



Maret Lill, Kaja Plado

INIMESEÕPETUSE TÖÖRAAMATUTE KASUTAMINE

lihtsustatud õppe 6. ja 7. klassis





Maret Lill, Kaja Plado
Inimeseõpetuse tööraamatute kasutamine
lihtsustatud õppe 6. ja 7. klassis

Õpetaja juhendmaterjal

Õpetajamaterjal kuulub põhiõppevara „Inimeseõpetuse tööraamat lihtsustatud õppe 6. ja 7. klassile“ juurde. Tööraamat on ilmunud paberkandjal ning on samuti allalaetav portaalist www.hev.edu.ee

Juhendmaterjali on toimetanud ja küljendanud Ivi Piibelet, Kirjavalla OÜ

Õppevara väljaandmist on toetanud Euroopa Sotsiaalfond ja Eesti riik programmi „Hariduslike erivajadustega õpilaste õppevara arendamine“ kaudu. Programmi viib ellu Sihtasutus Innove.

Kõik õigused kaitstud. Igasugune autoriõigusega kaitstud materjali ebaseaduslik paljundamine ja levitamine toob kaasa seaduses ette nähtud vastutuse.

Autoriõigus: autorid, Sihtasutus Innove, 2013

Inimeseõpetuse (elu- ja olustikuõpetuse) tööraamat VI klassile

ISBN 978-9949-487-91-2 (kogu teos)

ISBN 978-9949-487-92-9 (kogu teos, pdf)

ISBN 978-9949-487-93-6 (1. osa)

ISBN 978-9949-487-94-3 (1. osa, pdf)

ISBN 978-9949-487-95-0 (2. osa)

ISBN 978-9949-487-96-7 (2. osa, pdf)

ISBN 978-9949-487-97-4 (3. osa)

ISBN 978-9949-487-98-1 (3. osa, pdf)

Inimeseõpetuse (elu- ja olustikuõpetuse) tööraamat VII klassile

ISBN 978-9949-513-85-7 (kogu teos)

ISBN 978-9949-513-86-4 (kogu teos: pdf)

ISBN 978-9949-513-87-1 (I osa)

ISBN 978-9949-513-88-8 (I osa: pdf)

ISBN 978-9949-513-89-5 (II osa)

ISBN 978-9949-513-90-1 (II osa: pdf)

ISBN 978-9949-524-64-8 (õpetaja juhendmaterjal, pdf)

Sisukord

Sissejuhatus	5
Tunni põhistruktuur	8
Taotletavad õpitulemused 6.–7. klassis	17
Inimeseõpetuse tööraamat 6. klassile	21
I osa	22
Suhtlemine iseendaga	22
Suhtlemine eakaaslaste ja täiskasvanutega	29
II osa	39
Inimese keha	39
Toitumine	45
Inimese areng	50
Inimese välimus	55
Uimastid	61
III osa	66
Inimene ja kodu	66
Inimene ja teave	72
Inimene ja töö	77
Turvalisus	79

Inimeseõpetuse tööraamat 7. klassile	83
Mina ise	85
Suhtlemine eakaaslaste ja täiskasvanutega	91
Käitumiskultuur	101
Minu tervis	103
Inimene, aeg, teave	112
Kodu ja kodukoht	120
Inimene ja töö. Inimene ja raha.	128
Inimene, säästlikkus ja turvalisus	133

Sissejuhatus

Inimeseõpetuse tööraamatud 6. ja 7. klassile (autorid Maret Lill, Evelyn Ojaperv, Katri Kütt (Pern) ja Krista Saadoja) vastavad põhihariduse lihtsustatud riikliku õppekava lihtsustatud õppetase ainekavadele ja need on koostatud, et saavutada ainekavas määratletud oodatavaid õpitulemusi. 6. klassi tööraamat on jaotatud kolme, 7. klassi tööraamat kahte ossa. Tööraamatutes kajastuvad teemad on leitavad iga osa alguse paigutatud sisukorrast. Tööraamatu maht arvestab kahe ainetunniga nädalas.

Siinses õpetajaraamatus antakse soovitusi, kuidas inimeseõpetuse teemasid nimetatud klassides käsitleda. Konkreetsete teemade käsitlemisel jääb õpetajatele alati alles loominguline vabadus, st esitatud nõuandeid tuleb võtta kui üht, kuid mitte ainukest võimalust õpiväljundite saavutamiseks. Igal konkreetsel juhul tähtsustuvad klassi õpilaste võimed, nende kognitiivne ja kõne areng ning sotsiaalne keskkond, mis inimeseõpetuse tundides peaks olema ainekäsitlemise jõukohasuse hindamise aluseks. Nt turvalisuse teema tuleb siduda **kohalike oludega**, suunata õpilaste tähelepanu eelkõige nende elukohas olevatele ohtudele. Teine printsiip peaks olema teema **aktuaalsus** – inimeseõpetuse tunde ja ainesisu käsitlemist planeerides ei ole õpetajal ranget kohustust jälgida tööraamatus esitatud teemade järjekorda. Alati ei pea lugemismaterjaliks olema tööraamatus olev õppetekst. Kui teemaga seotult on laste elukohas toimunud sündmus, mida arutatakse aktiivselt kogukonnas või kajastatakse kohalikus ajalehes, võib arutlus tunnis lähtuda hoopis sellest. Sellisel juhul tuleb õpetajal kindlustada materjali kättesaadavus kõikidele lastele, hinnates esmajoones kriitiliselt selle mahtu ja keelelist keerukust ning tehes vajalikud muudatused.

Inimeseõpetuse aine tunnid saab läbi viia lapsi aktiivselt omavahel ja õpetajaga **suhtlema** ergutades. Teemad, mida käsitletakse, on seotud laste igapäevase elu ning probleemidega, millest lastel on kindlasti suuremal või vähemal määral kogemused olemas. Nendele eelteadmistele tulebki enamasti tund üles ehitada. Igasugust vestlust peab juhtima loomulikult õpetaja. Ka siis, kui töö tunni mingil etapil on kavandatud paaristööna või rühmaaruteluna, peab õpetaja õpilaste omavahelist vestlust jälgima ja vajadusel suunavalt sekkuma. Sellised arutelud on vaja põhjalikult ette valmistada ning kindlustada õpilased tarvilike abivahenditega (arutelu plaan, kokkuvõtteks või millegi järeldamiseks vajalikud küsimused, tüüpilisemad väljendid vms). Arutelu käigus on vaja omavahel teavet hankida, jagada, vahetada – esitada kaaslastele küsimusi, küsimustele vastata, avaldada kõhklusid, keeldumisi, nõustumist, esitada palveid. Nimetatud suhtlemisstrateegiaid on varasemates klassides õpitud ja õpilased peaksid neid üldjoontes tundma, kuid kindlasti tuleb korrata sobivaid väljendeid, mille abil oma soove või keeldumisi edastada.

Tunni **eesmärke** sõnastades on püütud rõhutada teema kõige olulisemaid aspekte, arvestades, et teadmised ning oskused saavutatakse vaid õpetaja suunamisel ning ühiselt analüüsitud materjali ulatuses. Inimeseõpetuse tundi on sageli otstarbekas korraldada väljaspool klassiruumi (nt raamatukogus, arsti kabinetis vm). Ainet on vaja lõimida teiste ainetega, mistõttu tuleb juba töökavade koostamise ajal kasuks tihe side kolleegidega.

6. ja 7. klassis käsitletakse järgmisi teemasid

- Suhtlemine iseendaga
- Suhtlemine eakaaslaste ja täiskasvanutega
- Inimese areng
- Tervis, sh toitumine
- Inimene ja kodu
- Inimene ja teave
- Inimene ja töö
- Turvalisus, sh uimastite kasutamine

Inimese arengu ja tervise teemasid käsitletakse vaid 6. klassis, kuid omandatud teadmisi inimese organismi ehitusest ja talitlusest ning hügieenist ja tervislikust toitumisest tuleb korrata ja kinnistada pidevalt.

Nii 6. kui ka 7. klassi tööraamatute **õppetekstid** on koostatud nii, et nendes jutustatakse läbivalt Saarde kooli õpilaste elust ja toimetustest. Kuna õpilaste toimetusi kirjeldatakse mõlema klassi tööraamatute kõikides osades, on otstarbekas pidevalt kasutada tööraamatu kaanel ning I osa alguses esitatud pilte ning sellelt leida, kellest räägitakse, kuidas ta pildil välja näeb, kellega tõenäoliselt pildistamise hetkel sõbrustas (kellega on kõrvuti) jne.

Õppekavaterviku kujundamise aluseks on sel etapil MINA/MEIE/KODU-KOHT suhtes Eestiga, seetõttu on kõikide teemade puhul oluline leida isiklikud seosed kohalike inimestega, paikkonnaga ja analüüsida probleeme just neid tingimusi ja võimalusi arvestades.

Väärtuskasvatuses seatakse esikohale suhtlusprobleemide lahendamisoskuse ning viisaka ja reeglipärase käitumise kujundamine. Ka seda põhimõtet on õppetekstide koostamisel arvestatud.

Paljude teemade käsitlemiseks on soovitatud õpetajale ka täiendavalt internetimaterjale. Internetiaadressid võivad aja jooksul muutuda, sellesse tuleks õpetajal suhtuda mõistvalt.

Kui tund viiakse läbi arvutiklassis, peaks õpetaja eelnevalt üle kontrollima aadressid, mida kavatakse õpilastele soovitada. Internetis muudetakse kodulehekülgi pidevalt ja õpetaja peab teadma, kuidas ja mis infot on võimalik kõige paremini leida.

TUNNI PÕHISTRUKTUUR

Sissejuhatus

Kõikide teemade käsitlemist on soovitatav alustada sellest, et tekiks ühine arusaam: teadmised on meile vajalikud selleks, et igapäevases elus neid arvestades võimalikult hästi toime tulla. Õpetajal on otstarbekas alustada tundi probleemi püstitusega ja lasta õpilastel rääkida probleemi lahendamise isiklikust kogemustest. Sel viisil saab õpetaja ülevaate õpilaste eelteadmistest, hoiakutest, arvamustest. Teema on vaja siduda konkreetsete oludega, paikkonnaga, inimestega.

Põhiosa

Teemast võib saada ülevaate õppeteksti lugedes, selles kirjeldatud probleeme analüüsid. Vaja on pidevalt hoida tähelepanu all klassis õppivate laste isiklikud kogemused ning sündmused klassis ja koolis. Mõningate küsimuste puhul on vajalik äärmine ettevaatus, et mitte riivata laste tundeid. Õpetajal tuleb tunda laste omavahelisi suhteid, hetkel valitsevaid võimalikke pingeid, koduseid olusid, millest delikaatselt vaikida või positiivsete näidetena esile tõsta.

Teatud teemade puhul on otstarbekas ära kasutada päevakajalisi teemasid. See, mis ümberringi laste tuttavate inimesega või tuttavates paikades toimub, tuleb klassis kindlasti läbi arutada.

Kinnistamine

Tunni kinnistavas osas on hea korraldada praktilisemat laadi tegevusi. Õppetekstide juurde kuuluvate tööülesannete täitmisel on vaja kasutada õppeteksti kas ülesannete täitmiseks või ülesannete kontrollimiseks. Tööraamatutes on sellisteks tegevusteks löikelehtede abil ülesannete sooritamine, reklaamplakati või ajalehe koostamine, mõõtmine, jala nõude puhastamine vms.

Tunni kinnistavas osas on sobiv korraldada temakohaseid **mänge**. Juhtised mängude korraldamiseks on esitatud õpetajaraamatus konkreetse

tunni juures. Paljud juhised ongi leitavad sealt, või on lisatud interneti-aadress, kust otsida lisajuhiseid või ka teisi mängu. Kui mängu läbiviimiseks on juhised antud õpilasele mõeldud tööraamatus, oleks otstarbekas kujundada lastel funktsionaalse lugemise oskust ning lasta neil juhised lugeda ja toimida nii, nagu nad sellest aru said. Võib juhtuda, et esitatud juhised ei piisa ja mäng ei õnnestu. Siis on hea õpetaja suunamisel analüüsida, kas tegutseti täpselt juhise järgi, mis on juhises puudu, mis ebaselge ja mida tegelikult teha tuleks. Näiteks mäng: *Arva ära minu hobi* puhul peab lisaks hobi väljamõtlemisele olema valmis vastama ka täiendavatele küsimustele, mis vahendeid/ruumi selleks harrastuseks on vaja, missuguseid oskusi jne. Ka sellele peab kohe mõtlema, kui mingi hobi nimetada, kuid selle jaoks eraldi suunavat märget pole.

Mängu peab alati lõpetama kokkuvõtte: mida see mäng meile õpetas, millele tähelepanu juhtis, kus võiks elus tekkida mänguga analoogne olukord (ehk millal ja kus selliseid oskusi vaja võiks minna). Kuna tegemist on mänguga, peab domineerima jääma positiivne hoiak, kõik mängijad peaksid mängust saama positiivsed elamusi. Selleks tuleb õpetajal kindlustada kõikide (sh tõrjutud) õpilaste kaasamine mängu ja tagada kõigile vajalik abi.

Kokkuvõtte aruteludest tuleb enamasti sõnastada ühiselt, õpetaja suunamisel. Teemat kokkuvõtavad põhitõed on tööraamatus vormistatud hallile taustale värvilises kirjas, kuid arutelud võiksid viia tööraamatus esitatuga võrreldes kaugemale ja sügavamale.

Tunni planeerimisel ning läbiviimisel on vaja arvestada õpilaste kõne ja kognitiivse arengu taset.

Üks kohustuslik komponent inimeseõpetuse tunnis on **õppeteksti lugemine ja analüüs**. Alates 6. klassist tõuseb kõikides ainetes verbaalse töö osakaal, st õpetajad kasutavad uue õppematerjali esitamisel rohkesti selgitusi või suunavad õpilasi tekstist infot otsima. Siinjuures peab õpetaja aga teadvustama kerge intellektipuudega õpilaste **kõne mõistmise piiratust**. Võrreldes lugemistunnis käsitletavate tekstidega on inimeseõpetuse tööraamatus õppetekstid oluliselt lühemad, nende analüüsi eesmärgiks on tekstist õppimine. Lugemise tehniline oskus võib õpilastel 6. klassis veel **loetu mõistmist** takistada.

Tööraamatutes ei ole enam kasutatud teksti lugemist kergendavaid graafilisi orientiire. 6. klassi õppematerjalides kasutatakse siiski veel üksikutele keerulisematele juhtudel liitsõnadega sõnade liitumiskoha tähistust (nt liitsõna *tutvumis-portaalid*). Õpilased peaksid juba harjutama tavatekstide lugemist. Ladusat lugemist eeldatakse 6. klassi lõpuks, kuid kahjuks ei jõua kõik õpilased selle tulemuseni ja probleemid võivad mõningatel juhtudel kestma jääda ka vanemates klassides. Seetõttu tuleb õpetajal sõltuvalt klassi või üksikute õpilaste lugemisoskusest neid märke (sõnade rõhulis-rütmilise struktuuri taastamist kergendavad nn vältemärgid, sõnade liitumiskoht liitsõnas, sün-tagmakaared) vajadusel siiski kasutada.

6. klassis ei õnnestu üldjoontes veel ka **vaikne lugemine**. Õpilased küll näiliselt loevad, kuid enamasti ei suudeta vaikse lugemise käigus keskenduda loetava sisule. Probleeme võib tekitada seegi, et õpetajal puudub lugemise õigsuse kohta tagasiside. Vaikset ja eelnevalt antud ülesandega lugemist hakatakse lugemistunnis järk-järgult üksikute lõikude kaupa harjutama ja sellele toetudes saab õpilastele ka inimeseõpetuse tundides lihtsamaid ülesandeid anda, kuid uue materjali õppimiseks see töövõte 6. klassis veel ei sobi.

Kuna inimeseõpetus aina on väga tugevalt seotud eesti keele ja laste kõnega, peab nende oskustega paratamatult arvestama. Kui lugemispalades esinevad keerukamad grammatilised muutevormid või lausekonstruktsioonid, on tekstist siiski võimalik üldjoontes aru saada (kannatab teksti alusel loodava kujutluspildi detailsus). Kui aga loeme teabetekste ja lugemise eesmärk on uusi teadmisi omandada, siis võivad just detailid olla peamised infokandjad ja nende mõistmise täpsusest sõltub aine materjali omandamine.

Üks suunamist vajav aspekt on olulise **teabe leidmine ja märgistamine** tekstis. Kerge intellektipuudega õpilased ei leia tekstis uut teavet, seetõttu tuleks neile esialgu ette öelda, mida otsida ja märgistada. Seejärel peaksid õpilased neile teadaolevat (ja tajutavalt vormistatud) materjali teksti abil täiendama, teisiti sõnastama vms. Tööülesanded tööraamatus on koostatud aine parema omandamise eesmärgil, need eeldavad teksti (sageli korduvat) lugemist. Ka erinevate ülesannete lahendamiseks või praktiliste tegevuste sooritamiseks on vaja **teabe märgistamist**. Märgistamiseks võib kasutada lastele mistahes sobivaid ja kättesaadavaid vahendeid (joonimine, ringitamine, värvimine markerite vm pliiatsitega, tekstis seotud info ühendamine nooltega, märgete tegemine või sõnade väljakirjutamine teksti servale vms). Erinevalt õpikust,

millesse ei tohi teha märkmeid, võimaldab tööraamatu formaat sellist tekstitöötlust („sodimist”). Kirjeldatud tööd tuleb igati soodustada, sest nii kujuneb oluline õpioskus – **konspekteerimine**. Õpilased peaksid lihtsustatud õppe 6.-7. klassis sellega tutvuma. Konspekteerimisoskust kujundatakse ka eesti keele tunnis teabetekstide lugemise ja analüüsi abil. Nimetatud oskust kasutavad inimesed mitmesuguseid tekste lugedes pidevalt, kerge intellektipuudega lapsed vajavad selle oskuse kujunemiseks juhendamist.

Märkmete tegemine mõtestatakse, kui neid kasutatakse hiljem kas teemast üldkokkuvõtte tegemiseks, harjutuste sooritamiseks, loovtöödeks vms. Sageli korraldatakse mitmesuguseid vestlusi ja arutelusid. Õpilaste **arutlusoskus** ning osalemine **vestluses** sõltub ainealastest teadmiste olemasolust ja mälu käepärasusest (nende teadmiste kättesaadavusest vajalikul hetkel) ja tehtud märkmed pakuvad mälule tuge. 6.-7. klassis hakkab õpilastel kujunema seoste loomise oskus. Et õpilased suudaksid teabetekstide infot mõtestatult mälus salvestada ja säilitada, tuleb õppeülesandeid piisavalt varieerida, erinevaid seoseid mitmekesiselt näitlikustada. Lisaks teabe aktualiseerumisele on vaja oskust oma mõtteid väljendada, st valida sobivad sõnad, moodustada nendest lause ja seejärel laused siduda ja koostada **tekst**. Kõikide tekstiloome operatsioonide sooritamiseks (mida rääkida, mis järjekorras, kuidas sõnastada, kuidas siduda laused jne) vajavad kerge intellektipuudega õpilased ka veel 6. ja 7. klassis graafilisi abivahendeid. Igasugust verbaalset väljendust nõudvate ülesannete andmisel peaks õpetaja lähtuma eesti keele ainekava nõuetest. Lihtsustatud õppes on 5. klassi lõpetaja eeldatavasti suuteline orienteeruma ilukirjanduslikus tekstis ning tekstilähedaselt edasi andma tekstilõikude sisu, kui teda toetavad tugisõnad, sõnaühendid või tugi-laused. Olulisi lauseid leitakse õpetaja abiga ja sel viisi hakatakse tegema eeltööd kokkuvõtliku jutustamisoskuse kujundamisele. Järelikult ei ole iseseisva jutustamise või tekstist loetu lühikokkuvõtte tegemise nõue 6. klassis veel õigustatud. Ka 7. klassis pole kerge intellektipuudega õpilased selliseks tööks veel iseseisvalt võimelised. 7. klassis kujundatakse tekstist teabe hankimise oskust õpetaja suunamisel (mitte veel iseseisvalt). **Jutustamiseks** koostatakse ühistööna klassis eelistatavalt graafiline kava, millele kantakse olulisemad infokillud ja vajalikud väljendid (teabetekstide puhul faktid ja terminid). Kava võib olla ka kombineeritud (verbaalne ja jooniskava), see sõltub jutustamise liigist, mida õpilastelt oodatakse (valik- või temaatiline

jutustus, kokkuvõte vms). Tuleb märkida, et inimeseõpetuse tunnis on tekstilähedane ümberjutustus üldse küsitava väärtusega. Õpetaja ja hiljem ka õpilase kõne peaks sooritatavaid tegevusi saatma kas kommentaarina või tegevust meenutades. Oluline on, et õpilased mõistaksid neile jõukohasel määral aine sisu ja suudaksid saadud teavet oma igapäevastes toimingutes võimalikult hästi kasutada.

Kerge intellektipuueteega õpilaste kõnetaju ja väljendus on eakaaslastega võrreldes piiratud, neid puudujääke tuleb õpetajal ühelt poolt arvestada ja teisalt neid valdkondi ka inimeseõpetuse tunnis arendada.

Konkreetne näide elust

Õpetaja (Õ) lapsevanemale: Teie poeg peaks kodus rohkem jutustamist harjutama.

Lapsevanem (LV): Ta püüabki, aga ei oska. Ja ma ei oska teda aidata ka. Mida ma tegema peaksin?

Õ: Laske tal pala läbi lugeda.

LV: Ta loebki selle läbi.

Õ: Siis las ta jutustab sellest teile.

LV: Nii ma olen palunud tal teha, aga ta ütleb, et ei oska.

Õ: Las ta siis loeb veel korra teksti läbi.

LV: Loebki, aga ikka ei oska.

Õ: Aga esitage talle siis küsimusi.

LV: Just. Küsimustele oleks ta juba esimese lugemise järel osanud vastata.

Töös tekstiga on soovitatavad erinevad töövõtted, mida on kasutatud ka tööraamatutes.

Sisu analüüsiks sobivad küsimused/korraldused

- Arutle, kuidas mõistad – tähista x-ga valikus antud seletustest sobiv.
- Mille poolest erineb/sarnaneb...? Selliselt sõnastatud küsimus suunab objekte võrdlema. Õpetajal tuleb teadvustada, et üldiselt märgatakse paremini võrreldavate objektide erinevusi. Tähtis on märgata aga ka võrreldavate objektide sarnasust, eristada olulised tunnused ebaolulistest jne.
- Leia tekstist ja vasta küsimustele... Tegemist on valiklugemise ülesandega, millega on õpilased lugemistundides tehtava töö kaudu hästi tuttavad. Ülesanne peaks olema esitatud nii, et lugemiseks valitud lause või lõik oleks teema seisukohalt oluline ja suunaks õpilasi olulist infot märkama.
- Vasta! Kontrolli teksti alusel oma vastust/väidet (*kas vastasid täpselt nii, nagu tekstis kirjas on, kas jäi su vastuses midagi puudu, kas lisasid omalt poolt juurde, kas kasutasid samu väljendeid, kuidas saaks veel öelda*)...
- Nimetatud töö vajaks esialgu antud vastuse fikseerimist kontrollitavas vormis. Heaks vormistusvahendiks on tabelid, milles õpilastel on vaja hinnata oma eelteadmisi õpitavas valdkonnas (tabeli esimese veeru täitmine enne teksti lugemist, õpetaja seletuste kuulamist, praktiliste tööde sooritamist vms). Kui täita tabelit tunni lõpus uuesti, selgub, et miski oli küll varem teada, aga palju oli sellist, mis täpsustus, mida varem ei teadnud, mille kohta oli väärinfo jms.

Sama võtet saab kasutada ka õpetaja väite kontrollimiseks või täpsustamiseks. Õpilasi suunatakse hindama väite õigsust, täpsust, andes ülesande: „*Paranda, täpsusta, täienda...!*” Õpetajal tuleks sellisel juhul teadlikult midagi ebatäpset või isegi ebaõiget öelda.

Kontrolliülesanded on vajalikud ka enesekontrollioskuste arendamiseks, mis on vajalikud igasuguste (sh vaimsete) tööülesannete täitmisel. Arendada tuleks seejuures nii ülesande täitmise käigus sooritatavat (kaasnevat) ja lõpptulemuse hindamisel tehtavat (järgnevat) enesekontrolli. Kuna õpilaste tahtelise tähelepanu maht on piiratud ja teabetöötlus aeglane, tuleb korruga kontrollida piiratud mahus materjali.

Keelelise väljenduse analüüsiks

sobivad küsimused/korraldused

- Mis sõna(de)ga on nimetatud ..., väljendatud ..., kirjeldatud ...
- Väljendu täpsemalt ja asenda märgitud sõna (*vaasis on lilled – vaasis on tulbid ja nartsissid; vaasis on punased ja kollased tulbid; vaasis on värsked ja närbunud tulbid jne*).
- Leia lausest kõige olulisemad sõnad, moodusta pikast lausest võimalikult lühike lause.
- Leia tekstist, mis sõnadega on nimetatud, iseloomustatud, kirjeldatud, Sellised ülesanded on kõnearenduse teenistuses ja rikastavad õpilaste sõnavara (omadussõnad). Kirjelduse kui eriliigilise teksti koostamine käib 6.-7. klassi õpilastele üle jõu. Õpetajalgi on vaja teadvustada, mida ta soovib, kui annab õpilastele korralduse: „Kirjelda ...!“. Ehk on eesmärgiks hoopis teatud tunnuste/omaduste märkamine, teadvustamine ja nende nimetamine? Kui nii, siis on õige anda just sellekohaselt sõnastatud ülesanne (*Nimeta tunnused!*).

Õpilaste alakõnest tulenevaid raskusi on tööraamatu koostamisel arvestatud, kuid lihtsaid väljendeid peab kasutama õpetaja ka oma kõnes nii uut materjali selgitades kui tööjuhiseid andes. Suhteliselt ettevaatlik peab olema selgitusi ja määratlusi esitades. Juhul kui ilmneb, et lapsed pole päris täpselt selgitustest aru saanud, ei aita materjali lihtne ülerääkimine või korduv selgitamine. Vaja on tuua täpsustavaid näiteid, mis aitaksid materjali mõista. Soovitatav on rakendada kõnet saatvaid lisavahendeid: joonised, skeemid, pildid... Eriti hea on esitada skemaatiline vm näitmaterjal kõnelemise käigus, nii et skeemid ja joonised tekiksid tahvlile uue materjali selgitamise ajal ja neid oleks õpilastel võimalik kasutada abivahendina hilisema töö käigus. On levinud arvamus, et õpilastel on väga väike **sõnavara**. See on õige, kuid kõnemõistmist ning -loomet ei piira mitte ainult sõnade nappus, pigem on probleemiks sõnade tähenduslik piiratus, konkreetsus, mitmetähenduslikkuse ning ülekantud tähenduste mittemõistmine. Tööraamatutes on mitmed kõnekäänud, vanasõnad ja väljendid, mille tähendust tuleb klassis analüüsida, selgitades, miks nii võib öelda ja mida sellise väljendiga sil-

mas peetakse. Selgituseks sobivad mitmesugused konkreetsed näited, mille põhjal hiljem kokkuvõtte teha. Nt vanasõna *Väärt sõpra tunnend hädas!* selgitus vajaks 3-4 lühikest konkreetset, võimalusel laste reaalse eluga seotud situatsioonikirjeldust, mida saab kokku võtta tõdemusega, et õige sõber tuleb alati appi, kui sul raske on.

Kõige suuremad raskused tekivad õpilastel **lauseloomes**. Pikkade, keerulisemate grammatiliste seostega lause mõistmine on neil raskendatud ja ka selliste lausete rakendamine oma kõnes on napp. Ei tohiks end lasta eksitada mõnest trafaretses väljendist, mis võivad olla õpilastele meelde jäänud ja mida nad võivad korrata, selle tähendust tegelikult mõistmata. Praktilises lauseõpetuses tegeldakse lausete muutmise: lühikeste lausete laiendamise, pikkade lausete mõtte edasiandmisega lühikeste lausete abil jne. Eriti oluline olekski just viimane – pika lause mõistmise saavutamiseks on vajalik oskus seda lastele jõukohasel viisil ümber sõnastada. Inimeseõpetuse õpetajal oleks otstarbekas vastavate keeleõpetuses kasutatavate harjutustega tutvuda ja samalaadseid võtteid ka oma ainetunnis kasutada.

Lause mõistmist raskendavad ka keerulised grammatilised muutevormid. Tööraamatus on püütud üldjuhul vältida umbisikulist tegumoodi, mis kuulub samuti mõistmise seisukohalt keerukamate grammatiliste vormide hulka (tegija on nimetamata). Alati pole see aga õnnestunud. Seda eriti juhul, kui on tegemist definitsiooniga (... nimetatakse narkootikumideks, kutsutakse, tahetakse head teha...). Otstarbekas oleks selliste väljendite esinemisel tähendusi analüüsida ja leida sünonüümseid väljendusvõimalusi, sest lapsed oma kõnes neid vorme veel kasutada ei suuda.

Selleks et olla kursis, mida eesti keele tundides varasemates klassides on õpitud või 6.-7. klassis õpitakse, oleks kasulik ka inimeseõpetuse õpetajal aegajalt üle sirvida eesti keele ainekava ning lastelt teatud klasside lõpuks oodatavate tulemuste määratlused. Arvestada tuleb aga sellega, et kõik õpilased klassis ei saavuta ainekavas märgitud tulemusi, suve jooksul unustatakse palju, klassis võivad olla uued õpilased tavaõppest, kus nii detailse analüüsi- ga pole tegeldud jms.

Inimeseõpetuse tööraamatus on mitmed tekstid esitatud dialoogina. Ka selle tekstivormi puhul tuleks jälgida lugemistunnis õpitud võtteid ja otsustada, mis oli küsija tegelik eesmärk, miks kasutati just selliseid väljendeid

jne. Dialoogi analüüsil tuleks pöörata tähelepanu ka kõnelejate/kuuljate emotsioonidele: mis tundega keegi midagi teatas, mis tundega keegi kuulas. Selline töö võimaldab kujundada oskust arvestada partneri võimalike emotsioonidega, neid kokku viies vastavate näoilmetega.

Otstarbekas on loetust olulisemad faktid teksti alusel graafiliselt vormistada. Sõltuvalt informatsioonist saab kasutada kas tabelit (teabe süstematiseerimiseks), hargmikke (seoste tähistamiseks), skeeme (struktuuri visualiseerimiseks). **Graafiliste vahendite** otstarbekust kerge intellektipuudega õpilaste õpetamisel ei ole võimalik üle hinnata. Skeemid üldistavad õpitava nähtuse, toovad esile selle kõige olulisemad tunnused ning näitavad vormi ja ehituse, mis on abiks õpilastele analoogsetes olukordades.

