

Tallinna Konstantin Pätsi Vabaõhukool

I kooliastme õppeaine inimeseõpetus

1. ÕPPEAINE KIRJELDUS

Inimeseõpetuse eesmärk on toetada õpilase sotsiaalsete ja emotsionaalsete oskuste arengut, õppides ennast tundma, vastutustundlikult oma suhteid kujundama, olema terviseteadlik, aus, hooliv ja õiglane. Inimeseõpetuses käsitletakse inimest ja tema sotsiaalset keskkonda tervikuna. Väärtuskasvatus ja hoiakute kujundamine toimub üksteist mõistvas õhkkonnas ning on suunatud õpilaste positiivse mõtlemise arendamisele oma arengu- ja toimetulekuvõimaluste üle.

Soodne sotsiaalne õppekeskkond toetub eelkõige õpilaste isikupära ja isiklike seisukohtade austamisele, võimaluste tagamisele vabaks arvamuseavalduseks, initsiatiiviks, osalemiseks ja tegutsemiseks nii üksi kui ka koos teistega. Õppetegevused muutuvad põhikooli kolme kooliastme jooksul lihtsamatest keerukamateks, ent peavad olema õpilasele mõistetavad ja tähenduslikud ning toetama arusaama õpitava vajalikkusest. Inimeseõpetus on kontsentiline õppeaine, mille võtmeteemasid käsitletakse igal kooliastmel, arvestades arengulist käsitlust. Inimeseõpetuses võib teemasid käsitleda nii üksteisele järgnevatena kui ka integreerituna, et saavutada oskuste, teadmiste ja väärtuste põhjal õpitulemused. Õpitavat käsitletakse võimalikult igapäevaeluga seondunult, kusjuures õppes on olulisel kohal aktiivõppemeetodid.

Inimeseõpetuse I kooliastme teemad ja õpitulemused lähtuvad õpilase minast (huvid, omadused jms) ja tema eluga kõige lähemalt seotud igapäevaelu teemadest nagu suhted pere ja sõpradega, tervis, käitumisnormid jms. Eesmärgiks on, et laps oskab märgata, mõista ja selgitada enda ja tema eluga otseselt seotud küsimusi. I kooliastme inimeseõpetuses käsitletakse ka ühiskonnaõpetuse teemasid nagu Eesti Vabariik, kodukoht, reeglid, õigused ja kohustused lapse seisukohalt jms.

2. I KOOLIASTME LÕPUKS OMANDATUD TEADMISED, OSKUSED JA HOIAKUD

I kooliastme lõpetaja

- 1) näitab Eesti Vabariigi ja oma kodukoha asukohta kaardil, tunneb Eesti ja kodukoha sümbolikat, olulisi inimesi ja paiku;
- 2) väärtustab enda ja kaaslaste huvisid ning positiivset suhtumist iseendasse;
- 3) mõistab õppimise tähtsust igapäevaelus hakkama saamisel ja tuleviku kavandamisel;
- 4) teab, et inimeste õigustega kaasnevad kohustused;
- 5) mõistab üldtunnustatud käitumisnormide ja seaduste järgimise vajalikkust;
- 6) tunneb liiklusreegleid;
- 7) teab erinevaid teabeallikaid, oskab leida infot ja teab, mille põhjal hinnata infoallikate usaldusväärsust;
- 8) märkab inimeste erinevaid omadusi ja arvamusi;
- 9) mõistab sõpruse ja koostöö väärtust ning üksteise eest hoolitsemise ja abistamise vajadust;
- 10) teab, mis on vägivald;
- 11) mõistab, et vägivald ei ole lubatud ja oskab vajaduse korral abi leida;

- 12) teab eesti rahvakombeid ja mõistab enda rolli kommete ja tavade hoidja ja kandjana;
- 13) suhtub sallivalt Eestis elavate inimeste keelelistesse ja kultuurilistesse erinevustesse;
- 14) oskab oma tervist hoida;
- 15) teab tervist ohustavaid tegureid, tunneb ära ja oskab hoiduda või keelduda tervist ohustavatest olukordadest;
- 16) oskab planeerida oma tegevusi ja väärtustab aktiivset vaba aja veetmist;
- 17) oskab kasutada lihtsamaid esmaabivõtteid ja kutsuda vajaduse korral abi;
- 18) teab raha teenimise, hoidmise ja kasutamise võimalusi, käitub teadliku ja säästliku tarbijana;
- 19) mõistab keskkonna hoidmise tähtsust ja enda võimalusi selles.

