

<b>Illuka Kooli ainekava</b>	<b>Ainevaldkond: Sotsiaalsained</b>	<b>Õppeaine: Inimeseõpetus</b>
<b>II kooliaste</b>	<b>5.klass</b>	<b>Tundide arv: 1</b>
<b>Õppeaine kirjeldus</b>		
<p>Inimeseõpetuse eesmärk on toetada õpilase sotsiaalsete ja emotsionaalsete oskuste arengut, õppides ennast tundma, vastutustundlikult oma suhteid kujundama, olema terviseteadlik, aus, hooliv ja õiglane.</p> <p>Inimeseõpetuses käsitletakse inimest ja tema sotsiaalset keskkonda tervikuna. Väärtuskasvatus ja hoiakute kujundamine toimub üksteist mõistvas õhkkonnas ning on suunatud õpilaste positiivse mõtlemise arendamisele oma arengu- ja toimetulekuvõimaluste üle. Soodne sotsiaalne õppekeskkond toetub eelkõige õpilaste isikupära ja isiklike seisukohtade austamisele, võimaluste tagamisele vabaks arvamusevalduseks, initsiatiiviks, osalemiseks ja tegutsemiseks nii üksi kui ka koos teistega.</p> <p>Õppetegevused muutuvad põhikooli kolme kooliastme jooksul lihtsamatest keerukamateks, ent peavad olema õpilasele mõistetavad ja tähenduslikud ning toetama arusaama õpitava vajalikkusest. Inimeseõpetus on kontsentriiline õppeaine, mille võtmeteemasid käsitletakse igal kooliastmel, arvestades arengulist käsitlust. Inimeseõpetuses võib teemasid käsitleda nii üksteisele järgnevatena kui ka integreerituna, et saavutada oskuste, teadmiste ja väärtuste põhjal õpitulemused. Õpitavat käsitletakse võimalikult igapäevaeluga seonduvalt, kusjuures õppes on olulisel kohal aktiivõppemeetodid.</p> <p>II kooliaste laiendab mina-käsitlust ning keskendub eakaaslaste mõju teemadele, mis selles vanuseastmes oluliseks muutuvad. Arendatakse varasemast põhjalikumalt sotsiaalseid oskusi, sh kehtestavat käitumist uimastite vm riskikäitumisega seotud olukordades. Eneseteadvuse ja iseseisvuse tõusuga muutuvad olulisteks ka tervise ning tervislike valikute teemad, näiteks toitumine, kehaline aktiivsus jms.</p>		
<b>Hindamine</b>		
<p>Hindamine tugineb Illuka Kooli hindamisjuhendile. Hindamisega toetatakse kooliastme lõpuks taotletavate teadmiste ja oskuste omandamist, hoiakute kujunemist ning valdkonnapädevuse saavutamist. Ainealaste teadmiste ja oskuste kõrval antakse tagasisidet ka üldpädevuste arengu ning väärtushoiakute ja -hinnangute kujunemise kohta. Hoiakute kujunemisele antakse tagasisidet suunavate ja toetavate sõnaliste hinnangute abil.</p> <p>Selleks rakendatakse nii diagnostilist, kujundavat kui ka kokkuvõtvat hindamist, mida esitatakse nii sõnaliste hinnangute kui ka numbriliste hinnetena.</p> <p><u>Diagnostilise hindamise</u> käigus selgitatakse välja õpilaste eelteadmiste ja oskuste tase, hoiakud, ainealased väärarusaamad ja spetsiifilised õpiraskused, et kavandada järgnevat õppimist ja õpetamist.</p> <p>Õppeprotsessi käigus rakendatakse <u>kujundavat hindamist</u>, kus õpilane saab suulist ja kirjalikku tagasisidet oma õpitulemuste saavutamise taseme ning tugevuste ja arenguvõimaluste kohta.</p> <p><u>Kokkuvõttev hindamine</u> toimub üldjuhul õppeperioodi või mahuka õppeteema lõpul, et kontrollida nii õppetöös püstitatud eesmärkide saavutamist kui ka riikliku õppekavaga sätestatud õpitulemuste saavutatust. Õppeteema kokkuvõttev hinne võib kujuneda õppeperioodi jooksul toimunud hindamise tulemusena, seejuures arvestatakse, et hinnetel võib sõltuvalt töö mahust olla erinev kaal.</p>		

Õpilast suunatakse õppeprotsessi käigus oma õppimist ja püstitatud eesmärkide saavutamist analüüsima ja reflekteerima.

- Arutluste, juhtumianalüüside ja loominguliste tööde puhul hinnatakse arvamuste ja seisukohtade argumenteeritust, seostatust ja veenvust, õpilase seisukohtadele minevikusündmuste, ühiskonnas ja maailmas toimuva kohta antakse sõnalist kirjeldavat tagasisidet.
- Praktiliste ja loominguliste ülesannete sooritamisel hinnatakse nii protsessi kulgu kui ka tulemust.
- Kirjalikke ülesandeid hinnates arvestatakse eelkõige töö sisu, kuid pööratakse tähelepanu ka õpilase keelekasutusele, sh erialaste terminite, isiku-, riikide ja kohanimede, rahvusvaheliselt aktsepteeritud lühendite õigele kasutusele ja õigekirjale, mida arvestatakse hindamisel vastavalt ülesande eesmärgile ja kokkulepitud hindamiskriteeriumidele.

Erineva keerukusastmega teadmiste, oskuste ja hoiakute hindamise võimaldamiseks kasutatakse mitmekesiseid hindamisviise ja -vorme. Hindamisvahendi ja -viisi valik sõltub püstitatud õppe-eesmärkidest ja eeldatavast õpitulemusest. Hindamismeetodite valikul arvestatakse õpilaste vanust, individuaalseid võimeid ning valmisolekut ühe või teise tegevusega toime tulla.

**Inimeseõpetuses** hinnatakse õpilaste teadmisi ja oskusi ning nende seostamise oskust. Õpilase hoiakuid ja väärtushinnanguid mõõdetakse ja tagasisidestatakse vaatluse, õpilase antud hinnangute ja otsustuste ning juhtumianalüüsi alusel.

**Teema. Teema olulisus**

**1. Tervis**

Tervist toetavate valikute tegemiseks vajab õpilane tõenduspõhiseid teadmisi tervise olemuse ja seda mõjutavate tegurite kohta.

**Kooliastme lõpuks taotlevad teadmised, oskused ja hoiakud:**

- teab, et ühiskond mõjutab inimest tervikuna, sealhulgas ka tervisekäitumist ja suhtlemist; mõistab, et murdeea arengutempo on erinev, aktsepteerib oma kehalisi muutusi ja keha eest hoolitsemise vajadust;
- väärtustab tervist, tervislikku eluviisi ja keskkonda ning mõistab eluviisi ja keskkonna mõju tervisele; on loov ja ettevõtlik;
- teab, kuidas leida usaldusväärseid terviseinfo allikaid, ja teab, kust terviseprobleemi korral abi küsida.

**Õpitulemused:**

**Metoodilised soovitusel, sh õpistrateegiate rakendamine, diferentseerimise võimalused**

**1. Tervis, Tervise olemus**

- Selgitab tervise tähendust ja seda mõjutavaid tegureid.
- nimetab tervist mõjutavaid füüsilisi, vaimseid ja sotsiaalseid tegureid

- Klassiarutelu mõistete avamiseks.
- Tervise teemat käsitlevad õpetaja selgitused koos esitlustega.
- Mõistekaart ja definitsioon “tervis”. Paaristööna koostavad kõigepealt märksõnalise tervise selgituse ning seejärel mõistekaarti kasutades tervise definitsiooni.
- Mänguline ülesanne - nurgad. Klassi nurkadesse pannakse sildid “vaimne”,

	<p>“füüsiline”, “sotsiaalne”, “kõik”.        Õpetaja nimetab märksõnu ning õpilased liiguvad vastava sildi juurde, mida antud märksõna kirjeldab. Mäng sobib nii tervise osade kui tervist mõjutavate tegurite osas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Diagrammi koostamine tervist mõjutavate tegurite (nt eluviis, arstiabi, keskkond, pärilikkus) omavahelise suhte kohta. Märksõnade kirjutamine diagrammile.</li> <li>• Infootsing. Otsib Tervisesõnastik tervisega ja tervist mõjutavate teguritega märksõnu. Kirjutab väikestele paberitele ühele poole sõna, teisele poole selgituse.</li> <li>• Sõna-alias. Kasutades eelmise ülesande infootsingus lehtedele kirjutatud sõnu mängitakse nendega sõnaseletusmängu</li> </ul>
<p><b>Õppesisu:</b></p>	
<p>Tervise aspektid: füüsiline, vaimne, sotsiaalne tervis. Tervist mõjutavad tegurid - eluviis, pärilikkus, keskkond, tervishoid.</p>	
<p><b>Lõiming:</b></p>	<p><b>Hindamine:</b></p>
<p><b>Üldpädevused:</b>  <u>Kultuuri- ja väärtuspädevus</u> - väärtustab tervist, kirjeldab oma tervisenäitajaid.        Sotsiaalne ja kodanikupädevus - arvestab rühmatöös inimeste erinevustega, peab kinni suhtlusreeglitest, seab eesmärgid ja viib neid ellu.  <u>Enesemääratluspädevus</u> - järgib tervislikke eluviise, kirjeldab enda tervisenäitajaid, analüüsib ülesandes enda tegevust tervise hoidmisel.  <u>Õpipädevus</u> - seostab õpitavat varem õpituga, omandab mõistete selgitused, selgitab mõisteid oma sõnadega, koostab mõistekaardi ja definitsiooni, õpib selgeks mõned vaikuseminutite harjutused ja stressiga tegelemise tõhusad viisid..  <u>Suhtluspädevus</u> - väljendab end selgelt ja arusaadavalt, töötab paaris ja rühmas. Osaleb mängudes ja aruteludes, arvestab teistega.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane selgitab oma sõnadega mõisteid tervis, füüsiline tervis, vaimne tervis, sotsiaalne tervis.</li> <li>• Õpilane toob näiteid tervist mõjutavate tegurite kohta ja selgitab kuidas need inimese tervist mõjutavad.</li> <li>• Õpilane toob näiteid tervisega seotud valikutest ja tegevustest eristades tervist toetavad ja mitte toetavad tegevused ning põhjendab tervislikke valikuid igapäevaelus.</li> </ul>

<p><u>Matemaatika, loodusteaduste ja tehnoloogiaalane pädevus</u> - kasutab matemaatilisi sümboleid, arvutab, koostab diagrammi.</p> <p><u>Ettevõtlikkuspädevus</u> - seab tervise valikutega seotud eesmärged ja viib neid ellu.</p> <p><u>Digipädevus</u> - kasutab digivahendeid, eristab artiklites arvamust ja fakti.</p>	
<p><b>Õpitulemused:</b></p>	<p><b>Metoodilised soovitused, sh õpistrateegiate rakendamine, diferentseerimise võimalused</b></p>
<p><b>2. Tervisenäitajad, Stress.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Seostab peamisi tervisenäitajaid inimese tervisliku seisundiga (nt unekvaliteet, stress, kehatemperatuur, pulss, kehamassiindeks).</li> <li>• nimetab mõõdetavaid ja hinnangulisi tervisenäitajaid;</li> <li>• selgitab, kuidas erinevad tervisetegurid tervist mõjutavad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praktiline ülesanne - oma pikkuse, kaalu, pulsi määramine (sh kehamassiindeks).</li> <li>• Individuaalülesanne. Oma tervise kirjeldamine kasutades hinnanguid “hea kehv”, “energiline - väsinud”, “unine - ergas” jne</li> <li>• Une olulisus. Oma uneharjumuste analüüs. Plakat “ Hea une saladus”.</li> <li>• Unepäeviku täitmine. Nädala jooksul märgib une pikkuse ja hindab kvaliteeti (magasin hästi, halvasti. ärkas jne).</li> <li>• <a href="https://peaasi.ee/unepaevik/">https://peaasi.ee/unepaevik/</a></li> <li>• Rühmatöö. Stressi tekitavad olukorrad, stressi kehalised ja vaimsed reaktsioonid, stressiga tiometuleku tõhusad viisid.</li> <li>• Rühmatöö. Õpilased koostavad rühmatööna stressiga tõhusa tegelemise viiside ülevaade (nt plakat, voldik vms).</li> <li>• Stressi maandamise meetodite praktiline harjutamine.</li> <li>• Loovülesanne. Rõõmurull. Visuaalsel kujul oma stressiga toimetuleku viiside kujutamine.</li> </ul>
<p><b>Õppesisu:</b></p>	
<p>Mõõdetavad ja hinnangulised tervisenäitajad. Stress. Stressiga toimetulek</p>	
<p><b>Lõiming:</b></p>	<p><b>Hindamine:</b></p>
<p><b>Läbivad teemad:</b>  <u>Elukestev õpe ja karjääri planeerimine</u> - kujundab enesekontrolli oskust tervisega seotud eesmärkide elluviimisel.  <u>Keskond ja jätkusuutlik areng</u> - eristab ülesannetes erinevaid keskkondi (loodus-,</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane toob näiteid peamiste mõõdetavate ja hinnanguliste tervisenäitajate seosest inimese tervisliku seisundiga, väärtustades tervist.</li> </ul>

<p>tehis- ja inimkeskkond), jagab ülesandes jätmed vastavalt nõuetele.  <u>Kodanikualgatus ja ettevõtlikkus</u> - planeerib ja viib läbi miniuurimuse, osaleb projektülesannetes, Täidab ülesandeid iseseisvalt.  <u>Kultuurimine identiteet</u> - tutvub erinevate rahvaste toitudega.  <u>Teabekeskond ja meediakasutus</u> - otsib infot veebist, ajakirjadest ja raamatutest.  <u>Tehnoloogia ja innovatsioon</u> - kasutab digivahendeid info otsimiseks.  <u>Tervis ja ohutus</u> - seostab õpitavat endaga, selgitab kuidas tema ise oma valikutega mõjutab oma tervist.  <u>Väärtused ja kõlblus</u> - oskab selgitada tervise olulisust.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane selgitab oma sõnadega, mis on stress ning selgitab ja toob näiteid stressiga tõhusa toimetuleku kohta.</li> </ul>
<p><b>Õpitulemused:</b></p>	<p><b>Metoodilised soovitusud, sh õpistrateegiate rakendamine, diferentseerimise võimalused</b></p>
<p><b>3. Meedia osa terviseiga seotud otsustes</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Teab, et meedia saab mõjutada inimeste tervisekäitumist, toob näiteid.</li> <li>• mõistab reklaamide eesmärke,</li> <li>• eristab arvamust faktist</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Infootsing veebis ja teatmikes teemal “tervis” või “stress”. Otsingu tulemuste vormistamine töölehele.</li> <li>• Infootsing. Erinevate terviseeteemaliste ajalehtede, ajakirjade või online väljaannetega tutvumine. Eelnevalt annab õpetaja juhendi, mida allikate juures kirja panna. Välja kirjutada, milliseid terviseiga seotud soovitusi või reklaame seal jagatakse. Õpilane kirjutab välja korrektse viite ning annab esialgse hinnangu kas tegemist on usaldusväärse allikaga või mitte, põhjendab oma valikut. Järgneb õpetaja juhitud arutelu välja toodud teemadel.</li> <li>• Paaristöö. Arvamus või fakt? Esmalt arutatakse mis vahe on arvamusel ja faktil. Õpetaja annab ette meediast võetud laused, õpilased otsustavad kas need on faktid või kellegi arvamused.</li> <li>• Individuaalülesanne. Jälgida kuidas on sama tervise teemat käsitletud erinevates meedia-, sh sotsiaalmeedia väljaannetes. teha ülevaade ja tutvustada seda kaaslastele, jälgides</li> </ul>