Inimeseõpetuse aines käsitletavad teemad aitavad saavutada lihtsustatud õppetaseme üldisi eesmärke. Vt www.riigiteataja.ee/aktilisa/1281/2201/0014/VV182_lisa1.pdf#

Et õpetajal oleks selgem ülevaade, missugused on oodatavad õpitulemused 6. ja 7. klassis, on need järgnevas tabelis esitatud võrdlevalt.

Taotletavad õpitulemused 6.-7. klassis (ainekevast p. 6.6.7)

Vt www.riigiteataja.ee/aktiivisa/1281/2201/0014/VV182_lisa1.pdf#

6. klass	7. klass
<p>SUHTLEMINE 16 tundi</p> <ul style="list-style-type: none"> • märkab ja jätab suhtlemisel meelde kaaslaste seisukohti, eristab kohast käitumist/suhtlemist kohatust käitumisest/suhtlemisest; • võrdleb ja hindab õpetaja suunamisel enda ja kaaslaste emotsionaalseid seisundeid ja käitumist (eesmärk, tingimused, põhjus – tagajärg); • kasutab tuttavates olukordades suhtlemissituatsioonist, -partnerist ja -eesmärgist sõltuvaid variatiivseid väljendusviise; • demonstreerib õpituatsioonid isikliku arvamuse sobilikul viisil väljendamist ning keeldumist mittesoovitud tegevustest*; • mõistab vabandamist kui oma süüst/eksimusest arusaamist ja kahetsemist; • kirjeldab konfliktide ennetamise võimalusi suhetes*; • selgitab internetisuhtluses esinevaid ohtusid ning oma andmete edastamise põhimõtteid*. 	<p>SUHTLEMINE 22 tundi</p> <ul style="list-style-type: none"> • selgitab ja kaitseb õpetaja suunamisel oma seisukohti, mõistab suhtluspartnerite seisukohtade võimalikku sarnasust/erinevust, oskab reageerida kohatule käitumisele; • kirjeldab ja hindab plaani abil oma ja kaaslaste emotsionaalseid seisundeid ning käitumist (motiivid, tingimused, tulemused; reageerimine (eba)õnnestumisele jms); • demonstreerib õpituatsioonid konfliktide lahendamise võimalusi*; • oskab teha kaaslastele (sh vastassugupoole esindajatele) ettepanekuid ning vastata positiivsetele/negatiivsetele ettepanekutele situatsioonile vastavaid moraalinorme ja käitumisetiketti arvestades; • väärtustab lähisuhtes hoolivust, abistamist ja lugupidamist; • mõistab seksuaalse arengu individuaalsust ning analüüsib enda asetust seksuaalsuse trepil*; • kirjeldab, kuidas lähisuhtes läbi ühise ajaveetmise väljendada oma tundeid*; • mõistab seksuaalelu alustamisega seotud vastutust; • mõistab oma õigust keelduda seksuaalsuhtest, demonstreerib õpituatsioonid ebasoovitavast seksuaalkäitumisest keeldumist ja käitumist seksuaalse ahistamise korral*; • nimetab noortele mõeldud nõustamisteenuseid (lähim nõustamiskabinet, internetileheküljed, perearst, kooli sotsiaaltöötaja jne)*.

6. klass**MINA ISE 6 tundi**

- kirjeldab ning hindab plaanile toetudes oma huvisid ja toimetulekut koolis (õnnestumised, raskused jms);
- selgitab ühisvestluses enesehinnangu mõju käitumisele*;
- väärtustab inimestevahelisi erinevusi, on salliv erinevuste suhtes*.

INIMESE TERVIS 12 tundi

- õpilasel on ettekujutus inimese organismi üldisest ülesehitust, tunneb joonisel inimfiguuris ära elutähtsad organid;
- nimetab ebatervisliku toitumise võimalikke tagajärgi, oskab valida erinevate toitute hulgast tervisele kasulikke;
- selgitab mitmekülgse toitumise olemust*;
- demonstreerib õpituatsioonis esmaabi mürgituse ning looma- ja putukahammustuse korral*;
- kirjeldab uimastite mõju organismile ja käitumisele.

INIMESE ARENG 10 tundi

- teadvustab ja aktsepteerib murdeeaga seotud muutusi oma organismis ja käitumises, mõistab arengu individuaalsust;
- nimetab kohti, kust leida abi ja vastuseid oma murdeeaga seotud küsimustele*.

7. klass**MINA ISE 4 tundi**

- teadvustab oma positiivseid ja negatiivseid iseloomujooni (3–4), oskab õpetaja suunamisel nimetada negatiivsete omaduste parandamise võimalusi;
- kirjeldab ning hindab plaanile toetudes oma huvisid ja toimetulekut koolis (õnnestumised, raskused jms);
- selgitab enesehinnangu mõju inimese mõtlemisele ja käitumisele, kirjeldab enesehinnangu toetamise võimalusi*.

MINU TERVIS 14 tundi

- kirjeldab, kuidas hoolitseda oma tervise eest (toitumine, keheline aktiivsus, tervist kahjustavate tegevuste vältimine, rahvameditsiin, arstiabi);
- analüüsib oma nädala toitumise, vaba aja tegevuste (sh füüsilise aktiivsuse) kava*;
- demonstreerib õpituatsioonis arsti poole pöördumist*;
- kirjeldab põhilisi nakkushaiguste levimise ja vältimise viise*;
- kirjeldab ja demonstreerib õpituatsioonis esmaabi mao- ja puugihammustuse korral*;
- kirjeldab uimastite tarvitamise levinumaid põhjusi noortel*;
- oskab uimastitega seotud situatsioonides ütelda „ei” ning vajaduse korral abi kutsuda.

6. klass**INIMESE VÄLIMUS 6 tundi**

- hoolitseb oma välimuse eest ja valib olukorrale vastavad rõivad;
- kirjeldab juuste ja küünte hooldamise põhimõtteid ning põhjendab hooldamise vajadust*;
- demonstreerib õpituatsioonis oma soovide väljendamist teenindajale (juuksurile, kingsepale, keemilises puhastuses)*.

INIMENE JA KODU 8 tundi

- koostab õpetaja juhendamisel kodu korrashoiuga seotud tegevuste plaani (tööde järjekord, vahendid, tööjaotus);
- kirjeldab oma kodu ja koduümbrust, juhatab teed enda koju*;
- koostab kirjaliku küllakutse*;
- kirjeldab ettevalmistusi, mis on vajalikud külaliste tulekul ning külla minekul*;
- kirjeldab kodukoha tuntud inimesi nende tegevusalast lähtuvalt*;
- kirjeldab kodukoha ettevõtete põhilisi valdkondi*.

**INIMENE JA TEAVE
6 tundi**

- hangib õpetaja juhendamisel teavet kaaslastelt (küsimuste esitamine) ja eriliigilistest tekstidest (internet, meedia, teatmeteosed, sõiduplaanid);
- oskab kasutada kodukoha ühistranspordi sõiduplaane;
- mõistab telefoni otstarbeka kasutamise vajalikkust.

7. klass**KODU JA KODUKOHT 10 tundi**

- väärtustab kultuurilist mitmekesisust, suhtub sallivalt teistesse rahvustesse ja kultuuridesse;
- koostab kodu korrashoiu ja vaba aja sisustamisega seotud tegevuste plaani (tegevuste ajaline järjekord, oma soovide ja võimalustega arvestamine);
- kirjeldab vaba aja mitmekülgse veetmise võimalusi kodukohas*;
- koostab matka või ekskursiooni plaani ning tutvustab seda kaaslastele*;
- koostab peo (sünnipäeva, klassiõhtu) tegevuste, sh ettevalmistuse plaani*.

**INIMENE, AEG JA TEAVE
8 tundi**

- hangib õpetaja juhendamisel teavet teistelt inimestelt ning teabetekstidest; edastab plaani abil kaaslastele teavet;
- nimetab sidepidamise viise tänapäeval ja minevikus, kasutab otstarbekalt nüüdisaegseid sideteenuseid (kirjavahetus, telefon, internet);
- teadvustab internetisuhtluses valitsevaid ohte ning mõistab, millist informatsiooni enda või teiste kohta on sobilik ja turvaline avaldada;
- teadvustab reklaami eesmarke ning demonstreerib õpituatsioonis reklaampakkumisele vastamist (sh keeldumist)*.

6. klass	7. klass
<p>INIMENE, SÄÄSTLIKKUS JA TURVALISUS</p> <p>6 tundi</p> <ul style="list-style-type: none"> • nimetab kodukeemia pakenditel olevate piktogrammide tähendusi, teab kodukeemia väärkasutuse tagajärgi ja nende ennetamise võimalusi; • kirjeldab peamisi tule- ja veeohutuse nõudeid ning käitumisstrateegiaid vastavate õnnetusjuhtumite korral; • demonstreerib õpituatsioonis esmaste tulekustutusvahendite kasutamist ning abi kutsumist ohuolukorras*. 	<p>INIMENE JA TÖÖ. INIMENE JA RAHA.</p> <p>6 tundi</p> <ul style="list-style-type: none"> • mõistab ja oskab kirjeldada töö tähtsust (tulemus, eesmärk, tingimused); • oskab nimetada oma pere olulisemaid sissetuleku- ja kuluallikaid.

* lisatud õpitulemused, ei kajastu Põhikooli lihtsustatud riikliku õppekava inimeseõpetuse ainekavas.

INIMESEÕPETUSE TÖÖRAAMAT 6. KLASSILE

Teema **SISSEJUHATUS TÖÖRAAMATUSSE**

Eesmärk *Teadvustab inimeseõpetuse aine sisu.*

Vahendid *sildid Saarde kooli 6. klassi õpilaste nimedega*

Esimest inimeseõpetuse tundi on soovitatav alustada aine sisu selgitamisega. Tööraamatus on seda väga lühidalt kirjeldatud. Et tekitada õpilastes huvi aine vastu, on õpetajal soovitatav püstitada probleeme, mille lahendamiseks on vaja teavet, mida antakse inimeseõpetuse tundides.

Kuna paljude teemade avamiseks kirjeldatakse Saarde kooli 6. klassi õpilaste tegemisi ja probleeme, tutvustatakse õppeteksti abil õpilasi, kelle tegemisi kogu õppaasta jooksul analüüsitakse. Soovitatav on õpilastel laste nimed tekstis joonida, nii on pärast lihtsam ülesandeid täita.

Tõenäoliselt osutub keeruliseks ülesanne 3, milles lünkade täitmiseks on vaja tekst uuesti üle lugeda ja lähtuda klassi pildist.

Ülesannet saab kasutada enesekontrolli ülesandena. Kuna ülesande 3 alusel täidetakse klassi plaan, on oluline, et ülesande lüngad saaksid täidetud.

Klassi plaani joonistamine häälestab õpilased loodusõpetuse 6. klassi ainekavas olevale teemale „Kaart ja plaan”. Soovitatav on kasutada Saarde laste nimedega silte. Klassi plaani saab joonistada tahvlile, seejärel tuleb asetada nimesilte plaanile ja neid vajadusel ringi tõsta.

Saarde kooli 6. klassi plaani eeskujuks võttes saavad õpilased joonistada oma klassi plaani.

I OSA

SUHTLEMINE ISEENDAGA

Inimese mina on arusaamine endast kui isiksusest, iseenese tunnetamine, mõistmine, et olen just „mina ise”. Mina-pilt näitab, kuidas inimene ennast kirjeldab, hindab ja kuhu püüdleb. Kui inimesel lasta ennast kirjeldada, siis püüab ta harilikult oma eripära välja tuua, nimetades omadusi, mille poolest ta enese arvates keskmisest tasemest erineb. Mina-pilt ei ole lihtsalt üksikute iseloomustuste summa, vaid terviklik kujund, ühtne hoiak enda suhtes, suhtumine iseendasse.

Kerge intellektipuudega õpilased tavaliselt ei teadvusta oma tarbeid ja tundeid, mis on minapildi aluseks. Õppetöö käigus peaks ta saama teadlikuks oma võimetest ja oskustest. See saab võimalikuks, kui suunata õpilast võrdlema oma saavutusi kaaslaste tulemustega. On väga tähtis, et laps võiks tunda ennast lugupeetavana ka siis, kui ta ei suuda teostada kõiki talle antud ülesandeid.

Kuna kerge intellektipuudega õpilaste õpetuse rõhuasetus III kooliastmes on valdavalt sotsiaalsel aspektil, siis tähtsustub nimetatud teemade käsitlemisel enda omaduste ja võimete adekvaatse hindamise oskuse kujundamine.

Teema MINA-PILT**Eesmärk** Teadvustab enda omadusi ja nimetab neid plaanist lähtudes.

Sissejuhatusena on otstarbekas konkreetsete probleemsituatsioonide abil näidata õpilastele eneseanalüüsi vajalikkust. On vaja suunata õpilasi mõtisklema iseenda omaduste ja hoiakute üle. Enda analüüsi tulemuste märkimiseks on tööraamatus esitatud ajalehe „Kõik minu kohta” vorm. Koos õpilastega tuleb läbi analüüsida nende enda kohta koostatava ajalehe kõik osad. Tõenäoliselt väidavad paljud õpilased, et nad ei oska joonistada. Õpetajal tuleb õpilasi julgustada, rõhutada, et oluline pole mitte joonistuse kvaliteet, vaid olulisem on keskenduda joonistuse sisule. Parimad omadused võib kirjutada sõnadega ning seejärel värvida ovaalid töölehel oma lemmikvärvi.

Ülesande „Minu parim sõber ütleb...” täitmine arendab klassikaaslasega koostöö- ja suhtlemisoskust. Õpilasel tuleb pöörduda oma sõbra poole ja küsida, mida sõber temast arvab. Hea oleks anda valik kontaktiloomiseks ja lõpetamiseks sobilikke repliike.

Ülesande „Ma meeldin teistele” täitmine kujundab eneseanalüüsi oskust. Siinjuures tuleks hoiduda valikvariantide kohesest etteandmisest, sest see piirab õpilaste oma mõtetegevust. Vajalik on valikute pakkumine ülesande lõpufaasis, kui õpilastelt enestelt enam uusi mõtteid ei tule.

Eelnevale tööle lisaks peab õpetaja suunama vestlust nii, et kõlama jääks mõte – sa oled tubli ja hea just sellisena, nagu sa oled, kuid alati on võimalus veel paremaks saada.

Teema VÕIMED JA OSKUSED**Eesmärk** Analüüsib juhendamisel ennast kui isiksust, oma võimeid ja oskusi.**Vahendid** 7 väikest igapäevast eset, nuusutamiseks erineva lõhnaga ained (kaneel, kohv, nelk, vanilje vms), sildid tegevustega (lilledde korjamine, puude ladumine, palkide saagimine jne)

Tunnis jätkatakse oma võimete ja oskuste analüüsi. Õpilastele antakse võimalus uurida oma reaktsiooni kiirust, tähelepanu, mälu ja lõhnataju ning

tulemusi pinginaabriga võrrelda. Kokkuvõtteks toimub vastavate nähtuste üldistamine (ülesanne 2) ning üldnimetuste leidmine.

Ülesande 5 täitmisel peaks õpetaja valmis olema igale õpilasele ütleva, mida ta hästi oskab ja mida peaks veel arendama. Õpetaja tunneb oma klassi ja saab anda positiivse hinnangu kõikide õpilaste kohta.

Mängu „Arva ära, mis ma teen” eesmärk on julgustada õpilasi esinema ja ennast mitteverbaalselt väljendama. Lapsi peab suunama kaaslase esinemist tähelepanelikult jälgima ning selle kohta oma arvamust avaldama. Pärast tegevuse äraarvamist tuleks arutleda, milliseid oskusi ja võimeid on tegevuse sooritamiseks vaja.

Kokkuvõttev PEA MEELES rõhutab, et ennast tundes saad valida omale sobivaid ja jõukohaseid tegevusi.

Teema **HUVID**

Eesmärk *Teadvustab oma huvisid.*

Tunni alguses tuleb vestluses õpilastega täpsustada sõna *huvitegevus* tähendus. Arutleda tuleks huvide ja huvitegevuste üle teie klassis. Kui õpetajal endal on mingi hobi, siis on väga sobiv ka sellest rääkida, millega ja miks õpetaja vabal ajal tegeleb ning kuidas see tegevus tema elu põnevamaks muudab. Õpilased saavad oma õpetajast midagi uut teada, mis võib mõjuda positiivselt suhetele. Isiklik kogemus võimaldab jagada ka huvialast detailsemat teavet ja vastata tekkinud küsimustele. Kõikide ülesannete täitmisel tuleks siduda analüüs klassi õpilaste hobidega ning soovidega. Ülesanne 5 annab õpilastele võimaluse läbi mõelda, millise hobiga nemad sooviksid tegeleda ning otsustada selle soovi täitumise võimalikkus.

Kerge intellektipuudega õpilastel on raske ära tunda ja sõnastada enda ja teiste emotsioone, seetõttu tuleb iga emotsiooni puhul tuua konkreetseid näiteid. Selleks annab hea võimaluse ülesanne 2, milles tuleb pildil väljendatud emotsioon ja sõna vastavusse viia. Töö käigus jõutakse tõdemusele, et hobidega tegelemine toob kaasa positiivsed emotsioonid.

Tunni kokkuvõtteks peaks kõlama jääma mõte, et oma aega on otstarbekas sisustada huvitegevusega, mille kaudu arendada edasi oskusi ja teha elu huvitavamaks.

Teema MIS SEGAB ÕPPIMIST?

Eesmärk *Teadvustab õppimist segavaid faktoreid ja püüab neist hoiduda.*

Teemakohase probleemi püstitamist toetavad pildid ja küsimused, mille abil peaks selguma kõige sagedamini esinevad tööd ja keskendumist segavad faktorid tunnis (ülesanne 2). Üheskoos arutletakse keskendumise vajalikkuse üle õppimisel.

Analüüsi suunab ülesanne 3, mille täitmisel õpilased saavad väljendada isiklikku seisukohta. Arvatavasti tekib selle ülesande täitmisel töö diferentseerimise vajadus. Tugevamaid õpilasi võib suunata probleemidele lahendust otsima, abiks tabeli all olev materjal.

Tunnis käitumise reeglite sõnastamiseks sobib ajurünnak. Üheskoos sõnastatud reeglid on hea klassis stendile välja panna ja käitumise aluseks võtta.

Teema SARNASUSED JA ERINEVUSED KAASLASTEGA

Eesmärk *Märkab inimestevahelisi erinevusi, on salliv erinevuste suhtes.*

Tööd tunnis on hea alustada oma klassi õpilaste tajutavate tunnuste võrdlemisega (pikkus, juuste värv, vanus, sugu). Jõutakse järeldusele, et millegi poolest oleme me kõik sarnased, millegi poolest erinevad. Seda teadmist kinnitab situatsioonikirjeldus õppetekstis.

Ülesande 3 sooritamiseks on otstarbekas esitatud sõnu sobitada kriteeriumidega ükshaaval. Soovitav on teha tabel tahvlile ning see ühise arutelu käigus täita.

Ülesandes 4 kirjeldatakse nelja situatsiooni. Õpilased peavad ära tundma, mille poolest peategelane erineb teistest. Iga loo lugemise järel tuleb arutle-

da, mille poolest on tegelased sarnased ja mis tegi tegelase teistest erinevaks. Õpilastel on võimalus rääkida oma kogemustest, kui nad on sattunud sellistesse olukordadesse.

Kindlasti on vaja analüüsida ülesandes 4 olevat vanasõna *Hallpääd austab, kulupääd kummarda*. Võib lisada ka teisi vanasõnu erinevustest ja sarnasustest inimeste vahel (*käbi ei kuku kännust kaugemale, targem annab järele* jms).

Ülesandes 6 soovitatud arutelu on otstarbekas viia läbi õpetaja juhtimisel kogu klassiga või anda paaristööks tugevamatele lastele.

Kõnearenduslikust seisukohast on tähtis ka laste sõnavara täiendamine ja tähenduste täpsustamine. Teadaolevalt on kerge intellektipuudega õpilaste kõnes vähe omadusi väljendavaid sõnu ning ka nende mõistmine on piiratud. Käsitlevat teema võimaldab omadussõnu aktiveerida. Õpilasi tuleb julgustada tahvil olevat omadussõnade loetelu jätkama. Selleks võiks õpetaja mõned tuntumad ja igapäevases kõnes levinumad omadussõnad kirjutamata jätta ning ühisarutelu käigus õpilaste etteütlemise järgi loetelule lisada.

Õpilastel tuleb valida koostatud loetelust kolm teda tema arvates kõige paremini iseloomustavat sõna, kirjutada need oma rinnasildile ja silt rinda kinnitada. Pärast klassikaaslaste siltidega tutvumist saab ülesande 7 lõpuni täita.

Ülesande 7 kokkuvõtteks sobib suhtlemismäng „Tõusku püsti need, kellel on kirjutatud sedelile, et ta on ...” (viisakas, laisk, hoolitsev jne). Kokkuvõtte tegemiseks tuleks rõhutada, et iga kord on seisma erinev rühm lapsi. Kõlama peaks jääma mõte, et meil on palju sarnaseid jooni, kuid on ka erinevused, mis teevad inimestevahelise suhtlemise huvitavamaks.

Teema **ENESEHINNANG**

Eesmärk *Selgitab ühisvestluses enesehinnangu mõju käitumisele.*

Teema sissejuhatuseks sobib uuesti lugeda eelmisel tunnil täidetud lünktekst (ülesanne 8) ja enese iseloomustamiseks valitud omadussõnu ülesandes 7. Arutleda saab selle üle, kas õpilased on eelmisel tunnil kirjutatuga nõus või iseloomustaksid nad end praegu teisiti.

Õppeteksti järel olevate ülesannete eesmärgiks on hinnata ennast, saamaks teada, kas enesehinnang on madal või kõrge. Tööraamatus toodud enesehinnang ei sisalda adekvaatse enesehinnangu astet. Ülesannete tegemise aluseks on teooria, et kõrge enesehinnangu all mõistetakse reaalsusele vastavat enesehinnangut. Kerge intellektipuudega laste enesehinnang on reeglina madal ja arendustegevuse eesmärk on seda tõsta. Soovi korral võib õpetaja kasutada ka kolmeastmelist skaalat kõrge, adekvaatne ja madal.

Vestluse käigus tuleb õpetajal selgitada, et enesehinnang ei ole alati ühesugune.

Kui tunni alguses keegi arvas, et ta muudaks eelmisel tunnil enda kohta kirjutatud lünkülesannet, siis siin saabki näidata, kuidas enesehinnang on muutunud. Arutleda tuleb, kes ja mis on seda muutnud.

Kokkuvõtteks peab rõhutama: usu, et suudad, ja suudadki.

Teema KORDAMISTUND

Kordamistund on otstarbekas korraldada mängude või praktilise tegevusena. Tunni väärtust tõstab see, kui õpetaja suudab tegevused lõimida teiste arendusvaldkondadega (loodusõpetus, keeleõpetus, käeline tegevus, kõnearendus).

Esimene ülesanne „Oma silm on kuningas” annab veelkord võimaluse ennast ja oma häid omadusi meenutada ja kirja panna. Selgitada tuleb, et tegemist on mänguga, mille auhinnaks ei järgne mingit reaalselt reisi soojale maale.

Eesti keele ainekava ühe oodatava õpitulemusena rõhutatakse küsimuste esitamise oskuse kujundamise vajadust. Nimetatud oskust saab kujundada mängulise telesaate abil. Valida tuleb saatejuht, külaline. Ülejäänud õpilased klassis on saates („studios”) publik. Kindlasti tuleb saate käigus anda ka publikule võimalus külalisele küsimusi esitada.

Tunni lõpetuseks peab tegema mängust kokkuvõtte: kuidas esines saatejuht, külaline, publik; mis õnnestus, mis ei õnnestunud, miks.

Kordamistunni ülesanne on teha teemast kokkuvõte. Eesmärk on täidetud siis, kui õpilased märkavad ja teadvustavad iseenda ja kaaslaste omadusi, suhtuvad tolerantselt erinevustesse.

SUHTLEMINE EAKAASLASTE JA TÄISKASVANUTEGA

Suhtlemist on defineeritud erinevalt. Kõige sagedamini defineeritakse suhtlemist kui inimestevahelist teabevahetuse protsessi, mille käigus toimub vastastikune tajumine, üksteise tundmaõppimine ning sotsiaalsete suhete jaluleseadmine. Suheldes tehakse sihipärast koostööd, antakse edasi teadmisi, oskusi. Inimene suhtleb kogu oma olemusega.

Igapäevases suhtlemises on koos neli omaette vaadeldavat tasandit: teabevahetus, iseenda ja teiste tajumine ja hindamine, suhtlemise osapoolte vastastikune mõjutamine ning suhete kujunemine lävivate inimeste vahel. Oma eesmärkide saavutamisel on abiks oskus oma vajadusi teistele selgelt ja tõhusalt väljendada.

Suhtlemisel eristatakse nelja osa: kuulamine, rääkimine, lugemine ja kirjutamine. Peale sõnalise väljenduse kasutame me miimikat, žeste, kehahoiakut. Inimene suhtleb 70% oma ärkveloleku ajast.

III kooliastmes täiendatakse kerge intellektipuudega õpilaste suhtlemise ja käitumise oskusi eesmärgiga, et 6. klassi lõpuks oleks kujunenud oskus arvestada jõukohasel tasemel moraalinorme, käitumisetiketti; oskus jääda kindlaks oma arvamusele ning reageerida adekvaatselt positiivsetele ja negatiivsetele ettepanekutele.

Suhtlemisoskuste õpetamine ei tohi piirduda ainult mõne tunniga. Tegemist on läbivalt käsitletava teemaga ja sellele pööratakse tähelepanu ka siis, kui käsitletakse murdeiga, kodu ja perekonnaga seotud probleeme ja turvalisust.

Teema SUHTLEMINE

Eesmärk *Mõistab suhtlemise eesmäärke, internetisuhtluses esinevaid ohtusid.*

Suhtlemise teema laieneb inimestevahelisest otsesest suhtlemisest erinevate suhtlemiskanalite kasutamisele. Õppetekstis esitatakse põhjusi, miks ja kellega me suhtleme. Järgnevad ülesanded aitavad selgitada suhtlemise eesmäärke. Suhtlemise abil me püüame saada vajalikku teavet, tahame teistele midagi teatada, teisi mõjutada. Vajalik on ka oskus suhtluspartneri kavatsusi mõista ja neile reageerida. Oluline on õpetada vestlust alustama, jätkama ja lõpetama. Siinjuures tuleb teha koostööd eesti keele õpetajaga ja toetuda lugemistunnis saadud teadmistele.

Üks suhtluskeskkond on internet, mida lapsed kasutavad järjest rohkem ja järjest nooremas eas. Kahjuks pole kõik internetikasutajad heade kavatsustega. Kerge intellektipuudega lapsed ei taju ohte ja võivad jagada kergekäeliselt infot enda ja oma pere kohta. Internetiturvalisusest tuleb rääkida õpilastele kõigis tundides, kus vähegi arvuti ja internetiga tegemist tuleb.

Palju toetavat materjali teema käsitlemiseks leiab õpetaja aadressilt

www.targaltinternetis.ee/

Teema RÄÄKIMINE JA KUULAMINE

Eesmärk *Märkab ja mõistab suhtlemisel kaaslaste seisukohti.*

Teemasse juhatab sisse ülesanne, mis tuleb lõpuni lugeda ja alles siis täitma asuda. Tegemist on n-ö konksuga ülesandega, mille õpetaja võib asendada ülesandega klassi tingimusi arvestades. Enamasti juhtub nii, et õpilased jõuavad kõik tegevused enne ära teha, kui jõuavad punktini 6, milles palutakse täita vaid 5. ülesanne. Õpetaja saab teha kokkuvõtte, et arusaamatuste ärahoidmiseks tuleb etteantud tööjuhhis alati lõpuni lugeda või kuulata.

Kuulamisülesande eesmärk on paarilise ärakuulamine, tema mõistmine ning kuuldu tahtlik meeldejätmise. Kontrolliks ja esinemise harjutamiseks

tuleb kaaslaste vastused klassile esitada. Paariline saab kontrollida, kui hästi on kaaslane tema jutust aru saanud ja kuidas see meelde on jäänud.

Mängu „Kas ma meeldin sulle?” eesmärk on klassikaaslastega viisaka suhtlemise ja kiire reageerimise harjutamine ning võimalike ühiste tunnuste märkamine kaaslastega.

Kõlama peaks jääma mõte, et kui oled tähelepanelik, kuuled ja näed rohkem.

Teema KUIDAS INIMESI MÕJUTADA

Eesmärk Märkab erinevaid suhtlemisstrateegiaid, kasutab neid tuttavas situatsioonis.

Otstarbekas on tundi alustada varemõpitud suhtlemise eesmärkide meenutamise – *teatamine, arvamus avaldamine, abi palumine või küsimine*. Iga eesmärgi meeldetuletamiseks saab õpetaja kindlasti tuua mingi näite klassi elust.

Õppetekstis esitatud situatsioonikirjeldused toovad esile erinevaid suhtlemisstrateegiaid. Oluline on analüüsi käigus need välja tuua ja efektiivsust selgitada. Teiste mõjutamine on tulemuslikum, kui kasutada teistes positiivseid tundeid tekitavaid suhtlemisstrateegiaid (abi küsimine ja pakkumine, kiitmine jne).

Mängu „Skulptor ja savi” eesmärk on teadvustada õpilastele, et mõjutamine võib tekitada erinevaid tundeid ning neid analüüsides tehakse järeldus, millised mõjutamisviisid tekitavad hea, millised halva tunde.

Õpilasi julgustatakse rääkima sellest, milliseid strateegiaid on nad kaaslastega suheldes kasutanud ning milliseid oleks otstarbekas kasutada.

Praktiliselt saavad õpilased kasutada oma teadmisi mõjutamisviisidest rollimängus (ülesandes 7).

Kasulik on lasta soovijatel kõigi kolme mõjutamisviisi olukorrad ette mängida.

Tunni lõpetuseks sobib sõnadest kokku panna vanasõna (*oma meel on peremees, oma pea on kuningas*), mille tähendust on kindlasti vaja selgitada.

Kõlama peaks jääma mõte, et hea suhtleja arvestab nii enda kui kaaslaste soovide ja tunnetega.

