

Eluoskused

5. KLASS.....	2
LOODUSÕPETUS.....	2
PRANTSUSE, SAKSA JA VENE KEELE TUTVUSTUS.....	3
PLIIATSI JA KUSTUKUMMIGA.....	4
FUNKTSIONAALNE LUGEMISOSKUS.....	5
6. KLASS.....	6
ARVUTIPÕHINE MATEMAATIKA.....	6
LOODUSÕPETUS.....	7
VISUAALSED ÕPIOSKUSED.....	9
7. KLASS.....	10
ELUÕPETUS.....	10
MEEDIAÕPETUS.....	14
RAHATARKUS.....	15

5. KLASS

LOODUSÕPETUS

Inimene ja loomad (3t)

Teema läbimisel õpilane:

- oskab käituda metsloomadega
- suudab tuvastada tegevus jälje järgi liiki;
- tunneb tavalisemaid kodu- ja lemmiklooma tõugusid ;

Õppesisu

Loomade jaotus inimese seisukohast, koduloomad, metsloomad, lemmikloomad, ulukid kiskjad, saakloomad jne. Inimese käitumine reeglid metsloomadega. Kiskjate osa looduses ja suhted inimestega.

Praktilised tööd

- Film “Laanetaguse suvi”
- Tavalisemad lemmikloomade tõud
- Imetajate tegevuse jäljed

Vee-elustik (2t)

Teema läbimisel õpilane:

- tunneb binokulaarluubi ehitust;
- oskab vaadelda binokulaarluubiga elusobjekte;
- oskab määrata liigini või sugukonnani mikroplanktonit;
- oskab kasutada planktoni püügi vahendeid

Õppesisu

Binokulaarluubi ehitus ja kasutamine. Planktoni olemus ja püügimeetodid. Planktonorganismide jaotus : aerjalalised, vesikirbulised, keriloomad .

Praktilised tööd

- Planktoni püük ja meetodid;
- Planktoni määramine kameraaltöödega.

Vees selgrootud, pentos (2t)

Teema läbimisel õpilane:

- oskab kasutada põhjaammutit;
- tunneb ohutuse reegleid olles veekogu kaldal;
- oskab määrata tavalisemaid veeselgrootuid määramisliniku asbil.

Õppesisu

Jõe selgrootud. Nende liigid ja ökoloogilised eripärad ja erilised toitumise ja hingamise viisid. Põhjaloomastiku määramine ja tundmaõppimine.

Praktilised tööd

- Põhjajoomastiku püük jõel või tiigil;
- põhjajoomastiku liikide tuvastamine määramislinikul.

Merelinnud (3t)

Teema läbimisel õpilane:

- Oskab kasutada lindude vaatlusel binoklit;
- oskab määrata linnuliiki eemalt käitumise silueti ja eriliste tunnuste alusel;
- oskab käituda linnuvaatlusel.

Õppesisu

Binokli ehitus ja kasutamine. Lindude jaotus suuruse klassidesse. Linnuliikide liikumise, toitumise ja paaritumiskäitumise eripärad. Linnuvaatluse distsipliin.

Praktilised tööd

- Lindude vaatlus Vallikäärus ja Raiekivi Säärel.

Vee omadused (1t)

Teema läbimisel õpilane:

- saab aru pindpinevusest;
- mõistab kapillaarsuse olemust;
- saab aru, mismoodi pesuained puhastavad ja kuidas need mõjuvad elusloodusele.

Õppesisu

Pindpinevuse, kapillaarsuse ja märgumise molekulaarne seletus ja olulisus looduses.

Praktilised tööd

- Kapillaarsuse katse;
- Pindpinevuse katse (ujuv kirjaklamber) + selle uputamine detergendiga.

PRANTSUSE, SAKSA JA VENE KEELE TUTVUSTUS

5. klassi lõpetaja õpitulemused

Kuulamine

- tunneb õpitava keele teiste hulgast ära;
- saab õpitu ulatuses aru õpetaja korraldustest ja reageerib nendele;
- saab aru temale tuttavatest sõnadest ja lihtsatest väljenditest.

Kõnelemine

- oskab hääldada õpitava keele häälikuid;
- oskab tervitada ja hüvasti jätta;
- oskab end tutvustada;
- oskab nimetada numbreid 1-10, värve, nädalapäevi, kuid, aastaaegu, pereliikmeid.

