

# Pärimustantsud ja laulumängud esimeses kooliastmes

Liikumisõpetajate suvekool LIISU 2018

Jõulumäel

19. 06. 2018

Rita Veeremets

## Pärimustantsud:

### **1. Kassariik** *Jõelähtme*

Osavõtjaid: vaba arv paare

Lähteasend: sõõr, paarilised kõrvuti, käed all ühendatud.

#### A

Sõõr liigub kõnnisammudega vastupäeva ja päripäeva

#### B

„Tantsijad seisavad paigal, kuid üks põimub vastupäeva, kuni saab korra ringi käidud”

### **2. Kalamies** *Kihnu*.

Osavõtjaid: vaba arv paare.

Lähteasend: tantsijad on sõõris, käed all.

Põhisammud: kõnnisammud ja vahetussammud.

#### A Suur sõõr

1-8 Tantsijad liiguvad sõõris 8 vahetussammuga päripäeva ja

1-8 8 vahetussammuga vastupäeva. Lõpus paarilised pöörduvad rinnati.

#### B Vahetussammud paigal

9-16 Paarilised on ringjoonel rinnati, ühekäevõttes (vt joonist).

Vasaku jalaga alustades tantsitakse 16 vahetussammu paigal, pöörates kord üht, kord teist külge paarilise poole.

#### C Käevangus pöörlemine

17 2 käteplaksu ja

18-25 paremkäe vangus pööreldakse 16 kõnnisammuga päripäeva.

17 2 käteplaksu ja

18-25 vasakkäevangus pööreldakse 16 kõnnisammuga vastupäeva.

### 3. Kupparimuori *Kuusalu*

Osavõtjaid: vaba arv paare.

Lähteasend: tantsijad on kodarjoonel kõrvuti käevangus, esipoolega vastupäeva.

Põhisammud: kõnnisammud ja polkasammud paigal.

#### A Kõndimine

1-4 kordus 16 kõnnisammuga liigutakse ringjoonel vastupäeva. Lõpus vallandatakse võte ja paarilised pöörduvad kodarjoonel rinnati, tüdruk paneb käed puusale, poiss vaheliti rinnale.

#### B Polka paigal ja käevangus pöörlemine

5-8 Alustades vasaku jalaga samm kõrvale, seejärel parem jalg vasaku juurde astakusse jne; sammud tehakse põlvist kergelt nõtkudes

9-12 8 kõnnisammuga pööreldakse paremkäevangus paigal päripäeva.

5-12 Kordub, kuid nüüd pööreldakse vasakkäevangus vastupäeva.

### 4. Siisik *Kodavere*

Osavõtjaid: 4 paari.

Lähteasend: paarid on nelinurgas, paarilised kõrvuti sisekäevõttes.

Põhisammud: põlvist nõtkuvad kõnnisammud, käärhüpped.

#### A Kokku käimine

1-4 Peapaarid (nr 1 ja 3) lähevad 3 lühikese nõtkuva kõnnisammu ja lõppsammuga teineteisele vastu ning taganevad samamoodi oma kohale tagasi.

1-4 Külgpaarid (nr 2 ja 4) kordavad peapaaride tegevust.

#### B Käärhüpped

5-6 Tantsijad vallandavad võtte ja kõik teevad paigal 2 käärhüpet (esimese hüppega viiakse ettepoole vasak jalg) ja

7-8 4 kiiret käärhüpet.

5-8 Kordub, kuid viimase hüppega tuuakse jalad kokku.

Märkus: Lähteasendiks võib olla ka kahepaarised vastasviirud. Sellisel juhul tantsivad A-osa kõik osavõtjad kaks korda.

## 5. Kolmõgeski kaarassim *Setumaa*

Osavõtjaid: 3 tantsijat (1 poiss ja 2 tüdrukut või 3 tüdrukut).

Lähteasend: tantsijad on ringjoonel järjestikku esipoolega vastupäeva, käed ühendatud all pihkseongus. Suurel ringjoonel võib olla mitu kolmikut

Põhisammud: lühikesed põlvist nõtkuvad pooljooksusammud (2 sammu taktis).

