

1.1 TÜ Ande- ja Oskusainete projekti töörühma materjalid

(2001. aastal Tartu Ülikooli haridusuuringute ja õppekava arenduskeskuse laiema ande-ja oskusainete projekti raames valminud materjal, töögrupi juht Jaak Jürimäe)

PROJEKTIKIRJELDUS

Kõige laiemate sihtide saavutamine tantsu kaudu

Kõige laiemad sihid peaksid aitama kaasa sellele, et õppija oskaks olla õnnelik, tal oleksid oma eesmärgid, vaimne ja kultuuriline identiteet, ettekujutus maailmast, et ta tahaks ja julgeks olla loov mitte üksnes olemasoleva keskkonnaga kohanemisel, vaid ka selle paremaks muutmisel – et ta julgeks asjadest ka teisiti mõelda, unistada ja oma unistusi ellu viia.

Tantsuga tegelev inimene on suurema tõenäolisusega õnnelikum, kui inimene, kes seda ei tee. See, et keegi suurest rõõmusest tantsu lööb, hõiskab või lakke hüppab, pole mingi ime – seega saab just tantsu, muusika ja liikumise kaudu oma positiivseid emotsioone kõige loomulikult väljendada. Tantsus saab võimendada positiivseid emotsioone ja elada välja negatiivseid. Tantsu abil saab ka oma emotsioone teistega jagada.

Eesti etnograafiliste tantsude tundmine ja oskamine on loomulik ja hädavajalik osa kultuurilisest identiteedist. Ühine (rahva)tantsukogemus kannab edasi tantsupidude traditsiooni ja selle kaudu ka mingit sügavat ja ürgset ühtekuuluvustunnet. Teiste rahvaste tantsude oskamine aitab kaasa ka võõraste kultuuride mõistmisele.

KOLLEKTIIVIS TEGUTSEMINE

Kui mõelda sellele, kui palju võimalusi grupidöök ja tunnetuseks annab tants, siis peaks see kindlasti olema üks kohustuslikke aineid. Koos tantsimine, eriti kavade ettevalmistamine, aitab arendada grupitunnetust, platsinägemist, teistega arvestamist. Kui on tegemist paaris või grupis tantsimisega, siis pole tähtis üksikisik, tegelikult taandub üksikisik siin osaks tervikust. Elus tuleb ette palju selliseid situatsioone, kus ei piisa sooleerimisest, sest oluline on grupi tulemus.

Tantsu abil on võimalik kooli tuua koostegutsemise rõõmu ja ka füüsilisi kontakte, mida iga inimene tegelikult samuti väga vajab.

Enesekehtestamine

Tantsutund annab võimaluse enesekehtestamiseks eriti neile õpilastele, kellel on võimeid just füüsilis-ruumilisel intelligentsuse skaalal, samuti soosib ta neid, kelles on loovust ja ekspressiivsust. See aitab neil õpilastel ennast kollektiivis kehtestada (eriti juhul, kui neil näiteks akadeemilised võimed nõrgemad on).

Tantsu õppimise oluline osa on omaloominguliste kavade koostamine, õpilaste üksteise õpetamine ja abistamine. Sellises situatsioonis annab roll (treener, tantsu looja) hea võimaluse õppida enesekehtestamise viise ja seda, kuidas panna oma kaaslasti tööle, muutumata türanniks, ning kuidas jõuda selleni, et ka teistel tekiks motivatsioon kava õppimiseks ja võimalikult heaks esitamiseks.

Mitmesugused improvisatsioonimängud ja loovtantsuülesanded annavad samuti võimalusi enesekehtestamiseks, samuti on pedagoogil võimalus pakkuda selliseid rolle just neile õpilastele, kes seda kõige enam vajavad.

Teistega arvestamine

Tantsuülesannete hulgas on palju võimalusi selliseks tegevuseks, mis nõuab teistega arvestamist. Seda põhjustab juba ühes füüsilises ruumis viibimine - kõik liikumised pole võimalikud, kuna on oht kokku põrgata teistega. Seepärast tuleb pidevalt jälgida nii ruumi kui kõigi seal viibijate liikumist.

Paaris ja rühmatantsus tuleb arvestada partneri ja grupiga. Tähtis on tervik, seega peavad tugevamad nõrgemaid aitama, samuti on võimalik kasutada just igaühe eripära, tõstes esile tugevusi ja peites nõrkusi.

Eriti hea teistega arvestamise arendamise viis on kontaktimprovisatsioon – selles tantsulises tegevuses sõlmitakse sõna otsese mõttes füüsiliselt partneri(te)st, (see on nagu elus - teistega arvestamine on lausa hädavajalik.)

Ka tantsutundides kohalkäimine on asi, mis ei mõjuta ainult üksikisikut, vaid kogu rühma – kui keegi on puudunud ja maha jäänud, aeglustab see kogu rühma arengut.

Kohuse- ja vastutustunne

Tantsutreeningu vajalikkust on eriti noorematel õpilastel lihtsam mõista, kui näiteks matemaatikaharjutuste oma. Kes puudub, hilineb, viilib, see ka omandab kehvemini.