	<p>autoriõigusi. Teemad võib anda õpetaja või valib õpilane ise</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Refereerimine. Õpilane koostab ülevaate tervise teemalisest veebipõhisest artiklist, viitab autorile.</li> <li>• Klassiarutelu mõistete avamiseks - meedia, sotsiaalmeedia. Miks sotsiaalmeedia keskkonnad on vanusepiiranguga. Millega ja kuidas meedia mõjutab inimeste otsustusi.</li> <li>• Tervise teemalise reklaami koostamine digivahendite abil.</li> <li>• Pildi/ reklaami analüüs. Mida, kuidas reklaamitakse. Kas mingi info on reklaamilt puudu?</li> </ul>
<b>Õppesisu:</b>	
Meedia osa tervisega seotud otsustes. Tervise teemalised veebilehed.	
<b>Lõiming:</b>	<b>Hindamine:</b>
<p>Eesti keel - loeb tekste, koostab definitsiooni ja mõistekaardi.</p> <p>Kunstiõpetus - kujundab oma töid.</p> <p>Matemaatika - objektiivsed tervise mõõdikud on numbrilised, arvutab kehamassiindeksi, mõõdab pulssi.</p> <p>Loodusõpetus - geograafilise kaardi kasutamine.</p> <p>Liikumisõpetus - liikumispausid ja -mängud tundides.</p> <p>Kokandus - tervislike toiduampside valmistamine.</p>	<p>Õpilane selgitab näidete varal erinevate meedia liikide mõju inimese tervisekäitumisele eristades arvamuse- ja faktipõhist infot.</p>
<b>Õpitulemused:</b>	<b>Metoodilised soovitus, sh õpistrateegiate rakendamine, diferentseerimise võimalused</b>
<p><b>4. Tervislik eluviis</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Toob näiteid tegevustest, mis muudavad elukeskkonna turvaliseks, soodustavad kehalist aktiivsust ja tervislikku toitumist.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klassiarutelu mõistete avamiseks.</li> <li>• Rühmatöö: eluviisi komponendid. Võib teha suurtele lehtedele või nt <i>padletis</i>.</li> <li>• Joonemäng “jah - ei”. Õpilased rivistuvad üksteise taha. Õpetaja nimetab tegevusi. Kui õpilane seda tegevust teeb, astub ühele poole, ei tee,</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"><li>• Toob näiteid, kuidas meedia abil saab suurendada inimeste kehalist aktiivsust.</li><li>• Selgitab keha eest hoolitsemise vajalikkust.</li></ul>	<p>siis teisele. Iga tegevuse puhul järgneb arutelu, kas ja kuidas see toetab/ ei toeta tervist.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Loovülesanne. Turvaline elukeskkond, s.h õpikeskkond. Õpilane koostab visuaalsel kujul ülevaate turvalisest ümbrusest kodus, koolis sh õppimisega seonduvalt.</li><li>• Individuaalülesanne. Jäätmete sorteerimine. Loendis antud jäätmed tuleb ühendada sobiva jäätmete sorteerimise visuaalse nõuga (paber, klassi, olmeprügi, ohtlikud jäätmed, biojäätmed, plast).</li><li>• Praktiline rühmatöö. Õpetaja paneb klassis lauale erinevaid jäätmeid ning nõud, millele on kleebitud nimetused vastavalt kehtestatud jäätmete sorteerimise viisile. Õpilased panevad rühmades jäätmed õigetesse sorteerimisnõudesse. Järgneb arutelu jäätmete sorteerimise vajalikkusest ja viisidest.</li><li>• Individuaalülesanne. Oma nutiseadmes digijäätmete vähendamine.</li><li>• Ideekaart. Keha eest hoolitsemine/hügieeni hoidmine.</li><li>• Individuaalülesanne. Enda liikumise analüüs: liikumisblogi või paberil olevas tabelis.</li><li>• Projektülesanne. Klassi nädalasammud - nutiseadmete abil oma sammude arvu fikseerimine. Seejärel arvutatakse kokku kogu klassi sammude hulk. Kaardil uuritakse kuhu selle sammude hulgaga saaks minna.</li><li>• Infootsing. Meediast, s.h sotsiaalmeediast liikumise teemaliste artiklite otsimine ja teistega jagamine. Artiklite usaldusväarsuse ja autorluse uurimine.</li><li>• Rühmatöö. Liikuma kutsuva reklaami koostamine rühmatööna.</li><li>• Infootsing toitumine.ee lehel, leitu vormistamine töölehele. Tulemusena</li></ul>
---	--

	<p>valmib tervist toetava toiduvaliku põhimõtteid tutvustav töö.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Individuaalülesanne. Tervist toetava päeva- või nädalamenüü koostamine. Oma toiduvaliku analüüs.</li><li>• Praktiline ülesanne. Toidumärgistuse koostisosade järgi toidu ära arvamine.</li><li>• Praktiline ülesanne. koostada oma nädala päevakava: kas on järgitud 8+8+8 põhimõtet; millele kulub kõige enam aega ja millele jääb aega kõige vähem. Analüüsida - miks see niimoodi on ja mida saaksid teha teisiti, et luua tasakaal</li><li>• Rühmatöö. Tervisliku eluviisi põhimõtted ja infoallikad. Infoallikate alusel koostatakse ülevaade tervisliku eluviisi kohta.</li><li>• Viktoriin tervist toetavate tegurite kohta. Õpilased koostavad rühmades küsimused. Seejärel jagab õpetaja küsimused rühmade vahel.</li><li>• Miniuurimus tervise teemal: küsitletakse viit erinevas vanuses inimest, tema harjumuste, enesetunde ja tervist toetavate valikute osas. Analüüsi osas võrreldakse vastuseid, tehakse järeldus - mis on sarnane, mis erinev.</li><li>• Lühijutu kirjutamine:<ol style="list-style-type: none"><li>1) Õpilane koostab teksti, milles selgitab tervisliku toiduvaliku põhimõtteid. Kasutab lühijutus väljendeid: vastavus vajadusele, tasakaalustatus, mõõdukus, mitmekesisus.</li><li>2) Õpilane koostab teksti, milles selgitab tervisliku eluviisi olemust. Kasutab lühijutus mõisteid uni, toitumine, liikumine, päevakava, karastamine, hügieen, suhted, harjumused.</li></ol><ul style="list-style-type: none"><li>• Loovülesanne. Enesele tervise retsepti koostamine. Õpilane koostab ja kujundab endale tervisliku eluviisi põhimõtted.</li></ul></li></ul>
<b>Õppesisu:</b>	



Tervislik eluviis. Tervist toetavad tegevused: tervist toetav toiduvalik, füüsiline aktiivsus, uni ja puhkus. Turvaline elukeskkond (sh meedia) ja tervislik eluviis. Keha eest hoolitsemine (karastamine ja hügieen)	
<b>Lõiming:</b>	<b>Hindamine:</b>
Eesti keel - loeb tekste, koostab definitsiooni ja mõistekaardi.  Kunstiõpetus - kujundab oma töid.  Matemaatika - objektiivsed tervise mõõdikud on numbrilised, arvutab kehamassiindeksi, mõõdab pulssi.  Loodusõpetus - geograafilise kaardi kasutamine.  Liikumisõpetus - liikumispausid ja -mängud tundides.  Kokandus - tervislike toiduampside valmistamine.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane selgitab ja toob näiteid inimese tervisliku eluviisi (tervist toetav toiduvalik, füüsiline aktiivsus, piisav puhkus ja uni) mõjust inimese (füüsilisele, sotsiaalsele, vaimsele) tervisele.</li> <li>• Õpilane hindab ja oskab planeerida piisavat kehalise aktiivsust ja tervislikku toiduvalikut igapäevaelus.</li> </ul>
<b>Teema. Teema olulisus</b>	
<b>2. MURDEIGA JA KEHALISED MUUTUSED</b>	
Murdeea muutused on oluline osa inimese arengust. Murdeeas toimuvate füüsiliste, emotsionaalsete, vaimsete ja sotsiaalsete muutuste tundmine annab noorele tuge oma arengu iseärasuste mõistmisel ja nende aktsepteerimisel ning murdeea arenguülesannetega toime tulemisel.	
<b>Kooliastme lõpuks taotletavad teadmised, oskused ja hoiakud:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mõistab, et murdeea arengutempo on erinev, aktsepteerib oma kehalisi muutusi ja keha eest hoolitsemise vajalikkust.</li> </ul>	
<b>Õpitulemused:</b>	<b>Metoodilised soovitus, sh õpistrateegiate rakendamine, diferentseerimise võimalused</b>
<b>1. Murdeea muutused</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nimetab murdeeas toimuvaid füüsilisi ja emotsionaalseid muutusi.</li> <li>• Toob näiteid erinevast arengutempost murdeeas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klassiarutelu mõistete avamiseks.</li> <li>• Murdeea muutuste selgitused õpetaja poolt koos esitlusega, millel on suguelundite joonised.</li> <li>• Individuaalülesanne. Suguelundite nimetuste kandmine joonistele. Suguelundite, suguelundite funktsioonidega seotud mõistete ja nende selgituste ühendamise.</li> <li>• Pooluste mäng. "Kelle muutused?" Õpetaja märgib mõttelisel joonel "poiss", "tüdruk", "mõlemad". Õpetaja nimetab murdeea muutusi. Vastavalt</li> </ul>

	<p>sellele, kas tegemist on poisil, tüdrukul või mõlema muutusega, liiguvad õpilased sobiva märksõna juurde.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Joonemäng. Soorollid ja soostereotüübid. Poisid ja tüdrukud. Õpetaja esitab väiteid, millest osa on soostereotüüpsed. Õpilased astuvad vastavalt kokkuleppele kas ühele või teisele poole joont.</li> <li>• Juhtumite lahendamine. Murdeas toimuvate tunnete ja suhete muutumisega seotud juhtumite lugemine, mõistmine, lahenduste pakkumine. Õpetaja annab juhtumid, milles on tugevad ja noorele segadust tekitavad tunded ning suhted.</li> <li>• Mõistekaart. Definiitsioon. Murdeas temaatika mõistekaardi koostamine. Mõistekaardi alusel oma definiitsiooni koostamine.</li> <li>• Individuaalülesanne. Minu murdeas muutused. Õpilane valib loendist muutused, mis on temaga toimunud või toimumas.</li> <li>• Hügieeni eest hoolitsemine juhend - voldiku koostamine. Voldiku koostamiseks annab õpetaja ette maatriksi, mille alusel hiljem seda hinnata saab.</li> <li>• Lapse eostumist, rasedust ja sündi saab selgitada videote abil.</li> </ul>
<b>Õppesisu:</b>	
<p>Murdeiga elukaares. Murdeas olulisus. Murdeas füüsilised ja emotsionaalsed, vaimsed ja sotsiaalsed muutused. Igaühel oma tempo. Toimetulek muutustega. Suguline küpsus ja soojätkamine. Viljastumine, rasedus, lapse sünd. Muutustega seonduvate kehaosade ja elundite nimetused ja toimimise põhimõtted, sh sugurakkude valmimise seos lapsesaamis võime ja seksuaalsusega. Positiivne suhtumine kehasse ja oma keha eest hoolitsemine</p>	
<b>Lõiming:</b>	<b>Hindamine:</b>
<p><b>Üldpädevused:</b>  <u>Kultuuri- ja väärtuspädevus</u> - selgitab ülesannetes soorollide olemust ja murdeas tähtsust.  <u>Sotsiaalne ja kodanikupädevus</u> - arvestab rühmatöös tema arvamustest erineva</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane teab murdeas toimuvaid kehalisi (esmased ja teisesed sugutunnused) muutusi ja nende erinevat individuaalset tempot.</li> <li>• Õpilane teab murdeas kehaliste muutustega seonduvate kehaosade ja</li> </ul>

<p>arvamusega. Koostab voldiku tegemiseks plaani ning järgib seda.</p> <p><u>Enesemääratluspädevus</u> - selgitab murdeas toimuvaid muutusi enesega seoses. Koostab mõistekaardi ja definitsiooni.</p> <p><u>Õpipädevus</u> - omandab murdeega seotud mõisted, seostab neid enesega, koostab definitsiooni ja voldiku.</p> <p><u>Suhtluspädevus</u> - väljendab end selgelt ja arusaadavalt, osaleb arutelus ja mängudes, koostab teksti, kasutab korrektset keelt, arvestab teistega.</p> <p><u>Matemaatika-, loodusteaduste ja tehnoloogiaalane pädevus</u> - kasutab joonistel sümboleid, kasutab korrektseid suguelundite mõisteid.</p> <p><u>Ettevõtlikkuspädevus</u> - kasutab loovust voldiku koostamisel, kujundab töö, näitab initsiatiivi rühmatöodes ja mängudes.</p> <p><u>Digipädevus</u> - kasutab infootsinguks digiseadmeid.</p> <p><b>Läbivad teemad:</b></p> <p><u>Elukestev õpe ja karjääri planeerimine</u> - eesmärgistab oma tegevust, suhtleb teistega arvestavalt ja lugupidavalt.</p> <p><u>Kodanikualgatus ja ettevõtlikkus</u> - teeb koostööd, suhtleb rahumeelselt rühmas ühise eesmärgi nimel, koostab ja kujundab voldiku..</p> <p><u>Kultuuriline identiteet</u> - on rühmas salliv teistsuguse arvamuse suhtes, tunneb juhtumikirjeldustes diskrimineerivad olukorrad.</p> <p><u>Teabekeskond ja meediakasutus</u> - kasutab ülesannete täitmiseks veebikeskkondi ja teatmikke, jälgib autorsust.</p> <p><u>Tehnoloogia ja innovatsioon</u> - kasutab ülesannete tegemisel erinevaid arvutiprogramme.</p> <p><u>Tervis ja ohutus</u> - koostab voldiku hügieeni tähtsusest, lahendab juhtumeid.</p> <p><u>Väärtused ja kõlblus</u> - on rühmatöös viisakas.</p>	<p>elundite nimetusi ja toimimise põhimõtted (sh sugurakkude valmimise seost lapsesaamisvõime ja seksuaalsusega) .</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Õpilane toob näiteid inimese positiivse suhtumise kohta oma kehasse ja oma keha eest hoolitsemise kohta.</li><li>• Õpilane teab suguküpsuse tunnuseid ja esmaste sugutunnuste seost soojätkamisega.</li></ul>
--	--

