

Lüllemäe Põhikooli ainekava

Aine	inimese- ja ühiskonnaõpetus
Tunde	V klassis 1
nädalas	VI klassis 1

5. klassi õpitulemused	Õppesisu ja -tegevus	Seos teiste ainetega
<p>Keskkond ja tervis Õpilane:</p> <p>1) kirjeldab üldisi stressi tunnuseid ja stressiga toimetuleku võimalusi;</p> <p>2) kirjeldab tervislikku elukeskkonda, lähtudes oma kodukoha loodus- ja tehiskeskkonnast;</p> <p>3) toob näiteid tegurite kohta, mis mõjutavad elukeskkonna turvalisust ja tervislikkust;</p> <p>4) kirjeldab õpikeskkonna mõju õpilase õpitulemustele.</p>	<p>Hea ja halb stress. Keha reaktsioonid stressile. Pingete maandamise võimalused. Tervis heaolu tagajana.</p> <p>Tervislik elukeskkond.</p> <p>Tervislik õpikeskkond.</p>	<p>Geograafia – keskkonnaprobleemid.</p>
<p>Murdeiga ja kehalised muutused Õpilane:</p> <p>1) kirjeldab murdeiga inimese elukaare osana ning murdeas toimuvaid muutusi seoses keha ning tunnetega;</p> <p>2) aktseptib oma kehalisi muutusi ja teab, kuidas oma keha eest hoolitseda;</p> <p>3) teab, et murdeiga on varieeruv ning igapäev on oma arengutempo;</p> <p>4) teab suguküpsuse tunnuseid ja esmaste sugutunnuste seost soojätkamisega;</p> <p>5) teadvustab soolisi erinevusi.</p>	<p>Murdeiga inimese elukaares. Kehalised ja emotsionaalsed muutused murdeas.</p> <p>Kehaliste muutuste erinev tempo murdeas. Suhtumine kehasse ja oma keha eest hoolitsemine.</p> <p>Suguline küpsus ja soojätkamine.</p> <p>Soolised erinevused.</p>	
<p>Turvalisus ja riskikäitumine Õpilane:</p>		

<p>1) selgitab, miks on liikluseeskiri kohustuslik kõigile, ning kirjeldab, kuidas seda järgida;</p> <p>2) teab, et õnnetuse korral ei tohi enda elu ohtu seada, ning oskab abi kutsuda;</p> <p>3) mõistab meedia kaudu suhtlemisel ohtusid oma käitumisele ja suhetele ning vastutust oma sõnade ja tegude eest;</p> <p>4) oskab leida teavet oma eesmärkide ja huvide tarbeks ning seda kriitiliselt hinnata;</p> <p>5) loob, kasutab ja jagab infot ning väärtustab enda ja teiste autorite tööd.</p>	<p>Turvaline ning ohutu käitumine liikluses.</p> <p>Meedia mõju valikuid tehes; iseenda vastutus.</p> <p>Vahendatud suhtlemine.</p>	<p>Liiklusõpetus.</p> <p>Eesti keel – meediast teabe otsimine ja kriitiline hindamine.</p>
<p>Mina ja suhted teistega</p> <p>Õpilane:</p> <p>1) mõistab enesekontrolli olemust ning demonstreerib õpitu olukorras oma käitumise kontrolli.</p> <p>2) demonstreerib õpitu olukorras, kuidas kasutada tõhusaid enesekohaseid ja sotsiaalseid oskusi: emotsioonidega toimetulek, enesetunnetus.</p>	<p>Eneseanalüüs. Enesekontroll.</p> <p>Tõhusad enesekohased ja sotsiaalsed oskused emotsioonide ja enesekontrolliga seotud olukorras.</p>	
<p>Otsustamine ja konfliktid ning probleemilahendus</p> <p>Õpilane:</p> <p>1) selgitab konflikti häid ja halbu külgi ning aktseptsioon konfliktide kui osa elust;</p> <p>2) teab konfliktide lahendamise tõhusaid viise ja demonstreerib neid õpitu olukorras.</p>	<p>Konfliktide olemus ja põhjused.</p> <p>Tõhusad ja mittetõhusad konfliktide lahendamise viisid.</p>	
<p>Koolidemokraatia</p> <p>Õpilane:</p> <p>1) kirjeldab demokraatia põhimõtete toimimist koolis;</p> <p>2) toetab oma suhtumise ja tegutsemisega koolidemokraatiat ning mõistab kooli kodukorra vajalikkust;</p> <p>3) mõistab õpilasesinduse rolli koolis ning aitab kaasa demokraatlikule otsustusprotsessile klassi õpilase</p>	<p>Kooli kodukord.</p> <p>Lüllemäe Põhikooli õpilasesindus. Õpilaste osalemine koolielu korraldamises ja õpilasesinduses.</p>	