Eriti hästi arendavad kohuse- ja vastutustunnet ühised projektide (mille tulemusena valmis näiteks etendus või sõidetakse Tallinna tantsupeole). Sellistes olukordades omandavad lapsed läbi praktilise kogemuse kohuse- ja vastutustunde olulisuse.

Suhtlemine

Tants arendab selliseid suhtlemise aspekte, mis tavalises koolitöös enamasti tähelepanuta, lausa kõrvale jäävad. Tantsutund pakub palju võimalusi mitteverbaalseks eneseväljenduseks – saab edasi anda nii konkreetseid sümboleid ja tegevusi, kui ka emotsioone. Vajalik on nii võime ise mitteverbaalsel teel väljendada kui teiste signaale mõista. Tantsutunnis võiks tutvustada erinevaid tantsukeelse suhtlemise viise ja tegelda ka isiklike suhtlemisviiside leidmisega.

Tantsutunnis saab arendada ka verbaalset suhtlemisuskust – tantsukogemusi sõnastades, mingeid liikumisi teistele õpetades ja seletades, püüdes sõnastada enda ja teiste viga – võimalusi on palju.

LOOVUS

Loovus on kompleksne nähtus, mis hõlmab oskust probleeme loovalt lahendada, olemasolevaid teadmisi ja kogemusi uutesse olukordadesse üle kanda ja uuel viisil seostada, aga teiselt poolt tähistab loovus ka eneseväljendust - nii artistlikku kui lihtsalt oma rõõmuks tegutsemist. Tantsul on pakkuda võimalusi kõigiks nendeks loovuse liikide arendamiseks, eriti loovaks eneseväljenduseks.

Enese väljendamine

Tantsu ja liikumise kaudu enese väljendamine on üks ürgsamaid ja loomulikumaid eneseväljendamise viise. Muusika ja rütm aitavad vabaneda pingetest ja rollijätkusest. Tants lihtsalt enda rõõmuks on tegelikult teraapilise efektiga.

Teiselt poolt pakub tants rohkeid võimalusi artistlikuks eneseväljendamiseks – nii olemasoleva sammukombinatsiooni elustamine kui uue kombinatsiooni välja mõtlemine eeldavad loovust.

Seostamine

Loovus on ka võime ühes kontekstis kogetut ja seda, mida ühes olukorras teatakse või osatakse, uutesse situatsioonidesse üle kanda.

Traditsioonilised võimalused on näiteks ülesanded, kus kombinatsioonile tuleb lisada kätetöö või mõnd ühe stiili (näiteks aeroobika) sammu sooritada mõnes teises (näiteks moderntantsu või ilusvõimlemise) stiilis.

Kuna tantsu saadab enamasti muusika, on siin palju suurepäraseid viise muusikatunnis õpitu seostamiseks ja sügavamaks läbitunnetamiseks. Ka muusikale sobiva liikumise leidmine või loomine (nii konkreetse tantsu loomisel kui improviseerimisel) arendab õpilaste loovust ja seostamisuskust.

Tantsutund pakub seostamiseks ka laiemaid, võib vabalt öelda, et lõputuid võimalusi.

Liikumises saab väljendada emotsioone, edasi anda sündmusi, aga miks mitte kasvõi ruudu pindala valemit.

Avastamine

Tantsu abil saab esmajoones avastada iseennast, oma keha, selle koordineerimise ja rütme, selle piire ja võimalusi. Muidugi annab tants võtme ka emotsioonide juurde, võimalik on tajuda seoseid liikumise ja meeoleolu vahel ning õppida neid seoseid kasutama.

Tantsu abil saab praktiliselt avastada ühiskonna seadusi – näiteks vajadust mingite reeglite järele, vajadust arvestada teistega ja keskkonnaga. Liikumises väljenduvad suhted – sümpaatia, võimuvahekorrad ...

Tantsutund lubab enda peal avastada ka loodusseadusi – inerts, maa külgetõmbejõud, füsioloogilised protsessid.

IDEAALID

Tantsiv inimene jõuab lähemale oma sisemisele minale. Tantsu õppimine, samuti tantsuetenduste jälgimine, aitab avastada maailma, suurendades ühelt poolt vaimsust ja arendades teiselt poolt ka sallivust erineva, uue ja harjumatu suhtes.

Tantsuga tegelemine aitab püstitada ja kujundada ideaale, leida oma elus lühema- ja pikemaajalisi eesmärgid ja nende saavutamise nimel ka tööd teha.

Eetika

Tantsuetenduste klassikalises repertuaaris on sageli tegemist hea ja kurja võitlusega. Sellele võitlusele visuaalselt kaasa elamine annab teistsuguse emotsiooni kui näiteks raamatu lugemine. Mõlemad on vajalikud, aga tantsul on võimalus inimhingele teisiti ligi pääseda kui sõnal.