Teema SUHTLEMINE SÕPRADE JA „SÕPRADEGA”**Eesmärk** *Eristab kohast käitumist/suhtlemist kohatust käitumisest/suhtlemisest.*

Teemakohase probleemi püstitamist toetab pilt kassist ja koerast. Soovitatav on kõigepealt arutleda selle üle, mis on hea läbisaamise tunnused ja mille järgi tunneme ära sõbraliku läbisaamise inimeste vahel.

Mäng „Hea sõber” toob välja õpilaste mõtted sellest, mida sõber teeb ja mida sõber kunagi ei tee. Probleemiks võib osutuda õpilaste käekirja lugemine. Teadaolevalt on õpilaste käekiri sageli loetamatu, seetõttu tuleb õpilastele anda korraldus kirjutada loetavalt. Kui see pole õnnestunud, siis tuleb õpetajal õpilaste arvamused ette lugeda.

Õppetekst (ülesanne 5) selgitab dialoogivormis, miks noored satuvad kampa-desse ja osalevad selliste rumalate tegude sooritamisel, mida nad üksi ei teeks. Selles vanuses on oluline kuuluvustunne, sõbrad muutuvad iseäranis tähtsaks. Klassis tuleb tõsiselt arutleda selle üle, mis on kampa kuulumises head, mis on halba ja kuidas seista vastu pahandustesse sattumisele. Rõhutada tuleb, et „ei” öelda on vahel raske, aga vajalik, ning õiged sõbrad austavad sinu otsust.

Vanasõnade seast on antud looga sobivaim: *Ütle, kes on su sõbrad, siis ütlen, kes sa ise oled.* Kasulik on analüüsida kõigi kolme vanasõna tähendust.

PEA MEELES rõhutab, et sõbrad valib igaüks endale ise.

Teema MINA ARVAN NII**Eesmärk** *Väljendab õpituatsioonis isiklikku arvamust olukorrale sobilikul viisil.***Vahendid** *täring*

Kerge intellektipuudega lapsed tegutsevad enamasti tagajärgedele mõtlema-ta. Erinevate ülesannete kaudu antakse õpilastele teada, et tegudel ja käitu-misel on alati tagajärg ja võimalikke tagajärgi tuleb osata ette näha ning teadvustada.

Teemasse sissejuhatav õppetekst kirjeldab situatsiooni, kus kaaslasega nõustumine tähendab oma tahte allasurumist, mittenõustumine aga võib viia konfliktini.

Ülesanded teksti järel õpetavad oletama käitumise nii positiivseid kui negatiivseid tulemusi ja sellega kaasnevaid emotsioone.

Täringuveeretamisega saavad õpilased endale situatsioonid loosida. Õpilastel tuleb välja mõelda probleemi kaks võimalikku lahendust ja mõlema tagajärjed. Lõpuks tuleb õpilastel otsustada, millise lahenduse nad ise valiksid. Hea on arutluskäigud klassis ette kanda. Oma valikuid tuleb lasta kindlasti põhjendada.

Mängu „Mina arvan nii” eesmärk on näidata, kui raske on oma arvamusele kindlaks jääda, kui kaaslased arvavad teisiti. On oht, et enne oma arvamuse avaldamist oodatakse ära liidri arvamus ja orienteerutakse sellele.

Rõhutada tuleb, et ka ütlemine on tegu ja sellelgi on tagajärg.

Teema **EI-ÜTLEMINE**

Eesmärk *Oskab ja julgeb oma arvamust avaldada.*

Teemasse sissejuhatuseks võiks õpetaja rääkida mõne reaalse loo, kus oli vaja enamuse ettepanekust keelduda. Eeskujuga järgi on õpilastel lihtsam leida olukordi tabeli täitmiseks (ülesanne 1). Alles siis, kui rohkem näiteid vestluse käigus ei avaldata, tuleb abi saamiseks vaadata ülesannet 2. Kindlasti on vaja läbi arutada keeldumise võimalikud sõnastused, st mis sõnadega ja kuidas keeldumist väljendada.

Rühmatöö eesmärk on panna õpilased omavahel arutlema eri olukordade ja ohtude üle, millesse lapsed võivad sattuda. Eelnevalt õpitut appi võttes tuleb õpilastel sõnastada kindel keeldumine. Rühmatöö tulemus on vaja klassis ette kanda.

Rõhutada tuleb, et ei-ütlemisel tuleb ise olla rahulik ja kindel, ainult siis on „ei” tõsiseltvõetav.

Teema ARUSAAMATUSED JA TÜLID

Eesmärk Kirjeldab konfliktide ennetamise võimalusi suhetes.

Teemasse sissejuhatuseks saab õpetaja meenutada mõnda klassis reaalselt toimunud tüli. Näiteid on iga klassi elus kindlasti piisavalt.

Õppetekst kirjeldab olukorda, millele tõenäoliselt järgneb konflikt. Õpilastel on võimalus situatsioon oma äranägemist mööda lahendada. Valikuid selleks esitatakse ülesandes 3.

Mängu „Sasipundar” eesmärk on teada anda, et segaduse tekitamine on lihtne, aga selle lahendamine vajab nuputamist. Vahel on lahenduse leidmiseks vaja paluda abi.

Vajalik on suunata lapsi mõtlema, kelle poole on võimalik probleemide korral pöörduda. Peale koolis oleva tugipersonali ja klassijuhataja on olemas ka üleriigilised lapsi abistavad spetsialistid. Hea on tutvustada kohalikke nõustamiskeskusi ning anda mõned veebiaadressid, julgustades õpilasi mure korral abi saamiseks kindlasti nende poole pöörduma.

www.lapsemure.ee

www.lasteabi.ee

www.tugikeskus.ee

Teema VALETAMINE

Eesmärk Märkab ebakohast käitumist.

Teemat võib alustada mänguga „Tõene või väär”. Mängu käigus on vaja kiiresti otsustada, kas õpetaja öeldud väide on õige või vale ning reageerida ettenäidatud liigutust jälgendades või liikumatult seistes. Mäng pärineb aadressilt www.religiooniopetus.ee

Mängu eesmärk on suunata õpilased kriitiliselt hindama kuulnud väiteid. Vestluses tuleks teadvustada, et vahel öeldakse midagi, mis pole tõene, mängulises olukorras või naljategemise eesmärgil. Valetamine üldiselt on aga taunitav nähtus.

Õppetekst kirjeldab olukorda, kus tegelane valetab ja püüab süüd teiste kaela ajada. Arutleda tuleb, kuidas poisid peaksid olukorra lahendama. Õpilased saavad selliste olukordade lahendamiseks oma kogemusi ära kasutada ja teistega jagada.

Õpetaja peaks selgitama, et valetamist aitavad ära tunda lisaks sõnadele ka kehakeele märgid. Selgitada tuleb, et kehakeel on alateadlik, me ei saa seda enamasti teadlikult valitseda.

Rollimängus „Kuidas saab ema teada, et Ats valetab” peab Atsi rolli endale võtma õpetaja, sest õpilasi valetama innustada pole eetiline. Nii tuleb valida klassist ema, kes Atsi küsitlema hakkab. Emale on abiks etteantud küsimused. Õpetaja peab Atsi rollis valetamist reetvaid kehakeele märke eriliselt esile tooma. Ülejäänud õpilased peavad küsitlemist jälgima ning üles märkima kehakeele märgid, mis näitavad, et õpetaja ehk Ats valetab.

Klassis peab selgitama ka hädavale eesmärke ning seda, et pooltõde on sama halb kui vale. Siiski on olukordi, kus inimesed on sunnitud kasutama hädavalet. Õpetaja peaks tooma sellekohaseid konkreetseid näiteid ning selgitama, et hädavalega püütakse kaitsta pigem kuulajat kui kõnelejat (valetajat).

Kõlama peab jääma mõte, et valetamine toob endaga kaasa pahandusi ja probleeme. Mõttekam on rääkida tõtt.

Teema **SÜÜTEO ÜLESTUNNISTAMINE JA VABANDAMINE**

Eesmärk *Mõistab vabandamist (andekspalumist) kui oma süüst/eksimusest arusaamist ja kasutab andeks paludes sobivaid verbaalseid ning mitteverbaalseid vahendeid.*

Teema on jätkuks eelnevale. Õppetekstis kirjeldatakse olukorda, kus peategelane valetab, aga mõistab oma süüd ja palub vabandust. Kuna tööraamatu formaat võimaldab teksti töödelda, on soovitatav tekstis joonida eri värvidega väljendid, mille abil peategelane:

- ei taha oma süüd tunnistada
- tunneb piinlikkust, et valetas

- kardab, et teda hakatakse kahtlustama
- palub andeks.

Õpetaja peab tegema kokkuvõtte ja rääkima, et need on kõhklemise etapid, mille läbib iga eksija. Õpilasi tuleb julgustada oma viga tunnistama ja vabandust paluma, kasutades selleks sobivaid väljendeid. Vabandust paluda pole lihtne – on hea, kui seda saab klassis tõsiseltvõetavalt harjutada. Samuti tuleb läbi mõelda, kuidas tehtut heastada.

Rõhutada tuleb, et andekspalumine näitab eksimuse mõistmist. Kui palud vabandust, on kergem sulle andeks anda.

Teema **OLEN ISESEISEV**

Eesmärk *Hindab oma valmisolekut iseseisvaks eluks.*

Tunni alguses tuleb lasta õpilastel kirjeldada, kuidas nemad oma iseseisvat elu ette kujutavad. Õpetaja juhendamisel tuleb jõuda ühisele arusaamale selles, mis on iseseisvus.

Õppetekst näitab kodustest sõltuvate teismeliste püüdu iseseisvuda. Arutle da tuleb selle üle, mis aitab noorel saada iseseisvaks, mis seda takistab, mida on iseseisvaks eluks vaja ning kas üksi elada on kerge või raske. Õpilased peavad oma arvamusi põhjendama. Teema käsitlemisel tuleb olla delikaatne, mitte haavata nende õpilaste tundeid, kes mingil põhjusel on jäänud üksi.

Teabekaardi täitmise ülesandes 4 võib jaotada kahte ossa. Seda võib täiendada ka ülesannete 5 ja 6 täitmise järel.

Tunni kokkuvõtteks peab kõlama jääma mõte, et inimesed vajavad üksteist. Keegi ei saa päris üksi hakkama.

Teema KORDAMISTUND

Eesmärk Võrdleb ja hindab õpetaja suunamisel enda ja kaaslaste emotsionaalseid seisundeid ja käitumist.

Vahendid joogikõrred, õhupallid

Kordamistunnis saab mängude abil nii teisi kui ka ennast paremini tundma õppida ja suhelda, mängude käigus ilmnevad erinevused ja sarnasused.

Mängu „*Tutvumise bingo*” eesmärk on välja tuua sarnasused ja erinevused õpilaste vahel. Võidab see, kes on kaaslasi kõige tähelepanelikumalt kuulnud ja jälginud.

Õhupallimängude eesmärk on üksteisega arvestamine.

Mängu „*Õhupalli puhumine kõrrega*” läbiviimiseks tuleb õpilased jagada kolme kaupa rühmadesse. Iga õpilasele antakse joogikõrs ja rühma peale üks õhupall. Rühma kuuluvad õpilased peavad suutma palli aja peale joone taha puhuda. Võidab rühm, kes suudab ülesande kõige kiiremini täita. Õpetajal tuleb tunnustada meeskonnatööd ja kiita võitnud rühma kui tervikut.

„*Õhupalli edasisaatmine keha erinevate osadega*”

Mängu läbiviimiseks tuleb jagada õpilased nelja-viieliikmelistesse rühmadesse. Iga rühm saab õhupalli. Üks osaleja viskab õhupalli, nimetab teise õpilase nime ja kehaosa, millega nimetatut peab palli edasi õhus hoidma. Rühmas võib õhupall maad puudutada kolm korda. Võitjaks osutub rühm, kelle õhupall kõige kauem õhus püsib.

„*Punane pall, kleepuv pall, krooksuv konn / mädamuna*”

Osalejad seisavad ringis. Mängujuht viskab kellelegi kujutletava punase palli ja hüüab „Punane pall!”. Peab hästi jälgima, kelle suunas pall visatakse (silmside hoidmine). Punast palli visatakse ja püütakse seni, kuni kõik on seda katsuda saanud. Nüüd paneb mängujuht liikuma kleepuva palli samaaegselt punase palliga. Jälgida tuleb kahte kujuteldavat palli. Kui kõik on saanud püüda ka kleepuvat palli, paneb mängujuht liikuma „krooksuva kärnkonna”. Seda ei taha keegi hoida ja nii visatakse see ruttu järgmisele edasi. Mäng lõpeb siis, kui kõik on saanud ka „kärnkonna” püüda.

Jagamise ülesanne

Õpilased jagatakse väiksemateks rühmadeks ja igale rühmale antakse suur paber ja marker. Õpilasi suunatakse tegema nimekirja asjadest, omadustest, mis neil on ühist (mitte ainult välimus, vaid laiemalt nt elukoht, huvid, käidud reisirid, loetud raamatud, perekond). Peale piiratud ajaga arutelu paluge leht ümber pöörata ja kirjutada, mis igaühes on erilist. (Näiteks: Marin oskab taani keelt.)

Kokkuvõttes saab näidata, et rühmas olijatel on palju ühist, kuigi rühmas on erinevad inimesed. Samas on igaühes midagi, mis teeb ta ainulaadseks.

II OSA

INIMESE KEHA

Inimese organismi ehitus ja talitus on keerukas ning seda korruga tundma õppida on kerge intellektipuudega lastel väga raske. Samas on oluline, et õpilased tunneksid oma keha ja sellega seotud väljendeid.

Õpetuses lähtutakse kontsentrisuse printsiibist. Inimese organismi ehitust ja toimimist on käsitletud 5. klassi loodusõpetuse tundides. Seega tuleb varemõpitud baasteadmised meelde tuletada, aktiveerida. Uuesti ja senisest põhjalikumalt käsitletakse inimese organismi ehitust ja talitlust 9. klassi inimeseõpetuse ja loodusõpetuse tundides.

Iga uue teema juures tuleb kinnistada eelnevalt õpitut, kasutada selleks eelnevalt käsitletud teemade kokkuvõtvaid ülesandeid ja internetist leitud pilte, skeeme.

Töö aluseks tuleb kasutada skeemi: rakkudest moodustub kude, koest elundid, elunditest elundkonnad ja elundkondadest terviklik organism.

Suguelundkonda käsitletakse eraldi inimese arengut käsitlevas suures alateemas.

Teema INIMESE KEHA

Eesmärk *Tunneb joonisel ära ja oskab oma kehal näidata elutähtsate organite paiknemist.*

Nimetatud teema eesmärk on tekitada huvi inimese organismi ülesehituse ning toimimise vastu ning täpsustada organismiga seotud nimetuste tähendust. Sissejuhatavat teksti lõpetav küsimus *Kas sina tead, kuidas on aju kehaga seotud?* on aluseks järgnevale arutelule ja inimkeha vaatlusele joonistelt. Järgneb inimkeha täpsem vaatlus. Oluline on leida kõik nimetatud kehaosad ka oma kehal. Nimetatakse ka igapäevases kõnes vähem kasutusel olevaid nimetusi (laup, reied, tuharad).

Õppetekst (ülesanne 4) näitlikustab inimese organismi ülesehituse rakust tervikuni. Otstarbekas on seda skeemi põhjalikumalt uurida, sest siin kirjeldatud ülesehitus on järgnevate teemade käsitlemise aluseks.

Nimetatud teema kohta leiab palju pildimaterjali internetist, kust tuleb teha otstarbekas valik. Ülesanne 5 on väga keeruline ning kindlasti on vaja seda teha õpetaja juhendamisel ning valminud tööd kontrollida. Soovitav on kasutada selleks raku, koe, elundi, elundkonna ja tervikorganismi pilte, mida saab järjestada, et saaks selgeks, mis millest koosneb.

www.youtube.com/watch?v=GYzyV5hh1JO&feature=related

www.hariduskeskus.ee/opiobjektid/massaaz/

Teema TUGI- JA LIIKUMISELUNDKOND

Eesmärk *Saab aru inimese tugi- ja liikumisaparaadi tööst.*

Vahendid *knopkad (igale õpilasele viis), tangid*

Teemasse sissejuhatuseks tuleb kindlustada vajalikud taustteadmised organismi üldehitusest. Kordamiseks saab kasutada raku, koe, elundi, elundkonna ja tervikorganismi pilte.

Õppeteksti analüüsi tulemusel saavad õpilased ülevaate inimese tugi- ja liikumiselundkonna koostisest. Teksti analüüs on soovitatav siduda oma keha vaatlusega, mida toetab praktiline töö (ülesanne 2). Selle töö eesmärk on

tajuda oma kehal liigeste olemasolu ja asukoht, tunnetada nende liikuvust. Skeletimehikese tegemiseks (ülesanne 3) on tööraamatus löikeleht, millelt õpilased kujundid mööda punktiirjoont välja lõikavad. Õpetajal tuleb varuda viis knopkat igale õpilasele. Ühise analüüsi tulemusel märgistatakse kujundite ühenduskohad (knopkad tähistavad öla- ja puusaliigeseid ja kaelalülisid). Seejärel tuleb skeleti osad knopkade abil ühendada. Selleks, et skeletimehike paremini koos püsiks, on vaja knopkad kokku vajutada (tangidega kokku pressida).

Praktilise töö (ülesanne 6) eesmärk on selgitada õpilastele lihaste töö põhimõtet – venitatud lihas võimaldab pikema hüppe (kiirema spurdi jne). Tööd võib alustada ka teises järjekorras – alustada hüppe kõrguse erinevuse võrdlemisest ja probleemi püstitamisest: lasta lastel pakkuda põhjendusi, miks on hüppe kõrgus erinev. Seejärel teha katse kummipaelaga ja anda selgitus. Koostöös kehalise kasvatusõpetajaga on hea tunnis arutleda selle üle, missuguseid harjutusi oleks soovitatav teha oma hüppevõime parandamiseks, missugused harjutused sobivad aga seljalihaste tugevdamiseks jne.

Teema **NAHK**

Eesmärk *Mõistab naha funktsiooni ja oskab anda lihtsamate nahavigastuste korral esmaabi endale ja kaaslasele.*

Naha ülesandeid käsitletakse tööraamatus napilt. Keskenduda tuleb eelkõige naha kaitsefunktsioonile. Analüüsida tuleks erineva raskusega nahavigastusi (kriimustused, löike- ja torkehaavad vms) ja toimimist nendel juhtudel. Teema saab loogilise jätku vereringe käsitlusel, mil saab uuesti rõhutada naha tähtsust.

Kuna 6. klassi inimeseõpetuse programmis ei ole eraldi esmaabi teemat, on hea meelde tuletada esmaabi andmist vigastuste korral. Abi leiab veebiaadressilt www.redcross.ee

Praktilise töö eesmärk on teadvustada naha paksuse erinevust ning suunata õpilased mõtlema, miks see nii on.

Teema NÄRVISÜSTEEM

Eesmärk *Tunneb joonisel ära närvisüsteemi osad ja oskab nimetada pea- ja seljaaju ning närvide peamisi ülesandeid.*

Tunni alguses on vaja meenutada organismi üldehitust, tugi- ja liikumiselundkonda ning naha funktsioone. Õpetaja saab tekitada probleemi: kuidas need elundid kõik toimima hakkaks? Kas võib vahel olla ka nii, et kõik on korras, aga nahal puudub tundlikkus, inimene ei suuda kõnelda, käsi/jalgu liigutada vms. Lihtsalt viisil võiks selgitada ka halvatuses olemust.

Kahte ossa jagatud õppeteksti ja lisatud jooniste abil saavad õpilased ülevaate närvisüsteemi ehitusest.

Praktiline töö on seotud laste õppetegevuses vajaliku verbaalse mälu. Õpetaja nimetab seitse lühikest (1-2-silbilist) omavahel tähenduselt sidumata sõna, mille lapsed peavad meelde jätma. Lastele tuleb esitada ka sellekohane korraldus: kuula ja jäta meelde! Lapsed kirjutavad meeldejäädud sõnad tunni lõpus (ülesanne 5) tööraamatusse. Õpilastele selgub, et mõned sõnad on meeles, mõned ununenud. Õpetaja hindab sellise olukorra igati normaalseks. Analüüsitakse ka seda, mis sõnad klassis paremini meelde jäid (näiteks jäävad paremini meelde õpilase silmis aktuaalsed, suurema tähendusega sõnad). Otstarbekas on siinjuures kujundada ka õpioskusi ja avaldada õpilastele erinevaid mnemotehnilisi võtteid, mis aitavad materjali paremini meelde jätta.

PEA MEELES rõhutab, et kõik ei jäägi meelde. Unustamine on loomulik.

Teema VERERINGEELUNDKOND, HINGAMISELUNDKOND

Eesmärk *Tunneb joonisel inimfiguuris ära vereringe ja hingamiselundkonna osad ning oskab nimetada nende rolli organismis.*

Teemasse sissejuhatuseks tuleb kindlustada vajalikud taustteadmised organismi üldehitusest ja närvisüsteemist. Selleks saab veelkord kasutada (suuliselt) eelmistel tundidel tehtud väidete parandamise ülesannet. Samuti saab veelkord kontrollida mälu, küsides õpilastelt eelmises tunnis meeldejäetud sõnu.

Õppetekstide abil saavad õpilased ülevaate vereringeelundkonna ja hingamis-
 elundkonna ehitusest. Järgnevate ülesannete täitmiseks on vaja juhenda-
 da tööd tekstiga, andes korralduse tekst uuesti lugeda ning märgistada
 selles sõnad ja väljendid, mille abil kirjeldatakse vere ülesandeid. Selline
 töökorraldus lihtsustab ülesannete täitmist ning kujundab üht olulist õpios-
 kust – tekstist vajaliku teabe leidmist.

Praktiliste tööde eesmärk on teadvustada oma südame ja veresoonkonna
 ning hingamis- elundkonna tööd. Pulsi otsimiseks tuleb soovitada õpilastel
 asetada randmele mitte üks sõrm, vaid neli. Nii on tulemus kindlam. Lisaks
 pulsi leidmisele randmel tuleks juhendada selle otsimist kaelal, tuiksoonel,
 nii endal kui paaristööna kaaslasel.

Hingamis- elundkonna teema praktilise töö eesmärk on teadvustada, et ini-
 mene hingab pidevalt ja tema organid saavad niimoodi tööks vajalikku hap-
 nikku. Kujundada tuleb hoiakut, et on tähtis viibida palju värskes õhus ja
 tuulutada siseruume.

Teema **SEEDEELUNDKOND**

Eesmärk *Tunneb joonisel inimfiguuris ära seede- elundkonna osad ja
 oskab nimetada nende rolli organismis.*

Taustteadmiste aktualiseerimiseks saab veelkord kasutada (suuliselt) eelmi-
 sel tunnil tehtud ülesandeid 3 lk 16 ja 4 lk 19.

Seede- elundkonna töösse sissejuhatust tehes on hea arutleda, millal ja kuidas
 me oma seede- elundkonnast teadlikuks saame. Meie organism annab endast
 janu- või näljatundega märku siis, kui midagi on puudu.

Õppetekstis nimetatakse seede- elundite ülesanded ja toidu liikumine orga-
 nismis.

Maksa funktsioonidest saab õpetaja lisainfot internetiaadressilt

**[www.hariduskeskus.ee/opiobjektid/massaaz/?SEEDE-
 ELUNDKOND:MAKS](http://www.hariduskeskus.ee/opiobjektid/massaaz/?SEEDE-

 ELUNDKOND:MAKS)**

Samuti on maksa funktsioonidest juttu internetiaadressil

www.alkoinfo.ee/et/mojud/maksahaigused

Kindlasti tuleb õpilastele rääkida alkoholi mõjust organismile, eriti maksale. Lisaülesandeks on tähesegadik, millest tuleb leida seedeelundite nimetusi. Teadlikult on jäetud märkimata, mitu nimetust on segadikku peidetud (jämesool, peensool, söögitoru, neel, suuõõs, magu). Ülesande võib esitada ka selliselt, et leida tuleks need nimetused, mida tähesegadikust ei leia.

Teema **ERITUSELUNDKOND**

Eesmärk *Tunneb joonisel inimfiguuris erituselundkonna osad ja oskab nimetada nende rolli.*

Seedeelundkonna kordamisel saab kasutada joonist 10 lk 20, mille abil selgitada toidu teekonda ja jõuda tõdemuseni, et kasutamata toidujäägid on vaja organismist väljutada. Õppetekstis nimetatakse erituselundid ja nende funktsioonid.

Õpilastele tuleb selgitada, et mitmel juba õpitud organil (nahk, kopsud, soolestiku osad) on ka jääkainete eritamise funktsioon.

Järgneva valikvastustega ülesande lahendamiseks tuleks klassis korraldada arutelu, mitte jätta seda iseseisvaks tööks. Ülesandes on sõnu, mille tähendust kõik õpilased ei pruugi teada või on neil kinnistunud ebaõige tähendus. Eksitavaks võib osutuda ka sõnade häälikulise koostise sarnasus (eritus – erutus), mis võib viia lugemisvigadeni ja seeläbi ka vale vastuseni. Valitud vastused on vaja kindlasti pärast lahendamist üle kontrollida.

Kordamisülesanded annavad võimaluse veelkord üle korrata inimese organismi ehituse ja talitluse. Ülesannete täitmisel on otstarbekas suunata õpilased teabe otsimiseks ja lahenduste kontrollimiseks vastavate õppetekstide juurde. Kindlasti peab õpilastel kujunema arusaam, et organism on tervik, kõik selle osad on üksteisega tihedalt seotud ning ka ühe lüli väljalangemine või puudulik talitlus häirib inimese tegevust tervikuna – inimene haigestub.

TOITUMINE

Toitumisalast uut infot on internetis ja ilmub raamatutena iga päev. Arukas on suhtuda avaldatud mitmekesisesse teabesse terve mõistusega ning lähtuda tervisliku toitumise neljast põhitõest: vastavus vajadusele, toitainete tarbimise õige vahekord, mõõdukus ja mitmekesisus. Organism peab saama toidust energiat ja vajalikke toitaineid. Energiat on vaja ainevahetuseks ja füüsiliseks tegevuseks. Energiavajadus sõltub soost, vanusest, füüsilisest aktiivsusest jm. Oluline on süüa toitaineid õiges vahekorras, sest ühekiilgse toitumisega saab organismi funktsioneerimine häiritud. Mõõdukalt võib süüa kõike ning mitmekesine toit tagab organismile vajaliku.

6. klassis tuleb kerge intellektipuudega lastel jätkuvalt kujundada hoiakut õigesti, st tervislikult toituda. Selleks tuleb neile järjepidevalt tutvustada õige toitumise vajalikkust ja ebatervisliku toidu negatiivset mõju. Kuna selles vanuses saab sageli laste koduseks ülesandeks toidupoes käimine, tuleb neil kujundada pakenditelt teabe otsimise oskust ja harjumust. Nimetatud probleeme tuleks silmas pidada ka teiste teemade ja õppeainete käsitlemise juures, et lapsest kujuneks teadlik ja säästlik tarbija.

Teema TOITUMINE

Eesmärk *Oskab nimetada toitumise tähtsust inimese elus.*

Tegemist on teemaga, mille puhul saab ära kasutada õpilaste enda kogemusi ning ergutada neid kaasa mõtlema ja arvamust avaldama.

Teemasse sissejuhatavas tunnis tutvustatakse toitu kui energiaallikat. Peale toidu vajab inimese keha veel vett, soojust, valgust jm.

Õpilastel on võimalus jagada teistega kogemusi oma lemmiktoitude valmistamisest.

Samuti saab koostada klassi lemmiktoitude edetabeli. Edetabelite koostamine meeldib igas eas õpilastele ning aitab kujundada teabe graafilise esitamise ning selle mõistmise oskust.

PEA MEELES rõhutab, et neli toidukorda on asendamatud, neid ei tohi ära jätta ning vähemalt kord päevas peab sööma sooja toitu.

Teema TERVISLIK TOITUMINE

Eesmärk *Oskab valida analüüsitud toitude hulgast tervisele kasulikke.*

Tervisliku toitumise teema alguses on vaja meenutada, milleks inimene toitu vajab.

Tervisliku toitumise reeglid koos põhjendustega on toodud ülesandes 2. Reeglid koos põhjendustega on otstarbekas klassis analüüsida, kaasates õpilased arutellu. Täiendavat infot saab internetiaadressidelt www.ampser.ee ja www.toitumine.ee/10-soovitust-tervislikuks-toitumiseks/

Samalt aadressilt leiab lisateavet ka taldrikureegli kohta. Seda printsiipi tuleks rohkem levitada, et see juurduks ja salatisöömine muutuks iseenesestmõistetavaks harjumuseks.

Teemad TOIDUTA EI SAA ja EBATERVISLIK TOIT

Eesmärk *Nimetab ebatervisliku toitumise võimalikke tagajärgi.*

Teema käsitlemine toetub varasematele teadmistele sellest, milleks on vaja toitu ning milline on tervislik toit.

Õppetekstile toetudes tuleb pöörata tähelepanu alatoitumisele ja sellega kaasnevatele probleemidele. 6. klassi tüdrukud on just eas, kus hakatakse muretsema oma välimuse ja kehakaalu pärast, mõju võivad avaldada mitmesugused reklaamid. Arutelus peaks jääma kõlama liialdustest hoidumise vajadus.

Õppeteksti analüüsil on otstarbekas lasta alla joonida alakaalulisust ja sellega kaasnevaid nähte märkivad väljendid ja need eraldi välja kirjutada.

PEA MEELES toonitab, et vale toitumine toob kaasa organismi vastupanuvõime vähenemise haigustele. Et see ei jääks üldteada tühjaks väljendiks, tuleb õpetajal klassis esitada konkreetseid näiteid vale toitumise kohta ja selle mõjust organismile. Seejuures tuleb arvestada käsitletud teemasid ja esitada näited laste teadmiste piires.

Kasulik on meelde tuletada ja veelkord sõnastada tervisliku toitumise reeglid.

Rämpstoidu söömine on populaarne just poiste seas. Arutleda tuleb ka selle üle, miks sellist toitu valmistatakse, miks see nii populaarne on ja kellele kasuks tuleb. Tuleb kindlustada, et õpilased mõistaksid rämpstoidu söömisega kaasnevaid riske. Sellele aitab kaasa ülesandes 3 lünkade täitmine, millele õpetaja peaks lisama täiendavat informatsiooni.

Teema KUIDAS LUGEDA PAKENDIT

Eesmärk *Oskab leida pakendilt vajalikku infot.*

Vahendid *mitmesugused eri pakendid*

Oluline on õpetada lapsi kaupu valima võimalikult teadlikult. Üks viis selleks on uurida tähelepanelikult pakendeid. Pakendid on tänapäeval ahvatlevalt kujundatud, köidavad pilku ja nii kiputakse ostes valikut tegema pa-

kendi välimuse järgi. Õpilasi tuleb suunata ka toidu kohta teavet otsima. See on enamasti kirjas, kuid sageli väga väikeses kirjas ja vajab tähelepanelikku otsimist.