<p>ja/või õpilasesinduse liikmena.</p> <p>4) tunneb ÜRO lapse õiguste konventsiooni põhimõtteid, nimetab lapse õigusi, teab õiguste ja vastutuse tasakaalu.</p>	<p>Lapse õigused (õigus haridusele, õigus vanemlikule hoolitsusele jne). Õiguste, kohustuste ja vastutuse tasakaal.</p>	
<p>Inimesed meie ümber, kogukonnad; Euroopa riigid ja rahvad; sallivus</p> <p>Õpilane:</p> <p>1) seletab oma sõnadega ning kasutab kontekstis mõisteid <i>rahvus, riik, võrdõiguslikkus ja sallivus</i>;</p> <p>2) nimetab Eestis esindatud peamisi usundeid ja kirjeldab nende kombeid.</p> <p>3) teab, mis on isikutunnistus ja reisidokumendid (pass, isikutunnistus).</p>	<p>Riik, rahvas, rahvus.</p> <p>Eestis elavad religioossed rahvarühmad.</p> <p>Isikuttõendavad dokumendid.</p>	
<p>Töö ja tarbimine</p> <p>Õpilane:</p> <p>1) teeb vahet vajadustel, soovidel ja võimalustel;</p> <p>2) teab, kuidas raha teenitakse ja millest koosneb pere eelarve; oskab kulutusi tähtsuse järjekorda seada, koostada eelarvet oma taskuraha piires ning oma aega plaanida;</p> <p>3) teab internetipanga ja pangakaardi (PIN-koodi) turvalise kasutamise reegleid;</p> <p>4) selgitab erinevate elukutsete vajalikkust ühiskonnale;</p> <p>5) iseloomustab, milliseid isiksuse omadusi, teadmisi ja oskusi eeldavad erinevad elukutsed ja ametid;</p> <p>6) oskab tarbijana märgata ja mõista tooteinfot ning tunneb tarbija õigusi.</p>	<p>Aja ja kulutuste planeerimine ning raha kasutamine, laenamine ja säästmine.</p> <p>Elukestev õpe.</p> <p>Elukutsed – teadmised ja oskused. Elukutsed ja ettevõtted kodukohas.</p> <p>Teadlik, säästev tarbimine. Töökultuur ja tööeetika.</p>	<p>Ettevõtlusõpe. Kulutused. Eelarve.</p> <p>Käsitöö ja kodundus - toiduga seonduvad ametid; tarbija õigused ja kohustused; märgistused toodetel; teadlik ja säästlik majandamine; kokkuhoiuvõimalused ja kulude analüüs.</p>

6. klassi õpitulemused	Õppesisu ja -tegevus	Seos teiste ainetega
<p>Vabatahtlik tegevus: kodanikuühendused ja -algatus, koostöö Õpilane: 1) seletab oma sõnadega ja kasutab kontekstis mõisteid kodanikuühendus, kodanikualgatus, vabatahtlik tegevus; 2) nimetab kodukohas tegutsevaid seltsi, klubisid ja ühendusi ning kirjeldab nende tegevust; 3) nimetab kodukohas ja koolis tegutsevaid noorteorganisatsioone ning kirjeldab nende tegevust; 4) teab kodukoha kodanikualgatusi ning algatab neid ja osaleb neis võimaluse korral; 5) toob näiteid vabatahtliku töö kasulikkuse kohta; märkab probleeme ja pakub vajajatele abi.</p>	<p>Kodukohas tegutsevate seltside, klubide ja ühenduste tegevus. Noorteorganisatsioonid.</p> <p>Eakohased kodanikualgatused võimalused. Koostöö ja ühistegevus, kommunikatsioonivõimalused.</p>	<p>Ettevõtlusõpe: eraettevõtetus, sotsiaalne ettevõtetus. Võimalusel ühise vabatahtliku projekti planeerimine ja läbiviimine kodanikualgatusena.</p>
<p>Demokraatia põhimõtted ja selle toimimine Õpilane: 1) seletab oma sõnadega ja kasutab kontekstis mõisteid <i>inimõigus, seadus, demokraatia, sooline võrdõiguslikkus</i>; 2) iseloomustab demokraatia põhimõtteid; 3) teab ja austab inimõigusi; 4) teab, et Eesti on demokraatlik vabariik, nimetab Vabariigi Valitsuse, Riigikogu ja Vabariigi Presidendi peamisi ülesandeid; 5) teab, mis on kohalik omavalitsus, toob näiteid oma valla/linna omavalitsuse tegevuse kohta; 6) teab, et kõik on võrdsed seaduse ees ja peavad seadusi täitma, toob näiteid seaduskuuleka käitumise kohta; 7) toob näiteid naiste ja meeste võrdsete õiguste ning nende rikkumiste kohta Eestis.</p>	<p>Rahva osalemine ühiskonna valitsemises: arvamuste mitmekesisus ja sõnavabadus, osalus aruteludes ja otsustamises, õigus valida ja saada valitud. Võimude lahusus. Riigikogu, Vabariigi Valitsus, Vabariigi President, kohus. Kohalik omavalitsus.</p> <p>Seaduse ülimuslikkus, seadus kui regulatsioon. Peamised inimõigused (õigus elada, õigus vabadusele ja inimväärikusele jne).</p> <p>Sooline võrdõiguslikkus.</p>	

