

Tartu Ülikool
Sotsiaalteaduste valdkond
Haridusteaduste instituut
Koolieelse lasteasutuse õppekava

Kaili Karro ja Elizabeth Kattai

RAHVATANTSUGA TEGELEMISE KASULIKKUS KOOLIEELSES EAS LASTE
SOTSIAALSETE OSKUSTE ARENGULE
Bakalaureusetöö

Juhendajad: Aigi Kikkas, loodusteaduste didaktika nooremlektor
Kaire Jõgi, loodusteaduste didaktika nooremlektor

Tartu 2025

Kokkuvõte

Rahvatantsuga tegelemise kasulikkus koolieelses eas laste sotsiaalsete oskuste arengule

Rahvatants on osa kultuurist ning meie identiteedist, võimaldades kõigil kultuuripärandit au sees hoida. Tantsimisega tegelemine omab mitmeid positiivseid aspekte, millele esmapilgul tähelepanu pöörata on keeruline. Käesoleva bakalaureusetöö eesmärk oli välja selgitada rahvatantsuga tegelemise kasulikkus koolieelses eas laste sotsiaalsete oskuste arengule.

Tegevusuuringus osalesid lisaks töö autoritele üks õpetaja, assistent, õpetaja abi ning 21 last ühest koolieelsest lasteasutusest. Tegevusuuringu raames viidi läbi treeningtunnid lastega ning küsiti tagasisidet intervjuude abil. Tulemused näitasid, et rahvatantsuga tegelemisel oli positiivne mõju laste sotsiaalsete oskuste arengule, näiteks esinemisjulguses või oskuses teistega arvestada. Rakendades rahvatantsu õppetöö osana, pööratakse tähelepanu lisaks laste sotsiaalsetele oskustele ka kultuuripärandi edastamisele, mis on oluline osa eesti rahvusidentiteedis.

Võtmesõnad: rahvatants, sotsiaalsed oskused, koolieelne iga

Abstract

Benefits of folk dancing for the development of social skills in preschool children

Folk dance is part of our culture and identity, allowing us to preserve our cultural heritage.

Dancing has many positive aspects that are difficult to notice at first glance. The aim of this bachelor's thesis is to identify the benefits of engaging in folk dance for the development of social skills in preschool children. In addition to the authors, one teacher, an assistant, a teacher's assistant and 21 children from a kindergarten participated in the action research.

Interviews and training sessions were conducted. Based on the results, the positive impact of engaging in folk dance on the development of social skills is noticeable. By implementing folk dance as part of study, not only to children's social skills but also to the transmission of cultural heritage is in focus, which is an important part of Estonian national identity.

Keywords: folk dance, social skills, preschool age

Sisukord

Sissejuhatus	4
1. Eesti rahvatants osana kultuuripärandist	5
1.1 Rahvatantsu ajalugu	5
1.2 Kultuuripärand Eesti hariduses ja väärtuskasvatases	6
2. Tantsu kasulikkus inimese arengus	7
2.1 Tantsu mõju laste sotsiaalsete oskuste arengule	8
3. Uurimisprobleem, eesmärk ja uurimisküsimused	9
4. Tegevusuuringu metoodika	10
4.1. Esimene etapp: planeerimine	10
4.2. Teine etapp: tegutsemine	12
4.3. Kolmas etapp: vaatlemine	13
4.4. Neljas etapp: peegeldamine	14
5. Tulemused	15
Arutelu	18
Tänuõnad	19
Autorsuse kinnitus	20
Kasutatud allikad	21
Lisad	26
Lisa 1. Nõusoleku leht lastevanematele	
Lisa 2. Nõusoleku leht asutuse juhile	
Lisa 3. Küsimustik õpetajale	
Lisa 4. Küsimustik lapsele	

Sissejuhatus

Koolieelne iga on laste elus üks olulisemaid perioode, sel ajal toimub nende jaoks intensiivne areng igas aspektis. Nii motoorses, peen- kui üldmootorikas, kognitiivses, emotsionaalses kui ka psühhosotsiaalses arengus on oluline laste liikumisvajaduse rahuldamine (Zarotis, 2020). Koolieelses eas omandab laps esimesed olulised kogemused suhtluses teistega – nii omavanuste kui ka täiskasvanutega (Lilleoja, *s.a.*). Seetõttu on oluline pöörata tähelepanu laste sotsiaalsete ja emotsionaalsete oskuste arengule. Väikelapsed õpivad läbi imiteerimise, kõige paremini täiskasvanuid matkides. Matkimise ehk teistelt õppimise kaudu omandatakse teadmisi ümbritseva kultuuri, oskuste ja suhtluse näol (Gardiner *et al.*, 2011). Sotsiaalsest vaatepunktist on matkimine lapse esimeseks abivahendiks suhtlemisel ning kontakti loomisel teda ümbritsevate inimestega.

Üha enam räägitakse lapsi vaevavatest probleemidest. On täheldatud probleeme laste sotsiaalsetes oskustes, täpsemalt eneseväljendusoskuste puudumises (Lilleoja, *s.a.*). Eneseväljendusoskust toetab oma keha tunnetamine, sest esimene suhtlusviis ei ole verbaalne vaid liigutustele ning matkimisele tuginev (Tsompanaki, 2019). Liikumine aitab kaasa lapse kui indiviidi arengule – võimaldades kogeda inimeste vahelisi interaktsioone ja sotsiaalsetes olukordades sobivat käitumist (Zarotis, 2020).

Eelnevalt mainitud probleemi üheks lahenduseks võib olla tantsimine, konkreetsemalt rahvatantsuga tegelemine. Tantsu saab defineerida vahendina, mille abil on võimalik suhelda, ennast väljendada, aga ka õppida aktsepteerima teisi enda ümber (Tsompanaki, 2019). Rahvatantsuga tegelemine on suunatud ka kultuuripärandi edastamisele ning väärtushoiakute kujundamisele. Tantsimine tagab laste liikumisvajaduse rahuldamise, olles võrdväärne puhkuse ja toiduga, ning soodustades kasvu ja arengut peen- ja üldmootorika oskustes (Walter & Sat, 2013). Lisaks aitab tantsimine lastel oma tundeid ning emotsioone verbaalselt ning selgelt väljendada. Vähendades võimalike käitumisprobleemide teket nooruki- ja täiskasvanueas (Li, 2023).

1. Eesti rahvatants osana kultuuripärandist

1.1 Rahvatantsu ajalugu

Tantsu on käsitletud kui inimeste tunnete ning mõtete väljendust rütmiliste kehaliigutuste abil. Rahvatants on traditsiooniline koreograafiline looming, mis suunatud suurtele rahvahulkadele. Olles seotud iga rahva elu-olu omapäradega ning andes edasi nende iseloomu. Varasemal arenguperioodil ka tihedalt rahvakommetega (Tampere, 1975). Rahvatants ise on kujunenud välja erinevatel pidustustel ja tähtpäevadel tantsimisest. Tantsiti jaanipäeval, pulmades, kõrtsis, laatadel jm sündmustel ja üritustel (Põldmäe & Tampere, 1938). Rahvatants on oma olemuse ja elementide poolest lihtne ning peaks olema kõigile kättesaadav. Meie esivanemad õppisid tantse puhtalt nägemise kaudu ja hiljem mälu järgi tantsides (Põldmäe & Tampere, 1938).

Tänu Jakob Hurda (1839–1907) algatusele sai Eestis 19. sajandi lõpul alguse rahvaluule suuremahuline kogumine ja talletamine. Sellest ettevõtmisest inspireerituna jõudis kord ka rahvamuusika ning rahvatantsu kogumiseni. Ajalises vaates toimus see ligi 30 aastat hiljem, sest tantsude üleskirjutamiseks vajati täpsemaid teadmisi kui varasemalt (Vissel, 1999). Sihikindel tantsukirjelduste kogumine sai alguse 20. sajandi algusaastatel, kui selle võttis enda kanda Anna Raudkats (1886–1965), eesti tantsumaastikule olulise jälje jätnud autor (Vissel, 1999). Tegemist oli esimese rahvatantsu koguja, kes oli saanud professionaalse koolituse tantsu vallas, olles lõpetanud maineka võimlemisinstituudi Helsingis (Vissel, 1999).

Teiseks etapiks saab nimetada 1930ndaid, sel ajaperioodil oli märgatav ühiskonna suurenev huvi Eesti rahvatantsu vastu. Järgnevatel aastatel elavnes rahvatantsude kogumine ning säilitamine veelgi. Võrreldes teiste kultuuridega sai Eesti rahvatantsukogumine hoo sisse üpris hilja, kuid see-eest on tehtud ära põhjalik töö. Kogutud materjalide analüüs ning lahtimõtestamine toimub ka nüüdisajal (Vissel, 1999).

