

Inimeseõpetus

Kooliaste: II	Klass: 6.	Tundide arv: 35
Teema: Mina ja suhtlemine Õpitulemused: Õpilane: 1) analüüsib enda iseloomujooni ja -omadusi, väärtustades positiivseid jooni ja omadusi; 2) mõistab, mis mõjutab enesehinnangut ning kuidas see kujuneb; 3) mõistab enesekontrolli olemust ning demonstreerib õpituatsioonis oma käitumise kontrolli, saades hakkama vihaga ja teiste emotsioonidega; 4) oskab selgitada ja põhjendada oma väärtusi seoses eneseanalüüsiga. Praktilised tööd: 1) mõistekaardi tegemine; 2) rühmatööd; 3) meeskonnamängud; 4) loovülesanded.	Õppesisu: Enesetundmine. Mina-pilt (kirjeldav ja hinnanguline osa). Enesehinnang. Enesehinnangu kujunemine. Eneseanalüüs. Oma omaduste ja väärtuste selgitamine ja arendamine. Väärtused. Huvid. Võimed. Ettevõtlikkus, selle väljendumine tegutsemisel. Ettevõtlikkuse tähtsus igapäevaelus ja ühiskonnas. Ettevõtlikkus ja tööelu.	
Teema: Suhtlemine teistega Õpitulemused: Õpilane: 1) tunneb ära enda ja teiste inimeste põhilised vajadused ning teadvustab neid; 2) teab suhtlemise olemust ning väärtustab tõhusate suhtlusoskuste vajalikkust; 3) eristab verbaalset ja mitteverbaalset suhtlemist; 4) kirjeldab erinevaid mitteverbaalseid suhtlusvahendeid ning nende mõju verbaalsele suhtlemisele; 5) demonstreerib õpituatsioonis aktiivse kuulamise võtteid; 6) mõistab eneseavamise mõju suhtlemisele; 7) demonstreerib õpituatsioonis, kuidas väljendada oma tundeid verbaalselt, säilitades ja tugevdades suhteid; 8) teadvustab eelarvamuste mõju suhtlemisele igapäevaelus ja toob selle kohta näiteid; 9) eristab ning kirjeldab kehtestavat, agressiivset ja alistuvat käitumist ning mõistab nende käitumiste mõju suhetele; 10) teab, et „ei” ütlemine on oma õiguste eest seismine ning oskab partnerit arvestavalt öelda „ei” ennast ja teisi kahjustava käitumise korral ning	Õppesisu: Suhtlemine (teise tajumine, teabevahetus, mõjutamine; verbaalne ja mitteverbaalne suhtlemine). Agressiivne, alistuv ja kehtestav käitumine ning nende mõju suhetele. Kehtestava käitumise viisid, põhimõtted ja eelised. Ühiskonnas juurdunud uskumuste ja hoiakute mõju inimesele. Eelarvamused. Stereotüübid. Eelarvamuste ja stereotüüpide mõju suhetele Sallivus. Aktsepteerimine. 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. Internet	

aktsepteerib partneri „ei” ütlemist ennast ja teisi kahjustava käitumise korral; 11) väärtustab positiivset suhtumist endasse ja teistesse. Praktilised tööd: 1) ideekaardi koostamine; 2) rühmatööd; 3) rollimängud; 4) plakati tegemine; 5) loovülesanded.	Interneti võimalused ja ohud Turvaline internetikasutus. Viisakas, austav ja hooliv suhtlemine.
Teema: Suhted teistega Õpitulemused: Õpilane: 1) kirjeldab tõhusate sotsiaalsete oskuste (üksteise aitamise, jagamise, koostöö ja hoolitsemise) toimimist igapäevaelus; 2) oskab abi pakkuda ning teistelt abi vastu võtta; 3) väärtustab hoolivust, sallivust, koostööd ja üksteise abistamist; 4) eristab inimeste erinevaid rolle suhetes ning nende muutuvat iseloomu; 5) demonstreerib õpituatsioonis 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; 8) kirjeldab kaaslaste rühma arvamuste, valikute ja käitumise mõju ning surve tagajärgi; 9) mõistab isikuisseärasusi ning teadvustab soolisi erinevusi ja inimeste erivajadusi. Praktilised tööd: 1) meeskonnamängud; 2) juhtumite analüüsid; 3) rühmatööd.	Õppesisu: Inimeste erinevused. Vajadused. Väärtused. Erivajadused. Sallivus. Prosotsiaalne käitumine. Õiglus, vastutus, hoolivus, ausus. 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.
Teema: Konfliktid Õpitulemused: Õpilane: 1) selgitab konflikti häid ja halbu külgi ning aktsepteerib konflikte kui osa elust; 2) teab, eristab ja kirjeldab efektiivseid ning mitteefektiivseid konflikti lahendamise viise; 3) kasutab õpituatsioonis konflikte lahendades tõhusaid viise ning väärtustab neid.	Õppesisu: Konflikt kui suhteprobleem. Konfliktide põhjused, tagajärjed, lahendamise viisid. Tõhusad ja mittetõhusad konfliktide lahendamise viisid. Otsuste langetamine ja erinevate lahendusviiside kaalumise otsustamisel.

Praktilised tööd: 1) rühmatööd; 2) juhtumite analüüs; 3) rollimängud.	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.
Teema: Otsustamine ja probleemilahendus Õpitulemused: Õpilane: 1) teab ja oskab õpituatsioonis otsuseid langetades leida erinevaid lahendusviise; 2) kirjeldab otsustades erinevate lahendusviiside puudusi ja eeliseid; 3) mõistab otsustades lahendusviiside lühi- ja pikaajalisi tagajärgi; 4) selgitab ja kirjeldab eri situatsioonidesse sobiva parima käitumisviisi valikut; 5) väärtustab vastutuse võtmist otsuseid langetades. Praktilised tööd: 1) juhtumite analüüs; 2) rühmatööd; 3) loovülesanded.	Õppesisu: Otsustamine ja vastutus. Probleemi ebatõhusad ja ajutised lahendused. Takistused, mis ei lase leida väljapääsu. Probleemilahenduse tõhusad sammud.
Teema: Positiivne mõtlemine Õpitulemused: Õpilane: 1) nimetab ja väärtustab enda ning teiste positiivseid omadusi; 2) väärtustab positiivset mõtlemist.	Õppesisu: Positiivne mõtlemine. Positiivne enesesisendus. Positiivsed omadused. Praktilised tööd: Rühmatööd; Plakati tegemine.