

INIMESEÕPETUSE AINEKAVA

põhikooli 6. klassile

1. Õpieesmärgid

Inimeseõpetuse eesmärk on toetada õpilase sotsiaalsete ja emotsionaalsete oskuste arengut, õppides ennast tundma, vastutustundlikult oma suhteid kujundama, olema terviseteadlik, aus, hooliv ja õiglane.

II kooliaste laiendab mina-käsitlemist ning keskendub eakaaslaste mõju teemadele, mis selles vanuseastmes oluliseks muutuvad. Arendatakse varasemast põhjalikumalt sotsiaalseid oskusi, sh kehtestavat käitumist uimastite vm riskikäitumisega seotud olukordades.

Põhikooli inimeseõpetusega taotletakse, et õpilane tunneb ja väärtustab isiksuse arenemisele ning sotsialiseerumisele kaasa aitavate teadmiste, oskuste ja hoiakute kujunemist järgmistes valdkondades:

- enesekohased ja sotsiaalsed oskused;
- füüsiline, vaimne, emotsionaalne ja sotsiaalne areng;
- tervis ja tervislik eluviis;
- turvalisus ja riskikäitumise ennetamine;
- üldinimlikud väärtused: ausus, hoolivus, vastutustunne ja õiglus.

2. Õppesisu

1. Mina ja suhtlemine

- Enesesse uskumine.
- Enesehinnang. Eneseanalüüs.
- Enesekontroll.
- Oma väärtuste selgitamine

2. Suhtlemine teistega

- Minu ja teiste vajadused.
- Vajaduste hierarhia.
- Suhtlemise komponendid. Verbaalne ja mitteverbaalne suhtlemine.
- Aktiivne kuulamine.
- Tunnete väljendamine.
- Eneseavamine. Eelarvamused.
- Kehtestav, agressiivne ja alistuv käitumine.
- „Ei” ütlemine seoses ennast ja teisi kahjustava käitumisega.

3. Suhted teistega

- Tõhusad sotsiaalsed oskused: üksteise aitamine, jagamine, koostöö ja hoolitsemine.
- Sallivus enda ja teiste vastu.
- Hoolivus. Sõprussuhted. Usaldus suhtes.
- Empaatia. Vastutus suhetes.
- Kaaslaste mõju ja surve.
- Erinevuste ja mitmekesisuse väärtustamine.
- Isikuseärasused. Soolised erinevused.
- Erivajadustega inimesed

4. Konfliktid

- Konfliktide olemus ja põhjused.
- Tõhusad ja mittetõhusad konfliktide lahendamise teed.

5. Otsustamine ja probleemilahendus

- Otsustamine ja probleemide lahendamine.
- Erinevate käitumisviiside leidmine probleeme lahendades.
- Tagajärgede arvestamine probleemilahenduses.
- Vastutus otsustamisel.

6. Positiivne mõtlemine

- Positiivne mõtlemine.
- Positiivsed jooned ja omadused endas ning teistes, nende märkamine.

6. klassi lõpetaja:

1. Teab, et ühiskond mõjutab inimest tervikuna, sealhulgas ka tervisekäitumist ja suhtlemist.
2. Väärtustab inimeste positiivseid omadusi ning positiivset mõtlemist, mõistab inimeste individuaalseid erinevusi ja on erinevuste suhtes salliv.
3. Mõistab, et murdeea arengutempo on erinev, aktsepteerib oma kehalisi muutusi ja keha eest hoolitsemise vajalikkust.
4. On loov ja ettevõtlik.
5. On iseseisev otsustaja, seostab otsuseid tagajärgedega. Teab, et „ei“ ütlemine on võimalus seista oma õiguste eest.
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.

3. Õpitulemused:

6. klassi lõpetaja:

- 1) teab, et meedia saab mõjutada inimeste tervisekäitumist, toob näiteid;
- 2) toob näiteid, kuidas meedia abil saab suurendada inimeste kehalist aktiivsust;
- 3) toob näiteid, kuidas eelarvamused mõjutavad igapäevasuhtlust;
- 4) selgitab, kuidas enesehinnang kujuneb;
- 5) toob näiteid enda positiivsete omaduste kohta;
- 6) selgitab enda erinevate omaduste arendamise võimalusi;
- 7) nimetab murdeas toimuvaid füüsilisi ja emotsionaalseid muutusi;
- 8) toob esile arengulisi individuaalseid erinevusi, mõistab inimeste erivajadusi;
- 9) toob näiteid erinevast arengutempost murdeas;
- 10) selgitab keha eest hoolitsemise vajalikkust;
- 11) mõistab oma võimalusi algatada ettevõtmisi ja toob näiteid ettevõtlikkust tegutsemisest;
- 12) seostab ettevõtlikkust tulevase tööeluga;
- 13) näeb ühe probleemi lahendamise erinevaid võimalusi;
- 14) kirjeldab, kuidas kaaslased võivad mõjutada otsustamist;
- 15) toob näiteid, milliste tagajärgedeni võivad erinevad otsused viia;
- 16) teab, et tal on õigus öelda „ei“, ja demonstreerib õpituatsioonis „ei“ ütlemist oma tervise kaitsel ja õiguste eest seismisel;
- 17) toob näiteid hoolivast, ausast, õiglasest ja vastutustundlikust käitumisest;
- 18) demonstreerib õpituatsioonis sotsiaalsete oskuste tõhusat kasutamist;
- 19) kirjeldab, millest suhtlemine koosneb;
- 20) eristab mitteverbaalseid ja verbaalseid suhtlemisvahendeid ning analüüsib nende vastastikuseid seoseid;
- 21) demonstreerib õpituatsioonis, kuidas oma tundeid empaatiliselt ja suhteid tugevdavalt väljendada;
- 22) toob näiteid turvalisest suhtlemisest igapäevaelus, sh internetis ning lahendab õpituatsioonis teemakohaseid probleeme;
- 23) selgitab konflikti häid ja halbu külgi;
- 24) kirjeldab tõhusaid ja mittetõhusaid konfliktide lahendusviise;
- 25) eristab kehtestavat, agressiivset ja alistuvat käitumist ning mõistab nende käitumisviiside mõju suhetele;