Tants ja seal kajastuv peegeldab suuresti ühiskonna ülesehitust: ajalugu, uskumusi ning eelkõige norme ja väärtusi, mis annavad selge ülevaate ühiskonnas au sees olevast (Rüütel, 2009). Lisades siia juurde sõna *rahvas*, muutub sõnapaari *rahvatants* tähendus palju laiemaks. Terminiga alla kuuluvad seega nii pärimuslike algetega tantsud, Eesti autoritantsud ning neist edasiarendatud versioonid. Sama termini alla võib kategoriseerida aga ka ükskõik

mis eesmärgil rahva tantsimist (Kapper, 2010). Laias mõistes loetakse rahvatantsuks kõik, kus teose esitaja on eestlane ning ta kannab seda tehes rahvarõivaid (Kapper, 2010). Seega on termini algsele tähendusele aastate möödudes lisandunud ka teistsugune tähendus – rahvatantsu saab käsitleda harrastusena, mida iseloomustavad füüsiline treening, kindla grupiga kokkusaamised, et siis koos õppida kas vanu folkloorseid tantse või uue aja autorite loomingut (Kapper, 2010).

1.2 Kultuuripärand Eesti hariduses ja väärtuskasvatuses

Tänapäeval on muutunud rahvatants küll riiklikult armastatud harrastuseks, kuid seda kasutatakse õppematerjalina harva. Põhikooli riiklikus õppekavas on kultuuripärand ning sellest lugupidamine oluline pädevus, millele pööratakse tähelepanu igas kooliastmes. Fookuses on arendada lastes oskust väärtustada ja tajuda kultuuripärandid (Põhikooli riiklik õppekava, 2011). Koolieelse lasteasutuse riiklikus õppekavas (2008) on valdkonna „Liikumine” all eraldi alapunktina välja toodud „tants ja rütmika”. Mille fookuses on laste põhiliikumiste ja -oskuste arendamine, näiteks koordinatsiooni, aga ka rühi, tasakaalu ja peenmotoorika arengule suunatud tegevused. Valdkonna „Mina ja keskkond” ühe õppe- ja kasvatustegevuse eesmärgina on välja toodud Eesti kultuuritraditsioonide väärtustamise olulisus (Koolieelse lasteasutuse riiklik õppekava, 2008).

Lisaks rahvatantsule hõlmavad mõisted „kultuuripärand” ning “kultuuritraditsioonid” endas ka teisi kultuurivara osi, näiteks murdekeeli. Seega on kultuuripärandi ja -traditsioonide väärtustamiseks kasutatavad õppetegevused mõjutatud haridusasutuse arengukavast ning õpetajatest. Neil on oluline panus, mismoodi ning milliseid kultuuripärandi vorme õppetöös kasutatakse ning seeläbi lastele edastatakse. Rahvatantsu kui kultuurivormi esimene edasikandja lapsele on perekond. Laste elu kõige suuremateks mõjutajateks ja teerajajateks on vanemad. Kõik, mis huvitab vanemaid, huvitab ka last (Leppik, 2008). Vanemad on ka esmasteks mõjutajateks, kelle toel kujunevad välja laste väärtushoiakud. Lisaks on oluline roll õpetajatel ning lastealal laste väärtuste kujundamisel ning nende isiksuse kujunemise suunamisel (Sutrop, 2010).

Väärtusteks nimetatakse midagi, mis on valminud või juhtunud millegi nimel. Väärtustel on oluline roll inimtegevuses: need tekitavad ühiskonnas inimestele võimaluse teiste sekka kuuluda. Väärtused on seotud suurel määral tahtejõu, käitumise ning sotsiaalsete

põhimõtetega (Hirsjärvi & Huttunen, 2005). Väärtushoiakute alla kuulub kultuuripärand ning rahvuskultuuri au sees hoidmine. Tänapäeva ühiskonnas lasub kohustus vanematel ning õpetajatel, et lastele edasi anda killukesi ajaloost ning pärandist (Hirsjärvi & Huttunen, 2005). Õppides ning esitades rahvapärimates tuntud tantse on lastele oluline selgitada nende kultuurilisi tähendusi – see ülesanne jääb vanemate ning õpetajate kanda. Ajaloolise konteksti abiga on lastel võimalik mõista tantside tausta. Neil tekib parem arusaam, millist lugu tants vaatajatele jutustab. Vanemate laste puhul aitab see lastel mõista ja edastada sügavamaid emotsioone ning ideid, mis neile tantsuga seostuvad (Huang & Noknoi, 2025). Lisaks aitab ajalooline kontekst lastes tugevdada rahvatantsuga seostuvaid väärtushoiakuid. Rahvatantsuga tegelemine kindlustab lisaks ka järgnevate sotsiaalsete oskuste kinnistumise: julguse suhelda, luua sõprussuhteid ning arvestada teistega.

2. Tantsu kasulikkus inimese arengus

Ülemaailmselt on tants tähtsal kohal kõigis kultuurides ning ühiskondades. Esimesed viited tantsule pärinevad pea 9000 aasta tagusest ajast, kus tantsimist on kujutatud Indias leitud seinamaalingutel. On tõenäoline, et tegelikkuses ulatuvad tantsu alged veelgi kaugemale minevikku, kuid seda on juba keerulisem tõestada (Wargo, 2021). Tants on osaks suuremal või väiksemal määral kõigi inimeste eludest. Eneseväljendusviisina annab see võimaluse edastada oma mõtteid, tundeid ja emotsioone. Seega on tants olnud osa kultuurist alates selle tekkimisest ning tantsimine on laias plaanis mõeldud kõigile.

Tantsimine mõjub positiivselt kognitiivsele võimekusele. Aktiivne tegelemine tantsimisega omab neuroprotektiivset toimet ehk kaitseb närvirakke kahjustuste eest (Saks, 2020). Tants hõlmab endas sotsiaalset suhtlust, sensoorset stimulatsiooni ja motoorset koordinatsiooni (Kattenstroth et al., 2010), luues seeläbi positiivsed tingimused kognitiivseks pingutuseks. Oluline osa tantsimisest on koreograafia ehk liigutuste seadmine korrapärasesse järjekorda, mille tulemusel tekib tervik. Nimelt nõuab koreograafia, eelkõige keeruliste kombinatsioonide ning liigutuste omandamine, ajult suuremat keskendumisvõimet. Nende meeldejätmise ning teatud aja vältel kordamine eeldab ajult keerulisemat töötlemisoskust (Wargo, 2021). Samuti parandab tantsurutiinide õppimine ning kordamine tantsijate mälu ning võimet omandada suures plaanis uusi oskusi (Tao, et al., 2021). Tantsu mõju ajule on positiivne, näiteks kasutatakse tantsu Parkinsoni tõve ravimisel – tants mõjub patsientidele

teraapiliselt. Muusika stimuleerib aju preemiasüsteemi, tants aga sensoorseid ja motoorseid ahelaid (Edwards, *s.a.*). Preemiasüsteemis stimuleeritakse täpsemalt juttkeha, aju piirkonda, kus tekivad tasu või naudingutunded. Samuti koordineerib see mõtlemist, mis aitab inimestel langetada otsuseid (Mickelwait, *s.a.*).

Tants aitab meil mõista ja tõlgendada oma emotsioone ning toetab eneseregulatsiooni oskusi. Omades positiivset mõju emotsionaalse küpsuse saavutamisel ning emotsionaalse väljendusoskuse arengus – aidates edastada tundeid ning emotsioone, luua ühenduse teiste, iseenda ning oma mõtetega (Pina, 2020). Emotsionaalse küpsuse saavutamine on laste arengus oluline, sest mõjutab otsuste langetamist ning temperamenti. Aitab kaasa tundeühenduste reguleerimisele ning toetab eneseregulatsiooni oskusi. Eneseregulatsioon on oluline tegur keskendumisvõime arendamisel, ilma milleta on lastel edaspidi raske konkreetsetele õppeülesannetele keskenduda (McCrea, 2013). Toetudes arenguetappidele arenevad emotsionaalse intelligentsuse võimed eelkõige koolieelses eas. Arengut suunab keskkond, kus lapsed viibivad, ning täiskasvanute eeskuju (Walter & Sat, 2013). On leitud seoseid tantsu ning emotsionaalse intelligentsi vahel, tantsimise näol tegemist on eneseväljendusvormiga, mis aitab edastada oma tundeid ning mõtteid. Emotsionaalne intelligentsus on määratletav järgnevate oskustega:

1. oma tunnete mõistmine ning selge väljendamine;
2. emotsioonide toel otsuste langetamine;
3. oma tunnete haldamine;
4. arvestamine nii enda kui teistega (Walter & Sat, 2013).

2.1 Tantsu mõju laste sotsiaalsete oskuste arengule

Lapsepõlves kujunevad välja põhilised sotsiaalsed oskused, mille arengut toetavad liikumistegevused, sealhulgas tantsimine. Oskuste kujunemine leiab aset pidevas suhtluses teistega enda ümber (Zarotis, 2020). Liikumist saab kasutada väljendusvahendina, sest tegelikkuses pole suhtlemiseks sõnu vaja (Pina, 2020).

