# Kuusalu Keskkooli ainekava põhikoolile

| | |
|---|---|
| Ainevaldkond: Sotsiaalained | Õppeaine: Inimeseõpetus |
| Kooliaste: II | Klass: 6 |
| **Õppe- ja kasvatuseesmärgid:** | |
| Inimeseõpetuse eesmärk on toetada õpilase sotsiaalsete ja emotsionaalsete oskuste arengut, õppides ennast tundma, vastutustundlikult oma suhteid kujundama, olema terviseteadlik, aus, hooliv ja õiglane.<br>Väärtuskasvatus ja hoiakute kujundamine toimub üksteist mõistvas õhkkonnas ning on suunatud õpilaste positiivse mõtlemise arendamisele oma arengu- ja toimetulekuvõimaluste üle.<br>Soodne sotsiaalne õppekeskkond toetub eelkõige õpilaste isikupära ja isiklike seisukohtade austamisele, võimaluste tagamisele vabaks arvamusavalduseks, initsiatiiviks, osalemiseks ja tegutsemiseks nii üksi kui ka koos teistega. | |
| **Õppeaine kirjeldus:** | |
| Inimeseõpetus lõimib õppesisu kõigis kooliastmeis, toetades õpilasi.<br>Inimeseõpetuse kaudu kujundatakse esmased teadmised ja hoiakud sotsiaalsest võrdsusest, võrdväärsusest ning naiste ja meeste võrdõiguslikkusest.<br>II kooliaste laiendab mina-käsitlust ning keskendub eakaaslaste mõju teemadele, mis selles vanuseastmes oluliseks muutuvad. Arendatakse varasemast põhjalikumalt sotsiaalseid oskusi, sh kehtestavat käitumist riskikäitumisega seotud olukordades. Eneseteadvuse ja iseseisvuse tõusuga muutuvad olulisteks ka tervise ning tervislike valikute teemad. | |
| Õppesisu | Õpitulemused: |
| **Mina ja suhtlemine**<br><br>Enesetundmine. Mina-pilt (kirjeldav ja hinnanguline osa).<br>Enesehinnang.<br>Enesehinnangu kujunemine.<br>Eneseanalüüs. Oma omaduste ja väärtuste selgitamine ja arendamine.<br>Väärtused.<br>Huvid.<br>Võimed.<br>Ettevõtlikkus, selle väljendumine tegutsemisel.<br>Ettevõtlikkuse tähtsus igapäevaelus ja ühiskonnas.<br>Ettevõtlikkus ja tööelu. | Õpilane:<br>1) analüüsib enda iseloomujooni ja -omadusi, väärtustades positiivseid jooni ja omadusi;<br>2) mõistab, mis mõjutab enesehinnangut ning kuidas see kujuneb;<br>3) mõistab enesekontrolli olemust ning demonstreerib õpisituatsioonis oma käitumise kontrolli, saades hakkama vihaga ja teiste emotsioonidega;<br>4) oskab selgitada ja põhjendada oma väärtusi seoses eneseanalüüsiga. |

| | |
|---|---|
| **Praktilised tööd:**<br>Mõistekaardi tegemine;<br>Rühmatööd;<br>Meeskonnamängud;<br>Loovülesanded. | |
| **Suhtlemine teistega**<br><br>Suhtlemise mõiste.<br>Suhtlemise olemus (teise tajumine, teabevahetus, mõjutamine)<br>Verbaalne suhtlemine Mitteverbaalne suhtlemine.<br><br>Agressiivne, alistuv ja kehtestav käitumine ning nende mõju suhetele.<br>Kehtestava käitumise viisid. Kehtestava käitumise põhimõtted ja eelised<br>Ühiskonnas juurdunud uskumuste ja hoiakute mõju inimesele.<br>Eelarvamused<br>Stereotüübid<br>Eelarvamuste ja stereotüüpide mõju suhetele<br>Sallivus.<br>Aktsepteerimine.<br>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.<br>“Ei” ütlemist eeldavad olukorrad.<br>“Ei” ütlemise viisid, julgus ja tähtsus.<br>Internet<br>Interneti võimalused ja ohud<br>Turvaline internetikasutus.<br>Viisakas, austav ja hooliv suhtlemine.<br><br>**Praktilised tööd:**<br>Ideekaardi koostamine;<br>Mängud (Alias, kuulujutt, telefon, joonemäng;<br>Rühmatööd;<br>Rollimängud;<br>Plakati tegemine;<br>Loovülesanded. | Õpilane:<br>1) tunneb ära enda ja teiste inimeste põhilised vajadused ning teadvustab neid;<br>2) teab suhtlemise olemust ning väärtustab tõhusate suhtlusoskuste vajalikkust;<br>3) eristab verbaalset ja mitteverbaalset suhtlemist;<br>4) kirjeldab erinevaid mitteverbaalseid suhtlusvahendeid ning nende mõju verbaalsele suhtlemisele;<br>5) demonstreerib õpisituatsioonis aktiivse kuulamise võtteid;<br>6) mõistab eneseavamise mõju suhtlemisele;<br>7) demonstreerib õpisituatsioonis, kuidas väljendada oma tundeid verbaalselt, säilitades ja tugevdades suhteid;<br>8) teadvustab eelarvamuste mõju suhtlemisele igapäevaelus ja toob selle kohta näiteid;<br>9) eristab ning kirjeldab kehtestavat, agressiivset ja alistuvat käitumist ning mõistab nende käitumiste mõju suhetele;<br>10) teab, et „ei” ütlemine on oma õiguste eest seismine, ning oskab partnerit arvestavalt öelda „ei” ennast ja teisi kahjustava käitumise korral ning aktsepteerib partneri „ei” ütlemist ennast ja teisi kahjustava käitumise korral;<br>11) väärtustab positiivset suhtumist endasse ja teistesse. |