<p>Eesti keel - kirjutab voldiku teksti selgitab mõisted.</p> <p>Kunst - kujundab enda tööd.</p> <p>Loodusõpetus - kasutab korrektseid mõisteid.</p> <p>Liikumisõpetus - liikumispausid ja -mängud tunnis.</p>	
<p><b>Teema. Teema olulisus</b></p>	
<p><b>3. TURVALISUS JA RISKIKÄITUMINE</b></p> <p>Tõenduspõhised enesekohased ja sotsiaalsed oskused riskikäitumise (sh terviseriskide) ennetamisel on võtmevaldkond turvalisuse ja heaolu loomisel.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• On iseseisev otsustaja, seostab otsuseid tagajärgedega. Teab, et „ei“ ütlemine on võimalus seista oma õiguste eest.</li> <li>• Mõistab meediast tulenevaid ohtusid oma käitumisele ja suhetele ning vastutust oma sõnade ja tegude eest.</li> <li>• Mõistab autoriõiguste järgimise vajalikkust.</li> <li>• Teab, kuidas leida usaldusväärseid terviseinfo allikaid, ja teab, kust terviseprobleemi korral abi küsida.</li> <li>• Teab, mis on riskikäitumine, teab riskikäitumist ennetavaid ja soodustavaid tegureid ja riskikäitumise mõju inimese tervisele. Mõistab enda valikute tagajärgi.</li> </ul>	
<p><b>Õpitulemused:</b></p>	<p><b>Metoodilised soovitused, sh õpistrateegiate rakendamine, diferentseerimise võimalused</b></p>
<p><b>1. Turvalisus ja riskikäitumine</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Toob näiteid elu ja tervist ohustavatest teguritest ja teab, kuidas neid vältida, hoidub riskikäitumises:</li> <li>• Riskikäitumine on käitumine, kui rikutakse teiste inimeste ja/või ühiskonnas kehtivaid reegleid ja norme nii, et sellise käitumise tagajärjed on kahjulikud inimesel endale (nt terviseriskid) ja/või teistele (nt vägivald)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klassiarutelu mõistete avamiseks.</li> <li>• Arutelu või rühmatöö. Kas ja millega noored riskivad.</li> <li>• Tabeli täitmine. Turvaline käitumine kodus, tänaval, koolis.</li> <li>• Tutvumine kooli kodukorraga. Millised punktid kodukorras aitavad tagada turvalisust (füüsiline, vaimne, sotsiaalne).</li> <li>• Rühmatöö. Olukordade analüüs. Õpetaja annab olukorrad. Õpilased analüüsivad neis olevaid võimalikke ohtusid ning pakuvad viise kuidas ohutust suurendada. (koolitee, trenn, matkamine)</li> </ul>
<p><b>Õppesisu:</b></p>	
<p>Riskikäitumine ja selle liigid (sh terviseriskid). Ohutus kodus, koolis, avalikus ruumis, sh tule-, vee- ja elektriõhutus. Riskikäitumist ennetavad ja soodustavad tegurid</p>	

<b>Lõiming:</b>	<b>Hindamine:</b>
<p><b>Üldpädevused:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Kultuuri- ja väärtuspädevus</u> - selgitab miks uimastid on kahjulikud.</li> <li>• <u>Sotsiaalne ja kodanikupädevus</u> - tunneb kooli kodukorda, oskab sealt tuua näiteid, teeb rühmatöodes koostööd.</li> <li>• <u>Enesemääratluspädevus</u> - koostab endale reeglistiku turvaliseks käitumiseks, seisab mängulises ülesandes enda eest.</li> <li>• <u>Suhtluspädevus</u> - osaleb aruteludes ja mängudes, väljendab end arusaadavalt ja korrektses keeles, arvestab teistega, viitab töös autoritele.</li> <li>• <u>Matemaatika-, loodusteaduste ja tehnoloogiaalane pädevus</u> - kasutab ülesannete täitmisel tõenduspõhiseid allikaid ja veebilehti, viitab kasutatud materjalidele.</li> <li>• <u>Ettevõtlikkuspädevus</u> - demonstreerib mängulises õpitegevuses kuidas uimastitest keelduda ning enese eest kiusamise olukorras seista. On ülesannete täitmisel loov, kasutab erinevaid kujundusviise.</li> <li>• <u>Digipädevus</u> - kasutab digivahendeid info leidmiseks ja töö vormistamiseks.</li> </ul>	<p>Õpilane eristab käitumist kui rikutakse reegleid ja norme nii, et sellise käitumise tagajärjed on kahjulikud kas inimesele endale (sh terviseriskid) või teistele (nt vägivald) ning selgitab näidete varal kuidas riske ennetada ja vältida</p>
<b>Õpitulemused:</b>	<b>Metoodilised soovitused, sh õpistrateegiate rakendamine, diferentseerimise võimalused</b>
<p><b>2. Normid ja reeglid</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selgitab, miks on normid, sh liiklusseadus kohustuslik kõigile ning järgib neid.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definiitsiooni koostamine. Mis on reeglid, kokkulepped.</li> <li>• Individuaalülesanne. Kooli kodukord. Mis selles üllatas, mis on kõige olulisem? Mis on puudu? Õpilane loob oma lühikese reeglistiku viiest punktist mida täidab alati, toob välja kas on midagi mida (vahel) ei täida.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tutvumine liiklusseadusega jalakäija ja ratturi seisukohast. Isiklik turvalisuse seadustik - jalgratas, jalakäija, elektri tõuks. Millega pean arvestama kui olen ... Lühikese seadustiku koostamine.</li> <li>• Individuaalülesanne. Korras jalgratas. Jalgratta joonisele kohustuslike ja soovituslike turvaelementide joonistamine.</li> <li>• Rühmaarutelu. Miks peab reegleid ja seadusi järgima</li> </ul>
<b>Õppesisu:</b>	
Reeglid ja normid. Seadused (sh liiklusseadus). Reeglite ja normide vajalikkus.	
<b>Lõiming:</b>	<b>Hindamine:</b>
<p>Läbivad teemad:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Elukestev õpe ja karjääri planeerimine</u> - näitab mängulises ülesandes toimetulekut keerulistes olukordades.</li> <li>• <u>Kodanikualgatus ja ettevõtlikkus</u> - osaleb rühmatöodes aktiivselt, järgib kooli kodukorda ning EV seadusi.</li> <li>• <u>Kultuuriline identiteet</u> - arvestab kõikide rühma liikmetega, suhtleb sõbralikult ning teisi väärtustavalt.</li> <li>• <u>Teabekeskond ja meediakasutus</u> - koostab turvaliseks meediakasutuseks reeglid, selgitab mis on arvamuse ja fakti erinevus. Tutvub erinevate artiklite ja veebilehtedega, otsib vajalikku teavet, õpib viitama.</li> <li>• <u>Tehnoloogia ja innovatsioon</u> - valib artiklid, veebilehed jms vastavalt seatud eesmärgile, kasutab tõenduspõhiseid allikaid, kasutab erinevaid veebiprogramme.</li> <li>• <u>Tervis ja ohutus</u> - selgitab miks on vaja järgida liiklusseadust, hoiab oma jalgratta turvalisena, selgitab kuidas uimastid tervist mõjutavad, keeldub mängulises õppeolukorras uimastitest.</li> <li>• <u>Väärtused ja kõlblus</u> - järgib suhtluses viisakusreegleid, kuulab</li> </ul>	<p>Õpilane selgitab oma sõnadega, mis on reeglid ja normid ning põhjendab üldtunnustatud normide ja seaduste (sh liiklusseadus) vajalikkust tuues näiteid järgimise kohta kogukonnas ja ühiskonnas</p>

<p>kõiki rühmakaaslasi, suhtleb kõigiga, selgitab mängulises ülesandes millised eelised on inimesel, kes järgib ohutust.</p>	
<p><b>Õpitulemused:</b></p>	<p><b>Metoodilised soovitused, sh õpistrateegiate rakendamine, diferentseerimise võimalused</b></p>
<p><b>3. Uimastid</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kirjeldab tubaka, alkoholi ja teiste uimastite tarbimise kahjulikku mõju tervisele.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rühmaarutelu mõistete avamiseks.</li> <li>• Võistlusemäng rühmades. Miks on hea mitte tarbida uimasteid?</li> <li>• Loovülesanne. Tabeli/ voldiku/ raamatukese koostamine milles õpilane selgitab alkoholi, tubakatoodete, sh e-sigareti, energiajookide ja narkootikumide mõju lapse/ noore tervisele.</li> <li>• Mõistekaart. Uimastite kahjulik mõju.</li> </ul>
<p><b>Õppesisu:</b></p>	
<p>Uimastite kahjulik mõju tervisele, otsustele ja käitumisele. Tervislikud valikud. Illegaalsed ja legaalsed uimastid. Tubaka, alkoholi ja teiste levinud uimastite tarbimisega seotud riskid tervisele. Kofeiini ja/või teisi erguteid sisaldavate jookide (sh kohv, energiajookid, energiavesi) mõju tervisele (sh sõltuvuse võimalik kujunemine).</p>	
<p><b>Lõiming:</b></p>	<p><b>Hindamine:</b></p>
<p>Eesti keel - koostab teksti, definitsiooni, loeb tekste, kasutab korrektset keelt.</p> <p>Kunst - kujundab oma tööd.</p> <p>Liikumisõpetus - liikumispausid ja -mängud tunnis.</p> <p>Loodusõpetus - kasutab korrektselt inimese kehaga seotud mõisteid.</p> <p>Film "Röövlirahnu Martin" katab kogu teema käsitluse ja lõimib pädevused.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane toob näiteid illegaalsete ja legaalsete uimastite kahjuliku mõju kohta noore füüsilisele, sotsiaalsele ja vaimsele tervisele ning selgitab uimastivaba elu eeliseid.</li> </ul>
<p><b>Õpitulemused:</b></p>	<p><b>Metoodilised soovitused, sh õpistrateegiate rakendamine, diferentseerimise võimalused</b></p>
<p><b>4. Tõhusad enesekohased ja sotsiaalsed oskused (sh sotsiaalsed toimetulekuoskused vägivalda ja uimastiennetuses).</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klassiarutelu milline käitumine on tervist kahjustav.</li> <li>• Rollimängud kaaslaste survele vastu seismiseks ja uimastitega seotud olukordades "ei" ütlemise harjutamiseks.</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstreerib õpituatsioonis, kuidas keelduda ennast ja teisi kahjustavast tegevusest, kasutades tõhusaid enesekohaseid ja sotsiaalseid oskusi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Juhtumite arutelu. (Uimastid, kiusamine, vägivald, kaaslaste surve) Kuidas nendes olukordades käituda.</li> <li>• Loovülesanne. Mina ütlen uimastitele ei! Õpilane valib ise ülesande väljundi.</li> <li>• Individuaalülesanne. Õpetaja annab väited, kus õpilane peab midagi otsustama. Seejärel kirjeldab millised on otsuse võimalikud tagajärjed.</li> <li>• Võistlusemäng rühmades. Rühmad nimetavad kordamööda millised inimeste omadused, tegevused ja käitumisviisid toetavad noort, et ta ei hakkaks tarvitama uimasteid ega kuritarvitama nutiseadmeid.</li> <li>• Klassiarutelu. Milline käitumine avaldub kiusamisena. Kuidas kiusamist lõpetada ja sellele vastu seista.</li> <li>• Loovülesanne. Meem kiusamise mittesobivuse kohta</li> <li>• Loovülesanne. Koomiks kiusamise vastu võitlemise teemal</li> <li>• Kuidas öelda ei</li> <li>• Klassiarutelus proovitakse leida veel lahendusi, kuidas vastata.</li> </ul>
<p><b>Õppesisu:</b></p>	
<p>Oskus öelda “ei”. “Ei” ütlemise ja väljendamise viisid. Otsused/Otsustamine. Otsuste tagajärjed. Vastutus oma otsuste eest. Kaaslaste mõju otsustele. Koolikiusamine. (füüsiline, verbaalne, kaudne küberkiusamine). Kiusamisega hakkamasaamine ja abi saamise võimalused.</p>	
<p><b>Lõiming:</b></p>	<p><b>Hindamine:</b></p>
<p>Eesti keel - koostab teksti, definitsiooni, loeb tekste, kasutab korrektset keelt.</p> <p>Kunst - kujundab oma tööd.</p> <p>Liikumisõpetus - liikumispausid ja -mängud tunnis.</p> <p>Loodusõpetus - kasutab korrektselt inimese kehaga seotud mõisteid.</p> <p>Film “Röövlirahnu Martin” katab kogu teema käsitluse ja lõimib pädevused.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane demonstreerib õpituatsioonis tõhusaid enesekohaseid ja sotsiaalseid (emotsioonide ja stressiga toimetuleku oskus; enesetunnetamisoskus; loova ja kriitilise mõtlemise oskus; otsuste langetamine ja probleemide lahendamine; suhtlemisoskus) oskusi ennast ja teisi kahjustava käitumisega toimetulekul.</li> <li>• Õpilane demonstreerib õpituatsioonis tõhusaid uimastitest keeldumise oskusi.</li> </ul>
<p><b>Teema. Teema olulisus</b></p>	



<p><b>HAIGUSED JA ESMAABI</b></p> <p>Abi andmine ja saamine ning esmaabi andmine on turvalise ja ohutu keskkonna loomise aluseks, tagades heaolu.</p> <p><b>Kooliastme lõpuks taotletavad teadmised, oskused ja hoiakud:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• On loov ja ettevõtlik.</li> <li>• Teab, kuidas leida usaldusväärseid terviseinfo allikaid, ja teab, kust terviseprobleemi korral abi küsida.</li> <li>• Väärtustab tervist, tervislikku eluviisi ja keskkonda ning mõistab eluviisi ja keskkonna mõju tervisele.</li> </ul>	
<b>Õpitulemused:</b>	<b>Metoodilised soovitused, sh õpistrateegiate rakendamine, diferentseerimise võimalused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Toob näiteid, kuidas enda käitumisega ennetada haigestumist.</li> <li>• Demonstreerib õpituatsioonis esmaabivõtteid, teab, kust otsida vajaduse korral abi.</li> </ul>	
<b>Õppesisu:</b>	
<p>Haigused: nakkus- ja mittenakkushaigused, viirushaigused. Haigestumise põhjused. Haigestumise vältimise viisid. Õnnetused. Õnnetuste vältimine. Esmaabi. Abi kutsumine. Tervis - inimese väärtuslikem vara.</p>	
<b>Lõiming:</b>	<b>Hindamine:</b>
<p><b>Üldpädevused:</b></p> <p><u>Kultuuri- ja väärtuspädevus</u> - selgitab tervise väärtust rollimängudes ja projektülesandes.</p> <p><u>Sotsiaalne ja kodanikupädevus</u> - arvestab rühmatöös inimeste erinevustega, peab kinni suhtlusreeglitest, teeb kõigiga koostööd, järgib mängulises olukorras ohutust.</p> <p><u>Enesemääratluspädevus</u> - näitab mängulises olukorras ohutut käitumist, selgitab ülesandes enda vastutust oma tervise eest.</p> <p><u>Õpipädevus</u> - kasutab õpitud rollimängudes ja praktilistes ülesannetes, nt elustamisvõtteid, sidumist, abi kutsumist ja andmist.</p> <p><u>Suhtluspädevus</u> - väljendab end selgelt ja arusaadavalt, töötab paaris ja rühmas. Osaleb mängudes ja aruteludes, arvestab teistega.</p> <p><u>Matemaatika-, loodusteaduste ja tehnoloogiaalane pädevus</u> - esmaabi andes loendab, oskab leida rindkerel õige koha südamemassaažiks.</p> <p><u>Ettevõtlikkuspädevus</u> - teeb rühmatöös ettepanekuid mänguliste olukordade</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane demonstreerib õpituatsioonis näidete varal, kuidas toimida turvaliselt ohuolukorras ja kutsuda abi ja anda esmast abi (nt kõhuvalu, külmumise, luumurru, minestamise, nihestuse, peapõrutuse, palaviku ja päikesepiste korral).</li> <li>• Õpilane selgitab näidete varal kuidas hoiduda haigestumisest, sh nakkushaigustest ning õnnetustest.</li> <li>• Enesehindamine: Õpilane toob näiteid ja kirjeldab tegevusi inimese tervise väärtustamisel koolis ja kogukonnas.</li> </ul>