Tantsu käsitletakse kui mitteverbaalset suhtlusmeetodit, kus saame ennast tunda turvaliselt. Tantsimine võimaldab ohutult uurida enda ning välismaailma vahelisi suhteid. Katsetada läbi liikumise oma piire ning luua seoseid indiviidi ja rühma vahel. Kujundades nii positiivset minapilti ning suurendades enesekindlust (Liu, 2024). Oma emotsioone on

võimalik edastada vaid kehakeelt kasutades. Võrreldes täiskasvanutega on lastel oma emotsioonide sõnadesse panek ning nende väljendamine raskendatud (Walter & Sat, 2013). Tantsimine võimaldab luua sobiva keskkonna, mis soodustab seal viibijate omavahelist läbisaamist ning oma emotsioonide ja tunnete väljendamist. Tekkinud sõprussuhted kanduvad edasi trenni keskkonnast tavaellu (Zafeiroudi, 2023). Selline keskkond loob tantsuharrastaja jaoks ühtekuuluvustunnet.

Lobo ja Winsler (2006) viisid läbi uuringu, kus testiti loovtantsu ja liikumisprogrammi mõju eelkooliealistele lastele. Tulemused näitavad, et laste sotsiaalsed oskused paranesid ja käitumisprobleemid vähenesid. Biber (2016) viis läbi uuringu, kuidas mõjuvad rahvatantsutreeningud 5–6-aastaste laste sotsiaalsele ja füüsilisele arengule. Uuringus osales 20 last ja see kestis kokku kaheksa nädalat. Tulemused näitavad, et nii füüsiliste kui ka sotsiaalsete aspektide osas on näha positiivset arengut. Arvatakse, et harmoonias liikumine ehk tantsimine aitab tugevdada sõprade vahelisi suhteid, vähendada käitumisprobleeme ning soodustada prosotsiaalset käitumist (Lobo & Winsler, 2006).

Traditsiooniliselt toimub Eestis ja mujal maailmas rahvatants sõõril. On täheldatud, et tegevused ringil tugevdavad tantsijate vahelisi sidemeid, sest laps indiviidina peab õppima arvestama teistega, kes temaga samal ajal koos liiguvad ning tantsivad. Nii pööratakse tähelepanu meeskonnatöö olulisusele, mis omakorda toob fookusesse ka jagamis- ja oma korra ootamise oskused (Liu, 2024).

Rahvuskultuur on paljudes riikides au sees. Sellest peetakse lugu ning pööratakse tähelepanu, tutvustades järeltulevatele põlvetele kultuuripärandit, sealhulgas tantsu. Hiinas kasutatakse rahvuskultuur hariduses, eesmärgiga tutvustada lastele varakult kultuurivara. Lasteaedades tantsitakse rahvatantse hommikuvõimlemise ja tantsuliste tegevuste vormis. Soodustades laste füüsilist ja vaimset arengut, ning aidates lastel paremini rahvakultuuri mõista. Kuna rahvatants ei ole osa süsteemsest õppekavast ja selle lõimimine õppekavaga on keeruline, kombineeritakse see enamasti ühtsel kujul hommikuvõimlemisega (Li *et al.*, 2023).

3. Uurimisprobleem, eesmärk ja uurimisküsimused

Kuigi varasemad rahvusvahelised uuringud (Biber, 2016; Li *et al.*, 2023; Lobo & Winsler, 2006; Kotaman *et al.*, 2024; Walter & Sat, 2013) on näidanud, et aktiivne rahvatantsuga tegelemine avaldab positiivset mõju eelkooliealistele laste arengule (näiteks sotsiaalsete

oskuste, eneseväljendusvõime ja oma emotsioonide haldamise osas), ning rahvatantsuga tegelemine ja pärimuskultuuri hoidmine on aktuaalsed ka lasteaedades, puuduvad teadaolevalt uuringud rahvatantsu mõju kohta laste sotsiaalsetele oskustele Eesti kontekstis. Lähtudes püstitatud uurimisprobleemist on käesoleva bakalaureusetöö eesmärk välja selgitada rahvatantsuga tegelemise kasulikkus koolieelses eas laste sotsiaalsete oskuste arengule. Selleks on sõnastatud järgnevad uurimisküsimused:

1. Kuidas rahvatantsu õpetamisega kaasa aidata koolieelses eas laste sotsiaalsete oskuste arengule?
2. Kuidas hindab õpetaja rahvatantsuga tegelemise mõju oma rühma laste sotsiaalsete oskuste arengule?
3. Millised on autorite arvamused rahvatantsu õppimise mõju kohta laste sotsiaalsete oskuste arengule?

4. Tegevusuuringu metoodika

Bakalaureusetöö uurimismetoodika oli tegevusuuring, mis kuulub kvalitatiivse uurimismetoodika alla. Uuringuprotsessi iseloomustavad järgnevad märksõnad: planeerimine, tegutsemine, vaatlemine (jälgimine ja tähelepanekud) ja peegeldamine. Olulisel kohal on eneskriitiline analüüs, sest uuringus osaleb läbiviija ise (Arora, 2017). Tegevusuuringu eesmärgiks on lahendada konkreetne probleem ning on orienteeritud kasutusel oleva praktika või tegevuse täiustamisele (Stringer, 2013). Antud bakalaureusetöö kontekstis on tegevusuuringu fookuses rahvatantsuga tegelemise positiivne mõju eelkooliealiste laste sotsiaalsete oskuste arengus. Selleks viidi töö autorite poolt läbi treeningtunnid koolieelses haridusasutuses.

4.1. Esimene etapp: planeerimine

Esimene etapp keskendus uurimistöö põhifookuse väljaselgitamisele. Toimus uuringuks vajaliku taustainfo kogumine ja tutvuti varasemalt läbiviidud uuringutega. Taustainfot koguti ka õpetajatelt intervjuu käigus. Intervjuus keskenduti laste sotsiaalsetele oskustele ning varasematele kokkupuudetele rahva- ning pärimustantsudega.

Uuringu läbiviimiseks on eetiline küsida nõusolekuid nii lastevanematelt kui ka haridusasutuse juhilt (Juurik, *et al.*, 2023). Selleks koostasid töö autorid nõusolekulehed, mille

jagased füüsilisel kujul välja lapsevanematele (vt lisa 1) ning digitaalselt asutuse juhatajale (vt lisa 2).

Töö valimiks osutus mugavusvalim, mille võrdluses teiste valimi tüüpidega on uuringusse kaasatud kergemini kättesaadavad ja koostööaltimad (Tyrer & Heyman, 2016). Uuringus osalesid rühmaõpetajad ja -lapsed, kellega üks töö autoritest kohtus eelneval õppeaastal nii praktika kui abiõpetajate programmi raames. Bakalaureusetööst võttis osa kogu rühm – 21 last. Uuringu läbiviimise perioodil olid lapsed vanuses 4–6-aastat. Rühmas käis sel ajal 11 tüdrukut ning 10 poissi. Lapsed omasid varasemat kokkupuudet pärimustantsuga õppeasutuses toimuvate pärimuspäevade näol, mille eesmärgiks on lastele tutvustada ning õpetada pärimustantsu ning -laule.

Esiteks viidi läbi intervjuu ühe õpetaja ning õpetaja abiga, et saada taustainfot rühma kohta. Selleks kasutati poolstruktureeritud intervjuud. Meetod võimaldab olla küsimuste suhtes paindlikum ning annab vabaduse väljendada seisukohti oma tingimustel (Denscombe, 2010). Intervjuu jaoks koostati intervjuu kava (vt lisa 3). Õpetaja vastused olid aluseks lastele suunatud küsimustiku koostamisel.

Intervjuu lastega toimus grüpiintervjuu formaadis, et neil oleks julgem koos rühmakaaslastega arutelus osaleda ning vastuseid jagada. Kaardistamiseks laste mõtteid sotsiaalseid oskusi hõlmavatel teemadel, kasutati TEIQue küsimustiku vormi (vt lisa 4), mida kohandati vastavalt uuritavale teemale ning selle sisule. TEIQue küsimustikku kasutatakse abivahendina, et mõõta inimese emotsionaalse intelligentsuse taset, sealhulgas oskust käsitleda oma emotsioone, empaatiat teiste suhtes ning emotsionaalset enesekindlust (Zuanazzi *et al.*, 2022). Koostatud küsimustik keskendus järgnevatele teemadele: emotsioonide märkamine ja äratundmine, esinemisjulgus ning rühmakaaslastega läbisaamine. Kõik läbi viidud intervjuud salvestati ja transkribeeriti. Intervjuude salvestised kustutatakse peale lõputöö valmimist (Juurik, *et al.*, 2023). Saadud tulemusi jagatakse lõputöö valmides asutuse juhi ning õpetajaga.

