

TALLINNA BALLETIKOOLI KAASAEGSE TANTSU ÕPPEKAVA MOODULITE RAKENDUSKAVA				
Sihtrühm	kutseõppe õppurid			
Õppevorm	statsionaarne			
Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad	
1	KARJÄÄRI PLANEERIMINE JA ETTEVÕTLUSE ALUSED	6	Ingrid Iter, Reet Laur, Katrin Kivisild, Katrin Kivimägi, Kaja Kreitzberg, Inga Kruusmägi, Liidia Garšnek, Helen Veidebaum	
<b>Eesmärk:</b> Õpetusega taotletakse, et õpilane tuleb toime oma karjääri planeerimisega kaasaegses ettevõtlus- ja töökeskkonnas ning elukestva karjääriplaneerimise protsessis; mõistab oma õigusi ja kohustusi ning käitub vastastikust suhtlemist toetaval viisil.				
Nõuded mooduli alustamiseks:	Omandatud põhiharidus			
Mooduli teemad	Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamis-meetodid ja ülesanded
	Õpilane:	Õpilane:		
<b>1.Karjääri planeerimine</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>mõistab oma vastutust teadlike otsuste langetamisel elukestvas karjääriplaneerimise protsessis</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>analüüsib juhendamisel enda isiksust ja kirjeldab enda tugevusi ja nõrkusi;</li> <li>seostab kutse, eriala ja ametialase ettevalmistuse nõudeid tööturul rakendamise võimalustega;</li> <li>leiab iseseisvalt informatsiooni sh elektrooniliselt tööturu, erialade ja õppimisvõimaluste kohta;</li> <li>leiab iseseisvalt informatsiooni sh elektrooniliselt praktika- ja</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Loeng</li> <li>Rühmatöö</li> <li>Iseseisev töö</li> <li>Enesehindamine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kirjalik töö</li> <li>Intervjuu</li> <li>Rühmatöö</li> </ul>

		<p>töökohtade kohta;</p> <p>5. koostab juhendi alusel elektroonilisi kandideerimisdokumente: CV, motivatsioonikiri, sooviavaldus, erialane portfoolio (foto- ja videomaterjali koostamine) kandideerimiseks või konkursil osalemiseks;</p> <p>6. valmistab juhendi alusel ette ja osaleb näidistööintervjuul;</p> <p>7. koostab juhendamisel endale lühi- ja pikaajalise karjääriplaani</p>		
<b>2. Majanduse ja ettevõtluse alused</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>mõistab majanduse olemust ja majanduskeskkonna toimimist</li> </ul>	<p>8. kirjeldab juhendi alusel oma majanduslikke vajadusi, lähtudes ressursside piiratusest;</p> <p>9. selgitab juhendi alusel nõudluse ja pakkumise ning turutasakaalu kaudu turumajanduse olemust;</p> <p>10. loetleb iseseisvalt Eestis kehtivaid otseseid ja kaudseid makse;</p> <p>11. leiab iseseisvalt informatsiooni sh elektrooniliselt finantsasutuste poolt pakutavate põhiliste teenuste ja nendega kaasnevate võimaluste ning kohustuste kohta;</p> <p>12. kasutab majanduskeskkonnas orienteerumiseks juhendi alusel riiklikku infosüsteemi e-riik</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Loeng</li> <li>Iseseisev töö</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kirjalik töö</li> <li>Rühmatöö</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>mõtestab oma rolli ettevõtluskeskkonnas</li> </ul>	<p>13. võrdleb iseseisvalt lähtuvalt ettevõtluskeskkonnast oma võimalusi tööturule sisenemisel palgatöötajana ja ettevõtjana;</p> <p>14. kirjeldab meeskonnatöona vastutustundliku ettevõtluse põhimõtteid</p>		
<b>3. Tööõigus ja asjaajamise alused</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>mõistab oma õigusi ja kohustusi</li> </ul>	<p>15. leiab iseseisvalt töölepingu seadusest informatsiooni töölepingu, tööajakorralduse ja töötaja puhkuse kohta;</p> <p>16. nimetab töölepingu, töövõtulepingu ja käsunduslepingu peamisi erinevusi;</p> <p>17. kirjeldab töölepingu seadusest tulenevaid töötaja õigusi, kohustusi ja</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Loeng</li> <li>Rühmatöö</li> <li>Iseseisev töö</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kirjalik töö</li> <li>Iseseisev töö</li> </ul>

	töökeskonnas	vastutust; 18. arvestab juhendi abil iseseisvalt ajatöö, tükitöö ja majandustulemustelt makstava tasu bruto- ja netopalka ning ajutise töövõimetuse hüvitist; 19. koostab ja vormistab juhendi alusel elektroonilise algatus- ja vastuskirja ning e-kirja sh allkirjastab digitaalselt	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kirjalik töö</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rühmatöö</li> </ul>
<b>4. Suhtlemise alused</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• tunneb ära efektiivse käitumise põhaluseid ja on motiveeritud enesenalüüsiks;</li> <li>• käitub vastastikust suhtlemist toetaval viisil</li> </ul>	20. selgitab, milliseid suhtlemisstrateegiaid kasutades luua usaldusväärsed suhted; 21. kasutab situatsioonile sobivat verbaalset ja mitteverbaalset suhtlemist; 22. rakendab aktiivse kuulamise võtteid; 23. selgitab ja järgib suhtlemissituatsioonides üldtunnustatud käitumistavasid ja erialast eetikat, mis põhineb üldinimlikel väärtustel	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Loeng</li> <li>• Rühmatöö</li> <li>• Iseseisev töö</li> <li>• Kirjalik töö</li> <li>• Ettekanne</li> <li>• Arutelu</li> <li>• Enesehindamine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ettekanne</li> <li>• Rühmatöö</li> </ul>
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	16 tundi: 1. Iseseisev töö õigusaktidega; 2. Dokumentide koostamine; 3. Eneseanalüüs; 4. Ettekanne			
<b>Praktiline töö</b>	-			
<b>Hindamine</b>	Hindamine on mitteeristav ning kujundav nii sõnaliselt kui kirjalikult.			

<b>Hindekriteeriumid</b>	Mitteeristav: arvestatud „A“ (lävendi tase), mittearvestatud „MA“ (ebapiisav tulemus) Lävendi kriteeriumid: õpilane on sooritanud õpiväljundite saavutamiseks kõik kirjalikud tööd, ettekanded, intervjuud ja rühmatööd ülesannete raames nõuetele vastava mahu ja sisuga.
<b>Kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Mooduli hinde saamiseks tuleb positiivsele tulemusele sooritada kõik hindamisülesanded. Ebapiisvalt tehud tööd tuleb sooritada kuni positiivse tulemuseni.
<b>Oppematerjalid</b>	Jaotusmaterjalid, veebimaterjalid, elektrooniline õpikeskkond; Bolton, R. 2007. Igapäevaoskused. Väike Vanker; Uljas, J. 2015. Eestlase keha kõneleb. Atlex; „Karjääriõppe sidumine praktikaga“ Innove, 2014

## TALLINNA BALLETIKOOLI KAASAEGSE TANTSU ÕPPEKAVA MOODULITE RAKENDUSKAVA

Sihtrühm	kutseõppe õppurid		
Õppevorm	statsionaarne		
Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
2	KLASSIKALISE TANTSU PÕHIALUSTE VALDAMINE JA RAKENDAMINE	45 EKAP	Helen Veidebaum, Kaja Kreitzberg, Kaie Kõrb, Irina Härm

**Eesmärk:** Õpetusega taotletakse, et õppija:

- valdab klassikalise balleti põhitehnikat;
- esitab harjutusi ja kombinatsioone tehniliselt täpselt, musikaalselt ja väljendusrikkalt;
- rakendab oskusi praktikas

**Nõuded mooduli alustamiseks:** klassikalise tantsu baasoskused

Mooduli teemad	Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamismeetodid ja ülesanded
<b>1. Harjutused tugipuu ääres</b> <i>Plié, Tendu, Battement jeté, Rond de jambe par terre/ l'air, Port de</i>	Õpilane: <ul style="list-style-type: none"> <li>• defineerib ja kirjeldab harjutuste sooritamist;</li> <li>• esitab harjutusi tehniliselt täpselt fikseerides kehaasendi õigetes positsioonides;</li> <li>• arendab jalatöö elastsust, jalgade tugevust, väljapoolsust ning sammu;</li> </ul>	Õpilane: <ol style="list-style-type: none"> <li>a) demonstreerib harjutusi tehniliselt täpselt kasutades täpseid jalgade positsioone ja kehaasendeid;</li> <li>b) esitab kombinatsioone koos korrektse käte ja pea koordineeritud liikumisega ning fikseeritud lõpetusega;</li> <li>c) esitab kombinatsioone musikaalselt koos fraasi</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praktiline töö</li> <li>• Harjutus</li> <li>• Enesehindamine</li> <li>• Rühmatöö ja -esitus</li> <li>• Individuaalne töö</li> </ul>	Kontrolltund Eksam

<p><i>bras, Fondu, Frappé, Retiré, Petit battement, Adagio, Grand battement</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• arendab tasakaalu</li> </ul>	<p>täpse järgimisega;</p> <p>d) demonstreerib harjutustes ja kombinatsioonides väljatöötatud jalatöö elastsust, jalgade tugevust väljapoole ning sammu</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teiste hinnang</li> <li>• Vaatlus</li> <li>• Videosalvestused</li> <li>• Õpikäik</li> <li>• Õppimispäevik</li> <li>• Õppimisvestlus</li> </ul>	
<p><b>2. Harjutused saali keskel</b></p> <p>Tugipuu ääres sooritatud harjutustele lisanduvad pöörded <i>Pirouettes, Tours, Grand fouetté</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kasutab põhitehnika harjutusi üleminekutel poosist poosi tempovahetustega kombinatsioonides tehniliselt täpselt ja oskusliku kehaplastikaga</li> <li>• sooritab harjutusi <i>grand battement</i> ja <i>adagio</i> kombinatsioonides kõrge sammuga tasakaalu hoides;</li> <li>• sooritab <i>pirouettes, fondu</i> ja <i>adagio</i> vorme tempo muutustega kombinatsiooni sees;</li> <li>• arendab liigutuste ilmekust, plastikat ja koordinatsiooni ning emotsionaalset väljenduslikkust</li> </ul>	<p>e) sooritab harjutusi kombinatsioonides tehniliselt täpselt, musikaalselt ja väljendusrikkalt koos korrektse käte ja pea koordineeritud liikumisega ning fikseeritud lõpetusega;</p> <p>f) sooritab pirouette kombinatsioonides kõrgel poolvarbal (<i>relevè's</i>), intensiivselt pööreldes ja lõpetades täpsesse positsiooni;</p> <p>g) sooritab <i>grand battement</i> i kombinatsiooni harjutusele vastava aktiivsusega korrektse käte ja pea koordineeritud liikumisega ning fikseeritud lõpetusega;</p> <p>h) sooritab <i>adagio</i> sujuvalt, täpse fraasitunnetusega ja tehniliselt laitmatult;</p> <p>i) sooritab kombinatsioone (<i>pirouettes</i> kiirendatud tempos, <i>grand battement</i> ) tehniliselt korrektselt, dünaamiliselt</p> <p>j) esitab kombinatsioone isikupärase ja meeldiva väljendusrikkusega</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praktiline töö</li> <li>• Harjutus</li> <li>• Enesehindamine</li> <li>• Rühmatöö ja -esitus</li> <li>• Individuaalne töö</li> <li>• Teiste hinnang</li> <li>• Vaatlus</li> <li>• Videosalvestused</li> <li>• Õpikäik</li> </ul>	<p>Kontrolltund</p> <p>Eksam</p>

<p><b>3. Hüpped</b>  <i>Entrechat-quatre Royale, Pas assemblé battu, Pas brisé, Pas balloté, Pas failli, Sissonne fondue, Temps levé, Pas gabriole, Temps glissés, Pas emboités.</i>          Ettevalmistus suurteks hüpeteks</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• sooritab väikseid, keskmisi ja suuri hüppeid tehniliselt korrektselt;</li> <li>• sooritab hüpped tantsulistes kombinatsioonides <i>en tournant</i>;</li> <li>• arendab ja kujundab enda individuaalsust;</li> <li>• arendab hüppe elevatsiooni ja enda füüsilist vastupidavust</li> </ul>	<p>k) sooritab väikseid, keskmisi ja suuri hüppeid täpse jalatöö, keha-, käte- ja peaasenditega ning fikseeritud lõpetusega;</p> <p>l) esitab kombinatsioone täpselt muusikasse;</p> <p>m) esitab hüppeid tantsuliselt ja kerget</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praktiline töö</li> <li>• Harjutus</li> <li>• Enesehindamine</li> <li>• Rühmatöö ja -esitus</li> <li>• Individuaalne töö</li> <li>• Teiste hinnang</li> <li>• Vaatlus</li> <li>• Videosalvestused</li> <li>• Õpikäik</li> <li>• Õppimispäevik</li> <li>• Õppimisvestlus</li> </ul>	Kontrolltund Eksam
<p><b>Iseseisev töö moodulis</b></p>	234 tundi: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Keha füüsilise ettevalmistamine tunniks (ettevalmistavad harjutused; toitumise ja kaalu jälgimine);</li> <li>2. Tundides õpitu meelespidamine ja iseseisev harjutamine;</li> <li>3. Enda ja teiste soorituste vaatlused (n: video, õppekäik);</li> <li>4. Oma arengu analüüs ja eesmärkide seadmine</li> </ol>			
<p><b>Praktiline töö</b></p>	Praktiline töö on mooduli läbiviimise vorm.			
<p><b>Hindamine</b></p>	Eristav			
<p><b>Hindekriteeriumid</b></p>	Hinne „3“	Hinne „4“	Hinne „5“	
<p><b>Kontrolltund</b></p>	Hea õpitulemuste rakendamise oskus, kuid	Sooritab harjutused hindamiskriteeriumites	Hindamiskriteeriumite põhjal harjutuste väga hea	

	esineb tehnilisi, musikaalseid ja/ või stiililisi puudujääke.	väljatoodu osas hästi, esituses on väiksemaid tehnilisi, musikaalseid ja/ või stiililisi ebatäpsusi.	sooritus, kiire arusaamine, füüsiliste eelduste oskuslik kasutamine, muusikalise fraasi väga hea tunnetamine ning tehniliselt kõrgel tasemel ja väljenduslik esitus.
<b>Kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Kokkuvõttev hinne antakse praktilisele tööle moodulis. Oskused peavad arenema järjepidevalt tehniliselt täpse, musikaalse ja väljendusriikka tulemuse saavutamise suunas. Arvesse võetakse kehaliste vormide vastavust klassikalise tantsu normidele.		
<b>Oppematerjalid</b>	„Klassikalise tantsu õppemetoodika“ A. Vaganova Balletiakadeemia, Sankt-Peterburg 2011; videomaterjalid		