<p>lahendamiseks, osaleb rühmatöös, kujundab oma töid.</p> <p><u>Digipädevus</u> - kasutab digiseadmeid info leidmisel ja tööde esitlemisel.</p> <p><b>Läbivad teemad:</b></p> <p><u>Elukestev õpe ja karjääri planeerimine</u> - leiab vajaliku info, eesmärgistab mängulises tegevuses oma tegevust, näitab mängulises tegevuses toimetulekuoskusi õnnetuse olukorras.</p> <p><u>Keskond ja jätkusuutlik areng</u> - toob näiteid õnnetuste põhjuste kohta.</p> <p><u>Kodanikualgatus ja ettevõtlikkus</u> - teeb rühmatöös ja mängulistes ülesannetes koostööd, arvestab reeglitega, on aktiivne.</p> <p><u>Kultuuriline identiteet</u> - arvestab teistega ülesandeid täites.</p> <p><u>Teabekeskond ja meediakasutus</u> - näitab mängulistes ülesannetes kuidas leida vajalikku infot ja abi.</p> <p><u>Tervis ja ohutus</u> - annab mängulises olukorras esmaabi, kutsub abi.</p> <p><u>Väärtused ja kõlblus</u> - koostab esmaabi juhise.</p> <p><b>Teised ained:</b></p> <p>Eesti keel - koostab teksti, loeb teksti, kasutab korrektset keelt</p> <p>Kunst - kujundab oma töid.</p> <p>Liikumisõpetus - liikumispausid ja -mängud tundides.</p> <p>Loodusõpetus - inimkeha tundmine.</p>	
<b>Kooliastme teadmised, oskused ja hoiakud:</b>	
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Teab, et ühiskond mõjutab inimest tervikuna, sealhulgas ka tervisekäitumist ja suhtlemist.</li><li>2. Väärtustab inimeste positiivseid omadusi ning positiivset mõtlemist, mõistab inimeste individuaalseid erinevusi ja on erinevuste suhtes salliv.</li><li>3. Mõistab, et murdeea arengutempo on erinev, aktsepteerib oma kehalisi muutusi ja keha eest hoolitsemise vajalikkust.</li><li>4. On loov ja ettevõtlik.</li><li>5. On iseseisev otsustaja, seostab otsuseid tagajärgedega. Teab, et „ei“ ütlemine on võimalus seista oma õiguste eest.</li></ol>	

6. Kirjeldab tõhusaid sotsiaalseid oskusi igapäevaelus. Väärtustab hoolivust, ausust, õiglust, vastutustunnet, üksteise abistamist, sõprust ja armastust vastastikuse toetuse ning usalduse allikatena.
7. Teab, millest suhtlemine koosneb, mõistab avatud suhtlemise eeliseid ja ohtusid ning järgib turvalise suhtlemise reegleid.
8. Mõistab, et konfliktid on osa elust, teab konfliktide võimalikke põhjusi ja tõhusaid lahendusviise, mõistab erinevate käitumisviiside tagajärgi.
9. Teab probleemide erinevaid lahendusviise ning mõistab koostegutsemise väärtust.
10. Mõistab meediast tulenevaid ohtusid oma käitumisele ja suhetele ning vastutust oma sõnade ja tegude eest.
11. Mõistab autoriõiguste järgimise vajalikkust.
12. Teab, kuidas leida usaldusväärseid terviseinfo allikaid, ja teab, kust terviseprobleemi korral abi küsida.
13. Väärtustab tervist, tervislikku eluviisi ja keskkonda ning mõistab eluviisi ja keskkonna mõju tervisele.
14. Teab, mis on riskikäitumine, teab riskikäitumist ennetavaid ja soodustavaid tegureid ja riskikäitumise mõju inimese tervisele. Mõistab enda valikute tagajärgi.
15. Mõistab uimastite tarbimisega kaasnevaid riske, väärtustab tervislikku elu uimastiteta ja teeb tervislikke valikuid.

#### **Kooli väärtuste arendamine**

Koostöö – õppimine läbi rühmatöö, koostöine õppimine. Tehakse koostööd erinevate osapooltega .

Ettevõtlikkus- julgeb pakkuda uusi ideid probleemide lahendamiseks. Õpilane julgeb eksida.

Keskkonnahoid – väärtustame oma koduümbrust, õpime tundma oma koduümbrust.

Koduümbruse loomad, linnud, taimed, puhas tooraine toitumiseks. Säästlik tarbimine, jäätmevaba eluviis. Roheline Kool

Loovus – erinevate õppemeetodite kasutamine. Õpilane suudab teha enda jaoks sobiva valiku

Tervis - säästva eluviisi propageerimine ja kujundamine. Rohetehnoloogiate kasutamise vajalikkuse mõistmine.

<b>Illuka Kooli ainekava</b>	<b>Ainevaldkond: Sotsiaalsed</b>	<b>Õppeaine: Inimeseõpetus</b>
<b>II kooliaste</b>	<b>6. klass</b>	<b>Tundide arv: 1</b>
<b>Õppeaine kirjeldus</b>		
<p>Inimeseõpetuse eesmärk on toetada õpilase sotsiaalsete ja emotsionaalsete oskuste arengut, õppides ennast tundma, vastutustundlikult oma suhteid kujundama, olema terviseteadlik, aus, hooliv ja õiglane.</p> <p>Inimeseõpetuses käsitletakse inimest ja tema sotsiaalset keskkonda tervikuna. Väärtuskasvatus ja hoiakute kujundamine toimub üksteist mõistvas õhkkonnas ning on suunatud õpilaste positiivse mõtlemise arendamisele oma arengu- ja toimetulekuvõimaluste üle. Soodne sotsiaalne õppekeskkond toetub eelkõige õpilaste isikupära ja isiklike seisukohtade austamisele, võimaluste tagamisele vabaks arvamusevalduseks, initsiatiiviks, osalemiseks ja tegutsemiseks nii üksi kui ka koos teistega.</p> <p>Õppetegevused muutuvad põhikooli kolme kooliastme jooksul lihtsamatest keerukamateks, ent peavad olema õpilasele mõistetavad ja tähenduslikud ning toetama arusaama õpitava vajalikkusest. Inimeseõpetus on kontsentiline õppeaine, mille võtmeteemasid käsitletakse igal kooliastmel, arvestades arengulist käsitlust. Inimeseõpetuses võib teemasid käsitleda nii üksteisele järgnevatena kui ka integreerituna, et saavutada oskuste, teadmiste ja väärtuste põhjal õpitulemused. Õpitavat käsitletakse võimalikult igapäevaeluga seonduvalt, kusjuures õppes on olulisel kohal aktiivõppemeetodid.</p> <p>II kooliaste laiendab mina-käsitlust ning keskendub eakaaslaste mõju teemadele, mis selles vanuseastmes oluliseks muutuvad. Arendatakse varasemast põhjalikumalt sotsiaalseid oskusi, sh kehtestavat käitumist uimastite vm riskikäitumisega seotud olukordades. Eneseteadvuse ja iseseisvuse tõusuga muutuvad olulisteks ka tervise ning tervislike valikute teemad, näiteks toitumine, kehaline aktiivsus jms.</p>		
<b>Hindamine</b>		
<p>Hindamine tugineb Illuka Kooli hindamisjuhendile. Hindamisega toetatakse kooliastme lõpuks taotletavate teadmiste ja oskuste omandamist, hoiakute kujunemist ning valdkonnapädevuse saavutamist. Ainealaste teadmiste ja oskuste kõrval antakse tagasisidet ka üldpädevuste arengu ning väärtushoiakute ja -hinnangute kujunemise kohta. Hoiakute kujunemisele antakse tagasisidet suunavate ja toetavate sõnaliste hinnangute abil.</p> <p>Selleks rakendatakse nii diagnostilist, kujundavat kui ka kokkuvõtvat hindamist, mida esitatakse nii sõnaliste hinnangute kui ka numbriliste hinnetena.</p> <p><u>Diagnostilise hindamise käigus</u> selgitatakse välja õpilaste eelteadmiste ja oskuste tase, hoiakud, ainealased väärarusaamad ja spetsiifilised õpiraskused, et kavandada järgnevat õppimist ja õpetamist.</p> <p>Õppeprotsessi käigus rakendatakse <u>kujundavat hindamist</u>, kus õpilane saab suulist ja kirjalikku tagasisidet oma õpitulemuste saavutamise taseme ning tugevuste ja arenguvõimaluste kohta.</p> <p><u>Kokkuvõttev hindamine</u> toimub üldjuhul õppeperioodi või mahuka õppeteema lõpul, et</p>		

<p>kontrollida nii õppetöös püstitatud eesmärkide saavutamist kui ka riikliku õppekavaga sätestatud õpitulemuste saavutatust. Õppeteema kokkuvõttev hinne võib kujuneda õppeperioodi jooksul toimunud hindamise tulemusena, seejuures arvestatakse, et hinnetel võib sõltuvalt töö mahust olla erinev kaal.</p> <p>Õpilast suunatakse õppeprotsessi käigus oma õppimist ja püstitatud eesmärkide saavutamist analüüsima ja reflekteerima.</p>	
<p><b>Teema. Teema olulisus</b></p>	
<p><b>1. MINA JA SUHTLEMINE</b></p> <p>Suhtumine endasse, enda positiivsete külgede nägemine ja mõistmine on nii eneseregulatsiooni kui tõhusate suhete loomise aluseks.</p> <p><b>Kooliastme lõpuks taotletavad teadmised, oskused ja hoiakud:</b></p> <p>on loov ja ettevõtlik;  väärtustab inimeste positiivseid omadusi ning positiivset mõtlemist, mõistab inimeste individuaalseid erinevusi ja on erinevuste suhtes salliv.</p>	
<p><b>Õpitulemused:</b></p>	<p><b>Metoodilised soovitused, sh õpistrateegiate rakendamine, diferentseerimise võimalused</b></p>
<p><b>1.Enesetundmine.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selgitab, kuidas enesehinnang kujuneb.</li> <li>• Mõistab enesehinnangu olemust.</li> <li>• Saab aru, et enesehinnang on osa tema minapildist.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klassiarutelu mõistete avamiseks.</li> <li>• Õpetaja selgitused esitlusega. Enesehinnang ja selle kujunemine.</li> <li>• Enesehinnangu mõistekaardi koostamine - keha, välimus, tunded, suhted, suhtumine endasse.</li> <li>• Individuaalülesanne. Minu enesehinnang. Mõistekaardi info alusel kirjeldab õpilane enda enesehinnangut ja märgib selles positiivsed küljed.</li> <li>• Paarisülesanne. Tähemäng. Tähestikuks on Enesehinnangu kujunemine.</li> <li>• Individuaalülesanne. Õpilane paneb kirja 10 vastust küsimusele “milline ma olen”. Need näitavad suhtumist iseendasse. Joonib alla positiivsed. Mõtleb kuidas muuta halvustavaid.</li> <li>• Rühmaarutelu. Miks on toetav/ positiivne enesehinnang oluline? Mis/ kes mõjutavad enesehinnangut?</li> <li>• Kursust läbiva meeskonnamängu “Üksikul saarel” I etapp: mida võtan</li> </ul>

	kaasa, millised on minu omadused ja panus.
<b>Õppesisu:</b>	
Mina-pilt (kirjeldav ja hinnanguline osa). Enesehinnang. Enesehinnangu kujunemine	
<b>Lõiming:</b>	<b>Hindamine:</b>
<p><b>Üldpädevused:</b></p> <p><u>Kultuuri- ja väärtuspädevus</u> - iseloomustab ennast, kasutades positiivseid märksõnu, selgitab, miks tema ja teised klassikaaslased on olulised.</p> <p><u>Sotsiaalne ja kodanikupädevus</u> - arvestab rühmatöös inimeste erinevustega, peab kinni suhtlusreeglitest, teeb kõigiga koostööd</p> <p><u>Enesemääratluspädevus</u> - kirjeldab enda omadusi, selgitab enda enesehinnangu kujunemist.</p> <p><u>Õpipädevus</u> - lisaks kirjeldamisele selgitab ja analüüsib enda omadusi, otsib vajalikku teavet, näitab mõnda õpimeetodit.</p> <p><u>Suhtluspädevus</u> - väljendab end selgelt, kasutab korrektset keelt, esitab ja põhjendab aruteludes oma seisukohti, arvestab rühmatöös teistega, loeb ja mõistab tekste.</p> <p><u>Matemaatika-, loodusteaduste ja tehnoloogiaalane pädevus</u> - kasutab õppeskeeme, katsetab erinevaid arvutiprogramme.</p> <p><u>Ettevõtlikkuspädevus</u> - on rühmatöös aktiivne, võtab osa ülesannete lahendamisest, on ülesandeid tehes iseseisev.</p> <p><u>Digipädevus</u> - kasutab digiseadmeid info leidmisel ja tööde vormistamisel.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane toob näiteid mina-pildi väärtustamise kohta ja selgitab näidete varal, kuidas enesehinnang kujuneb.</li> </ul>
<b>Õpitulemused:</b>	<b>Metoodilised soovitused, sh õpistrateegiate rakendamine, diferentseerimise võimalused</b>
<b>2. Eneseanalüüs. Väärtused</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ideekaart. Rühmatöö. Inimese omadused: huvid, võimed, väärtused.</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"><li>• Selgitab enda erinevate omaduste arendamise võimalusi.</li><li>• Oskab nimetada enda erinevaid omadusi.</li><li>• Mõistab, et ennast saab pidevalt arendada.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Rühmatöö. Omaduste loendi koostamine.</li><li>• Individuaalülesanne. Igaüks valib eelmises rühmatöös koostatud omaduste loendist omadused, mis iseloomustavad teda ja teeb neist enda kujundatud omaduste loendi.</li><li>• Õpetaja selgitused esitlusega. Inimest iseloomustavad tunnused - omadused, väärtused, huvid, tegevused, suhted, enesehinnang.</li><li>• Kompleksülesanne. Esmalt kirjutab igaüks välja 5 asja, mida väärtustab. Seejärel joonistada tabel, kuhu vasakusse veergu lähevad väärtused üksteise alla ning veergude pealkirjadeks rühmakaaslaste nimed. Rühmas jagatakse oma väärtusi ning tehakse lühiküsitlus, kes samu asju väärtustavad ning märgitakse tabelis "+". Kui kõik rühmaliikmed on saanud rääkida, siis tehakse kirjalik kokkuvõte, pannakse kirja 1) Kõige enam sarnanes minuga väärtushinnangutes ..... 2) Kõige vähem sarnanes minuga väärtushinnangutes ..... 3) Mind üllatas .... 4) Huvitav oli, et ..... 5) Sain teada.....</li><li>• Väärtuste skaala. Õpetaja tähistab klassis pooled: väga oluline - ei ole üldse oluline. Seejärel esitab väiteid erinevate väärtuste kohta. Iga õpilane valib poole vastavalt sellele kuiõrd oluline talle esitatud väide on. Pärast arutatakse selle üle, miks arvavad ühed ühtmoodi ja teised teistmoodi.</li><li>• Loovülesanne:<ol style="list-style-type: none"><li>1) Õpilane kujundada enda ja oma perekonna väärtuste vapp.</li><li>2) Õpilane valib, mis on kõige tähtsamad, kujundab oma väärtuste kimbu.</li></ol></li></ul>
--	---