Tööraamatu ülesannete abil saab näidata enamlevinud kohti, kus info pakenditel võib asuda. Otstarbekas on klassi tuua ja õpilastele uurimiseks anda erinevaid pakendeid, millelt saab pakendiinfot otsides otsustada, mille alusel valik teha.

Kasulik on teha koos õpilastega käik lähimasse toidukauplusesse või anda sellekohane kodune ülesanne. Poes on oluliselt rohkem pakendeid, mida uurida. Selliseks tööks peab olema aga õpetajal ette valmistatud eraldi tööleht, mis suunab otsima kõige olulisemat infot (parim enne, kõlblik kuni, E-ained, tootja vms). Õpilased täidavad töölehe kaupluses ja selle analüüs toimub järgmisel tunnil klassis.

Õpetajale on lisamaterjali internetiaadressil

www.dolceta.eu/eesti/Mod4/Tooleht-pakendite-analuusimiseks.html

Teema ESMAABI TOIDUMÜRGITUSE KORRAL

Eesmärk *Oskab nimetada toidumürgituse tunnuseid ja teab, kuidas toidumürgitust vältida.*

Otstarbekas on teemasse sissejuhatuseks õpilastega arutleda mitmesuguste eluliste juhtumite üle, kui toidumürgituste tõttu on koolid/lasteaiad mingiks perioodiks suletud. Hea, kui õpetajal oleks käepärast sellekohaseid artikleid ajakirjandusest. Kindlasti on klassis mõni laps ka ise seda olukorda kogenud. Ühiselt peaks jõutama järeldusele, miks on vajalik süüa ainult värsket toitu.

Tähelepanu väärrib ka kauplustes väljapakutatav „parim enne” möödas” ostukorv või riiul. Rõhutama peaks sealt valitud kauba kohese tarbimise vajadust. Õppetekstis on esitatud internetiaadress, kus on toodud erinevate haiguste usaldusväärne info www.inimene.ee. Seda lehekülge on kasulik klassis koos õpilastega uurida.

Mõttekas on teha õpilastega voldik või plakat toidumürgituse vältimise põhitõdedega ning kinnitada see klassi stendile.

Teema KORDAMINE**Eesmärk** *Oskab valida erinevate toitude hulgast tervisele kasulikke.*

Toitumisteema kordamistund annab võimaluse veelkord rõhutada tervisliku toitumise põhimõtteid, teadvustada ebatervisliku toitumisega kaasnevaid terviseprobleeme.

Internetist saab otsida tervislike salatite retsepte ning ise proovida salatit valmistada. Salatite söömise propageerimiseks võib korraldada näiteks ülekoollilise tervislike salatite päeva. Selleks võib teha kõikidele klassidele ettepaneku valmistada tervislik salat (nii, et jätkuks kõigile proovijatele) ning jagada teistega ka salatiretsepti kirjeldust. Korraldada saab parima tervisliku salati konkursi vms.

INIMESE ARENG

Murdeiga ja muutused sel ajal tekitavad õpilastes segadust, piinlikkust, põnevust ja tahtmist väljakutsuvalt käituda. Õpetaja peab suutma luua usaldusliku õhkkonna nii, et õpilased julgeksid avameelselt küsida, kuidas murdeea muutustega toime tulla. Arvestada tuleb, et kerge intellektipuudega õpilased ei suuda oma probleeme sõnastada ja käituvad seetõttu väljakutsuvalt.

Klassis võib olla õpilasi, kelle murdeiga pole veel alanud, ja neidki, kellel on juba esimesed seksuaalelu kogemused olemas. Erinevused on ka poiste ja tüdrukute arengutempos, murdeiga algab tüdrukutel varem. Kindel on aga see, et nii kehalised, emotsionaalsed kui ka sotsiaalsed muutused toimuvad ajapikku kõigil, kuid need toimuvad individuaalses tempos.

Oluline on anda teavet selle kohta, kust saab teadmisi ning vajadusel nõu ja abi. Internet on täis kõikvõimalikku infot, seda tuleb lugeda piisava kriitilisusega. Õpetajal tuleb soovitada õpilastele veebiaadresse, millelt saadav info on kontrollitud.

Selleks et õpilased saaksid anonüümselt küsimusi esitada, on hea paigutada kogu teema käsitlemise ajaks klassi kirjast, millesse laekunud küsimustele tuleb kindlasti ka vastata.

Teema INIMESE ARENG (MUUTUSTE AEG)

Eesmärk *Teadvustab inimese arengu erinevaid perioode ja paigutab end ajajoonel õigesse perioodi.*

Uus teema tööraamatus algab erinevas eas inimeste piltidega. Esitatud on erineva soo pildirida, seejuures tüdrukutel on soovitatav tähelepanelikumalt vaadelda esimest ja poistel teist pildirida. Pärast piltide vaatlemist peavad õpilased otsustama, milline neist piltidest on vanuseliselt neile sobivaim. Seejärel on lastele väga keeruline ülesanne – püüda ära arvata ülejäänud inimeste vanused. Võrrelda on antud on imikuea, teismelise, umbes 25-aastase, 50-aastase ja 75-aastase pildid. Arutleda saab selle üle, mille poolest inimesed eri vanuses (peale vanuse) veel erinevad ja miks on hea olla teismeline.

Õppetekstis (ülesanne 4) kasutatakse murdeea sünonüümseid väljendeid – teismeiga ja puberteet –, mida kasutatakse tööraamatu tekstides ja ülesannetes järgnevalt läbiseigi, et kõik väljendid kinnistuksid. Teema alguses esitatud piltide hulgast on soovitatav välja valida puberteedia pilt ja sellele juurde kirjutada *MURDEIGA*.

Märgitud on ka murdeea alguse ja oletatava lõpu aeg. Tänapäeva muutuv maailmas on needki üsna ebamäärased ja muutuvad, seega tuleb esitatud vanuseid käsitleda üldiste orientiiridena.

Rõhutada tuleb, et murdeea muutused noortel on normaalsed ja neid teades on lihtsam endaga toime tulla ning kaaslastega suhelda.

Teema KEHALISED MUUTUSED MURDEEAS

Eesmärk *Oskab nimetada murdeea kehalisi muutusi ja märkab neid enda juures.*

Teemasse sissejuhatuseks sobib meenutada muutusi murdeeas..

Õppetekstis nimetatakse muutusi ühe noormehe välimuses vanaisa pilgu läbi. Analüüsil on otstarbekas märkida, et kõrvalseisjad märkavad muutusi alati kiiremini kui me ise. Õppeteksti teadliku lugemisoskuse kujundamiseks on kasulik muutusi väljendavad sõnad joonida, siis saab märgistatud teabele toetudes arutleda väliste, teistele inimestele tajutavate muutuste üle.

Tavaliselt on inimese pikkus ja tema käte siruulatus enam-vähem ühepikkused. Murdeas on need proportsioonid paigast ära. Seda saab mõõtmisega lihtsalt selgeks teha. Praktilise töö (ülesanded 5 ja 6) eesmärk on näidata, et muutused 6. klassi õpilaste kehas juba toimuvad.

Mõõtmistulemused tuleb kirja panna. Sama praktilist tööd võib korrata kevadel, et näha, kui võrd õpilased on talvega kasvanud ja arenenud.

Teema POISTE JA TÜDRUKUTE ERINEVUSED

Eesmärk *Aktsepteerib murdeeaga seotud muutusi oma organismis, mõistab arengu individuaalsust.*

Teemat võib käsitleda poiste ja tüdrukutega ühiselt või vajadusel ka eraldi. Selle otsustamiseks on õpetajal vaja hinnata õpilastevahelisi suhteid klassis ning oma suutlikkust klassi valitseda ja suhteid tasakaalus hoida. Kui klassi sisekliima ei võimalda koos tunde teha, tuleb leida aeg ning poistele ja tüdrukutele tund eraldi läbi viia. Kindlasti peavad aga mõlemad saama ülevaate vastassugupoole kehalistest muutustest.

Õppetekstid annavad ülevaate muutustest tüdrukutel (ülesanne 1) ja poisitel (ülesanne 3). Internetis on nimetatud teemal rohkesti informatsiooni, seda tuleb kriitiliselt valida. Õpetaja saab lisaks materjali internetiaadressilt **www.amor.ee**.

Poiste murdealistest muutustest ja noormeeste tervisest saab leida lisateavet aadressidelt **www.amor.ee**, **www.noorte.kliinik.ee**.

Tööraamatus on soovitatud mängida mängu **www.amor.ee/mang**. Kui seda õpilastele soovitada, tuleb õpetajal kindlasti abiks olla, sest mäng on väga keerulise sõnastusega.

Selleks et mõnel õpilasel ei tekiks alaväärsustunnet, tuleb teema käsitleluse pidevalt rõhutada, et muutused organismis toimuvad igapäev erinevalt ja selles pole midagi taunimisväärset.

Teema ÜLDINE HÜGIEEN MURDEEAS

Eesmärk *Teadvustab hügieeni olulisust ja järgib enamasti hügieeninõudeid.*

Õppetekstis nimetatakse murdeega tekkivaid hügieeniprobleeme. Vastavate väljendite markeerimine annab aluse aruteluks ja kergendab näidete toomist.

Kindlasti on noortel endal välja pakkuda nõuandeid, jagada isiklikke kogemusi. Arutleda tuleb ka selle üle, kust saab abi ja nõuandeid (noorte nõustamiskeskused, kosmeetik jms).

Teema käsitus toetub õppetekstidele, kuid see on vaja siduda ka laste igapäevase eluga ning arutleda selle üle, miks on vaja kehalise kasvatusetunniks vahetusriideid ja miks on vaja pärast tundi käia duši all.

Akne kohta saab rohkesti infot aadressilt www.akne.ee

Teema MUID MUUTUSI MURDEEAS

Eesmärk *Märkab oma käitumise ja tunnete ebastabiilsust ja seostab selle murdeega.*

Teema on jätkuks eelnevale. Otstarbekas on teemasse sissejuhatuseks meenutada, millised kehalised muutused toimuvad puberteedieas ja missuguseid emotsioone need võivad põhjustada.

Õppetekst kirjeldab muutusi tüdruku käitumises. Õpilased saavad hinnata, kas ka nende käitumises on selliseid muutusi esinenud.

Järgnevad situatsioonide kirjeldused, mille abil seostatakse situatsioonid ja tegelaste võimalikud tunded. Arutleda saab, kuidas lood võiksid lõppeda ja kuidas peategelane peaks käituma.

Ülesanne 7 annab võimaluse otsustada, missugune on täiskasvanulik käitumine. Arutleda tuleb selle üle, kas suitsetamine ja alkoholi tarbimine teevad täiskasvanuks.

Kõlama võiks jääda mõte, et täiskasvanulik on pigem suuremat pingutust nõudev käitumine (lubadustest kinnipidamine, viisakus ja hea suhe sõpradega).

Teema **MULLE MEELDIB KEEGI?!**

Eesmärk *Teadvustab, et sõprus ja armumine on seotud erinevate tunnetega.*

Kuna õpilased on esimese armumise eas, tuleb teemat käsitleda väga ettevaatlikult, et mitte kellelegi haiget teha. Teema põhjalikum käsitus toimub 7. klassis.

Õppetekstis kirjeldatakse armumist esimesest silmapilgust. Arutleda saab selle üle, kuidas armumist ära tunda. Tööraamatus olevate ülesannetega suunatakse õpilasi teadvustama vastassugupoole meeldivaid omadusi. Tõenäoliselt on poiste ja tüdrukute vastused üsna sarnased.

Paaristööna saab arutleda, kuidas välja näidata, et keegi meeldib, ning miks on seda raske teha. Paaristöö vastused saab õpetaja tahvlile kirjutada. Poiste ja tüdrukute vastused kirjutatakse esialgu eraldi, kuid analüüsil leitakse tõenäoliselt, et vastused on ühesugused.

Kokkuvõtteks saab tõdeda, et meie ootused vastassugupoolele on üsna sarnased.

Teema **KORDAMINE**

Eesmärk *Aktsepteerib murdeeaga seotud muutusi endas.*

Inimese arengu osa kordamisel keskendutakse murdeeale ning sellega seotud muutustele kehas, käitumises, suhtlemises ja tunnetes.

Kasulik on selle teema raames külastada kohalikku noorte nõustamiskabinetti. Veel on hea kutsuda esinema kosmeetik või pereõde, kes annaks nõu hügieeni osas.

INIMISE VÄLIMUS

Inimesega esmakordsel kohtumisel märkame kõigepealt tema välimust – kuivõrd ta on hoolitsetud ja puhas. Alles edasisel suhtlemisel saame teadlikuks tema iseloomust, teadmistest ja isiksuseomadustest. Me õpetame lastele, et tähtis on olla aus, hea ja töökas, kuid positiivsed omadused ei pruugi ilmned, kui kasimatu ja korratu välimus suhtluspartneri eemale peletab. Korralikumat välimust nõuab ka pingelisel tööturul läbilöömine. Edu töövestlusel või teenindussfääris võib sõltub osaliselt kindlasti sellest, kui korrektne on välimus.

6. klassis on kerge intellektipuudega lapsed võimelised iseenda välimuse korrashoiu eest hoolitsema. Õppetöö käigus on vaja anda sellekohaseid teadmisi ja kujundada harjumusi.

Teema MIDA ME SELJAS KANNAME

Eesmärk Teab, et erinevateks tegevusteks on vajalikud erinevad rõivad ja jalatsid.

Soovitav on tundi alustada arutlusega, miks on vaja kanda rõivaid. Looge tahvlile teemakohane teabekaart (soojus, kaitse, ilu, mood jms).

Arutleda saab veel selle üle, mis ajast on inimesed rõivaid kandnud, kus ja millistes tingimustes võiks elada ilma riieteta. Arutluses tuleb kasutada võimalikult erinevaid sünonüümseid väljendeid.

Ülesande 2 tabeli täitmisel tuleb jälgida, et kõikidesse veergudesse ei kirjutataks ühtesid ja samu riietusesemete nimetusi. Selles vanuses õpilased kannavad meelsasti sama riietust ööpäev läbi – seda tuleb aga taunida. Õpilastel tuleb kujundada arusaam, et igal riideesemel on kindel koht ja aeg, millal seda sobib kanda. Sama kehtib ka jalanõude kohta.

Ülesannetes 3–6 tuleb lastele mõistetavalt selgitada vahetusjalatsite kandmise vajalikkust (et jalg saaks õhku ja ei higistaks, ka jalats peab puhkama pidevast kandmisest, põrandate puhtus jms).

Ülesande 7 lahendamiseks on vaja võrrelda situatsiooni ja selles osalejate riietumist. Seni pole tööraamatu ülesannetes analüüsitud riietumist ilmastikuolude järgi, seda võimaldab aga teine pilt. Mittesobiva riietumise tagajärjed on seostatavad ka varem käsitletud terviseteemaga.

Kummagi pildi analüüsil peaks õpilased leidma vähemalt neli viga.

Kõlama peab jääma mõte, et eri tegevusteks on vajalikud erinevad rõivad ja jalatsid.

Teema RÄÄGIME SOBIVATEST RIIETEST

Eesmärk Valib olukorrale kohased rõivad ja jalatsid.

Vahendid rõivakataloogid, joonistuspaber, liim, käärid

Õppetekst kirjeldab situatsiooni, kus peategelane on olukorrale sobimatult riides.

Arutleda tuleb, miks on oluline valida sobiv riietus ja kuidas inimene end valesti valitud riietuses tunneb. Arutledes tuleb tugineda laste isiklike kogemustele.

Ülesandes 4 tuleb ühendada üldnimetus ja kirjeldus. Oluline on ülesanne üle kontrollida, eksimisvõimalus ja probleemi mittemõistmise võimalus on suur. Ülesande järgi saab täita teabekaardi.

Lisaülesannetena on toodud võimalus komplekteerida meeldiv rõivakomplekt, välja arvutada selle hind, paigutada ostetud riided paberist volditud kappi. Ülesande 7 täitmine sobib ehk rohkem tüdrukutele, kuid tähelepanu pööramine meeldivate riiete maksumusele ülesandes 6 on vajalik nii tüdrukutele kui ka poistele.

Teema **RIIETE JA JALATSITE HOOLDUS**

Eesmärk *Teab, kuidas hooldatakse rõivaid, oskab oma soove väljendada.*

Vahendid *riideesemed, pesupulbri ja/või muu hooldusvahendi pakendid*

Õppeteksti abil suunatakse õpilased jälgima riietusesemete pahupoolel olevat hooldustähistuse riba.

Õpilastel tuleb uurida ka oma rõivaste hooldamise juhiseid. Igaks juhuks peab õpetajal varuks olema riietusesemeid koos hooldustähistuse ribadega. Õpilastel võivad olla hooldustähised rõivastelt ära löigatud. Hooldustähistuse kohta saab infot aadressilt www.tka.riik.ee/hooldustahistus/

Rollimängu eesmärk on õpetada lapsi käituma teenindusasutuses ja oma soove täpselt väljendada. Nii teenindaja kui teenindatava sagedasemad väljendid on esile toodud ka tööraamatus. On kasulik pärast pinginaabriga harjutamist rollimäng klassis läbi mängida, nii kinnistuvad olulised laused kõnes. Oluline on õpilasi hoiatada enda kohta käiva informatsiooni liigse levitamise eest. Kodust aadressi pole vaja kellelegi anda, piisab telefoninumbri-
rist.

Tuleb kujundada teadmine, et alati tuleb uurida ka pesuvahendite pakendi-
infot. Kuna õpetaja reklaami teha ei tohi, on soovitatav kasutada koolis

kasutusel olevate pesuvahendite pakendeid. Teema käsitlemisel on sobiv meenutada tööraamatu I osas õpitud pakenditelt info lugemist.

Ettevõtlushädevuse kujundamise eesmärgil võib lisaülesandena lasta õpilastel kujundada oma pesuvahendi reklaamplakat, kus peab kirjas olema: vahendi nimi, milleks seda kasutatakse, miks on hea just seda vahendit kasutada, miks peaks vahendit ostma.

Teema JALATSITE HOOLDAMINE

Eesmärk Teab, kuidas hooldada jalatseid, oskab oma soove väljendada.

Vahendid nahkkingad, saapahari või lapp, hooldusvahend

Soovitav on alustada tundi eelmisel tunnil käsitletud rõivaste hooldamise kordamisega. Jalatsite hooldus on eelnevale jätkuks.

Õppetekstis esitatakse jalatsite hooldamise juhised vanaema õpetuse kaudu.

Soovitav on, et pakendiinfo uurimiseks oleks õpetajal tunnis kaasas mõned hooldusvahendid. Tänapäeval on olemas erineva kvaliteedi ja hinnaga jalatsihooldusvahendeid. Õpetaja ei saa teha reklaami ühegi firma hooldusvahenditele. Seega ei sobi hooldustoodete firmanimesid rõhutada. Pakendiinfot uurides tuleb selgeks teha, millistele jalatsitele hooldusvahend sobib. Samuti on hea jalatsite hooldamine praktiliselt läbi teha. Kuna noorukid kannavad enamasti vaid sportlikke jalatseid, tuleb ka hooldatavad jalatsid õpetajal tundi kaasa võtta.

Teema JUUKSED KORDA!

Eesmärk Oskab oma juukseid hooldada, oskab õpituatsioonis teenidajale oma soove väljendada.

Murdeas tüdrukud püüavad eriti head välja näha ja pingutavad kosmeetika kasutamise ja juuste värvimisega sageli üle. Õpetaja peaks püüdma selgitada, et kaunis on kõik loomulik. Samas poistele tuleb selgitada juuste pesemise vajalikkust.

E-kirjana saadetud korduma kippuvate küsimuste esitamine ning neile vastustena vormistatud õppetekstist saab juhiseid juuste hooldamiseks.

Rollimängu eesmärk on õpetada lapsi teenindusasutuses viisakalt käituma ja oma soove korrektselt ning täpselt väljendama.

Teema **KÄED JA JALAD PUHTAKS**

Eesmärk *Oskab hoolitseda oma küünte eest, oma soove õppesituatsioonis teenindajale väljendada.*

Vahendid *maniküürikomplekt*

Teemasse sissejuhatuseks on otstarbekas meenutada eelmisel tunnil õpitut. Juuste hoolduse kordamiseks sobib ülesanne „Lõpeta laused” (ülesanne 2).

Õppetekstis esitatakse käte ja küünte hooldamise põhitõed, selgitatakse maniküüri olemust. Õpilastel tuleb tekstist leida vajalikud tegevused ning need õigesti järjestada. Järjekorra õigsus on oluline koos üle kontrollida (ülesanne 2).

PEA MEELES rõhutab, et käte ja küünte eest peavad hoolitsema nii poisid kui ka tüdrukud.

Jalgade ja varbaküünte hooldusest rääkides on vaja nimetada ka pediküüri. Levinud on arvamus, et pediküür on pigem tüdrukutele. Kindlasti on vaja rõhutada, et ka poistel tuleb hoolitseda oma jalgade ja küünte eest.

Dekoratiivkosmeetika on 6. klassi tüdrukutele väga oluline teema. Soovitav on kutsuda kõnelema kosmeetik või, veel parem, küllastada koos õpilastega kosmeetikasalongi. Salongi küllastuseks on eraldi ülesanne 9. Tabelit saab kohandada selle järgi, kes kättesaadavas salongis töötavad.

Teema **KORDAMINE**

Eesmärk *Teab enda eest hoolitsemise vajalikkust ja põhimõtteid ning järgib neid oma võimaluste piires.*

Välimuse teema kordamisel tuleb rõhutada veelkord puhtuse ja puhaste riiete kandmise vajalikkust.

Rõivaste liikidesse jaotamise ülesande järel on soovitatav arutleda teemal, miks me peame enda välimuse eest hoolitsema ja kas on midagi, mille eest võime hoolitsemata jätta.

Rõhutada tuleb, et pesematus peletab kaaslased eemale, see-eest hoolitsetud inimesega on meeldiv suhelda.

UIMASTID

Tänapäeva maailmas ei suuda me uimastite levikut takistada, kuid meil on võimalus õpetada noori turvaliselt elama. Saame anda teadmisi uimastitest, nende mõjust organismile ning nende kasutamisega seotud ohtudest. Oluline on anda teadmisi sellest, kuidas käituda uimastitega seotud olukordades ning kujundada noortes eluterved hoiakud uimastitarbimise suhtes.

Tihti on õpilastel olemas eelteadmised, võib-olla mõnel ka kogemus uimastitarbimisest. Oluline on, et klassis oleks usalduslik ja laste teadmisi ja kogemusi aktsepteeriv õhkkond. Hirmutamisega me õpilasi ei aita. Samuti on tähtis, et õpetaja teadmised oleksid tõsiseltvõetavad ja korrektsed.

Õpetajat aitab teema käsitlemisel E. Põikliku ja H. Saati koostatud „Sotsiaalsete toimetulekuoskuste õpetus” – Õpetajaraamat I kooliastmele (1.–5. klassile lihtsustatud õppekava järgi), mis on kättesaadav internetist aadressil ift.ee/admin/upload/files/130190284481_Sotsiaalsete_toimetulekuoskuste_opetus_est.pdf.

6. klassis on õpilased vanuses, mil suhtlemine eakaaslastega intensiivistub ning suureneb oht sattuda erinevatesse, seejuures alati mitte parimatesse seltskondadesse. Tähtsustub oskus ahvatlustele vajadusel väärilt „ei” öelda. Just sotsiaalsetele oskustele tuleks uimastite käsitlemise teemal tähelepanu pöörata.

Teema UIMASTITEGA SEOTUD MÕISTED

Eesmärk *Mõistab uimastitarvitamisega kaasnevaid probleeme.*

Tegemist on delikaatse teemaga, kuid õpilasi tuleb julgustada rääkima kogemustest ja ergutada neid kaasa mõtlema, selgitades uimastitarvitamise ohtlikkust ja sõltuvuse kiire tekke võimalikkust.

PEA MEELES esitab uimastite lihtsustatud definitsiooni, mille analüüsil peaks rõhutama, et uimastite tarbimisega kaotab inimene kontrolli oma sõnade, tegude, käitumise ja enesetunde üle.

Õppeteksti lugemise käigus kujuneb teadmine uimastite olemusest ning tarbimisega kaasnevatest probleemidest. Probleemi üle arutledes on alati vaja arvestada kohalikke olusid ja tuua näiteid võimalikult konkreetsetest juhtumitest. Liiga üldistatud arutelu ei pruugi kerge intellektipuudega lastes kujundada piisavat ohutunnet.

Kindlasti on õpilased näinud alkoholi joobes inimesi. On kasulik juhtida tähelepanu joobnu ebaadekvaatsele käitumisele. Tõenäoliselt on tulemust arutelul, kes tahaks ise olla naeruväärselt käituv ja kõnelev isik, keda irvitades jälgitakse.

Teema ALKOHOLI MÕJU INIMESE ORGANISMILE

Eesmärk *Mõistab alkoholi mõju organismile ja käitumisele, on kujunenud tauniv suhtumine alkoholi tarbimisse.*

Sissejuhatuseks peab konkretiseerima ained, mis kuuluvad uimastite alla.

Õppetekstis kirjeldatakse purjus inimeste ebaadekvaatsest käitumisest. Kasulik on lasta joonida tekstis ebasobivat käitumist näitavad väljendid. Arutleda tuleb, kuidas joobnud inimene mõjub kaasinimestele, miks on purjus inimesed hirmutavad. Hirm tuleneb joobnud inimese ettearvamatust käitumisest ja on igati õigustatud.

Ülesande 4 sooritamise vajab eelteadmisi inimese seedeelunditest ja nende funktsioonidest. Õpilaste ülesanne on järjestada inimese juures alkoholi mõju etapid.

Täiendavat materjali saab internetiaadressilt www.alkoinfo.ee

Lisaülesanne annab õpilastele endale võimaluse uurida internetist teavet alkoholi mõjude kohta, kuid tekst internetis on keeruline ning seda tuleks koos õpetajaga analüüsida.

Ristsõnas lahendussõna puudub. Vastused esitatud küsimustele tuleb kirjutada ristsõna vormi ning need aitavad korrata, milliseid elundeid alkohol kehas kõige rohkem kahjustab.

												¹ A
												J
									² M	A	G	U
				³ N					A			
				O					K			
			⁴ J	O	O	B	E	S				
		⁵ S		R								
⁶ K	Õ	I	G	U	B							
		I		K								
		D										
	⁷ V	E	R	E								
		R										

Teema **TUBAKA MÕJU INIMESE ORGANISMILE**

Eesmärk *Teab tubaka mõju organismile ja käitumisele, on kujunenud tauniv suhtumine suitsetamisse.*

Sissejuhatuses sobib korrata alkoholi mõju organismile ja inimese käitumisele. Kui eelmise tunni lõpus jäi ristsõna lahendamata või kontrollimata, saab nüüd seda kordamiseks kasutada.

Õppetekstis selgitatakse, millised kahjulikud ained on sigarettides ning kuidas need organismi mürgitavad. Klassis tuleks analüüsida, miks inimesed suitsetavad, mis kasu nad sellest tegevusest saavad ja kas kasu on suurem kui kahju või vastupidi.

Praktiline töö aitab tähelepanelikumalt uurida, kuidas suitsetajad kahjustavad ka nendega ühes ruumis viibivaid inimesi, kes ise ei suitseta (passiivseid suitsetajaid).

Kõlama peaks jääma mõte, et suitsetamisel tegelikult puudub õigustus, suitsetaja ei riku mitte ainult enda, vaid ka kaaslaste tervist.

Teema **ENERGIAJOOGID**

Eesmärk *Teab energijookide mõju organismile ja käitumisele ning suudab kriitiliselt hinnata müüte nende kasulikkusest.*

Soovitav on alustada tundi skeemiga alkoholi ja tubaka mõjust organismile. Selleks võib kasutada joonist 14 ning lasta õpilastel kirjeldada, milliseid organeid kahjustavad uimastid enam ning millised on uimastite kasutamise tagajärjed.

Vestluse käigus saab välja uurida, mida õpilased energijookidest teavad ning mis nende arvates on energijooGIS head ja mida väidavad reklaamid.

Õppetekstis kirjeldatakse situatsiooni, kus noor soovib osta energijooki. Arutlema peab, millisel riiulil peaksid energijooGid poes olema ning kellele peaks olema energijookide ostmine lubatud.

Õpetaja peab tegema arutelust kokkuvõtte ning rõhutama, mille tõttu ikkagi on energijooGid kasvavale organismile kahjulikud ja miks neid siiski tarvitatakse.

Teema KORDAMINE**Eesmärk** *Teab uimastite mõju organismile ja käitumisele.*

Kordamistunnis tuleb vestluses võimalikult konkreetset kirjeldada kahjulikke aineid ning esitada graafiliselt nende mõju organitele. Soovitatav on koostada kogu materjali kohta kokkuvõttev skeem ja jõuda uimasti kasutamist tauniva suhtumiseni.

Tööraamatus on esitatud nuputamisesanne, mille lahendamiseks vajavad nõrgemad õpilased õpetaja abi.

Tööraamatus esitatud salakirja õiged lahendused on:

1. Uimastid mõjutavad inimese käitumist, MÕTLEMIST ja enesetunnet.
2. Enamik noori EI TARVITA uimasteid.
3. Hea SÕBER ei palu sul alkoholi tarbida.
4. Ka VÄIKENE kogus alkoholi rikub lapse mõtlemist ja käitumist.
5. Suitsetamine on SALAKAVAL vaenlane.
6. ENERGIAJOOK teeb noore inimese närviliseks.

III OSA

INIMENE JA KODU

Iga inimene vajab paika, kus ta ennast hästi ja turvaliselt tunneb. Hästi saab ennast tunda korras ja puhtas kodus. Koduga seonduv võimaldab kõigil õpilastel, ka kitsa silmaringiga õpilastel kaasa rääkida, tuues näiteid oma elust. Kuna kodud ja kodukultuur on erinevad, siis ei pea neid võrdlema ja kritiseerima. Arusaamine tuleb luua sellest, et igasugune kodu on ilus, kui see on puhas ja korras.

6. klassis tuleb kujundada arusaamine, et oma tuba või nurgake kodus on vaja endal korras hoida. Tuleb juhendada märkama korralagedust ning kujundada oskusi korraloomiseks.

Teema **MINU KODU**

Eesmärk *Kirjeldab oma kodu ja koduümbrust, oskab juhatada teed.*

Kodu ja koduga seonduv annab õpilastele võimaluse jagada oma kogemusi, aruteludes on soovitatav tuua konkreetseid näiteid.

