioonivõimet ja füüsilist vastupidavust. Õpetada selgeks rütmikombinatsioonide jada ja kaks tantsu - lehvikutega “Sevillianas” ja “Volare”

Antud töö koosneb seitsmest peatükist.

Esimeses peatükis “Tantsuõpetaja Maarja” kirjutan, milline nägemus on mul endast tantsuõpetajana. Teises peatükis käsitlen andragoogikaga seotud teemasid.

Kolmandas osas tutvustan lühidalt flamenkomaailma. Neljandas peatükis kirjeldan lugejele prakticarühma ning põhjendan oma valikut, miks tahtsin õpetamisprotsessi läbi viia just nendega. Viiendas peatükis kirjeldan tantsutunni ülesehitust. Kuuendas peatükis analüüsin filmitud tunni tööprotsessi. Seitsmendas peatükis kirjeldan töökulgu, iseennast ning tekkinud probleeme. Töö lõpus on lühikokkuvõte, kasutatud kirjanduse loetelu, lisad (videomaterjal, tantsijate tagasiside) ja ingliskeelne kokkuvõte.

ÕPETAJA MAARJA

Tantsimist olen harrastanud pea kogu elu ja tants on saanud mulle hingeelu osaks, vahendiks, et ennast väljendada. Olen heas füüsilises vormis ja tantsijana oman lavasarmi, mis mu etteasted särava paneb. Oluliseks pean tantsija puhul küll tehnilisi oskusi, ent tähtsaim on see, kas tantsija hing on tantsus.

Tantsuõpetaja eriala on loominguline ja kultuurne, sest on loomulik, et õpetajana tunnen ma tantsuajalugu, -termineid, -kirjeldusi ja -stiile ning muusikat. Oskan ise tantsida ja improviseerida, väljendada end muusika, liikumise ja sõna kaudu. Tähtsaks pean nende kolme kaudu terviku poole püüdlemist ja koreograafiaga õhustiku saavutamist.

Tantsijaid õpetades pean esmatähtsaks tehnikaharjutustega töötamist, hea on, kui need oleksid ka loomingulised ja ilmekad, alles seejärel pööran suuremat tähelepanu tantsulisusele ja emotsionaalsusele. Kuna meie, eestlaste eneseväljendus on väga tagasihoidlik ja avame end harva, võib inspireeriv muusika suuta tuua inimest tunnete tasandile ja muuta ta oma keha suhtes tähelepanelikumaks.

Õpilaste ees ei ole ma pelgalt tantsuõpetaja, vaid ka nende toetaja ja võrdne partner - täiskasvanuil endil on tugev vajadus enesejuhtimiseks. Tantsijate jaoks on tähtis, et õpe oleks suunatud nendele, neilt arvamust küsitaks ja nendega ka arvestataks.

Minu väärikus seisneb erialastes teadmistes ja oskuslikus edasiandmises. Isiklik eeskuju ja eetilised omadused tõstavad veelgi minu usaldusväärsust. Tantsuõpetajana vastutan oma õpilaste ees. Tähtis on silmas pidada seda, et tantsija saaks teadlikuks oma kehast ja keha liikumise põhimõtetest. Kui inimene õpib keha teadvustama ja seda kasutama õieti, saab selle abil muuta sageli ka ta ellusuhtumisi.

ANDRAGOOGIKA

“Andragoogika on interdistsiplinaarne teadusharu ja õppevaldkond, mis kuulub haridusteaduste valdkonda. Andragoogika on seotud täiskasvanuhariduse, elukestva õppe, täiskasvanute koolituse, õppimise ja õpetamisega. Täiskasvanute koolitaja ehk andragoog õpetab täiskasvanuid. (Rajaleidja)

Andragoogid on spetsialistid, kes toetavad ja suunavad täiskasvanute õppimist ning nende arengut, luues selleks võimalusi, vahendades täiskasvanud inimestele teadmisi ja oskusi ning suunates nende arusaamade ja hoiakute kujunemist. Täiskasvanute õpe toimub tasemehariduses, tööalases ettevalmistuses ja/või täiendusõppes, vabahariduskoolitustel, õpiringides ja teistes olukordades, kus on sihipäraselt loodud õpistsituatsioon. Täiskasvanud õppijad erinevad vanuse, kogemuse, hariduse ja sotsiaalse staatuse, aga ka huvide, hoiakute ja motivatsiooni poolest. Neil on oma väljakujunenud teadmiste süsteem, mõtlemisharjumused, eelarvamused, stereotüübid, hoiakud ja väärtushinnangud. Seda kõike peab arvestama täiskasvanute õpetamisel”. (Rajaleidja)

Inimese suhe õppimisega on seotud ta eluperioodist, näiteks ta mälu on võimekuse tipul 25-30 eluaasta vahel. (Beljajev, R., Vanari, K. 2005)

Minu juhendatava grupi moodustavad naised vanuses 30-50 eluaastat. Selles vanuses on inimesel küll palju tegutsemisenergiat, ent kõige tähtsam on sel etapil ikkagi töö ning laste kasvatamine, seetõttu ka õppimise eesmärgid on seotud põhiliselt tööalase enesetäiendamisega. Muu haridus on pigem tagaplaanil, seepärast on vaja õpetajana seda arvestada, näidata üles mõistvat suhtumist ja paindlikkust töökorralduses. Kuna tunnid toimuvad nädala teisel poolel, neljapäeva õhtuti, pärast tööpäeva, on mõistetav ka naiste väsimus ja aegajalt madal keskendumisvõime.