TALLINNA BALLETIKOOLI KAASAEGSE TANTSU ÕPPEKAVA MOODULITE RAKENDUSKAVA				
Sihtrühm	kutseõppe õppurid			
Õppevorm	statsionaarne			
Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad	
3	KLASSIKALISED MODERNTANTSUSTIILID	5 EKAP	Maria Uppin	
<p><b>Eesmärk:</b> Õpetusega taotletakse, et õppija tunneb ära ja valdab ajaloolise moderntantsu olulisemate tantsutehnikate printsiipe ning harjutusvara, mõistab nendega kaasnevaid esteetilisi tõekspidamisi ning kasutab moodulis omandatud oskusi praktikas.</p> <p>Selgituseks: Moodul keskendub peamiselt Limóni tehnikale, kuid lühiülevaate saab õpilane ka teistest moderntantsu stiilidest.</p>				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> Puuduvad				
Mooduli teemad	Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamis-meetodid
	Õpilane:	Õpilane:		
<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Ajaloolise moderntantsu põhisuundade tundmaõppimine</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>tunneb ära erinevate moderntantsu tehnikate peamised jooned;</li> <li>võrdleb omavahel erinevate moderntantsu stiilide põhiomadusi;</li> <li>paigutab omandatud informatsiooni ajalisse konteksti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) nimetab moderntantsu tehnikate peamisi jooni;</li> <li>b) eristab moderntantsu stiile teistest tantsusuundadest;</li> <li>c) loetleb Limóni tehnika põhiprintsiipe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Videosalvestused</li> <li>Õppimisvestlus</li> </ul>	Kontrolltund Eksam
<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Limóni tehnikale omaste</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>kasutab liikumisel oma keha raskuskeskust;</li> <li>teadvustab hingamistehnika vajalikkust</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>d) demonstreerib Limóni tehnika põhiprintsiipe oma kehal;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Praktiline töö</li> <li>Harjutus</li> </ul>	Kontrolltund Eksam

<b>printsipiide tundmaõppimine</b>	loomulikus liikumises, venituse- ja lõdvestusharjutustes jne. <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>swing</i>'i (kiike), <i>bounce</i>'i (põrke), <i>undercurve</i>'i (alt kaare) ja <i>overcurve</i>'i (pealt kaare) tundmine ning rakendamine;</li> <li>• teab liigutuse järgnevuse, pidevuse loogikat (sh kehale anatoomiliselt loogilised liikumistrajektorid, liikumise algus impulsist)</li> </ul>	e) tajub ning kontrollib oma vaagna ehk keha raskuskeskuse asendit liikumises; f) rakendab harjutustes õiget hingmistehnikat; g) demonstreerib harjutustes Limóni tehnika põhiprintsiipe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rühmatöö ja -esitus</li> <li>• Individuaalne töö</li> <li>• Vaatlus</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Limóni tehnikale omase harjutusvara omandamine</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kasutab Limóni tehnika põhiprintsiipe ning näitlikustab erinevates liikumiskombinatsioonides;</li> <li>• uurib ning arendab oma keha läbi Limóni tehnika baasharjutuste</li> </ul>	i) rakendab omandatud liikumispõhimõtteid tantsulistes kombinatsioonides; j) rakendab omandatud harjutusvara oma liikumiskeele rikastamiseks	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praktiline töö</li> <li>• Harjutus</li> <li>• Rühmatöö ja -esitus</li> <li>• Individuaalne töö</li> <li>• Vaatlus</li> </ul>	Kontrolltund Eksam
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	Iseseisva töö maht 13 tundi: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tundides õpitu meelespidamine ja iseseisev kordamine;</li> <li>• Tunnis viidatud video- ja lugemismaterjaliga tutvumine;</li> <li>• Repertuaari õppimine</li> </ul>			
<b>Praktiline töö</b>	Praktiline töö on mooduli läbiviimise vorm: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ajaloolise moderntantsu põhisuundade tundmaõppimine – ülesannete HK a-c;</li> <li>• Limóni tehnika põhiprintsiipide tundmaõppimine – ülesanne HK d-g;</li> <li>• Limóni tehnikale omase harjutusvara omandamine – ülesannete HK i-j</li> </ul>			
<b>Hindamine</b>	Hinnatakse õpilase praktilisi oskusi. Hindamine on eristav ning kujundav nii suuliselt kui kirjalikult.			
<b>Hindekriteeriumid</b>	Hinne „3“	Hinne „4“	Hinne „5“	

<b><u>Kontrolltund</u></b> <b><u>Eksam</u></b>	Hea õpitulemuste rakendamise oskus, kuid esineb tehnilisi, musikaalseid ja/ või stiililisi puudujääke.	Sooritab harjutused hindamiskriteeriumites väljatoodu osas hästi, esituses on väiksemaid tehnilisi, musikaalseid ja/ või stiililisi ebatäpsusi.	Hindamiskriteeriumite põhjal harjutuste väga hea sooritus, kiire arusaamine, füüsiliste eelduste oskuslik kasutamine, muusikalise fraasi väga hea tunnetamine ning tehniliselt kõrgel tasemel ja väljenduslik esitus.
<b>Kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Kokkuvõttev hinne antakse praktilisele tööle moodulis. Tantsutehnika peab järjepidevalt täienema ja muutuma oskuslikumaks.		
<b>Oppematerjalid</b>	Jaotusmaterjalid; Einasto, Heili „100 aastat moderntantsu“. Tallinn: Eesti Entsüklopeediakirjastus, 2000		

## TALLINNA BALLETIKOOLI KAASAEGSE TANTSU ÕPPEKAVA MOODULITE RAKENDUSKAVA

Sihtrühm	kutseõppe õppurid			
Õppevorm	statsionaarne			
Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad	
4	KAASAEGSE TANTSU TANTSUTEHNILISTE OSKUSTE OMANDAMINE JA RAKENDAMINE	26 EKAP	Kristin Murula, Raho Aadla, Joonas Tagel, Helen Veidebaum, Maria Uppin, külalisõpetajad	
<b>Eesmärk:</b> õpingutega taotletakse, et õppija valdab kaasaegsete tantsutehnikate aluseid (nt. <i>Cunningham, Graham, Jazz, Contemporary</i> ) ja rakendab õpitut lavakunsti väljendusvahendina erialases praktikas.				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> klassikalise tantsu baasoskused				
<b>Mooduli teemad</b>	<b>Õpiväljundid</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>	<b>Õppemeetodid</b>	<b>Hindamismeetodid ja ülesanded</b>
	Õpilane:	Õpilane:		
<b>PÕHIPRINTSIIBID JA BAASELEMENDID</b>  <i>Printsiibid: ökonoomsus, kompaktsus, funktsionaalsus, pehmus, sujuvus, jätkuvus, vabastus, hoog, rotatsioon, rullid, libistused</i> <i>Baaselemendid: Contraction,</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kasutab kaasaegse tantsu põhimõisteid, - liikumisi ja tunneb ära erinevaid stile ning oskab neid esitada;</li> <li>• omandab keha anatoomilisi võimalusi arvestavat liikumissooritust: hingamine, soorituseks vajalik liigeste liikuvus, koordineatsioon, keha joondumine ja liikumiselundkonna stabiilsuse/mobiilsuse kontroll;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) seletab tunni harjutusi, ülesandeid ja liikumistekste ning kirjeldab nende sooritust kasutades erialast sõnavara;</li> <li>b) esitab kaasaegse tantsu põhiliikumisi koos õige hingamise, liigutuste amplituudi ja tantsutehnikaga kontrollides oma kehaliine ja koordineatsiooni;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Harjutused</li> <li>• Etüüdid</li> <li>• Rühmatöö</li> <li>• Individuaalne töö</li> <li>• Praktikumid</li> <li>• Meistriklassid</li> </ul>	Kontrolltund Eksam

<p><i>flat back, brush, arch, step touch, chassé, curve, drop, pique turn, keha rull üles-alla, pivot step, ball change, kick, slide, flow, release, leap, rotatsioon, degage, swing</i></p> <p><b>1.Isolatsioon</b></p> <p><b>2.Kehaliinid</b></p> <p><b>3.Paiknemine ruumis</b></p> <p><b>4.Koordinatsioon</b></p> <p><b>5.Loovus</b></p> <p><b>6.Fraasi tunnetus</b></p> <p><b>7.Hüpped</b></p> <p><b>8.Üle saali liikumised</b></p> <p><b>10.Grupiülesanded</b></p> <p><b>11.Spetsiifiline ettevalmistus</b></p> <p><b>vastavalt stiilile -</b></p> <p><b>traditsioonilised</b></p> <p><b>moderntantsu tehnikad</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kasutab keha raskusjõudu ja raskuskeset vastavalt stiilile või koreograafi käekirjale;</li> <li>• oskab vabastada oma keha, liikuda dünaamiliselt kasutades õiget hingamistehnikat;</li> <li>• sooritab kaasaegse tantsu põhielemente kombinatsioonides pöörates tähelepanu oma tehniliste oskuste arendamisele ja muusikatunnetusele;</li> <li>• töötab julgelt ja aktiivselt arendades oma individuaalset väljenduslaadi, loovust ja ruumiteadlikkust;</li> <li>• kontsentreerub grupiülesannetes, töötab koostöös teiste tantsijatega, jätab meelde liikumistekstid ning on vaimselt ja füüsiliselt vastupidav</li> </ul>	<p>c) tajub energia jaotumist oma kehas ja ruumis ning liigub koostöös partneri või rühmaga nendest ja iseendast lähtuvalt;</p> <p>d) esineb väljendusrikkalt, julgelt ja isikupäraselt</p> <p>e) tunneb ära läbitud teemade ja sooritatud koreograafia raames 20. ja 21. sajandi koreograafia ilmingud ja koreograafide eripära;</p> <p>f) interpreteerib koreograafiat vastavalt stiili esteetikale ja kirjeldab enesearengu võimalusi;</p> <p>g) rakendab 20. ja 21. sajandi erinevaid tantsutehnikaid lavakunstis</p>		
---	---	---	--	--

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Graham</li> <li>- Limon</li> <li>- Cunningham</li> <li>- jazztants – tähelepanuga rütmiseeritusel ja musikaalsusel</li> </ul>				
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	180 tundi: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Keha füüsilise ettevalmistus: lihasvastupidavuse arendamine, painduvuse arendamine, lihashooldus;</li> <li>2. Õpitu meelespidamine ja kordamine;</li> <li>3. Õpitu rakendamine erialses praktikas;</li> <li>4. Koreograafide tööde vaatamine (arhiivid, etendused), repertuaari iseseisev omandamine</li> </ol>			
<b>Praktiline töö</b>	Praktiline töö on mooduli läbiviimise vorm. Mooduli teemad: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. – ülesannete HK a;</li> <li>2.-10. – ülesannete HK b-d;</li> <li>11. – ülesannete HK e-g</li> </ol>			
<b>Hindamine</b>	Hindamine on eristav ja kujundav - antakse tagasisidet õpilase seniste tulemuste ja vajakajäämistele kohta, mille käigus analüüsitakse õpilase füüsilist võimekust, vormi ja arengueesmärke. Tagasiside sisaldab ettepanekuid ja ülesandeid edaspidisteks.			
<b>Hinde- kriteeriumid</b>	Hinne „3“	Hinne „4“	Hinne „5“	
<b><u>Kontrolltund</u></b>	Hea õpitulemuste rakendamise oskus, kuid esineb mõningaid tehnilisi, musikaalseid ja/ või stiililisi puudujäike.	Sooritab harjutused hindamiskriteeriumites väljatoodu osas hästi, esituses on väiksemaid tehnilisi, musikaalseid ja/ või stiililisi ebatäpsusi.	Hindamiskriteeriumite põhjal harjutuste väga hea sooritus, kiire arusaamine, füüsiliste eelduste oskuslik kasutamine, muusikalise fraasi väga hea tunnetamine ning tehniliselt	

			kõrgel tasemel ja väljenduslik esitus.
<b>Kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Kokkuvõttev hinne antakse praktilisele tööle moodulis, mille käigus õpilane omandab materjali ning sooritab õpitud ülesaded ja etüüdid ning toimub loominguline vestlus.		
<b>Oppematerjalid</b>	E. Franclin „Conditioning for Dance“		