Antud töö aluseks olid varasemalt samale teemale keskendunud rahvusvahelised uuringud (Biber, 2016; Li *et al.*, 2023; Lobo & Winsler, 2006; Kotaman *et al.*, 2024; Walter & Sat, 2013).

4.2. Teine etapp: tegutsemine

Teine etapp keskendus tantsude õpetamisele, lastelt vahetu tagasiside kogumisele ja uurijapäevikusse märkmete tegemisele. Teise etapi fookuses oli leida meetodeid, kuidas rahvatantsu õpetamisega kaasa aidata koolieelses eas laste sotsiaalsete oskuste arengule. Uuringuperioodi vältel kasutati treeningtundides tehtu ja laste käitumise erisuste ülesmärkimiseks uurijapäevikut, eesmärgiga hiljem andmeid analüüsida ning saada vastused püstitatud uurimisküsimustele.

Tantse õpetasid autorid lastele kahe kuu jooksul toimunud treeningtundides, millega alustati nädal peale eelintervjuu läbiviimist. Õpetati tantse „Kaerajaan“ ja „Kaks sammu sissepoole“. Tantsude valikul lähtuti järgnevatest kriteeriumitest: koreograafias esineb paaristegevust, koreograafilises liikumises on kordused ning tantsuline liikumine toimub ringil. Tantsude valikul oli oluline, et neis on tähtsal kohal teistega arvestamine – paarilisega koos liikumine, ühtses ringis tantsimine ning ühtsustunde loomine. „Kaerajaan“ on üks tuntumaid rahvatantse Eesti pärimuskultuuris. „Kaks sammu sissepoole“ on tuntud ringmängulaul.

Treeningtunde viisid autorid läbi nii eraldi kui koos. Autorid pidasid vajalikuks anda tunde eraldi, et saada kogemusi ja praktikat laste juhendamises treeningtundides. Hiljem, kui lapsed oli mõlema tantsu koreograafiaga tutvunud, viidi läbi treeningtunde koos. Esimestes treeningtundides räägiti lastega, mis tantse nad õppima hakkavad. Uuriti varasema kokkupuute kohta ning saadud info põhjal kaardistati laste teadmised.

„Kaerajaani“ puhul alustati põhikombinatsioonide õppimisest. Kuna muusikapalu on mitmeid, valiti autorite poolt Ülenurme Laulustuudio laste poolt esitatav pala „Kaera-Jaan“. Valikul oli oluline pala tempo, mis on lastele sobilik. Lapsed olid varasemalt tantsuga pärimuspäeva raames kokku puutunud, seega olid neile kombinatsioonid tuttavad. Tantsus toimus tegevus nii individuaalselt, paaris kui ka sõõril ehk kõik tantsijad ühendasid ühel hetkel omavahel käed. Seega harjutasid lapsed tantsu käigus oskust teistega arvestada. Samuti oli oluline koreograafia meelespidamine. Igas salmiosas toimus erinev tegevus, nii võimaldas tants treenida laste mälu.

„Kaks sammu sissepoole“ alustati paarides, poiss-tüdruk. Edasi kuulati laulu sõnu väikeste lõikudena, kus tuleb selgelt välja, mis on järgnevateks sammudeks ning liigutusteks, ja tegutseti selle järgi. Muusikapalana kasutati Liina-Liis Nõmm „Kaks sammu sissepoole“

(Nõmm, 2013). Lastele oli tants uus ning töö autorid märkasid, et lastel oli alguses keeruline teha paariliste vahetust. Tekkis segadus uue paarilise leidmisel, mis nõudis aeg-ajalt juhendamist. Samuti oli alguses raskendatud parema ja vasaku käe eristamine. Sellele leidsid autorid lahenduse paelte näol. Iga lapse parema käe ümber seoti punane pael, mis aitas lastel paremat ja vasakut kätt eristada. Oluline oskus, mida arendati, oli suhtlus paarilisega, eelkõige oskus teistele silma vaadata. Selle harjutamiseks kasutasid autorid erinevaid mängu, üheks näiteks on: kes suudab kauem pilgutamata paarilisele silma vaadata. Sarnaste mängude abil muutus paarilisele silma vaatamine laste jaoks tavapäraseks, nad löid ise silmkontakti ning suutsid seda tantsu vältel hoida.

Teise etapi juures oli oluline õpitud tantsudega esinemine. Üks sotsiaalne oskus, mille arengule uuringuperioodil keskenduti, oli esinemisjulgeus. Sellele pöörati ka rohkem tähelepanu. Novembri lõpus esinesid lapsed kõrvalrühmale. Enne esinemist harjutasid lapsed treeningtundides üksteisele esinemist, lisaks nähtu ja kogetu tagasisidestamist. Lapsed jaotati kahte gruppi ning grupid said kordamööda üksteisele esineda. Hiljem andsid lapsed üksteisele tagasisidet – tõid eelkõige välja positiivseid aspekte, näiteks mainiti ära lapsed, kes tantsu jooksul abistasid oma paarilisi kombinatsioonide meelespidamisega või kellel liigutused hästi välja tulid. Kõrvalrühmale esitati kaks õpitud tantsu: „Kaerajaan“ ja „Kaks sammu sissepoole“.

Teiseks esinemiseks oli rühma jõulupidu, mis toimus väliüritusena. Jõulupeo esinemisele andis pärimuslikku ainet juurde üritust läbiviiv Jõuluvana tegelaskuju, kes mängis mõlemat tantsumuusikat otse karmoškale (lõõtspill) ning võimaldas tantse tantsida mitmeid kordi. Lapsed julgesid tegelaskujule esineda, ei tekkinud olukorda, kus mõni laps oleks esinemisest keeldunud. Kaasati ka lähedased – lapsed kutsusid nad enda paarilisteks. Lisaks vaatamisele, said lähedased osaleda tantsude esitamises.

4.3. Kolmas etapp: vaatlemine

Kolmas etapp keskendus õpetaja hinnangutele seoses rahvatantsuga tegelemise mõjule rühmas käivate laste sotsiaalsete oskuste arengus. Samuti autorite tähelepanekutele rahvatantsu õppimise mõju kohta laste sotsiaalsete oskuste arengus, tuginedes uurijapäevikule.

Viidi läbi järelintervjuud, mis toimusid novembri lõpus. Küsitleti õpetajat, õpetaja abi ja lapsi, intervjuud salvestati. Intervjuude läbiviimiseks kasutati samu formaate ja küsimustikke, mida ka esimeses etapis (vt lisa 3; vt lisa 4). Seeläbi on andmete analüüsi faasis võimalik märgata vastuste erinevusi. Eesmärk oli välja selgitada perioodi vältel toimunud muutused.

Muutusi laste sotsiaalsetes oskustes oli võimalik analüüsida, toetudes õpetajaga läbiviidud järelintervjuule. Õpetaja tõi esile muutusi, mida on lastes uuringu perioodi vältel täheldanud, näiteks leplikkus käest kinni hoida või julgus paarilisele silma vaadata. Eneseväljendusoskustest mainis õpetaja üksteise suunamist, mida lapsed on üha enam kasutama hakanud. Esinemisjulguse osas õppetöös teistele julgelt postrite tutvustamise. Õpetaja lisas eneseväljendusoskusest rääkides, et lisaks rahvatantsuga tegelemisele on oluline vanusest tulenev areng ja täiskasvanud laste ümber, kes suunavad lapsi olukordi iseseisvalt lahendama.

Autorite vaatepunktist oli märgata arengut sotsiaalsetes oskustes nagu esinemisjulgus, ning teistega arvestamine. Esimestes treeningtundides oli näha lastes ujedust, nad ei soovinud üksteisele esineda. Viimastes treeningtundides soovisid seda aga kõik, lastel tekkis positiivne seos üksteisele esinemisega. Silma vaatamine aitas paaristegevuses säilitada korda. Lapsed löid edukalt kontakti oma paarilisega, mis muutus laste jaoks loomulikuks osaks treeningtunnist ning omakorda kandus edasi ka igapäevaellu. Paariliste vahetustega hoidsid lapsed käest kinni erinevatel rühmakaaslastel. Esimestes treeningtundides sooviti hoida käest kinni konkreetsetel rühmakaaslastel. Uuringu periood lõpuks olid lapsed valmis käest kinni hoidma kõigiga, vastavalt sellele, kes nende paariliseks osutus. Autorid täheldasid, et paranes laste käitumine oma rühmakaaslastega ning oskuses üksteist suunata. Lapsed olid tolerantsemad üksteisel käest kinni hoidmise osas ning tulid sellega hästi toime, vajadusel abistasid paarilised üksteist.

4.4. Neljas etapp: peegeldamine

Neljas etapp keskendus andmete analüüsile. Uuringus osalenute nimed on teada mõlemale töö autorile. Infot kasutasid autorid vaid bakalaureusetöö raames läbi viidud tegevusuuringus. Konfidentsiaalsuse tagamiseks kasutati intervjuus osalenud laste ning õpetaja vastuste

märkimiseks aga pseudonüüme: Õ, L1, L2 jne (Juurik, *et al.*, 2023). Andmete analüüsis lähtuti intervjuude käigus saadud vastustest.