Õpetajana tahtsin oluliseks pidada keskendumist tantsijale endale, et ta saaks hakka-ma, kuid praktika jooksul on olnud ka tunde, kus elevust ja kõkutamist on palju ning psühholoogiline valmisolek õppimiseks madal. Madal oli see ka sel juhul, kui kellegil oli miskit ebameeldivat juhtunud, siis vajati tunnete välja rääkimist ja endas selgusele jõudmist. Tantsust ei tulnud neil kordadel tavaliselt midagi välja. Lohutasin end mõttega, et ehk on tore, kui trenn ja kaaslased on ka sellistel hetkedel abiks, kus saab su-

helda ja emotsioone jagada ning minul polekski siis tarvis survestada tantsijaid nii palju oma õpetamisega. Mõne emotsiooni ja sündmuse suhtes ongi ehk vaja teatud distantsti, sellist, kus emotsioonid ei omaks enam nii suurt laengut ja ehk saab alles hiljem oma tunded tantsu panna ning nii oma lugu jutustada.

“Täiskasvanute õpetamine eeldab täiskasvanuhariduse teoreetiliste aluste ja täiskasvanute õpetamise ning õppimise põhimõtete ja eripära tundmist, samuti õppemeetodite valdamist. Andragoogid peavad tundma andragoogika põhimõisteid ja täiskasvanute koolitamise metodoloogilisi aluseid. Kuna täiskasvanuõpe toimub enamasti rühmas, peab andragoog tundma grupiprotsesse ja meeskonnatöö eripära. Vajalikud on teadmised sotsiaal- ja arengupsühholoogiast. Täiskasvanu koolitajale on vajalikud hea suhtlemisoskus, veenvus, koostöövalmidus, pühendumus, pingetaluvus, loovus ja kohanemisvõime”. (Rajaleidja)

Tantsuõpetajana pean teadvustama, mis on tähtis ja mis mõjutab õppimist. Näiteks keskkonna olulisus, milline kätkeb endas neid tasandeid, mida meil ka tantsutunnis tuleks märgata – need on füüsilised ruumid ja erinevad suhted, mis on äärmiselt olulised. Kas need toimivad? Kas need on sellised, kus tantsijad saaksid avaneda? Mina õpetajana olen üks keskkonna loojatest ja pean hoolt kandma, et minu grupis oleks kena sisekultuur ja vaimsus, selline keskkond, milline kutsub enda sees olema. Kui see on korrast ära, siis on see lihtsalt füüsiline, kus nagunii midagi ei sünni.

Flamenkotantsijate juhendamine oli meeldiv ka seetõttu, et rühmal oli oma kena sisekliima. Tantsijad olid sotsiaalselt kompetentsed inimesed - sellised, kes oskasid näha end rühma osana, kes püüdsid üksteise erinevusi aktsepteerida ja kelle suhted olid pingevabad ning avatud. Teineteise eest kanti hoolt nii Viljandist Viiratsisse kohale saabumise kui ka trenni lõppedes tagasi linna jõudmise eest. Vastutustundlikena algatasid ja koordineerisid nad ise oma ühistegevusi ning lahendasid probleemseid olukordi. Kuna tantsijad on minust 20 aastat vanemad inimesed, siis on nii, et ka mina sain nendelt õppida väga palju. Näiteks sain väga selge ja positiivse eeskuju täiskasvanute suhetest üldse – mismoodi elatakse ja kuidas koos toimetatakse? Rühma iseloomustas koostööoskus, selle liikmetel olid välja kujunenud omad rollid - oli see, kes organiseeris kringli ja kohvipause, oli neid, kes suunasid negatiivsed mõtted positiivsemate peale, oli keegi, kes korraldas tantsutarvete varustamise jne. Trenniõhtu oli tantsijate jaoks selline koht, kus inimene sai mitte ainult tantsuoskustes targe-

maks vaid ka paremaks inimeseks. Inimlik pool on väga vajalik, sest mikrokliima mõjutab ka õppimist ja õpetamist. Õppimise võimendamine toimub ka tantsijaile iseseisvuse andmise kaudu. Kaasatus erinevatesse tegevuste planeerimisse seab uusi väljakutseid ja teadvustab õppimisvajaduse. Näiteks korraldasid naised lehvikute tellimise Hispaaniast ja sealt sai alguse lehvikutega tantsude õppimine.

Vabaharidus on tähtis, sest hoiab inimest aktiivsena väljaspool töö- ning pereelu, samuti arendab ja stimuleerib inimese andeid ning oskusi, mille tagajärjel paraneb tema elukvaliteet ning eluga rahulolu. (Pung 2012)

Flamenkorühma kutsusid tantsijad ellu seetõttu, et igapäevatöö andis küll leiva lauale, aga hing oli ikkagi näljas. Tantsijaid ühendas armastus Hispaania kultuuri vastu, soov kunagine tantsuarmastus taaselustada, leida uusi sõpru ja veeta meeldivalt aega.

Viimasel ajal on aga aina rohkem hakatud õppima just Lowe'i teise kahe motivatsiooniteguri ajendil – need on eneseteostuse ja sotsiaalne vajadus. (Lowe, 1982)
Ka Maslow'i püramiid toetab seda, asetades püramiidi kõige tippu eneseteostuse idee, mille realiseerimiseni küündib inimene alles siis, kui tal on kõik teised põhivajadused rahuldatud. (Strongman 2009)

TANTS JA FLAMENKOTANTS

Tants on kunstiliik, milles tundeid, elamusi ja suhtumist väljendatakse liigutuste ja poosidega. Graatsiline liikumine ilusa muusika saatel toob inimeses alati esile sügavaid ning positiivseid emotsioone. (Arus 2004)

Tants ja rütmika nõuavad füüsilist pingutust ja liigutuslikku väljendusoskust. Nii füüsiline pingutus kui ka liigutuslik väljendusoskus arendavad emotsionaalsust ja loovust. (Arus 2004)

Et eksisteerida harmoonias iseenda ja ümbritseva maailmaga, on vaja pidevalt saada mingit emotsionaalset laengut ja leida ka väljendus oma emotsioonidele. Tantsimine on üks parimaid viise väljendada ennast emotsionaalselt ja füüsiliselt üheskoos. (Ozdoba 2001)