Teemasse sissejuhatavas õppetekstis näidatakse ühte võimalust, kuidas juhatada teed. Tunnis tuleb juhendada konkreetsetest oludest. Rõhutada tuleb olulisi märke, mille järgi juhendatav tee leiab. Tee juhatamist tuleb õpilastega kindlasti harjutada. Nii saab lasta juhatada teed näiteks bussipeatusest koolini, raamatukogust koduni jne. Õpetajal on otstarbekas teha konkreetse koha plaan, mida tee juhatamiseks näitliku materjalina kasutada. Ülejäänud õpilased peavad kuulama ja otsustama, kas sellise juhatamise järgi on võimalik teed leida.

Oma unistuste kodu joonistamine laseb õpilastel väljendada soove muutuste osas ja annab tööd fantaasiale.

Teema **KODU KORDA!**

Eesmärk *Teadvustab eneseteenindamise vajalikkust.*

Teemasse sissejuhatuseks on otstarbekas vestelda õpilastega sellest, missuguses kodus on hea olla. Korras ja puhas kodu loob turvalise tunde, segamini ja korratu kodu annab teada sealolijate hoolimatusest enda suhtes.

Õppetekstis on toodud kahe erinevate harjumustega inimeste kodu kirjeldus. Õpilastel on võimalus samastuda ühega neist ning põhjendada, miks tema kodu on tegelase kodu sarnane.

Järgnevalt tuleb kirja panna klassi korrapidaja ülesanded. Erinevates koolides on need erinevad, kuid tõenäoliselt sisaldavad need oma toa koristamisega sarnaseid tegevusi. Harjumus enda järelt igapäevaselt koristada kujuneb pikkamööda – on hea, kui kool toetab harjumuse kujunemist.

Teema MEIL ON TÄNA SUURPUHASTUS

Eesmärk Koostab õpetaja juhendamisel kodu korrashoiuga seotud tegevuste plaani (tööde järjekord, vahendid, tööjaotus).

Vahendid puhastusvahendid

Klassi suurpuhastus toimub iga veerandi lõpus ja see annab õpilastele arusaama, et mingi ajalõigu järel vajab ruum, ka kodune eluruum, suuremat puhastamist. Puhtaksküüritud ruumides on hea alustada uut eluperioodi. Nii võiks kodus suurpuhastusega tähistada uue aastaaja saabumist.

Teemasse sissejuhatavas õppetekstis näidatakse olulised tööd suurpuhastusel. Tööd tuleb tekstis joonida, nii on lihtsam hiljem ülesandeid täita ja suurpuhastuse üle arutleda.

Puhastusvahendite uurimisel tuleb vaadata, kas need on mingi konkreetse pinna jaoks valmistatud või üldpuhastusvahendid. Oluline on uurida hooldamiseks optimaalset kogust ning vähetähtis pole ka vahendi hind. Jälle kord tuleb õpetajal hankida puhastusvahendid, kergem on kasutada koolis kasutatavaid. Alati pole otstarbekas kõiki puhastusvahendeid kooli kohale tuua, vaid ära kasutada reklaamflaierid, nt Bauhof, K-RAUTA jm.

Kindlasti peab tähelepanu juhtima hooldusvahendi kasutamise ohutusele.

Teema KODUKEEMIA KASUTAMINE

Eesmärk Teab kodukeemia pakenditel olevate piktogrammide tähendusi, kodukeemia väärkasutuse tagajärgi ja nende ennetamise võimalusi.

Vahendid kodukeemia pakendid

Teema on jätkuks eelmises tunnis käsitletule. Meelde peab tuletama, milliseid puhastusvahendeid suurpuhastuseks vajati, milliseid pindu nendega puhastada sai.

Tuleb kujundada hoiakut hakkama saada võimalikult väheste vahenditega.

Kodukeemia ohtlikel vahenditel olevad hoiatavad märgid on toodud tabe-

lis. Piktogramme tuleb tutvustada. Pärast piktogrammide läbiuurimist on vaja leida piktogrammide kodukeemia pakenditel, tuvastada nende tähendus ning puhastusvahendi kasutamise kord ja vajalikkus.

Kõlama peaks jääma mõte, et kodu saab puhastada ka võimalikult vähe keemilisi vahendeid kasutades.

Teema **MEILE TULEVAD KÜLALISED**

Eesmärk *Teab ettevalmistusi, mis on vajalikud külaliste vastuvõtmiseks ja külla minekuks ning oskab võõrsil käituda.*

Kindlasti on igal koolil mõni külalistega seotud traditsiooniline sündmus. Sissejuhatajateks saab vestelda, kuidas on koolis kombeks külalisi vastu võtta.

Õppetekstis on toodud üks võimalus, kuidas teatada küllatuleku soovist ning valmistuda külaliste vastuvõtuks.

Arutleda tuleb, miks tuleb küllatuleku soovist teatada ning millised võivad olla mitteteatamise tagajärjed. Näiteid saab tuua elust enesest.

Rollimängu eesmärk on harjutada külla kutsumist ja külla minna soovimist. Küllamineku soovi teatamisel on võimalus sooviga nõustuda või mitte nõustuda. Küllakutsutav võib külla minna soovida või mitte soovida. Paarid peavad kõik võimalikud variandid läbi proovima. Klassi ees saavad soovijad läbi mängida näiteks loositud variandi.

Järgnevalt peab läbi arutama, kuidas käituvad ja mida teevad pereliikmed külaliste saabumise eel. See oleneb konkreetse kodu kodukultuurist.

Seejärel on toodud erinevad tegevused, mida külaliste saabumisel ja külalistega koos olles teha sobib. Hea on kõik pakutud variandid läbi arutada ning selgitada, miks on mõned pakutud variantidest ebasobivad.

Külla minnes võetakse kaasa külakost. Arutleda tuleb, miks ei sobi külakostiks nt elus loom.

Rõhutada tuleb, et koos on tore olla siis, kui tehakse seda, mis kõiki huvitab.

Teema LÄHME KÜLLA

Eesmärk Koostab kirjaliku küllakutse.

Vahendid joonistuspaber

Teemat sissejuhatav õppetekst sisaldab kirjalikku sünnipäevakutset. Arutleda saab selle üle, kuhu on õpilasi kutsutud ja kuhu nad ise on kedagi kutsunud. Kasuks tuleb lisateave, millised on veel üritused, kuhu võib külalisi kutsetega kutsuda.

Järgnevad soovitusel kutse koostamiseks. Rõhutada tuleb korraliku käekirja vajalikkust ning kirjavigade puudumist – muidu ei pruugi kutsutav kutsest arugi saada.

Ülesandes 4 tuleb õpetajal anda korraldus leida mingi teave. Arutleda saab, mis teeb teabe leidmise raskeks.

Posti teel kutse saatmiseks on vaja teada aadressi. Seejuures on nüüd hea võimalus üle küsida ja meelde tuletada igapäevase kodune aadress koos sihtnumbriga.

Teema MINU RIIGI JA KODUKANDI TUNTUD INIMESED

Teema Nimetab kodukoha tuntud inimesi nende tegevusalast lähtuvalt.

Ühiskonnas tuntuse saavutamiseks ei pea tänapäeval just palju tegema. Ometi oleks vajalik teadvustada, et austus ja armastus kaasneb heade, ühiskonnale vajalike tegudega. Kuna kerge intellektipuudega õpilaste silmaring on piiratud, teavad noored tuntud inimesi vähe. Õpetajal on võimalus tutvustada inimesi, kes on oma riigi ja kodukandi heaks midagi olulist ära teinud. Seda teemat on kõige sobivam käsitleda Eesti Vabariigi aastapäeva paiku.

On tõenäoline, et 6. klassis on kerge intellektipuudega lastel vanasõnade tähenduse mõistmine ebatäpne ja juhuslik ning seetõttu tuleb nende tähendust põhjalikult selgitada. Töö ja tegudega seotud vanasõnade koostamise

hõlbustamiseks on esimene sõna tähistatud suure tähega. Kindlasti tuleb vanasõnade tähenduse selgitamisel olla võimalikult konkreetne ja leida vanasõna juurde seda illustreerivaid näiteid.

Igas linnas ja vallas on aukodanikke, kes oma tegudega tuntuks saanud. Õpetajal tuleb eelnevalt materjal läbi töötada (ülesanne 4), et oleks võimalik neid inimesi õpilastele tutvustada.

Teema lõpetuseks võib lasta õpilastel ette valmistada lühiuurimus oma lemmikpersoonist. Valiku saab jätta õpilaste enda teha. Uurida saab, kust tuntud inimene pärit on, millega ta on kõige rohkem silma paistnud, mida ta ise oma saavutustest arvab.

Esinemisoscuse kujunemise eesmärgil on otstarbekas lasta õpilastel ette kanda oma lühiuurimused lemmikpersoonidest. Kui valitud sai laulja, on hea kuulata tema laule. Näitleja ja sportlase puhul on võimalik internetist välja otsida mõni video.

Eesmärk **KORDAMINE**

Teema *Oskab abiga koostada kodu koristamise plaani, teab kodukeemia ohutu kasutamise reegleid.*

Tööraamatus on kordamise osas esitatud ülesandeid vaid kodu korrastamise teemal. Kodu korrashoiu kordamiseks on vaja tööd järjekorda panna ning lisada töö tegemiseks vajalikud vahendid.

Kodukeemia kasutamise kordamiseks on esitatud mõned pakenditel olevad piktogrammide. Meelde peab tuletama ohutu kodukeemia kasutamise reeglid.

Lisaks kodu korrastamise teemale on otstarbekas meenutada ka külaliste kutsumise ja külas käitumise põhimõtteid, milleks õpetaja peaks ise ülesandeid koostama, arvestades konkreetse klassi õpilasi.

INIMENE JA TEAVE

Läbi aegade on inimesed teavet vahetanud. Võrreldes eelnenud aegadega on tänapäeval infot hankida väga lihtne. Interneti vahendusel on võimalik lugeda ajalehtede online-väljaandeid, kuulata raadiot ja vaadata telesaateid. Veebiinfo plussideks on kiirus, kättesaadavus, mugavus ja kiirus, aga puuduseks loetakse info ülisuurt hulka (infomüra), millel pole sageli ei kvaliteeti ega usaldusvärsust.

Omavahelises suhtlemises kasutavad inimesed järjest vähem postiga saadetavaid kirju paberil. Selle on asendanud elektronpost ja mobiiltelefon. Siiski on hea võtta kätte raamat ja tore on saada paberile kirjutatud kiri või kaart, mis on mõeldud just sulle.

6. klassis on kerge intellektipuudega lastele vaja tutvustada informatsiooni saamise võimalusi ja kujundada teabe vahetamise vahendite oskuslikku kasutamist.

Teema TEAVE**Eesmärk** *Teab erinevaid teabe vahetamise võimalusi.*

Uus teema algab teabekaardi täitmisega. Enne teabekaarti täitma asumist tuleb arutleda õpilastega, mis on teave (info) ja mille kaudu teave meieni jõuab. Ülesannet aitab selgemaks muuta vajaliku teabe konkretiseerimine (mis infot vajan, kust seda saan).

Õppetekstis on toodud võimalus, kuidas olulist teavet üles märkida nii, et midagi ei ununeks. Õpilased saavad uurida, milliseid teabe vahetamise võimalusi võib kasutada. Üheks võimaluseks on päevik-märkmiku sisseseadmine.

Teema INTERNET**Eesmärk** *Teab interneti kasutamisega kaasneda võivaid ohte.*

Õppetekstis antakse teada, mis on internet. Järgnevad mõisted, mis selgitavad erinevaid interneti kasutusalasid. Õpetajal tuleb hoolitseda selle eest, et ta ei eksiks terminite kasutamisel.

Kasulikku materjali saab õpetaja tunni paremaks läbiviimiseks interneti-aadressilt www.targaltinternetis.ee.

Teema KUIDAS INTERNETIST INFOT LEIDA**Eesmärk** *Oskab kasutada otsingumootorit.*

Hea oleks selle teema käsitlemiseks kasutada kooli arvutiklassi ja anda õpilastele arvutikasutamise praktilist kogemust.

Otsingumootori abil saab otsida erinevat teavet. Igas klassis on kindlasti õpilasi, kes saavad info otsimisega väga hästi hakkama. Oluline on, et väiksemate oskustega õpilased saaksid oskusi ning kindlust internetis tegutsemiseks.

Teemakohaseid ülesandeid tuleb diferentseerida vastavalt õpilaste eelnevatele oskustele. Klassis tuleb tekitada erinevaid probleemsituatsioone, mille lahendamiseks on vaja otsid sobivat teavet: kinokava, telekava, uurida Google'i kaartidelt kooli asukohta jms.

Teema **AJAKIRJANDUS**

Eesmärk *Teab erinevaid ajakirjandusväljaandeid, oskab neist olulist teavet leida.*

Vahendid *ajalehed, ajakirjad*

Päevakajaliste sündmuste kohta info kogumine, kontrollimine ja esitamine toimub valdavalt küsimus-vastus-vormis. Saadud teavet kajastab ajakirjandus. Nimetatud mõistete avamiseks on otstarbekas asja täpsustada, näidates õpilastele üleriigilisi ja kohalikke ajalehti ning lähemalt tutvustada mõnda päevakajalist artiklit, selle autorit.

Soovitav on kasutada paaristööd, mille käigus tuleb õpilastel välja selgitada, milliseid ajalehti ja ajakirju kaaslane on näinud, ise lugenud ning mida ta üldse ajakirjandusest teab.

Õpetaja peaks selgitama, et ajakirjandus on ka internetis olevad meediaväljaanded, päevakajalised saated raadios ja televisioonis. Kindlasti peaks tutvustama ERR-i aadressil www.etv.err.ee.

Paber kandjal ajalehti uurides tuleb õpilaste tähelepanu juhtida erinevatele uudistele, rubriikidele. Seda eesmärki toetab ülesanne 4. Analoogse ülesande täitmiseks on vaja ühte värsket päevalehte, mis sisaldab nimetatud valdkondi.

Üks oluline rubriik ajalehtedes on kuulutused. Uurida tuleb: mida kuulutatakse, kus, mis ja millal toimub jne. Kokkuvõtteks tuleb ühiselt koostada kuulutuses oleva kohustusliku teabe nimistu.

Tunni lõpetuseks võib anda õpilastele rühmatööna koostada ühe vabalt valitud ürituse kuulutus. Kuulutus võiks kajastada mõnda päevakajalist üritust koolis või klassis ja näidisenähteks soovitada ülesandes 5 esitatud üleskutset osalema talgupäeval.

Teema SÕIDUPLAANID

Eesmärk *Oskab kasutada kodukoha ühistranspordi sõiduplaane.*

Teema on jätkuks eelmises tunnis räägitule. Üles tuleb otsida eelmise tunni materjalidest kuulutus ning see üle lugeda. Õpetaja peaks juhtima tähelepanu kuulutuses olevale lausele, et bussid sõidavad sõiduplaani järgi, ning juhendama teabe otsimist sõiduplaanist. Orienteerumist plaanis aitab kujundada ülesanne 2. Sõiduplaanide uurimisel tuleb alustada tabeli peade uurimisest, seejärel otsustada, mis kell on võimalik sõita.

Järgnevalt on vaja õpetada, kuidas leida sõiduaegu aadressilt www.tpilet.ee.

See aadress erineb tööraamatus antust ja võib aja jooksul veelgi muutuda, seetõttu peab õpetaja olema muutustega pidevalt kursis ja andma lastele hetkel kehtiva sõiduplaaniga aadressi. Kohaliku transpordi kohta saab informatsiooni kohaliku omavalitsuse kodulehelt.

Teema TELEFON

Eesmärk *Mõistab telefoni otstarbeka kasutamise vajalikkust.*

Telefoni teema algab aruteluga, milleks telefoni saab kasutada. Rõhutada tuleb, et telefoni kasutatakse peamiselt teabevahetuse eesmärgil, kuid telefonide tootjad uuendavad järjest telefonide mudeleid, lisades sinna ka teisi funktsioone.

Õppetekst kirjeldab telefoni ebaotstarbeka kasutamise tagajärgi. Järgnevad otstarbeka telefonikasutuse juhised. Teema käsitlemise käigus tuleb kujundada hoiak, et telefon ei ole mõttetut lobisemise, vaid teabevahetamise vahend.

Arutleda tuleb isikuandmete, sealhulgas telefoninumbri avalikustamisega seotud ohtude üle. Oluliste inimeste telefoninumbrid on aga otstarbekas (päevikusse) ülesse märkida. Samuti tuleb kinnistada hädaabi numbriga kasutusoskust.

Lõpetuseks võiksid õpilased koostada endale telefoniraamatu. Kui õpilased ei taha oma lähedaste numbreid tööraamatusse kirjutada, ei saa seda kohustada. Küll aga tuleb rõhutada, et numbrid peavad olema üheselt mõistetavalt välja kirjutatud. Mobiiltelefon on vaid asi, mille aku võib vajalikul hetkel tühi olla, mis võib katki minna või hoopis ära kaduda.

Teema **KORDAMINE**

Eesmärk *Teab, et isikuandmeid ei tohi võõrastele avaldada.*

Kõige olulisem sõnum inimese ja teabe teema juures on turvalisus. Kordamistunni läbiviimiseks on tööraamatus ülesanded, mis võimaldavad veelkord arutleda turvalise internetikasutuse, oma isikuandmete ja telefoninumbri võõrastele avaldamise ohtude üle.

Kordamistunnis on sobiv uurida erinevate ühistranspordivahendite sõiduplaane ja kinnistada nende kasutamisoskust.

Telefoni otstarbeka kasutamise ning internetis turvaliselt toimetamise oskuse kinnistamiseks saab abi internetiaadressilt www.targaltinternetis.ee.

INIMENE JA TÖÖ

Suure osa oma elust veedab inimene tööl. Töötamine annab inimesele tunde, et ta on vajalik. Töö ei eksisteeri muust elust eraldi, vaid on eluga tihedalt seotud. Töö annab elamiseks sissetuleku, töökaaslased ja tunnustuse.

III kooliastmes tuleb alustada ettevalmistusi sobivaks kutsevalikuks ja edasiõppimise võimaluste tutvustamiseks.

Teema ELUKUTSED

Eesmärk Teab erinevate elukutsetega inimeste töö olemust.

Õpetaja ülesandeks on eristada mõistete *elukutse* ja *amet* tähendused: elukutse omandatakse koolis, amet näitab, kellena inimene töötab ja mis tegevuse eest saadakse palka. Need kaks mõistet võivad, kuid ei pruugi kattuda. Inimene võib õppida erinevaid elukutseid ja pidada erinevaid ameteid.

Arutleda saab selle üle, mis juhtub siis, kui inimestel tööd ei ole või nad oma tööd ei tee.

Ülesandes 6 nimetatakse palju erinevaid elukutseid ja ameteid. Et laiendada õpilaste teadmisi, tuleb õpetaja suunamisel (ülesanne 7) arutleda selle üle, mida nimetatud elukutsete/ametite esindajad teevad, ja lisada loetellu neid, mida pole nimetatud.

Ülesanne 9 on sissejuhatuseks peatselt algavale elukutsevaliku teemale. Kuigi 6. klassis õpilased veel oma plaane kindlalt ei tea, on aeg tulevikule mõtlema hakata.

Teema ETTEVÕTTED KODUKOHAS

Eesmärk Teab kodukoha ettevõtete põhilisi valdkondi.

Vahendid kodukoha kaardid

Tund nõuab õpetajalt tõsist ettevalmistust: on vaja hankida igale õpilasele kodukoha kaart ning päevakohast teavet erinevate ettevõtete, nende tegevuse valdkondade ja toodangu kohta.

Tunni alguses on soovitatav märkida kõik tähtsamad asutused kaardile, alustades lastele kõige lähedasemast – kool, kodu ja seejärel olulised ettevõtted/asutused. Arutleda tuleb, millega inimesed neis ettevõtetes/asutustes tegelevad ja mis juhtub, kui neid asutusi/ ettevõtteid poleks.

Kutsevaliku seisukohalt on hea rääkida, millise elukutse ja ametiga inimesed ettevõtetes töötavad ning kus neid elukutseid õppida saab. Otstarbekas on mõnda ettevõtet külastada.

TURVALISUS

Turvalisus on olukord, kus halvad sündmused (ohud) on võimatud, st nad ei saa juhtuda. Tegelik elu on paraku teistsugune. Kuna täiskasvanud ei saa olla kogu aeg laste kõrval, tuleb lastele õpetada põhitõdesid turvalisusest, et nad oskaksid vastu võtta otsuseid ja erinevates olukordades õigesti käituda.

Mida tõsisemalt te erinevad ohuolukorrad läbi arutate ja nendes tegutsemist harjutate, seda suurem on võimalus, et ohuolukorda sattudes oskab laps tegutseda.

Teema TULEKAHJU TEKIMISE PÕHJUSED

Eesmärk Teab ja järgib peamisi tuleohutusnõudeid.

Koolis viiakse läbi päästeõppusi. Teemaga on otstarbekas tegeleda enne evakuatsiooniõppuse läbiviimist. Evakuatsioonitee ja -käitumise meelde tuleamine tulekahju korral on korduv, pidev töö. Hea oleks läbi viia ka praktiline tulekustutusõppus.

Koolielu leheküljel www.koolielu.edu.ee/112/112/54.htm on loetletud päästevahendid ja kirjeldatud nende kasutamist.

Õpetajale on veel abiks tuleohutuse õppeveeb www.kustuti.ee ja päästetee-nistuse koduleht www.rescue.ee.

Teema sissejuhatuseks peab tooma näiteid elust ja andma õpilastele võimaluse rääkida kogemustest.

Tabelina (ülesanne 2) on välja toodud tulekahju tekkimise põhilised põhjused ning õnnetuse korral tegutsemise juhised. Esitatud juhised ja lahtise tule tegemise reeglid (ülesanne 3) tuleb läbi arutada nii, et õpilased nende tingimusteta järgimise vajadust mõistaksid ning nende järgi toimiksid.

Teema TEGUTSEMINE TULEKAHJU KORRAL

Eesmärk Demonstreerib õpituatsioonis esmaste tulekustutusvahendite kasutamist.

Teema on jätkuks eelnevale. Sissejuhatuseks on hea üle korrata nii tegutsemine tulekahju tekkimisel kui ka lahtise tule tegemise reeglid. Otstarbekas on tuua näiteks võimalikult ilmekaid elulisi juhtumisi, mis emotsionaalselt probleemi paremini selgitavad ja meelde jäävad.

Eestis kehtiva Päästeseaduse järgi on igal inimesel õigus alustada päästetööde läbiviimist. Kindel käitumisprintsip on: ära oma elu ohtu sea!

Kindlasti tuleb korduvalt rõhutada, et tuleb jääda rahulikuks. Paanika ei aita kedagi, ajab vaid teisi ärevusse ja raskendab mõistlike otsuste vastuvõtmist.

Evakuatsioonimärkide uurimisel peab läbi arutama, kus sellised on koolimajas ning tuletama meelde klassist evakueerimise tee. Kuna tulekahju tek-

kimise korral ei pruugi õpilane olla oma koduklassis, siis tuleb kogu koolimaja läbi käia ja uurida erinevaid evakuatsiooniteid.

Teema lõpetuseks on soovitatav erinevate tulekustutusvahenditega päriselt tule kustutamist harjutada.

Teema OHUTU UJUMINE

Eesmärk *Teab ja järgib enamasti peamisi ohutu ujumise nõudeid ning käitumisstrateegiaid vastavate õnnetusjuhtumite korral.*

Teemaga on otstarbekas tegeleda enne, kui ilmad soojaks lähevad ning algab ujumishooaeg.

Teemat saab siduda varemõpitud teabe otsimise teemaga lk 33. Ujumiskohades peab olema teave ohutu ujumise kohta, samuti saab infot otsida internetist Päästeameti leheküljelt aadressil www.rescue.ee/turvalisus-vees.

Tabelina on ära toodud ohutu ujumise juhised ning põhjendused. Noored arvavad sageli, et ei vaja neid juhiseid, kuid klassis on soovitatav korraldada arutelu konkreetsetele elulistele näidetele toetudes. Soovitatav on meenutada samalaadset stseeni filmist „Kevade”, mida on näinud enamik lapsi.

Õpetaja ülesandeks on rõhutada vajadust hinnata adekvaatselt oma jõudu ja oskusi uppuja päästmisel ning tegutseda, kuidas olukord nõuab. Siingi on esmane nõue: ära sea ennast ohtu!

Teema OHUTU PAADISÕIT

Eesmärk *Teab ja järgib peamisi veeohutusnõudeid ning käitumisstrateegiaid vastavate õnnetusjuhtumite korral.*

Teema on jätkuks eelnevale. Sissejuhatuseks on otstarbekas rääkida juhtumitest elus, kasutades ka informatsiooni ajakirjandusest. Hea on, kui õpetajal ja õpilastel on ühiseid kogemusi paadisõidust ning sellele eelnevast instruerimisest ja päästevahendite tutvustamisest.

Tabelina on esitatud ohutu paadisõidu juhised ning põhjendused. Need tuleb koos läbi arutada, meenutada juhtumeid elus.

Õpetajale on abiks veeohutuse õppeveeb www.kustuti.ee/paasterongas.

Teema lõpetuseks on klassil soovitatav valmistada ohutu ujumise ja ohutu paadisõidu plakat.

Eriti tähtsustub plakati tegemine juhul, kui plaanitakse minna laagrisse, matkale vm.

Teema **KORDAMINE**

Eesmärk *Teab ohutupeatamisi tule- ja veeohutuse nõudeid.*

Vahendid *telk, seljakott koos varustusega, vajalik materjal lõkkeaseme tegemiseks*

Turvalisuse teema kokkuvõtteks on toodud kahest osast koosnev test. Enne testi täitmist peab üle kordama tuleohutuse ja veeohutuse nõuded ja käitumisstrateegia õnnetusjuhtumite korral.

Teoreetiline osa kordab teabe ja turvalisusega seotut.

Praktiline osa aitab luua peatselt saabuva suve meeleolu ning annab võimaluse harjutada telgi püstitamist, seljakoti pakkimist ning tule tegemist.

INIMESEÕPETUSE TÖÖRAAMAT 7. KLASSILE

Rõõm taas kohtuda!

Teema **SISSEJUHATAV TUND****Eesmärk** *Teadvustab muutusi oma kaaslaste juures, kirjeldab neid.***Vahendid** *sedelid tähtedega, millest moodustub sõnapaar, nt PÄIKESELINE SUVI*

Tööraamatu juhatavad sisse Saarde kooli 6. klassi ja 7. klassi pildid. Arute-lu käigus tuleb püüda 7. klassi pildilt tuvastada õpilased ja kirjutada pildile kõikide nimed. Lisandunud on ka õpetaja. Tõenäoliselt pole võimalik kõiki õpilasi kindlalt määratleda. Rõhutada tuleb, et noorukid muutuvadki aastaga väga palju. Selle tõestamiseks oleks soovitatav vaadelda ka oma klassist varasematel aastatel tehtud fotosid ning leida iga õpilase konkreetsed muutused: kasv, juuste pikkus, riietus, mõned detailid jms.

Igal õpilasel on otstarbekas kirjeldada ühte loositud kaaslast. Võib teha ka nii, et kirjeldaja ei ütle, kellest ta räägib, kuulajad aga peavad kirjelduse järgi ära arvama, kellest on jutt.

Õppetekstis kirjeldatakse erinevaid tegemisi, mida saavad lapsed hiljem suve meenutades oma tegemistega võrrelda. Ühendamisülesande täitmiseks on kohustuslik tekst uuesti läbi lugeda, Saarde kooli õpilaste suviseid tegevusi tähistavad väljendid joonida ja seejärel täita ülesanne 3.

Paaristöö eesmärk on kaaslase ärakuulamise ja tema jutust olulise eristamise oskuse arendamine. Paaristöö lõpus peavad õpilased kaaslase jutust olulise-ma klassile ette kandma.

Tunni lõpetuseks loosib õpetaja õpilaste seas välja tähed (ülesanne 6), et hil-jem kokku saada sõnapaar. Näiteks „päikeseline suvi” või selline sõnapaar, milles on sama palju tähti kui õpilasi klassis. Õpilased peavad mõtlema loo-situd tähega algava lause oma suve kohta.

Õpetaja nimetab järjest tähti ja õpilased ütlevad oma lause, mille õpetaja üksteise alla tahvlile kirjutab. Õpilased saavad lisaks ülevaatele, mille klassi-kaaslased tegid, ülevalt alla kokku lugeda sõnapaari.

MINA ISE

6. klassi inimeseõpetuse oodatavaks tulemuseks on see, et õpilane teadvustab iseennast isiksusena, mõistes oma tugevusi ja nõrkusi ning suhtub tolerantselt inimeste erinevustesse.

Saavutatud tulemustele toetub töö 7. klassis, kus õpetus toimub kontsentrilisuse põhimõttel. Süvendatult käsitletakse enesehinnangut ja selle kujunemist.

Teema **MINA-PILT**

Eesmärk *Hindab ja võrdleb oma mina-pilti kaaslaste hinnangutega.*

Sissejuhatuseks tuleb meenutada 6. klassis õpitust, mis on mina-pilt. Kui õpilastele ei meenu, saab www.hev.edu.ee lehelt avada 6. klassi tööraamatu, ning mina-pildi selgitus üle vaadata.

Õppetekstis on ära toodud kaks täiesti vastandlikku arusaama sünnipäeva tähistamisest. Arutleda tuleb tekstis olnud ütlemise *Näed kõike ikka enda mätta otsast vaadatuna!* üle. Et asi lastele selgemaks saaks, võib arutelu käigus tuua näiteid elust, analüüsida klassi õpilaste eriarvamusi. Õpetajal tuleb arutelust kokkuvõtte teha: me arvame asjadest erinevalt, ühise otsuseni viib arutelu.

Õppetekstis (ülesanne 3) on toodud mina-pildi selgitus.

Ideekaart (ülesanne 4) annab kava, mille järgi ennast kirjeldada. Hea on, kui õpilased kirjeldavad oma positiivseid omadusi ja tegemisi. Ideekaartide vahetamise mõte on selles, et selguksid ka kaaslaste hinnangud.

Täidetud ja täiendatud ideekaardid loeb õpetaja klassis ette. Õpilased saavad ära arvata, keda ideekaart iseloomustab. Ilmselt tunnevad õpilased ideekaartide koostajad ära. Kui õpilased ära arvata ei oska, saab selgeks see, et me ise arvame endast hoopis muud, kui teised meis näevad.

Kõlama peaks jääma mõte, et me oleme erinevad ja näeme maailma erinevalt ning see ongi hea.