Teistele ei tohi liiga teha, teistele ei tohi haiget teha ... seda on väikesel inimesel mõnikord kõige kergem mõista just läbi füüsilise ja praktilise tegevuse. Kui ma tantsides või improviseerides teistega ei arvesta ja me põrkame kokku, siis on see valus mõlemale poolele.

Vaimsus

Tantsuga tegelemine aitab kaasa vaimse ja füüsilise poole kooskõla leidmisele ja arengu tasakaalustatusele.

Erinevate etenduste vaatamine aitab samuti kaasa silmaringi avardumisele.

Muusika ja oma keha tunnetamine ja kasutamine inspiratsiooni allikana eeldab ka mõtlemist, kuid see pole siiski ratsionaalne tegevus – tantsijal on võimalus tunnetada jõude, mida ta vastavalt oma maailmapildile võib seostada oma sisemiste ressursidega, loodusega, aga ka kõiksusega.

ISESEISVUS

Iseseisvuse all peetakse silmas seda, et inimene saab ise endaga hakkama, on terve nii vaimselt kui kehaliselt, suudab omale eesmärgid püstitada ja nende saavutamisel pingutada. Seda kõike saab suurepäraselt arendada läbi tantsuõpetuse. Füüsilise ja vaimse kooskõla aitab kaasa tervise parandamisele ja säilitamisele, tantsutund motiveerib enda kallal tööd tegema, selle töö tulemuslikkus on arusaadav juba väga noortele õpilastele (erinevalt näiteks mõnest asjast, mida õpitakse tulevast riigieksamit silmas pidades, mis on veel NII kaugel).

Tervis

Tantsutreeningul on tervist tugevdav toime – see arendab südame- veresoontkonna ja lihaskoost, painduvust, olenevalt treeningust ka jõudu. Arenevad ka tasakaal, koordinatsioon ... Kuid emotsionaalsus tantsutunnis aitab arendada ja säilitada ka vaimset tervist ning pakub nii vajalikku vaheldust "õrgustunud" maailmas, kus suur osa ajast veedetakse istudes.

Harjumus ja soov oma vaba aega tantsides veeta saab alguse lapsepõlvest, ent võib kesta läbi elu. Just nooruses on võimalik õppida valitsema oma keha, tundma rõõmu liikumisest ja loovast eneseväljendusest. Kui alustatakse hiljem, siis tajutakse enda kohmakust ja vähest koordinatsiooni, see võib paljudel vähendada motivatsiooni tantsuga tegelda. Need, kes juba noorena tantsimise võlu enda jaoks avastanud on, teevad seda suure tõenäolisusega läbi elu. See loob aluse heale tervisele – nii füüsilises kui emotsionaalses mõttes.

Aktiivsus

Tantsutund on erinevalt paljudest koolitundidest koht, kus soositakse õppija füüsilist aktiivsust. See on suurepärase väljund neile, kes on loomult liikuvad ja kellele passiivne paigalistumine raskeks ülesandeks on.

Tants arendab ka vaimset aktiivsust, loomingulisust. Omaloomingu ja improvisatsiooni kaudu ärkab sisemine loovus, eriti just selline loovus, mis ei väljendu mitte verbaalselt vaid liikumises.

Enese tundmine

Tantsutunnis avalduvad iga inimese sellised küljed, mis tavalises koolitunnis (isegi kehalises kasvatuses) võivad varju jääda. See tund annab neile, kellel akadeemilistes ainetes eduelamusi vähem, võimaluse seda kompenseerida.

Tegelikult on tähtis ka vastupidine – võimalik, et mõni väga edukas õpilane jääb tantsus nõrgemate sekka. See pole paha, sest õpetab, et "edu" on suhteline ja aitab omandada objektiivset enesehinnangut.

Tantsu abil saab avastada iseennast, oma keha koordinatsiooni ja rütme, selle piire ja võimalusi. Muidugi arendab tants ka võimet tunnetada oma ja teiste emotsioone.

Tahe, võime eesmärgi nimel pingutada

Tants arendab tahet, kontsentratsioonivõimet. Tantsutunnis on palju eesmärke, mis on laste jaoks motiveerivad – sooritada mõnd harjutust paremini võib täiesti iseseisev eesmärk olla, selle nimel töötada aitavad aga lisaeesmärgid – õppida asi hästi selgeks, et pääseda esinema, et pääseda esinemisel ette ritta või solistik.

AVATUS

Elame muutavas maailmas, pidevalt tuleb valmis olla selleks, et kõik teiseneb, pidevalt tuleb valmis olla uue olukorraga kohanemiseks- (ümber) õppimiseks. Tantsutund saab ise olla selliseks avatud maailmaks, kus igas tunnis võib midagi uut ja põnevat juhtuda, samas saab tantsulise liikumise kaudu läbi mängida ka dünaamilisi situatsioone ja omandada seega kogemus nendega toimetulekuks.

Valmisolek muudatusteks

Tantsutund võiks olla koht, kus sageli midagi hoopis uut ja huvitavat tehakse. See ei muuda populaarseks mitte üksnes seda tundi, vaid aitab kaasa suhtumise kujunemisele, mis peab uut ja teistsugust põnevaks väljakutseks (mitte ei tekita hirmu senitundmatu ees).