	<p>3)Õpilane loob koomiksi/ visuaali teemal "Kõige olulisem väärtus on .... "</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Individuaalülesanne. Enesearendamine. Õpilane valib ühe positiivse omaduse, mida tal pole või mida soovib tugevdada (nt julgus, püsivus vms). Koostab selle arendamiseks plaani. järgib plaani kaks nädalat/ kuu aega ja analüüsib siis kuidas õnnestus ja mida muuta.</li> <li>• Loovülesanne. Minapilt. Õpilane koostab kujundatud pildi enda omadustest, huvidest, väärtustest, suhtumistest.</li> <li>• Väärtuste mäng. TÜ Eetikakeskus.</li> <li>• Individuaalülesanne. Õpilane valib ühe muinasjutu või õpetaja annab kõigile sama muinasjutu. Õpilane valib loost endale kõige sarnasema tegelase. Tabelis analüüsib tegelase positiivseid ja mitte positiivseid omadusi ning käitumisviise. Seejärel toob välja enda sarnasused tegelasega. Mitte positiivsete omaduste korral toob näiteid kuidas neid muuta.</li> </ul>
<p><b>Õppesisu:</b></p>	
<p>Eneseanalüüs. Oma omaduste ja väärtuste selgitamine ja arendamine. Väärtused. Huvid. Võimed.</p>	
<p><b>Lõiming:</b></p>	<p><b>Hindamine:</b></p>
<p><b>Läbivad teemad:</b>  <u>Elukestev õpe ja karjääri planeerimine</u> - ettevõtete külastused; katsetab erinevaid õpimeetodeid, ülesannet täites kirjutab oma eesmärgid.  <u>Kodanikualgatus ja ettevõtlikkus</u> - kohalikule omavalitsusele ettepanekute koostamine noorte vaba aja kohta.  <u>Kultuuriline identiteet</u> - suhtub sallivalt ja koostöiselt rühmakaaslastesse, arvestab kaaslaste erinevustega.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane kirjeldab ja analüüsib enda iseloomujooni ja omadusi nähes võimalusi oma võimete, oskuste ja huvide arendamisel.</li> </ul>



<p><u>Teabekeskond ja meediakasutus</u> - kasutab meediat, sh sotsiaalmeediat ülesannete täitmisel.</p> <p><u>Tehnoloogia ja innovatsioon</u> - kasutab nutiseadmeid info otsimisel.</p> <p><u>Väärtused ja kõlblus</u> - kirjeldab ja selgitab ülesandes enda ja kaaslaste väärtusi, nende sarnasusi ja erinevusi.</p>	
<p><b>Õpitulemused:</b></p>	<p><b>Metoodilised soovitused, sh õpistrateegiate rakendamine, diferentseerimise võimalused</b></p>
<p><b>3. Ettevõtlikkus, selle väljendumine tegutsemisel.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mõistab oma võimalusi algatada ettevõtmisi ja toob näiteid ettevõtlikust tegutsemisest.</li> <li>• mõistab, et tema ise saab suunata oma tegevusi</li> <li>• Seostab ettevõtlikkust tulevase tööeluga.</li> <li>• õpib tundma oma huvisid ning seostama neid tulevikuga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ideekaart Ideepanga loomine. Väikestes rühmades ettepanekute koostamine kohalikule omavalitsusele kuidas luua juurde noortele sobivaid vabaaja tegevusi. Ettepanekutest koostatakse mapp ja antakse KOVile üle.</li> <li>• Loovülesanne. Rühmatöö. “Unistuste kool”. Mida unistuste koolis õpetatakse, kes õpetavad, kes õpivad, milline on koolipäev.</li> <li>• Viktoriin. Milline amet? Kirjelduse järgi tuleb ära arvata millise ametiga on tegemist. Õpilane märgib ära ametid, mis pakuvad huvi.</li> <li>• Loovülesanne. Minu unistuste amet. Märksõnaline kujundatud töö sisaldab ameti kirjeldust, töökohta, inimese omadusi, oskusi. Tutvustab tööd teistele. Analüüsib enda omadusi sellest ametist lähtuvalt.</li> <li>• Võimalusel kohalike ettevõtete, raamatukogu jms külastused.</li> <li>• Minifirma. Väikestes rühmades firma idee väljamõtlemine, tegevuse mõtlemine, võimalusel elluviimine. Arvestada tuleb kas on väljaminekuid, kuidas need katta. Tegevus võib olla ka nt klassiüritus, koolis ürituse korraldamine jne</li> </ul>

<b>Õppesisu:</b>	
Ettevõtlikkuse tähtsus igapäevaelus ja ühiskonnas. Ettevõtlikkus ja tööelu.	
<b>Lõiming:</b>	<b>Hindamine:</b>
Eesti keel - Loeb ja kirjutab tekste. Ühiskonnaõpetus - ettepanekud kohalikule omavalitsusele. Loovülesanne “unistuste kool”. Ettevõtete külastused. Kunst - kujundab oma töid. Liikumisõpetus - liikumispausid ja -mängud tundides.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane analüüsib oma tugevaid külgi (võimed, oskused, huvid, võimalused) seostades tugevusi eelistustega tulevikus.</li> </ul>
<b>Teema. Teema olulisus</b>	
<p><b>2. SUHTLEMINE TEISTEGA</b></p> <p>Tõhusate enesekohaste ja sotsiaalsete oskuste õpetamine seoses tõenduspõhise riskikäitumise ennetamise ja sekkumisega tagab turvalisuse ja heaolu.</p> <p><b>Kooliastme lõpuks taotletavad teadmised, oskused ja hoiakud:</b></p> <p>teab, millest suhtlemine koosneb, mõistab avatud suhtlemise eelised ja ohtusid ning järgib turvalise suhtlemise reegleid;</p> <p>on iseseisev otsustaja, seostab otsuseid tagajärgedega. teab, et “ei” ütlemine on võimalus seista oma õiguste eest.</p>	
<b>Õpitulemused:</b>	<b>Metoodilised soovitused, sh õpistrateegiate rakendamine, diferentseerimise võimalused</b>
<p><b>1.Suhtlemise mõiste.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kirjeldab, millest suhtlemine koosneb.</li> <li>• Mõistab suhtlemise olemust, toob näiteid suhtlemise komponentide kohta.</li> <li>• Eristab mitteverbaalseid ja verbaalseid suhtlemisvahendeid ning analüüsib nende vastastikuseid seoseid.</li> <li>• Mõistab suhtlemise kompleksust.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ajurünnak. Miks me suhtleme? Kuidas me suhtleme?</li> <li>• Ideekaart. Suhtlemise olemus. Võib teha rühmas.</li> <li>• Definiitsioon. Ideekaardi järgi suhtlemise definiitsiooni koostamine.</li> <li>• Rühmatöö. Verbaalse ja mitteverbaalse suhtlemise osade/ näidete/ viiside leidmine. Võib teha digivahenditega.</li> <li>• Õpetaja selgitused esitlusega. Verbaalne ja mitteverbaalne suhtlemine. Suhtlemise komponendid</li> <li>• Küsimuste mäng. Üks mängijatest mõtleb ühe sõna/tegevuse. Teised püüavad kümne küsimusega ära arvata mis sõna see on. Esimeses ringis võib küsida ainult suletud kas-küsimusi. Teises ringis</li> </ul>

	<p>küsitakse avatud küsimusi - milline, kus, kuidas jne</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Alias. Kehakeele alias. Segalias - lisaks selgitatava sõna kaardile tuleb mängijal võtta lisakaart, mis ütleb kas ta peab selgitama sõnadega, esitama kehakeeles või joonistama.</li><li>• Individuaaltöö või paaristöö. Uudis. Õpilased kirjutavad ja kujundavad vastavalt kokkuleppele paberil või veebis uudise tegelikult toimunud klassi- või koolisündmuse kohta ja kujundavad selle. Töödest saab panna kokku ajalehe.</li><li>• Kuulujutu mäng. 4-5 õpilast lähevad ukse taha. Õpetaja loeb teistele ette ühe loo, milles on palju fakte. Seejärel tuleb üks õpilane ukse tagant sisse. Klassis olijad jutustavad talle kuuldud loo. Eksimusi faktides parandada ei tohi. Esimene siseneja jutustab loo edasi teisele sisenejale. Ülejäänud kaaslased enam midagi öelda ei tohi. Teine jutustab kolmandale jne. Viimane siseneja jutustab kuuldud loo kogu klassile. Seejärel loeb õpetaja tegeliku loo uuesti ette. Arutatakse miks tekivad vaeuudised, kuulujutud, kuidas end arusaadavalt väljendada.</li></ul> <p>Mäng. Telefon.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Rühmaarutelu. Reklaamide mõju. Õpetaja annab küsimused ette: miks reklaame tehakse, kellele need on suunatus, miks inimesed ostavad reklaami mõjul, mida teie olete ostnud vastavalt reklaamitavale, miks on oluline uurida toote omadusi täpsemalt.</li><li>• Loovülesanne. Enesele sümbolite loomine, nt raamatu exlibris,</li></ul>
--	---

	<p>lemmiktegevuste, -asjade jms kujutamine sümbolitega.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Individuaalülesanne. Erinevate toodete omaduste sümbolite tähenduse väljaselgitamine.</li> <li>• Individuaalülesanne. Venda Sõelsepp “Kuidas kurgil kurk haigeks jäi” - lugu mitmetähenduslikest sõnadest.  <a href="http://raamatusobrake.blogspot.com/2016/09/kui-kurgil-jai-kurk-haigeks.html">http://raamatusobrake.blogspot.com/2016/09/kui-kurgil-jai-kurk-haigeks.html</a></li> <li>• Loovülesanne. Lühijutu kirjutamine, kasutades selles üht mitmetähenduslikku sõna.</li> <li>• Klassiarutelu. Kuidas inimesed üksteist mõjutavad?</li> </ul>
<b>Õppesisu:</b>	
<p>Suhtlemise olemus (teise tajumine, teabevahetus, mõjutamine) Verbaalne suhtlemine      Mitteverbaalne suhtlemine.</p>	
<b>Lõiming:</b>	<b>Hindamine:</b>
<p><b>Üldpädevused:</b>  <u>Kultuuri- ja väärtuspädevus</u> - selgitab suhtlemise olemust, esitab erinevate rahvaste traditsioone, nt tervitusi.  <u>Sotsiaalne ja kodanikupädevus</u> - esitab kehtestava käitumise näiteid, teeb rühmatöös koostööd, arvestab erinevustega.  <u>Enesemääratluspädevus</u> - kujundlikes ülesannetes valib sümbolid enda omadustest ja tegevustest lähtuvalt, valib rollimängus kehtestava käitumisviisi.  <u>Õpipädevus</u> - eristab ülesandes agressiivset ja alistuvat käitumist kehtestavast, harjutab kehtestava käitumisviisi kasutamist.  <u>Suhtluspädevus</u> - väljendab end selgelt, kasutab korrektset keelt, esitab ja põhjendab aruteludes oma seisukohti, arvestab rühmatöös teistega, loeb ja</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane teab suhtlemise olemust ja toob näiteid suhtlemise komponentide kohta.</li> <li>• Õpilane eristab mitteverbaalset ja verbaalset suhtlemist ning analüüsib nendevahelisi seoseid.</li> </ul>

<p>mõistab tekste, etendab mitteverbaalse suhtlemise elemente.</p> <p><u>Matemaatika-, loodusteaduste ja tehnoloogiaalane pädevus</u> - kasutab ülesandes erinevaid sümbboleid.</p> <p><u>Ettevõtlikkuspädevus</u> - sõnastab ülesandes küsimusi, osaleb rühmatöodes ja rollimängudes.</p> <p><u>Digipädevus</u> - kasutab digiseadmeid info leidmisel ja tööde vormistamisel.</p>	
<p><b>Õpitulemused:</b></p>	<p><b>Metoodilised soovitusd, sh õpistrateegiate rakendamine, diferentseerimise võimalused</b></p>
<p><b>2. Agressiivne, alistuv ja kehtestav käitumine ning nende mõju suhetele.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eristab kehtestavat, agressiivset ja alistuvat käitumist ning mõistab nende käitumisviiside mõju suhetele.</li> <li>• Iseloomustab erinevaid käitumisviise</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpetaja selgitused esitlusega. Agressiivne, alistuv ja kehtestav käitumisviis, nende sarnasused, erinevused.</li> <li>• Loovülesanne. Voldiku/ plakati koostamine käitumisviiside võrdlemiseks.</li> <li>• Juhtumite lahendamine. Õpetaja annab ette situatsioonid ning õpilased peavad need lahendama kasutades agressiivset, alistuvat ja kehtestavat käitumist. Võimalus ka rühmades etendada rollimänguna ning teistel ära arvata, millega tegu. Viimane lahendus peab kindlasti olema kehtestav.</li> <li>• Ülesanne. Käitumisviiside näited. Võib teha rühmas. Õpilased otsivad filmidest ja raamatutest näiteid erinevate käitumisviiside kohta/ või õpetaja annab teosed ette (nt Aino Pervik “Arabella, mereröövli tütar”, film “Röövlirahnu Martin”).</li> <li>• Rühmatöö. kehtestava käitumisviisi eelised. Rühmas tuuakse näidete abil välja miks on kehtestav käitumisviis parem kui alistuv või agressiivne.</li> </ul>
<p><b>Õppesisu:</b></p>	