Ene-Silvia Sarve arvates on liikumis- või liigitus ehk motoorsuse pädevus tasakaalustav ja terapeutiline vahend ikka suureneva istumisrežiimi puhul, tagamaks füüsilise ja vaimse heaolutunde ning tervise ja kujundamaks harmoonilisest liikumisest seesmise naudingutunde. Head liikumisoskused ja liigutusvõimed on maailmaga aktiivse tegelemise alus. (Sarv 1997)

Flamenko on pärit Lõuna Hispaaniast ja haarab enda alla cante - laulu, baile - tantsu ja guitarra - kitarrimuusika. Sageli peetakse mustlasi flamenko rajajaks, kuid kindel on vaid see, et nad mängisid flamenko arenemise juures suurt rolli. Flamenkokultuuri on mõjutanud ka Andaluusia laulud ja tantsud. (Adorf 1998)

Esimest korda mainitakse flamenkot 1774.a Cadalso teoses “Cartas Marruecas”. Esiimesed flamenkokoolid loodi tõenäoliselt ajavahemikus 1765-1860 Seviljas. Sel ajal hakkas flamenko vallutama ka tantsusaale. Varajane flamenko oli puhtalt vokaalne, sellele lisandus vaid käte plaksutamine (toque de palmas). (Adorf 1998)

Flamenko kuldaajastul 1869-1910 arendati seda kultuurinähtust flamenkokohvikustes. Sel ajal loodi ka flamenko vormid, mis väljendavad sügavamaid tundeid (cante jondo). (Adorf 1998)

Alates 1915 aastast on flamenkot esitatud üle kogu maailma. Flamenko taassünd algas 1955. a. Siis tõusid lavadele uued soolotantsu tähed ja kitarrimänguvirtuoosid. Praeguseks on flamenko palju muutunud. Selles on elemente jazzist, salzast, bossa novast jt tantsudest. Eriti on muutunud naiste tants, kus naised demonstreerivad pigem oma temperamenti kui tehnikat. Massimeedia on toonud flamenko laia publiku ette, kuid see oli ja jääb oma olemuselt väga intiimseks. (Adorf 1998)

Flamenko on meeleolude ja seisundite kunstiline väljendus ja analüüs. Flamenko ütleb, et elu tuleb elada ja surmaga tuleb silmitsi seista iseseisvalt. Flamenko on täiskasvanute kunst ja filosoofia. Lapsed võivad omandada tantsutehnikat, kuid see säde, mis tantsust teeb flamenko, tuleb koos elukogemusega. (Adorf 1998)

Kogenenumad flamenkotantsijad teavad, et just flamenkoga saab võimendada positiivseid ja välja viia negatiivseid emotsioone, sest flamenko on tunnete tants - selles on esindatud kõik tunded, mida inimene võib kogeda: rõõm, kirg, kurbus,

üksindus jne. Täiskasvanud tantsija mõistab, et elu koosneb nii rõõmudest kui kannatustest. Et areng saaks toimuda, vajabki inimene kaotusvalu, loobumist ja kriise. Avaram mõtlemine on seotud just elukogemusega. Kel on vähem elukogemusi, selle maailmapilt on ka tunduvalt lihtsam.

RÜHM JA AJALUGU

2008 a. asus Kalli Pikas Tartu Ülikooli Viljandi Kultuuriakadeemiasse õppima. Kui Viljandi endised flamenkotantsu huvilised sellest kuulsid (eelnevalt õppinud Annika Nõmbergi ja Maria Räägu käe all), palusid nad värske tudengi end juhendama. Et ebaühtlase tasemega rühm (2-10 aastat õppinud) vajus hooaja lõpuks laiali, tuli neiul kokku kutsuda uus algajate rühm, mis alustas 2009 aastal ja tegutseb tänase päevani. (Pikas 2012)

2012 a. suvel Saksamaal õppides kirjutasin Kallile ja pakkusin end teiseks õpetajaks tema kõrvale. Kiiresti sain jaatava vastuse ja 2012 a sügisest õpetasime tantse vaheldumisi kaks korda nädalas - teisipäeviti Kalli, neljapäeviti mina. Alates 2013 aastast juhendan rühma üksinda.

Tantsijateks on 9 täiskasvanut naist vanuses 35 - 49 eluaastat. Tänaseks päevaks on rühm koos tantsinud 5 aastat ja on ainus Viljandimaal, kus on tegeldud erinevate juhendajate käe all vaid flamenkotantsuga. Treeningud toimuvad Viiratsi rahvamajas. Tantsutundide käigus omandatakse erinevaid tehnilisi tantsuoskusi ning õpitakse eesti kui ka välismaiste koreograafide loodud tantse.

Rühma iseloomustab tantsulembus ning trenni tulemusena teavad tantsijad, kuidas mõjuda suurejooneliselt, samas vallatakse aga ka sõbralikku ja intiimset publikuga suhtemise stiili. Jutustamislembose ja terava huumoriga hoitakse rühma emotsionaalsust üleval. Lisaks tantsutrennidele korraldatakse ühiseid sündmusi ja otsitakse endale esinemisväljundeid. Laiemale publikule on end näidatud traditsioonilistel Primavera flamenko kontserditel Tartus. Suurem osa uhketest kostüümidest on naiste enda õmmeldud.

Oma lõputöö praktika otsustasin teha just Viljandi flamenkorühmaga, kuna rühm on saanud mulle südamelähedaseks ja samas ka inspiratsiooniallikaks.

TANTSUTUNNI ÜLESEHITUS

Flamenkotunni tavapärane tund on üles ehitatud põhimõttel kergemalt keerukamale. Igasse tundi on sisse toodud ka midagi uut, samas kordab tund ka varem õpitut. Õpetamisprotsess on üldiselt lõputu kordamine. Õpetamismeetodina kasutan otsest õpetamismeetodit, kus mina õpetajana näitan ette ja tantsijad teevad järele.

I) Soojenduse osa - seob rühma tervikuks, tagab rituaalse sissejuhatuse ja koondab tantsijate vaimu ning keha (10-15 min.)

Soojendusharjutused viin läbi lihtsas tantsulises vormis või siis painutusliigutusi ette näidates.