## TALLINNA BALLETIKOOLI KAASAEGSE TANTSU ÕPPEKAVA MOODULITE RAKENDUSKAVA

Sihtrühm	kutseõppe õppurid			
Õppevorm	statsionaarne			
Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad	
5	KONTAKTIMPROVISATSIOONI TEHNICA OMANDAMINE JA RAKENDAMINE	8	Raho Aadla	
<b>Eesmärk:</b> Õpingutega taotletakse, et õppija valdab kontaktimprovisatsiooni tehnikaid, eristab kontaktimprovisatsiooni ja klassikalise tantsutehnika sarnasusi ja erinevusi ning rakendab neid oskusi erialases praktikas.				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> puuduvad				
<b>Mooduli teemad</b>	<b>Õpiväljundid</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>	<b>Õppemeetodid</b>	<b>Hindamismeetodid ja ülesanded</b>
	Õpilane:	Õpilane:		
<b>I LIIKUMISED PÕRANDA TASANDIL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kasutab paarilisega põrandal liikudes erinevaid positsioone lähtudes kontaktliikumise põhialustest ning kasutab täpset tehnikat</li> <li>• rakendab põrandata tasandil oma oskusi nii raskuse pealevõtjana kui raskuse pealeandjana</li> <li>• kontrollib kõigis liikumistes oma kehaasendit ja jõukest</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kannab osaliselt või täielikult raskust põrandal lamava paarilise kehale;</li> <li>• liigub üle põrandal rulliva paarilise pea ees, jalad ees, spiraalis ja kukerpalliga;</li> <li>• liigub üle paarilise ohtutult ja turvaliselt, teadvustades kehapiirkondi, millele ei ole soovituslik raskust kanda;</li> <li>• lödvestub maas rullides põrandasse kasutades tehniliselt täpseid liikumise põhialuseid;</li> </ul>	Harjutused Individuaalne töö Paarilis(t)ega töö Rühmatöö Arutlus ja analüüs	Kontrolltund Eksam



		omab teadlikkust risti asetsevate kehade liikumise põhialustest		
<b>II LIIKUMISED KÄPULI TASANDIL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• sooritab käpuli tasandil erinevaid positsioone nii liikudes kui tasakaalu leides tehniliselt täpselt, lähtudes kontaktliikumise põhialustest</li> <li>• rakendab käpuli tasandil oma oskusi nii raskuse pealevõtjana kui raskuse pealeandjana;</li> <li>• kontrollib kõigis liikumistes oma kehaasendit ja jõukest</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• joondub käpuli asendis tehniliselt täpselt ja turvaliselt;</li> <li>• liigub ülemineva kehaga kaasa puutepunkti pikendamise eesmärgil;</li> <li>• kannab vaagnaraskuse käpuli asendis olevale paarilisele;</li> <li>• sooritab elemente üle käpuli asendi edaspidi, küljega ja tagurpidi; leiab tasakaalu käpuli asendis oleva paarilise ristluul istudes, lamades ja seistes</li> </ul>	Harjutused Individuaalne töö Paarilis(t)ega töö Rühmatöö Arutlus ja analüüs	Kontrolltund Eksam
<b>III LIIKUMISED RISTLUU TASANDIL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• sooritab ristлуу tasandil erinevaid positsioone ja liikumisi tehniliselt täpselt;</li> <li>• rakendab ristлуу tasandil oma oskusi nii raskuse pealevõtjana kui raskuse pealeandjana;</li> <li>• kontrollib kõigis liikumistes oma kehaasendit ja jõukest</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kontrollib oma kehaasendit ja jõukest ankurdades oma jalad põrandasse paralleelses kükkasendis;</li> <li>• kannab oma keharaskuse paralleelses kükkasendis oleva paarilise ristluudele leides tasakaalu ja liikudes asendist edasi;</li> <li>• kannab paarilisega seljati püstiasendis raskuse paarilisele ja kannab paarilise raskust enda vaagnal; kannab paarilisega seljati püstiasendis</li> </ul>	Harjutused Individuaalne töö Paarilis(t)ega töö Rühmatöö Arutlus ja analüüs	Kontrolltund Eksam

		raskuse paarilisele ja liigub oma raskusega paarilise vaagnale ja jätkab liikumist järgmisesse asendisse		
<b>IV LIIKUMISED PÜSTISES ASENDIS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sooritab seistes erinevaid positsioone ja liikumisi tehniliselt täpselt;</li> <li>- rakendab püstises asendis oma oskusi nii raskuse pealevõtjana kui raskuse pealeandjana;</li> <li>- kontrollib kõigis liikumistes oma kehaasendit ja jõukeset</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- viib püstises asendis paarilise seljati ületõukesse;</li> <li>- kannab oma keharaskuse kätele liikudes järgmisesse asendisse;</li> <li>- pöörab spiraaliga paarilise õlale;</li> <li>- kannab raskuse paarilise õlavööle;</li> <li>- hüppab paarilise õlgadele;</li> <li>- viib paarilise keha oma õlgadelt järgmisesse asendisse</li> </ul>	Harjutused Individuaalne töö Paarilis(t)ega töö Rühmatöö Arutlus ja analüüs	Kontrolltund Eksam
<b>V HÜPPED JA TÕSTED</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• loob hüppe kaudu paarilisega kontakti ja sooritab seda tehniliselt täpselt;</li> <li>• rakendab oskusi olla nii tõstja kui tõstetav;</li> <li>• kontrollib kõigis liikumistes oma kehaasendit ja jõukeset</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• sooritab hüppest kontakti paarilise õlgadele või sülle;</li> <li>• sooritab hüppest paarilisega käte seongu lõpetades maandumise oma keha raskusteljelt ära ja hoides raskustelge tasakaalustatult paariliste vahel;</li> <li>• võtab paarilise hüppest erinevatesse asenditesse;</li> <li>• sooritab hüppeid sukeldumisasendist;</li> <li>• tõstab grupis paarilise keha sirgetele kätele ja juhib üles tõstetud paarilise</li> </ul>	Harjutused Individuaalne töö Paarilis(t)ega töö Rühmatöö Arutlus ja analüüs	Kontrolltund Eksam

		<p>järgmisesse asendisse;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kontrollib tõstes olles oma keha tasakaalu ning liigub tõstes(t) järgmisesse asendisse;</li> <li>• kukub vabalangemisse kontrollides oma keha;</li> <li>• püüab vabalangeva paarilise kinni turvaliselt ja ohutult;</li> <li>• viib vaagna tõstetava paarilise kehakeskusest madalamale ja võtab paarilise oma ristluudele või küljele</li> </ul>		
<b>VI IMPROVISATSIOON</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Improviseerib loovalt ja rakendab oma tehnilisi oskusi lähtudes lähteülesandest ja paarilise liikumisest muutuvates olukordades;</li> <li>• Analüüsib sooritust tulemuse parandamiseks;</li> <li>• Õpib kontaktimprovisatsiooni kaudu tundma iseend ja teisi inimesi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• rakendab oma tehnilisi ja loomingulisi oskusi improvisatsioonis;</li> <li>• kuulab ja analüüsib oma paarilis(t)e liikumist ja valib saadud teabe põhjal enda järgneva tegevuse;</li> <li>• eksperimenteerib ja arendab liikumist edasi lähtudes püstitatud ülesandest;</li> <li>• kohaneb ja leiab lahendused improvisatsiooni käigus tekkivates uutes olukordades;</li> <li>• leiab paarilis(t)ega ühise liikumissuuna;</li> <li>• liigub koos paarilis(t)ega tajudes nii paarilise keha kui tema ümber olevat ruumi;</li> </ul>	<p>Harjutused</p> <p>Individuaalne töö</p> <p>Paarilis(t)ega töö</p> <p>Rühmatöö</p> <p>Arutlus ja analüüs</p>	<p>Kontrolltund</p> <p>Eksam</p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• eristab liikumiskvaliteete ja suudab neid improvisatsiooni käigus kasutada (kiire, aeglane, sujuv, katkendlik, libisev, klammerduv, kiirenev, aeglustuv, põrkuv);</li> <li>• arutleb improvisatsiooni käigus juhtunu üle, suutes hinnata iseenda ja paarilis(t)e tegevust ja anda oma paarilis(t)ele tagasisidet;</li> <li>• loob inimsuhteid ja oskab sellest rõõmu tunda;</li> <li>• arendab oma tehnilist ja loovat võimekust ning suhtlemisoskust;</li> <li>• vastutab iseenda ja oma paarilis(t)e füüsilise ja vaimse tervise eest</li> </ul>		
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	Iseseisva töö maht 80 tundi: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tundides õpitu meelepidamine ja iseseisev kordamine;</li> <li>• Kontaktitehnika materjalidega tutvumine</li> <li>• Kontaktimprovisatsiooni-teemalistel sündmustel osalemine</li> </ul>			
<b>Praktiline töö</b>	Praktiline töö on mooduli läbiviimise vorm.			
<b>Hindamine</b>	Eristav ning kujundav hindamine suuliselt ja kirjalikult.			
<b>Hindekriteeriumid</b>	Hinne „3“	Hinne „4“	Hinne „5“	

<b><u>Kontrolltund</u></b> <b><u>Eksam</u></b>	Hea õpitulemuste rakendamise oskus, kuid loovas võimekuses, suhtlemises ja tehnilistes oskustes esineb puudujääke.	Sooritab ülesanded hindamiskriteeriumites väljatoodu osas hästi, kuid esineb väiksemaid puudujääke kas loovuses, suhtlemises või tehnilistes oskustes.	Hindamiskriteeriumite põhjal ülesannete väga hea sooritus, kontaktimprovisatsiooni tehnika, suhtlemisoscuse ja loovuse oskuslik kasutamine.
<b>Kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Kokkuvõttev hinne antakse praktilisele tööle moodulis hinnates õpilase oskuste ja teadmiste täiustumist.		
<b>Oppematerjalid</b>	Audio-visuaalsed materjalid		

## TALLINNA BALLETIKOOLI KAASAEGSE TANTSU ÕPPEKAVA MOODULITE RAKENDUSKAVA

Sihtrühm	kutseõppe õppurid			
Õppevorm	statsionaarne			
Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad	
6	TANTSIJA TERVISHOID	10 EKAP	Sigrid Peedu, Mari Kõiv, Helen Veidebaum, Maria Uppin	
<p><b>Eesmärk:</b></p> <p>Õpetusega taotletakse, et õpilane kasutab kinesioloogia-alaseid teadmisi ja oskusi ennetamiseks ülekoormust ja traumasid ning rakendab õpitut igapäevaselt praktikas:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Arendab funktsionaalseid võimeid, kehalisi võimeid, spetsiifilist painduvust, osavust, vastupidavust;</li> <li>2. Eristab põhialuste osas venitusi: <ul style="list-style-type: none"> <li>- dünaamiline;</li> <li>- staatiline;</li> <li>- PLV pingutus-lõdvestus-venitus (PNF)</li> </ul> </li> <li>3. Kasutatab lihastreeningu ja venitusharjutuste treeningmeetodeid ja õiget metoodikat;</li> <li>4. Toob esile ja väldib terviseriske lihastreeningus;</li> <li>5. Omab teadmisi erinevatest taastumisprotseduuridest ja rakendab neid igapäevaselt: <ul style="list-style-type: none"> <li>- lõdvestus-venitusharjutused;</li> <li>- tervislik toitumine;</li> <li>- protseduurid</li> </ul> </li> </ol>				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> puuduvad				
Mooduli teemad	Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamismeetodid ja

				<b>ülesanded</b>
1. Anatoomiliste teadmiste rakendamine praktikas	1. Rakendab tantsija tugi- ja liikumiselundkonna terminoloogiat.	a) Demonstreerib olulisi tantsutehnikas rakendatavaid tugi- ja liikumiselundkonna luid, liigeseid, kõõluseid, siduseid ning neid liigutavad lihaseid kasutades põhiterminioloogiat.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praktilised harjutused</li> <li>• Rühmatöö</li> <li>• Treenimine abivahenditel</li> <li>• Individuaalne töö</li> <li>• Õppevideo</li> <li>• Loengud</li> </ul>	Õpilase vaatlus; Vastastikhindamine; Praktiliste oskuste esitus; Arvestustund
	2. Kirjeldab ja sooritab kinesioloogiliselt ökonoomse liikumise põhimõtteid, tajub keha liikumisi ning ennetab võimalikke vigastusi ja traumasid.	b) Kirjeldab kinesioloogiliselt ökonoomse liikumise põhimõtteid: <ul style="list-style-type: none"> <li>- skeleti ehitus;</li> <li>- lihaste funktsioonid, sh kere süvalihaste töö/ lihaste tegevused</li> </ul> c) Toob näiteid anatoomiliste mõistete näitlikustamiseks praktiliste harjutuste kaudu; d) Tunnetab keha somaatilisel e füüsilis-anatoomilise tervikuna; e) Kasutab kere süvalihaseid ja õiget hingamistehnikat lihtsamate ja keerulisemate liikumisülesannete sooritamisel; f) Kirjeldab ja näitab traumade ennetamise võimalusi praktiliste harjutuste kaudu		
	3. Tunnetab ja rakendab erinevate lihaskondade tööd.	g) Tunneb ära ja rakendab eesmärgipäraselt tantsija töös kasutatavaid põhilihaskondi; h) Rakendab erinevate lihaskondade tööd praktikas e tantsijatöös		
	4. Eristab ja rakendab erinevaid treeningmeetodeid (n: pilates, jooga,	i) Kasutab erinevaid treeningmeetodeid füüsilise		