### A Ringjoonel vastupäeva

1-4 kordub Lühikeste pooljooksusammudega liigub kolmik ringjoonel vastupäeva. Lõpuks jäädakse seisma esipoolega ringi keskme poole.

### B Väravad

5-8 Poiss ja tüdruk nr 2 teevad värava, mille tüdruk nr 1 lühikeste jooksusammudega läbib ja läheb oma kohale tagasi. Ka poiss teeb täispöörde vastupäeva tüdruku järel värava alt läbi minnes.

5-8 Poiss ja tüdruk nr 1 teevad värava, mille tüdruk nr 2 lühikeste jooksusammudega läbib ja läheb oma kohale tagasi. Ka poiss teeb täispöörde päripäeva tüdruku järel värava alt läbi minnes.

Märkus: Algjooniseks võib olla ka igal kolmikul oma sõõr. Sel juhul vallandavad tüdrukud A-osa viimasel taktil omavahel käed ja kolmik moodustab B-osa alguseks kaare.

## 6. Üks-kaks-kolm-neli-viis-kuus-seitse *Audru*

Osavõtjaid: vaba arv paare

Lähteasend: paarilised kodarjoonel kõrvuti, sisekäevõttes, väliskäed on puusal.

Põhisammud: järelsammud (2 järelsammu taktis) aeglased vahetussammud (põlvist nõtkudes või ilma nõtkumata) ja hüpaksammud (2 hüpaksammu taktis).

### A Järelsammud edasi-tagasi

1-2 Välisjalaga alustades liiguvad tantsijad 3 järelsammuga ringjoonel vastupäeva, lõpus välisjalaga kõnnisamm edasi koos poolpöördega teineteise poolt ja käevahetusega.

3-4 Sisejalaga alustades liiguvad tantsijad 3 järelsammuga ringjoonel päripäeva, lõpus sisejalaga kõnnisamm edasi koos veerandpöördega teineteise poole.

### B Vahetussammud ja lahkupööre

5 Paarilised kodarjoonel rinnati, käed kätes. 1 vahetussamm ringjoonel vastupäeva ja 6 sama päripäeva.

7-8 Võte vallandatakse ja paarilised teevad 4 hüpaksammuga 1 või 2 täispööret kohapeal lahku (tüdruk päri- ja poiss vastupäeva).

5-8 Kordub

## 7. Neljäpuari *Kihnu*

Osavõtjaid: paarisarv tantsupaare

Lähteasend: tantsijad on kahe paari vankervõttes (paarilised käsikäes, väliskäed on sirgelt tahapoole suunatud ja ühendatud tagumise paari väliskätega) esipoolega ringjoonel vastupäeva.

Põhisammud: päkkastakud ja vahetussammud.

### A Päkkastakud

- 1 Tantsijad teevad välisjalaga päkkastaku ja
- 2 liiguvad 1 vahetussammuga väliskülje suunas.
- 3-4 Sisejalaga alustades korratakse 1-2 takti tegevust, kuid nüüd liigutakse sisekülje suunas.
- 5-8 Korratakse 1-4

### B Kohavahetus

- 9-12 Kahe paari vankervõttes liiguvad tantsijad 4 vahetussammuga ringjoonel vastupäeva.
- 13-16 Paari nr 1 tantsijad vallandavad sisekäevõtte ja paarilised liiguvad 4 vahetussammuga väljastpoolt kaares tagumiseks paariks ning ühendavad uuesti käed sisekäevõttes. Paari nr 2 tantsijad liiguvad samal ajal 4 vahetussammuga ringjoonel vastupäeva.

## 8. Kolmepuari

Osavõtjaid: 3 tantsupaari

Lähteasend: paarid ühel joonel, 2 paari järjestikku ja 1 paar nende vastas. Paarilised on kõrvuti käsikäes.

Põhisammud: kõnnisammud.