Flamenkotunnis keskendun soojenduses eriti seljalihastele, kätele ja jalgadele. Soojenduse tulemusena on õpilase liigutused tervisesäästlikud ning valmis koordinaatsioonivõimet vajavate harjutuste sooritamiseks.

II) Tehnika osa - Käte/jalgade tehnika (10+15 min.)

Omandame käelabade asendi, kus sõrmed on ümarad ja pingeta. Tähtis osa on randmeliigutustel (seespidised ja väljapidised randmeringid). Kordame üle plaksutehnika (nii heledad kui tumedad).

Jälgime, kas käed on pingestatud või lõdvad. Käte erinevad asendid ja liikumised pole sugugi lihtsad, sest käed ei liigu flamencos pidevalt ühtemoodi.

Pöörame tähelepanu kehahoiule, sest see on iga liigutuse aluseks ja annab liigutustele vabaduse ning võimaldab tasakaalu. Jälgime, et keha oleks kogu aeg üles tõstetud, aga et see oleks ka loomulik, mitte jäik ning et õlad ja puusad oleksid sirgjoonel. Õige kehahoid tagab keha väljendusrikkuse.

Samal ajal õpime juurde jalgade töö - jalgade tehnika varieerub plaksude ja seelikuga koos. Algul erinevad jalgade rütmiharjutused, seejärel löögid nii kontsa, päka kui täistallaga. Löögid jaotatakse pörkelöökideks ja löökideks, mis jäävad maha kinni. Õpetajana jälgin, kas koputused on korraga ja täpselt rütmis või püüavad tantsijad

jalad krambis üksnes mind järgida. Käte ja jalgade töö sisaldab mustreid, sulandumist rütmi ja pidevat pinget kasvatamist.

Selles tunnietapis on tantsijate tähelepanu veel aktiivne ja valitseb töömeeleolu.

Järgneb:

III) Uue koreograafia õppimine (20 min.)

Tantsulises osas õpime tantsu muusikaga ja ilma selleta.

Sel hooajal oli eesmärgiks selgeks saada lehvikutööga Hispaania rahvustants Sevillianas, minu enda loodud tants “Volare” ja koputuste seeria. Koputusi on omapärane ja kena vaadata, kuid samas piisavalt keeruline õppida. Algul tuleb teha küll palju sarnaseid harjutusi, aga need ei muutu siiski tüütavaks, sest kõik on korraga väga harjumatut. Flamenkotantsuga treenime koordineerimist ja mälu, sest sammud ja rütm on keerulised ning nõuavad tõsiselt kontsentreerumist.

IV) Õpitud tantsude kordamine (15. min)

Nende tantsude tantsimisel võib tantsija saavutada juba liikumise, mis tuleneb temast endast ja mis on kooskõlas tema isiksusega. Seda ideed on oluline jälgida. Treenimine ei tohiks toimuda vaid tehnikaharjutuste tehes, sest sel juhul surume kehale peale vaid konkreetsed liikumismustrid ning tantsija oma liikumispotentsiaal jääb varju.

V) Jõu- ja venitusharjutused (10+10 min.)

Jõuharjutused, millega tugevdame kõhu- ja seljalihaseid (läbi balletitehnika). Siin on tähtis mitte kiirustada, sest siis väheneb harjutuste treeniv efekt kuna lihased töötavad vähem. Tähtis on õppida jõuharjutuste sooritamise ajal ka õigesti hingama.

Tund lõpeb rahuliku venitusega maas või püsti seistes - venitame end nii tugevalt, et tunnetame lihases venimist, kuid nii, et meil pole valu. Venituse jooksul peaksime tundma, kuidas pinget lihastes väheneb.

VIDEOTUNNI ANALÜÜS

Tantsutund toimus 4. Märts 2014 Viiratsi Rahvamaja suures saalis. Tund on terviklikuna üles filmitud ja leitav LISA 1 - Tantsutunni videosalvestuse alt.

Tunnis oli kokku kaheksa inimest, üks õpilane puudus.

Tunni eesmärgid:

1. Tantsija oskab 4 erinevat koputuste-jada paaris.
2. Tantsija oskab "Volare" tantsu I osa.
3. Tantsija suudab tantsida Sevillianost lehvikuga muusikasse

I) Tundi alustasin kerge soojendusega saali keskel. Valisin tõhusad harjutused mis muudavad lihased soojaks. Eriti oluliseks pidasin soojendada selga, käsi ja suuremaid lihas- ja liigese piirkondi, kuna liigutused on flamenkos kiired, äkkilised ja jõulised tuleb lihased enne soojaks saada vältimaks vigastuste teket.

Soojenduse osa seob rühma tervikuks, tagab rituaalse sissejuhatuse ja koondab tantsijate vaimu ning keha.

II) Harjutused kätele

Tähtis osa tantsus on randmeliigutustel, randmeringid (sissepidised ja väljapidised) ja kehahoid. Käte erinevad asendid ja liikumised.

III) Lisame juurde jalgade töö - jalgade tehnika varieerub plaksude ja seelikuga koos. Algul erinevad rütmiharjutused, seejärel löögid: nii kontsa, päka kui täistallaga. Need jaotatakse põrkelöökideks ja löökideks, mis jäävad maha kinni.

Jalgade tehnikas harjutasime koputusi, mida läks vaja tulevikus uues koreograafiaga õppimisel. (Järgmistes tundides saab koputustele juurde lisada käed ja lehvik).

Esimene koputus on arendatud Ilma Adamsoni karaktertantsutunnist, millele lisasin hiljem käed, seeliku ja lehvik juurde.

Teine koputus-harjutuse idee on pärit õpetaja Paul Bobkovi rütmitunnist, lisades juurde ka neljanda osa. Koputusi on omapärane ja kena vaadata, kuid samas piisavalt keeruline õppida. Algul tuleb teha küll palju sarnaseid harjutusi, aga need ei muutu siiski tüütavaks, sest kõik on korraga väga harjumatu.