Saadud tulemusi analüüsiti induktiivse sisuanalüüsi abil (Kim, 2021). Andmete analüüsi alustati eelintervjuude transkribeerimistega. Usaldusväarsuse suurendamiseks transkribeeriti ning kodeeriti intervjuud mõlema autori poolt eraldi. Seejärel võrdlesid autorid omavahel koode ning leppisid kokku lõplikes koodides. Eel- ning järelintervjuude maht õpetajatega oli kokku 14 A4 lehekülge. Transkribeerimiseks kasutati TTÜ kõnetehnoloogia labori poolt loodud kõnetuvastusteenust tekstiks.ee (Tekstiks, *s.a.*) ning analüüsimiseks kasutati QCAMap keskkonda (QCAMap, *s.a.*).

Seejärel võrreldi ning analüüsiti tulemusi. Tulemused ei erinenud, küsimustele saadi samad vastused. Koodid jagati mõlema autori poolt vastavalt nende sarnasusele kategooriatesse. Kategooriate nimetamisel esines erinevusi, siinkohal oli tegemist sõnastuse erinevustega. Mõlemad autorid vaatasid sellisel juhul oma üksused üle ning täiendasid neid, et saavutada ühtsus.

Bakalaureusetöö fookuses oli rakendada rahvusvahelistest uuringutest saadud infot Eesti konteksti.

5. Tulemused

Bakalaureusetöö eesmärk oli välja selgitada rahvatantsuga tegelemise kasulikkus koolieelses eas laste sotsiaalsete oskuste arengule. Tulemused esitatakse uurimisküsimustele tuginedes, esimese küsimuse puhul on aluseks uurijapäeviku sissekanded.

Kuidas rahvatantsu õpetamisega kaasa aidata koolieelses eas laste sotsiaalsete oskuste arengule

Kasutades rahvatantsu osana õppetööst või huvitegevusena, oli märgata laste oskust luua kontakti oma paarilisega. Kasutades suunavaid mängu arenes oskus ja julgus silma vaadata uuringu perioodi jooksul märgatavalt. Suhtlus paarilisega, nii verbaalne kui mitteverbaalne, muutus laste jaoks loomulikuks osaks treeningtunnist, mis omakorda kandub edasi ka igapäevaellu. Kasutades paariliste vahetusi, loodi olukordi, kus lapsed pidid hoidma käest kinni erinevatel rühmakaaslastel. Väljavõte 11.11 uurijapäeviku sissekandest, kus reflekteeriti paariliste muutuse üle: „*Paaride moodustamine võttis aega, kokku said lapsed, kes varem*

koos ei olnud tantsinud. Hea oli treeningtunni lõpuks näha, et paranenud on laste omavaheline koostöö. Arvestasid üksteisega, ei tekkinud probleeme.“ Märgatavalt paranes laste käitumine oma rühmakaaslastega, lapsed olid tolerantsemad üksteisel käest kinni hoidma. Nad olid altimad paari võtma treeningtundides kõigi rühmakaaslastega. Tantsude koreograafiast tingitult oli laste jaoks oluline arvestada teistega, kes nendega samaaegselt tantsivad. Uuringu perioodi lõppedes oli märgata, et paranes oskus arvestada teiste lastega. Sellest tulenevalt saab väita, et tegevused ringil tugevdasid tantsijate vahelisi sidemeid, sest koreograafia toimus sõõril. Arengut oli märgata oskuses üksteist suunata ning anda juhiseid. Paarid moodustati vastavalt laste oskusi ning vanust silmas pidades, et üks lastest saaks vajadusel olla suunaja rollis. Nii oli lastes märgata üksteise toetamist ning vajadusel suunamist.

Kuidas hindab õpetaja rahvatantsuga tegelemise mõju oma rühma laste sotsiaalsete oskuste arengule?

Võrreldes uuringule eelnenud perioodiga on õpetaja märganud edasiminekuid laste sotsiaalsetes oskustes. Lapsed oskavad üksteist suunata, anda juhiseid ning kohelda kõiki võrdselt. Õpetaja hindas rahvatantsuga tegelemise mõju positiivselt ning tõi välja mitmeid aspekte, milles uuringu perioodi vältel on näinud arengut.

Eelintervjuus selgus, et lapsed valivad igapäevaselt, kelle käest kinni hoida. Õpetaja täheldas, et õppekäikudel on esinenud olukordi, kus lapsed keelduvad üksteisel käest kinni võtmast. Grupiintervjuudes lastega oli antud teema samuti esindatud.

„No ütleme, et ikkagi näha on, et kes võtab kelle käest kinni, kohe jooksuga. Nojah, kes ei võta üldse käest kinni teisel (...).“ (Õ).

„Aga L4 ei hoia. Aga kui me läheme matkale, siis L4 ei hoia mu käest üldse kinni. Ma kunagi hoidsin L4 käest kinni, aga tema ei hoidnud ja siis ma kukkusin.“ (L8).

Järelintervjuus mainis õpetaja, et antud olukorra juures on ta märganud edasimineku. Lapsed on üksteise suhtes tolerantsemad. Enam ei teki sellest probleeme, kui õpetaja paarilisi vahetada palub.

„ (...) on ikka korralikult näha. Täpselt ongi see, käest kinni hoidmine. Ma nagu ei märka enam, et see ei sobi enam, mis oli ikka probleem. Nii mõnelgi lapsel täielik.“ (Õ).

Märgata on laste omavaheliste suhete paranemist – tekkinud on selgem ühtekuuluvustunne. Eneseväljendusoskusele keskendudes lisas õpetaja, et lapsed suunavad üksteist rohkem, nende omavaheline suhtlus on muutnud paremaks. Samas lisas õpetaja, et lisaks rahvatantsuga tegelemisele omab suurt rolli ka vanuseline areng ning teised suunavad tegevused, kus rahvatantsuga tegelemine oli heaks tugipunktiks. Õpetaja lisas järelintervjuus, et rahvatants on jõudnud ka laste vabamängu ning kodudesse. Lisaks huvile osaleda treeningtundides on rahvatantsuga tegelemine uuringu perioodi jooksul saanud osaks laste igapäevastest tegevustest.

„L3, kes muidu ei liigu, ei midagi, siis temal näiteks ema ütles, et kodus rahvatantsust ainult räägibki ja tantsib kodus rahvatantsu (...). „Aga lapsed mängivad väljas ise seda, tantsivad Kaerajaani (...). Alguses, kui rehvid olid maas, hüppasid rehvi peale niimoodi (käärhüppeid). Hüppasid niimoodi kogu aeg jalgadega.” (Õ).

Emotsioonide tajumine ning väljendamine läbis õpetaja pilgu läbi positiivse arengu. Õpetaja mainis järelintervjuus, et lapsed tulevad oma emotsioonide haldamisega paremini toime. Lisaks treeningtundidele on kindlasti suureks mõjutajaks täiskasvanud nende ümber, kes neid igapäevaselt suunavad.

Millised on autorite arvamused rahvatantsu õppimise mõju kohta laste sotsiaalsete oskuste arengule?

Tuginedes uurijapäevikule täheldasid autorid, et muutused treeningtundides olid positiivsed. Lisaks laste suutlikkusele omandada ning meeles pidada koreograafiat toimus ka märgatav edasimineku nende sotsiaalsetes oskustes, mida oli autoritel võimalik hinnata. Läbisaamine laste vahel paranes, kuna treeningtundides olid neil erinevad paarilised, mõjutas see laste omavahelist läbisaamist. Lapsed, kes eelnevalt valisid kindlalt, kellelt käest kinni hoida, enam seda ei teinud. Samuti paranes ka oskus luua paarilisega kontakti silmside näol, mis tulenes treeningtundides läbi viidud mängudest, mille eesmärk oli harjutada silma vaatamise oskust, mis on suhtlemise aluseks. Lisaks oli märgata laste esinemisjulguse arengut, nad muutusid iga treeningtunniga enesekindlamaks ning soovisid üksteisele esineda. Järelintervjuus lastega mainisid pea kõik, et nende jaoks ei ole esinemine teiste ees hirmus tegevus. Neile meeldis esineda teise rühma lastele ning õpetajatele. Viies läbi intervjuud lastega, oli autorite jaoks märgatav laste oskus emotsioone ära tunda ning kirjeldada. Esimeses intervjuus oskasid

lapsed nimetada tunnuseid, mille alusel tuvastada teiste emotsioonide. Järelintervjuus mainisid lapsed selgemalt viise, kuidas nad emotsioone tuvastavad, nii enda vaates kui ka teistele lastele keskendudes.