3.1. I KOOLIASTME INIMESEÕPETUSE ÕPITULEMUSED

I kooliastme lõpetaja

- 1) leiab kaardilt Eesti ja kodukoha;
- 2) tunneb ära, kirjeldab ja kujutab kodukoha ja Eesti Vabariigi sümboolikat;
- 3) nimetab Eesti Vabariigi pealinna ja sünnipäeva;
- 4) teab, kes on Eesti Vabariigi president;
- 5) teab ja tutvustab oma kodukoha olulisi inimesi ja paiku;
- 6) kirjeldab enda huvisid ja tegevusi;
- 7) põhjendab, miks on vaja endasse positiivselt suhtuda;
- 8) toob näiteid, kuidas õppimine aitab igapäevaelus hakkama saada;
- 9) sõnastab enda õppimise eesmärgid ja seostab neid enda huvidega;
- 10) seostab igapäevavalikuid tuleviku eesmärkidega;
- 11) nimetab inimeste õigusi ja nendega kaasnevaid kohustusi;
- 12) kirjeldab enda ja pereliikmete ülesandeid kodus, toob näiteid üksteise abistamisest ja pereliikmetega arvestamisest;
- 13) toob näiteid oma õigustest ja kohustustest peres, koolis ja ühiskonnas;
- 14) toob näiteid käitumisnormidest ja seadustest, mida tal tuleb järgida;
- 15) põhjendab käitumisnormide ja seaduste järgimise vajalikkust;
- 16) demonstreerib õpitu olukorras üldtunnustatud käitumisnormide ja seaduste täitmist;
- 17) tunneb liikluses turvalisust tagavaid märke ja tähistusi;
- 18) kirjeldab ja demonstreerib turvalisust tagavate liiklusreeglite järgimist;
- 19) märkab liiklusohutlikke kohti ja olukordi kooliteel ja koduümbruses ning pakub lahendusi turvalisuse tagamiseks;
- 20) loetleb erinevaid teabeallikaid;
- 21) leiab infot erinevatest allikatest;
- 22) võrdleb erinevaid teabeallikaid usaldusväärsuse ja teabe sisu väärtuse poolest;
- 23) kirjeldab meediaga, sealhulgas sotsiaalmeediaga seotud võimalusi ja ohte;

- 24) selgitab ja demonstreerib kokkulepitud reeglite järgimist digivahendite abil teabe otsimisel;
- 25) teab, et inimesed on erinevad nii bioloogiliselt kui ka sotsiaalselt ning märkab inimeste sarnasusi ja erinevusi;
- 26) selgitab sõpruse, koostöö, üksteise eest hoolitsemise ja üksteise abistamise vajalikkust;
- 27) teab, et vägivaldal on eri vormid;
- 28) selgitab, mida vägivaldne käitumine võib endaga kaasa tuua;
- 29) teab abi saamise võimalusi inimväärikust alandava käitumise puhul, sh kiusamise ja vägivalda puhul;
- 30) demonstreerib õpituatsioonis abi saamise ja abistamise võimalusi vägivalda korral;
- 31) võrdleb rahvakombeid minevikus ja tänapäeval, nt mardipäev, kadripäev, jõulud, vastlapäev, jaanipäev jt;
- 32) selgitab, kuidas õpilane saab ise olla kommete ja tavade hoidja;
- 33) toob näiteid oma klassis või kodukohas elavate inimeste tavadest ja kommetest;
- 34) nimetab mõningaid haiguste tunnuseid;
- 35) toob näited tervist hoidvast käitumisest (hügieen, karastamine, mitmekesine toit, uni ja puhkus ning kehaline aktiivsus) ja selgitab tervist hoidvat käitumise vajalikkust;
- 36) toob näiteid terviseriskidest ja teab kuidas püsida terve;
- 37) planeerib oma päeva ja nädalat terviseteadlikult;
- 38) selgitab ja demonstreerib õpituatsioonis esmaabi võimalusi, nt haav, kukkumine, ninaverejooks, põletus, putukapiste;
- 39) teab hädaabinumbrit ja oskab vajaduse korral kutsuda abi;
- 40) teab, mis on raha teenimine, säästmine, kasutamine ja laenamine;
- 41) hoiab keskkonda, selgitab keskkonna hoidmise võimalusi, nt jäätmete vähendamine ja sorteerimine, vee ja energia tarbimine.

