

IV Õpitulemused ja õppesisu klassiti

6. klass, 1 tund nädalas, kokku 35 tundi

II kooliastmes käsitletakse tervise ja suhtlemise teemasid, sealhulgas murdeiga ja kehalised muutused, turvalisus ja riskikäitumine, haigused ja esmaabi, konfliktid ja probleemilahendus, positiivne mõtlemine.

MINA JA SUHTLEMINE. SUHTLEMINE TEISTEGA. POSITIIVNE MÕTLEMINE.

Õppevara

Margit Kagadze, Katrin Kullasepp "Suhtlemine on lahe". Koolibri, Opiq.

Heli Israel "Suhtlemisest nii- ja naapidi. Inimeseõpetuse tööraamat II kooliastmel". II osa. Maurus

Schab, L. M., 2019. Enesehinnangu tööraamat teismelistele. Töölehtede kogumik.

Niiberger, T. Positiivne minapilt. 2.-4. slaid

INIMESE POSITIIVNE MINAPILT

Enesehinnang [Enesehinnang - Peaasi.ee](http://Peaasi.ee)

[positiivne mõtlemine - Peaasi.ee](http://Peaasi.ee)

Kolm käitumisviisi [Käitumise kolm stiili - Enesekehtestamine: Kehtestav mina-sõnum](#)

Tööleht "Marguse lugu" https://www.terviseinfo.ee/images/prints/Uimastiennetuse_%C3%B5petajaraamat/V_peatykk_Aktiivtood_II_kooliaste_H_Marguse_lugu.pdf

Helen Adamson. Sing it. Muusikavideo [Helen Adamson - Sing It](#)

Soomer, D. 2018. Kuidas ennast kehtestada. Tagasi Kooli veebitund. [#038 Daniel Soomer: Kuidas ennast kehtestada?](#)

Stoljarova, S. 2017. [Kuidas arendada suhtlemisoskusi?](#) Tagasi Kooli e-külalistund.

Niiberger, T., Urva, T. 2009. Enesekehtestamine - jah või ei.

Shapiro, D. 1997. Konflikt ja kommunikatsioon. Töölehtede kogumik.

Davis, M., Fanning, P., McKay, M.. Suhtlemisoskused. [Suurim Julgus - YouTube](#)

Kiusamisest: [Kiusamine - Peaasi.ee](http://Peaasi.ee) [Kiusamisest - Kiusamisvaba Kool](#)

Toomesaar, T. 2018. Kuidas mina saan koolis kiusamist vähendada. Tagasi Kooli veebiloeng. [#036 Triin Toomesaar: Kuidas mina saan klassis kiusamist vähendada?](#)

Kristiina Treiali videoloengud kiusamise teemadel [youtube.com https://www.youtube.com/results?search_query=Kristiina+Treial](https://www.youtube.com/results?search_query=Kristiina+Treial)

EKI [Emotsioonid keeles](#)

Kull, M., Saat, H., Kiive, E., Põiklik, E. 2015. Uimastiennetuse õpetajaraamat põhikoolile. TAI [Uimastiennetuse õpetajaraamat põhikoolile](#)

Vihaga ja tunnetega toimetuleku töölehed. [Põhiemotsioonid - Peaasi.ee](http://Peaasi.ee) Teeviit.ee [Emotsioonid ja nende väljendamine](#)

Õppesisu kirjeldus (tegevused)	Õpitulemused	Hindamine	Arendatavad digipädevused
<p>Enesetundmine. Mina-pilt (kirjeldav ja hinnanguline osa). Enesehinnang. Enesehinnangu kujunemine. Eneseanalüüs. Oma omaduste ja väärtuste selgitamine ja arendamine. Väärtused. Huvid. Võimed.</p> <p>Ettevõtlikkus, selle väljendumine tegutsemisel. Ettevõtlikkuse tähtsus igapäevaelus ja ühiskonnas. Ettevõtlikkus ja tööelu. Suhtlemise mõiste. Suhtlemise olemus (teise tajumine, teabevahetus, mõjutamine). Verbaalne suhtlemine, mitteverbaalne suhtlemine.</p> <p>Agressiivne, alistuv ja kehtestav käitumine ning nende mõju suhetele. Kehtestava käitumise viisid. Kehtestava käitumise põhimõtted ja eelised.</p> <p>Ühiskonnas juurdunud uskumuste ja hoiakute mõju inimesele. Eelarvamused. Stereotüübid. Eelarvamuste ja stereotüüpide mõju suhetele. Sallivus. Aktsepteerimine.</p> <p>Tõendus põhised 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.</p> <p>“Ei” ütlemist eeldavad olukorrad. “Ei” ütlemise viisid, julgus ja tähtsus.</p> <p>Internet. Interneti võimalused ja ohud. Turvaline internetikasutus. Viisakas, austav ja hooliv suhtlemine.</p> <p>Inimeste erinevused. Vajadused. Väärtused. Erivajadused. Sallivus.</p> <p>Prosotsiaalne käitumine. Õiglus, vastutus, hoolivus, ausus.</p>	<p>Selgitab, kuidas enesehinnang kujuneb. Selgitab enda erinevate omaduste arendamise võimalusi. Mõistab oma võimalusi algatada ettevõtmisi ja toob näiteid ettevõtlikust tegutsemisest. Seostab ettevõtlikkust tulevase tööeluga. Kirjeldab, millest suhtlemine koosneb. Eristab mitteverbaalseid ja verbaalseid suhtlemisvahendeid ning analüüsib nende vastastikuseid seoseid. Eristab kehtestavat, agressiivset ja alistuvat käitumist ning mõistab nende käitumisviiside mõju suhetele.</p> <p>Teab, mis on eelarvamused ja stereotüüpsed hoiakud, ja tunneb need ära. Toob näiteid eelarvamuste mõjust igapäevaelus. Toob näiteid, kuidas eelarvamused mõjutavad igapäevasuhtlust.</p> <p>Teab, et tal on õigus öelda „ei“, ja demonstreerib õpitu olukorras „ei“ ütlemist oma tervise kaitsel ja õiguste eest seismisel.</p> <p>Demonstreerib õpitu olukorras, kuidas keelduda ennast ja teisi kahjustavast tegevusest, kasutades tõhusaid enesekohaseid ja sotsiaalseid oskusi.</p> <p>Toob näiteid turvalisest suhtlemisest igapäevaelus, sh internetis ning lahendab õpitu olukorras teemakohaseid probleeme.</p> <p>Toob esile arengulisi individuaalseid erinevusi, mõistab inimeste erivajadusi.</p> <p>Toob näiteid hoolivast, ausast, õiglasest ja vastutustundlikust käitumisest.</p> <p>Demonstreerib õpitu olukorras sotsiaalsete oskuste tõhusat kasutamist.</p>	<p>Inimeseõpetuses hinnatakse õpilaste teadmisi ja oskusi ning hoiakute ja väärtushinnangute kohta antakse tagasisidet. Hindamisviisid õppeprotsessi kestel: suuline ja/või kirjalik hindamine, tagasiside, edasiside, numbriline hindamine, enesehindamine, eneseanalüüs, enesekontroll, kaasõpilaste hindamine.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Google Drive'i kasutamine. ● Infootsing (<i>tekst, pilt</i>) internetis. ● Erinevate digikeskkondade kasutamine õppetöö läbimiseks. ● Korrektsed e-kirja kirjutamine. ● Suhtlemine õpetajaga erinevates videorakendustes. ● Slaidikava nõuetele vastavalt koostamine. ● Fototöötlus/plakati loomine - Canva

