Muudetud direktori käskkirjaga nr 1-3/5 12.09.2016; 1-3/12 31.08.2020; 1-3/5 05.05.2022; 1-3/14 30.08.2024

RANDVERE KOOL

Randvere Kooli ainekava **TOIMETULEKU ÕPE**	Ainevaldkond: Valikaine-rütmika	Õppeaine: rütmika
Kooliaste: I-III arengutase		
Õppeaine kirjeldus:		
Rütmikas ühendatakse kehalisest kasvatusest tuttavad harjutused muusika ja rütmiga. Rütmitunde aluseks on lihaste liigutustele tugineva korrapärase liikumise tunnetamine. Muusika rütmiline külg organiseerib psüühikat. Liigutused muusika saatel ja rütmiline liikumine arendavad õpilaste füüsilisi võimeid, aktiveerivad psüühilisi protsesse, aitavad kaasa õpilaste enesetunnetuse kujunemisele, tõstavad meeleolu ning arendavad verbaalse ja mitteverbaalse suhtlemise oskusi. Rütmikatunnis kasutatakse kehatunnetus-, kontakti- ja suhtlemisharjutusi, luuletusi, laulu- ja ringmänge, tantse ja pillimängu. Õpitud tantsude ja mängudega esinetakse üritustel. Jõukohaste ja mänguliste muusikalis-rütmiliste liikumistegevuste kaudu toetatakse õpilaste huvi erilaadsetes tegevustes osalemise vastu. Kujuneb õpilaste positiivne suhtumine kaaslastesse, ümbritsevasse keskkonda ja tegutsemisse. Muusikalis-rütmiliste liikumistegevuste, sh tantsimise käigus arenevad koostööoskused. Õpilasi suunatakse tajuma ja mõistma enda võimeid. Kujunevad oskused ja harjumus eesmärgi		

RANDVERE KOOL

saavutamiseks järjepidevalt ennast arendada. Õpilased arvestavad tegutsemisel kokkulepitud reeglitega, alluvad distsipliinile ja on valmis tegutsema eesmärgi saavutamise nimel.

Kujundatakse hügieeni- ja korraharjumusi.

Rütmika soovituslikus ainekavas on õpitulemuste saavutamiseks kirjeldatud tegevusi neljas liikumisvaldkonnas:

- Keha- ja ruumitunnetusharjutused, rühi- ja tasakaaluharjutused.
- Koordinatsiooniharjutused.
- Sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavad harjutused.
- Vaimne ja kehaline tasakaal.

Muudetud direktori käskkirjaga nr 1-3/5 12.09.2016; 1-3/12 31.08.2020; 1-3/5 05.05.2022; 1-3/14 30.08.2024

RANDVERE KOOL

Muudetud direktori käskkirjaga nr 1-3/5 12.09.2016; 1-3/12 31.08.2020; 1-3/5 05.05.2022; 1-3/14 30.08.2024

RANDVERE KOOL

KEHA- JA RUUMITUNNETUSHARJUTUSED, RÜHI- JA TASAKAALUHARJUTUSED - õpitulemused

I arengutaseme lõpuks	II arengutaseme lõpuks	III arengutaseme lõpuks
Õpilane: • sooritab koostegevuses ja/või eeskuju järgi lihtsamaid keha- ja ruumitunnetuse ning rühi- ja tasakaaluharjutusi; • sooritab koostegevuses erisuunalisi liigutusi ja liigutuste ahelat; • osaleb koostegevuses lihtsamates õpitud ring-, laulu- ja tantsumängudes; • liigub roomates, põlvedel ja neljakäpukil;	Õpilane: • sooritab iseseisvalt õpitud ja jõukohaseid keha- ja ruumitunnetuse ning rühi- ja tasakaaluharjutusi; • sooritab juhendamisel / juhendi järgi erisuunalisi liigutusi ahelas; • tunneb ära õpitud harjutusi ja tegevusi saatva muusika; • liigub kooskõlas muusikaga;	Õpilane: • sooritab rühi- ja tasakaaluharjutusi vajalikus rütmis ja tempos; • sooritab iseseisvalt õpitud tantsusamme, • improviseerib tantsu muusika järgi; • oskab tantsule paluda, tantsu lõpetada.

RANDVERE KOOL

• kõverdab ja sirutab käsi, pigistab rusikasse, plaksutab;	• sooritab õpitud kehatunnetusharjutusi eeskuju järgi ning vajalikus rütmis ja tempos.	