	Alexandri-tehnika, jõusaal) füüsilise ettevalmistuse ja tehniliste oskuste parendamiseks ning lihashoolduseks.	ettevalmistuse ja tehniliste oskuste parendamiseks ning lihashoolduseks.		
2. Venitus e <i>stretching</i>	1. Tunneb ära ja rakendab tugi-ja liigutusaparaadi (kehahoiak; liigesed, sidemed, skeletilihased, närvid) omadused.	j) Rakendab teadmisi ja oskusi (harjutused) venitustehnika põhialuste osas: <ul style="list-style-type: none"> <li>- dünaamiline;</li> <li>- staatiline;</li> <li>- PLV pingutus-lõdvestus-venitus (ik <i>PNF</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praktiline tund</li> </ul>	Praktiliste oskuste esitlus
3. Põhi- võimlemine	<p>1. Arendab ja rakendab ÜKEt (üldkehaline ehitus):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- lülisamba sirutus- ja painutusharjutusi ning erialaselt vajalikke spetsiifilisi ülepainutusi;</li> <li>- selja-, külje-tuhara- ja kõhulihaste jõuharjutusi;</li> <li>- puusaliigese painutusi ja sammu venitusi (spagaadid ja teised spetsiifilised ülepainutused)</li> </ul> <p>2. Hüppetõuke arendamine kõõluste ja lihaste koostöös</p>	<p>k) Tajub erinevaid keha, käte ja jalgade asendeid hoides õiget rühti;</p> <p>l) Demonstreerib harjutustega maksimaalset painduvust;</p> <p>m) Rakendab koordinatsiooni ja tasakaalu: <ul style="list-style-type: none"> <li>- hüpetel ja hüpakutel;</li> <li>- hüpetel koos käte ja jalgade tööga;</li> <li>- sooritades hüpetel ja hüpakutel tehniliselt õige maandumise (pehmelt üle päka)</li> </ul> </p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praktilised harjutused Rühmatöö</li> <li>• Treenimine abivahenditel</li> <li>• Iseseisev töö</li> </ul>	Õpilase vaatlus; Praktiline tund
4. Lihashooldus	1. Valdab teadmisi lihaste treeningeelse pikkuse taastamises ning rakendab taastusprotseduure, mis kiirendavad jääkainete väljutamist lihastest ja	<p>n) Kasutab lihaseid lõdvestavaid harjutusi;</p> <p>o) Intensiivistab koormusjärgset taastumist lõdvestus-venitusharjutustega kiirendades lihaste ainevahetust;</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praktilised harjutused</li> <li>• Tervislik toitumine</li> <li>• Taastusprotseduurid</li> </ul>	Praktiline tund



	parandavad lihaste verevarustust	p) Rakendab harjutusi lihasvalude ja vigastuste ennetamiseks		
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	Parimate tulemuste saavutamiseks on vajalik: 1. Lihashooldus 5 korda nädalas (erialasele treeningule eelnevalt ja järgnevalt) 2. Lihasvastupidavuse säilitamine ja arendamine 3 korda nädalas 3. Painduvuse säilitamine ja arendamine 4 korda nädalas			
<b>Praktiline töö</b>	Praktiline töö on mooduli läbiviimise vorm:  1. Anatoomiliste teadmiste rakendamine praktikas – ülesannete HK a-i; 2. Venitus – ülesannete HK j; 3. Põhivõimlemine – ülesannete HK k-m; 4. Lihashooldus – ülesannete HK n-p			
<b>Hindamine</b>	Hindamine on mitmeeristav ja kujundav - antakse tagasisidet õpilase seniste tulemuste ja vajakajäämiste kohta, mille käigus analüüsitakse õpilase füüsilisi eeldusi, vormi ja tervislikku seisukorda ning kavandatakse õppe eesmärgid ja ülesanded. Tagasiside kirjeldab õigel ajal ja võimalikult täpselt õpilase arengut ja vajakajäämisi ning sisaldab ettepanekuid ja ülesandeid edaspidisteks.			
<b>Hindekriteeriumid</b>	Mitmeeristav: arvestatud „A“ (lävendi tase), mittearvestatud „MA“ (ebapiisav tulemus) Kriteeriumid: A – Sooritab kõik praktilised harjutused ja rühmatööd. Kasutab anatoomilisi teadmisi praktikas ning rakendab neid venitustehnikas ja lihashoolduses nõuetekohaselt vastavalt hindamiskriteeriumites toodule. MA – Ei omanda ega rakenda hindamiskriteeriumites nimetatud teadmisi ja oskusi tantsijatööks nõutaval määral.			
<b>Kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Mooduli hinde saamiseks tuleb positiivselt sooritada kõik hindamismeetodid ja –ülesanded.			

<b>Oppematerjalid</b>	Graig Ramsay „Venitusharjutuste anatoomia“, B.Anderson, J. Anderson „Stretching 2000“ Bolinas, California; Arnold G.Nelson, Jouko Okkonen „Stretching Anatomy“; R.Jalak, L.Rannama „Terviseriskid lihastreeningus“; E.Loo „Võimlemine terviseks“; Rein Jalak „Taastumine ja tervislik toitumine“; Ülle Tammela „Akrobaatika terminoloogia sõnas ja pildis“ 2009; A.Knjazev „Teach child ballet“
-----------------------	---

## TALLINNA BALLETIKOOLI KAASAEGSE TANTSU ÕPPEKAVA MOODULITE RAKENDUSKAVA

Sihtrühm	kutseõppe õppurid			
Õppevorm	statsionaarne			
Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad	
7	PRAKTIKA	50 EKAP	Helen Veidebaum, Raho Aadla, Joonas Tagel, Dmitri Harchenko, Maria Uppin, Kristin Murula, Katrin Kivimägi (RO Estonia), külalislavastajad ja -koreograafid	
<b>Eesmärk:</b> Õpetusega taotletakse, et õppija: <ul style="list-style-type: none"> <li>• rakendab lavapraktikas kaasaegse tantsu jt tantsustiilide tantsutehnikaid;</li> <li>• osaleb etendustegevuses luues ja esitades osa ülesandele vastavalt koos nõutava emtsiooni ja rollitunnetusega;</li> <li>• orienteerub teatritöö keskkonnas järgides kutse-eesitajat;</li> <li>• rakendab õpitut lavatöös orienteeritult korrektse, musikaalse ja emotsionaalse tulemuse saavutamisele</li> </ul>				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> puuduvad				
<b>Mooduli teemad</b>	<b>Õpiväljundid</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>	<b>Õppemeetodid</b>	<b>Hindamismeetodid ja ülesanded</b>
	Õpilane:	Õpilane:		
<b>1.Koolipraktika ja lavapraktika</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Etüüdid ja autoritantsud</li> <li>• Tallinna Balletikooli galakontsert ja teised kooli kontsertesinemised, koostööprojektid</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Läbib lavastusprotsessi ja esitab repertuaari kutselise teatri, projektiteatri, festivali, konkursi vm kontserttegevuse raames</li> </ul>	a) osaleb tantsukunsti loomingulistes protsessides ning reflekteerib sooritatud kompositsioone olles analüüsiv ja enesekriitiline; b) rakendab esituses õppetöös omandatud tantsutehnilisi oskusi ning erinevate tantsustiilide ja –suundade alaseid	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praktiline töö</li> <li>• Enesehindamine</li> <li>• Rühmatöö ja -esitus</li> <li>• Individuaalne töö</li> <li>• Teiste hinnang</li> </ul>	Esitus

	<ul style="list-style-type: none"> <li>töötab repertuaariga ja rakendab õppetöös omandatud tantsutehnilisi põhioskusi etüüdides, variatsioonides jt tantsunumbrites arendades oma isikupära artistina</li> </ul>	kogemusi ja teadmisi aktiivselt ja loovalt; a) esitab publikule ettevalmistatud numbri tantsutehniliselt täpselt, emotsionaalselt ja musikaalselt; b) kirjeldab ja analüüsib enesearengu vajadusi ja võimalusi	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vaatlus</li> <li>Videosalvestused</li> <li>Õpikäik</li> <li>Vestlus</li> <li>Praktikaaruanne</li> </ul>	
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	260 tundi: 1. Õpitu kordamine ja iseseisev harjutamine; 2. Enda ja teiste soorituste vaatlused (n: video, õppekäik); 3. Oma arengu analüüs ja eesmärkide seadmine 4. Repertuaari õppimine			
<b>Praktiline töö</b>	Praktiline töö on mooduli läbiviimise vorm.			
<b>Hindamine</b>	Hindamine on mitteeristav ja eristav - antakse tagasisidet õpilase seniste tulemuste ja vajakajäämistele kohta ning kavandatakse õppe eesmärgid ja ülesanded.			
<b>Hindekriteeriumid</b>	<u>Mitteeristav:</u> arvestatud „A“ (lävendi tase), mittearvestatud „MA“ (ebapiisav tulemus) Kriteeriumid: A – Sooritab kõik lavapraktika ülesanded, rollid ja esitused kasutades ja rakendades õppetöös omandatud teadmisi praktikatöö nõuetele			

	vastavalt. Esitab korrektse praktikaaruande. MA – Ei omada ega rakenda omandatud teadmisi ja oskusi tantsijatöök nõutaval määral. Praktikaaruanne on puudulik või esitamata. <u>Eristav:</u>		
	Hinne „3“	Hinne „4“	Hinne „5“
	Hea õpitulemuste rakendamise oskus, esineb ebatäpsust ja/ või ebakindlust (n: puudu jääb füüsilisest võimekusest, arukusest, ülesannete mõistmisest ja/ või muusikaalsusest).	Sooritab harjutused hindamiskriteeriumites väljatoodu osas hästi, ülesannetest arusaamine on hea; muusikalisest fraasist arusaamisest ja/ või tehnilisest võimekusest jääb veidi puudu.	Hindamiskriteeriumite põhjal harjutuste väga hea sooritus, kiire arusaamine, füüsiliste eelduste oskuslik kasutamine, muusikalise fraasi väga hea tunnetamine ning tehniliselt kõrgel tasemel ja väljenduslik esitus.
<b>Kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Kokkuvõttev hinne antakse praktilisele tööle moodulis. Oskused peavad arenema järjepidevalt tehniliselt täpse, muusikalse ja välendusrikka tulemuse saavutamiseks.		
<b>Oppematerjalid</b>	Audio-visuaalsed materjalid		

## TALLINNA BALLETIKOOLI KAASAEGSE TANTSU ÕPPEKAVA MOODULITE RAKENDUSKAVA

Sihtrühm	kutseõppe õppurid			
Õppevorm	statsionaarne			
Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad	
8	NÄITLEJAMEISTERLIKKUSE ALUSED	5 EKAP	Kristjan Üksküla, külalisõpetajad	
<b>Eesmärk:</b> Õpetusega taotletakse, et õppija tutvub näitlejameisterlikkuse alustega, arendab lavalise liikumise ja mõtte edasiandmise oskust ning kasutab õpitut erialases praktikas.				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> puuduvad				
Mooduli teemad	Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamis-meetodid ja ülesanded
	Õpilane:	Õpilane:		
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kujutus</li> <li>2. Lavaline tõetunne</li> <li>3. Tähelepanu</li> <li>4. Täpsus ja keha valdamine</li> <li>5. Fantaasia</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• julgeb minna kaasa enda ja teiste kujuteldavasse olukorda;</li> <li>• oskab kontsentreeruda ja ennast tajuda, suunab oma tähelepanu, märkab teisi;</li> <li>• sooritab harjutusi, mängu, etüüde nii mõtte-, tegevuse- kui sõnatäpselt;</li> <li>• fantaseerib ja loob usaldades oma tunnetust;</li> <li>• tajub teisi harjutuste- ja mängude</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>a) käitub julgelt, tõepäraselt ja veenvalt, uskudes ise ja pannes selle kaudu ka teised ülesandesse usutavalt suhtuma;</li> <li>b) tajub lavalisi ja elulisi olukordi kõikide meeltega (kuuldes, nähes, tundes jne);</li> <li>c) sooritab ülesande täpselt ehk vastavalt konkreetsele ülesande juhisele või märksõnale;</li> <li>d) toob välja oma isikupära, fantaseerib</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Harjutused</li> <li>• Mängud</li> <li>• Etüüdid</li> <li>• Rühmatöö</li> </ul>	Esitus

<p>6. Partneri- ja grupitunnetus</p> <p>7. Tempo ja rütm</p> <p>8. Lavaline üksiolek</p> <p>9. Rollimäng</p>	<p>kaaslast, laseb ennast neist mõjutada ja mõjutab ise teisi kui vaja vastavalt ülesandele;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>tajub tempot, tegutseb vastavas tempos, suudab tempo sees kasutada erinevaid rütme;</li> <li>ei karda lavalist üksiolekut, eksimist ega pealtnägijate suhtumist</li> </ul>	<p>juhgelt, usaldab oma nägemust, maitset ja arvamust;</p> <p>e) liigub ja tegutseb partneri või rühmaga nendest ja iseendast lähtuvalt ülesande raames;</p> <p>f) sooritab harjutusi püsides etteantud tempos kasutades erinevaid või etteantud rütme</p> <p>g) tegutseb laval juhgelt ja kindlalt täites ülesannet oma võimeid ja isikupära kasutades</p>		
<p><b>Iseseisev töö moodulis</b></p>	<p>20 tundi:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Õpitu meelepidamine ja rakendamine erialstes ülesannetes;</li> <li>Etüüdide ettevalmistamine</li> </ol>			
<p><b>Praktiline töö</b></p>	<p>Praktiline töö on mooduli läbiviimise vorm.</p>			
<p><b>Hindamine</b></p>	<p>Hindamine on mitteeristav ja eristav - tunnis suunatakse õpilast läbi harjutuste, ülesannete ja mängude saavutamaks lavalise suhtluse, mõtte edasiandmise ja veenvuse oskust.</p>			
<p><b>Hindekriteeriumid</b></p>	<p><u>Mitteeristav:</u> arvestatud – „A“; mittearvestatud – „MA“ A – Sooritab ülesanded ja etüüdid püsides ülesande raames. MA – Ei omanda ega rakenda hindamiskriteeriumites nimetatut.</p> <p><u>Eristav:</u></p>			
	<p>Hinne „3“</p>	<p>Hinne „4“</p>	<p>Hinne „5“</p>	