3.2. DIGIPÄDEVUSED

I kooliastme lõpetaja

- 1) tunneb arvuti osi ja kasutamisevõimalusi;
- 2) mõistab interneti olemust ning suudab leida sealt olulist informatsiooni;
- 3) oskab kasutada e-posti ja Stuudiumi kontot;
- 4) suudab koostada andmefaili ja dokumente;
- 5) oskab oma kirjalikke töid esitleda;
- 6) tunneb internetis ja sotsiaalmeedia platvormidel valitsevaid ohte;
- 7) teab, mis on autoriõigused.

3.3. Enesejuhtimine

I kooliastme lõpetaja

- 1) omab minapilti, mis on valdavalt eakohane;
- 2) on omandanud eakohased õpioskused;
- 3) suudab õppida nii positiivsetest kui negatiivsetest kogemustest ning reflekteerida oma tundeid;

- 4) teeb koostööd indiviidi ja grupi tasandil;
- 5) suudab seada grupi eesmärgid isiklikest vajadustest ettepoole;
- 6) on valmis püüdlema esteetilise kogemuse poole;
- 7) on valmis seadma eesmärgi nii indiviidi kui grupi tasandil ning planeerima nende elluviimiseks kuluvat aega.

3.4. Liikumine

Õpilane

- liigub vähemalt kord igas ainetunnis teadlikult või loomulikult õpitegevuse osana;
- kasutab liikumist mõtestatud õpitegevuse osana (nt mänguline kordamine, liikumismängud, õuevahetunnid);
- teab ja rakendab ise liikumispausi vajadusel ning osaleb õpetaja juhendatud liikumispuhkustes;
- oskab seostada liikumist hea enesetunde, keskendumisvõime ja õpitulemuste paranemisega;
- töötab õpetaja juhendamisel vaheldumisi seistes, liikudes või muutuvast õpikeskkonnas (klassiväliselt, õues, erinevates ruumides).

3.5. ÕPPESISU

2. KLASSIS 1 TUND NÄDALAS

Mina

Teema olulisuse põhjendus: positiivne hinnang ja suhtumine endasse ja teistesse kui enesekohase kompetentsi ja heaolu arendamise alus

Mõisted ja märksõnad

Mina. Oma tugevuste (sh tunnused, omadused ja tegevused) välja toomine. Positiivne suhtumine endasse ja teisesse. Kehalised muutused ja austus erinevate kehade ja sugude suhtes. Minu erinevused ja sarnasused teistega. Sallivus.

Mina ja tervis

Teema olulisuse põhjendus: terviseteadlikkus ja tervislik eluviis kui heaolu allikas

Mõisted ja märksõnad

Tervis. Tervise eest hoolitsemine. Tervislik eluviis: mitmekesine toit, piisav uni ja puhkus, kehaline aktiivsus. Keha eest hoolitsemine. Terve ja haige inimene. Abi saamise võimalused. Vajadusel abi kutsumine.

3. KLASSIS 1 TUND NÄDALAS

Mina

Teema olulisuse põhjendus: enesejuhtimise ja kodaniku pädevuste arendamine ühiskondlikus kontekstis

Mõisted, märksõnad

Mina. Igaühe väärtuslikkus. Positiivne suhtumine endasse. Inimeste erinevused: bioloogiline ja sotsiaalne. Sallivus. Inimeste õigused ja kohustused.