Agressiivne, alistuv ja kehtestav käitumine ning nende mõju suhetele. Kehtestava käitumise viisid. Kehtestava käitumise põhimõtted ja eelised	
<b>Lõiming:</b>	<b>Hindamine:</b>
<p><b>Läbivad teemad:</b></p> <p><u>Elukestev õpe ja karjääri planeerimine</u> - harjutab positiivset enesekehtestamist ning suhtlemisoskusi, analüüsib enda tegevust suhtlemise olukordades.</p> <p><u>Keskkond ja jätkusuutlik areng</u> - selgitab toodetel olevate sümbolite tähendust.</p> <p><u>Kodanikualgatus ja ettevõtlikkus</u> - lahendab rollimängudes juhtumeid, eristades erinevaid käitumisviise, harjutab ei ütlemist.</p> <p><u>Kultuuriline identiteet</u> - mõistab ja selgitab mängulises ülesandes eelarvamuste ja stereotüüpide paikapidamatust.</p> <p><u>Teabekeskond ja meediakasutus</u> - harjutab verbaalseid ja mitteverbaalseid suhtlemise viise, valib ülesandes õige käitumisviisi.</p> <p><u>Tehnoloogia ja innovatsioon</u> - kasutab ülesannete täitmisel erinevaid arvutiprogramme.</p> <p><u>Tervis ja ohutus</u> - ütleb mängulises ülesandes kahjustavale käitumisele ei, selgitab agressiivse käitumise tagajärgi.</p> <p><u>Väärtused ja kõlblus</u> - selgitab mõjutamise viise, sh positiivse mõjutamise võimalusi.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane kirjeldab agressiivse, alistuva ja kehtestava käitumise mõju suhtlemisel suhetele.</li> <li>• Õpilane demonstreerib õpituatsioonis näidete varal, kuidas kehtestavalt käituda suhtlemisel, et säilitada ja tugevdada suhteid.</li> </ul>
<b>Õpitulemused:</b>	<b>Metoodilised soovitused, sh õpistrateegiate rakendamine, diferentseerimise võimalused</b>
<p><b>3. Ühiskonnas juurdunud uskumuste ja hoiakute mõju inimesele.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Teab, mis on eelarvamused ja stereotüüpsed hoiakud, ja tunneb need ära.</li> <li>• Toob näiteid eelarvamuste mõjust igapäevaelus.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klassiarutelu mõistete avamiseks.</li> <li>• Joonemäng/ pooluste mäng "Jah/ ei". Õpetaja nimetab olukordi ja käitumisviise. Õpilased otsustavad kas need on stereotüüpsed või mitte.</li> <li>• Kompleksülesanne. Õpilased kirjutavad vihikusse individuaalselt näiteid koolis esineva eelarvamuslikku/ stereotüüpsed</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Toob näiteid, kuidas eelarvamused mõjutavad igapäevasuhtlust.</li> </ul>	<p>käitumise kohta. Loevad teistele ette. Arutatakse millised on tegelikult eelarvamuslikud. Õpetaja kirjutab need tahvlile. Rühmas pakutakse nende muutmiseks lahendusi.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rühmaarutelu. Vajab õpetaja juhtimist. Iseloomustatakse (milline ta on?) erinevaid inimesi, nt pensionär, nohik, pubekas jne. Järgneb klassiarutelu kas kõik selle inimrühma esindajad on sellised. Seejärel saab arutada miks stereotüübid tekivad, millised on nende tagajärjed inimestele ja kuidas neid vältida.</li> <li>• Paaristöö. Juhtumite analüüs. Õpetaja annab stereotüüpsed olukorrad. Õpilased selgitavad kuidas need mõjutavad olukorras olevaid tegelasi ja kuidas olukorda saab muuta.</li> <li>• Pildianalüüs. Kõik rühmad saavad sama pildi inimesest. Igale rühmale öeldakse pildil olevale inimesele erinev taust - ärimees, kurjategija, sportlane jne. Rühma ülesandeks on seda inimest kirjeldada. Järgneb arutelu eelarvamustest.</li> <li>• Loovülesanne. Plakat paberil või veebis. Eelarvamuste vältimine/ sallivus.</li> </ul>
<p><b>Õppesisu:</b></p>	
<p>Eelarvamused. Stereotüübid. Eelarvamuste ja stereotüüpide mõju suhetele. Sallivus. Aktsepteerimine.</p>	
<p><b>Lõiming:</b></p>	<p><b>Hindamine:</b></p>
<p>Eesti keel - jutukese kirjutamine mitmetähenduslike sõnadega, koostab definitsiooni, kasutab korrektset keelt, esitab küsimusi.                  Kunstiõpetus - exlibris, oma tööde kujundamine.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane selgitab oma sõnadega mis on stereotüüp, eelarvamus ning toob näiteid, kuidas need mittetõhusal viisil mõjutavad igapäevasuhtlust ja -suhteid.</li> </ul>

<p>Kirjandus - sobivate kirjandusteoste või filmidega tutvumine.</p> <p>Liikumisõpetus - liikumispausid ja -mängud tundides.</p> <p>Ühiskonnaõpetus - uudise kirjutamine, erinevate rahvaste suhtlemisviiside võrdlemine, mõjutamisviiside näited, turvalise internetikasutuse reeglid, hooliv suhtlemine (hea kodaniku tunnused).</p>	
<p><b>Õpitulemused:</b></p>	<p><b>Metoodilised soovitused, sh õpistrateegiate rakendamine, diferentseerimise võimalused</b></p>
<p><b>4. Tõenduspõhised enesekohased ja sotsiaalsed oskused.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Teab, et tal on õigus öelda „ei“ ja demonstreerib õpituatsioonis „ei“ ütlemist oma tervise kaitsel ja õiguste eest seismisel.</li> <li>• Demonstreerib õpituatsioonis, kuidas keelduda ennast ja teisi kahjustavast tegevusest, kasutades tõhusaid enesekohaseid ja sotsiaalseid oskusi.</li> <li>• Nimetab kahjustavaid käitumisviise, selgitab, kuidas enese eest seista ilma teisi kahjustamata.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klassiarutelu. Millistes olukordades tuleb keelduda, miks, kuidas seda teha?</li> <li>• Õpetaja selgitused esitlusega. Sotsiaalsed oskused - enese esitlemine, enese avamine, kuulamine, enesekehtestamine. Kahjustavad tegevused - kiusamine, manipuleerimine.</li> <li>• Mõistekaart sotsiaalsete oskuste ja kahjustava käitumise kohta.</li> <li>• Ajurünnak. Kahjustava käitumise ennetamine ja vältimine.</li> <li>• Individuaalülesanne. Õpetaja annab ette olukorrad, mille puhul õpilastel tuleb kirjutada vabandus. Rollimäng. Etendatakse eelmises ülesandes kasutatud olukordi.</li> <li>• Kompleksülesanne. Õpilased panevad individuaalselt vihikusse kirja olukorrad, millal on raske kellelegi ei öelda. Õpilased tutvustavad oma olukordi kaaslasele. Paaristööna valitakse välja 3-5 olukorda ning koos proovitakse leida sobivad laused, kuidas öelda ei nendes olukordades.</li> <li>• Rollimäng. Kahjustavast tegevusest keeldumise viisid/ võimalused. Õpetaja</li> </ul>



	<p>annab ette juhtumid, õpilased etendavad kuidas neis olukordades keelduda.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ülesanne. Kuidas öelda EI - kohandada väited teemale ja vanuseastmele sobivaks. (Räägime tervisest! Juhendmaterjal noorsootöötajatele, lk 97)</li> <li>• Juhtumite analüüs. Ülesanne rühmas. Kahjustava, sh kiusava käitumise äratundmine ja lahenduste pakkumine. Õpetaja annab juhtumid ette.</li> <li>• Loovülesanne. Plakat paberil või veebis/ luuletus/ lühijutt/ koomiks/ voldik vms õpilasele sobiv viis “Kiusamine pole okei”</li> </ul>
<b>Õppesisu:</b>	
<p>Tõenduspõhised enesekohased ja sotsiaalsed oskused (otsuste langetamine ja probleemide lahendamine; loov ja kriitiline mõtlemine; emotsioonide ja stressiga toimetulek; enesetunnetus- ja suhtlemisoskus) riskikäitumise (uimastikasutamine ja vägivald) ennetamisel. “Ei” ütlemist eeldavad olukorrad. “Ei” ütlemise viisid, julgus ja tähtsus.</p>	
<b>Lõiming:</b>	<b>Hindamine:</b>
<p>Ühiskonnaõpetus (eakohased kodanikualgatuse võimalused, koostöö ja ühistegevus, kommunikatsioonivõimalused).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane demonstreerib õpituatsioonis tõhusaid enesekohaseid ja sotsiaalseid oskusi ennast ja teisi kahjustavates olukordades (nt uimasti käitumine ja vägivald).</li> <li>• Õpilane teab keeldumisvõimalusi uimastitega seotud olukordades ning demonstreerib õpituatsioonis “ei” ütlemise oskust sellistes situatsioonides</li> </ul>
<b>Õpitulemused:</b>	<b>Metoodilised soovitused, sh õpistrateegiate rakendamine, diferentseerimise võimalused</b>
<p><b>5. Interneti võimalused ja ohud</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Toob näiteid turvalisest suhtlemisest igapäevaelus, sh internetis ning lahendab õpituatsioonis teemakohaseid probleeme.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rühmatöö. turvalise internetikasutuse reeglite koostamine, sh pöörata tähelepanu just turvalisele suhtlemisele.</li> <li>• Juhtumite analüüs. Õpetaja annab ette erinevaid suhtlemisolukordi. Õpilased otsustavad paaristööna kas selline</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>Mõistab enda vastutust erinevates suhtluskeskkondades</li> </ul>	<p>käitumine on sobiv. Eitava otsuse korral pakuvad teisi käitumise viise selles olukorras. Juhtumid on erinevad, nt vabandamine, vestluse alustamine, jutule vahele segamine, meili saatmine jne.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Tähemäng. Sõna Hoolimine. Tuuakse välja hooliva käitumise viise.</li> <li>Võimalusel klassiprojekt “Hooliva suhtlemise päev/ nädal/ kuu/ aasta”.       <ol style="list-style-type: none"> <li>Õpilased kirjutavad väikestele paberitele igale paberile ühe hooliva/ viisaka käitumise viisi.</li> <li>Iga õpilane saab ühe viisi, mida kasutab ühe päeva jooksul, järgmiseks päevaks saab uue jne.</li> <li>Projekti lõpus analüüsitakse selle mõju klassi suhetele.</li> </ol> </li> <li>Individaalülesanne. Minu vastutus. Õpilased kirjutavad mida nemad saavad teha erinevate suhteprobleemide ennetamiseks.</li> <li>Rühmatöö. Meie klassi kokkulepped sõbralikeks suheteks ja töörahuks.</li> </ul>
<p><b>Õppesisu:</b></p>	
<p>Internet. Interneti võimalused ja ohud. Turvaline internetikasutus. Viisakas, austav ja hooliv suhtlemine.</p>	
<p><b>Lõiming:</b></p>	<p><b>Hindamine:</b></p>
<p>Ühiskonnaõpetus - uudise kirjutamine, erinevate rahvaste suhtlemisviiside võrdlemine, mõjutamisviiside näited, turvalise internetikasutuse reeglid, hooliv suhtlemine (hea kodaniku tunnused).</p> <p>Eesti keel - kasutab korrektset keelt, esitab küsimusi.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Õpilane teab esmased ohutusnõuded interneti ja sotsiaalmeedia kasutamisel ja viisakusreeglid võrgukaaslastega suhtlemisel, demonstreerib seda õpituatsioonis.</li> <li>Õpilane analüüsib sobilikke (ja mitesobilikke) käitumisviise igapäevases suhtlemises ning selgitab kuidas muuta mitesobivaid suhtlusviise sobivateks.</li> </ul>

Teema. Teema olulisus	
<p><b>3. SUHTED TEISTEGA</b></p> <p>Sotsiaal-emotsionaalsete oskuste arendamine ja prosotsiaalne käitumine kui enesemääratluspädevuse/eneseregulatsiooni alus.</p> <p><b>Kooliastme lõpuks taotletavad teadmised, oskused ja hoiakud:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teab, et ühiskond mõjutab inimest tervikuna, sealhulgas ka tervisekäitumist ja suhtlemist;</li> <li>• väärtustab inimeste positiivseid omadusi ning positiivset mõtlemist, mõistab inimeste individuaalseid erinevusi ja on erinevuste suhtes salliv;</li> <li>• kirjeldab tõhusaid sotsiaalseid oskusi igapäevaelus, väärtustab hoolivust, ausust, õiglust, vastutustunnet ja armastust vastastikuse toetuse ning usalduse allikatena;</li> <li>• mõistab meediat tulenevaid ohtusid oma käitumisele ja suhetele ning vastustus oma sõnade ja tegude eest.</li> </ul>	
Õpitulemused:	Metoodilised soovitused, sh õpistrateegiate rakendamine, diferentseerimise võimalused
<p><b>1. Inimeste erinevused.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Toob esile arengulisi individuaalseid erinevusi, mõistab inimeste erivajadusi.</li> <li>• Nimetab inimeste erivajadusi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klassiarutelu. Mille poolest inimesed erinevad ja/või sarnanevad.</li> <li>• Astu sisse. Õpilased moodustavad ringi, üks õpilane esitab ühe väite selle kohta, mis talle meeldib ning astub ringi sisse ja teised õpilased, kes nii arvavad astuvad ka. Kõik õpilased saavad öelda oma väite.</li> <li>• Mäng. Mille poolest me sarnaneme ja erineb nt klassikaaslane, koer, pall, firmajuht jms</li> <li>• Individuaalülesanne. Tuua välja mille poolest õpilane sarnaneb teistele klassis, mille poolest erineb. Tutvustada oma mõtteid teistele.</li> <li>• Klassi ühistöö. Klassi väärtuste püramiid. 1)Iga õpilane kirjuta 5-6 tema jaoks olulist väärtust. 2)Need grupeeritakse teemade kaupa. 3)Koostatakse püramiid: alumisel astmel 5-6 baasväärtust, keskel 3-4 tegevusega seotut, ülemisel astmel 1-3 klassi õpilaste jaoks kõige olulisemat.</li> <li>• Individuaalülesanne. Maslow vajaduste püramiid. Märkida püramiidile enda</li> </ul>

	<p>vastavad vajadused. Võrrelda neid kaaslastega.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Klassiarutelu/ rühmatöö. Inimeste erivajaduste märkamine - milliseid erivajadusi inimestel võib olla - puuded, andekus. Kuidas puudega inimesi abistada ja kaasata</li> </ul>
<b>Õppesisu:</b>	
Inimeste erinevused. Vajadused. Väärtused. Erivajadused. Sallivus.	
<b>Lõiming:</b>	<b>Hindamine:</b>
<p><b>Üldpädevused:</b></p> <p><u>Kultuuri- ja väärtuspädevus</u> - toob ülesandes näiteid inimeste vaheliste erinevuste kohta lähtudes rahvusest, väärtustab teisi.</p> <p><u>Sotsiaalne ja kodanikupädevus</u> - teeb rühmatöös koostööd, arvestab erinevustega.</p> <p><u>Enesemääratluspädevus</u> - selgitab enda õigusi ja kohustusi, kirjeldab inimeste vahelisi erinevusi ja sarnasusi.</p> <p><u>Õpipädevus</u> - analüüsib ülesandes enda teadmisi, otsib teavet, kasutab teavet mängudes.</p> <p><u>Suhtluspädevus</u> - väljendab end selgelt, kasutab korrektset keelt, esitab ja põhjendab aruteludes oma seisukohti, arvestab rühmatöös teistega, loeb ja mõistab tekste.</p> <p><u>Ettevõtlikkuspädevus</u> - esitab rühmatöodes ideid, osaleb klassi vabatahtliku tegevuse projektis.</p> <p><u>Digipädevus</u> - kasutab digiseadmeid info leidmisel ja tööde vormistamisel.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane selgitab ja toob näiteid inimeste erinevatest vajadustest tuginedes vajaduste hierarhiale.</li> <li>• Õpilane selgitab oma sõnadega sallivuse mõistet ja olemust, toob näiteid, põhjendab, miks on oluline olla salliv kõikide, sh enda suhtes.</li> <li>• Õpilane selgitab ning toob näiteid, kuidas kaasata õpikeskkonda hariduslike erivajadustega lapsi ja noorukeid.</li> </ul>
<b>Õpitulemused:</b>	<b>Metoodilised soovitused, sh õpistrategiate rakendamine, diferentseerimise võimalused</b>
<b>2. Prosotsiaalne käitumine.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klassiarutelu mõistete avamiseks.</li> <li>• Lastega filosoferimine - õiglus, õigus, vastutus</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"><li>• Toob näiteid hoolivast, ausast, õiglasest ja vastutustundlikust käitumisest.</li><li>• Selgitab miks sõbralik käitumine on kasulik.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Individuaalülesanne. Töö tekstiga. Lapse õiguste konventsioon. Kirjutada välja 5-6 lapse kõige põhilisemat õigust, põhjendada oma valikut.</li><li>• Juhtumite analüüs. Erinevad käitumisviisid (agressiivne, alistuv, kehtestav, sh internetis). Juhtumid on alistuvas või agressiivses võtmes. Õpilastel tuleb pakkuda lahendused nii, et need oleksid kehtestavad.</li><li>• Rühmaarutelu. Miks inimesed internetis teisiti käituvad ja suhtlevad kui näost näkku suhtlemisel? Kuidas seda vältida? Koostada ettepanekute kogu.</li><li>• Sik-sak. Rühmades arutatakse hoolivuse, õigluse, vastutuse, õiguste, aususe, kohustuste üle. Tuuakse näiteid. Iga rühm saab ühe mõiste. Seejärel jagatakse rühmad ümber nii, et igas rühmas on iga mõiste esindaja.</li><li>• Rühmatöö. Meie klassi reeglid. Rühmas koostatakse 5 käitumise viisi/ reeglit, mis arvestaksid kõigi huvidega, oleksid viiskad ja hoolivad.</li><li>• Individuaalülesanne. Minu õigused ja kohustused. Töö “minu kilp” põhimõttel. Kilbil on õigused, kohustused ja soovid. Järgneb klassiarutelu: kas lapsel on ainult õigused?</li><li>• Loovülesanne. Sõprus. Koostada meelepärasel viisil töö, mis näitab sõpruse olemust ja eeliseid. Töödest koostatakse klassis näitus.</li></ul> <p>Loovülesanne muusika ja sõprus. Klassis koostatakse loetelu sõpruse teemalistest lauludest ning nende kuulamisel joonistatakse.</p>
<b>Õppesisu:</b>	
Prosotsiaalne käitumine. Õigus, vastutus, hoolivus, ausus. Vastutus enda sõnade ja tegude eest, sh internetis.	