Lugemine

- oskab lugeda õpitud sõnu ja fraase;

- on tutvunud põhiliste lugemis- ja hääldusreeglitega.

Kirjutamine

- oskab kirjutada õpitud sõnu ja fraase;
- on tutvunud tähestikuga ja harjutanud selle kirjutamist (vene keel).

Õppesisu

5. klassi B-võõrkeele valikaine kursuse eesmärgiks on tutvuda valikus oleva keele ja seda keelt kõnelevate riikidega: sümboolika, päritolu, ajalugu, keelt kõnelevate inimeste arv, keelt kõnelevad riigid maailmas, tähestik ja hääldus, mõju eesti keelele, riikide vaatamisväärsused ja peamised linnad, huvitavad faktid. Õpihimu toetatakse läbi mängude, laulude ja muude lõbusate tegevuste.

PLIIATSI JA KUSTUKUMMIGA

Eesmärgid:

- paraneb koordineerimine;
- areneb peenmotoorika;
- areneb ruumiline mõtlemine;
- areneb loovus, loovmõtlemine;
- paraneb keskendumisvõime;
- juhendiga töötamisel kujuneb iseseisva töö oskus;
- oma töö võrdlemisel näidisega (kaasõpilaste töödega) areneb enesekontroll;
- areneb joonestusvahendite kasutamise oskus;
- õpitakse nägema matemaatika mängulisust ja kunstilist poolt;
- paraneb lugupidav ja vastutustundlik suhtumine kaasinimeste loomingusse;
- julgetakse küsida abi klassikaaslastelt ja õpetajalt.

Teema: joonestamine

Teema läbimisel õpilane:

- saab aru sümmeetriliste mõistetest;
- oskab nimetada ja joonestada sümmeetrilisi kujundeid;
- saab aru mõõtkava vajadusest;
- oskab suurendada(vähendada) kujundit;
- oskab joonestada ringjoont;
- saab aru raadiuse ja diameetri (läbimõõdu) mõistetest;
- kinnistab ristküliku (ruudu) pindala valemit;
- konstrueerib lihtsama tangrami;
- lahendab eakohaseid loogikaülesandeid;
- suhtub enda ja teiste töösse vastutustundlikult.

Õppesisu

Kujundite konstrueerimine joonlaua ja/või sirkli abil, kubism (Picasso, Vahtra), mõõtkava, kujundite suurendamine ja vähendamine etteantud arv kordi, pindala (ristkülik, ruut) mängud, tangrami konstrueerimine, sümmeetria, tessellatsioon (mosaiikimine), loogikaülesanded,

Fibonacci spiraal, kuldlõige.

Praktilised tööd

- Muna joonestamine sirkli ja joonlaua abil.
- Muna tangrami valmistamine.
- Mandalate joonestamine.
- Fibonacci spiraali joonestamine.
- *String art* kujundite joonestamine.
- Geomeetriliste kujundite kujutamine koordinaattasandil.
- Mõõtkava - olemasolevate kujundite suurendamine ja vähendamine
- Ruumilise kuubi ja risttahuka joonestamine koordinaattasandil. Antud kujundite ruumala.
- Ruudu ja ristküliku joonestamine koordinaattasandil ja nende pindalade arvutamine.
- Kujundi teise poole joonestamine kasutades sümmeetriat.
- Lihtsa mosaiigi kujundamine.
- Punktide ühendamise jooniste lahendamine ja koostamine.
- Pinginaabri joonistamine kubistlikus stiilis.

Teema: origami, kirigami

Teema läbimisel õpilane:

- teab, mida tähendavad sõnad *origami* ja *kirigami*;
- oskab ristkülikukujulisest paberist lõigata välja ruutu;
- oskab leida internetist voltimise juhendeid;
- voldib juhendi järgi lihtsamaid kujundeid;
- konstrueerib lihtsama 3D skulptuuri.

Õppesisu

Origami, lihtsamate kujundite voltimine, kirigami, lihtsama paberskulptuuri valmistamine.

Praktilised tööd

- Kuubi voltimine ning volditud kuubi pindala ja ruumala arvutamine.
- Viisnurga voltimine.
- Salvrättide voltimine.
- Tähtpäevadele (lihavõtted, emadepäev, jõulud jms) ja aastaaegadele vastavate kujundite voltimine ja konstrueerimine (nt jõulukaardid, lumehelbed jms).
- Hüppikkaarti või hüppikmaja konstrueerimine.
- Paberist mudeli valmistamine.