Töövormidest - poolitasin rühma, hiljem harjutasime koputusi veel ka paarides. Need võtted muudavad toimuva jälgimise huvitavamaks ja protsessi sihipärasemaks.

IV) Lisame juurde lehvikutöö

Käte ja jalgade töö sisaldab mustreid, sulandumist rütmi ja pidevat pinget kasvatamist. Oluline on tegevuste vaheldusrikkus, kuna see aitab hoida tähelepanu.

Vaimse erksuse säilitamiseks on ka oluline erinevatele meeleorganitele vaheldumisi "toitu pakkuda". (Ginter 2011) Visuaalse stiimulina lisasime tantsu juurde lehvikute töö.

Pinge kasvab läbi harjutuste, kus sammud muutuvad lihtsamatest aina keerulisemateks ja juurde lisanduvad käe-, seeliku- ja lehvikutöö. Lõppu saab õpitu ka muusika saatel läbi harjutatud.

Sellele järgneb juba varem õpitud tantsude läbitantsimine.

V) Koreograafia / tantsu osa

Õpime üht lõiku minu loodud tantsust "Volare" nii muusikaga kui ka ilma.

Tants "Volare" on loodud spetsiaalselt sellele rühmale arvestades kõigi tehnilist taset. Kuna enamus tantsu on suunaga peeglisse, siis soovisin pakkuda vaheldust just joonise muutmise näol, kasvatusliku lähenemise seisukohalt põimisin sinna ikkagi kordinaatsiooni ja koputuste-tehnikat nõudvaid liikumisi, et tantsutehnilised oskused areneksid.

VI) Kordasime eelmisel tunnil õpitud Sevillianast lehvikutega ning proovisime tantsu seekord muusikaga. Sel aastal oli meil üks eesmärgikidest saada selgeks "Sevilianas" lehvikutega. Tants on Hispaanias Andaluusia maakonna mustlaste tants, millel on neli kindla süsteemiga osa, võimaldades alati kaasa lüüa hoolimata partnerivahetusest või improvisatsioonist.

Enamus tunnist möödub meil "peeglis" tantsides, seega rõõmustab tantsijaid väike vaheldus - näiteks siis, kui muudan joonist.

Tantsijad elavnesid tunni keskel poolkaares koputuste osas, ajal, mil jagasin nad paaridesse. Igal paaril oli oma vastutus koputada täpselt temale ette antud rütmi. Elavnemine toimus ka paaris lehvikuga Sevillianast tantsides.

Sevilinase tantsus märkasin õppimises mahajääjat tantsijat. Õpetajana püüdsin olla osavõtlik ja jälgida tantsijate näoilmeid - see võimaldab suhelda ja hoiakuid kujundada. Läksin abivajaja kõrvale tantsu kaasa tegema, et toetada teda.

VII) Lõpetav osa venitusharjutustega - sügavalt sisse välja hingamine (kael, jalad, käed ja lõpu hingamised).

Tunni tegevused olid omavahel seostatud ja põhjendatud järjestuses - uute harjutuste õppimise viisin läbi tunni esimesel poolel, keerukam osa jäi tunni põhiosa keskele. Tunni põhiosa lõpul hakkan koormust vähendama ja tunni lõpposa eesmärgiks on pingete maandamine ja taastamiseks soodsate tingimuste loomine.

Kuna tund võeti videosse üles, ei olnud see tavaline ja seetõttu olid tantsijad ehk enam erutatud, kuigi videos nähtu ei erine eriti tavalistest harjutustundidest. Tunni tegevused olid eriilmelised ja see tagas vaheldusrikkuse.

Enda tugevuseks pean seda, et suudan treeninguid anda entusiasmiga, näidates, et harjutused on huvitavad, tähtsad ja väärtuslikud - nii võtavad tantsijad sama suhtumise omaks.

Tantsijad olid tunnis motiveeritud, tähelepanelikud ja töötasid kaasa. Õppimine oli tulemuslik ja seda soodustasid usk toimetulekusse, toimuva väärtustamine, suhted kui ka füüsilise ruumi sobivus. Tean, et tunnist õpitu jäi tantsijatele suures osas meelde, sest tajusin nende positiivset häälestust ning kontsentreeritud tähelepanu. Erinevad töövormid (paaris- ja rühmatöö) ning visuaalsed stiimulid (levhikud) aitavad õppimisprotsessi muuta veelgi sihipärasemaks.

Tunni käigus omandasid tantsijad:

a) Neli erinevat koputuste-jada paaris.

b) "Volare" tantsu I osa.

c) oskuse tantsida "Sevillianost" lehvikuga muusikasse

Tähelepanu hakkas hajuma tunni lõpus venituste osas. Oleksin pidanud tantsijaid enam motiveerima st põhjendama, mis eesmärgil mingeid venitusharjutusi tehakse. Märkan enda puhul kiirustamist (kiirustan viimase Tartu bussile) ja väsimusmärke intensiivsest suhtlemisest. Aga peaksin suutma veel õigesti mõelda ja rääkida. Mu pöördumised peaksid olema sisukad ja lühidad.

ENESEANALÜÜS

D.M. Kagan (1992) toob välja, et esialgu tegeleb noor õpetaja oma professionaalse karjääri algul kõige enam iseendaga- on oluline, et tal kujuneks pilt iseesndast kui õpetajast. Hiljem hakkab ta tähelepanu poorama õpetamisele ja lõpuks õpilaste õppimisele/õpitudemustele. Kui eelnevad etapid on läbitud, siis areneb oskus lahendada klassis ilmnevaid probleeme. Ta on suuteline probleeme ära tundma, mõtlema konkreetsemalt ning arvestama sealjuures konteksti. (Kagan, D. M., 1992)

Algaja õpetajana näen probleemi selles, et kasutan liiga lihtsaid õpetamisstrateegiaid - näiteks kiidan õpilasi õige soorituse eest ja enamasti ei kritiseeri neid, sest jääb puudu selgitamisoskusest ja seetõttu töötan pigem põhimõttel - tehke minu järgi. Õpetajana peaksin suutma leida vahendeid, kuidas õpilane saaks vigadest vabaneda ning oskusi omandada. Hetkel ei osale ma ise süstemaatiliselt kellegi kogenenud õpetaja treeningul. Annan endale aru, et just noore õpetajana oleks tähtis vaadelda vanemate kolleegide tunde, et õppida tunni andmist jälgendamise teel. Olen mõjutanud enda kooliaegsetest kogemustest ja suhetest oma ideaalõpetajatega ja leian, et see on mulle mingil määral abiks, sest on kellede järgi joonduda.