Lõiming:	Hindamine:
<p><b>Läbivad teemad:</b></p> <p><u>Elukestev õpe ja karjääri planeerimine</u> - teadvustab ülesannetes oma sarnasusi ja erinevusi võrreldes teistega, toob nende kohta näiteid.</p> <p><u>Kodanikualgatus ja ettevõtlikkus</u> - osaleb reklaamide olemust ja sisu arutlevates ülesannetes, mõistab ja arvestab enda ja teiste õigustega.</p> <p><u>Kultuuriline identiteet</u> - toob ülesannetes näiteid erinevate rahvuste omaduste kohta, näitab üles sallivust klassi ühistöodes</p> <p><u>Teabekeskond ja meediakasutus</u> - analüüsib sotsiaalmeediaga seotud ohtusid ja võimalusi, selgitab arvamuse ja fakti erinevust.</p> <p><u>Tehnoloogia ja innovatsioon</u> - kasutab ülesannete täitmisel erinevaid arvutiprogramme.</p> <p><u>Tervis ja ohutus</u> - mõistab, et sallimatus ja tõrjumine kahjustavad vaimset tervist.</p> <p><u>Väärtused ja kõlblus</u> - pakub abi, sh puudega inimestele, selgitab kuidas abi pakkuda</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane selgitab näidete varal mõistete õiglus, vastutus, ausus tähendust ja olulisust suhtlemisel.</li> <li>• Õpilane selgitab näidete abil kuidas hooliv ja vastutustundlik käitumine aitab suhteid hoida ja suhtlemist tõhustada (sh internetis).</li> <li>• Õpilane kirjeldab enda õigusi ja kohustusi ning selgitab õiguste ja kohustuste omavahelist seost.</li> </ul>
Õpitulemused:	Metoodilised soovitused, sh õpistrateegiate rakendamine, diferentseerimise võimalused
<p><b>3. Tõhusad sotsiaalsed oskused</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstreerib õpituatsioonis sotsiaalsete oskuste tõhusat kasutamist.</li> <li>• Nimetab sotsiaalseid oskusi,</li> <li>• toob näiteid sotsiaalsete oskuste kohta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klassiarutelu mõistete avamiseks.</li> <li>• Rühmatöö prosotsiaalse käitumise (üksteise aitamise, jagamise, koostöö ja hoolitsemise) kohta.</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Iga õpilane paneb kirja, kes vajaksid tema abi.</li> <li>2) Kuidas ta saaks neid abistada. Mida saab konkreetselt teha.</li> <li>3) Tutvustamine rühmas kes mida välja pakkus.</li> <li>4) Valida välja parim idee, kasutades hääletust.</li> <li>5) Täpsustada koostöö projekti:       <ul style="list-style-type: none"> <li>- nimi projektile</li> <li>- kellele suunatud (abi)</li> </ul> </li> </ol>

	<p>- miks?          - mida peab tegema?          -kõikide rühmaliikmete tegevused abistamiseks.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Klassiarutelu. Mida tähendab vabatahtlik töö.</li> <li>• Klassiprojekt. Osalemine vabatahtlikus tegevuses oma kodukohas.</li> <li>• Rollimäng. Õpetaja annab ette juhtumid, kus keegi vajab abi. Lavastatakse rollimängud, mille lõpu (abistamise viisi) valivad mängijad.</li> <li>• Individuaalülesanne. Kuulutuse/ kutse/ uudise koostamine digiseadmega. Töös kasutab korrektset keelt, eneseväljendust. Töö sisuks on abistamise pakkumine/ nõuande pakkumine/ kuulamine.</li> <li>• Aktiivse kuulamise mäng. Paaristöö. Üks paariline räägib millestki (võib eelnevalt kokku leppida). Teine paariline kuulab. Algul etendab mittekuulamist, vahele rääkimist jms. Seejärel aktiivset kuulamist. Seejärel arutavad mille poolest esimene kuulamine teisest erineb. Koostatakse kuulamise meelespea. Tutvustatakse kaaslastele.</li> </ul>
<b>Õppesisu:</b>	
Tõhusad sotsiaalsed oskused: üksteise aitamine, jagamine, koostöö ja hoolitsemine.	
<b>Lõiming:</b>	<b>Hindamine:</b>
<p>Eesti keel - loeb ja mõistab tekste, koostab tekste, kasutab korrektset keelt.</p> <p>Kunst - kujundab oma töid, jonistab erinevate tunnete väljendusi.</p> <p>Liikumisõpetus - liikumispausid ja -mängud tundides.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane kirjeldab ja toob näiteid tõhusate sotsiaalsete oskuste (üksteise aitamine, jagamine, koostöö ja hoolitsemine) kohta igapäevaelus suhete toetamisel demonstreerides selliseid oskusi eakaaslastega suhtlemisel õpituatsioonis.</li> </ul>

<p>Ühiskonnaõpetus - lapse õigused ja kohustused, hea kodanik, filosofeerimine.</p> <p>Muusika - loovülesanne sõprusest.</p>	
<p><b>Õpitulemused:</b></p>	<p><b>Metoodilised soovitusel, sh õpistrateegiate rakendamine, diferentseerimise võimalused</b></p>
<p><b>4. Tõhus sotsiaal-emotsionaalne eneseväljendus</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstreerib õpituatsioonis, kuidas oma tundeid empaatiliselt ja suhteid tugevdavalt väljendada.</li> <li>• Mõistab, et kõik tunded on normaalsed, oskab oma tundeid väljendada ennast ja teisi kahjustamata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Individuaalülesanne. Tutvuda erinevate tunnetega, arendada oma sõnavara. Kasutada tunnete kaarte või veebimaterjale.</li> <li>• Rühma- või klassitöö. Tunnete pada. Rühmades või klassi koostöös kirjutatakse suurtele paberitele erinevate tunnete nimetusi. Sarnased tunded koondatakse lähestikku.</li> <li>• Mäng. Emotsioonide alias. Mängida saab nii tundeid väljendavaid sõnu seletades kui kehakeele abil tundeid etendades.</li> <li>• Mäng. Tundetelefon. Mängijad seisavad üksteise taga Mängitakse tagant ette. Teine mängija rivis pöördub esimese poole. Esimene mängija väljendab mingit tunnet kasutades selleks miimikat ja kehakeelt. Teine mängija koputab kolmandale õlale ning kordab talle nähtut. Nii liigub tunne rivi lõpuni. Viimane mängija etendab nähtud tunnet ja ütleb mis tunne see tema arvates on.</li> <li>• Rühmatöö. Tunnete vulkaanid. Õpetaja annab ette tunde väljenduse, nt rõõm, viha, kadedus. ülesanne on kirjutada vulkaani kuju sisse millised tunded võivad olla nende väljenduste taga ehk mis tundega võib tegelikult tegu olla, kui me näeme, et inimene on nt vihane.</li> <li>• Rollimäng. Tunnete empaatiline väljendamine. Rollimängu käigus väljendatakse tunnet kehtestaval moel ilma teisi ründamata. Õpetaja jagab</li> </ul>



	<p>rollimänguks igale mängijale tunde nimetusega kaardi, mille alusel õpilane peab rollimängus tunnet väljendama.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mäng tundekaartidega. Iga õpilane võtab ühe tundekaardi. Rühmas etendatakse kordamööda saadud tunnet ning arutatakse mis võivad sellist tunnet tekitada, mis on selle vastandtunne. Ebamugava tunde korral arutatakse kuidas tundega hakkama saada ehk seda muuta.</li> <li>• Individuaalülesanne. Vajadus, tunne, käitumisviis. Õpilane saab tabeli. Esimesse veergu märgib oma hetkevajadused. Teise veergi iga vajaduse poolt tekitatud tunde. Kolmandasse veergu tundest tingitud käitumisviisi. Neljas veerg on negatiivsete tunnete ja käitumisviiside korrigeerimiseks (kuidas ma selle asemel võiksin toimida).</li> </ul>
<b>Õppesisu:</b>	
Tõhus sotsiaal-emotsionaalne eneseväljendus. Usaldus suhetes. Sõprus. Empaatia. Tunded ja nende tõhus väljendamine.	
<b>Lõiming:</b>	<b>Hindamine:</b>
<p>Eesti keel - loeb ja mõistab tekste, koostab tekste, kasutab korrektset keelt.</p> <p>Kunst - kujundab oma töid, jonistab erinevate tunnete väljendusi.</p> <p>Liikumisõpetus - liikumispausid ja -mängud tundides.</p> <p>Ühiskonnaõpetus - lapse õigused ja kohustused, hea kodanik, filosoferimine.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane demonstreerib õpituatsioonis, kuidas väljendada oma tundeid verbaalselt ja mitteverbaalselt, säilitades ja tugevdades suhteid;</li> <li>• Õpilane demonstreerib õpituatsioonis, kuidas panna end teise inimese olukorda ja mõista tema tundeid ja seisukohti.</li> </ul> <p>Õpilane toob näiteid sõpruse kui vastastikuse usalduse ja toetuse allika kohta.</p>
<b>Teema. Teema olulisus</b>	
<b>4. KONFLIKTID JA PROBLEEMILAHENDUS</b>	

<p>Konfliktide ja suhteprobleemide ennetamise ja lahendamise oskused on olulisemaid sotsiaalseid oskusi, mis tagavad turvalisuse ja heaolu.</p> <p><b>Kooliastme lõpuks taotletavad teadmised, oskused ja hoiakud:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• mõistab, et konfliktid on osa elust, teab konfliktide võimalikke põhjusi ja tõhusaid lahendusviise, mõistab erinevate käitumisviiside tagajärgi;</li> <li>• teab probleemide erinevaid lahendusviise ning mõistab koostegutsemise väärtust;</li> <li>• on iseseisev otsustaja, seostab otsuseid tagajärgedega. teab, et “ei” ütlemine on võimalus seista oma õiguste eest;</li> <li>• on loov ja ettevõtlik.</li> </ul>	
<b>Õpitulemused:</b>	<b>Metoodilised soovitusused, sh õpistrateegiatega rakendamine, diferentseerimise võimalused</b>
<p><b>1. Konflikt kui suhteprobleem</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selgitab konflikti häid ja halbu külgi.</li> <li>• Kirjeldab tõhusaid ja mittetõhusaid konfliktide lahendusviise.</li> <li>• Valib õpituatsioonis konflikti lahendamiseks sobiva käitumisviisi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mänguline ülesanne. Iga õpilane kirjutab väikestele paberitele sõnu, mis seostuvad temal mõistega konflikt. Seejärel pannakse sarnased sõnad lähestikku. Lõpetuseks moodustatakse klassi definitsioon mõistele konflikt.</li> <li>• Rühmatöö maailmakohviku meetodil. Konfliktide põhjused, tagajärjed, ennetusviisid, lahendamise viisid. Konfliktide ennetamise võimalused. Konfliktide lahendamise viisid. Rühmatöö kujundatakse plakatina.</li> <li>• Rollimäng. Erinevate konfliktolukordade esitamine ning neile lahenduste pakkumine.</li> <li>• Rühmaarutelu. Konfliktide lahendamise viisid. Õpetaja annab ette erinevad konfliktidega toimetuleku viisid. Märgistada tõhusad kehtestavad viisid, põhjendada oma valikut.</li> <li>• Õpetaja esitlus. Konfliktide lahendamise viisid - kilpkonn, hai, rebane, kaisukaru, öökull.</li> <li>• Nurkade mäng. Õpetaja tähistab klassis kohad eelneva esitluse alusel. Õpilased valivad koha vastavalt enda peamisele konflikti lahendamise viisile. Rühmas arutatakse millised on nende ühise viisi eelised ja probleemid. Lõpetuseks klassiarutelu milline viis on parim. Ülesande võib teha ka väitlusena.</li> </ul> <p>Individaalülesanne. Kuulamise järgi joonistamine.</p>
<b>Õppesisu:</b>	