FUNKTSIONAALNE LUGEMISOSKUS

Teema: Lugemistüübid: süvalugemine, valiklugemine, üldlugemine (2 tundi)

Teema läbimisel õpilane:

- õpilane oskab eristada erinevaid lugemistüüpe;
- õpilane oskab vastavalt eesmärgile valida sobivat lugemistüüpi;

Õppesisu

erinevate lugemistüüpide selgitamine

Praktilised tööd

- grupid koos erinevate lugemistüüpide rakendamine

Teema: Mõistmisstrateegiad: ennustamine, küsimuste esitamine, selgitamine, kokkuvõtte tegemine (5 tundi)

Teema läbimisel õpilane:

- oskab juhtida oma lugemisprotsessi juba enne lugema hakkamist, lugemise ajal ning pärast lugemist;
- teab erinevaid lugemisstrateegiaid;
- oskab kasutada erinevaid mõistmisstrateegiaid
- oskab oma tegevust eesmärgistada ja analüüsida;

Õppesisu

strateegiate tutvustamine ja mudeldamine;
Rühmatöös osalemine (rollide jagamine, harjutamine);
strateegiate harjutamine rühmades;
enda tegevuse ja pingutuse hindamine

Praktilised tööd

- Õpilane osaleb **vähemalt neljas** erinevas rühmatöös, kus on saanud rakendada kõiki lugemisstrateegiaid (ennustamine, küsimuste küsimine, selgitamine ja kokkuvõtte tegemine)

Teema: Õpikuteksti lugemine (3 tundi)

Teema läbimisel õpilane:

- oskab kasutada erinevaid lugemisstrateegiaid õpikutekstides;
- oskab eristada olulist infot ebaolulisest;
- oskab markeerida võõraid sõnu ja leida neile tähendusi;
- oskab teksti läbitöötada ja teha konspekte;

Õppesisu

erinevate õpikutekstidega töötamine rakendades lugemisstrateegiaid

Praktilised tööd

- Õpilane töötab läbi **vähemalt kolme** erineva aine lugemistekstid;

6. KLASS

ARVUTIPÕHINE MATEMAATIKA

Teema läbimisel õpilane:

- oskab andmebaase etteantud nõuete kohaselt sorteerida
- tunneb ja oskab kasutada tabelarvutuse lihtsamaid valemeid (SUM, MIN, MAX, AVERAGE, COUNT, COUNTIF)
- oskab vajadusel ise valemit koostada (nt osakaalu arvutamine)
- oskab saadud tulemust nõutud järguni ümardada
- oskab andmeid esitada erinevatel diagrammidel (tulpdiaagramm, sektordiaagramm)
- oskab diagramme kujundada
- oskab programmis GeoGebra kanda koordinaatteljestikku punkte etteantud koordinaatide järgi, joonestada lõike, kiiri ja sirgeid, paralleelseid sirgeid, ristuvaid sirgeid, lõikuvaid sirgeid
- oskab joonestada lihtsamaid geomeetrilisi kujundeid (kahemõõtmelisi ja kolmemõõtmelisi)
- oskab arvutada kujundite übermõõtu ja pindala
- oskab joonestada etteantud suurusega nurka
- oskab mõõta joonestatud nurga suurust
- oskab kujundada joonist etteantud nõuete kohaselt

Õppesisu

Tabelarvutuse lihtsamad valemid ja andmete sorteerimine. Tulemuste esitamine diagrammil (tulpdiaagramm, sektordiaagramm). Diagrammi kujundamine.

GeoGebra kasutamine lihtsamate geomeetriliste kujundite joonestamiseks ning nende kujundite matemaatiliseks analüüsiks (übermõõt, pindala, nurgad jne).

Praktilised tööd:

- tabelarvutus - igas tunnis täidetakse koostöös õpetajaga või iseseisvalt Classroomi keskkonnas olevad ülesanded ning esitatakse
- arvutipõhine geomeetria - igas tunnis täidetakse koostöös õpetajaga või iseseisvalt Classroomi keskkonnas olevad ülesanded ning esitatakse
- 5. ja 10. tunnil lahendavad õpilased vastava teema kohta arvestustööd

LOODUSÕPETUS

Mikroskoobi õpetus

Teema läbimisel õpilane:

- tunneb mikroskoobi ehitust;
- oskab valida ja vahetada objektiive ja okulaare ;
- oskab vaadelda mikroskoopilisi kuivpreparaate .