Vastutus. Laste õigused ja kohustused: peres, koolis, lähikonnas.

Mina ja tervis

Teema olulisuse põhjendus: turvaline tervisekäitumine ning keskendumine füüsilisele, vaimsele ja sotsiaalsele tervisele kui heaolu allikale

Mõisted, märksõnad

Vaimne, füüsiline ja sotsiaalne tervis. Tervislik eluviis.

Terviseriskid. Hoidumine tervist ohustavatest olukordadest. Esmaabi. Abi saamise võimalused.

Mina ja minu pere

Teema olulisuse põhjendus: prosotsiaalse käitumise kui tõhusa sotsiaalse oskuse väärtustamine ja sotsiaalne sidususe arendamine lähikeskkonnas.

Mõisted ja märksõnad

Kodu. Erinevad pered. Pereliikmete tegevus ja rollid. Hoolitsemine, abistamine, kaasamine ja pereliikmetega arvestamine. Vastutus, õigused ja kohustused peres, koolis ja lähiümbruses.

Mina ja Eesti

Teema olulisuse põhjendus: kodanikupädevuste arendamine kujundamaks aktiivset ja vastutustundlikku kogukonna- ja ühiskonna liiget

Mõisted ja märksõnad

Eestimaa ja kodukoht. Eesti pealinn. Eesti Vabariigi sünnipäev. Eesti president. Eesti Vabariigi riiklikud, rahvuslikud ja kodukoha sümbolid. Oma kodukoha olulised paigad ja inimesed. Eesti rahvakombed ja tavad minevikus ja tänapäeval. Kodukoha inimeste tavad ja kombed. Oma klassi tavad. Sallivus erinevustesse. Enda roll tavade ja kommete hoidja ja kandjana.

Mina: aeg ja asjad

Teema olulisuse põhjendus: enesejuhtimis- ja õpioskuste arendamine

Mõisted ja märksõnad

Mina: aeg ja aja planeerimine. Mina ja asjade väärtus teiste väärtuste seas. Erinevad meeled oma õpitegevuse ja vaba aja tegevuse kavandamisel. Oma õpitegevuse eesmärkide seos oma huvide ja võimetega. Oma igapäevalikute seos oma tuleviku eesmärkidega.

Mina ja teised

Teema olulisuse põhjendus: turvaline käitumine ja kohanemine erinevas sotsiaalses ümbruses kodanikupädevustena. Riskikäitumine ja selle ennetamine – tõhusad sotsiaalsed oskused.

Mõisted, märksõnad

Reeglid ja käitumisnormid. Seadused. Üldtunnustatud käitumisnormide ja seaduste järgimine. Käitumisnormide ja seaduste järgimine koolis ja lähiümbruses. Liiklusreeglid. Liiklusreeglite järgimine. Turvaline käitumine liikluses koduteel ja koduümbruses. Vägivald ja selle erinevad vormid. Vägivaldse käitumise negatiivsed tagajärjed. Abi saamise võimalused koolikiusamise ja teiste vägivaldse käitumise ilmingute korral Sõprus ja sõpruse hoidmine. Koostöö vajalikkus. Hoolitsemine ja abistamine ning prosotsiaalse käitumise väärtustamine. Heategemine ja heategevus.

Mina: teave ja asjad

Teema olulisuse põhjendus: turvaline meedia-käitumine ja tarbimine

Mõisted, märksõnad

Teave. Erinevad teabeallikad. Teabeallikate kasutamine. Teabeallikate usaldusväärsus. Meedia kasutusvõimalused ja ohud. Turvaline meediavahendite kasutamine. Raha. Raha teenimine, kasutamine ja laenamine. Vastutus. Oma kulutuste plaanimine. Keskkonna hoidmise võimalused säästlikul tarbimisel. Enda võimalused keskkonna hoidmisel lähiümbruses.