	Hea õpitulemuste rakendamise oskus, esineb ebatäpsust ja/ või ebakindlust.	Sooritab ülesanded hindamiskriteeriumites väljatoodu osas hästi, ülesannetest arusaamine on hea; loomulikust ja tõetruust esitusest jääb veidi puudu.	Hindamiskriteeriumite põhjal ülesannete väga hea, täpne ja loov sooritus, õpitu oskuslik kasutamine, lavaruumi ja ülesande väga hea tunnetamine ning tehniliselt tasemel ja väljenduslik esitus.
<b>Kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Kokkuvõttev hinne antakse praktilisele tööle moodulis, mille käigus sooritab õpilane kõik antud ülesanded ja etüüdid püsides ülesande raames.		
<b>Õppematerjalid</b>	Vaatlus, jaotusmaterjal, videomaterjal, klassikalised näidendid		



## TALLINNA BALLETIKOOLI KAASAEGSE TANTSU ÕPPEKAVA MOODULITE RAKENDUSKAVA

Sihtrühm	kutseõppe õppurid			
Õppevorm	statsionaarne			
Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad	
9	<b>JUMESTUSE PÕHIALUSED</b>	5	Taimi Lume	
<b>Eesmärk:</b> Õpetamisega taotletakse, et õppijad omandavad jumestuse materjalide ja tööriistade praktilise kasutamise, jumestamise tehnilised võtted ja materjalidega ümberkäimise oskuse ning rakendavad saadud teadmisi ja oskusi oma tulevases kutsetöös.				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> puuduvad				
Mooduli teemad	Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamismeetodid ja ülesanded
1) Jumestuseks valmistumine. Töökoht. Tööriistad. Jumestusvahendid.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kasutab jumestamisel materjale ja töövahendeid otstarbeliselt järgides hügieeninõudeid</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Valib jumestuse tegemiseks sobivad materjalid ja töövahendid;</li> <li>Kasutab töövahendeid otstarbeliselt</li> <li>Valmistab ette töökoha järgides tööhügieeninõudeid</li> <li>Järgib hügieeninõudeid jumestamise käigus ning jumestust eemaldades</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Praktiline töö</li> </ul>	Jumestus

2) Jumestuse anatoomilised alused. Kolju. Luustik ja lihased. Lihased ja miimika. Jumestuse skeemid	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teeb jumestuse isikupärast ja proportsioonidest ning lavakujust lähtuvalt kasutades jumestuse skeeme ja võtteid</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rakendab jumestamisel jumestuspõhimõtteid</li> <li>• Lähtub jumestuse tegemisel oma isikupärast, proportsioonidest ning lavakujust.</li> <li>• Loob jumestusega oma lavakujust hea üldmulje ja terviku</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praktiline töö</li> </ul>	
3) Juuste ja juuksematerjalidega töötamine	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kasutab soenguid, parukaid, vuntse, ripsmeid jm lisandeid</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Paigaldab ja eemaldab nõuetekohaselt parukaid, vuntse, ripsmeid jm lisandeid</li> <li>• Teeb lavakujust ja oma isikupärast lähtuva soengu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praktiline töö</li> </ul>	
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jumestuseks valmistumine (22 tundi)</li> <li>2. Jumestus (22 tundi)</li> <li>3. Juuksed, juuksematerjalid, lisandid (22 tundi)</li> </ol>			
<b>Praktiline töö</b>	Praktiline töö on mooduli läbiviimise vorm			
<b>Hindamine</b>	Mitteeristav hindamine			
<b>Hindekriteeriumid</b>	„A“		„MA“	
<b>Jumestus. Arvestustöö</b>	Õppija on omandanud jumestuse materjalide ja tööriistade praktilise kasutamise, jumestamise tehnilised võtted ja materjalidega ümberkäimise oskuse ning rakendab saadud	Õppija ei ole omandanud jumestuse materjalide ja tööriistade praktilise kasutamise oskust, jumestamise tehnilised võtted on puudulikud ning jumestus ei		

	teadmisi ja oskusi praktiliselt saavutades jumestusega enda lavakujust hea üldmulje ja terviku.	vasta lavakujule ja isikupärale.
<b>Kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Õpilane sooritab kõik tunnitööd ning arvestustöö	
<b>Oppematerjalid</b>	Jaotusmaterjalid	

TALLINNA BALLETIKOOLI KAASAEGSE TANTSU ÕPPEKAVA MOODULITE RAKENDUSKAVA				
Sihtrühm		kutseõppe õppurid		
Õppevorm		statsionaarne		
Mooduli nr	Mooduli nimetus		Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
10	IMPROVISATSIOONI JA TANTSUKOMPOSITSIiooni ALUSED		5 EKAP	Kristin Murula, Mart Kangro
<b>Eesmärk:</b> Õpetusega taotletakse, et õppija valdab improvisatsiooni ja tantsukompositsiooni aluseid.				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> Puuduvad				
Mooduli teemad	Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamis-meetodid
	Õpilane:	Õpilane:		
<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Tantsuline improvisatsioon</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>kasutab ja kirjeldab improvisatsioonilisi liikumistehnikaid ja võtteid</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) improviseerib kasutades Labani liikumise analüüsi, kehatunnetuse ja füüsilise teatri võtteid;</li> <li>b) rakendab oma teadmisi praktilises töös luues improvisatsioonilisi esitusi erinevates kontekstides</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>3. Videosalvestused</li> <li>4. Õppimisvestlus</li> </ul>	Esitus
<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Kompositsioon</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>mõistab tantsukompositsiooni ülesehitamise põhimõtteid ja eripära ning rakendab oma teadmisi praktilistes ülesannetes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>c) kirjeldab kompositsiooni ülesehituse võimalusi ja võtteid tuues nende juurde näiteid;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praktiline töö</li> <li>• Harjutus</li> <li>• Rühmatöö ja -esitus</li> </ul>	Esitus

		d) loob lühikompositsioone; e) loob ja tõlgendab liikumisgraase koostöös koreograafiga	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Individuaalne töö</li> <li>• Vaatlus</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Kompositsioonide loomine</b></li> </ul>	1. Osaleb tantsukunsti loomingulistes protsessides ning rakendab oma kogemusi ja teadmisi enesearendamiseks	f) kasutab loomeprotsessis improvisatsiooni, kompositsioonivõtteid ja loomingulisi ülesandeid	<ul style="list-style-type: none"> <li>△ Praktiline töö</li> <li>△ Harjutus</li> <li>△ Rühmatöö ja -esitus</li> <li>△ Individuaalne töö</li> <li>△ Vaatlus</li> </ul>	Esitus
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	Iseseisva töö maht 50 tundi: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tundides õpitu analüüs;</li> <li>• Tunnis viidatud video- ja lugemismaterjaliga tutvumine;</li> <li>• Lühikompositsioonide ettevalmistamine</li> </ul>			
<b>Praktiline töö</b>	Praktiline töö on mooduli läbiviimise vorm.			
<b>Hindamine</b>	Eristav ja mitteeristav hindamine. <u>Mitteeristav:</u> arvestatud – „A“; mittearvestatud – „MA“ A – Sooritab ülesanded ja etüüdid püsides ülesande raames. MA – Ei omanda ega rakenda hindamiskriteeriumites nimetatut. <u>Eristav:</u>			
<b>Hindekriteeriumid</b>	Hinne „3“	Hinne „4“	Hinne „5“	
<b><u>Kontrolltund</u></b>	Hea õpitulemuste rakendamise oskus, kuid loomes esineb kompositsioonilisi, ideelisi ja/	Sooritab ülesanded hindamiskriteeriumites väljatoodu osas hästi, kuid loomes ja esituses on	Hindamiskriteeriumite põhjal ülesannete väga hea loominguline sooritus,	

	või stiililisi puudujääke.	väiksemaid kompositsioonilisi ja/ või stiililisi ebatäpsusi.	kompositsioonireeglite oskuslik kasutamine ning tehniliselt ja stiililiselt kõrgel tasemel ja väljenduslik esitus.
<b>Kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Kokkuvõttev hinne antakse praktilisele tööle moodulis, õpilase oskused ja teadmised peavad järjepidevalt muutuma oskuslikumaks.		
<b>Oppematerjalid</b>	Audio-visuaalsed materjalid		

## TALLINNA BALLETIKOOLI KAASAEGSE TANTSU ÕPPEKAVA MOODULITE RAKENDUSKAVA

Sihtrühm	kutseõppe õppurid			
Õppevorm	statsionaarne			
Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad	
11	KARAKTERTANTSUD	5 EKAP	Irina Härm	
<b>Eesmärk:</b> Õpetusega taotletakse, et õppija nimetab erinevate karaktertantsude ja põhiliikumiste iseloomulikke jooni, valadab karaktertantsude põhiliikumisi ning esitab tantse musikaalselt ja väljendusrikkalt vastava karakteri iseloomule.				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> Klassikalise tantsu baasoskused				
Mooduli teemad	Õpiväljundid Õpilane:	Hindamiskriteeriumid Õpilane:	Õppemeetodid	Hindamis- meetodid ja ülesanded
<b>1. Harjutused tugipuu ääres</b> <i>Plié, Tendu, Battement jeté, Rond de jambe par terre/ l'air, Port de bras, Fondu, Retiré, Pas tor tortillé, Flic- flac, Battement développé, Grand battement, rõhklöögid, Cabriole</i>	<ol style="list-style-type: none"> <li>tunneb ära karaktertantsu olemuse muusikas ning nimetab karaktertantsude tunnuseid ja iseärasusi;</li> <li>eristab muusika järgi erinevaid karaktereid;</li> <li>sooritab karaktertantsu põhitehnikat</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>kirjeldab ja iseloomustab karaktertantse järgides muusikalist materjali;</li> <li>nimetab karaktertantsuelementide tunnuseid ja iseärasusi nagu käte, pea, korpuse asendid ning keha –ja jalatöö;</li> <li>esitab harjutuse õige karakteritunnetuse ja tantsu</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Praktiline töö</li> <li>Harjutus</li> <li>Enesehindamine</li> <li>Rühmatöö ja -esitus</li> <li>Individuaalne töö</li> <li>Teiste hinnang</li> <li>Vaatlus</li> </ul>	Kontrolltund

põhikarakterites: vene, ukraina, ungari, poola, itaalia, hispaania, mustlane, idamaa, eesti	harjutustes ja kombinatsioonides vastava karakteritunnetusega	iseloomuga; d) esitab harjutusi tehniliselt täpselt liigutustes ja liikumistes nõutava käte, keha- ja peahoiuga ning jalgade positsioonidega; e) esitab kombinatsioone musikaalselt ja väljendusrikkalt	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Videosalvestused</li> <li>• Õppimispäevik</li> <li>• Õppimisvestlus</li> </ul>	
<b>2. Harjutused saali keskel</b> - Etüüdid põhikarakterites: vene, ukraina, ungari, poola, itaalia, hispaania, mustlane, idamaa; - Eesti-ainelised lavatantsud ballettidest, eesti autoritantsud; - autoritantsud	<ul style="list-style-type: none"> <li>• sooritab lihtsamaid etüüde kombinatsioonitehnika arendamiseks ja maneeritunnetuseks koos õige keha ning käteplastika, positsioonide ja jalatööga;</li> <li>• oskab orienteeruda pörandal ning liikuda ruumis ja rühmas õigetes joonistes;</li> <li>• arendab oma tantsulisust ja emotsionaalset väljenduslikkust</li> </ul>	f) esitab põhiliikumisi tehniliselt täpselt; g) esitab etüüde õige maneeeri- ja karakteritunnetusega, osates välja tuua karakterile omased iseloomulikud jooned ning emotsioonid; h) sooritab etüüde ja tantse tehniliselt täpselt õige käte, pea ja korpuse asenditega ning keha –ja jalatööga; i) esitab kombinatsioone musikaalselt ja täpse rütmitunnetusega	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praktiline töö</li> <li>• Harjutus</li> <li>• Enesehindamine</li> <li>• Rühmatöö ja -esitus</li> <li>• Individuaalne töö</li> <li>• Teiste hinnang</li> <li>• Vaatlus</li> <li>• Videosalvestused</li> <li>• Õppimispäevik</li> <li>• Õppimisvestlus</li> </ul>	Kontrolltund
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	10 tundi: 1. Tundides õpitu meelespidamine ja iseseisev harjutamine; 2. Enda ja teiste soorituste vaatlused (n: video, õppekäik);			



	3. Oma arengu analüüs ja eesmärkide seadmine 4. Repertuaari õppimine		
<b>Praktiline töö</b>	Praktiline töö on mooduli läbiviimise vorm: 1) Harjutused tugipuu ääres – ülesannete HK a-e; 2) Harjutused saali keskel – ülesannete HK f-i		
<b>Hindamine</b>	Hinnatakse õpilase praktilisi oskusi, hindamine on eristav.		
<b>Hindekriteeriumid</b>	Hinne „3“	Hinne „4“	Hinne „5“
<b><u>Kontrolltund</u></b>	Hea õpitulemuste rakendamise oskus, kuid esineb tehnilisi, musikaalseid ja/ või stiililisi puudujäärke.	Sooritab harjutused hindamiskriteeriumites väljatoodu osas hästi, esituses on väiksemaid tehnilisi, musikaalseid ja/ või stiililisi ebatäpsusi.	Hindamiskriteeriumite põhjal on esitus õige maneeeri- ja karakteritunnetusega, väljendusrikas, tehniliselt täpne ja musikaalne.
<b>Kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Kokkuvõttev hinne antakse praktilisele tööle moodulis. Oskused peavad arenema järjepidevalt õige karakteritunnetuse, tehniliselt täpse, musikaalse ja välendusrikka tulemuse saavutamiseks.		
<b>Oppematerjalid</b>	N. B. Tarasova „Karakteritantsu õpetamise teooria ja meetodika“, Sankt-Peterburg, 2011; Nadežda Taarna „Lavalise rahvatantsu õpetamise meetodid isetegevuskollektiivis“, Tallinn 1973; A. V. Lopuhov, A. V. Širjajev, I. Botšarjov „Karakteritantsu alused“, Moskva 1939; A. G. Boguslavski „Karakteritants“ Moskva, 1988; „Karakteritantsu meetodika“, väljaandja Vaganova Balletiakadeemia, Sankt-Peterburg 2005		