### A Vastu käimine

- 1-4 Keskmine paar läheb 4 kõnnisammuga vastas oleva paari ette ja 4 kõnnisammuga taganeb tagasi keskele. Teised paarid seisavad samal ajal.
- 5-8 taktide 1-4 tegevus sellelt paarilt „kellele tuld külla”. Teised paarid seisavad samal ajal. 8 taktil keskmine paar laseb käest lahti ja teeb poolpöörde oma paarilise poole ja ühendab teised käed.
- 9-16 Taktide 1-8 tegevus teise otsmise paariga.

### B Väravatega põimumine

- 1-2 Keskmine paar tõstab käed väravateks ja see otsmine paar, kelle poole oldi poeb väravast läbi. 4 kõnnisammu. Kolmandal paaril paus.
- 3-4 See paar, kes enne puged, tõstab nüüd käed väravateks ja liigub edasi. Kolmas paar poeb väravatest läbi.. See paar, kes otsa jõudis, laseb käest lahti, teeb pool pööret paarilise poole ja ühendab sisemised käed. Teistel sel ajal 4 kõnnisammu edasi.
- 5-16 Taktide 1-4 tegevus kolm korda. Kokku on 8 väravat ja pugemist.

## **Laulumängud:**

### **1. Üks ühte**

Salmi ajal liigutakse kõnnisammudega sõõris edasi, keskel on üks tantsija. Refraani ajal läheb sees olnud tantsija kellegi ette ning plaksutab 3 korda. Seejärel pöörlevad nad paremas käevangus päripäeva. Refraani korrates tehakse 3 plaksu ja pööreldakse vasakkäevangus. Siis vahetavad tantsijad kohad.

### **2. Lapaduu**

Tantsijad ringjoonel, näod keskme suunas, käed ühendatud. Järgitakse sõnu.

1-8 Liigutakse 8 külgsammuga (samm ja juurde) paremale poole.

9-16 Tihedate sammudega jätkatakse liikumist samas suunas.

### **3. Tehke järel!**

*„Ah-ah-haa tral-lal-laa lõbus meil tantsida”*

Sõõr liigub jooksusammudega (kõnni- või hüpaksammudega) paremale. Üks laps ringis sees. Tema liigub vabalt või ringile vastupidiseses suunas.

*„Tehke järel’, tehke järel’, tehke järel’ kõik nii”*

Sõõr jääb seisma ja kõik pöörduvad esipoolega ringi keskmesse. Ringis sees olev laps teeb mingi liigutuse, mida teised vaatavad. Sõnade kordamise ajal teevad kõik sama liigutuse. Seesolija valib järgmise lapse ringi sisse, kes peab järgmise liigutuse tegema.

### **4. Rikka ja vaese mehe mäng**

Valitakse rikas ja vaene. Kõik mängijad peale vaese jäävad ühte viirgu rikka mehega. Liigub rikas 8 kõnnisammuga vaese ette ja tagasi. Siis vaene rikka poole ja tagasi. Uuesti rikas ja vaene sõnadega” kui ei anna, võtan ise” võtab ühe rikka mehe linnu endale. Mäng kordub, kuni vaene mees on kõik rikka mehe linnud enda kätte saanud.

### **5. Me lähme rukist lõikama**

Tantsijad paarikaupa ringjoonel käest kinni, esipoolega vastupäeva. Kõnnitakse ringjoonel.

Lastakse oma paarilisel käest lahti ja otsitakse ruttu uus paariline ja tullakse tagasi ringjoonele.

### **6. Kaks sammu sissepoole**

Tantsijad paarikaupa ringjoonel süldvõttes, poiss näoga vastupäeva, tüdruk päripäeva.

Astutakse 2 külgsammu ringi keskme suunas ja 2 külgsammu tagasi väljapoole. Kordub.

Lastaksekäest lahti. Plaks ees, plaks paremad käed, plaks ees, plaks vasakud käed, plaks ees, plaks paremad käed ja kolme sammuga liigutakse uue paarilise juurde.

### **7. Vargamäng**

## **Rahvaste seltskonnatantsud:**

1. All American Promenade (Kalle-Kusta)

2. Pate cake polka

3. Flying Scotsman

## **Kasutatud kirjandus:**

K. Torop: „Kontratantsud” , „Viron vakka 105 eesti rahvatantsu”