- 26) valib õpituatsioonis konflikti lahendamiseks sobiva käitumisviisi;
- 27) lahendab loovalt ja koostiselt probleeme ja toob esile erinevate lahenduste eelised ning puudused;
- 28) toob näiteid meediaga seotud ohtudest;
- 29) selgitab meedia mõju inimese käitumisele ja suhetele;
- 30) mõistab vastutust oma sõnade ja tegude eest, sh sotsiaalmeedias;
- 31) teab, mis on autoriõigused ja et need on seadusega kaitstud, selgitab, miks peab autoriõigusi järgima ja mida võib endaga kaasa tuua autoriõiguste eiramine;
- 32) otsib, leiab ja esitab usaldusväärsetest allikatest tervise teemalist infot, järgides autoriõigusi;
- 33) märkab ja toob esile enda ning teiste positiivseid omadusi;
- 34) teab, mis on eelarvamused ja stereotüüpsed hoiakud, ja tunneb need ära;
- 35) toob näiteid eelarvamuste mõjust igapäevaelus;
- 36) selgitab tervise tähendust ja seda mõjutavaid tegureid;
- 37) seostab peamisi tervisenäitajaid inimese tervisliku seisundiga (nt unekvaliteet, stress, kehatemperatuur, pulss, kehamassiindeks);
- 38) toob näiteid, kuidas enda käitumisega ennetada haigestumist;
- 39) toob näiteid tegevustest, mis muudavad elukeskkonna turvaliseks, soodustavad kehalist aktiivsust ja tervislikku toitumist;
- 40) toob näiteid elu ja tervist ohustavatest teguritest ja teab, kuidas neid vältida, hoidub riskikäitumisest;
- 41) selgitab, miks on normid, sh liikluseadus kohustuslik kõigile ning järgib neid;
- 42) demonstreerib õpituatsioonis esmaabivõtteid, teab, kust otsida vajaduse korral abi;
- 43) kirjeldab tubaka, alkoholi ja teiste uimastite tarbimise kahjulikku mõju tervisele;
- 44) demonstreerib õpituatsioonis, kuidas keelduda ennast ja teisi kahjustavast tegevusest, kasutades tõhusaid enesekohaseid ja sotsiaalseid oskusi.

4. Hindamine

- Kujundav
- Jooksev
- Kokkuvõttev (poolaasta, aasta)

Jooksva hindamise puhul õpilasel peab olema mitte vähem kui 3 jooksvat hinnet, mille alusel moodustab poolaasta lõplik hinne.

Jooksev hindamine sisaldab:

- Hinded suulise vastuse eest
- Hinded kirjaliku küsitluse alusel
- Töö vihikute kontroll
- Kontrolltöö
- Loovtöö

Igal poolaastal viiakse läbi üks kontrolltöö või 2-3 lühikesed tööd / testid.

Aastahinne tuleneb kahe koondhindest

Hindamiskriteeriumid

| | |
|---|--|
| 5 | Teab ja iseloomustab teemat, praktilises tegevuses ilmneb omandatu iseseisev ja loov rakendamine, seletab ja kasutab kontekstis mõisteid. |
| 4 | Esineb väiksemaid eksimusi, praktilises tegevuses jääb mõnel määral puudu iseseisvusest. |
| 3 | Õpilane vajab juhendamist ja suunamist, on tüüpviigad |
| 2 | Saab õpilane, kelle suulises vastuses (esituses), kirjalikus töös on olulisi puudusi ja eksimusi. Õpilane teeb rohkesti sisulisi vigu, ei suuda teadmisi rakendada ka suunamise ja juhendamise korral. |
| 1 | Töö tegemata jätma. |

5. Õppekirjandus

- Margit Kagadze, Katrin Kullasepp. Suhtlemine on lahe. 6. klassi inimeseõpetuse õpik. Koolibri, 2013
- Margit Kagadze, Katrin Kullasepp. Suhtlemine on lahe. 6. klassi inimeseõpetuse töövihik. Koolibri, 2013

6. Õppevahendid

- IKT
- Tekstid
- Filmid
- Pildid / karikatuurid