## TALLINNA BALLETIKOOLI KAASAEGSE TANTSU ÕPPEKAVA MOODULITE RAKENDUSKAVA

Sihtrühm	kutseõppe õppurid			
Õppevorm	statsionaarne			
Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad	
12	TERVISLIKU TOITUMISE ALUSED	5 EKAP	Erica Pärt, Inga Kruusmägi, Marge Oldermann	
<p><b>Eesmärk:</b> Õpingutega taotletakse, et õppija järgib tervisliku toitumise põhitõdesid ja teeb tervislikke toiduvalikuid, koostab tasakaalustatud ja mitmekesise menüü ning valmistab erinevaid toite vastavalt enda kui tantsija vajadustele.</p>				
<p><b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> puuduvad</p>				
Mooduli teemad	Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamis-meetodid ja ülesanded
	Õpilane:	Õpilane:		
<b>I TOITUMINE, TOIDUAINED JA TOITAINED</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• teeb vahet toiduainetel ja toitainetel</li> <li>• eristab toitaineid ja näitlikustab nende olulisust inimese organismis</li> <li>• hindab vee, vitamiinide ja mineraalainete tähtsust organismis</li> <li>• sõnastab tervisliku toitumise reeglid ja teeb endale sobivaid toiduvalikud</li> <li>• on teadlik erinevatest toitumishäiretest ning oskab neid märgata ja vajadusel abi otsida</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• nimetan erinevaid toitaineid ja toiduaineid</li> <li>• arutleb/ diskuteerib tervisliku toitumise teemadel, kaasa arvatud taimetoitlus</li> <li>• klassifitseerib toitainerühmi ja põhjendab nende tähtsust inimese organismis</li> <li>• võrdleb erinevaid vitamiine ja mineraale ja teab, milleks nad on organismis vajalikud ning kuidas nende alatarbimine või ületarbimine mõjutab organismi funktsioneerimist</li> <li>• toob näiteid erinevate toitainete</li> </ul>	Loeng Arutelu Lühiuurimus Praktiline töö Õppekäik	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• mõistab, et energia saamine ja kulutamine peavad olema tasakaalus</li> <li>• analüüsib toiduainete toiteväärtust ning hindab nende kvaliteeti ja riskitegureid</li> </ul>	<p>sisaldusest toiduainetes</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• selgitab vee tarbimise tähtsust inimese organismis</li> <li>• nimetab toitumishäiretega kaasnevaid tunnuseid ja tagajärgi</li> <li>• toob näiteid energia defitsiidi põhjustatud terviseriskide kohta ja oskab seda seostada oma erialase toimetulekuga</li> <li>• analüüsib oma toitumist ja selle vastavust tervisliku toitumise nõuetele ja oma erialasele spetsiifikale</li> </ul>		
<b>II MENÜÜ KOOSTAMINE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• koostab tasakaalustatud ja mitmekülgse menüü</li> <li>• kontrollib menüü tervislikkust</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kavandab menüü vastavalt tervislikule toitumisele ja oma eriala nõuetele vastavalt</li> <li>• rakendab tervisliku toitumise põhitõdesid menüüd kavandades ja analüüsides</li> <li>• analüüsib ja põhjendab koostatud menüü tervislikkust ja valikuid</li> </ul>	<p>Loeng Arutelu Praktiline töö Õppekäik</p>	

<b>III TOIDU VALMISTAMINE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• rakendab toiduainete töötlemise põhiviise järgides toiduhügieeni nõudeid ja tööohutust</li> <li>• kasutab toidu valmistamisel töövahendeid ja -seadmeid keskkonda ja vahendeid säästvalt</li> <li>• valmistab iseseisvalt erinevast toormest mitmekesiseid ja tervislikke kuumi ja külmi toite ning jooke</li> <li>• järgib hügieeninõudeid ja kasutab tööks ettenähtud töövahendeid ja -seadmeid lähtudes ohutuse ja säästlikkuse põhimõtetest</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• põhjendab ja demonstreerib toiduainete valikut ja nõuetekohast käitlemist praktilises tegevuses</li> <li>• valib toiduaineid järgides säilivusaega, toiteväärtust, toiduainete välimust ja tervislikkuse põhimõtteid</li> <li>• demonstreerib erinevaid toidu valmistamise käigus ja toidutöötlemise viise</li> <li>• kasutab ja puhastab töövahendeid ja -seadmeid vastavalt kasutusjuhendile</li> <li>• hindab oma töö tulemust</li> </ul>	Loeng Praktiline töö Arutelu	
<b>IV ETIKETT JA MAJANDAMINE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- koostab toidulaua kalkulatsiooni seatud eesmärgist lähtuvalt</li> <li>- eristab kultuuride eripärasid toitumiskultuuris</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- nimetab toidulaua kalkulatsiooni koostamise erinevaid võimalusi lähtudes toidu tervislikkusest ja säästlikkusest</li> <li>- kujundab ja katab laua etiketinorme järgides</li> <li>- loetleb ja võrdleb eri maade rahvustoite, toitumistavasid ja lauakombeid</li> </ul>	Loeng Lühiuurimus Arutelu	

<b>Iseseisev töö moodulis</b>	Iseseisva töö maht 10-15 tundi: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tunnimaterjalide ja teemade kordamine;</li> <li>• Menüü kavandamine;</li> <li>• Toitumise analüüs ja tervisliku toitumise järgmine</li> </ul>
<b>Praktiline töö</b>	Praktiline töö on mooduli läbiviimise vorm.
<b>Hindamine</b>	Mitteeristav ning kujundav hindamine
<b>Hindekriteeriumid</b>	arvestatud „A“ (lävendi tase), mitteamvestatud „MA“ (ebapiisav tulemus) A – Sooritab kõik ülesanded hindamiskriteeriumite nõuetele vastavalt. MA – Ei omanda ega rakenda oskusi hindamiskriteeriumites nõutaval määral. Ülesanded on sooritatud puudulikult või jäetud tegemata.
<b>Kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Kokkuvõttev hinne antakse praktilistele töödele moodulis hinnates õpilase oskuste ja teadmiste täiustumist.
<b>Oppematerjalid</b>	„Tervislik toitumine“ T. Pitsi, K. Salupuu, 2018; „Inimese füsioloogia“ P-H. Kingsepp, 2006; „Tasakaalustatud toitumise põhitõed“, Tervise Arengu Instituut; erinevad internetipõhised materjalid ja leheküljed (Nutridata jm) ning jaotusmaterjalid

## TALLINNA BALLETIKOOLI KAASAEGSE TANTSU ÕPPEKAVA MOODULITE RAKENDUSKAVA

Sihtrühm	kutseõppe õppurid			
Õppevorm	statsionaarne			
Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad	
13	<b>PRANTSUSE KEEL</b>	5 EKAP	Eiemari Šanin	
<b>Eesmärk:</b> Õpetusega taotletakse, et õppija saab baastadmised prantsuse keelest ja võõrkeele õpimotivatsiooni, omandab prantsuse keele lugemis- ja hääldamisoskuse. Õppimise käigus arendab õpilane suhtluspädevust ja iseseisvat ning loomingulist keelekasutust.				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> Puuduvad				
Mooduli teemad	Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamismeetodid ja ülesanded <i>(kirjalik töö, iseseisev töö, rühmatöö jne)</i>
1. Tutvustamine Esitlemine Töö/õppimine Kohvikus Hinnad, arveldamine 2. Lähem tutvus	<ul style="list-style-type: none"> <li>Suhtleb õpitavas keeles algtasemel (A1, osaliselt A2) nii kõnes kui kirjas, saab õpitavast keelest aru omandatud sõnavara piires</li> <li>Kirjeldab õpitavas keeles iseennast, esitleb teisi. Tuleb</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kasutab esmast sõnavara lihtsates keelesituatsioonides</li> <li>Väljendab suuliselt ja kirjalikult end õpitud teemadel leides ja kasutades vajadusel abimaterjale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kuulamine, kuulamisharjutused</li> <li>Mõttega lugemine</li> <li>Häälega lugemine</li> <li>Dialogid</li> <li>Kirjalikud harjutused</li> <li>Keelemängud</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Iseseisvad kirjalikud kodutööd</li> <li>Tunnitöös osalemine</li> <li>Mängulised ülesanded</li> </ul>

<p>Perekond, sõbrad Soovid, eelistused Vaba aeg</p> <p>3. Aja planeerimine Kohtumised Minu päev Üritused, kutsed</p> <p>4. Kodu, kinnisvara Üürimine, kuulutused Teeleidmine Restoranis Prantsuse köök</p>	<p>toime lihtsates olulistes elusituatsioonides kasutades õpitavat keelt.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kasutab õpitava keele oskuste arendamiseks ainetundides tutvustatud materjale, interneti abivahendeid, sõnastikke. Omab baasteadmisi õpitavast keelest ning on vajaduse või soovi korral motiveeritud vastava keele õpinguid jätkama.</li> <li>Mõistab esmatasemel õpitava keele kultuuriruumi rikkalikkust ning arvestab keeleoskuse vajalikkusega rahvusvahelises suhtluses.</li> <li>On teadlik õpitava keele olulisusest klassikalise tantsu alal, tunneb algtasemel vastavat terminoloogiat.</li> </ul>	<p>- Eristab õpitavat keelt kuulamisel teistest keeltest, saab aru aeglasest kõnest õpitud sõnavara piires</p> <p>- Tutvustab iseennast ja teisi õpitavas keeles kasutades algelist sõnavara</p> <p>- Analüüsib õpitava keele grammatilisi baasolukordi (tegusõna pööramine olevikus jne) ning kasutab korrektseid grammatilisi vorme õpitu piires</p> <p>- Esitab õpitavas keeles lihtsaid lugemisvalu, luulet, väitlustekste jm korrektse hääldusega</p> <p>- Koostab õpitavas keeles oma päevakava lühikirjelduse</p> <p>- Võrdleb algelise keelekasutuse tasemel õiget ja vale keelekasutust tekstides</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Suhtlusmängud</li> <li>Laulmine</li> <li>Luuletuste esitamine</li> <li>Suulised esitlused</li> <li>Grupitöö</li> <li>Võistlusmängud</li> <li>Viktoriinid</li> <li>Jutustamine</li> <li>Välitunnid (keele kasutamine keelelises olukorras)</li> <li>Arutlused</li> </ul>	<p>- Suulised esitlused</p> <p>- Grupitöodes osalemine</p> <p>- Kirjalikud tööd klassis</p> <p>- Suulised ja kirjalikud harjutused</p>
<p><b>Iseseisev töö moodulis</b></p>	<p>10-15 tundi</p> <p>1. Kirjalikud kodutööd (keelekasutuse harjutused, kirjalikud keelemängud jms) (3-4 tundi)</p> <p>2. Lugemise/häälduse harjutamine (3 tundi)</p>			

	<p>3. Kuulamisharjutused (2 tundi)</p> <p>4. Teksti koostamine (2 tundi)</p> <p>5. Suulise esinemise harjutamine (1 tund)</p>
<b>Praktiline töö</b>	Õppe käigus toimub keele praktiline kasutamine.
<b>Hindamine</b>	Mitteeristav hindamine
<b>Hindekriteeriumid</b>	<p>Mitteeristav: arvestatud – „A“; mittearvestatud – „MA“</p> <p>A – Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- osaleb aktiivselt tunnitöös</li> <li>- osaleb aktiivselt grupitöodes ning keelelistes mängudes</li> <li>- esitab vajalikul hulgal kirjalikke kodutöid</li> <li>- väljendab end algelisel keeletasemel tuttavates keeleolukordades</li> </ul> <p>Õpilasel on hea hääldusoskus õpitud teksti lugemisel.</p> <p>MA – Õpilane ei omanda ega rakenda hindamiskriteeriumites nimetatut lävendi tasemel.</p>
<b>Kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Õpilane on sooritanud ülesanded lävendi tasemel positiivsele tulemusele.
<b>Oppematerjalid</b>	Triinu Tamm, Leena Tomasberg „Quartier Latin“ – prantsuse keele õpik algajatele, keeleõppe CD, jaotusmaterjalid, laulud



