

AINEVALDKOND „SOTSIAALAINED“
Inimeseõpetus (suhtlemisõpetus) 6. klass
Nädalatundide arv 1

Õpisisu	<p>Mina ja suhtlemine Enesesse uskumine. Enesehinnang. Eneseanalüüs. Enesekontroll. Oma väärtuste selgitamine.</p> <p>Suhtlemine teistega Minu ja teiste vajadused. Vajaduste hierarhia. Suhtlemise komponendid. Verbaalne ja mitteverbaalne suhtlemine. Aktiivne kuulamine. Tunnete väljendamine. Eneseavamine. Eelarvamused. Kehtestav, agressiivne ja alistuv käitumine. „Ei” ütlemine seoses ennast ja teisi kahjustava käitumisega.</p> <p>Suhted teistega Tõhusad sotsiaalsed oskused: üksteise aitamine, jagamine, koostöö ja hoolitsemine. Sallivus enda ja teiste vastu. Hoolivus. Sõprussuhted. Usaldus suhtes. Empaatia. Vastutus suhetes. Kaaslaste mõju ja surve. Erinevuste ja mitmekesisuse väärtustamine. Isikuseärasused. Soolised erinevused. Erivajadustega inimesed.</p> <p>Konfliktid Konfliktide olemus ja põhjused. Tõhusad ja mittetõhusad konfliktide lahendamise teed.</p> <p>Otsustamine ja probleemilahendus Otsustamine ja probleemide lahendamine. Erinevate käitumisviiside leidmine probleeme lahendades. Tagajärgede arvestamine probleemilahenduses. Vastutus otsustamisel.</p> <p>Positiivne mõtlemine Positiivne mõtlemine. Positiivsed jooned ja omadused endas ning teistes, nende märkamine. valikuid mõjutavaid tegureid ja oma vastutuse osa selle</p>
Õpitulemus	<p>Mina ja suhtlemine Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> 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 õpisisuolukorras oma käitumise kontrolli, saades hakkama vihaga ja teiste emotsioonidega; 4. oskab selgitada ja põhjendada oma väärtusi seoses eneseanalüüsiga. <p>Suhtlemine teistega Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. tunneb ära enda ja teiste inimeste põhilised vajadused ning teadvustab neid; teab suhtlemise olemust ning väärtustab tõhusate suhtlusoskuste vajalikkust; 2. eristab verbaalset ja mitteverbaalset suhtlemist; 3. kirjeldab erinevaid mitteverbaalseid suhtlusvahendeid ning nende mõju verbaalsele suhtlemisele; 4. demonstreerib õpisisuolukorras aktiivse kuulamise võtteid; 5. mõistab eneseavamise mõju suhtlemisele; demonstreerib õpisisuolukorras, kuidas väjendada oma tundeid verbaalselt, säilitades ja tugevdades suhteid;

6. teadvustab eelarvamuste mõju suhtlemisele igapäevaelus ja toob selle kohta näiteid;
7. eristab ning kirjeldab kehtestavat, agressiivset ja alistuvat käitumist ning mõistab nende käitumiste mõju suhetele;
8. 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;
9. väärtustab positiivset suhtumist endasse ja teistesse.

Suhted teistega

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 suhtes ning nende muutuvat iseloomu;
5. demonstreerib õpitu olukorras 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 isikuseärasusi ning teadvustab soolisi erinevusi ja inimeste erivajadusi. Erivajadustega inimesed.

Konfliktid

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 õpitu olukorras konflikte lahendades tõhusaid viise ning väärtustab neid

Otsustamine ja probleemilahendus

Õpilane:

1. teab ja oskab õpitu olukorras 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 olukorrad sobiva parima käitumisviisi valikut;
5. väärtustab vastutuse võtmist otsuseid langetades.

Positiivne mõtlemine

Õpilane:

1. nimetab ja väärtustab enda ning teiste positiivseid omadusi;
2. väärtustab positiivset mõtlemist.
3. teab tervisliku toitumise ja kehalise aktiivsuse põhimõtteid ning mõistab nende tähtsust.