Konflikt kui suhtepeblem. Konfliktide põhjused, tagajärjed, lahendamise viisid. Tõhusad ja mittetõhusad konfliktide lahendamise viisid.	
<b>Lõiming:</b>	<b>Hindamine:</b>
<p><b>Üldpädevused:</b>  <u>Kultuuri- ja väärtuspädevus</u> - väärtustab konfliktide ennetamise viise, arvestab kaaslaste erinevustega, on salliv.  <u>Sotsiaalne ja kodanikupädevus</u> - osaleb rühmatöodes, arvestab teistsuguse arvamusega, suhtub kaaslastesse sõbralikult.  <u>Enesemääratluspädevus</u> - selgitab ja toob näited enda põhimõtete kohta.  <u>Õpipädevus</u> - omandab teemaga seonduvad mõisted, seostab ülesannetes õpitavat eelnevalt õpituga.  <u>Suhtluspädevus</u> - väljendab end selgelt, kasutab korrektset keelt, esitab ja põhjendab aruteludes oma seisukohti, arvestab rühmatöös teistega, loeb ja mõistab tekste.  <u>Ettevõtlikkuspädevus</u> - aitab rühmas leida probleemidele erinevaid lahendusi, osaleb aktiivselt ajurünnakus ja filosoferimises.  <u>Digipädevus</u> - kasutab digiseadmeid info leidmisel ja tööde vormistamisel.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane teab, eristab ja kirjeldab tõhusaid ja mittetõhusaid inimestevaheliste konfliktide lahendamise viise demonstreerides õpituatsioonis tõhusaid eakaaslaste vaheliste konfliktide lahendamise võimalusi.</li> </ul>
<b>Õpitulemused:</b>	<b>Metoodilised soovitusel, sh õpistrateegiate rakendamine, diferentseerimise võimalused</b>
<p>2. Otsuste langetamine ja erinevate lahendusviiside kaalumise otsustamisel</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Näeb ühe probleemi lahendamise erinevaid võimalusi.</li> <li>• nimetab erinevaid probleeme toob näiteid erinevate tõhusate probleemilahenduste kohta</li> <li>• Lahendab loovalt ja koostöiselt probleeme ja toob esile erinevate lahenduste eelised ning puudused.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klassiarutelu mõistete avamiseks.</li> <li>• Lastega filosoferimine - valetamine, spikerdamine, teiste süüdistamine.</li> <li>• Ajurünnak. Probleemide lahendamise viisid.</li> <li>• Juhtumite analüüs. Õpetaja annab ette erinevaid probleeme (kohustus jäi täitmata, kiusamine sh küberkiusamine, valetamine jne). Õpilased pakuvad kas üksi, paaris või rühmades neile lahendusi. Iga lahenduse korral otsustatakse kas see on tõhus või mittetõhus lahendus lähtudes lühi- ja pikaajalistest tagajärgedest.</li> <li>• Rollimäng. kõikidele rühmadele antakse samad olukorrad, millele tuleb leida erinevaid lahendusi. Arutelu lahendusvariantide üle. Kuna kõigil on samad olukorrad, siis saab arutada ka</li> </ul>

	<p>selle üle, et igal olukorral võib olla rohkem kui üks lahendus.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Probleemiaken.</b> Õpetaja annab ette lood, mille alusel õpilased täidavad probleemi akna ja pakuvad probleemidele lahendused. Võib teha individuaalselt või rühmas.</li> <li>• <b>Individuaalülesanne.</b> Probleemi lahendamine. Õpilane kirjutab välja ühe enda probleemi ning koostab õpitule toetudes selle lahendamiseks plaani. Järgib plaani ja analüüsib siis selle edukust. Vajadusel teeb plaani muudatusi.</li> <li>• <b>Rühmatöö.</b> Suhtlemise teemaline lauamäng. Mõelda välja mäng, reeglid, teha mäng valmis.</li> <li>• <b>Projektülesanne.</b> Rühmades klassi ühise ürituse väljamõtlemine, plaani koostamine ning selle läbiviimine.</li> </ul>
--	--

**Õppesisu:**

Otsuste langetamine ja erinevate lahendusviiside kaalumine otsustamisel. Probleemide lahendamise viisid, s.h internetis - tõhusad ja mittetõhusad. Probleemilahenduste eelised ja puudused. Koostöö võimalused. Koostöise tegevuse eelised.

**Lõiming:**

**Läbivad teemad:**  
Elukestev õpe ja karjääri planeerimine - teadvustab ja selgitab ülesannetes enda probleemide ja konfliktide lahendamise viise ning ennetamise võimalusi.  
Kodanikualgatus ja ettevõtlikkus - toob näiteid konfliktide rahumeelse ja vägivallatu lahendamise kohta, arvestab rühmatöodes endast erinevate arvamustega, arvestab enda ja teiste õigustega.  
Kultuuriline identiteet - väljendab rühmatöodes ja ülesannetes sallivust teistsuguse arvamuse suhtes, toob näiteid erinevatest konfliktilahendustest.  
Teabekeskond ja meediakasutus - leiab meediast ja internetist näiteid erinevate konfliktilahenduste kohta.  
Tehnoloogia ja innovatsioon - kasutab ülesannete täitmisel erinevaid arvutiprogramme.

**Hindamine:**

- Õpilane teab ja kirjeldab õpituatsioonis otsuseid langetades erinevaid lahendusviise tuues esile erinevate lahendusviiside puudused ja eelised lähtudes lühi- ja pikaajalistest tagajärgedest.

<p><u>Tervis ja ohutus</u> - toob näiteid kuidas vaimne ja füüsiline vägivald inimest kahjustavad.</p> <p><u>Väärtused ja kõlblus</u> - toob ülesannetes näiteid sõbraliku, kehtestava ja reeglitest lähtuva käitumise ning konfliktide ennetamise kohta.</p>	
<p><b>Õpitulemused:</b></p>	<p><b>Metoodilised soovitused, sh õpistrateegiate rakendamine, diferentseerimise võimalused</b></p>
<p>3. Kaaslaste mõju otsustele.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kirjeldab, kuidas kaaslased võivad mõjutada otsustamist.</li> <li>• Nimetab mõjutamise viise</li> <li>• Toob näiteid, milliste tagajärgedeni võivad erinevad otsused viia.</li> <li>• Mõistab enda vastutust oma otsuste ja tegude eest</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klassiarutelu. millised tagajärjed võivad otsustel olla. Õpetaja märgib need tahvlile kahte tulpale. Pärast paneb õpilaste abil tulpadele pealkirjad, nt positiivsed - negatiivsed või konstruktiivsed - mittekonstruktiivsed või vastustutundlikud - kahjustavad.</li> <li>• Juhtumite analüüs. Õpetaja annab olukorrad ette. Rühmades otsitakse neile lahendusi. Tuuakse välja iga lahenduse plussid ja miinused. Juhtumites tehakse midagi kaaslaste mõjutusel või mõjutamiseks.</li> <li>• Individuaalülesanne. eneseanalüüs - millised on olnud minu otsused; suhe isikliku ja survestatud otsuste vahel.</li> <li>• Individuaalülesanne. Minu vastutus. Õpilane paneb kirja mille eest ta vastuta, mille eest võiks vastutada, aga ei tee seda, mida peab tegema selleks, et nende eest ise vastutada.</li> <li>• Rühmatöö. Välja mõelda erinevaid olukordade kirjeldusi erinevat tüüpi rühmades, mis võivad tekitada rühmaliikmetel soovi nõustuda. Rühmad omavahel vahetavad olukordi ning panevad kirja, kuidas peaks vastama, et saaks oma seisukohale kindlaks jääda.</li> </ul>
<p><b>Õppesisu:</b></p>	
<p>Kaaslaste mõju otsustele. Abistav ja kahjustav mõju. Grupi surve. Mõjutamine. Mõjutamise viisid (ähvardamine, äraostmine, nõu andmine, kingituste tegemine, vastuteene ootamine, veenmine). Toimetulek vägivallaga, sh kiusamisega, abi saamise võimalused. Vastutus.</p>	
<p><b>Lõiming:</b></p>	<p><b>Hindamine:</b></p>
<p>Eesti keel - loeb teksti, koostab teksti.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane teab ja kirjeldab õpituatsioonis otsuseid langetades</li> </ul>

<p>Kunst - kujundab oma töid.</p> <p>Liikumisõpetus - liikumispausid ja -mängud tundides.</p> <p>Ühiskonnaõpetus - filosoferimine, konfliktide põhjused ja liigid</p>	<p>erinevaid lahendusviise tuues esile erinevate lahendusviiside puudused ja eelised lähtudes lühi- ja pikaajalistest tagajärgedest.</p>
<p><b>Teema. Teema olulisus</b></p>	
<p><b>5. POSITIIVNE MÕTLEMINE</b></p> <p>Inimeses positiivse nägemine on sallivuse ning toetavate inimsuhete ja heaolu aluseks.</p> <p><b>Kooliastme lõpuks taotletavad teadmised, oskused ja hoiakud:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• väärtustab inimese positiivsed omadusi ning positiivset mõtlemist, mõistab inimeste individuaalseid erinevusi ja on erinevuste suhtes salliv.</li> </ul>	
<p><b>Õpitulemused:</b></p>	<p><b>Metoodilised soovitus, sh õpistrateegiate rakendamine, diferentseerimise võimalused</b></p>
<p>1. Positiivne mõtlemine</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Toob näiteid enda positiivsete omaduste kohta.</li> <li>• Märkab ja toob esile enda ning teiste positiivseid omadusi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Individuaalülesanne. Panna kirja 20 positiivset omadust enda kohta ja 10 positiivset omadust klassi kohta. Võrrelda oma tööd kaaslaste omaga. Lõpetuseks tuua välja 5 positiivset omadust klassi kohta.</li> <li>• Mäng tundekaartidega. Kaartide sorteerimine: positiivsed, mitte positiivsed. Enda omaduste märkimine kaartide abil.</li> <li>• Rühmatöö. Plakati tegemine: "Positiivse mõtlemise ABC"</li> <li>• Loovülesanne. Enesesisendus. Visuaalselt kujundada endale motod.</li> <li>• Kompleksülesanne. Igaüks väärb lille. 1)Iga õpilane saab paberi mille keskele kujundab lille südamikuks oma nime. Lille õielehtedeks kirjutab kõigepealt ise 5 enda positiivset omadust. 2)Seejärel lähevad paberid klassis ringlema. Iga klassikaaslane peab igale klassikaaslasele kirjutama vähemalt ühe tema positiivse omaduse või oskuse. Tuleb jälgida, et ei korrataks kaaslastele juba kirjutatud omadusi</li> <li>• Loovülesanne. Minu mina. Plakat paberil või veebis. Kokkuvõtva</li> </ul>

	ülesandena kirjeldab enda omadusi positiivses laadis
<b>Õppesisu:</b>	
Positiivne mõtlemine. Positiivne enesesisendus. Positiivsed omadused	
<b>Lõiming:</b>	<b>Hindamine:</b>
<p><b>Üldpädevused:</b></p> <p><u>Kultuuri- ja väärtuspädevus</u> - teadvustab oma väärtushinnanguid, kirjeldab inimeste positiivseid omadusi.</p> <p><u>Sotsiaalne ja kodanikupädevus</u> - teeb rühmatöodes koostööd.</p> <p>nesemääratluspädevus - nimetab, kirjeldab ja põhjendab ülesannetes enda positiivseid omadusi.</p> <p><u>Õpipädevus</u> - kasutab kursuse jooksul omandatud teadmisi eneseanalüüsis.</p> <p><u>Suhtluspädevus</u> - väljendab end selgelt, kasutab korrektset keelt, esitab ja põhjendab aruteludes oma seisukohti, arvestab rühmatöös teistega, loeb ja mõistab tekste.</p> <p><u>Ettevõtlikkuspädevus</u> - osaleb rühmatöodes aktiivselt, esitab ideid ning probleemide lahendusi.</p> <p><u>Digipädevus</u> - kasutab info otsinguks ja tööde vormindamiseks nutiseadet.</p> <p><b>Läbivad teemad:</b></p> <p><u>Elukestev õpe ja karjääri planeerimine</u> - kirjeldab ja selgitab enda omadusi.</p> <p><u>Kodanikualgatus ja ettevõtlikkus</u> - kirjeldab ja selgitab enda kui suhtleja ja rühmakaaslase oskusi.</p> <p><u>Kultuuriline identiteet</u> - toob näiteid inimeste erinevuste kohta, erinevate omaduste kohta.</p> <p><u>Tehnoloogia ja innovatsioon</u> - kasutab ülesannete täitmisel erinevaid arvutiprogramme.</p> <p><u>Tervis ja ohutus</u> - toob näiteid turvalise ja hooliva suhtlemise kohta.</p> <p><u>Väärtused ja kõlblus</u> - väärtustab mängulises tegevuses positiivseid suhtlusviise, peab kinni kokkulepetest.</p> <p>Eesti keel - loeb ja mõistab tekste, koostab tekste.</p>	<p>Õpilane toob näiteid ja kirjeldab tegevusi enda ja teiste inimeste väärtustamisel koolis ja kogukonnas</p>

<p>Kunst - kujundab oma töid.</p> <p>Liikumisõpetus - liikumispausid ja -mängud tundides.</p> <p>Ühiskonnaõpetus - positiivsed omadused kattuvad ka heaks kodanikuks olemisega</p>	
<b>Kooliastme teadmised, oskused ja hoiakud:</b>	
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Teab, et ühiskond mõjutab inimest tervikuna, sealhulgas ka tervisekäitumist ja suhtlemist.</li><li>2. Väärtustab inimeste positiivseid omadusi ning positiivset mõtlemist, mõistab inimeste individuaalseid erinevusi ja on erinevuste suhtes salliv.</li><li>3. Mõistab, et murdeea arengutempo on erinev, aktsepteerib oma kehalisi muutusi ja keha eest hoolitsemise vajalikkust.</li><li>4. On loov ja ettevõtlik.</li><li>5. On iseseisev otsustaja, seostab otsuseid tagajärgedega. Teab, et „ei“ ütlemine on võimalus seista oma õiguste eest.</li><li>6. Kirjeldab tõhusaid sotsiaalseid oskusi igapäevaelus. Väärtustab hoolivust, ausust, õiglust, vastutustunnet, üksteise abistamist, sõprust ja armastust vastastikuse toetuse ning usalduse allikatena.</li><li>7. Teab, millest suhtlemine koosneb, mõistab avatud suhtlemise eeliseid ja ohtusid ning järgib turvalise suhtlemise reegleid.</li><li>8. Mõistab, et konfliktid on osa elust, teab konfliktide võimalikke põhjusi ja tõhusaid lahendusviise, mõistab erinevate käitumisviiside tagajärgi.</li><li>9. Teab probleemide erinevaid lahendusviise ning mõistab koostegutsemise väärtust.</li><li>10. Mõistab meediast tulenevaid ohtusid oma käitumisele ja suhetele ning vastutust oma sõnade ja tegude eest.</li><li>11. Mõistab autoriõiguste järgimise vajalikkust.</li><li>12. Teab, kuidas leida usaldusväärseid terviseinfo allikaid, ja teab, kust terviseprobleemi korral abi küsida.</li><li>13. Väärtustab tervist, tervislikku eluviisi ja keskkonda ning mõistab eluviisi ja keskkonna mõju tervisele.</li><li>14. Teab, mis on riskikäitumine, teab riskikäitumist ennetavaid ja soodustavaid tegureid ja riskikäitumise mõju inimese tervisele. Mõistab enda valikute tagajärgi.</li><li>15. Mõistab uimastite tarbimisega kaasnevaid riske, väärtustab tervislikku elu uimastiteta ja teeb tervislikke valikuid.</li></ol>	
<b>Kooli väärtuste arendamine</b>	
<p>Koostöö – õppimine läbi rühmatöö, koostöine õppimine. Tehakse koostööd erinevate osapooltega.</p> <p>Ettevõtlikkus- julgub pakkuda uusi ideid probleemide lahendamiseks. Õpilane julgub eksida.</p>	



Keskkonnahoid – väärtustame oma koduümbrust, õpime tundma oma koduümbrust.  
Koduümbruse loomad, linnud, taimed, puhas tooraine toitumiseks. Säätlik tarbimine, jäätnevaba eluviis. Oma toidu kasvatamine (Nutikasvahoone) Roheline Kool  
Loovus – erinevate õppemeetodite kasutamine. Õpilane suudab teha enda jaoks sobiva valiku  
Tervis - säästva eluviisi propageerimine ja kujundamine. Rohetehnoloogiate kasutamise vajalikkuse mõistmine (päikeseenergia kuivati)