Õpilased võiksid kogeda seda, et mitmed "reeglid" pole tegelikult kindlad seaduspärasused, vaid pigem kokkulepped. Paljusid neist saab muuta, teisendada arendada. Selle illustreerimiseks sobivad mitmed tegevused, mida proovitakse teha uut moodi, modifitseerida, kombineerida ja värskemaks muuta.

Elukestev õpe

Selleks, et õppijal tekiks motivatsioon elukestevaks õppeks, peaks tal olema kogemus, et õppimine on meeldiv ja sisemist rahuldust pakkuv tegevus. Tantsu ja liikumise õppimine on selles mõttes väga tänuväärne, et tulemust on silmaga näha ja sageli tulevad edusammud suhteliselt kiiresti.

Sallivus

Tantsus on palju suundi ja viise. Iga kool või õpetaja võib valida mõne oma lemmikstiili, millega sügavamalt tegelda, ent tantsuõpetus üldhariduses peaks andma kindlasti ka laia ülevaate väga erinevatest stiilidest ja suundadest. Oluline on negatiivsete hinnangute vältimine (ah, need iluvõimlejad! või ah, need breikarid!). Erinevate stiilide proovimine aitab neid mõista.

Kuna iga inimene on erinev, siis on ka individuaalne liikumine, eriti vaba eneseväljendus tantsu kaudu, väga individuaalne.

See loob suurepärased võimalused õpilaste sallivuse arendamiseks – erinevustesse ja originaalsusesse suhtutakse kui väärtusesse, peagi õpivad õpilased ise neid väärtustama ja omapärasust eesmärgiks seadma.

Üldoskuste saavutamine tantsu kaudu

FUNKTSIONAALNE KIRJAOSKUS

Nii liikumise iseloomu kui rütmi saab edasi anda mitmesuguste märgisüsteemidega. Sellised graafilised süsteemid on vajalikud ka laste omaloomingulises tegevuses – näiteks skeeme, mis seletavad tantsijate paigutust erinevatel joonistel ja ümberpaigutamisi.

Olenemata sellest, millist tantsu üleskirjutamise süsteemi kasutatakse, on liikumise ülesmärkimine (ja seos muusika ja taktimõõduga) tegevus, mis arendab funktsionaalset kirjaoskust.

Nii tantsu õppimine kui õpetamine eeldab efektiivset kommunikatsiooni väga mitmel tasandil – lisaks verbaalsele on siin väga oluline muidugi mitteverbaalne aspekt – võime liigutuste, žestide ja ilme kaudu suhelda.

MÕTLEMINE

Tants arendab mõtlemisoskust, mälu, analüüsi ja sünteesioskust. Suutlikkus mingeid liikumisi jäljendada nõuab arenenud taju ja samas arendab taju. Visuaalse sisendi analüüs vaimselt ja vaimse sisendi muutumine kinesteetiliseks tegevuseks on protsessid, mis arenevad just tantsu ja liikumise kaudu.

Tantsutunnis kasutatakse väga sageli analüüsi ja sünteesi – mingi terviklik kombinatsioon jaotatakse üksikuteks sammudeks, neid omakorda analüüsitakse nii jalgade, keha, käte kui pea töö osas, siis sünteesitakse liigutus tervikuks ning liigutused kombinatsiooniks. Tegevus, mida mõnedel lastel kehalise liikumise kaudu on kõige lihtsam omandada, on ülekantav mitmesugustesse teistesse situatsioonidesse – esilagu keerukana näivaid terviktegevusi saab lihtsustada analüüsi teel. See on praktiline ja laste jaoks arusaadav tegevus, ka üsna väikesed lapsed on peagi võimelised ka omaloodud liikumiskombinatsioone (näiteks teistele õpetamiseks) analüüsima, samuti mõistavad nad seda, et õppimise ebaedu võib olla tingitud mitte ülesande liigsest keerukusest, vaid sellest, et õpetaja/ õppija ei suuda seda küllalt hästi organiseerida.

Tants treenib ka mälu, loogikat (näiteks kombinatsiooni sooritamise peegelpildis).

Koordinatsioon, kehatunnetus, tasakaal ja rütmitunne nõuavad kõrgel tasemel ajutegevust ja ka arendavad aju (samuti kui näiteks peenmotoorika käsitööl või pillimängul). Selline treening arendab aju võimet luua seoseid, eripedagoogikas kasutatakse rütmikat ja loovtantsu tegevusteraapias, mille eesmärgiks on muuseas ka vaimne rehabilitatsioon.

TÖÖTAMINE

Individuaalne töö

Töö vajalikkus, see, et harjutamine tagab edu ja see, et töö ja õppimine võib samas olla ka rahuldust pakkuv meelelahutus – see kõik avaldub hästi tantsutreeningutes. Soov mingi element ära õppida, mingit harjutust paremini sooritada – see on juba küllaldane sisemine motiveerija paljude laste jaoks. Muidugi aitab töö efektiivsuse suurenemisele kaasa ka väline motivatsioon – võimalus osaleda näiteks tantsupeol või "Koolitantsul", võimalus pääseda esiritta või solistik.

