

INIMESEÕPETUS
VI KLASS (35 TUNDI)

Õpitulemused	Õppesisu
6. klassi lõpetaja: 1) kirjeldab enesehinnangu, enesekontrolli ning eneseanalüüsi võimalusi ja olulisust igapäevasuhetes, väärtustab inimeste erinevusi ning oskab teisi arvestada, demonstreerides seda õpisisituatsioonis; 2) väärtustab enda ja teiste positiivseid iseloomujooni ja omadusi ning sõprust ja armastust vastastikuse toetuse ning usalduse allikana; 3) väärtustab hoolivust, ausust, õiglust ja vastutustunnet ning kirjeldab tõhusaid sotsiaalseid oskusi igapäevaelus: üksteise aitamist, jagamist, hoolitsemist ja koostööd; 4) kirjeldab, millised kehalised ja emotsionaalsed muutused toimuvad murdeas, aktsepteerides nende individuaalsust; 5) kirjeldab ja selgitab konfliktide võimalikke põhjusi ning oskab eristada tõhusaid ja mittetõhusaid konfliktide lahendamise viise; demonstreerib, kuidas õpisisituatsioonis tõhusalt verbaalselt oma tundeid väljendada, aktiivselt kuulata ja kehtestavalt käituda; 6) kirjeldab, mis on füüsiline, vaimne ja sotsiaalne tervis, ning arvestab tervisliku eluviisi komponente igapäevaelus; 7) kirjeldab uimastite tarbimisega kaasnevaid riske ja väärtustab tervislikku elu uimastiteta; demonstreerib õpisisituatsioonis, kuidas keelduda ennast ja teisi kahjustavast tegevusest; 8) teab ja oskab õpisisituatsioonis leida erinevaid lahendusviise otsuste langetamisel; 9) teab, kuidas toimida ohuolukorras, oskab õpisisituatsioonis abi kutsuda ning valdab esmaabivõtteid; 10) kirjeldab tegevusi, mis muudavad tema elukeskkonna turvaliseks ja tervist tugevdavaks.	I teema „Mina ja suhtlemine“, 4 tundi Enesesse uskumine. Enesehinnang. Eneseanalüüs. Enesekontroll. Oma väärtuste selgitamine. II teema „Suhtlemine teistega“, 9 tundi Minu ja teiste vajadused. Vajaduste hierarhia. Suhtlemise komponendid. Verbaalne ja mitteverbaalne suhtlemine. Aktiivne kuulamine. Tunnete väljendamine. Eneseavamine. Eelarvamused. Kehtestav, agressiivne ja alistuv käitumine. Ei ütlemine seoses ennast ja teisi kahjustava käitumisega. III teema „Suhted teistega“, 9 tundi Tõhusad sotsiaalsed oskused: üksteise aitamine, jagamine, koostöö ja hoolitsemine. Sallivus enda ja teiste vastu. Hoolivus. Sõprussuhted. Usaldus suhtes. Empaatia. Vastutus suhetes. Kaaslaste mõju ja surve. Erinevuste ja mitmekesisuse väärtustamine. Isikuseärasused. Soolised erinevused. Erivajadustega inimesed. IV teema „Konfliktid“, 3 tundi Konfliktide olemus ja põhjused. Tõhusad ja mittetõhusad konfliktide lahendamise teed. V teema „Otsustamine ja probleemilahendus“, 5 tundi Otsustamine ja probleemide lahendamine. Erinevate käitumisviiside leidmine probleemide lahendamises. Tagajärgede arvestamine probleemilahenduses. Vastustus otsustamisel. VI teema „Positiivne mõtlemine“, 2 tundi Positiivne mõtlemine. Positiivsed jooned ja omadused endas ning teistes, nende märkamine.