Õppesisu

Mikroskoobi ehitus, Suurendus, objektiivid, okulaarid, valguse seadistus. Kuivpreparaatide vaatlemine ja ümberjoonistamine.

Praktilised tööd

- Mikroskoobi ehituse skeem kirjalikult;
- Kuivpreparaatide vaatlus mikroskoobiga;
- Kuivpreparaatide ümberjoonistamine.

Mets

Teema läbimisel õpilane:

- teab metsade tüüpe ja metsarindeid;
- tunneb salumetsa puid, põõsaid ja rohhtaimi;
- oskab tuvastada metsloomi tegevusjälgede järgi.
- oskab määrata linnuliike

Õppesisu

Metsade jaotus. Metsarinded. Salumetsa taimed rinnete kaupa. Loomade tegevusjäljed.

Praktilised tööd

- Retk salumetsa;
- Linnulaulu õppimine “Loodusheli” järgi

Rabaretk

Teema läbimisel õpilane:

- Tunneb soode tüüpe;
- Tunneb raba mikroelemente;
- Tunneb söödavaid ja mürgiseid taimi soos ja eristab loomi tegevusjälgede abil;
- skab orienteeruda rabas ja liikuda räatsade abil.

Õppesisu

Soode tüübid madalsoo, siirdesoo, raba, õõtsik, allikasoo, lodu. Soode mikroelemendid, laukad, älved, mättad, peenrad jne. Räätsad ja nende kasutamine. Ohutu tee valimine rabas. Käitumise reeglid ohuolukorras.

Praktilised tööd

- taimede tundmaõppimine rabas ja siirdesoo;
- loomade tegevusjälgede tundmaõppimine;
- liikumine ja orienteerumine soos.

Linnaloodus

Teema läbimisel õpilane:

- tunneb kooliaia haljastuse taimi ja samblikke;
- oskab eristada ilutaimi ja võõrliike;
- tunneb Kuressaares pesitsevaid ja talvituvaid linnuliike

Õppesisu

Prahitaimed, ilutaimed, võõrliigid, pärismaised liigid, samblikud. Linnud linnas, pesitsemine, peletamise reeglid

Praktilised tööd

- Kooliaia taimed ja samblikud;

- Linnalindude vaatlus

VISUAALSED ÕPIOSKUSED

Valikaine kirjeldus

Õpioskused võib jagada kolmeks:

1. Kognitiivsed oskused on seotud otseselt meeldejätmise ja meenutamisega.
2. Metakognitiivsed oskused tähendavad õppimise planeerimise, kontrollimise ja jälgimisega seotud oskusi.
3. Afektiivsed oskused on motivatsiooni, tähelepanu, ärevuse ja enesetunnetusega seotud oskused.

Visuaalsed õpioskused on õppimisel vajaminevate oskuste arendamine. Valikaine keskendub oskustele õpitavat omandada ja mõista, seostada seda eelnevalt õpituga, struktureerida ja kasutada, teadvustada ja vajadusel ümber struktureerida. Eristatakse oskust jälgida ja olla teadlik sellest, mida ja kuidas õpitakse, samuti luua ja säilitada õpimotivatsiooni ning saavutada õppimisel vajalik emotsionaalne seisund läbi enesekindluse, enesetunnetuse ja eneseusu (uskumuste).

Visuaalsed õpioskused hõlmavad õpistrateegiaid ja taktikaid, mis lähtuvad visuaalse lihtsustamise tehnikast.

Visuaalne lihtsustamine

Teema läbimisel õpilane:

- mõistab visuaalse lihtsustamise olemust ja kasutusvõimaluste toomist õppeprotsessi;
- oskab luua suurt pilti, visuaalseid esitlusi ning malle;
- oskab kasutada loovust õppeprotsessis;
- oskab struktureeritult kuulata ning märkmeid teha.

Õppesisu

Visuaalne lihtsustamine kui toetav tehnika õppeprotsessis. Isikliku ikoonivaramu loomine. Loovus. Kujutlusvõime. Fantaasia. Julgus.

Praktilised tööd:

- Tööraamat
- Videoettekande kuulamine koos märkmete tegemisega "Tõhusad õppimise viisid".