Teema **MINA OLEN ERILINE**

Eesmärk *Mõistab ning hindab plaanile toetudes oma huvisid ja toimetulekut koolis (õnnestumised, raskused jms).*

Sissejuhatuseks teemasse tuleb üle vaadata eelmisel tunnil täidetud ideekaardid.

Seejärel saab edasi minna aruteluga, miks on hea, et inimesed on erinevad. Õppetekstis on esile toodud, mille poolest me erineme.

Ülesandes 3 tuleb õpilastel leida oma tugevad ja nõrgad küljed. Abiks saab võtta eelmisel tunnil täidetud ideekaardi. Ülesande lõpus on valikuna esi-

tatud omadusi, mille seast lapsed saavad valida enda kohta käivaid. Hea on, kui ka ebakindlad ja tagasihoidlikud õpilased leiavad endale positiivsed omadused, mille abil enesekindlust juurde saada. Siis on lihtsam täita ülesannet 4.

Ülesande 5 mõte on anda õpilastele teadmine, et ennast saab muuta, kui vaid väga tahta. On oluline rõhutada, et muuta saame me ennast ainult ise ja ainult siis, kui me tõesti tahame.

Tuleviku üle unistamine on murdeaalistel üsna tavaline tegevus. 7. klassi õpilased kipuvad kirja panema vaid ameti, mida ta tulevikus oletatavasti pidama hakkab. Õpetaja peab tähelepanu juhtima sellele, et peale ameti on meil veel tervis, välimus, huvid, oskused jms, mille üle samuti on võimalik unistada.

Rõhutama peab mõtet, et ennast arendades tunneb inimene end kindlamalt.

Teema **ISELOOMUJONED**

Eesmärk *Kirjeldab ja hindab erinevaid iseloomujooni, erinevat käitumist.*

Sissejuhatuses saab arutleda, keda klassi õpilastest mingi omadussõnaga saab iseloomustada. Jälle saab kasutada eelnevalt täidetud ideekaarti.

Õppetekstis selgitatakse, mida mõistetakse iseloomujoonte all.

Järgnev väike test annab võimaluse määrata, kas testi täitja on aktiivne tegutsuja või vaikse mõtiskleja tüüpi. Test on küll väga pinnapealne, aga ometi saab õpilastega rääkida sellest, et ükski test ei too välja kõike, mis inimeses on.

Ülesandes 4 on esile toodud iseloomujooned, mis muudavad inimese meeldivaks paljudele. Arutleda saab selle üle, milliseid jooni hindavad õpilased oma sõprades, vanemates, õpetajas.

Ülesandes 6 kirjeldatakse kahe iseloomult väga erineva tüdruku võimalusi koostööks. Arutelus tuleb nimetada tüdrukute erinevused tegutsemises, käitumises ning suhtlemises ja tähelepanu juhtida koos tegutsemise tahte ja vajalikkusele.

Rõhutada tuleb, et oluline pole iseloom, vaid see, kuidas me kaaslastega käitume.

Teema KAS TEISTEST VÕIB ERINEDA?**Eesmärk** *Märkab ja väärtustab inimestevahelisi erinevusi, on salliv erinevuste suhtes.*

Tööraamatus käsitletakse erinevuse teemat Oscar Pistoriuse (amputeeritud jalgadega Lõuna-Aafrika Vabariigi jooksja, mitmekordne paraolümpiamängude võitja) reaalse elu näitel. Tema elu on võtnud pärast siinse tööraamatu valmimist jahmatava pöörde. Siiski otsustasid autorid Pistoriusega toodud näite tööraamatusse alles jätta. Õpetaja otsustada on, kas tegeleda selle teemaga süvitsi, pinnapealselt või see hoopis vahele jätta. Tekst ja ülesanded ei keskendu sportlase isiklikule elule, vaid tema nendele isiksuseomadustele, mis viisid ta olümpiamängudele ning võimaldasid saavutada invasportlase kohta uskumatuid tulemusi.

Sissejuhatava teksti järel on intrigeerivad küsimused inimese kohta, kellest õpilased ilmselt midagi ei tea. Pärast paaristööd ja arutlemist küsimuste järgi saab rääkida eelarvamustest teiste inimeste kohta. Sageli me ei tea tõde, aga arvame.

3. ülesande täitmisel anda korraldus iseseisvaks tööks: lugeda väide ja otsustada selle õigsuse üle. Paljud õpilased kipuvad täitma kogu tabelit. Õpetajal tuleb selgitada, et tabeli kahte viimast lahtrit ei saagi täita enne teksti lugemist.

Ülesande 5 täitmiseks tuleks esmalt välja selgitada laste eelteadmised invasportlastest ja paraolümpiast, selgitust peaksid toetama pildid ja konkreetsed lood sportlastest. Arutleda tuleb, mille poolest invasportlastel on kergem või raskem võistelda, mida neil tuleb teha, et edu saavutada.

Pärast teksti lugemist tuleb lõpuni täita tabel ülesandes 3. Ja teabeteksti funktsionaalse lugemise eesmärgil tuleb lasta leida tekstist eave, mida varem õpilane kas pole üldse teadnud või on oma teadmist valesti hinnanud.

Kõlama peaks jääma mõte, et ükski erinevus ei tee meid paremaks ega halvemaks.

Teema **ENESEHINNANG**

Eesmärk *Mõistab enesehinnangu mõju inimese mõtlemisele ja käitumisele.*

Enne õppeteksti lugemist tuleks õpilastega eelmisel aastal õpitust meelde tuletada, mis on enesehinnang ning kuidas käitub ja mõtleb inimene kõrge või madala enesehinnangu korral. Kui õpilastele ei meenu, saab www.hev.edu.ee lehelt avada 6. klassi tööraamatu ning enesehinnangu selgitus koos üle vaadata.

Õppetekstis on kirjeldatud kõrge ja madala enesehinnanguga inimese käitumist ühes ja samas situatsioonis. Hea on kahe erineva tüdruku mõtteid, tundeid ja käitumist väljendavad sõnad joonida eri värvi pliiatsitega. Siis leiab järgneval arutelul ja ülesannete täitmisel tekstist otsitava lihtsamini.

Esitatakse enesehinnangu definitsioon. Selle üle peaks pikemalt arutlema, et õpilased mõistaksid: me õpime kogemuste kaudu.

Analüüsima peab, kuidas toetab kõrge enesehinnang tegutsemist ja kuidas pärsib madal enesehinnang tegutsemist. Tuua saab näiteid elust ja juhtida tähelepanu sellele, et ka negatiivsed kogemused on kogemused, mis viivad elu edasi.

Teema **MIS MÕJUTAB ENESEHINNANGUT?**

Eesmärk *Mõistab enesehinnangu toetamise võimalusi.*

Sissejuhatuseks peaks üle kordama eelmisel tunnil käsitletud enesehinnangu mõiste ning tuletama meelde kõrge ja madala enesehinnanguga inimeste mõtted, tunded ja käitumismudelid.

Õppetekstis kirjeldatakse situatsioone ning positiivseid ja negatiivseid kogemusi, mille tegelased saavad. Analüüsida tuleb erinevate situatsioonidega kaasnevaid emotsioone. Arutelu kokkuvõttena saab õpetaja sõnastada mõtte: kiitus tõstab meie enesehinnangut, laitus muudab enesehinnangu madalamaks.

Järgneb enesest lähtuv ülesanne, kus õpilased peavad välja mõtlema, millised emotsioonid kaasnesid õnnestumisega. Kuna kerge intellektipuudega õpilaste enesehinnang on sageli väga madal, peab õpetaja püüdma esile tuua positiivseid kogemusi. Õpetaja kindlasti tunneb oma klassi ja saab laste aitamise eesmärgil esile tuua kõigi õnnestumised.

Teema lõpus tegeldakse enesehinnangu toetamise võimalustega. Abiks on õppetekst, arutelu ja lõpuks soovitusel.

Kindlasti peaksid õpilased jõudma mõistmiseni, et kaaslaste enesehinnangut tõstame või tõmbame alla me kõik oma suhtumisega kaaslastesse. Hoolliv suhtleja püüab oma kaaslaste enesehinnangut tõsta.

SUHTLEMINE EAKAASLASTE JA TÄISKASVANUTEGA

6. klassis käsitleti inimeseõpetuse tundides suhtlemise põhimõtteid: miks ja kuidas me suhtleme, kuidas tekivad tülid ja missugused oleksid nende lahendamise võimalused.

7. klassis, kus õpetus toimub kontsentrisuse põhimõttel, lisanduvad eri suhtlemisviisid ja suhtlemine vastassugupoolega.

Teema MIDA ARVAD SINÄ?

Eesmärk *Mõistab suhtluspartnerite seisukohtade võimalikku sarnasust/ erinevust, oskab reageerida kohatule käitumisele.*

Sissejuhatuseks on toodud Hando Runneli jutt „Kuidas nõrk tugeva ära võitis”. Lugemisele järgneva arutelu õnnestumiseks on kasulik meelde tule-tada, mis on iseloomujooned ning millistes iseloomujoontes avaldub tuge-vus, millistes nõrkus. Tuleb lasta õpilastel oma arvamusi põhjendada.

Õppetekstis (ülesanne 3) on esitatud kokkuvõte: me oleme erinevad ning meil on kergem suhelda, kui seda meeles peame ja arvestame.

Mängu „Mida sina arvad?” eesmärk on näidata, et pole kerge jääda oma arvamuse juurde, kui kaaslased ümberringi arvavad teisiti. On oht, et ooda-takse ära liidri arvamus ja juhitudakse sellest. Klassi tundes saab õpetaja anda korralduse kuulata väiteid kinnisilmi ja niimoodi otsustada.

Mängu seletus: õpetaja ütleb väite ja õpilased mõtlevad, kas on sellega nõus või mitte. Kui nad on väitega nõus, tõstavad parema käe, kui pole väitega nõus, tõstavad vasaku käe.

Pärast mängu saavad õpilased valida väite ja välja mõelda põhjendused, miks nad nii arvasid. Seejärel tuleb oma arvamusi kaitsta, tutvustades neid teistele ja teiste arvamusi ära kuulates. Õpetaja ülesanne on jälgida, et kõigil lastaks oma arvamus välja öelda ning seda põhjendada.

Kõlama peaks jääma mõte, et kõigil on õigus oma arvamus välja öelda.

Teema TÜLI TEKIB TÜHJAST

Eesmärk *Mõistab, miks tekivad konfliktid.*

Sissejuhatuseks tuleb õpetajal valida klassi igapäevaelust üks tüli ning arut-leda koos õpilastega, millest tüli tekkis, mis oli tüli tegelik põhjus, millised emotsioonid tüliga kaasnesid. Nii saab ideekaardil täita esimese lahtri. See-järel tuleb õpilased suunata paaristööna arutlema tülide põhjuste üle. Paarid saavad oma mõttetöö tulemused klassile esitada. Lõpuks tuleks kogu klas-siga täita ideekaart ja arutleda, mida tähendab pealkiri „Tüli tekib tühjast”.

Selgitatakse, miks tülid tekivad ja mis neid põhjustab. Kõige sagedasemad tülide põhjused on erinevad huvid, arusaamad ja väärtused.

Õppetekstis (ülesanne 4) kirjeldatakse üht väärtuste põhjal puhkenud tüli. Siin on võimalus tüli teemale lisaks puudutada ka keskkonna kaitsmise ja jäätmekäitluse teemat.

Samas tuleb õppetekstis välja ka tõsiasi, et tüli pealt kuulata on väga ebamugav, eriti kui tülitsevad oma armsad inimesed.

Teema lõpetuseks on vanasõnad, mida tuleb õigete sõnadega täiendada.

Vanasõna selgitamisel tuleb rõhutada kogu teema peamist mõtet: inimesed näevad maailma erinevalt, sest neil on erinevad kogemused.

Teema **MIDA TEHA TÜLIGA?**

Eesmärk *Mõistab konfliktide lahendamise võimalusi.*

Teema on jätkuks eelnevale, seega on otstarbekas meelde tuletada, mis põhjustel inimesed kõige sagedamini tülitsevad.

Esimeses ülesandes on toodud tülide lahendamise erinevad võtted. Iga võtte tuleks läbi arutada, meenutades ja kinnistades õpilaste kogemusi. Miks sobib mingi võtte konflikti lahendamiseks? Miks teinekord mitte? Millise konflikti lahendamiseks võtte sobib?

Õppetekstis kirjeldatakse situatsiooni, milles tüli on kerge tulema, ja võimalust, kuidas tüli ära hoida. Kindlasti teavad õpilased pakkuda veel alternatiivseid lahendusi. Hea on, kui jutu mõte õpilasteni jõuab – oluline on välja selgitada, mida teine vajab. Kui sa tead teise vajadusi ja soove, on lihtne leida mõlemale sobiv lahendus. Nii jääbki tüli tulemata.

JÄTA MEELDE annab nõu, kuidas tülisid ära hoida. Need nõuanded peaks õpilastega päris põhjalikult läbi arutama. Situatsioone ja näiteid selleks leitud igas koolipäevas ja igas klassis.

Paaristöö eesmärk on harjutada eelnevalt läbiarutatut. Etteantud situatsioon tuleb lahendada konflikti sattumata. Soovijad saavad oma situatsiooni lahendamise käigu klassile ette kanda.

Rõhutama peab, et pole valet arvamust, on vaid erinevad arvamused.

Teema ROHKEM SUHTLEMIST!**Eesmärk** *Demonstreerib õpituatsioonis konfliktideta koostööd.***Vahendid** *pall, sedelid (sõnapaar või lause võib tekkida koostöös õpilastega või olla õpetajal varem välja mõeldud)*

Sissejuhatuses tuleb üle vaadata eelmisel tunnil läbi räägitud konfliktide lahendamise võtted.

Soovitav on ülesandes 1 on toodud väited suhtlemise kohta kohe algul hästi põhjalikult õpilastega läbi arutada, sest väidete juurde pöördutakse arutelus korduvalt tagasi. Väiteid analüüsid saab kasutada näiteid elust, meelde tuletada eelnevaid õppetekste, lugemispalu.

Pilt kujutab olukorda, millel on mitmeid tõlgendusvõimalusi. Pildi vaatluse alusel tuleb õpilastel mõistatada, mis võib juhtuda. Seejärel saavad nad oma loovariandi punktiirile kirja panna ja teistele rääkida. Õpetaja võiks oma arvamuse avaldada kõige viimasena. Tööraamatus on samale sündmusele näiteks toodud kolm erinevat vaatenurka (poiss kukkus trepist alla, viidi kiirabiga koolist ära). Igaüks neist tõlgendas erinevalt seda, mis juhtus. Mille tõttu poiss tegelikult trepist alla kukkus, see ei selgugi.

Õpetaja saab teha kokkuvõtte, et sageli me ei tea, mis juhtus, vaid ainult arvame.

Mängu „Tüliõun” eesmärk on ilma tülitsemata koos tegutsemise harjutamine. Mängitakse ringjoonel seistes ja palli võimalikult kiiresti üksteisele edasi andes. Täpne juhised mängimiseks on antud tööraamatus ja õpilastele tuleks anda võimalus seda ise lugeda ning selle alusel toimida. Kui tekivad arusaamatused, siis tuleb sekkuda õpetajal. Sel viisil harjutame õpilasi tööjuhiseid ja tegutsemiseks vajalikke kirjeldusi lugema ja neid mõistma.

Mängu lõpus saavad lapsed arutleda, kuidas palli veel kiiremini edasi anda ja siis ka uuesti proovida.

Mängu „Vaikiv koostöö” eesmärk on vaikides ja tülitsemata ülesande lahendamine. Kõigepealt tuleb välja mõelda lause või sõnapaar konflikti kohta. Lauses peab olema sama palju tähti, kui on õpilasi (näiteks: klassis on 11 õpilast, sobiv sõnaühend: *tüli tühjast* (11 tähte)). Õpetaja, tundes oma klassi võimeid, saab sõnapaarid või laused varem valmis mõelda ja need klassile sobiva valiku tegemiseks esitada. Seejärel tuleb toolidest moodustada rivi

ning õpilased ronivad toolidele. Kui klassi toolid ei võimalda mängimist, saab mängida võimaldas võimlemispinkidel või kasutada hoopis põrandale märgitud ala. Õpetaja kinnitab iga õpilase seljale ühe tähe valitud sõnapaari/lausest. Vaikides peavad õpilased vaatama kaaslaste seljale pandud tähte ja liikuma nii, et lause kokku saaks.

Pärast mängu tuleb tagasi pöörduda väidete juurde ning valida väidete hulgast need, mis sobisid mängudele.

JÄTA MEELDE meenutab, et tüli lõpetada saavad ainult tülitsejad ise.

Teema SUHTLEMISVIISID

Eesmärk Märkab erinevaid suhtlemisstrateegiaid. Oskab oma arvamuse välja öelda mina-teatena.

Sissejuhatuseks on kasulik meelde tuletada ja veelkord sõnastada konflikti lahendamise võtted.

Õppetekstis on kirjeldatud huvide konflikti, kusjuures reageerimine sellele on erinev. Nii jõutakse erinevate suhtlemisviiside juurde. Pärast teksti lugemist saab arutleda, kuidas käitused tegelased ja miks nad nii käitused. Õpilased peavad välja mõtlema, kuidas lugu lõppes. Võib lasta igaühel jutustada oma loo lõpp. Võib teha ka nii, et iga järgmine õpilane jätkab eelnevate lugu oma lausega.

Ülesandes 3 on esitatud alistuva, agressiivse ja kehtestava käitumisviisi kirjeldused. Need tuleb eraldi läbi arutada, alles siis saab leida eelneva loo tegelaste käitumisviisid.

Agressiivne käitumine teeb teistele haiget, aga tundub tõhus. Siiski on agressiivse käitumise taga sageli hirm ja ebakindlus.

Alistuva käitumise puhul tuleb eraldi rõhutada seda, et alistuja ei saa seda, mida ta soovib, ta ei julge enda eest võidelda. Tema enesehinnang on madal. Kehtestav käitumine on kõrge enesehinnanguga inimese käitumine. Ta arvestab enda ja teiste soovide ja tahtmistega.

Seejärel peavad õpilased otsustama, milline käitumisviis on neile endale kõige iseloomulikum. Kui otsus tehtud, saab järgneva testiga kindlaks teha,

kuivõrd hästi oskaside lapsed oma suhtlemisviise hinnata.

Ülesandes 4 puutuvad õpilased kokku testi täitmise ja selle tulemuste tõlgendamisega. Õpilastele peaks selgitama, et ükski test ei anna täpset tulemust. Alati sõltub testi tulemus ja meie käitumine olukorrast, tujust, suhtlemispartnerist.

Selgitatakse, milline on mina-teade. Mina-teade koosneb kolmest osast: minu kirjeldus olukorrast, minu tunded ja minu soovid.

Mina-teate koostamine on keeruline ja algul harjumatu. Seega peaks kulutama aega ja vaeva mina-teadete koostamisele ja välja ütlemisele. Kasulik on esitatud mina-teade kolmeks osaks lahti võtta, et lastele selgitada mina-teate olemust.

Näiteks:

Telekas mängib nii kõvasti, et see segab minu õppimist ja ma lähen närvi. Palun pane telekas vaiksemaks!

- *Telekas mängib nii kõvasti, et see segab minu õppimist – kirjeldus olukorrast;*
- *ma lähen närvi – tunded;*
- *palun pane telekas vaiksemaks – soov.*

Niimoodi osade kaupa esitatud ja tahvlile kirjutatud mina-teate järgi on lihtsam analoogia alusel uut mina-teadet koostada. Õpetajal tuleb välja mõelda veel olukordi, et kõik õpilased saaksid mina-teate sõnastamist ja väljaütlemist proovida.

Teema MÕISTUS VÕI TUNDED

Eesmärk Mõistab oma võimete piires enda ja kaaslaste emotsionaalseid seisundeid ning käitumist (motiivid, tingimused, tulemused; reageerimine (eba)õnnestumisele jms).

Kerge intellektipuudega õpilased ei valda tundeid väljendavat sõnavara ja mõistavad paljude sõnade tähendust ebatäpselt. Seda olukorda pole võimalik muuta ühe tunniga. Kõnearenduslikku töö tuleb teha eri ainetes ja eri

teemade käsitlemisel pidevalt. Konkreetselt selles tunnis saab täpsustada emotsioone väljendavate sõnade tähendust ning innustada ja suunata nende sõnade sobivat kasutamist.

Esimeses ülesandes on toodud emotsioone väljendavad pildid ja sõnad. Kindlasti pole pildi-sõna ühendamiseks ühte ainuõiget varianti. Kui eri õpilastel on eriarvamused, saabki kinnitust eelmisel tunnil õpitu. Selle töö lõpetuseks tuleb suunata aktsepteerima teistsugust arvamust, mis võimaldab konflikte ära hoida.

Siin saabki lasta nimetada veel sama emotsiooni väljendavaid sõnu ning need tahvlile kirjutada. Näiteks: viha, raev, pettumus, rahulolematumus, vaenulikkus, vastumeelsus. Hea on panna need ka arutelu tulemusena pingerritta: leebemast karmimani.

Koomiksi piltide järjestamise mõte on erinevate mõtete, tunnete ja repliikide leidmine pildi juurde. Kuna tegelasi on koomiksis kaks, peaksid õpilased välja mõtlema kahe inimese mõtted ja tunded. On hea, kui kõik õpilased saavad oma variandi esitada ja teistele ette kanda. Seejärel välja öelda, kuidas tema variandis olukord lahenes.

Kõlama peaks jääma mõte, et teiste inimeste emotsioonide ja käitumisviiside märkamine ja nende mõistmine hoiab ära konfliktide tekkimise.

Teema **LÄHEDUS**

Eesmärk *Mõistab seksuaalse arengu individuaalsust ning oskab ebasoovitavast seksuaalkäitumisest keelduda.*

Oluline on teemat käsitleda lihtsalt, kasutades õpilastele arusaadavaid sõnu ja väljendeid. Kuna noored tunnevad seksuaalsuse valdkonnas ühekülgselt enamasti ebatsensuurset sõnavara, on hea seda laiendada sobivamate väljenditega ja suunata korrektset keelekasutust. Samas on hea ärgitada õpilasi kaasa rääkima ja küsimustele vastuseid otsima.

Noored seostavad seksuaalsust vaid seksuaalse aktiga. Selgitada tuleb, et seksuaalsuses sisaldub lähedus, nauding, identiteet ja soojätkamine.

Teemasse sissejuhatavas õppetekstis selgitatakse soolise identiteedi kujunemist.

Ülesande 2 eesmärk on teadvustada, et mehelikkus ja naiselikkus kätkevad endas sarnaseid inimlikke jooni, suguelundid ja hormoonid muudavad inimesed meesteks ja naisteks.

Ülesannete 3, 4 ja 5 kaudu selgitatakse seksuaalsuse olemust.

Mängu „Lähedus ja „stopp”” eesmärk on teadvustada lähedustsooni.

Ülesandes 7 kirjeldatakse situatsioone, milles kaks tegelast on erineval seksuaalsuse astmel. Selle baasil tuleb arutleda, kuidas keelduda tegevustest, mis tekitavad ebamugavustunnet või suisa hirmu.

Rõhutada tuleb, et alati on õigus keelduda ebasoovitavast seksuaalkäitumisest.

Õpetajal on otstarbekas tutvuda ka raamatuga: M. Kull ja K. Part „Seksuaalkasvatus II ja III kooliastmele. Õpetajaraamat.”

ift.ee/admin/upload/files/Seksuaalkasvatus_II_ja_III_kooliaste_est.pdf

Teema **ARMUMINE JA ARMASTUS**

Eesmärk *Teadvustab armumisega seotud muutusi tunnetes, mõtetes, käitumises.*

Vahendid *ajakirjadest, ajalehtedest väljalõiked armumise teemal, paber, liim*

Teema on väga tundlik, sest õpilased on just esimese armumise eas. Kui lapsed õpetajat usaldavad, siis saab teemast paremini rääkida.

Sissejuhatavas tekstis kirjeldatakse armunute mõtteid, tundeid ja käitumist. Arutleda saab armunute muutunud käitumise ja tunnete üle. Arutlemist vajab ka see, miks armunud teineteisele oma tunnetest ei räägi.

Arutluse aluseks võib kasutada ka mõnda hiljuti nähtud ja lastele huvi pakkunud filmi.

Ülesandes 3 tuuakse välja probleemid suhtlemisel vastassugupoolega üldse

ja armastatuga eriti. Analüüsida tuleb, kuidas käituda, teada anda oma tunnetest, soovidest. Kasulik on kasutada mina-teadet. Siin tuleks üle korrata eelmisel tunnil õpitud mina-teate koostamist.

Ülesande 5 eesmärk on selgitada erinevaid kiindumuse väljendamise viise. Ideekaardi koostamise jaoks peaks õpetajal olema varutud ajaleheväljalõikeid jm, mida kasutada.

Teema MIDA HINDAN KAASLASES

Eesmärk *Väärtustab lähisuhetes hoolivust, abistamist ja lugupidamist.*

Teema algab mänguga „Sõber ja kaaslane”. Mängu eesmärk on eristada, kes on sõber, kes armastatu, ja teadvustada erinevust nende vahel. Õpilaste ülesanne on valida piltidelt sõber ja armastatu ning täita valitu kohta tabel. Õpetaja võib esitada erinevaid variante, hakates järjest iga tegelase kohta infot andma. Õpilased kirjutavad kuuldu üles, nt erinevad vanused, nimed, hovid jmt. Lisateabena võib märkida: suitsetab, tarbib alkoholi, on sinu sõpradega ebaviisakas, armastab lugeda, oskab hästi rulatada, käib *line*-tantsu trennis, ei oska üldse matemaatikat, tal on viis õde-venda; tema ema ja isa on lahutatud; ta sõbrustab sinu klassivenna/klassiõega; ta peab kodus olema alati kl 20.00.

Arutleda tuleb, mille põhjal õpilased sõbra/kaaslase valivad, millised omadused on olulised ja milliseid omadusi nad pigem oma sõbral ei näeks. Arutelu käigus tuleb jõuda tõdemuseni, et sõbra juures talutakse ka tema mõningaid negatiivseid omadusi. Näiteks: sõbra välimusel pole tähtsust, tüdruk-sõber peab juuste eest hoolitsema jms.

JÄTA MEELDE rõhutab, et välimus, mis kaaslase valimisel tundub esmatähtis, pole tegelikult üldse nii oluline. Oluline on, et kaaslane oleks meeldiv ning temaga koos oleks hea olla.

Teema KUTSE ESITAMINE JA KUTSELE VASTAMINE

Eesmärk Oskab teha kaaslastele (sh vastassugupoole esindajatele) ettepanekuid ning vastata positiivsetele/negatiivsetele.

Vahendid sedelid vaba aja veetmise kohtadega, nt KINO, TEATER, RULARADA, MUUSEUM, KOHVIK, PARK, RAND, SEIKLUSPARK, NÄITUS, KOOLIPIDU

Teema sissejuhatuseks on õppetekstis toodud näiteid kutsumisest ja kutsest. Arutleda saab selle üle, kuhu õpilasi on kutsutud, kuhu nad ise kedagi on kutsunud ja kuhu üldse kutsuda sõpra vaba aega veetma.

Mäng „Kuhu minna, mida teha?” eesmärk on selgitada võimalusi, kuhu sõpra kutsuda.

Õpetaja jagab klassi kaheks võrdseks rühmaks. Iga esimese rühma liige loosib sedeli, millel on kirjas vabaajaveetmiseks sobilik koht. Õpilased peavad selle sõna kirjutama uuele sedelile segiaetud tähtedena (nt rularada – taralaru). Õpetaja korjab segiaetud tähtedega sõnadega sedelid kokku ning jagab teisele rühmale. Teise rühma õpilased püüavad sedelil olnud sõna ära arvata. Nüüd peavad õpilased endale vabaajaveetmise koha järgi paarilise leidma. Paaridel tuleb arutleda, miks see on hea ajaveetmiskoht, ning oma arvamus klassile esitada.

Ülesandes 3 selgitatakse, mis on vaja kutsumiseks välja mõelda: MIKS, KUHU, KUS KOHTUDA, KES TASUB.

Klassis tuleks ühistööna välja mõelda laused, mille õpilased saavad tegelaste mõttemulli kirjutada: kuidas kutset sõnastada ja kuidas kutsele vastata.

Ülesande 4 abil saab harjutada, kuidas vastata kutsele. Dialogina tuleks läbi mängida nii jaatav kui ka eitav vastus.

Ülesannete 5 ja 6 abil õpetatakse, kuidas keelduda ebasobivast kutsest. Ülesandes 7 saavad õpilased õpitud oskust rakendada.

KÄITUMISKULTUUR

Käitumiskultuurist räägitakse erinevate teemade käsitlemisel. Eraldi on välja toodud pidude planeerimise ja korraldamisega seonduv.

Teema PLANEERIME PIDU

Eesmärk *Mõistab tegevuse planeerimise vajadust.*

Teemasse sissejuhatuseks peab õpilastega arutlema, mis on õpilaste arvates pidu. Arutelule järgneb ideekaardi täitmine.

Ülesandes 3 tabelit täites saavad õpilased kirjeldada pidusid, kus noored käivad. On tore, kui selguvad erinevused ja sarnasused eri pidude vahel.

Õppetekstis kirjeldatakse üht võimalust, kuidas pidu planeerida. Toodud on võimalikult palju erinevaid tegevusi. Eesmärgiks on anda ülevaade sellest, kuidas pidu planeerida ja ülesandeid jagada.

Ülesande 5 täitmiseks on hea tekst veelkord läbi lugeda, joonida tegelaste nimed ja nende ülesanded peo planeerimisel. Kui õpilased ülesandega raskustesse satuvad, saab õpetaja joonistada tahvlile tabeli, mis üheskoos arutades täidetakse. Kõlama peaks jääma mõte, et tore on koostegemisest rõõmu tunda ja teiste soovidega arvestada.

Teema MEIE KLASSI KLASSIÕHTU

Eesmärk *Koostab klassiõhtu tegevuste, sh ettevalmistuse plaani.*

Klassiõhtu praktiline planeerimine on kasulik teha nii, et sellele järgneki pidu. Seega on soovitatav need kaks tundi planeerida enne tegeliku klassiõhtu korraldamist.

Arutleda tuleb kõigepealt, kuidas koolis peo korraldamine ja läbiviimine on ette nähtud, kelle poole tuleb pöörduda loa saamiseks, kellele esitada kava, kellelt saab abi jne.

Õpetajal tuleb suunata õpilasi, et nad grupitöös kogu plaani põhjalikult läbi arutaksid, suudaksid jagada ülesanded, määrata vastutajad, hankida vahendid.