Tunnen vajadust saada tagasisidet oma edasimineku kohta, ent samas rahustan end mõttega, et hetkel on ka mu praktilisest tegevusest tuletatud oskused väga olulised minu arengu jaoks.

Õpetamispraktika eesmärk oli õppeaja jooksul omandatud teoreetiliste teadmiste kinnistamine praktilise töö kaudu ja soov saada paremat arusaamist õpetamise mõõtmest.

Praktikale asudes ei olnud mul suuri hirme selle ees, kas saan õpetamisega hakkama. Enda tugevatest omadustest olin teadlik ja see andis kindlust - teadsin, et olen kohusetundlik, järjekindel, motiveeriv ja loominguline inimene. Teised on mind ise-loomustatud veel inimesena, kes annab paljudele rõõmsat meelt, lootust ja kes ei tee seda omakasupüüdlikul eesmärgil. Kompetentside puudust õpetamisel tundsin alles siis, kui juba mõnda aega olin grupiga tegutsenud. Selgus, et tantsuõpetajatöö eeldab palju muud - pedagoogika ja psühholoogia tundmist, suurt suhtlemist, algatus ja organiseerimisvõimet, analüüsimisoskust, jpm. Tantsijatega tööd alustades ei osanud ma nii palju tähtsustada ka näiteks suhtlemist õpilastega trenniväliselt. Mida aeg edasi, seda enam kogesin, kui oluline roll on oskusel luua kontakt õpilastega. Paljud probleemid algavad just suhtlusoskuse puudumisest, seetõttu on see kindlasti üks olulisi valdkondi, mida peaksin õpetajana enda puhul veel pidevalt arendama.

Rühmast lähtuv eesmärk oli soov parandada tantsijate koordineerimisvõimet ja füüsilist vastupidavust. Õpetada selgeks rütmikombinatsioonide jada ja kaks tantsu - lehvikutega “Sevillianas” ja “Volare”

Rühmast lähtuv eesmärk sai täidetud, sest uue info vastuvõtmine oli kevadeks paranenud märgatavalt - rütmikombinatsioonid, koordineerimise harjutused ja koreograafiline liikumine. Lehvikuga “Sevillianas” õpiti selgeks ja “Volare” tants sai praktika tundide lõpuks omandatud vaid otse peeglis, kuid hooaja lõpuks on see ka joonises ning esitamisele tuleb tants juunis Viljandi Hansapäeval. Püstitatud eesmärgid said praktika ajal täidetud.

KOKKUVÕTE

Tantsuõpetaja praktika viisin läbi Viljandi linnas tegutseva flamenkogrupi täiskasvanud tantsijatega. Praktika eesmärk oli õppeaja jooksul omandatud teoreetiliste teadmiste kinnistamine praktilise töö kaudu ja soov saada paremat arusaamist õpetamise mõõtmest.

Praktika alul püstitatud eesmärgid täitusid. Leian, et õpetaja kujunemisel algajast professionaaliks on praktika osal otsustav tähtsus ja tunni andmiseks vajalikke õpetamisoskusi saab omandada samm-sammult.

Praktika laiendas mu silmaringi ja sain rohkem arusaamist õpetamise mõõtmest. Tekkis mõistmine, et õpetamisetöö peale oma aine tundmise nõuab ka suurt hulka teadmisi pedagoogikast ja psühholoogiast, tohutut suhtlemist, algatus- ja organiseerimisvõimet, analüüsimisoskust, jpm.

Praktika andis minule mõningase kindlustunde tulevikus tantsuõpetaja töö jaoks, samas tundsin suurt vajadust praktikajuhendaja järele, kes õpetaks samm-sammult ettevalmistavat protsessi - kus mina üliõpilasena teen enne tunni andmist ette korraliku konspekti, arutlen selle üksikasjalikult juhendajaga läbi ja pärast tunni läbiviimist õpin end analüüsima - mis õnnestus, mis mitte, mida oleks võinud teha teisiti.

Õnnestumise praktikal tagas põhjalik tundide ettevalmistus ning see, et olen õpetajana entusiastlik eeskuju. Sain aimu, kuidas püstitada tunni eesmärgid ja kogesin, et õpilase motivatsiooni saab tõsta sellega, milliseid eesmärgid tunnis enam rõhutan.

Ma ei osanud nii palju tähtsustada suhtlemist õpilastega trenniväliselt aga kogesin, kui oluline roll on oskusel luua kontakt õpilastega. Paljud probleemid algavad just suhtluskuse puudumisest, seetõttu on see kindlasti üks olulisi valdkondi, mida peaksin õpetajana enda puhul veel pidevalt arendama.

Teadsin, et hea ettevalmistus annab garantii igal juhul tunni õnnestumisse. Vaja oleks tunnis rohkem anda selgituse miks me tunnis midagi just nii peame tegema. Õige varsti sain ka arusaamise, et hea eesti keele valdamine on lausa hädavajalik, kuna selge kõne on õpetamisel oluliseim vahend.

Ebapädevana tundsin end õpilastele tagasisidet andes. Mulle oli õppetunniks see, kui üks tantsija kord mu õpetamist kommenteeris, öeldes, et kasutan liiga lihtsaid õpetamisstrateegiaid – st. kiidan hea soorituse eest, aga üldjuhul ei laida.

