

Randvere Kooli ainekava TOIMETULEKU ÕPE	Aine: Valikaine-rütmika	Õppeaine: rütmika
Kooliaste: I-III arengutase		
Õppeaine kirjeldus:		
Rütmikas ühendatakse kehalisest kasvatuses 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 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.
- Koordinaatsiooniharjutused.
- Sotsiaalsed ja emotsionaalsed arengut toetavad harjutused.
- Vaimne ja kehaline tasakaal.

KEHA- JA RUUMITUNNETUSHARJUTUSED, RÜHI- JA TASAKAALUHARJUTUSED - õpitulemused

I arengutaseme lõpuks	II arengutaseme lõpuks	III arengutaseme lõpuks
Õpilane: • sooritab koostevõttes ja/või eeskuju järgi lihtsamaid keha- ja ruumitunnetuse ning rühi- ja tasakaaluharjutusi; • sooritab koostevõttes erisuunalisi liigutusi ja liigutuste ahelat;	Õpilane: • sooritab iseseisvalt õpitud ja jõukohaseid keha- ja ruumitunnetuse ning rühi- ja tasakaaluharjutusi; • sooritab juhendamisel / juhendi järgi erisuunalisi liigutusi ahelas;	Õpilane: • sooritab rühi- ja tasakaaluharjutusi vajalikus rütmis ja tempos; • sooritab iseseisvalt õpitud tantsusamme, • improviseerib tantsu muusika järgi; • oskab tantsule paluda, tantsu lõpetada.

- osaleb koostegevuses lihtsamates õpitud ring-, laulu- ja tantsumängudes; - liigub roomates, põlvedel ja neljakäpukil; - kõverdab ja sirutab käsi, pigistab rusikasse, plaksutab;	- tunneb ära õpitud harjutusi ja tegevusi saatva muusika; - liigub kooskõlas muusikaga; - sooritab õpitud kehatunnetusharjutusi eeskuju järgi ning vajalikus rütmis ja tempos.	
KOORDINATSIOONIHARJUTUSED - õpitulemused		
I arengutaseme lõpuks	II arengutaseme lõpuks	III arengutaseme lõpuks
<i>Õpilane:</i> - osaleb koostegevuses rivi ja ringjoone moodustamisel; - õpib märkama oma kohta harjutuste sooritamisel; - liigub erineva rütmiga ja tempoga muusika saatel;	<i>Õpilane:</i> - teab oma kohta ravis ja ringjoonel ning suudab seda hoida tantsimisel, harjutuste sooritamisel; - tunneb ära õpitud harjutusi ja tegevusi saatva muusika; - liigub kooskõlas muusikaga;	<i>Õpilane:</i> - osaleb juhendamisel erinevate tantsujooniste moodustamisel; - improviseerib tantsu muusika järgi; 3) sooritab koordinatsiooniharjutusi vajalikus rütmis ja tempos.

liigub ringis;		
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; - tunneb ära erinevate harjutuste ja tegevustega kaasnevat muusikat; - osaleb koostegEVuses lihtsamates õpitud ring-, laulu- ja tantsumängudes; - esineb koostegEVuses õpitud ringmängudega ühisüritustel;	Õpilane: - teab oma kohta ravis ja ringjoonel ning suudab seda hoida tantsimisel, harjutuste sooritamisel; - 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;	Õpilane: - osaleb juhendamisel erinevate tantsujooniste moodustamisel; - sooritab iseseisvalt õpitud tantsusamme, oskab ette näidata lihtsamaid tantsuliigutusi; - improviseerib tantsu muusika järgi; - oskab tantsule paluda, tantsu lõpetada;

• sooritab sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavaid harjutusi koostegevuses, imiteerimise, näidise, instruksiooni (verbaalne/alternatiivsete vahenditega) järgi;	• esineb õpitud ring-, laulu- ja tantsumängudega ning liikumiskavadega kooli üritustel;	
VAIMNE JA KEHALINE TASAKAAL - õpitulemused		
I 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.	II arengutaseme lõpuks 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).	III arengutaseme lõpuks 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)

	• märkab ja tunneb ära kaaslaste põhiemotsioone, reageerib suunamisel neile sobivalt.	
--	---	--