Õpioskused, tõhus õppimine

Teema läbimisel õpilane:

- on laiendanud oma silmaringi enda õppimisprotsessi jälgimisel ja hindamisel;
- on teadlikum erinevate õpiülesannetega paremaks toimetulekuks;
- oskab oma õppimisprotsessi teadlikumalt kavandada ja juhtida;
- on teadlik tõhusatest ja mittetõhusatest õppimisviisidest.

Õppesisu

Ülevaade tõhusatest ja mittetõhusatest õppimisviisidest. Koostöine õppimine. Massõppimine. Tähelepanu ja huvi. Aju toimimine ja erinevad õppimise viisid (õpistiilid).

Praktilised tööd:

- Õpioskuste hindamismaatriks.
- Videoettekande kuulamine koos visuaalsete märkmete tegemisega “Tõhusad õppimise viisid”.

Eesmärkide seadmine

Teema läbimisel õpilane:

- oskab oma unistusi/eesmärke sõnastada ja luua eesmärki toetava tegevuskava.

Õppesisu

SMART-reegel. Toetajad. Takistused. Tegevuskava.

Praktilised tööd

- Teekonnakaardi loomine

Tunne iseennast

Teema läbimisel õpilane:

- mõistab, mis mõjutab enesehinnangut, enesekindlust ja eneseusku ning kuidas see kujuneb;
- analüüsib enda arengut märgates enda nõrkusi, tugevusi, saavutusi;
- praktiseerib tänulikkust.

Õppesisu

Enesekindlus. Enesehinnang. Eneseusk. Tänulikkus. Enesekaastundlikkus. Uskumuste pööramine.

Praktilised tööd:

- Tööleht “Leian endas ennast”.
- Tööleht “Minu areng”.
- Tööleht “Uskumused”.

7. KLASS

ELUÕPETUS

Teema: Kaitse end ja aita teisi (KEAT)

Teema läbimisel õpilane:

- oskab märgata ja kirjeldada erinevaid ohuolukordasid, mille tagajärjeks võib olla trauma või tervisekahjustus;
- on omandanud praktilised võtted verejooksude peatamiseks ja oskab anda esmaabi putuka- ja maohammustuse korral;

- oskab märgata enda või sõbra/kaaslase puhul vaimse tervise väljakutsetele viitavaid sümptomeid ja teab, kust leida endale ja sõbrale/kaaslasele vaimse tervise abi;
- tunneb ohtlikult mürgiseid loomi, taimi ja seeni Eesti looduses ning oskab mürgistuse korral tegutseda
- oskab kirjeldada looduse ökosüsteemset toimimist ja saab aru inimese tegevuse mõjust loodusele
- mõistab, kuidas käituda (plahvatus)ohtliku eseme leidmisel
- oskab looduses leitud ohtlikku eset märgata ja märgistada
- teab, missugused tagajärjed võivad kaasneda pürotehnilise toote või kodukeemia vale käsitlemisega
- teab, millal ja mis küsimustes otsida abi erinevate riiklike infoliinide vahendusel
- teab peamisi elektriõhtu põhiohtudeid nii kodus kui ka looduses ning oskab tuvastada vigaseid ja kahjustatud elektrijuhtmeid ja -seadmeid, mille kasutamine on ohtlik, teab elektriohu märgistust
- teab, missugused ohud varitsevad elanikkonda, kui ulatuslik elektrikatkestus on kestnud päevi ning analüüsib oma perekonna valmisolekut ulatusliku elektrikatkestuse korral
- nimetab, millised hädaolukorrad võivad Eestit ja Eesti elanikkonda ohustada ning teab ka oma kodukoha riske
- selgitab, mis on elutähtsad teenused ning kuidas valmistada ennast ette elutähtsate teenuste katkestuseks
- teab enamlevinud veeõnnetuste põhjusi erinevatel aastaaegadel, nimetab veeõnnetuste ennetamise meetmeid ja käitub vees vastutustundlikult nii üksi kui ka grupis;
- tunneb ära uppuva või vees abi vajava inimese ja kirjeldab, kuidas käituda, märgates uppumisohus inimest
- tunneb erinevat liiki päästeveste ja päästevahendeid ning mõistab veesõidukiga sõites päästevesti kandmise vajalikkust
- nimetab tulekahjude enamlevinud tekkepõhjuseid ja teab nende ennetamise meetmeid, julgeb puuduste korral täiskasvanu tähelepanu juhtida
- mõistab suitsuanduri ja vingugaasianduri olulisust tulekahju avastamisel
- tunneb ära evakuaatsiooni määrguande koolis ja ühiskondlikes hoonetes ning oskab evakueeruda vastavalt olukorrale (ka kodust)
- oskab kasutada esmaseid tulekustutusvahendeid ja teab nende kasutamise erisusi erinevates olukordades
- mõistab liikluses turva- ja ohutust suurendavate vahendite vajalikkust ning kasutab neid igapäevaselt liigeldes
- eristab ohutut liikluskäitumist ohtlikust
- teab, mis on küberkiusamine, näiteks solvamine, laimamine, mõnitamine, ignoreerimine, identiteedivargus, küberkiusamine
- teab, kuhu ja kelle poole pöörduda küberturvalisusega seotud küsimuste korral.