<p>Vastutus enda sõnade ja tegude eest, s.h internetis. Tõhusad sotsiaalsed oskused: üksteise aitamine, jagamine, koostöö ja hoolitsemine. Tõhus sotsiaal-emotsionaalne eneseväljendus. Usaldus suhetes. Sõprus. Empaatia. Tunded ja nende tõhus väljendamine.</p> <p>Konflikt kui suhte probleem. Konfliktide põhjused, tagajärjed, lahendamise viisid. Tõhusad ja mittetõhusad konfliktide lahendamise viisid.</p> <p>Otsuste langetamine ja erinevate lahendusviiside kaalumise otsustamisel. Probleemide lahendamise viisid, s.h internetis - tõhusad ja mittetõhusad. Probleemilahenduste eelised ja puudused. Koostöö võimalused. Koostöise tegevuse eelised. 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. Positiivne mõtlemine. Positiivne enesesisendus. Positiivsed omadused.</p>	<p>Demonstreerib õpitu olukorras, kuidas oma tundeid empaatilisel ja suhteid tugevdavalt väljendada. Selgitab konflikti häid ja halbu külgi. Kirjeldab tõhusaid ja mittetõhusaid konfliktide lahendusviise. Valib õpitu olukorras konflikti lahendamiseks sobiva käitumisviisi. Näeb ühe probleemi lahendamise erinevaid võimalusi. Lahendab loovalt ja koostöiselt probleeme ja toob esile erinevate lahenduste eelised ning puudused. Kirjeldab, kuidas kaaslaste võivad mõjutada otsustamist. Toob näiteid, milliste tagajärgedeni võivad erinevad otsused viia. Toob näiteid enda positiivsete omaduste kohta. Märkab ja toob esile enda ning teiste positiivseid omadusi.</p>		
<p>Lõiming Eesti keel - 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. Loeb ja kirjutab tekste, koostab definitsiooni, kasutab korrektset keelt, esitab küsimusi. Kirjandus - sobivate kirjandusteoste või filmidega tutvumine. Ühiskonnaõpetus - ettepanekud kohalikele omavalitsustele. Loovülesanne "unistuste kool". Ettevõtete külastused. Uudise kirjutamine, erinevate rahvaste suhtlemisviiside võrdlemine, mõjutamisviiside näited, turvalise internetikasutuse reeglid, hooliv suhtlemine (hea kodaniku tunnused). Lapse õigused ja kohustused, hea kodanik, filosoferimine. Konfliktide põhjused ja liigid. Muusika - loovülesanne sõprusest. Kunst - kujundab oma töid, exlibris, joonistab erinevate tunnete väljendusi. Liikumisõpetus - liikumispausid ja -mängud tundides.</p>			

Ainetevahelise ja pädevuste lõimimise ülesanne:

Kursust läbiva meeskonnamängu "Üksikul saarel": mida võtan kaasa, millised on minu omadused ja panus. Minu võimalused abiks olla, koos tegutsemise viisid. Ühised tegevused. Kogu saare elanikkonna ühised kooselu reeglid, kuidas üksteist abistatakse, toetatakse. Ettetulevad probleemid ja nende lahendamise võimalused. Koostöö ja kooselu saarel. Kursust läbiva meeskonnamängu kokkuvõte: mida ma enda kohta õppisin.

Suhtlemise teemaline lauamäng.