KEHA- JA RUUMITUNNETUSHARJUTUSED, RÜHI- JA TASAKAALUHARJUTUSED - õppesisu

I arengutaseme lõpuks	II arengutaseme lõpuks	III arengutaseme lõpuks

KOORDINATSIOONIHARJUTUSED - õpitulemused

I arengutaseme lõpuks	II arengutaseme lõpuks	III arengutaseme lõpuks
Õpilane: • osaleb koostegevuses rivi ja ringjoone moodustamisel; • õpib märkama oma kohta harjutuste sooritamisel;	*Õpilane:* • teab oma kohta rivis ja ringjoonel ning suudab seda hoida tantsimisel, harjutuste sooritamisel; • tunneb ära õpitud harjutusi ja tegevusi saatva muusika;	*Õpilane:* • osaleb juhendamisel erinevate tantsujooniste moodustamisel; • improviseerib tantsu muusika järgi; • 3) sooritab koordinatsiooniharjutusi vajalikus rütmis ja tempos.

RANDVERE KOOL

• liigub erineva rütmiga ja tempoga muusika saatel; • liigub ringis;	• liigub kooskõlas muusikaga;	

KOORDINATSIOONIHARJUTUSED - õppesisu

I arengutaseme lõpuks	II arengutaseme lõpuks	III arengutaseme lõpuks

SOTSIAALSET JA EMOTSIONAALSET ARENGUT TOETAVAD HARJUTUSED - õpitulemused

I arengutaseme lõpuks	II arengutaseme lõpuks	III arengutaseme lõpuks
Õpilane: • osaleb koostegevuses rivi ja ringjoone moodustamisel; • õpib märkama oma kohta harjutuste sooritamisel; • liigub erineva rütmiga muusika saatel;	Õpilane: • teab oma kohta rivis ja ringjoonel ning suudab seda hoida tantsimisel, harjutuste sooritamisel;	Õpilane: • osaleb juhendamisel erinevate tantsujooniste moodustamisel; • sooritab iseseisvalt õpitud tantsusamme, oskab ette näidata lihtsamaid tantsuliigutusi;

RANDVERE KOOL

• tunneb ära erinevate harjutuste ja tegevustega kaasnevat muusikat; • osaleb koostegevuses lihtsamates õpitud ring-, laulu- ja tantsumängudes; • esineb koostegevuses õpitud ringmängudega ühisüritustel; • sooritab sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavaid harjutusi koostegevuses, imiteerimise, näidise, instruktsiooni (verbaalne/alternatiivsete vahenditega) järgi;	• tunneb ära õpitud harjutusi ja tegevusi saatva muusika; liigub kooskõlas muusikaga; • osaleb laulu- ja tantsumängudes ning liikumiskavades; • tunneb ära õpitud rahvatantsu ja tantsib seda kaasa; • esineb õpitud ring-, laulu- ja tantsumängudega ning liikumiskavadega kooli üritustel;	• improviseerib tantsu muusika järgi; • oskab tantsule paluda, tantsu lõpetada;

SOTSIAALSET JA EMOTSIONAALSET ARENGUT TOETAVAD HARJUTUSED - õppesisu

I arengutaseme lõpuks	II arengutaseme lõpuks	III arengutaseme lõpuks

Muudetud direktori käskkirjaga nr 1-3/5 12.09.2016; 1-3/12 31.08.2020; 1-3/5 05.05.2022; 1-3/14 30.08.2024

RANDVERE KOOL

VAIMNE JA KEHALINE TASAKAAL - õpitulemused		
I arengutaseme lõpuks	II arengutaseme lõpuks	III arengutaseme lõpuks
Õpilane: • sooritab koostegevuses ja/või eeskuju järgi lihtsamaid sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavaid harjutusi; • sooritab koostegevuses ja/või eeskuju järgi sirutus- ja lõdvestusharjutusi, naudib lõõgastumist; • märkab suunamisel enda põhiemotsioone.	Õpilane: • sooritab paaris õpitud sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavaid harjutusi; • sooritab suunamisel õpitud sirutus- ja lõdvestusharjutusi, naudib lõõgastumist; • tunneb ära oma põhiemotsioonid ja suunamisel reguleerib oma käitumist (vajadusel alternatiivkommunikatsiooni abiga). • märkab ja tunneb ära kaaslaste põhiemotsioone, reageerib suunamisel neile sobivalt.	Õpilane: • sooritab varieeruvates tingimustes sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavaid harjutusi rühmas; • sooritab iseseisvalt sirutus- ja lõdvestusharjutusi, lõõgastub teadlikult; • kontrollib enamasti oma põhiemotsioone (vajadusel alternatiivkommunikatsiooni abiga)

Muudetud direktori käskkirjaga nr 1-3/5 12.09.2016; 1-3/12 31.08.2020; 1-3/5 05.05.2022; 1-3/14 30.08.2024

RANDVERE KOOL

VAIMNE JA KEHALINE TASAKAAL - õppesisu		
I arengutaseme lõpuks	II arengutaseme lõpuks	III arengutaseme lõpuks