Planeerimisel saab kasutada eelmisest tunnist tuttavat tabelit. Kindlasti peaks samal viisil planeerima mitu pidu, et õpilastel kinnistuks oma tegevuste planeerimise ja ülesannete jagamise oskus. Samuti tuleks pärast klassiõhtut teha analüüs: kas kõik läks nii nagu planeeriti? Kas kõik täitsid oma ülesanded? Mis läks hästi, mis halvasti ning mida järgmine kord on vaja teisiti teha?

MINU TERVIS

Käsitlev teema toetub 6. klassis omandatud teadmiste inimese keha ehitusest, elundite toimimisest, tervislikust toitumisest jne. Vajalik on sellekohaste eelteadmiste aktualiseerimine.

Teema MILLEST TERVIS SÕLTUB**Eesmärk** *Oskab nimetada hea tervise tunnuseid.*

Teemasse sissejuhatuseks tuleks vestluses õpilastega jõuda ühisele arusaamale selles, mis on tervis.

Õppetekst annab ülevaate inimese tervist mõjutavast kahest suurest valdkonnast. Arutleda tuleb, millised tegurid kummagi valdkonna alla kuuluvad. Kuna käsitlemisele kuuluv teave on laste jaoks küllaltki keeruline, on mõttekas materjal visuaalselt näitlikustada ja ka tahvlile tabel teha. Õpetajal tuleb kindlustada sõnade *eluviis* ja *elukeskkond* mõistmine. Tabeli täitmise õigsust saab kontrollida ülesande 2 abil. Selles on esitatud ka kolmas tervist mõjutav faktor – see on pärilikkus.

Teema TERVISLIK TOITUMINE**Eesmärk** *Teab, kuidas toituda tervislikult.***Vahendid** *toiduainete puhtad pakendid*

Teema käsitlemise alguses on vaja meenutada hea tervise tundemärke. Õppetekstis selgitatakse, miks on vaja tervislikult toituda. Esitatud on lihtne vajalike kalorite väljaarvestamise valem, mille abil õpilased saavad oma energiavajaduse ise välja arvutada.

Ülesandes 5 selgitatakse toidupüramiidi teooriat. Jooniselt selgub, milliseid toiduaineid me vajame vähem, missuguseid rohkem. Õpilased peaksid toidupüramiidi astmed joonisel kujutatud toiduainete üldnimetusi kasutades sõnaliseks muutma, et need paremini meelde jääksid. Õpetaja saab toidupüramiidist rohkem infot aadressilt www.toitumine.ee/toidupuramiidi-pohimotted

Klassi on võimalik tekitada toidupüramiid toiduainete pakenditest. Eelnevalt tuleb õpilastele teada anda, et kodust peaks kaasa tooma tühjad ja PESTUD toiduainete pakendid.

Teema TOIDUKORRAD

Eesmärk *Oskab anda hinnangut oma toitumisharjumustele.*

Teemasse sissejuhatuseks ja toidupüramiidi kordamiseks on õpetajal hea valmistada valesti paigutatud toiduainete korrustega toidupüramiid. Õpilased peavad seda kontrollima, vead leidma ja parandama.

Õppetekstis selgitatakse, millised toidukorrad peaksid päeva jooksul olema ning mida on soovitatav süüa, et saada päevaks vajalikku energiat. Õpetaja suunamisel võrreldakse laste tegelikku toitumist tekstis soovitatuga. Tööraamatu ülesannete täitmine aitab lastel teadvustada, mida nad söövad. Nädala menüü täitmist peab õpetaja kindlasti korduvalt meelde tuletama. Lõunasöögi menüü saab tabelisse kirja panna koolis iga päev pärast söögi vahetundi, kuid ka see vajab pidevat meeldetuletamist. Hea on läbi arutada, mida söök sisaldas. Paraku paljud õpilased ei teagi, millest toit valmistatud on, ei teata toitude nimetusi. Sellise olukorraga tuleb õpetajal kerge intellektipuudega laste õpetamisel kindlasti arvestada ja planeerida spetsiaalseid võtteid kõnearenduslikuks tööks käsitletava teema piires.

Tabeli täitmise järel saab toiduained jagada põhitoiduainete jaotuse järgi. Kui kõikidesse lahtritesse oli midagi kirjutada, on toitumine mitmekesine.

Teema KEHALINE AKTIIVSUS

Eesmärk *Teab, kuidas liikudes oma tervise eest hoolitseda.*

Kehalise aktiivsuse teema alguses selgitatakse õppetekstis kehalise aktiivsuse olemust, millele järgneb praktiline sammude lugemise ülesanne. Mõõta saab erinevaid vahemaid – ring ümber koolimaja, välisuksest kuni bussipeatuseni jne.

Ülesandes 3 pakutakse välja võimalusi liikumiseks. Neid on kindlasti vaja tutvustada oma aega arvutis veetvatele noortele.

Sama eesmärki – anda teada erinevaid liikumisviise – kannab ka mäng „Lähen matkama”. Nimetatud mängu läbiviimist raskendab liikumist väljendavate verbide nappus laste kõnes. Õpetajal on otstarbekas varieerida

mängu, jagades lastele sedelid liikumist väljendavate tegusõnadega (*traavin, liuglen, lendlen, rulatan, purjetan, sööstan, kihutan, veeren, galopeerin, sõuan, aerutan, ujun, triblan* jne), mida kõnes harvemini kasutatakse. Otustada tuleb ka see, kus ja kui pikka maad on nimetatud liikumisviisiga võimalik läbida.

Teema lõpetuseks ja liikumise reklaamimiseks saavad õpilased valmistada plakati. Plakat tuleb seostada mõne kooli spordisünnimusega, siis on tegevisrõõmule lisaks plakatil ka praktiline väljund.

Teema **SPORTIMINE**

Eesmärk *Analüüsib oma sportimist ja liikumist, annab hinnangu oma liikumisaktiivsusele.*

Teema käsitlemisel tuleks see lõimida kehalise kasvatusesega. Hea oleks tundi kutsuda kohalik tunnustatud treener või kehalise kasvatuses õpetaja, kes räägiks erinevate harjutuste kasulikkusest. Teenimatult on tähelepanuta jäänud mitmed tegevused ja harjutused, mis kahjustavad tervist ja millest tuleb hoiduda või mille tegemisel kasutada otstarbekaid võtteid (nt selja hoidmine raskuste tõstmisel).

Õppetekstis selgitatakse, millised on sportides olulised harjutuste rühmad ning miks ei tohi rühma harjutustest midagi tegemata jätta.

Liikumise tabeli täitmist nädala jooksul peaks jällegi õpetaja kindlasti meelde tuletama. Ülesande mõte on anda noortele teada, et nad (enamasti) liiguvad väga vähe. Pärast tabeli täitmist tuleb tabelit koos analüüsida. Tõenäoliselt tuleb tõdeda, et parema tervise huvides peaksid õpilased oluliselt rohkem sporti tegema ja liikuma.

Teema **SPORTIMISE VÕIMALUSED KODUKOHAS**

Eesmärk *Teab sportimise võimalusi kodukohas.*

Läbiv ülesanne teema käsitlemisel on korraldada klassi ühisprojekti, mille abil saab omandada teadmisi kodukoha sportimisvõimalustest. Ühisprojekti alguses tuleb õpetajal jagada õpilased kolmeks rühmaks. Iga rühm saab endale ülesande:

I rühm – intervjueerida liikumisõpetajat

II rühm – intervjueerida kooli tuntumat sportlast

III rühm – uurida internetist, kus ja millal sporti teha saab

Esimeses ja teises rühmas tuleb jagada ülesanded: leida grupis reporter, režissöör, operaator. Tööraamatus on toodud näidisküsimused, millele õpilased saavad konkreetsete olude järgi täiendusi ja täpsustusi teha. Küsimuste esitamise oskuse kujundamine on tähelepanu all ka emakeeles ja nii tekib selleski ülesandes ainete lõimimise võimalus. Enne reaalse intervjuu tegemist on õpetajal vaja planeeritavad küsimused üle vaadata.

Kolmanda grupi töö – leida kooli teadetetahvlilt, valla kodulehelt jm infot sportimisvõimaluste kohta, seejärel info süstematiseerida ja esitada valdkondade kaupa. Nimetatud töö vajab nii sisu kui vormi viimistlemisel kindlasti õpetaja juhendamist..

Kui kõikidel gruppidel on ülesanne täidetud, on vaja tulemusel kaaslastele ette kanda. Kuulajad annavad kuuldu põhjal tööraamatus tagasisidet.

Teema **NAKKUSHAIGUSED**

Eesmärk *Oskab nimetada nakkushaiguste levimise põhilisi viise ja neist hoiduda.*

Sissejuhatava õppeteksti lugemise järel saab arutleda, milliseid nakkushaigusi õpilased teavad ja kuidas need haigused õpilaste arvates levivad.

Ülesandes 4 on kirjeldatud erinevaid nakkuste levimise viise. Ühendamisülesandes 5 on kirjas paljude nakkushaiguste nimetused. Huvi tekkimisel

saab nende kohta materjali leida aadressilt www.terviseamet.ee/nakkushaigused/nakkushaigused-a-u/a.html

Gripi kui meie iga-aastase külalise kohta on info esitatud ka tööraamatus. Järgnevates ülesannetes on nimetatud juhiseid gripist hoidumiseks.

Lisalugemine aevastuse kohta on hariv ning annab võimaluse päriselt katsetada, kui kaugemale tuleb nohusel haigest hoiduda, et mitte ka ise haigestuda.

Teema HIV JA AIDS. MIS NEED ON?

Eesmärk Oskab nimetada põhilisi HIV ja AIDSi levimise ja vältimise viise.

Vahendid pliiatsid

Teema on väga tõsine ja aktuaalne. Selleks et osata vastata kõigile klassis üleskerkivatele küsimustele, on õpetajal kasulik eelnevalt läbi uurida uuem HIV ja AIDSi kohta kirjutatu aadressil www.hiv.ee, www.aids.ee.

Sissejuhatavas õppetekstis antakse teada HIV ohust. Arutleda tuleks selle üle, miks on võõrale kergem oma saladusi avaldada ja mis võib juhtuda, kui võõrast usaldada. Samuti saab siin rääkida internetituvusest ja sellega kaasneva võivatest ohtudest.

Ülesannetes 3 ja 5 selgitatakse HIV, AIDSi olemust ning HIV levimise viise. Oluline on rõhutada, et HIV ei kao, seda ei saa välja ravida, saab vaid vältida. Ning tähtis on, et noored mõistaksid ohu ja saaksid aru – neid kaitsta saavad vaid nemad ise. Vaja on õpilastele teadvustada ka seda, et HIV-positiivse inimesega suhtlemine ei ole ohtlik.

Mäng „Kas jagame” on veidi keeruline, aga annab hea ülevaate sellest, kuidas HIV levib.

Õpilastele tuleb jagada pliiatsid. Õpetaja valmistab sedelid, mis on rullitud ümber pliiatsile. Sedelitel on kirjas:

1. Kui keegi tahab sinuga pliiatsit vahetada, ütle talle: „Ma ei soovi kellegagi oma pliiatsit jagada” (ei puutu HIV-positiivsega kokku, ei saa nakkust).
2. Sedelile märkida „K” (on kaitstud – kasutab alati kondoomi).
3. Sedelile märkida „X” (on HIV-positiivne).

ÜLEJÄÄNUTELE: Veena klassikaaslast, et ta sinuga pliiatsi vahetaks.

Sulguses olev selgitus on siin vaid õpetaja jaoks, õpilaste kirjadel neid pole.

Seejärel peavad õpilased minuti jooksul vahetama pliiatseid nii paljude kaaslastega, kui jõuavad ja kirja panema nimed, kellega nad pliiatsi vahetasid.

Pärast pliiatsite vahetust selgitage õpilastele sedelitele kirjutatu tähendusi ja nende ohtu HIV-sse nakatuda.

„X” on HIV-positiivne, „K” kaitstud, sest kasutab kondoomi. See, kes kellegagi ei vahetanud pliiatsit, ei saanud ka nakkust.

Nüüd peab püsti tõusma „X”, siis need, kes temaga pliiatsi vahetasid, seejärel need, kes seisjatega pliiatsi vahetasid.

Istuda võib õpilane, kes küll pliiatsi vahetas, kuid kellel oli märk „K”, ja ka need, kes temaga pliiatsi vahetasid.

Need, kes lõpuks seisma jäävad, on saanud HIV.

Toimunud pliiatsivahetus tähistab seksuaalpartnerite vahetust. Arutleda tuleb selle üle, kui muretult me võime end tunda, kui me ei tunneta ohtu. Niipea kui selgub, et keegi partneritest on HIV-positiivne, peaks hakkama kõigil süda valutama. Kergendust toob teadmine, et keegi on osanud käituda turvaliselt ja kasutanud kondoomi (K), päästes sel teel ka oma järgmised seksuaalpartnerid. Analüüsida tuleb emotsioonide kõikumist suurest õnnestundest musta masenduseni ja vastupidi. Nii näiteks võis tunda end see, kes pliiatseid üldse vahetada ei saanud (st oli ilma seksuaalpartneriteta), kuid keda valdas suur kergendustunne kindlast teadmisest, et ta ei ole saanud HIVd.

Selgitage õpilastele, et see oli vaid mäng, aga HIV levibki kiiresti, sest inimesed ei kaitse ennast. Kujundada tuleb hoiakut mitte vahetada sageli oma seksuaalpartnerit ning kõige kindlam on kasutada kondoomi, mis hoiab sind ennast ja partnerit.

Teema KUIDAS ENNAST HAIGUSTE EEST HOIDA

Eesmärk Teab põhilisi nakkushaiguste vältimise viise ja oskab end haiguste eest kaitsta.

Sissejuhatuseks teemasse tuleks meenutada nakkushaigusi ning nende levimise viise. Seda on hea teha tahvlil selgitava tabeli abil.

PEA MEELES toob välja lihtsad nõuanded, kuidas haiguste eest hoiduda.

Õppetekstis selgitatakse, mis on vaksineerimine ja miks seda tehakse.

Täiendavat infot vaksineerimise kohta leiab õpetaja aadressilt

www.terviseamet.ee/nakkushaigused/vaksineerimine.html.

Teema lõpetab kontrollülesanne 3. Õpilased võivad ülesande täita iseseisvalt, kuid seda tuleb pärast ühiselt kontrollida, et väited saaksid õigesti hinnatud ning õigesti parandatud.

Gripist hoidumise meespea leiab õpetaja aadressilt

www.tarbija24.ee/print/157681/tervisekaitse-soovitab-opetada-lastele-gripist-hoidumist.

Teema ARSTI JUURES

Eesmärk Oskab vajadusel arsti poole pöörduda.

Sissejuhatav õppetekst selgitab, millised on enamlevinud haigestumise tunnused ning millal ja kuidas arsti poole pöörduda. Töö eesmärgiks on teadvustada oma perearsti nimi ja telefoni number, mille võib kirjutada tööraamatusse.

Ülesandes 3 juhendatakse arsti juures käitumist. Rõhutada tuleb, et oluline on võimalikult täpselt kirjeldada oma enesetunnet ning seda, et arsti juhi-
seid on vaja võimalikult täpselt täita.

Arsti poole pöördumist saab harjutada paaristööna (ülesanne 4).

Ülesannete 5, 6 ja 7 abil saab analüüsida neid olukordi, millal on vaja kutsuda kiirabi ja mida kiirabisse helistades on vaja teatada. Õpilastele on vaja rõhutada, et rääkida tuleb rahulikult ja lühidalt.

Kiirabi kutsumist võib harjutada ülesande 8 abil. Kui õpilased ise on satunud olukordadesse või on pealt näinud situatsioone, kus on vaja kutsuda kiirabi, siis tuleb ka neid kogemusi ära kasutada telefonikõnede koostamisel. Õpetajale jääb alati võimalus õppesituatsioone (lugemispalade või piltide abil) ka ise tekitada.

Teema RAVIMTAIMED JA RAHVAMEDITSIIN

Eesmärk *Nimetab ja tunneb ära tuntumaid ravimtaimi ning oskab kasutada rahvameditsiini võtteid kergemate terviserikete korral.*

Tegemist on teemaga, mille puhul saab ära kasutada õpilaste teadmised, ergutada neid kaasa mõtlema ja oma kogemusi avaldama.

Ülesanne 3 annab ülevaate levinumatest rahvameditsiini ravivõtetest. Kindlasti nimetavad õpilased tööraamatus puuduva, kuid eestimaalaste kõige sagedamini kasutatava ravivõtte – viinasokkide tegemine.

Õpetaja peab rõhutama, et ravimtaimi peab väga hästi tundma, muidu võib tervisele kasu asemel kahju teha.

Kui klassis otsustatakse koostada ravimtaimede raamat, tuleks hoolikalt uurida näidist. Mõttekas on ravimtaimed õpilaste vahel loosida. Nii saab võimalikult erinevad ravimtaimed raamatusse köita. Teavet ravimtaimede kohta saab otsida ravimtaimede raamatutest ja aadressilt www.bio.edu.ee/taimed/general/raviois.htm.

INIMENE, AEG, TEAVE

6. klassis käsitleti inimeseõpetuse tundides informatsiooni saamise võimalusi ja kujundati teabe vahetamise vahendite oskuslikku kasutamist.

7. klassis, kus õpetus toimub kontsentrisuse põhimõttel, lisanduvad kirja kirjutamise ja posti teema, põhjalikumalt käsitletakse internetiturvalisusega seonduvat.

Teema **TEATED MINEVIKUS JA TÄNAPÄEVAL**

Eesmärk *Nimetab sidepidamise viise tänapäeval ja minevikus.*

Kõigepealt tuleb õpilastega jõuda ühisele arusaamale selles, mis on teave. Teabe mõistet aitab avada esimene õppetekst, millele järgneb ideekaardi täitmine. Ideekaart lähtub õpilasest endast – kuidas tema infot jagab.

Järgneb teabe edastamise ajalooline ülevaade (ülesanne 3), mis on väga pikk tekst ning mida oleks otstarbekas lugeda osade kaupa ja lugemise käigus õpetaja suunamisel graafiliselt tähistada – joonida, värvida, ringitada, joontega ühendada vms – oluline teave. Teksti saab analüüsida ka küsimuste abil (ülesanne 5).

Õpilastele tulebki selgitada, et enamik teabevahetamise viise on jätkuvalt kasutusel.

Signaallõkkeid, trummipõrinat jm kasutavad mõned rahvad tänaseni. Kul- lereid kasutatakse ka praegu, nende liikumisvahendid on aja jooksul muu- tunud. Lisaks nimetatud vahenditele tuleb tänapäeval pidevalt juurde uusi võimalusi.

Olulise teabe markeerimine lugemise käigus kergendab ka ajatabeli täitmist (ülesanne 6). Ajatabeli analüüsil on soovitatav harjutada ka keeleõpetuses õpitud ajasuhteid väljendavate liitlausete konstruktsioone ning kasutada sidendeid *kui ...siis, pärast seda kui, enne seda kui* jne.

Teema lõpetuseks on morses salakirja lahendamine. Lahenduseks on lause: **SAMUEL MORSE LÕI TEADETE EDASTAMISEKS TÄHESTIKU.**

Õpilastes võib tekkida huvi salakirjade koostamise ja lahendamise vastu. Morsetähstiku leiab internetiaadressilt et.wikipedia.org/wiki/Morse.

Teema TELEFON

Eesmärk *Teab, kuidas kasutada otstarbekalt telefoni ja enamasti juhindub nendest reeglitest.*

Teemasse sissejuhatuseks võiks teabevahetuse teema õppetekstist üles otsida telefoni leiutamise aja ning leiutaja nime. Seal on kirjas ka see, miks on telefon senini aktiivselt kasutusel olev teabevahetamise vahend.

Eelmisel aastal õpitu meeldetuletamiseks ja teadmiste kinnistamiseks on järgnevad küsimused. Kui õpilased vastata ei oska, saab abi otsida 6. klassi tööraamatust.

Infotelefonide osas on kasulik õpilastega vaadata üle võimalikult paljude elualade infotelefonide numbrid. Päris hea ülevaate saab neist Päästeameti kodulehelt www.rescue.ee, kus on päästeala infotelefoninumbri kõrval ka enamik teisi vajalikke numbreid.

Õpetaja peaks looma probleemsituatsioone, milles õpilastel tuleb otsustada, missugust infot neile vaja läheb, mis infokanalit kasutada, ja harjutada päriselt vajaminevate telefoninumbrite otsimist (näiteks oma mobiilifirma infotelefon, panga infotelefon).

Teema KIRI

Eesmärk *Oskab kirjutada ja vormistada kirja.*

Sissejuhatavas õppetekstis kirjeldatakse, kuidas kirjad läbi aegade on saatjalt saajani jõudnud.

Järgnevas tekstis (ülesanne 3) selgitatakse, millised on reeglid kirja vormistamisel. Kuna need reeglid kehtivad nii ametlikele kui ka erakirjadele ning on olulised teada ka e-kirjade kirjutajatel, peaks reegleid põhjalikumalt analüüsima.

Kuna tänapäeval on keelereeglid suhteliselt paindlikud, tuleb õpetajal teha valik suure ja väikese algustähe kasutamise osas Sina ja Teie kirjutamisel. Kui õpetaja peab oluliseks, et need sõnad kirjutatakse kirjas suure tähega, siis tuleb sellele tähelepanu pöörata ja seda põhjendada, selgitades, et suure

algustähega kirjutamine näitab austust kirja saaja vastu.

Kirja kirjutamise ülesandes (ülesanne 5) saab omandatud teadmisi rakendada. Hea, kui kirja kirjutamisel on eesmärk, näiteks kui klassis on parajasti keegi kodus haige, saab kirja kirjutada temale.

Ülesanded 6–10 toetavad kirja ja ümbriku vormistamise oskuse kujunemist.

Tänapäeval saadetakse enamuses erakirju e-kirjadena. Antud on e-kirja vormistamise reeglid (mis ei erine oluliselt paberile kirjutatud kirja reeglist). Ülesandes 10 on esitatud e-kirjad, milles tuleb leida vormistuse vead ja need ära parandada. Õpilastele peaks toonitama seda, et emotikonid ehk naerunäod on ainult väga heade tuttavate vahel kasutamiseks, ametlikesse kirjadesse need ei sobi.

Kirja teel saadetakse ka õnnitluskaarte. Tänapäeval on lisandunud e-kaartide saatmise võimalus, mida õpetaja samuti tutvustada võiks, soovitades lastele sobivaid internetiaadresse.

Teema **POST**

Eesmärk *Kasutab otstarbekalt nüüdisaegseid sideteenuseid.*

Teema haakub eelnevaga, seega peaks tunni alguses meelde tuletama kirja kirjutamise olulised etapid. Kasutada saab ülesannet 10 kirja kirjutamise teemas.

Õppetekstis antakse ülevaade sellest, kuidas kiri saajani jõuab. Ülesandes 3 on vaja kogu paberkirja teekond kirjutajast saajani punkthaaval läbi arutada.

Õppetekstis (ülesanne 4) ja ülesandes 5 postiteenuste hindasid ei esitata, sest tööraamat on mõeldud pikaajaliseks kasutamiseks ja hinnad võivad muuttuda. Küll aga on kirjas Eesti Posti kodulehe aadress www.post.ee. Vasakpoolsest menüüribast otsides leiab hinnakirja nii liht- kui ka tähtkirjade saatmiseks Eestisse ja kaugemale.

Kui kiri sai eelmises tunnis valmis kirjutatud ja seekord kirja edasine teekond läbi arutatud, siis teema lõpetuseks tuleb kiri ümbrikusse panna ja ära saata. Ümbrikut on lihtne voltida. Ümbriku täitmise juhised on olemas. Ras-

kem on teadagi margiga. Siiski võib teha õpilastele ettepanek postkontorist mark osta ja kiri posti panna.

Teema **REKLAAM**

Eesmärk *Teadvustab reklaami eesmärke ning demonstreerib õpisisu-
sioonis reklaampakkumisele vastamist (sh keeldumist).*

Vahendid *reklaami käsitlevaks tunniks võiks olla eelnevalt lindistatud
reklaamiklippe, varutud reklaamlehti ja rohkete reklaamidega
ajakirju, mida klassis koos analüüsida*

Sissejuhatuseks teemasse on intervjuu, kus õpilased uurivad kaaslaselt, kus reklaame kohtab ning millised reklaamid meeldivad. Kaaslase vastused kantakse klassis ette. Ühisarutelu tulemusena peaks õpilased jõudma järeldusele, et reklaamid ümbritsevad meid kõikjal.

Kasutades õpilaste isiklikke kogemusi, saab arutleda selle üle, kas reklaamitavad kaubad on ikka paremad kui teised, miks reklaamitakse ka tervist kahjustavaid tooteid ja miks mõne kauba reklaamimine on keelatud.

JÄTA MEELDE annab reklaami mõiste selgituse ja eesmärgi. Värvilisel pinnal olev tekst vajab ühist analüüsi ja täpsustamist konkreetsete näidetega. Mõistagi toimub see töö õpetaja pideval suunamisel.

Ülesanne 3 suunab analüüsima erinevaid reklaame: kellele on need suunatud ehk kes on sihtrühm, milline osa reklaamist on kirjas hästi suurelt, milline väga väikeses kirjas ja miks see nii on.

Ülesandes 4 tuleb leida reklaamlausele vastav teenus/kaup ja need omavahel ühendada. Ka siin saab arutleda sihtrühma üle.

Õppetekstis (ülesanne 5) kirjeldatakse telefoni teel tehtud reklaamipakkumist.

JÄTA MEELDE tuletab meelde viisakust ka ei-ütlemisel. Näiteks on toodud ka mõned viisaka keeldumise sõnastused.

Lõpetuseks tuleb rühmatööna teha mõne klassis oleva eseme reklaam. Samuti võib reklaamida mõnd klassi või kooli peatselt saabuvat üritust vms.

Teema ISIKUT TÕENDAV DOKUMENT

Eesmärk Teab, kuidas hangitakse ja kasutatakse isikut tõendavat dokumenti.

Loodusõpetuse tunnis on rahvastiku teema all uuritud isikukoodi ja selgitatud selle numbrikombinatsiooni saamise viisi. Tunni sissejuhatuseks on hea seda meelde tuletada, sest isikukood on kohustuslik osa kõikidel isikut tõendavatel dokumentidel. Selgitada mõistet *isikut tõendav dokument*.

Õppetekstis on üles loetletud isikut tõendavad dokumendid. Arutleda saab selle üle, millised dokumendid on õpilastel olemas, kus neid on vaja läinud ja mida läheb vaja kõige sagedamini. Lähemalt tutvustatakse ID-kaarti.

ID-kaardi turvalisuse vajadusele rõhuv tabel on küllaltki keeruline. Selle selgitamiseks saab vaadata infot www.id.ee ja www.politsei.ee/et/teenused/isikut-toendavad-dokumendid/id-kaart.

Pass on isikut tõendav dokument reisimiseks ning selle omamine on vabatahtlik.

JÄTA MEELDE osas antakse juhiseid, kuidas ID-kaarti hankida. Õpilastel, kellel veel ID-kaarti pole, on varsti aeg see muretseda.

Küsimuste koostamise ülesanne (ülesanne 10) annab õpilastele võimaluse täpsustada seda, millest nad varem aru ei saanud. Valikvastustega ülesande täitmine (ülesanne 11) peaks andma õpetajale tagasisidet, kas erinevate dokumentide otstarve on õpilastele arusaadav.

Teema TUTVUMINE INTERNETIS

Eesmärk Mõistab internetiga kaasnevaid ohtusid.

Teema alustuseks tuleks arutleda õpilastega, kuidas internetis tuttavaks saadakse ja mis teemadel vesteldakse. Õppetekstis kirjeldatakse tutvumise võimalusi ja ohtusid, mis võivad kaasneda. Vaadata saab ka selleteemalist klippi internetist et.sheep.live.eu/fairytales/salasober

Ülesannete 3 ja 4 mõte on teadvustada õpilastele, et kui me pole kunagi inimest näinud, ei saa me otsustada, kas ta on usaldusväärne ja aus ning

millised on tema kavatsused. Otse suheldes jälgime alateadlikult inimese kehakeelt, näoilmet, liigutusi ja teeme järeldusi mitteverbaalsete vahendite ja jutu omavahelise vastavuse kohta. Internetituvuste korral jääb selline info saamata.

Õpilastele tuleb selgitada, et internetituttavaga kohtuma minnes on vaja sellest teada anda ka sõbrale või pereliikmetele, ja põhjendada sellise teavitamise vajalikkust.

Lõpetuseks saab arutleda, kas internetis tutvumine on pigem kasulik või ohtlik. Hea on arutelu tulemus kirja panna (ülesanne 6). Meedias on avaldatud piisavalt hoiatavaid näiteid, kuid vaikida ei tohiks ka suhtlemise positiivsest küljest. Õpetajal tuleb siin leida mõistlik tasakaal kahe poole vahel.

Oluline on, et õpilased mõistaksid – kõik, mis on internetis, pole tõde, ja kõik kellega nad suhtlevad, pole need, kellenad nad püüavad näida.

Palju toetavat materjali teema käsitlemiseks leiab õpetaja aadressilt www.targaltinternetis.ee.

Teema **TURVALISELT INTERNETIS**

Eesmärk *Mõistab, millist informatsiooni enda või teiste kohta on sobilik ja turvaline avaldada.*

Teema haakub eelnevaga. Seega peaks tunni alguses meelde tuletama internetituvusega seotud probleeme. Teemakohase probleemi püstitamist toetavad pildid lastest. Arutelu käigus saab pakkuda laste tuju rikkumise võimalikke põhjusi.

Probleemide vältimiseks või kahjude vähendamiseks on antud nõuanded, kuidas ohutumalt arvutit ja internetti kasutada.

Et nõuandeid paremini mõista, tuleb neid korduvalt teadvustades lugeda ning värvidega märgistada (roheline – tean ja kasutan, kollane – tean, ei ole kasutanud, punane – ei teadnud, nüüd hakkas kasutama).

Internetiohutuse klipid aitavad selgitada, millised ohud netis varitsevad: et.sheep.live.eu/fairytales.

Rühmatöö eesmärk on teadvustada, millist infot võib jagada ja millist mitte. Klassis moodustatakse kolm rühma. Iga rühm saab paberi, millel on pealkiri: SÕBER, VÕÕRAS, TUTTAV. Rühmatööna valmib plakat, millele kantakse see teave, mida võib jagada sõbraga/võõraga/tuttavaga. Järgnevas analüüsis on soovitatav paberite pealkirjad vahetada ning arutleda, mis võib juhtuda siis, kui info vale inimese kätte satub.