Koostöö

Tants, eriti paaris- ja grupitants, ongi koostöö – individuaalsest särast jääb siin väheseks. Koos harjutades, eriti siis, kui on mingi väljund või eesmärk, näiteks esinemine, sõltub edu igaühel eraldi ja kõigist koos.

Ehkki iga inimene on erinev, tuleb rühmakavade puhul püüda kõike võimalikult ühtlaselt teha. See polegi nii lihtne ülesanne – tuleb ennast teistega kohandada.

Gruppides tantsulisi (loov)ülesandeid täites peab igas sellises grupis välja kujunema efektiivne koostöömudel, mis on suunatud antud ülesande täitmisele (mitte näiteks vaidlemisele või grupisiseste võimujoonte paikapanemisele).

Tantsulise tegevuse juures on rütm selleks seaduseks, mis määrab koos tegutsemise tempo. Liigne kiirustamine või mahajäämine pole siin võimalik. Rütmi ühisel tajumisel ja loomisel võib tekkida meie-tunnetus, tunnetus, et ollakse osa ühest suuremast organismist. Kui sellega käivad kaasas meeldivad emotsioonid ja soe õhkkond, tekitab selline meie-tunne ning ühtekuuluvus turvalisust ja annab jõudu.

Valdkondlike "kirjaoskuste" saavutamine tantsu kaudu

KEELED

Tantsutunde või läbi viia ka võõrkeeles. Sellest on kasu nii võõrkeeleeõppe algetapis – treeningul omandatakse praktiliselt numbrite loendamine, kehaosade nimed, suunad (otse, paremale, üles jne), kui ka edasijõudnud keeleõppijate juures – eelpoolloetletu kinnistamine ja täiendamine (täpsemad kehaosad, näiteks randmed, küünarvars jms), emotsioone kirjeldav sõnavara, muusika ja tantsuga seondud sõnavara jne.

Pole oluline, kas tundi viib läbi võõrkeelt valdav tantsuõpetaja või tantsimisega tegelev võõrkeeleõpetaja – selline tund (kursus) toob elevust mõlemal alal. Kuna tegevus on füüsilis-praktiline, on võimalik selliste kommunikatiivsete meetodite kasutamine, mille puhul kogu õppetöö viiakse läbi võõrkeeles – semantilist seost aitab luua reaalne kontekst.

Tantsu ja võõrkeele integreerimisel võiks kasutada ka võõrkeelset muusikat, ühendada liikumine ja võõrkeel veel ka lauluga. Laulumängud on väga head sõnavara omandamiseks, kinnitamiseks, aktiveerimiseks.

MATEMAATIKA

Matemaatika algõpetuses aitab tantsuline tegevus kaasa loendamise omandamisele, samuti aitab lastel praktiliselt mõista mitmesuguste aritmeetikaterminite olemust (näiteks "liidame sellele kombinatsioonile kätetöö" või "teeme seda hüpet neli korda").

Trigonomeetria abil saab seletada nii kehaosade omavahelist asendit kui keha paiknemist ruumi või teiste kehade suhtes ("käed on 45° nurgaga kõrval all", "teeme 180° pöörde vasakule" "partnerid seisavad nurkselt 90°"). Samas annavad sellised seletused trigonomeetritele terminitele praktilise rakenduse ja aitavad neid materialiseerida.

Geomeetria aitab samuti selgitada nii keha kui ruumiga seonduvat ("liigume diagonaalis/ ringselt/ mööda ruutu", "jalg joonistab põrandal ringi") ning teiselt poolt geomeetriatermineid reaalse eluga seostada.

IKT

IKT vahenditega saab koguda tantsualast infot. Arvuti avardab võimalusi tantsulise liikumise ülesmärkimiseks. Kasutada võib nii olemasolevaid liigutuste kirjeldamise süsteeme kui leiutada uusi (ja analüüsida nende plusse ja miinuseid). Videosisendi abil saab analüüsida tantsutunde, vaadelda mõnda löiku aeglaselt, et näha, mida tehti õigesti, mida mitte. Arvuti aitab ka luua uusi liikumisi, näiteks mängides lindistusi "tagurpidi" jms.

LOODUSAINED

Tants seostub loodusainetega mitmeti. Keha liikumine ruumis on otseselt määratud ühelt poolt füüsikaseadustega ja teiselt poolt organismi ehitusliku eripäraga. Selleks, et hästi tantsida, on hea mõlemaid seaduspärasusi praktiliselt (ja soovitatavalt mingil määral ka teoreetiliselt) tunda. Samas on lastel, keda paelub tants, aga pole suuremat huvi loodusteaduste vastu, võimalik just tantsu kaudu ka loodusteaduste vajalikkuse tunnetamiseni jõuda.