Nõrgaks küljeks on enesekehtestamise oskus ja see tekitas praktiliselt ka mulle endale probleeme. Näiteks, kuna trennid toimusid Viljandi linnast väljas, kippusid tantsijad tundi aina rohkem hilinema. Mind häiris see järjest enam, aga puudus julgus see tantsijatele välja öelda. Püüdsin end rahustada, leides oma peas erinevaid põhjendusi hilinemistele. Põhiline argument oli - vältida probleemsituatsioone tantsijatega. Selle asemel, et öelda minasõnum, mõtlesin välja peibutuse, et tantsijaid distsiplineerida: püüdsin tunni sissejuatava - soojenduse etapi muuta hästi huvitavaks kauni muusikapala ja kerge tantsu abil. Minu rõõm oli suur, kui tantsijaid see erutas, peibutis hakkas tõesti õigeks ajaks tantsijaid kohale tõmbama, ent mina-sõnumite kehtestamine on mul probleemiks siiani. See on teema, mida tuleb õppima hakata.

Praktikaaeg on sundinud mind tegelema eneseanalüüsiga ja mõistma selle vajalikkust. Algaja õpetajana eriti on vaja püüelda selle poole, et saada üha enam iseendaks, sisemiselt vabaks, ennast uurivaks professionaaliks. Inimene, kes oskab ennast analüüsida, tunneb end paremini ja oskab ka teistest inimestest paremini aru saada. Selge nägemus endast on muutuseks ka piisavalt motiveeriv.

KASUTATUD KIRJANDUS

1. Adorf, M. (1998). *Flamenco on elutants. Ajakiri Tervis*
2. Arus, L. (2004). Tants üldhariduslikuskooli kehalise kasvatuse ainekavas - võimalused ja probleemid. www.hot.ee/hearyhigaellu/tants_koolis.htm
3. Ginter, J. (2011) Andragoogika. Google Docs.
https://docs.google.com/document/d/1siz-86hT2SRO7lENO0i36GoTiFZfmbXZXIVNR4Po4Ps/edit?hl=en_US
4. Jarvis, P. (1998). *Täiskasvanuharidus ja pidevõpe. Teooria ja praktika*. Tallinn.
5. Kagan, D. M. (1992). Professional growth among preservice and beginning teachers. *Review of Educational Research*,
6. Lowe, J. 1982. *The Education of Adults*. UNESCO.
7. Ozdoba, T. (2001). *Tantsimine ravib nii keha kui ka hinge*. Naistekas
<http://naistekas.delfi.ee/tervis/figuur/tantsimine-ravib-nii-keha-kui-ka-hinge.d?id=26873019>
8. Pikas, K. (2012). *Flamencotants kui kultuurinähtus Eestis*. Seminaritöö
9. Pung, A. (2012). *Õppimine on üks võimalikke elustiile*. Eesti Vabaharidusliidu ajaleht „Mida sa täna õppisid?“ 02.02.2012.
10. Rajaleidja.ee <http://ametid.rajaleidja.ee/Taiskasvanute-koolitajad-ndash-andragoogid>
11. Beljajev, R., Vanari, K. (2005). *Õppimine ja õppimisoskuste arendamine täiskasvanuna*. Sisekaitseakadeemia
12. Sarv, E.-S. (1997). *Esimese kooliastme pädevused riiklikus õppekavas*. Õppekava. Põhikooli Iaste I osa. Tallinn: Eesti Haridusministeerium.
13. Strongman, K. (2009). *Psühholoogia igapäevaelus*. Pegasus.
14. Õim, O. (2001). *Õpetaja kui suhtleja ja eneseanalüüsija*. Diplomitöö. Tartu

SUMMARY

In my theses of “Pedagogical profession with flamenco dancers” I analyze my teaching internship conducted in Viljandi Flamenco Group. Working period lasted from October 2013 until April 2014.

The goal of my internship was to determine the theoretical knowledge through practical work, to understand the extension of what it actually means to be a pedagogy and that the internship itself would ensure a strong basis for becoming a dance teacher in the future.

This paper consists of eight chapters.

In the first chapter “Dance Teacher Maarja” I am writing about my vision of me as a dance pedagogy. In the second chapter I am dealing with subject connected to andragogics. The third chapter consists of a brief introduction of the world of flamenco. In the fourth chapter I am trying to describe to the group I had the pleasure of teaching and to explain my reasons about choosing them to conduct my teaching process. In the fifth I described the structure of my classes. The seventh chapter is the analysis of a recorded class. The eight and final chapter is about my self-description, working process and the problems that occurred during.

The period of my internship has made me do a lot of self-examination in addition to realising its necessity. For a beginner teacher it is very important to get in touch with oneself, to find a certain inner release, and to stay continuously interested in your own self in order to become a professional. A person who is capable of self-examination is always better aware of their surroundings as well as ones personal space. Having a clear picture of yourself should be enough for motivation.

LISA 1.

Näidistunni videosalvestus DVDl

Tantsutunni (04.03.2014) videosalvestus.

LISA 2.

ÕPILASTE TAGASISIDE

ÕPILANE 1.

1. Mida õppisid tundide käigus?

Õppisin uut tehnikat, õppisin ka läbi tundide tundma oma juhendajat.

2. Vaadates tagasi, mis on sulle kõige rohkem meeldinud? Miks?

Koos inspireerimine ja kui õpitu õnnestub, mis teeb väga rõõmsaks.

3. Mida oleks võinud teha teisiti või millele oleks võinud rohkem tähelepanu pöörata?

Ei miskit, rohkem tähelepanu tuleb pöörata alati kehahoiakule.

ÕPILANE 2.

1. Mida õppisid tundide käigus?

Tundide käigus õppisin tantsima rühmas, arvestama teiste tantsijatega ja hakkasin paremini aru saama koputuste jadadest.

2. Vaadates tagasi, mis on sulle kõige rohkem meeldinud? Miks?

Kõige rohkem nautisin sellise õoetaja käe all töötada, suhelda ja saada temalt positiivseid emotsioone mis jäävad mällu pikkadeks aastatseks, sest sellised nagu Maarja on väga vähe.