Pärast õigete ja valede väidete otsimist ja leidmist ülesandes 8 ning valede parandamist peaks iga õpilane välja kirjutama tema meelest kolm kõige olulisemat internetis käitumise juhust. Hea oleks juhiseid võrrelda, et teada saada, mida peetakse oluliseks ja kas kõik õpilased mõistsid turvalise käitumise vajalikkust.

KODU JA KODUKOHT

7. klassis tuleb kujundada teadmine, et kodu korrashoidmine on kõikide pereliikmete ühine mure. Kui 6. klassis kujundati oskust märgata ja luua kord oma toas, siis 7. klassis lisandub oskus korrastada kogu pere elamine, teadvustades, et see on kõigi pereliikmete vastutus.

Teema EESTIMAAL ELAVAD RAHVAD**Eesmärk** *Teadvustab ja väärtustab kultuurilist mitmekesisust.***Vahendid** *Eesti füüsiline ja maailma riikide kaart*

Sissejuhatuseks tuleb aktualiseerida õpilaste teadmised Eestimaa eri paikadest (nt meenutades klassiekskursioone). Soovitavalt võiks 7. klassis olla seinal peale Eestimaa kaardi ka maailma riikide kaart.

Õppetekstis tuuakse esile erinevate rahvuste, erinevate keelte ja kultuuride teema.

Eestis on erinevaid murdeid ja kultuurilisi erinevusi ka eestlaste seas (setud, kihnlased, mulgid, võrukesed), lisaks neile elab Eestimaal palju teiste rahvuste esindajaid.

Teemat saab integreerida loodusõpetusega, samuti arendatakse diagrammide lugemise oskust ning rakendatakse arvutamisoskust.

Arutelu käigus on vaja tekitada kujutluspilt rahvusest ning kindlustada rahvuse definitsiooni mõistmine. Õpilastes tuleb tekitada arusaam, et Eestimaal elavad inimesed on eestimaalased. Suure tõenäosusega võib ka klassis olla eri rahvusest õpilasi ning koolis eri rahvusest õpetajaid. Seda olukorda ära kasutades tasub otsida andmeid ka nende rahvuste kohta.

Ülesandele 6 järgnevad küsimused suunavad arutelu selles suunas, miks meil üldse on vaja teisi keeli õppida. Kõlama peab jääma, et kultuuriline ja rahvuslik erinevus rikastavad elu.

Euroopa Liidu riikide keeli saab kuulata Euroliidu kodulehel: www.europa.eu/abc/european_countries/languages/estonian/index_et.htm?_et

Teema RAHVUS, KEELED, KOMBED

Eesmärk *Suhtub sallivalt teistesse rahvustesse ja kultuuridesse.*

Tegemist on teemaga, mille puhul saab ära kasutada õpilaste kogemusi ja ergutada neid vestluses osalema.

Ülesande 2 eesmärk on jõuda tõdemiseni, et välimus, käitumine, pikkus, usk, hobid ja iseloomujooned ei sõltu rahvusest. Küll aga on rahvusega seotud keel, kombed ja toidueelistused. Õpilased peaksid olema suutelised tooma näiteid, kuidas rahvusest tingitud erinevused mõjutavad suhtlemist.

Kommete kohta saab lähemat infot otsida internetist või „Laste entsüklopeediast”.

Eri rahvastel on ka erinevad muinasjutud ning neid saab lugeda ja analüüsida lugemistunnis. Rikkalikku valikut eri rahvaste muinasjuttudest pakub sari „Saja rahva lood”.

Eri rahvastel on ka erinevad mängud, mõnda neist võib tunni lõpetuseks mängida.

Kõlama võiks jääda mõte, et teiste rahvaste kombeid on kasulik teada, et mitte sattuda piinlikesse olukordadesse või lausa konflikti. Õpetaja peaks end kurssi viima eri rahvaste kommetega. Eriti hea näide on noogutamise ja pearaputamise vastandtähendus Eestis ja Bulgaarias. Palju elevust võib klassis tekitada bulgaarlase rolli mängimine. Sellisel juhul tuleb jaatavat vastust saata pearaputusega, mis on vastupidine meie jaatuse harjumuspärasele liigutusele – noogutamisele.

Teema MÕELDES MAAILMAS TOIMUVALE

Eesmärk *Mõistab, et lisaks õigustele on inimestel ka kohustused.*

Teema on mõeldud käsitlemiseks kodanikupäeva paiku ja selle eesmärk on ärgitada õpilasi kaasa mõtlema globaalse maailma teemadel.

Ülesandes 1 on toodud rida mõtlemapanevaid fakte maailma rahvastiku kohta. See peaks õpilastele andma aluse, et võrrelda enda olukorda teistega. Kui kõik eluks vajalik (ülesanne 2) on kirja pandud, tekib võimalus hinnata

oma elujärge. Arutlemist väärib see, miks on maailmas naisi rohkem kui mehi, ehkki tüdrukuid ja poisse sünnib enam-vähem võrdselt.

Ülesande lõputabeli abil peaks jõudma järelduseni: meie elame heaoluriigis, paljud rahvad elavad meist halvemini. Teema on delikaatne ja nõuab õpetajalt oskust selgitada probleeme, riivamata seejuures ka väga vaestest peredest laste tundeid.

On oluline teadvustada õpilastele, et inimeseks olemisel on alati kaks vastandlikku poolt: kohustused ja õigused. Ülesanded 4 ja 5 ärgitavad mõtlema, mis on elus oluline. Sõna-, mõtte- ja usuvabaduse mõistmine on õpilastele tõenäoliselt üle jõu käiv. Õpetajal tuleb seda selgitada konkreetsete näidete varal. Õigus sõna-, mõtte- ja usuvabadusele võib mõnikord tekitada mitmesuguseid pingelisi olukordi.

Õpilastes tuleb kujundada hoiak kaasinimestega lugupidavaks käitumiseks ka siis, kui nende tõekspidamisi ei jagata. Väärikas käitumine aitab meil elus igasugustes olukordades hakkama saada. Viisakas, endast ja teistest lugupidav käitumine peaks saama normiks. *Käitu kodus nagu kuninga juures, siis võid kuninga juures käituda nagu kodus.*

Teema **MINU VABA AEG**

Eesmärk *Oskab nimetada vaba aja mitmekülgse veetmise võimalusi kodukohas.*

Kõigepealt tuleb õpilastega jõuda ühisele arusaamale selles, millist aega me nimetame vabaks ajaks. Samuti tuleb läbi arutada, missugused asutused on mõeldud vabaajaveetmiseks.

Võib juhtuda, et lapsed ei leia iseseisvalt valla ja linna kodulehtedelt otsides vaba aja veetmiseks olulist infot üles. Õpetajal tuleks kodulehed eelnevalt ise läbi vaadata, et saada ülevaadet seal leiduvast. Siis saab ta lapsi vajadusel suunata.

Ülesandes 5 on nimetatud mitmesuguseid vaba aja sisustamise võimalusi. Arvatavasti on ülesandes kirjas mõni tegevus, millega õpilased pole kokku puutunud või pole seda peetud vaba aja täitmise võimaluseks. Tihti ei saa

kerge intellektipuudega õpilased arugi, et paljusid asju tehakse vabal ajal ja vabatahtlikult. Siin tuleb õpetajal asjakohaseid selgitusi jagada.

6. ülesande eesmärk on suunata õpilasi endale sobivat ja huvipakkuvat vaba aja veetmise võimalust otsima. Kui aadress, kellaeg ja juhendaja leitud, siis võib juhtuda, et laps leiabki tee huviringi.

Kõlama peaks jääma mõte, et sõpradega või üksi oma huvialaga tegeleda on mõttekam kui lihtsalt oma aega mittemillegitegemisega surnuks lüüa.

Teema VAATAMISVÄÄRSUSED MINU KODUKOHAS

Eesmärk Oskab leida teavet kodukoha vaatamisväärsuste kohta, tutvustada neid teistele.

Vahendid Eesti füüsiline ja Euroopa või maailma riikide kaart

Sissejuhatuseks peaks õpilastega arutlema, mis on vaatamisväärsus, milliseid vaatamisväärsusi nad oma lähiumbruses teavad ja mida turistid sageli külastavad. Õppetekstis on nimetatud kõige tuntumad vaatamisväärsused Eestimaal. Need tuleks tekstist leida ja joonida ning seejärel ka kaardil üles otsida. Hea on arutelu tulemusel jõuda arusaamisele, et tunda ja avastada tuleb kõigepealt oma koduümbrust.

Õppeteksti (ülesanne 3) lugemise järel täidetav tabel annab ülevaate võimalikest vaatamisväärsustest ning võimaldab esile tuua ka iga õpilase huvid eraldi. Tabeli lõpus on lahter, mida täites selgub, mida õpilased ise näha tahaksid.

Eelnev annab ette näidise, mille järgi saavad õpilased otsida internetist õpetaja abiga teavet oma kooli ja kodu ümbruse vaatamisväärsuste kohta. Jälle võib õpilastel tekkida raskusi sobiva internetiaadressi leidmisega. Õpetaja peaks eelnevalt uurima valla, linna või maakonna kodulehte, samuti aitab sait www.puhkaeestis.ee/et.

Kodutööna võiksid õpilased otsida infot ühe konkreetse, neid huvitava vaatamisväärsuse kohta Eestis. Abiks selle ülesande täitmisel on esitatud kava. Otstarbekas on koostatud materjali järgmise tunni alguses ka teistele tutvustada.

Teema **MATK KODUÜMBRUSESSE****Eesmärk** *Koostab matka või ekskursiooni plaani ning tutvustab seda kaaslastele.***Vahendid** *seljakott, vahetusriided, kampsun või mõni muu väga soe asi, müts, villased sokid, pesemisvahendid (hambahari, hambapasta, rätik), lusikas, kruus, söögikauss, veepudel, taskulamp, taskunuga, WC-paber, magamiskott või vähemalt osa neist asjadest*

Teema on jätkuks eelnevale. Õppetekstis kirjeldatakse ettevalmistusi matkale või ekskursioonile minekuks ning selgitatakse ülesannete jagamise vajalikkust. Oluline oskus on teha meeskonnatööd. Ülesannete jagamisel tuleb arvestada kaaslaste oskusi ja võimeid.

Eelnevat appi võttes peaks oma klassi matkaplaani koostamine olema õpetaja abiga jõukohane ülesanne. Marsruudi koostamisel on hea kasutada õpilaste eelmises tunnis koostatud vaatamisväärsuste tutvustusi.

Matkajale on väga oluline pakkida seljakott õigesti. Seda tuleks päriselt harjutada. Õpilastel peab kujunema oskus paigutada matkal vajalikud esemed nii, et need matkal ebamugavusi ei tekitaks. See tuleb tegelikkuses järele kontrollida, tehes pakitud seljakotiga tiir nt ümber koolimaja territooriumi. Selle ajaga peaks selguma, kas miski häirib või segab liikumist.

Teema **OMA TUBA, OMA LUBA****Eesmärk** *Teab, mis esemed on eluks vajalikud, teab toa sisustamise üldpõhimõtteid.***Vahendid** *dekoratsioonitüübist sõltuvalt vahendid. Jõuluehte valmistamiseks on vaja õhupalli igale õpilasele, iirisniiti, PVA-liimi, sädelevat liimi, kulda-karda*

Tegemist on teemaga, mille puhul tuleks tähelepanu pöörata laste kõnearendamisele, suunates õpilasi aktiivselt vestluses osalema ja oma kogemusi jagama. Õppetekstis kirjeldatakse mitut analüüsimist väärivat probleemi. Arutleda saab selle üle, mis on elamiseks esmavajalik ning mis on vähemtähtis, kuidas hankida vajalikke asju, kui uute ostmiseks pole raha. Samas

saab rääkida ka taaskasutusest kui säästvast eluviisist.

Tekstis on ka kõnekäänd „Oma tuba, oma luba!”, mille leidmise ja mõistmisega õpilased tõenäoliselt raskustesse satuvad. Õpilastele võib olla raske selgitada, mis teeb toast „oma toa”.

Ülesande 3 täitmise eesmärk on näidata, mis on eluks tegelikult vaja. Asjad kogunevad meie ümber. Ka selle temaga seoses saab rääkida taaskasutusest ja säästvast eluviisist.

PEA MEELES juhised on praktilist laadi ning selgitavad asjade paigutamise üldisi põhimõtteid.

Kaie toa plaani kleepimise ülesande eesmärk on kinnistada eelnevalt loetletud asjade paigutamise põhimõtteid.

Kui tuppä kuuluvate esemete kujutised on vähendatud kujul paberist välja lõigatud, saab neid erinevalt asetada ja proovida, missugune on esemete kõige otstarbekam paigutus. See peaks andma teadmise, kuidas oma toa sisustamist alustades asjade paigutamist päriselt proovida.

Oma toa plaani (ülesanne 5) peaks olema õpilastel juba lihtne teha. Alustuseks tuleb plaanil määrata akna ja ukse asukoht.

Ülesanne 6 suunab tehtud kujunduse analüüsile, mille tulemusel võib selguda mingi mööblieseme ümbertöstmise vajadus, et tuba mugavam saaks.

Kodu kaunistamine kuulub meil jõulude, lihavõtete ja sünnipäevade juurde. Õpilastel on võimalus lugeda, kuidas valmistada jõuluehteid (funktsionaalse lugemisoskuse kujundamine). Ehete praktiline valmistamine võib toimuda inimeseõpetuse tunnis, aga seda võib teha ka koostöös käsitööõpetajaga!

Teema TUBA KORDA!

Eesmärk Koostab kodu korrashoiu ja vaba aja sisustamisega seotud tegevuste plaani (tegevuste ajaline järjekord, oma soovide ja võimalustega arvestamine).

Teema on loogiline jätk eelnevale. Otstarbekas on meenutada, kuidas Kaie endale toa sai.

Võimalik on õppeteksti alusel arutleda, miks Kaiele ema arvamus korda läks ja kas õpilastele on nende vanemate arvamus samuti oluline.

Edasises tekstis (ülesanne 3) esitatakse üks võimaliku koristamise plaan ning ka ülesannete jaotus pereliikmete vahel. Õpilasi tuleb suunata rääkima oma pere tavadest. Arutleda tuleks selle üle, kas on õige, et koristamine on vaid ema kohustus.

Järgnevasse tabelisse (ülesanne 5) saab eelneva alusel kirja panna tööde järjekorra.

Kõiki koristamiseks vajalikke vahendeid pole tekstis nimetatud, need tuleb õpilastel endal välja mõelda.

Ülesandes 6 on esitatud näide oma tegevuse planeerimisest ning sellele järgnev kontroll. Kontrollimine toimub teksti põhjal. Ülesanne 7 võib olla õpilastele raske ning selle lahendamine vajab õpetaja abi.

Oma tegevuse planeerimine on õpilastele väga raske ülesanne. Soovitav on lasta sellist plaani koostada ning pärast kontrollida mitme nädalavahetuse jooksul. Plaanide koostamine ja nende realiseerimise hilisem analüüs teadvustab, millele õpilased tegelikult aega kulutavad ja kui palju aega jookseb tühjalt.

INIMENE JA TÖÖ. INIMENE JA RAHA.

7. klassis käsitletakse töö eesmärke, tulemusi ja vajalikke tingimusi töö teostamiseks.

Kuna noored soovivad teenida ja omada raha, käsitletakse ka alaealistele sobiva töö teemat. Rahaga seonduvalt räägitakse eelarvest.

Teema **TÖÖ**

Eesmärk *Mõistab töö olemust ja tähtsust inimese elus.*

Töö teema juhatab sisse hiina muinasjutt „Kuidas muld hõbedaks muutus”. Muinasjutus käsitletakse erinevaid tööga seotud teemasid: töökust ja laiskust, vanemate lõputut armastust ja hoolitsust, töö kasvatavat mõju jne. Selgitust vajab vastus küsimusele: *Mis näitab, et Vang Da eest olid hoolitsenud vanemad?* Leia tekstis sõna, mis sellele viitab. Õpilastel on raske leida ja mõista sõna „toitja”, mis vajab põhjalikumalt semantilist analüüsi.

Hiina muinasjutu kokkuvõtte saab edasi anda eesti vanasõnadega. Tuleb vaid leida sobiv.

Järgnema peab arutelu, miks tööd tehakse, mis juhtuks, kui tööd jääksid tegemata. Laisklemise ja puhkamise vahe on selge õpilastele, kes on ise kõvasti tööd teinud. Puhkamine on aeg, mil me tööd ei tee ja tegeleme endale meelepärase tegevusega. Puhkamine toob kaasa rahulolu, laisklemine mitte. On oluline selgitada, et saadav tasu pole töö tegemise ainus eesmärk. Rõhutada tuleb: tööd tehakse selleks, et tunda end vajalikuna, et tunda end mingisse rühma kuuluvana.

Ideekaardile saavad õpilased kanda töid, mida nad teha oskavad. Kui kohe ei meenu, saab õpetaja meelde tuletada töid, mida koolis ja kooli ümbruse korrastamisel on tehtud.

Ülesandes 6 selgitatakse, milline vahe on töö eesmärgil ja tulemusel. Töö eesmärgi väljamõtlemine on tõsine ülesanne täiskasvanutelegi. Sageli me ei mõtle, milleks me midagi teeme. Näiteks: lume koristamise tulemus on lumest puhas õu, eesmärk aga ohutu liikumise tagamine. Puude lõhkumise tulemus on korvitäis lõhutud puid, eesmärk hoopis soe tuba.

Ülesannetes 8 ja 9 tegeletakse oskuste ja tingimustega, mis on vajalikud töö tegemiseks. Näiteks: loomade ravimiseks on vaja teadmisi ja oskusi (oskust loomaga suhelda, süstida jne), vahenditest on vaja ravimeid, süstlaid, sidemeid jms.

Teema MIKS INIMESED TÖÖTAVAD?

Eesmärk *Mõistab ja oskab kirjeldada töö liike.
Teab, mis on kohuse- ja vastutustunne.*

Teema on jätkuks eelnevale, seega võiks tunni alguses uuesti arutleda töö eesmärkide ja tulemuste üle.

Õppetekst selgitab erinevate töö liikide olemust. On olemas palgatöö, vabatahtlik töö ja tööd, mida me teeme enda heaoluks. Tekst annab vastuse ka sellele, miks ja milleks erinevaid töid tehakse.

Ülesandes 2 tuleb täita keeruline tabel, millega õpilased abita kindlasti hakkama ei saa. Siin tuleb välja mõelda, milleks midagi tehakse, kellele tööd on vaja ning lõpuks, mis tasu saadakse. Näiteks:

Töö, mida teen	Minu eesmärk töö tegemisel	Kellele on vaja, et töö tehtud saab?	Töö eest saadav tasu
marjade korjamine marjakasvatustalus	raha teenimine	talunikule	raha
vanaemale pliidi- puude lõhkumine	abistada vanaema	vanaemale	pannkoogid maasikamoosiga

Tabelisse tuleb õpilastel lisada veel töö, mille eest saadi palka, ja töö, mida tehti vabatahtlikult.

Järgnema peaks kohuse- ja vastutustunde selgitus. Siin saab arutleda, kas vanemad tahavad kogu aeg töötada ning miks nad seda siiski teevad. Arutlemist väärriks vastutuse raske koorem.

Kõlama peaks jääma mõte, et kohuse- ja vastutustunne on arendatavad ning aitavad elus paremini hakkama saada.

Teema **ALAEALISTE TÖÖ**

Eesmärk *Teab oma õigusi ja võimalusi palgatöö tegemisel.*

7. klassi õpilased soovivad juba raha teenida ja vaheaegadel tööl käia. Teema on mõeldud õpilaste teavitamiseks nende õigustest ja võimalustest tööturul. Õppetekst ja sellele järgnev tabel annavad ülevaate töödest, mida alaealised tohivad teha, ja tingimustest, mis neile tuleb luua. Ülesandes 2 on nimetatud erinevad tööd ning nüüd saab klassis arutleda, kas need sobivad alaealistele, millisest vanusest alates sobivad või ei sobi üldse? Miks?

Järgneb alaealistele lubatud töötundide tabel ning selle abil täidetav lünk-tekst. Õpilased eksivad harjutuses lause juures: *Kooliskäiv alaealine tohib kooli ajal töötada ... tundi päevas.* Koolis käiv alaealine tohib kooli kõrvalt töötada neli tundi päevas. Vanusest sõltuv tööaja pikkus tuleb arvesse vaid koolivaheaegadel.

Tunni lõpetuseks saab arutleda selle üle, milliseid töid oleks õpilased valmis tegema ning millised on nende võimalused tööle saada.

Praegu kehtiv seadusandlus on ära toodud Sotsiaalministeeriumi kodulehel aadressil www.sm.ee/sinule/lapsele/laste-toeetamine.html.

Teema **RAHA**

Eesmärk *Mõistab, et kulutada saab seda raha, mis on realselt olemas.*

Raha on teema, mille puhul saab ära kasutada õpilaste kogemusi ja panna nad kaasa rääkima.

Sissejuhatav õppetekst räägib Ukust, kes kogub jalgratta jaoks raha. Teksti põhjal saab arutleda, kust lapsed raha saavad, mida nad sellega teevad ning kas raha koguda millegi jaoks on raske või kerge.

Intrigeeriv on ülesanne, kus tuleb otsustada, mida vanaema kingitud rahaga teha. Kui panna see kogumiskarpi, siis kui palju ja kui kauaks.

Ülesande 3 abil saab selgitada, mis on toetus, pension, palk.

JÄTA MEELDE rõhutab seda, et raha saab kulutada just niipalju, kui seda on. Ka riik saab kulutada niipalju, kui on riigil raha.

Raha teema juures peaks õpetaja lastele rääkima ka laenudest, krediitkaartidest ja selgitama nendega seotud võimalikke riske. Konkreetsete arvutuste varal saab näidata, kui suur on laenatud ja tagasimakstava summa erinevus ning mil viisil laenu andja rikastub laenu saaja arvel.

Teema **EELARVE**

Eesmärk *Oskab nimetada oma pere olulisemaid sissetuleku- ja kuluallikaid.*

Teema sissejuhatuseks võiks arutleda, millele kulub peres raha. Arutelu tulemused saab kirja panna ideekaardile.

Õppetekstis selgitatakse pere eelarvet, pere võimalikke sissetulekuid ja väljaminekuid.

Õpilased peaksid uurima eelarvet ning avaldama arvamust, kas sellised sissetulekud ja väljaminekud on reaalsed. Enamasti õpilased ei tea, kui palju kulub perel elektri, toidu, telefoni jms peale. Vähesed teavad, mis maksavad riided.

Klassis võiks läbi arutada, kui palju maksavad esmased toidu- ja tarbekaubad. Selleks peab õpetaja ettevalmistusi tegema ning paluma õpilastel eelnevalt poes hinnad üles kirjutada. Kasutada saab ka erinevaid kaupluste flaieereid. Siis saab klassis välja arvutada, kui palju kulub keskmiselt toidu peale.

JÄTA MEELDE rõhutab raha aruka ja säästliku kulutamise vajadust.

Lõpetuseks on õpilastel võimalus ära täita oma pere eelarve. Seda saab kodus ema ja isaga vesteldes kontrollida. Selle töö tulemusel kujuneb õpilasel ülevaade oma pere rahalistest võimalustest, mis ei kuulu avalikustamisele klassis.

INIMENE, SÄÄSTLIKKUS JA TURVALISUS

5. klassis on inimeseõpetuse tundides käsitletud jäätmekäitlust.

7. klassis, kus õpetus toimub kontsentrisuse põhimõttel, käsitletakse süvendatult jäätmekäitluse võimalusi ja viise, tegeletakse pakendikäitlusega.

Turvalisuse teemadest leiab käsitlemist turvaline reisimine, politsei kutsumine kuriteo korral.

Kordavalt räägitakse üle uimastitega seonduv problemaatika.

Teema JÄÄTMEKÄITLUS

Eesmärk Teab jäätmete individuaalseid ja ühiskondlikke käitlemisvõimalusi ja -viise.

Teema sissejuhatavas õppetekstis selgitatakse, miks tekib prügi ning kui palju me prügi tekitame. Kuna 7. klass käsitleb loodusõpetuses väga põhjalikult keskkonna teemasid, sealhulgas prügiga seonduvat, on esitatud kordamisülesanne erinevate taaskasutusse minevate prügiliikide kohta.

Järgnema peab arutelu: miks on prügi ohtlik ning kuidas on võimalik prügi hulka vähendada.

Kui on aega ja võimalust, võib õpilastega vaadata multifilmi „WALL-E”, mis annab üsna troostitu tulevikupildi inimeste süül prügis maetud Maast.

Järgneb selgitus, kuidas toimub jäätmekäitlus maal ja linnas ning miks on vaja prügi sorteerida ja kokku koguda. Sobiv on aktualiseerida teadmised prügi sorteerimisest, mida käsitleti 5. klassis. Kasutada saab prügisorteerimist õpetavat mängu „Prügihunt” internetiaadressilt www.prygihunt-tallinn-ee.sn18.zone.eu.

Õpilastel on võimalus järgi uurida, kus asuvad kodule ja koolile kõige lähemad erinevad prügikogumiskohad. Igal valla ja linna kodulehel on ka jäätmekäitluse kajastus. Õpetaja võib eelnevalt kohaliku omavalitsuse kodulehga tutvuda, et infot lähimate jäätmekäitluspaikade kohta tunnis kergetini leida. Jäätmekäitlust ja taaskasutust kajastab keskkonnaministeeriumi koduleht www.envir.ee.

Teema PAKENDIKÄITLUS

Eesmärk Teab prügi käitlemist reguleerivate piktogrammide tähendust.

Vahendid mitmesugused erinevad pakendid

Sissejuhatuseks võib õpilastele näidata erinevaid piktogramme (märke) ja küsida, kas ja kus on õpilased neid märganud ja mida need tähendavad.

Õppetekst annab ülevaate pandimärkidest. Head materjali saab pakendi-

alaseltsi kodulehelt www.taaratark.ee. Samas on ka pakendikäitlemise mäng, mida saab klassis mängida.

Järgnevalt tuuakse esile enamlevinud piktogrammide ja nende tähendused. Õpetaja kaasatoodud pakendeid uurides võib ilmneda, et kõiki piktogramme polegi tööraamatus kirjas. Õpetaja juhendamisel saab abi internetiaadressilt www.pkpk.ee/opiobjekt/lea/margistus/index.html.

Teema REISIMINE

Eesmärk *Teab erinevate transpordivahendite kasutamise eeliseid ja puudusi reisimisel.*

Sissejuhatavas tekstis kirjeldatakse ühistranspordi kasutamist ja hääletamist (e pöidlaküüti). Õpilastega saab arutleda hääletamise pluss- ja miinuspoolte üle, samuti ühistranspordi heade ja vähem heade külgede üle. Teemat käsitledes tuleb lähtuda eelkõige kohalikest oludest ja kohalikust ühistranspordist. Õpetaja peab looma õppesituatsiooni, milles on vaja koostada reisigraafik kaugemale sõiduks (Eestimaa teised piirkonnad, Soome, Rootsi).

Sellisel juhul tuleb õpilastega uurida erinevaid bussi-, rongi- ja laevaliikluse võimalusi www.neti.ee/cgi-bin/teema/ARI/Transport/.

Vaadata saab väljumisaegu, piletihindu jm ning otsustada kõige otstarbekam reisimise viis. Otstarbekust saab hinnata erinevatest aspektidest: aeg, hind, mugavus, põnevus, turvalisus.

Teema PÖÖRDUMINE POLITSEISSE

Eesmärk *Selgitab, milliste juhtumite korral tuleb pöörduda politseisse.*

Teema sissejuhatuseks on õppetekst, mille lugemise järel saab arutleda, miks kutsus Aleksei politsei ja millal on vaja kutsuda politsei.

Ülesannete 3 ja 4 abil saab selgitada, kuidas käituda ja mida rääkida, kui on vaja kutsuda politsei. Telefoni kaudu abi kutsumise vorm sarnaneb kiirabi kutsumise toimingutega. Ka siin on oluline rääkida: mis juhtus, kellega juh-

tus, kus juhtus, millal juhtus. Vaja on öelda selgelt oma nimi ning vastata politsei esitatavatele lisaküsimustele.

Õpetaja peaks selgitama, et politseile tuleb teada anda ka vigastustest, mis kuriteo tagajärjel on saadud. Korrapidaja annab teate edasi kiirabile.

Meenutada tuleb ka seda, et hädaabinumbriks saab helistada ka siis, kui SIM- kaarti mobiiltelefonis sees ei ole või kui puudub kõneaeg.

Praktilise tööna võib lõpetuseks koostada politseisse helistamise juhise.

Teema **HOIAN END JA OMA SÕPRU, ÜTLEN EI UIMASTITELE!**

Eesmärk *Teab ja nimetab uimastite tarvitamise levinumaid põhjusi.*

Sissejuhatuseks tuleb eelmisel aastal õpitust meelde tuletada, mida nimetatakse uimastiteks, milliseid probleeme need tekitavad ja kuidas öelda EI uimastitele. Kordamiseks sobib kasutada 6. klassi tööraamatu II osa HEV-lehel.

Järgnevad tekstilõigud annavad ainekõige arutluseks:

Mida ütlevad uuringud noorte uimastitarbimise kohta?

Miks tarvitatakse uimasteid? Kust noored saavad uimasteid?

Arutelude ja teksti põhjal saavad õpilased täita lünkülesande.

JÄTA MEELDE annab konkreetsed juhised, kuidas öelda EI.

Õppeteksti abil selgitatakse alkoholi- ning narkojoobe erinevust. Alkoholi-joobes inimese tunneb arvatavasti ära iga õpilane, narkojoove ei väljendu nii selgesti. Ülesandes 7 tuleb leida ja tähistada joobes inimese tunnused. Pärast ülesande täitmist tuleb otsustada, milliste nähtude korral kutsuda kiirabi.

Õpetaja saab anda esimesid teadmisi selle kohta, mida saab teha joobes inimese abistamiseks. Vaja on panna inimene poollamavasse asendisse. Toimida tuleb nii, et inimene ei vajuks poollamavast asendist kõhuli, nagu vastu maad. Nii võib inimene lämbuda. Täpsemaid juhendeid saab vaadata aadressilt www.redcross.ee.

Praktilise ülesandena sobib paaristööna harjutada helistamist numbrile 112. Õpetajal on otstarbekas selleks ette valmistada õnnetusjuhtumite lühikirjeldused: avarii, tulekahju, õnnetus rannas, lumehanges magav inimene, pussitatu leidmine jne.

Teemat on sobiv lõpetada lisaülesandega infomaterjali koostamiseks eakaaslastele.

Kasutada saab: www.narko.ee.