Ökoloogia

Säästliku arengu idee tunnetamiseks on lastel vaja mõista, et inimene kuulub ühe osana loodusesse kui süsteemi. Tantsu, eriti grupis- ja paaris liikumine kaudu on võimalik tunnetada seda, kuidas "süsteemi" üks osapool ülejäänut mõjutada võib.

Ökoloogilistel temadel on võimalik luua ka improvisatsioone ja tantsukombinatsioone.

Keemia

Tantsutunnis saab rääkida olmekeemiast – näiteks kanga (treening- või esinemisriietus) omadused – õhu läbilaskvus, määrdumine, reageerimine niiskusele jms).

Keemia teemasid on võimalik ka "läbi tantsida" näiteks põlemist, lahustumist, tantsijate grupp võib "moodustada" mõne orgaanilise ühendi struktuuri jne. – see on personaalne tegevus, mis võib anda uue tunnetuse ja võib-olla tekitada tantsuhuvilistel uudishimu reaalinete vastu ja reaalinete huvilistel jälle tantsu vastu.

Füüsika

Füüsika, eriti mehaanika ja kineetika, on tantsuga tihedalt seotud – liigume füüsilises ruumis. Newtoni seaduste näitlikustamisel on väga hea kasutada "praktilisi katseid oma kehaga". Mitmeid füüsikalisi mõisteid saab tantsutunnis praktilisel ja emotsionaalselt avada (näiteks: raskusjõud, inerts, jõuõlg, trajektor jne ...). "Enda peal saab ära proovida" näiteks tasakaalu vähendatud tasapinnal, tsentripetaal- ja tsentrifugaaljõu pööretel jne.

Bioloogia (geneetika)

Tantsu võimalused on seotud inimkeha ehitusega – pole võimalik sooritada kõikvõimalikke liigutusi, füsioloogia seab siin oma piirid. Oma keha tunnetamine on seotud selle tundmisega – nii jõu kui painduvuse arendamisel on hea, kui teatakse üldjoontes skeleti ja lihaskonna ehitust. See aitab seletada näiteks seda, miks tuleb treenida ja venitada nii agoniste kui antagonistide, milliste lihaste treenimine on vajalik hea rühi saavutamiseks, miks tuleb tarbida vedelikku, mis on hüpooglükeemia jne ...

Ka bioloogia termineid ja teooriaid on võimalik "läbi tantsida" näiteks kujutada liikumises DNA sünteesi vms.

SOTSIAALAINED

Ajalugu

Tantsu (ja seda saatva muusika, samuti kantava kostüümi) abil saab "sisse elada" erinevatesse ajastutesse. Eesti ajalugu, kultuuri ja elutunnetust kannavad edasi rahvatantsud. Ka teiste riikide ajalugu, samuti erinevate ajastute eripära, avaneb ilmekalt läbi ajastule iseloomulike liikumiste. Neid liikumisi võib nii praktiliselt omandada kui ka nendega video vms abil tutvuda. Ka ajaloosündmusi on võimalik "läbi tantsida".

Kui integreerida ajalookursus ande- ja oskusainetega (kirjandus, kunst, draama, muusika, tants), siis loob selline õppimisviis palju individualiseerimise võimalusi. Oma personaalse ettekujutuse käsitletavast ajastust saavad enda jaoks luua mitmesuguse mõtlemis- ja infotöötamise tüübiga õppijad. Huvialaga seoste loomine aitab tekitada huvi ka õpitava ajalooajastu kohta, samuti on sellise õppimise tulemusena saadud teadmised terviklikumad ja süsteemsemad, püüdes seetõttu ka paremini meeles ning luues nii aluse ka uute teadmiste seostamiseks.

Ajalookursuse läbiviijad võiksid kursuse ilmestamiseks, õpitu süvendamiseks ja kinnitamiseks laiendada õpilaste võimalusi hinde saamiseks. Näiteks võiks mõne riigi (ajastu) käsitlemisel võimaldada õpilastel arvestusliku või kokkuvõtva hinde saamiseks kirjaliku töö kõrval (asemel) esineda näiteks tollest ajastust (sellelt maalt) pärit tantsuga.

Ühiskonnaõpetus

Mitmed ühiskonnaõpetuse põhimõisted on tantsuga seostatavad – näiteks treeninguid, samuti õppijate omaloomingulisi projekte saab juhtida nii autokraatlikult kui demokraatlikult, üsna lihtne on praktiliselt läbi proovida mõlema juhtimisstiili plusse ja miinuseid sõltuvalt situatsioonist.

Majandus

Rahvatantsuvaramus on palju selliseid tantse, milles matkitakse teatud töid ja tegevusi (kasvõi vana tuntud "Lähme rukist lõikama"). Tantsu kaudu saab eriti algklassides läbi mängida ka majandustegevusi – ostu, müüki, mitmesuguseid töid.

Teiselt poolt on võimalik näiteks tantsuetenduse korraldamisel tegelda ka reaalsete majandusküsimustega – kostüümide valmistamine ja selleks tehtavad kulutused, ruumide üür, valgustus, piletite levitamine jms. Selliste väikeste ürituste organiseerimisega saavad lapsed ettekujutuse majandusmehhanismidest, eelarve tasakaalust, reklaamis rollist jms.