## TALLINNA BALLETIKOOLI KAASAEGSE TANTSU ÕPPEKAVA MOODULITE RAKENDUSKAVA

Sihtrühm	kutseõppe õppurid			
Õppevorm	statsionaarne			
<b>Mooduli nr</b>	<b>Mooduli nimetus</b>	<b>Mooduli maht (EKAP)</b>	<b>Õpetajad</b>	
14	VEENE KEEL (võõrkeelena)	5 EKAP	Alma Laht	
<b>Eesmärk:</b> Õppija omandab keeleoskuse tasemel, mis võimaldab autentses keskkonnas iseseisvalt toimida. Õpilane mõistab ja väärtustab oma ning teiste kultuuride sarnasusi ja erinevusi.				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> põhihariduse vene keel võõrkeelena õpiväljundite saavutus				
<b>Mooduli teemad</b>	<b>Õpiväljundid</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>	<b>Õppemeetodid</b>	<b>Hindamismeetodid ja ülesanded</b>
Mina ja maailm  Mina ja kodumaa  Mina ja eakaaslased  Inimesed ja rahvad	Õpilane: <ul style="list-style-type: none"> <li>• suhtleb õpitavas võõrkeeles argisuhtluses nii kõnes kui kirjas iseseisva keelekasutajana, esitab ja kaitseb erinevates mõttevahetustes ja suhtlussituatsioonides oma seisukohti</li> <li>• kirjeldab võõrkeeles iseennast, oma võimeid ja</li> </ul>	Õpilane: <ul style="list-style-type: none"> <li>• kasutab iseseisvalt võõrkeelset põhisonavara ja tuttavas olukorras korrektset keelt</li> <li>• esitab ja põhjendab lühidalt oma seisukohti erinevates mõttevahetustes</li> <li>• väljendab end/suhtleb õpitava keele erinevate osaoskuste kaudu (loeb, kuulab, räägib, kirjutab B1 tasemel)</li> <li>• tutvustab võõrkeeles vestluseliseennast ja oma sõpra/eakaaslat</li> <li>• koostab õpitavas keeles oma kooli lühitutvustuse</li> <li>• põhjendab võõrkeeles kooli ja erialavalikut, hindab oma</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Intervjuud</li> <li>• Mõttega lugemine</li> <li>• Reklaamtekstid</li> <li>• Jutustamine</li> <li>• Kirjalikud tekstid</li> <li>• Esseed</li> <li>• Ettekanded</li> <li>• Filmide ja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• mõttega lugemine</li> <li>• dialoogis või diskussioonis osalemine</li> <li>• kirjeldus või tutvustus</li> <li>• lugemis- ja kuulamis-ülesanded</li> </ul>

Kultur ja looming	huvisid, mõtteid, kavatsusi ja kogemusi seoses valitud erialaga	sobivustvalitud erialal töötamiseks	etenduste vaatamine	• keelestruktuuride ülesanded
Kultuuritraditsioonid ja tavad	• kasutab võõrkeeleoskuse arendamiseks endale sobivaid strateegiaid ja teabeallikaid, seostades võõrkeeleõpet elukestva õppega	• analüüsib oma võõrkeeleoskuse taset	• Arutlused	• sõnavara testid
Haridus ja töö	• mõistab eesti ja teiste rahvaste elukeskkonda ja kultuuri ning arvestab nendega võõrkeeles suhtlemisel	• põhjendab võõrkeele õppimise vajalikkust, loob seoseid eriala ja elukestva õppega	• Dialogiid	• jutustamine
Inimestavahelised suhted	• on teadlik edasiõppimise ja tööturul kandideerimise rahvusvahelistest võimalustest, koostab tööleasumiseks vajalikud võõrkeelsed taotlusedokumentid	• eristab võõrkeelseid teabeallikaid info otsimiseks, kasutab neid ja hindab nende usaldusväärsust	• Rollimängud	• esseed
Igapäevane elu		• kirjeldab suhtluskeskkondi, mida kasutab (nende eeliseid, puudusi ja ohte) ja suhtlemist nendes keskkondades	• Paaristöö	• kirjalikud ülesanded
Mina ja tulevik		• võrdleb sihtkeele / emakeele maa(de) ja eesti lukeskkonda, kultuuritraditsioone ja norme	• Rühmatöö	
Inimene ja ühiskond		• arvestab sihtkeele kõnelejate kultuurilise eripäraga	• Ajurünnak	
		• tutvustab (oma eakaaslastele välismaal) Eestit ja soovib küllastada mõnda sihtkohta	• Loovtööd	
		• kirjeldab võõrkeeles oma tööpraktikat ja analüüsib oma osalemist selles	• Avaldused	
		• tutvustab õpitavas keeles oma eriala hetkeseisu tööturul ja edasiõppimise võimalusi	• Info kogumine ja selle tutvustamine	
		• koostab võõrkeeles töökohale/praktikakohale kandideerimise avladuse, CV/uropassi, arvestades sihtmaa eripära	• Keelemapp	
			• Laulud ja näidendid	
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	Iseseisev töö 16-20 tundi: 1. essee, referaadi, loovtöö, lühijutu kirjutamine (4 tundi) 2. TV saadete vaatamine (3 tundi)			

	3. intervjuu / küsitluse küsimuste ettevalmistamine (2 tundi) 4. CV kirjutamine (2 tundi) 5. internetist info hankimine (3 tundi) 6. keelemapi koostamine ja korrastamine (2 tundi)		
<b>Praktiline töö</b>	Kõigi käsitlevate teemade juures toimub keele praktiline kasutamine.		
<b>Hindamine</b>	Eristav hindamine. Hinnatakse õpilase teadmiste ja oskuste rakendamist praktilises tegevuses, väljendusoskust kirjalikes ja suulistes aruteludes ning aktiivsust õppetöös. Kirjalikke ülesandeid hinnates arvestatakse eelkõige töö sisu, kuid parandatakse ka õigekirjavead (mida hindamisel ei arvestata).		
<b>Hindekriteeriumid</b>	Hinne „3“	Hinne „4“	Hinne „5“
<b><u>Kirjalik töö</u></b> 1. Essee 2. Kirjeldus 3. Test 4. Ülesanded ja praktilised tööd	Oskab kirjutada õpitud teemadel lühikesi jutustavat laadi tekste. Oskab kasutada piiratud hulgal teksti sidumise võtteid. Ei kasuta grammatiliselt õiget keelt, sõnavara ei ole täiuslik.	Oskab kirjutada õpitud teemadel lühikesi jutustavat laadi tekste, milles väljendab oma tundeid, mõtteid ja arvamusi. Koostab erinevaid tarbetekste. Valdab grammatiliselt õiget keelt, sõnavara on ulatuslik.	Oskab koostada eri allikatest pärineva info põhjal kokkuvõtte. Oskab isiklikus kirjas vahendada kogemusi, tundeid ja sündmusi. Oskab kirjutada õpitud teemal oma arvamust väljendava lühikirjandi. Oma mõtete või arvamuste esitamisel võib olla keelelisi ebatäpsusi, mis ei takista kirjutatu mõistmist. Valdab etteantud sõnavara.
<b><u>Suuline töö</u></b> 1. Dialoog 2. Jutustamine 3. Vestlus 4. Tutvustus ja kirjeldus 5. Näitlemine 6. Intervjuu	Oskab lihtsate seostatud lausetega rääkida oma kogemustest ja kavatsustest. Suudab lühidalt põhjendada oma seisukohti. On võimeline ühinema vestlusega ja avaldama arvamust, kui kõneaine on tuttav. Kasutab õpitud väljendeid ja lause malle õigesti; spontaanses kõnes esineb palju vigu. Suhtlust võib häirida	Oskab edasi anda filmi või etenduse sisu ning kirjeldada oma muljeid. Kasutab põhisõnavara ja sagedamini esinevaid väljendeid õigesti; keerukamate lause struktuuride kasutamisel tuleb ette vigu. Hääldus on selge, intonatsiooni – ja rõhuvead ei häiri sihtlust.	Oskab edasi anda filmi või etenduse sisu ning kirjeldada oma muljeid. Tuleb enamasti toime vähem tüüpilistes suhtlus olukordades. Kasutab mitmekesisit sõnavara ja väljendeid, kuid kõnes võib esineda vigu. Intonatsioon on enamasti loomulik.

	ebaõige intonatsioon.		
<b>Kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Õpilane sooritab kõik antud ainevaldkonda kuuluvad ülesanded positiivsele tulemusele.		
<b>Õppematerjalid</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Добро пожаловать! Учебник и РТ 9 класс часть 1. Авторы: Антидеа Метса, Любовь Титова. Изд – во: KOOLIBRI, 2013</li> <li>• Добро пожаловать! Учебник и РТ 9 класса часть 2. Авторы: Антидеа Метса, Любовь Титова Изд-во: KOOLIBRI, 2013</li> <li>• Быстро и успешно! Учебник и РТ для 11 класса Автор: Инга Мангус Изд-во: ТЕА</li> </ul>		

## TALLINNA BALLETIKOOLI KAASAEGSE TANTSU ÕPPEKAVA MOODULITE RAKENDUSKAVA

Sihtrühm	kutseõppe õppurid			
Õppevorm	statsionaarne			
Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad	
15	<b>INGLISE KEEL</b>	5 EKAP	Katrin Tolmats	
<b>Eesmärk:</b>				
Õpetusega taotletakse, et õppija suhtleb õpitavas keeles argisuhtluses nii kõnes kui kirjas iseseisva keelekasutajana. Õppimise käigus arendab õpilane suhtluspädevust ja iseseisvat kirjalikku ja suulist keelekasutust.				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> põhihariduse inglise keele võõrkeelena õpiväljundite saavutus				
Mooduli teemad	Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamismeetodid ja ülesanded
	<i>Õpilane:</i>	<i>Õpilane:</i>		
Mina ja maailm Mina ja kodumaa Mina ja eakaaslased Inimesed ja rahvad Keskond ja tehnoloogia	1) suhtleb õpitavas võõrkeeles argisuhtluses nii kõnes kui kirjas iseseisva keelekasutajana, esitab ja kaitseb erinevates mõttevahetustes/suhtlussituatsioonides oma seisukohti 2) kirjeldab võõrkeeles iseennast, oma võimeid ja huvisid, mõtteid, kavatsusi ja kogemusi seoses valitud erialaga 3) kasutab võõrkeeleskuse	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kasutab iseseisvalt võõrkeelset põhisõnavara ja tuttavas olukorras korrektset keelt</li> <li>• esitab ja põhjendab lühidalt oma seisukohti erinevates mõttevahetustes</li> <li>• väljendab end/suhtleb õpitava keele erinevate osaoskuste kaudu (loeb, kuulab, räägib, kirjutab B2 tasemel)</li> <li>• tutvustab võõrkeeles vestlusel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• mõttega lugemine</li> <li>• kirjanduse lugemine</li> <li>• jutustamine</li> <li>• kirjalikud tekstid, kokkuvõtted</li> <li>• essed</li> <li>• ettekanded</li> <li>• võõrkeelsete filmide</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• mõttega lugemine</li> <li>• dialoogis või diskussioonis osalemine</li> <li>• kirjeldus või tutvustus</li> <li>• lugemis- ja kuulamisüles</li> </ul>

<p>Igapäevane elu</p> <p>Mina ja tulevik</p> <p>Mineviku sündmused</p> <p>Haridus ja töö</p> <p>Kultuur ja teater</p>	<p>arendamiseks endale sobivaid võõrkeele õppimise strateegiaid ja teabeallikaid, seostades võõrkeeleõpet elukestva õppega</p> <p>4) mõistab eesti ja teiste rahvaste elukeskkonda ja kultuuri ning arvestab nendega võõrkeeles suhtlemisel</p> <p>5) on teadlik edasiõppimise ja tööturul kandideerimise rahvusvahelistest võimalustest, koostab tööleasumiseks vajalikud võõrkeelsed taotlusdokumendid</p>	<p>iseennast ja oma sõpra/eakaaslast</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• koostab õpitavas keeles oma kooli (lühit) tutvustuse</li> <li>• põhjendab võõrkeeles kooli ja erialavalikut, hindab oma sobivust valitud erialal töötamiseks</li> <li>• analüüsib oma võõrkeeleoskuse taset</li> <li>• põhjendab võõrkeele õppimise vajalikkust, loob seoseid eriala ja elukestva õppega</li> <li>• eristab võõrkeelseid teabeallikaid info otsimiseks, kasutab neid ja hindab nende usaldusväärsust</li> <li>• kirjeldab suhtluskeskkondi, mida kasutab (nende eeliseid, puudusi ja ohte) ja suhtlemist nendes keskkondades</li> <li>• võrdleb sihtkeele / emakeele maa (de) ja eesti elukeskkonda, kultuuritraditsioone ja –norme</li> <li>• arvestab sihtkeele kõnelejate kultuurilise eripäraga</li> <li>• tutvustab (oma eakaaslastele välismaal) Eestit ja soovitab külastada mõnda sihtkohta</li> <li>• kirjeldab võõrkeeles oma tööpraktikat ja analüüsib oma osalemist</li> </ul>	<p>vaatamine</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• arutlused</li> <li>• dialoogid, diskussioonid</li> <li>• loengupäevik</li> <li>• kirjalikud harjutused</li> <li>• rollimängud</li> <li>• ajurünnak</li> <li>• lõputöö</li> </ul>	<p>anded</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• keelestruktuuride ülesanded</li> <li>• sõnavara testid</li> <li>• jutustamine</li> <li>• esseed</li> <li>• kirjalikud ülesanded</li> </ul>
---	--	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• selles tutvustab õpitavas võõrkeeles oma eriala hetkeseisu tööturul ja edasiõppimise võimalusi</li> <li>• koostab võõrkeeles töökohale/praktikakohale kandideerimise avalduse, cv/europassi, arvestades sihtmaa eripäruga</li> </ul>		
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	15 tundi: 1. Kirjanduse lugemine (3 tundi) 2. Filmide vaatamine (4 tundi) 3. Essee, lühijutu kirjutamine (3 tundi) 4. Kirja (ametliku /mitteametliku) kirjutamine (3 tundi) 5. CV koostamine ( 2 tundi)			
<b>Praktiline töö</b>	Kõigi käsitletavate teemade juures toimub keele praktiline kasutamine			
<b>Hindamine</b>	Eristav hindamine			
<b>Hindekriteeriumid</b>	Hinne „3“	Hinne „4“	Hinne „5“	
<b><u>Kirjalik töö</u></b> 1. Kirjeldus 2. Essee 3. Kirjutamine	Õpilane saab aru ülesandest, ei kasuta grammatiliselt õiget keelt, sõnavara ei ole täielik.	Õpilane valdab grammatiliselt õiget keelt, sõnavara on ulatuslik.	Õpilane kasutab grammatiliselt õiget keelt, valdab etteantud sõnavara täielikult, oskab teha omapoolseid täiendusi	