„Ma tean, kui üks laps on rõõmus, ta naerab. Kui teine on kurb, ta nutab. (L8).

„Mina olen näiteks rõõmus, et kui mina saan jõulukalendri. Seal saab seest kommi, siis mina olen rõõmus. ” (L12)

Arutelu

Antud bakalaureusetöö eesmärk oli välja selgitada rahvatantsuga tegelemise kasulikkus koolieelses eas laste sotsiaalsete oskuste arengule.

Esiteks sooviti teada saada, kuidas rahvatantsu õpetamisega kaasa aidata koolieelses eas laste sotsiaalsete oskuste arengule. Uuringus selgus, et rahvatantsu rakendamine parandab laste sotsiaalseid oskusi, kasutades tegevusi, mis eeldavad paariliste vahetusi või paaride kombineerimisi tantsuoskuse ning vanuse põhjal. Täheledatav on ka emotsionaalsete oskuste areng. Uurimistulemused ühtivad teoorias välja toodud tulemustega, et tantsimine omab positiivset mõju laste sotsiaalsete ja emotsionaalsete oskuste arengus (Biber, 2016; Li *et al.*, 2023; Lobo & Winsler, 2006; Kotaman *et al.*, 2024; Walter & Sat, 2013). Rahvatantsuga tegelemine tagab lastele võimaluse turvalises keskkonnas omandada sotsiaalseid kogemusi. Harjutada läbi mängu silmavaatamise oskust, koguda julgust paarilisega suhtlemiseks või õppida teistega arvestama. Mis kinnitab teoorias leitud tulemusi, et tantsimine aitab kaasa lapse kui indiviidi arengule, sest võimaldab kogeda inimestevahelist suhtlust (Zarotis, 2020). Täheledati, et tegevused ringil tugevdasid lastevahelisi sidemeid ning oskust teistega arvestada. Rahvatantsu koreograafia toimub suurel määral sõõril, varasemad uuringud mainivad samuti ringil tantsimise positiivset mõju, parandades laste oskust teistega arvestada (Liu, 2024).

Teiseks sooviti teada saada, kuidas hindab õpetaja rahvatantsuga tegelemise mõju oma rühma laste sotsiaalsete oskuste arengule. Õpetaja hinnangul on märgata arengut laste sotsiaalsetes oskustes nagu esinemisjulgus ning koostöö- ja prosotsiaalsed oskused. Õpetaja täheldas, et tantsimisega tegelemine oli hea tugipunkt abistamiseks laste sotsiaalsete oskuste arengut, ühtides teoorias esitatud uurimistulemusi, et tantsimine aitab tugevdada sõprade vahelisi suhteid (Lobo & Winsler, 2006). Varasemalt probleemseks osutunud kätest kinni hoidmine ei olnud enam murekohaks. Mis tähendab, et läbi tantsu õppimise muutusid lapsed

tolerantsemaks. Neile sobib hoida käest kinni kõigi oma rühmakaaslastega. Mis kinnitab teoorias välja toodud tulemusi, et tants soodustab suhtlus- ning eneseväljendusoskuse kasutamist, lisaks abistab aktsepteerida teisi enda ümber (Tsompanaki, 2019).

Kolmanda küsimuse, millised on autorite arvamused rahvatantsu õppimise mõju kohta laste sotsiaalsete oskuste arengul, analüüsis täheldasid autorid uuringu perioodi vältel arengut laste omavahelises läbisaamises. Toetudes ka teoorias esitatud uurimustulemustele, et tantsulised tegevused abistavad sotsiaalsete oskuste kujunemist (Zarotis, 2020). Eelkõige abistas erinevatel paarilistel käest kinni hoidmine, mis võimaldab lastel luua kontakti ka nende rühmakaaslastega, kellega igapäevaselt koos ei mängita. Samuti panid autorid tähele, et paranes laste julgus ja oskus silma vaadata. Treeningtundides oli võimalik lastel läbi mängu õppida silma vaatamist, mis on baasoskuseks, et inimestega suhelda ning kontakti luua. Tähelepanekut kinnitab teoorias kajastatud tulemus, et oskused kujunevad tänu pidevale praktikale, mida pakub suhtlus teistega enda ümber (Zarotis, 2020).

Läbiviidud uuringu piiranguks on kontrollgrupi puudumine. Kontrollgrupp annab võimaluse märgata ning võrrelda muutusi ning mõju uuringus osalenud grupi oskuste osas. Piirangu alla kuulub ka uuringu perioodi pikkus, milleks oli kolm kuud. Pikema uuringu perioodiga on muutused selgemini kaardistatavad. Edasiarendusena viia läbi uuring pikema perioodi vältel, ideaalis terve õppeaasta jooksul. Samuti lisada uuringusse kontrollgrupp.

Valminud töö praktiline väärtus seisneb lisaks laste sotsiaalsete oskuste arendamisele ka rahvakultuuripärandi edendamises, andes edasi lastele pärimuskultuuri olulisi osi ning tekitades lastes huvi liikumise ning tantsu vastu. Oluline osa on ka õpetajal, kes suunab ja julgustab lapsi ning on ise suureks eeskujuks. Julgus silma vaadata on samuti oluliseks väärtuseks, sest on suhtlemise aluseks. Õppides seda läbi mängu, muutub see hiljem loomulikuks osaks suhtluses.

Tänuõnad

Autorid tänavad oma juhendajaid Kaire Jõgi ja Aigi Kikkast, kes andsid edasiviivat tagasisidet ning soovitusi. Samuti soovime tänada uuringus osalenud õpetajat, tema rühma meeskonda, lapsi. Samuti haridusasutust, kes andsid meile võimaluse uuringut läbi viia. Oleme tänulikud Jüri Kaugerannale, kes abistas meid keelelise poole korrektsusega.

Autorsuse kinnitus

Autorid panustasid võrdselt bakalaureusetöö valmimisse. Viisid läbi tegevusuuringu raames intervjuusid ning treeningtunde ja panustasid töö kirjaliku osa valmimisse võrdselt.

Kinnitame, et oleme koostanud ise käesoleva lõputöö ning toonud korrekselt välja teiste autorite ja toetajate panuse. Töö on koostatud lähtudes Tartu Ülikooli haridusteaduste instituudi lõputöö nõuetest ning on kooskõlas heade akadeemiliste tavadega.

Kaili Karro, Elizabeth Kattai

/allkirjastatud digitaalselt/ 16.05

Kasutatud allikad

- Arora, C. (veebruari 2017. a.). Action Research in Schools and Utility for Teachers. *IRA International Journal of Education and Multidisciplinary Studies*, 6(2).
- Biber, K. (26. oktoober 2016. a.). The Effects of Folk Dance Training on 5-6 Years Children's Physical and Social Development. *Journal of Education and Training Studies*, 4(11), 213-226.
- Denscombe, M. (2010). *The good research guide: For small-scale social research projects (4th ed.)*. Open University Press. Allikas:
<https://www.researchgate.net/file.PostFileLoader.html?id=582a0dbf217e20276533f5a5&assetKey=AS:428404664213506@1479151039119>
- Edwards, S. (kuupäev puudub). *Dancing and the Brain | Harvard Medical School*.
Kasutamise kuupäev: 16. märts 2024. a., allikas Harvard Medical School:
<https://hms.harvard.edu/news-events/publications-archive/brain/dancing-brain>
- Gardiner, A. K., Greif, M. L., & Bjorklund, D. F. (juuli 2011. a.). Guided by Intention: Preschoolers' Imitation Reflects Inferences of Causation. *Journal of Cognition and Development*, 12(3), 355-372. Tsiteeritud 24. aprill 2025. a.
- Hirsjärvi, S., & Huttunen, R. (2005). *Sissejuhatus kasvatusteadusesse*. Medicina.
- Huang, Z., & Noknoi, K. (31. märts 2025. a.). The application of Chinese folk ritual dance in teaching: the integration of cultural identity inheritance and innovative education. *International Journal of Education and Literacy Studies*, 13(2), 460. Tsiteeritud 01. mai 2025. a.
- Juurik, M., Lilles-Heinsaar, L., Lõuk, K., Meriste, H., Parder, M.-L., Soone, M., . . . Maimets, T. (2023). *Hea teadustava*. (T. Alekõrs, T. Kõnnusaar, & R. Jürjo, Toimetajad)
Allikas: https://eetika.ee/sites/default/files/2023-06/HEA%20TEADUSTAVA_2023.pdf
- Kapper, S. (2010). Kas rahvatants sünnib siis, kui rahvas tantsib. rmt: *Rahvast ja tantsust* (lk 46-54). Eesti Rahvatantsu ja Rahvamuusika Selts.
- Kapper, S. (2010). Uurida rahvatantsu tänapäeval – võimatu või võimalik missioon. rmt: *Rahvast ja tantsust* (lk 23-30). Eesti Rahvatantsu ja Rahvamuusika Selts.