Perekonnaõpetus

Tants on paljuski suhtlemine ja rollimäng. Grupitunnetuse ja soorollide kujundamisel võib kasutada mitmesugust tantsulist tegevust.

Paaritantsus (nii rahvatantsus, seltskonnatantsudes jms) on oluline just soorollide kohane käitumine – enese näitamine, partneriga arvestamine ja ka soostereotüübi kohane käitumine (poiss juhib partnerit, tüdrukuid valitakse ja kutsutakse tantsule, poiss näitab oma jõudu ja osavust, tüdruk ilu ja osavust). Tantsule palumise ja tantsu lõpetamise rituaalide abil õpitakse kombeid ja etiketti.

Psühholoogia

Tantsu abil saab väljendada mitmesuguseid tundeid. Tants ka arendab võimet tunnetada oma ja teiste emotsioone. Tantsu abil saab avastada iseennast – otsida oma temperamentitüübile sobivat liikumist ja muusikat ja väljenduslaadi.

Samas loob tants võimalusi ka rollimängudeks – see loob võimaluse proovida olla keegi teine, käituda mõne teistsuguse rolli kohaselt. Kaasamõtlemine ning võõrasse rolli sisseelamine aitab arendada empaatiavõimet ja see aitab erinevustesse ka sallivamalt suhtuda.

Geograafia

Erinevate riikidega tutvumise juurde võiks kuuluda ka selle maa (rahva)tantsu õppimine (või sellega video vms abil tutvumine).

Kui integreerida geograafia ande- ja oskusainetega (tutvuda paralleelselt riigi geograafilise asendiga ka selle maa kirjanduse, kunsti, draama, muusika ja tantsuga), või – veelgi parem – tuua sisse ka ajaloolis-poliitiline mõõde, siis loob selline õppimisviis palju individualiseerimise võimalusi. Oma personaalse ettekujutuse käsitletavast ajastust saavad enda jaoks luua mitmesuguse mõtlemis- ja infotötluse tüübiga õppijad. Huvialaga seoste loomine aitab tekitada huvi ka õpitava maa vastu. Sellise õppimise tulemusena saadud teadmised on terviklikumad ja süsteemsemad, püsides seetõttu ka paremini meeles ning luues nii aluse ka uute teadmiste seostamiseks.

Tervikmuljet aitab süvendada kasutatav muusika ja vokaalmuusika puhul ka keel (geograafia kursuse tantsuga integreerimisel võiks kasutada rahvuskeelset muusikat).

Geograafiakursuse läbiviijad võiksid kursuse ilmestamiseks ja õpitu süvendamiseks ja kinnitamiseks laiendada õpilaste võimalusi hinde saamiseks. Näiteks võiks mõne riigi käsitlemisel võimaldada õpilastel arvestusliku või kokkuvõtva hinde saamiseks kirjaliku töö kõrval (asemel) esineda näiteks selle maa (rahva)tantsuga.

KEHALINE KASVATUS

Tants ja rütmika võivad olla osa kehalisest kasvatuses, aga neid võib õpetada ka iseseisva aina – erinevalt kehalisest kasvatuses, kus on oluline liikumise tervist arendav, samuti sportlik-võistluslik külg, on tants üks kaunitest kunstidest.

Kehaline kasvatus arendab inimese füüsilist poolt ja tasakaalustab selle abil tänapäeva istuvat eluviisi ja kooli kui peamiselt intellektuaalse tegevuse kohta. Tants täidab sedasama ülesannet, kuid lisaks füüsilisele on selles ka vaimseid ja artistlikke elemente.

Kehaline kasvatus seostub ka terviseõpetuse ja füsioloogia tundmisega – kuidas tantsida nii, et vältida vigastusi, kuidas toituda õigesti, kuidas taastuda pärast tantsutreeningut, kuidas arendada painduvust ja kiirust jne.

KUNSTID

Kirjandus

Kirjanduslikke süžeesid saab edasi anda ka tantsukeeles. Koostöös kirjanduse õpetajaga võib pantomiimide/tantsuimprovisatsioonide loomiseks kasutada kirjandustunnis käsitletavaid materjale (muistendid, lood, luuletused).

Samas on võimalik tantsu anda edasi verbaalselt – kirjeldades oma ja kaaslaste tantsukogemusi, nähtud tantsuetendust, oma kujutlust (näiteks mingi loo, meelolu, foto, muusikapala või muuga seotud) tantsust.

Kui tantsu saadab vokaalmuusika, siis on siin põimunud mitmed kunstiliigid. Eriti etnograafilise materjali puhul ei saa tõmmata täpseid piire, kust algab või lõppeb tants, laul või muusika – näiteks laulumängus osalejad teevad kõike kolme korraga.

Liikumist saatva laulu sõnum võib olla üks osa tervikust. Ta võib tantsu toetada ja sõnumit võimendada, olla lihtsalt meeleolu loojaks või ka segajaks (juhul kui tants ja laulusõnad absoluutselt kokku ei sobi).