<p>Turvalisus ja riskikäitumine Õpilane: 1) kirjeldab olukordi, kus saab ära hoida õnnetusjuhtumeid; 2) teab, et õnnetuse korral ei tohi enda elu ohtu seada, ning oskab abi kutsuda; 3) demonstreerib õpituatsioonis, kuidas kasutada tõhusaid enesekohaseid ja sotsiaalseid oskusi tubaka, alkoholi ning teiste uimastitega seotud olukordades: enesetunnetus, kriitiline mõtlemine, probleemide lahendamise ja suhtlusoskus; 4) väärtustab turvalisust ja ohutut käitumist.</p>	<p>Turvaline ning ohutu käitumine koolis, kodus ja õues. Eakaaslaste mõju tervise ja ohukäitumise valikud tehes; iseenda vastutus. Tõhusad enesekohased ja sotsiaalsed oskused uimastitega seotud situatsioonides. Valikud ja vastutus seoses uimastitega</p>	
<p>Haigused ja esmaabi Õpilane: 1) oskab kirjeldada, kuidas hoida ära levinumaid nakkus- ja mittennakkushaigusi; 2) teab, mis on HIV ja AIDS ning kuidas end kaitsta HIViga nakatumise eest; 3) kirjeldab, kuidas hoida ära õnnetusjuhtumeid ning kuidas ennast ja teisi abistada õnnetusjuhtumite korral; 4) teab, kuidas ohuolukorras turvalistelt käituda ja abi kutsuda, ning demonstreerib õpituatsioonis lihtsamaid esmaabivõtteid (nt kõhuvalu, külmumine, luumurd, minestamine, nihestus, peapõrutus, palavik, päikesepiste jm); 5) nimetab esmaabivahendeid ja kirjeldab, kuidas neid kasutada.</p>	<p>Levinumad laste ja noorte haigused. Nakkus- ja mittennakkushaigused. Haigustest hoidumine. HIV, selle levikuteed ja sellest hoidumise võimalused. AIDS. Käitumine õnnetusjuhtumite korral. Esmaabi erinevates olukordades. Esmaabi põhimõtted.</p>	
<p>Suhtlemine ja suhted teistega Õpilane: 1) teab suhtlemise olemust ning väärtustab tõhusate suhtlusoskuste vajalikkust; 2) kirjeldab erinevaid mitteverbaalseid</p>	<p>Suhtlemise komponendid. Verbaalne ja mitteverbaalne suhtlemine.</p>	

<p>suhtlusvahendeid ning nende mõju verbaalsele suhtlemisele;</p> <p>3) demonstreerib õpituatsioonis aktiivse kuulamise jt tõhusa suhtlemise võtteid;</p> <p>4) mõistab eneseavamise mõju suhtlemisele ning demonstreerib õpituatsioonis, kuidas oma tundeid empaatilisel ja suhteid tugevdavat väljendada;</p> <p>5) teadvustab eelarvamuste mõju suhtlemisele ja toob näiteid eelarvamuste mõju kohta igapäevasuhtluses;</p> <p>6) eristab ning kirjeldab kehtestavat, agressiivset ja alistuvat käitumist ning mõistab nende käitumiste mõju suhetele;</p> <p>7) teab, et ei ütlemine on oma õiguste eest seismine, ning demonstreerib õpituatsioonis kehtestava käitumise võtteid;</p> <p>8) teab probleemide erinevaid lahendusviise ja oskab neid õpituatsioonis kasutada;</p> <p>9) selgitab ja kirjeldab eri situatsioonidesse sobiva parima käitumisviisi valikut;</p> <p>10) väärtustab sõprust kui vastastikuse usalduse ja toetuse allikat;</p> <p>11) kirjeldab kaaslaste mõju ja survet otsustele, mõistab otsuste tagajärgi;</p>	<p>Aktiivne kuulamine.</p> <p>Eneseavamine.</p> <p>Eelarvamused.</p> <p>Kehtestav, agressiivne ja alistuv käitumine.</p> <p>Ei ütlemine ennast ja teisi kahjustava käitumise puhul.</p> <p>Erinevate käitumisviiside leidmine probleemide lahendamises.</p> <p>Sõprussuhted. Usaldus suhetes.</p> <p>Kaaslaste mõju ja surve. Otsustamine ja probleemide lahendamine. Vastutus otsustamisel. Vastutus suhetes.</p>	
---	--	--

Ainekava täitmist toetavad õppekäigud ja koostöö huvigruppidega

1. võimalusel õppekäigud Karula/Valga valla asutustesse, kiriku(te)sse;
2. Rajaleidja, Vaimse Tervise Keskus, Valgamaa Noorte Nõustamiskeskus; Punane Rist: võimalusel külalisloengud ja –koolitused;
3. jooksvalt tekkivate koostöövõimaluste ärakasutamine õppemeetodite mitmekesistamiseks ning õppematerjali kinnistamiseks.

Hindamismeetodid

1. kujundav hindamine;
2. iseseisev töö tekstiga, kokkuvõtte või küsimustikule vastamine;
3. arvamuskirjand;
4. uurimistöo;
5. tunnitöö;
6. tunnikontroll;
7. kontrolltöö.