- Kattenstroth, J.-C., Kolankowska, I., Kalisch, T., & Dinse, H. R. (21. juuli 2010. a.). Superior sensory, motor, and cognitive performance in elderly individuals with multi-year dancing activities. (L. Nyberg, Toim.) *Frontiers in Aging Neuroscience*, 2. Tsiteeritud 11. aprill 2024. a.
- Kim, S. M. (30. juuni 2021. a.). Inductive or deductive? Research by maxillofacial surgeons. *Journal of the Korean Association of Oral and Maxillofacial Surgeons*, 47(3), 151-152. Tsiteeritud 01. mai 2025. a.
- Koolieelse lasteasutuse riiklik õppekava. (2008). *Riigi Teataja I 2008*, 23, 152. Allikas: <https://www.riigiteataja.ee/akt/109012025037>
- Kotaman, H., Inceoğlu, S. Ö., & Kotaman, Ş. (19. veebruar 2024. a.). Dancing program and young children's social development. *Current Psychology*. Tsiteeritud 10. märts 2024. a.
- Leppik, P. (2008). *Õpetajatöö psühholoogilisi probleeme: õpetamine kui looming*. Tartu Ülikooli Kirjastus.
- Li, J., Jiang, C., Wang, J., Yang, X., Jin, R., & Lu, H. (19. juuli 2023. a.). A Study on the Practice of Folk Dance Culture in Kindergarten. *Journal of Education and Culture Studies*, 7(3), 38-45. Tsiteeritud 11. märts 2024. a.
- Lilleoja, L. (kuupäev puudub). 14. *Laste käitumisprobleemid, nende põhjused ja abistamise võimalused – Kristlik Haridus ja Kasvatus*. Kasutamise kuupäev: 10. märts 2024. a., allikas Kristlik Haridus ja Kasvatus: <http://haridus.ekn.ee/14-laste-kaitumisprobleemid/>
- Liu, M. (30. september 2024. a.). Dance Education in Promoting Children's Sociality and Study on the Role and Mechanism of Emotion Development. *International Journal of Global Perspective in Academic Research*, 1(2), 50-55. Tsiteeritud 25. aprill 2025. a.
- Lobo, Y. B., & Winsler, A. (2006). The Effects of a Creative Dance and Movement Program on the Social Competence of Head Start Preschoolers. *Social Development*, 15(3), 501-519. Tsiteeritud 29. aprill 2025. a.
- Masadis, G., Filippou, F., Derri, V., Mavridis, G., & Rokka, S. (2019). Traditional Dances as a Means of Teaching Social Skills to Elementary School Students. *International Journal of Instruction*, 12(1), 511-520.

- McCrea, L. I. (2013). Kindergarten Teachers' Perceptions of and Expectations for School Readiness: Self-Regulation and Success. 355. PCOM Psychology Dissertations. Kasutamise kuupäev: 1. aprill 2024. a., allikas https://digitalcommons.pcom.edu/psychology_dissertations/355
- Mickelwait, L. (kuupäev puudub). *Brain basics: reward system*. Kasutamise kuupäev: 16. märts 2024. a., allikas The Reward Foundation: <https://rewardfoundation.org/brain-basics/reward-system/>
- Nõmm, L.-L. (27. jaanuar 2013. a.). *Kaks sammu sissepoole [video]*. Allikas: YouTube: <https://www.youtube.com/watch?v=7mBhafvswC0>
- Pina, C. (12. juuni 2020. a.). *Communication & Expression – Staying Connected Through Dance – The Dance Ability Movement*. Kasutamise kuupäev: 12. märts 2024. a., allikas The Dance Ability Movement: <https://danceabilitymovement.com/communication-expression-staying-connected-through-dance/>
- Põhikooli riiklik õppekva. (2011). *Riigi Teataja I 14.01.2011, 1*. Allikas: <https://www.riigiteataja.ee/akt/110082024002>
- QCAMap. (kuupäev puudub). Allikas: Qcamap.org: <https://www.qcamap.org/ui/en/home>
- Rüütel, I. (2009). Kihnu pärimustantsud minevikus ja tänapäeval. rmt: *Mäetagused 41* (lk 53-74). Eesti Kirjandusmuuseumi folkloristika osakonna rahvausundi ja meedia töörühm.
- Saks, K. (26. veebruar 2020. a.). Kaunite kunstidega tegelemine vanemas eas parandab toimetulekut ning pikendab eluiga. *Eesti Arst*, 99(2), 114-115. Kasutamise kuupäev: 11. aprill 2024. a., allikas <https://ojs.utlib.ee/index.php/EA/article/view/16431>
- Stringer, E. (2013). *Action research in education: Pearson new international edition (teine väljaanne)*. Allikas: Pearson Education Limited: https://sehthehfoundation.org/wp-content/uploads/2023/09/Ernie-Stringer-Action-Research-in-Education_-Pearson-New-International-Edition-Pearson-2013.pdf
- Sutrop, M. (2010). *Väärtused koolieelses eas: väärtuskasvatus lasteaias* (Eesti Keele Sihtasutus tr.). (N. Jung, & L. Lilles, Toim-d) Tartu Ülikooli eetikakeskus, Tallinna Ülikooli kasvatusteaduste instituut.
- Tampere, H. (1975). *Eesti rahvapillid ja rahvatantsud*. Kirjastus "Eesti Rahvaraamat".

- Tampere, H., & Põldmäe, R. (1938). *Valimik Eesti rahvatantse*. Eesti rahvaluule arhiivi kirjastus.
- Tao, D., Gao, Y., Li, F., Liang, W., Jiao, J., Huang, W. Y., . . . Baker, J. S. (15. november 2021. a.). Physical Inactivity, COVID-19, and the Future of Global Health. Is Dancing the Solution? *Journal of Physical Activity Research*, 7(1), 7-9. Tsiteeritud 11. aprill 2024. a.
- Tekstiks. (kuupäev puudub). Kasutamise kuupäev: 2. jaanuar 2025. a., allikas tekstiks.ee: <https://tekstiks.ee>
- Tsompanaki, E. (10. aprill 2019. a.). The Effect of Creative Movement-Dance on the Development of Basic Motor Skills of Pre-School Children. *Review of European Studies*, 11(2), 29-40. Tsiteeritud 10. aprill 2025. a.
- Tyrer, S., & Heyman, B. (aprill 2016. a.). Sampling in epidemiological research: issues, hazards and pitfalls. *BJPsych bulletin*, 40(2), 57-60. Kasutamise kuupäev: 27. jaanuar 2025. a., allikas <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4817645/>
- Vissel, A. (1999). Ülevaade varasematest töödest eesti rahvatantsu kogumisel ja arhiveerimisel Eesti Rahvaluule Arhiivi materjalide põhjal. rmt: *Rahvatantsu uurimine: arhiivid, meetodid, teooriad* (lk 54-64). Viljandi Kultuurikolledž.
- Walter, O., & Sat, E. (2013). Dance and its influence on emotional self-control and regulation and emotional intelligence abilities among early childhood-aged children. *International Journal of Arts & Sciences*, 6(4), 77-97. Kasutamise kuupäev: 13. märts 2024. a., allikas <https://www.universitypublications.net/ijas/0604/pdf/P3G53.pdf>
- Wargo, A. C. (2021). The Psychology of Dance *The Graduate Review*, 6, 35-40. Bridgewater State University. Kasutamise kuupäev: 12. märts 2024. a., allikas Bridgewater State University: https://vc.bridgew.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1192&context=grad_rev
- Zafeiroudi, A. (26. oktoober 2023. a.). Dance and Psychological Health: Effect of Dance Participation on Social Development. *Journal of Social Science Studies*(10), 2. Tsiteeritud 1. märts 2024. a.
- Zarotis, G. F. (16. veebruar 2020. a.). The Importance of Movement for the Overall Development of the Child at Pre-School Age. *Journal of Advances in Sports and Physical Education*, 03(02), 36-44. Tsiteeritud 28. aprill 2025. a.

Zuanazzi, A. C., Meyer, G. J., Petrides, K. V., & Miguel, F. K. (24. märts 2022. a.). Validity of the Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEIQue) in a Brazilian Sample. (13). *Frontiers*. Tsiteeritud 23. jaanuar 2025. a.

Lisad

Lisa 1. Nõusoleku leht lastevanematele

Lugupeetud lapsevanem!

Palume nõusolekut Teie lapse osalemiseks bakalaureusetöö “Rahvatants ja selle mõju koolieelses eas” uuringus. Uuringus osalemine hõlmab endas intervjuud ning treeningtundides osalemist perioodil oktoober 2024 a.-detsember 2024 a. Treeningtunde salvestatakse. Videosalvestisi ja intervjuu vastuseid kasutatakse õpetajakoolituse eriala üliõpilaste bakalaureusetöö raames. Tulemusi jagatakse lasteaia ning rühmaõpetajatega.