Muusika

Muusika ja tants on tihedalt seotud. Isegi kui liikuda ilma muusikasaateta, moodustab liigutuste rütm siiski teatud muusika.

Kui tantsu saadab vokaalmuusika, siis on siin põimunud mitmed kunstiliigid. Eriti etnograafilise materjali puhul ei saa tõmmata täpseid piire, kust algab või lõppeb tants, laul või muusika – näiteks laulumängus osalejad teevad kõike kolme korraga.

Tantsu kaudu saab tunnetada erinevate muusikapalade rütmi ja rütmitunnet arendada, anda edasi muusika dünaamikat ja meeleolu. Muusikale sobiva liikumise leidmine või loomine (nii konkreetse tantsu loomisel kui improviseerimisel) arendab õpilaste loovust ja seostamisoskust. Võimalik on ka vastupidine – liigutustele sobiva muusika leidmine või liigutuste põhjal muusika loomine. Muusika järgi improviseerimine ning emotsioonide välja tantsimine on (hea juhendamise korral) ka teraapiline tegevus.

Kunst

Kujutava kunsti süžeesid saab edasi anda ka tantsukeeles. Koostöös kunstiõpetajaga võib pantomiimide/tantsuimprovisatsioonide loomiseks kasutada kunstiõpetuses käsitletavaid materjale. Näiteks on võimalik "moodustada inimskulptuur" mõnest kujutava kunsti teosest ja see siis "elustada", gümnaasiumiastmes on võimalikud ka keerukamad ülesanded – näiteks mingi osa õpilastest peab tantsu abil kujutama kolme maailmakuulsat maali ja teised ära arvama, milliste maalidega tegemist on.

Kunstitunnis saab kujutada liikuvaid ja tantsivaid inimesi. Realistlikus laadis on see muidugi keeruline ülesanne, aga mitmesuguste tehnikate abil ja vabamas laadis võib see olla laste jaoks põnev ülesanne.

Võimalik on ka kaudsemate seoste loomine – mingi kunstiteose meeleolude põhjal tantsu(improvisatsiooni) loomine või tantsu põhjal kunsti loomine (eesmärgiks mitte tantsijate või liikumise kujutamine, vaid pigem meeleolu vms edasiandmine).

Draama

Lavaline liikumine (sh lavatants) on üks draama osa. Tantsu kaudu saab edasi anda süžeed, on mitmeid teooriaid (Stanislavski koolkond, Alexandri tehnika) lavalise liikumise kasutamisest, seosest emotsioonide ja rolliga jms.

Kui koolis tegeldakse nii draama kui tantsuga, siis saab neid esinemistel ühendada ja mõlemaid komponente ilmutada.

Tants

Tantsu saab integreerida erinevate valdkondadega, selle abil saab aidata kaasa erinevate oskuste ja omaduste arenemisele.

Samas on olemas ka spetsiifiline "tantsualane kirjaoskus", mida saab küll arendada ka teiste distsipliinide kaudu, kuid kõige otstarbekam ja tulemuslikum on see siiski spetsiaalse tantsuõpetuse kaudu.

Selleks, et inimene suudaks ennast liikumise kaudu väljendada, teiste loodud liikumisi jäljendada ja õppida ning enda loodud liikumisi õpetada, on vajalik kehatunnetus, "kehakool".

"Kehakool" baseerub oskustel ja vilumustel – selleks, et sooritada keerukamaid liikumisi, on vaja teatud "baasi" liikumistest, mis on omandatud juba automatiseerumise tasemel. Baassüsteeme on erinevaid – need võivad põhineda klassikalisel tantsul (näiteks Vaganova meetod), moderntantsul (näiteks Humphrey või Limoni koolkond), võimlemisel (näiteks Iida kehakool või aeroobika) – valikuvõimlusi on palju. Olenemata sellest, kas harrastatakse rahvatantsu, võistlustantsu, moderntantsu, breiki või mõnd muud stiili, on tulemused paremad juhul, kui õpilastel on ka vähemalt elementaarne tantsu- ja liikumisealane kirjaoskus.

Selline kirjaoskus aitab kaasa ka mõtteseoste efektiivsemaks muutmisele (näiteks mingi kombinatsiooni jäljendamisel saab liikumist "sõnadesse tõlkida" efektiivsemal viisil – selle asemel, et mõelda "astun paremaga ette, vasak tuleb korraks juurde ja raskus kohe jälle paremale jalale, samm vasakuga, hüpe - parem jalg läheb ette, vasak taha, käed on kumeralt ülal, nii et silmad neid veel näevad, küünarnukist kõverdatud, peapesad sisse suunatud, sõrmed veidi kõverdatud, keskmine sõrm veidi seespool kui teised" võib selle info kokku pakkida "klassika keelde" (shossé? Kas ma kirjutasin õigesti? ja grand jeté paremast, käed III) või "iluvõimlemise keelde (juurdevõtusamm ja sammhüpe paremast) või ... loomulikult saab niimoodi paremini ja täpsemalt meelde jätta pikemaid kombinatsioone.