3. Mida oleks võinud teha teisiti või millele oleks võinud rohkem tähelepanu pöörata?

Tuleb olla rohkem julge, sest need kes juba käivad tundides ja armastavad tantsida jäävad alati kuulama õpetaja nõuandeid.

Soovin sulle õnne, armastust ja kõike paremat maailmas ja ära meid unusta!

ÕPILANE 3.

1. Mida õppisid tundide käigus?

Kordinatsiooni, rütmitaju, kuulamist, õppisime üksteist tundma.

2. Vaadates tagasi, mis on sulle kõige rohkem meeldinud? Miks?

Seltskond, meeleolu, muusika ja liikumine.

3. Mida oleks võinud teha teisiti või millele oleks võinud rohkem tähelepanu pöörata?

Ei teagi, ilmselt oleks võinud veel trenni teha.

ÕPILANE 4.

1. Mida õppisid tundide käigus?

Tehnikat, kordinatsiooni, rütmitunnet, kiirust.

2. Vaadates tagasi, mis on sulle kõige rohkem meeldinud? Miks?

Õpetaja ise, sest ta on lihtsalt lahe, et ta meiesuguste kenade vanainimestega tegeleda viitsib, tema teistsugune õpetamisstiil võrreldes Kalliga ja muidugi jõuharjutused ja

venitused.

3. Mida oleks võinud teha teisiti või millele oleks võinud rohkem tähelepanu pöörata?

ÕPILANE 5.

1. Mida õppisid tundide käigus?

Tähelepanu koondamist, enesekontrolli.

2. Vaadates tagasi, mis on sulle kõige rohkem meeldinud? Miks?

Õpetaja võime märgata õpilaste individuaalseid eripärasid, oskust aidata raskustesse sattunuid. Meeldiv meeleolu ja järjest suurem seltskonnatunnetus.

3. Mida oleks võinud teha teisiti või millele oleks võinud rohkem tähelepanu pöörata?

Korduvate vigade puhul uuesti nõ. nullist alustamist (aeg-ajalt).

ÕPILANE 6.

1. Mida õppisid tundide käigus?

Tehnikat, kordinatsiooni, vastupidavust.

2. Vaadates tagasi, mis on sulle kõige rohkem meeldinud? Miks?

Rütmikombinatsioonid, tehnikaharjutused, venitusharjutused, harjutused lehvikuga, sõbralik õhkkond.

3. Mida oleks võinud teha teisiti või millele oleks võinud rohkem tähelepanu pöörata?

“Õpilaste” kohalkäimine jättis soovida ehk puuduti kahjuks väga palju.

ÕPILANE 7.

1. Mida õppisid tundide käigus?

Flamenkot, uusi tantse, koputuste tehnikat, rõõmsameelset ellusuhtumist.

2. Vaadates tagasi, mis on sulle kõige rohkem meeldinud? Miks?

Rõõmsameelne, positiivne, toetav ja innustav õpetaja, sest sellise õpetaja tunnis on hea olla kui on väsitav tööpäev seljataga. Pärast flamenkotrenni pn alati rohkem energiat ja jõudu kui enne tundi.

3. Mida oleks võinud teha teisiti või millele oleks võinud rohkem tähelepanu pöörata?

Kõik oli hea, muudatusettepanekuid pole.

ÕPILANE 8.

1. Mida õppisid tundide käigus?

Õppisin rõõmuga ja armastusega tantsima. Õpetaja innustas ja julgustas ja kiitis.

2. Vaadates tagasi, mis on sulle kõige rohkem meeldinud? Miks?

Meeldis õpetaja rõõm ja innustus ja julgustus, rõõm tundidest, tantsimisest.

3. Mida oleks võinud teha teisiti või millele oleks võinud rohkem tähelepanu pöörata?

Rohkem oleks vaja olnud tähelepanu pöörata tantsutehnika täiustamisele ja kiitmise kõrval kritiseerida natuke rohkem, et vead sisse ei harjuks.

ÕPILANE 9. (saatmisel)

1. Mida õppisid tundide käigus?

Õppisin, et et visa töö tulemusena saab õpitu ükskord selgeks ja et õpitavat ei pea väga rangelt võtma vaid seda võib (ja peab) ka nautida oskama.

2. Vaadates tagasi, mis on sulle kõige rohkem meeldinud? Miks?

Kõige rohkem on meeldinud see, et Sinu tunnid on vabad, lõbusad ja samas korrektsed, st ajaliselt nii nagu kokku lepitud ja kõik, mis tundub küsimusi tekitav, saab üle korratud ja selgitatud. Näiteks Sevillanase saime ükskord selgeks. Koputamistes saime kindlust juurde.

3. Mida oleks võinud teha teisiti või millele oleks võinud rohkem tähelepanu pöörata?

Võiks saada "Volare" tantsu ja koputuse esinemiseks valmis.. ehk jõuabki veel.

Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja lõputöö üldsusele kättesaadavaks tegemiseks

Mina Maarja Sharma (*autori nimi*) (sünnikuupäev: 16.01.1990)

1. annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) enda loodud teose
 „Tantsuõpetaja töö flamenkotantsijatega“
 (*lõputöö pealkiri*)

mille juhendaja on Kai Valtna
 (*juhendaja nimi*)

- 1.1. reprodutseerimiseks säilitamise eesmärgil, sealhulgas digitaalarhiivis DSpace säilitamise eesmärgil;
- 1.2. kirjaliku osa reprodutseerimiseks üldsusele kättesaadavaks tegemise eesmärgil kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni;
- 1.3. kirjaliku osa üldsusele kättesaadavaks tegemiseks Tartu Ülikooli veebikeskkonna kaudu, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace kaudu kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni. Lõputöö audiovisuaalseid osasid/helisalvestisi „*Näidistunni videosalvestis DVDl*“ ei ole lubatud avaldada.
2. olen teadlik, et nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.
3. kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei rikuta teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse seadusest tulenevaid õigusi.

Viljandis, **21.05.2014**