4. Test (sõnavara ja keelestruktuuride ülesanded)			
<b>Suuline töö</b> 1.Vestlus 2.Dialog 3.Diskussioon 4.Tutvustus 5.Jutustamine	Õpilane toob välja olulisemad seisukohad, vastused ei ole soravad, esineb mitmeid grammatilisi vigu, sõnavara piiratud	Valdab suuremat osa sõnavarast, vastused soravad, esineb vigu arusaamises ja eneseväljenduses	Vastused veatud, väga hea häälduse ja korrektse grammatikaga, valdab kogu etteantud sõnavara
<b>Kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Mooduli kokkuvõttev hinne kujuneb kõigi tööde ja vastuste positiivsete hinnete arvestamisel ( mooduli jooksul on kasutatud kujundavat hindamist, semestrid lõppevad hindegaga)		
<b>Oppematerjalid</b>	Tim Falla, Paul A Davies „Solutions“ 2nd Edition		



TALLINNA BALLETIKOOLI KAASAEGSE TANTSU ÕPPEKAVA MOODULITE RAKENDUSKAVA				
Sihtrühm	eesti keelest erineva emakeelega kutseõppe õppurid			
Õppevorm	Statsionaarne			
Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad	
16	EESTI KEEL TEISE KEELENA	5 EKAP	Maaja Orlova	
<b>Eesmärk:</b> Õpetusega taotletakse, et õppija suhtleb õpitavas keeles argisuhtluses nii kõnes kui kirjas iseseisva keelekasutajana. Õppimise käigus arendab õpilane suhtluspädevust ja iseseisvat kirjalikku ning suulist keelekasutust.				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> Puuduvad				
Mooduli teemad	Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamis-meetodid ja ülesanded
Mina ja maailm Mina ja eakaaslased Mina ja Eesti Keskkond ja tehnoloogia Mina ja keskkond	Õpilane: 1) suhtleb õpitavas keeles argisuhtluses nii kõnes kui kirjas iseseisva keelekasutajana; esitab ja kaitseb erinevates mõttevahetustes ja suhtlussituatsioonides oma	Õpilane: • kasutab iseseisvalt võõrkeelset põhisosavara ja tuttavas olukorras grammatiliselt üsna korrektset keelt • esitab ja põhjendab lühidalt oma seisukohti erinevates mõttevahetustes • väljendab end/suhtleb õpitava keele erinevate osaoskuste kaudu (loeb, kuulab, räägib, kirjutab B2 tasemel) • tutvustab õpitavas keeles vestlusel iseennast ja oma	<ul style="list-style-type: none"> <li>• dialoog, arutlus</li> <li>• rühmatöö</li> <li>• mõistekaart</li> <li>• ajurünnak</li> <li>• esse kirjutamine</li> <li>• ettekanne</li> <li>• mõttega lugemine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• sisukokkuvõtte kodulektüürist</li> <li>• sõnavara testid</li> <li>• arutelud ja dialoogid</li> <li>• esitlused</li> <li>• kirjalikud</li> </ul>

<p>Suhtluskeskkonnad</p> <p>Haridus ja töö</p> <p>Mina õppijana</p> <p>Mina tööturul</p> <p>Kultuur</p>	<p>seisukohti</p> <p>2) kirjeldab õpitavas keeles iseennast, oma võimeid ja huvisid, mõtteid, kavatsusi ja kogemusi seoses valitud erialaga</p> <p>3) kasutab võõrkeeleoskuse arendamiseks endale sobivaid võõrkeele õppimise strateegiaid ja teabeallikaid, seostab võõrkeeleõpet elukestva õppega</p> <p>4) mõistab Eesti ja teiste rahvaste elukeskkonda ja kultuuri ning arvestab nendega õpitavas keeles suhtlemisel</p> <p>5) on teadlik edasiõppimise ja tööturul kandideerimise rahvusvahelistest võimalustest; koostab tööleasumiseks vajalikud võõrkeelsed taotlusedokumentid</p>	<p>sõpra/eakaaslast</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• koostab õpitavas keeles oma kooli (lühit) tutvustuse</li> <li>• põhjendab õpitavas keeles kooli ja erialavalikut, hindab oma sobivust valitud erialal töötamiseks</li> <li>• analüüsib oma võõrkeeleoskuse taset</li> <li>• põhjendab võõrkeele õppimise vajalikkust, loob seoseid eriala ja elukestva õppega</li> <li>• eristab võõrkeelseid teabeallikaid info otsimiseks, kasutab neid ja hindab nende usaldusväärsust</li> <li>• kirjeldab suhtluskeskkondi, mida kasutab (nende eeliseid, puudusi ja ohte) ja suhtlemist nendes keskkondades</li> <li>• võrdleb emakeele maa(de) ja Eesti elukeskkonda, kultuuritraditsioone ja –norme</li> <li>• arvestab sihtkeele kõnelejate kultuurilise eripäraga</li> <li>• tutvustab (oma eakaaslasele välismaal) Eestit ja soovib külastada mõnda sihtkohta</li> <li>• kirjeldab õpitavas keeles oma tööpraktikat ja analüüsib oma osalemist selles</li> <li>• tutvustab õpitavas keeles oma eriala hetkeseisu tööturul ja edasiõppimise võimalusi</li> <li>• koostab õpitavas keeles töökohale/praktikakohale kandideerimise avalduse, CV/Europassi, arvestades sihtmaa eripäraga</li> <li>• sooritab näidistööintervjuu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kirjanduse lugemine</li> <li>• jutustamine</li> <li>• kirjalik kokkuvõte</li> <li>• loengupäevik</li> <li>• filmide/videote vaatamine</li> <li>• kirjalikud harjutused</li> <li>• rollimäng</li> <li>• ristsõna lahendamine</li> <li>• tasemetesti sooritamine ja analüüs</li> </ul>	<p>ülesanded (avalduse, cv, motivatsiooni-kirja kirjutamine)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• esseed</li> <li>• kirjeldus või tutvustus</li> <li>• lugemis- ja kuulamis-ülesanded</li> <li>• keelestruktuuri ülesanded</li> </ul>
---	---	--	---	---

<b>Iseseisev töö moodulis</b>	17 tundi: 1. Kirjanduse lugemine (4 tundi) 2. Filmi/video vaatamine (3 tundi) 3. Loovtööde kirjutamine (nt kirjand, essee, ametlik/mitteametlik kiri, kokkuvõte) (4 tundi) 4. Tarbekirjade koostamine (nt elulookirjeldus, avaldus, motivatsioonikiri) (4 tundi)		
<b>Praktiline töö</b>	Kõigi käsitletavate teemade juures toimub keele praktiline kasutamine		
<b>Hindamine</b>	Eristav hindamine		
<b>Hindekriteeriumid</b>	Hinne „3“	Hinne „4“	Hinne „5“
<b><u>Kirjalik töö</u></b> 1. Kirjand/essee 2. Kokkuvõte 3. Tarbekirjad 4. Testid (sõnavara ja keelestruktuuri ülesanded)	Õpilane saab ülesandest aru ja täidab selle rahuldavalt. Teksti sisu on pealiskaudne, väiteid ei ole alati piisavalt põhjendatud. Rahuldav keelekasutus. Üksikutes kohtades võib esineda ebaloogilist lausestust. Sõnavara üsna piiratud. Esineb ebatäpset sõna- ja vormikasutust ning kirja- ja keelevigu, kuid teksti mõte on üldjoontes arusaadav.	Õpilane saab ülesandest aru ja täidab selle hästi. Teksti sisu on asjakohane, väited põhjendatud ja näited teemakohased. Hea ja asjakohane keelekasutus. Lausestus loogiline ja mitmekesine. Sõnavara ülesande täitmiseks piisav. Esineb üksikuid kontekstilisi tähendusvääratusi ning kirja- ja keelevigu, mis ei sega tekstist arusaamist.	Õpilane saab ülesandest aru ja täidab selle täielikult. Teksti sisu on ammendav, loogiline ning ladus. Väited on põhjendatud, järeldused tulenevad analüüsist, näited on teemakohased. Väga hea ja asjalik keelekasutus. Lausestus loogiline ja mitmekesine. Sõnavara ulatuslik ja mitmekesine, sõnakasutus täpne. Võib esineda üksikuid kirja- ja keelevigu ning stiilikonarusi, mis ei häiri tekstist arusaamist.

<p><b>Suuline töö</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jutustamine</li> <li>2. Esitlus/tutvustus</li> <li>3. Vestlus</li> <li>4. Dialoog</li> <li>5. Arutelu</li> </ol>	<p>Kõne pole sujuv. Häälendus on hea. Sõnavara ülesande täitmiseks piiratud, parafraaseerimisega raskusi. Sellele vaatamata suudetakse mõtet üldjoontes moonutusteta edasi anda. Kuulaja saab öeldu mõttest aru suhteliselt vaevata. Esineb grammatikavigu (sõnajärg, vormikasutus), kuid öeldu üldmõte on arusaadav.</p>	<p>Kõne on suhteliselt vaba ja arusaadav. Sõnavaras esineb ülesannete täitmisel mõningaid lünki, parafraaseerimine ei õnnestu alati. Õpilane suudab selgelt edasi anda üldist mõtet. Esineb märgatavaid grammatikavigu, mis aga enamasti ei sega öeldust arusaamist.</p>	<p>Kõne on piisavalt sujuv ja hästi mõistetav. Esinevad suulisele kõnele omased tavalised takerdused. Sõnavara ülesande täitmiseks piisav, parafraaseerimisoskus väga hea. Grammatika piisavalt korrektne, et teemat laitmatult käsitleda. Öeldu arusaadav.</p>
<p><b>Kokkuvõtva hinde kujunemine</b></p>	<p>Mooduli kokkuvõttev hinne kujuneb kõigi tööde ja vastuste positiivsete hinnete arvestamisel. Semestrid lõppevad perioodi kokkuvõtva hindega.</p>		
<p><b>Oppematerjalid</b></p>	<p>M. Kitsnik, L. Kingisepp. 2004. Avatud ukсед. Eesti keele õppekomplekt kesk- ja kõrgtasemele. Tallinn: Tea. M. Kitsnik. 2008. Eesti keele õpik vene õppekeelele. Tallinn: Ilo. Jaotusmaterjalid.</p>		

## TALLINNA BALLETIKOOLI KAASAEGSE TANTSU ÕPPEKAVA MOODULITE RAKENDUSKAVA

Sihtrühm	kutseõppe õppurid		
Õppevorm	statsionaarne		
Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
17	<b>AUDIOVISUAALSE MEEDIA PÕHIALUSED</b>	5	Tallinna Ülikooli Balti filmi, meedia, kunstide ja kommunikatsiooni instituudi juhendajad

**Eesmärk:** Avastusõppe meetodil audiovisuaalse kirjaoskuse rakendamine ja tehniliselt lihtsamate videoklippide loomine.

**Nõuded mooduli alustamiseks:** puuduvad

Mooduli teemad	Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamismeetodid ja ülesanded
HELIPIILT <ul style="list-style-type: none"> <li>Erinevad helid ja nende rollid</li> <li>Heli salvestamine</li> <li>Taustaheli</li> <li>Dialog</li> <li>Muusika</li> <li>Taustamuusika improviseerimine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Õpilane loob oma helipildi kasutades helirežii vahendeid</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Õpilane eristab erinevaid helisid ning tõlgendab nende rolle</li> <li>Õpilane kavandab, loob ja salvestab helirežii vahendeid kasutades oma helipildi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Praktiline töö</li> </ul>	Helipilt
REŽII. KAAMERA. VALGUS	<ul style="list-style-type: none"> <li>Omandab piltstsenaariumi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Loob režii põhimõtetest</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Praktiline töö</li> </ul>	Piltstsenaarium

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kaader kui valik</li> <li>• Režii põhialused</li> <li>• Kaameratöö</li> <li>• Kompositsioon</li> <li>• Lihtsam valgusrežii</li> <li>• Piltstsenarium</li> </ul>	teostamise oskuse ning seab selle erinevate lavastatud situatsioonide pildi ja valgustuse.	lähtudes lihtsa piltstsenariumi ning kasutab peamisi pildi ja valgustuse seadeid ja kompositsiooni.		
<b>MONTAAŽ</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Montaaži-programmidega Adobe Premiere või Final Cut Pro X tutvumine</li> <li>• Vabavara programmidega tutvumine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Audivisuaalse kirjaoskuse põhioskuste omandamine.</li> <li>• Peamiste montaažiprogrammi tööriistade kasutamine.</li> <li>• Õpilane oskab luua etapiliselt lihtsama monteeritud materjaliga videoklipi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nimetab audiovisuaalse kirjaoskuse ja loo jutustamise peamisi põhikomponente.</li> <li>• Demonstreerib oma praktilisi oskusi ja loovat eneseväljendust kasutades digitaalset tehnikat ja sobivat montaažiprogrammi.</li> <li>• Teeb praktikas läbi lihtsama videoklipi loomise etapid.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praktiline töö</li> </ul>	Videoklipp
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	80-90 t: Iseseisev montaažiprogrammi võtete harjutamine ja videoklippide loomine.			
<b>Praktiline töö</b>	Praktiline töö on mooduli läbiviimise vorm.			
<b>Hindamine</b>	Mitteeristav hindamine			
<b>Hindekriteeriumid</b>	„A“		„MA“	

	Õppija on omandanud lihtsamad audiovisuaalsed tehnilised võtted videoklipi loomiseks ja montaažiks ning rakendab saadud teadmisi ja oskusi kasutades digitaalset tehnikat.	Õppija ei ole omandanud lihtsamaid audiovisuaalseid tehnilisi võtteid montaažiks ja videoklipi loomiseks, digitaalse tehnika kasutusoskus on puudulik.
<b>Kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Hinne kujuneb hindamisülesannete soorituse põhjal.	
<b>Oppematerjalid</b>	Jaotusmaterjalid, veebimaterjalid	