| | |
|---|---|
| **Suhted teistega**<br><br>Inimeste erinevused.<br>Vajadused.<br>Väärtused.<br>Erivajadused.<br>Sallivus.<br>Prosotsiaalne käitumine. Õiglus, vastutus, hoolivus, ausus.<br>Vastutus enda sõnade ja tegude eest, s.h internetis.<br>Tõhusad sotsiaalsed oskused: üksteise aitamine, jagamine, koostöö ja hoolitsemine.<br>Tõhus sotsiaal-emotsionaalne eneseväljendus.<br>Usaldus suhetes. Sõprus. Empaatia.<br>Tunded ja nende tõhus väljendamine.<br><br>**Praktilised tööd:**<br>Meeskonnamängud;<br>Juhtumite analüüsid;<br>Rühmatööd;<br>Projekti koostamine. | Õpilane:<br>1) kirjeldab tõhusate sotsiaalsete oskuste (üksteise aitamise, jagamise, koostöö ja hoolitsemise) toimimist igapäevaelus;<br>2) oskab abi pakkuda ning teistelt abi vastu võtta;<br>3) väärtustab hoolivust, sallivust, koostööd ja üksteise abistamist;<br>4) eristab inimeste erinevaid rolle suhetes ning nende muutuvat iseloomu; 5) demonstreerib õpisituatsioonis oskust näha olukorda teise isiku vaatenurgast; 6) tähtsustab oskust panna end teise inimese olukorda ja mõista tema tundeid ning väärtustab empaatilist suhtlemist; 7) väärtustab sõprust kui vastastikuse usalduse ja toetuse allikat;<br>8) kirjeldab kaaslaste rühma arvamuste, valikute ja käitumise mõju ning surve tagajärgi;<br>9) mõistab isikuiseärasusi ning teadvustab soolisi erinevusi ja inimeste erivajadusi. |
| **Konfliktid**<br><br>Konflikt kui suhteprobleem<br>Konfliktide põhjused, tagajärjed, lahendamise viisid.<br>Tõhusad ja mittetõhusad konfliktide lahendamise viisid.<br><br>Otsuste langetamine ja erinevate lahendusviiside kaalumine otsustamisel<br>Probleemide lahendamise viisid, s.h internetis - tõhusad ja mittetõhusad.<br>Probleemilahenduste eelised ja puudused.<br>Koostöö võimalused<br>Koostöise tegevuse eelised.<br><br>Kaaslaste mõju otsustele.<br>Abistav ja kahjustav mõju.<br>Grupi surve.<br>Mõjutamine. Mõjutamise viisid (ähvardamine, äraostmine, nõu andmine, kingituste tegemine, vastuteene ootamine, veenmine). | Õpilane:<br>1) selgitab konflikti häid ja halbu külgi ning aktsepteerib konflikte kui osa elust;<br>2) teab, eristab ja kirjeldab efektiivseid ning mitteefektiivseid konflikti lahendamise viise;<br>3) kasutab õpisituatsioonis konflikte lahendades tõhusaid viise ning väärtustab neid. |

| | |
|---|---|
| Toimetulek vägivallaga, sh kiusamisega, abi saamise võimalused.<br>Vastutus.<br><br>**Praktilised tööd:**<br>Rühmatööd;<br>Juhtumite analüüs;<br>Rollimängud. | |
| **Otsustamine ja probleemilahendus**<br><br>Otsustamine ja vastutus.<br>Probleemi ebatõhusad ja ajutised lahendused.<br>Takistused, mis ei lase leida väljapääsu.<br>Probleemilahenduse tõhusad sammud.<br><br>**Praktilised tööd:**<br>Juhtumite analüüs;<br>Rühmatööd;<br>Loovülesanded; | Õpilane:<br>1) teab ja oskab õpisituatsioonis otsuseid langetades leida erinevaid lahendusviise;<br>2) kirjeldab otsustades erinevate lahendusviiside puudusi ja eeliseid;<br>3) mõistab otsustades lahendusviiside lühi- ja pikaajalisi tagajärgi;<br>4) selgitab ja kirjeldab eri situatsioonidesse sobiva parima käitumisviisi valikut;<br>5) väärtustab vastutuse võtmist otsuseid langetades. |
| **Positiivne mõtlemine**<br><br>Positiivne mõtlemine.<br>Positiivne enesesisendus.<br>Positiivsed omadused.<br><br>**Praktilised tööd:**<br>Rühmatööd;<br>Plakati tegemine. | Õpilane:<br>1) nimetab ja väärtustab enda ning teiste positiivseid omadusi;<br>2) väärtustab positiivset mõtlemist. |