Lastele tagatakse uuringus osaledes anonüümsus. Lapse kohta ei küsita ega edastada isikuandmeid (vajalik vaid märkida lapse sugu ja vanus aastates ja kuudes).

Olen nõus, et minu laps

osaleb bakalaureusetöö uuringus.

Lugupidamisega

TÜ instituut

Kaili Karro ja Elizabeth Kattai

kailikar@ut.ee

elizabeth.katti@ut.ee

Allkiri, kuupäev

.....

Lisa 2. Nõusoleku leht asutuse juhile

Lugupeetud asutuse juht!

Palume nõusolekut Teie asutuses uuringu läbiviimiseks bakalaureusetöö raames. Uuringu raames viiakse läbi intervjuud ning treeningtunnid, mis salvestatakse. Uuringu läbiviimise periood on oktoober-detsember 2024. a. Filmitakse laste treeningtunde, videosalvestuses osalejate vanemaid teavitatakse eelnevalt ja neilt on eelnevalt palutud nõusolekut osalemiseks. Videosalvestisi ja intervjuu vastuseid kasutatakse õpetajakoolituse eriala üliõpilaste bakalaureusetöö raames. Tulemusi jagatakse lasteaia ning rühmaõpetajatega.

Lastele tagatakse uuringus osaledes anonüümsus. Lapse kohta ei küsita ega edastada isikuandmeid.

Mina, kinnitan allkirjaga, et

olen nõus bakalaureusetöö uuringus osalemisega oma juhitavas asutuses.

Lugupidamisega

TÜ Haridusteaduste Instituut

Kaili Karro ja Elizabeth Kattai

kailikar@ut.ee

elizabeth.kattai@ut.ee

Allkiri, kuupäev

.....

Lisa 3. Küsimustik õpetajale

Intervjuu küsimused

Sissejuhatus

Kes me oleme?

Üldine tutvustus + ... Tartu Ülikooli koolieelse lasteasutuse õpetaja kolmanda aasta tudengid.

Intervjuu tagamaad, eesmärgid

Oma bakalaureusetöö raames soovime lasteaialastele õpetada rahva-/pärimustantsu ning uurida tantsuga tegelemise mõju tunnetus- ja õpioskustele, sotsiaalsetele oskustele ja/või enesekohastele oskustele. Tänapäevase intervjuu eesmärk on koguda taustainfot, et mis aitaks uuringu eesmärgi täpsustada ja välja töötada konkreetne tegevuskava.

- Kas Teile sobib, kui me lindistame meie vestlust?

I plokk -taustaküsimused

1. Kui pikk on Teie õpetamise staaž?
 - 1.1. Kui kaua olete töötanud siinses asutuses?
 - 1.2. Kui kaua olete töötanud koos ühes rühmas?
 - 1.3. Mis vanuses lastega töötate?
 - 1.4. Mitu last on hetkel Teie rühma nimekirjas?

II plokk - tantsuga seotud küsimused

2. Kui palju olete ise tantsimisega (sh rahvatantsuga) kokku puutunud? Tooge näiteid, selgitage.
3. Kuivõrd pööratakse tähelepanu asutuses/rühmas kultuuripärandile (rahvuslikud lood, pärimustants ja -laul vms) ning selle tähtsusele? Palun tooge näiteid.
4. Millised on laste võimalused tantsuga (sh rahvatantsuga) tegelemiseks teie lasteaias?
 - 4.1. Kui palju kasutate õppetegevuses tantsulisi elemente? Tooge näiteid.
 - 4.2. Kas ja milliseid rahvatantse olete Te lastega õppinud?
 - 4.3. Kas ja milliseid pärimustantse olete Te lastega õppinud?
5. Kas ja miks peate oluliseks lastele rahvatantsu/pärimustantse õpetada?
6. Kas olete täheldanud tantse õppides/õpetades muutusi laste
 - 6.1. omavahelistes suhetes (sotsiaalsed oskused)
 - 6.2. tähelepanu- ja keskendumisvõimes, emotsioonide juhtimisvõimes (tunnetusoskused)
 - 6.3. käitumises (enesekohased oskused) jne.

III plokk - küsimused rühma kohta

7. Kuidas kirjeldaksite rühma sisekliimat?
8. Kuivõrd teie rühma lastele meeldib esineda? Selgitage.
9. Kuidas kirjeldaksite laste eneseväljendusoskusi (oskus/julgus avalikult oma mõtteid, emotsioone jagada)?
10. Kuidas kirjeldaksite laste suhtlemisoskusi (teistega kontakti loomine, kuulamine, kaasärääkimine, oma korra ootamine)?
 - 10.1. Kui lihtne või keeruline on Teie rühma lastel sõlmida sõprussidemeid või liituda juba alustatud mänguga? Palun tooge näiteid.
 - 10.2. Kuidas kirjeldaksite laste oskust teha koostööd?
11. Kuidas tulevad lapsed toime oma emotsioonide haldamise ning nende väljendamisega? Palun tooge näiteid.
12. Kuidas kirjeldaksite laste keskendumisvõimet erinevates tegevustes (nii õppetegevused kui ka vabamäng)?
13. On Teil intervjuu käigus tekkinud meile veel täiendavaid küsimusi?/ Kas intervjuu käigus meenus midagi, mille juurde võiks küsimustega tagasi tulla?

Tänu sõnad

Aitäh, et olite nõus meie intervjuus osalema ning meiega oma kogemusi ja arvamusi jagama. Teie vastused aitavad meil planeerida oma edasist tööd ning treeningtunde. Lõputöö käigus saadud tulemusi jagatakse kindlasti uuringu perioodi lõppedes lasteaia ning rühmaõpetajatega.

Lisa 4. Küsimustik lapsele

Taustainfo küsijale:

Küsimustiku eesmärk on anda hinnang inimese oskusele tunnetada, väljendada ja reguleerida oma emotsioone. Kuidas nad mõistavad ja oskavad reageerida teiste inimeste tunnete.

Küsimused keskenduvad inimese oskusele käsitleda oma emotsioone, empaatiat teiste suhtes ning emotsionaalset enesekindlust (Zuanazzi *et al.*, 2022).

Küsimustik TEIQue küsimustikule tuginedes:

Sissejuhatus

Kes me oleme?

Üldine tutvustus ...

Intervjuu tagamaad, eesmärgid

Meil on Teile täna mõned küsimused, millele me tahaks teada teie vastuseid. Küsimused on väga lihtsad, Teil tuleb vastata kas “Jah” või “Ei”. Nagu te näete, siis me lindistame meie juttu, selleks et hiljem oleks meil võimalik teie vastuseid uuesti kuulata.

I plokk – küsimused emotsioonid

1. Ma saan aru, kui sõber on rõõmus.

- Jah/Ei

2. Kui sõber on kurb, siis tean kuidas teda lohutada.

- Jah/Ei

3. Saan aru, kui olen rõõmus.

- Jah/Ei

II plokk – küsimused esinemisjulgus

4. Mulle meeldib esineda.

- Jah/Ei

5. Ma julgen esineda teiste laste ees.

- Jah/Ei

6. Ma julgen esineda õpetajate ees.

- Jah/Ei

7. Ma julgen kõigi ees kõva häälega rääkida.

- Jah/Ei

III plokk – küsimused sõprussuhted

8. Sõbrustan kõigi oma rühmakaaslastega.

- Jah/Ei

9. Ma hoian kõigi oma rühmakaaslastel käest kinni

- Jah/Ei

10. Ma leian endale kergesti uusi sõpru.

- Jah/Ei

11. Mängin koos kõigi rühmakaaslastega

- Jah/Ei

IV plokk – küsimused jagamisoskus

12. Mulle meeldib oma asju jagada.

- Jah/Ei

Tänu sõnad

Rahvatantsuga tegelemise kasulikkus koolieelses eas
Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja üldsusele kättesaadavaks tegemiseks

Meie, Kaili Karro ja Elizabeth Kattai,

1. anname Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) meie loodud teose „Rahvatantsuga tegelemise kasulikkus koolieelses eas laste sotsiaalsete oskuste arengule“, mille juhendajad on Kaire Jõgi ja Aigi Kikkas, reprodutseerimiseks eesmärgiga seda säilitada, sealhulgas lisada digitaalarhiivi DSpace kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.
2. Anname Tartu Ülikoolile loa teha punktis 1 nimetatud teos üldsusele kättesaadavaks Tartu Ülikooli veebikeskkonna, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace kaudu Creative Commons'i litsentsiga CC BY NC ND 3.0, mis lubab autoritele viidates teost reprodutseerida, levitada ja üldsusele suunata ning keelab luua tuletatud teost ja kasutada teost ärieesmärgil, kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.
3. Oleme teadlikud, et punktides 1 ja 2 nimetatud õigused jäävad alles ka autoritele.
4. Kinnitame, et lihtlitsentsi andmisega ei riku me teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse õigusaktidest tulenevaid õigusi.

Kaili Karro, Elizabeth Kattai

16.05.2025