Õppesisu

Tuleohutus

Tulekahjude peamised tekkepõhjused: inimtekkelised hooletus, nt lahtise tule kasutamisel, suitsetamisel, toidu valmistamisel, grillimisel ja lõkke tegemisel, küttekollete ja elektriseadmete kasutamisel, aga ka elektrisüsteemi rikked ja looduslikud- isesüttimine (nt suurtes silo- või turbakuhjades), äike.

Tulekahjude esmased avastamine ja avastamisseadmed: leek ja/või hõõguv põlemine, suits ja/või suitsuhais, järsk temperatuuritõus, suitsuandur, vinguandur, ATS seade

Esmased tulekustutusvahendid: tulekustutid ja tulekustutusvaip on peamised esmased tulekustutusvahendid, mida peaks iga inimene oskama kasutada.

Käitumine tulekahju korral

Veeohutus

Veeohutuse õppematerjalid hõlmavad järgmisi teemasid:

- erinevat tüüpi veekogude ohud ja inimese võetud riskid (võimete ülehindamine, vettehüpped, lihaskramp, alkohol);
- supluskoha valikul ohutuskriteeriumite järgimine;
- veesõidukitega liiklemise ohutus;
- erinevad päästevestide tüübid.

Veekogude tüübid. Selleks, et veekogu ääres ohutult aega veeta, on oluline teada erinevate veekogude iseloomulikke omadusi.

Veeõnnetuste levinumad põhjused. Uppumissurmade peamised põhjused on puudulik ujumisoskus, järelevalveta lapsed, alkoholijoove ujuma minnes, vettehüpped, kehv tervislik seisund, ujumine juhuslike vee peal kandvate esemetega, veesõidukiga sõites eeskirjade rikkumine, enesetapud.

Võimalikult ohutu supluskoha valik, ujumine, sh vettehüpped ja kalastamine

Liiklusohutus

Liiklusreeglid, turvalisust suurendavad vahendid liikluses erinevate liikumisviiside puhul (sh kergliikurid: elektrilised liikurid, tõukerattad jm) ja nende ohutu kasutamine: kiiver, peatugi, helkur, turvavöö. Seadusega kehtestatud nõuded sõiduvahenditele: tuled, pidurid, helkurid, signaal jm. Mitmekesised (säätlikud) liikumisviisid, riskeeriv käitumine liikluses (liiklusriskide hindamine, kaitslik käitumine).

Küberturvalisus, digiturvalisus

Käitumisreeglid internetis;

- tarkvara turvalisust ja isiklikku ohutust suurendavad meetmed, näiteks salasõna valik, pahatahtlik käitumine internetis;
- abi otsimine küberkiusamise korral;
- internetist saadud info usaldusväärsuse hindamine.

Elanike hädaolukorrale valmisolek

- erinevad rahuaja hädaolukorrad (elektrikatkestus, üleujutus, torm, laiaulatuslik ohtlik reostus jne);
- varjend, varjumiskoht ja kogunemiskoht;
- kodukoha varjendid ja varjumiskohad;
- kriisiolukordadeks valmistumine kodustes tingimustes;
- ohusireenid, evakuatsiooni juhtnööride järgimine.

Elektriohutus

Ohtlikud elektrilised olmetarvikud – juhtme isolatsioon rebitud või väänatud, seadmetel on põlemisjäljed, korpus katki. Elektriohu märgistus.

Käitumine plahvatusohtliku esemega ja ohtlike kemikaalidega

Erinevad lõhkekehad, pürotehnilised vahendid; Plahvatuse mõju ümbritsevale keskkonnale ja inimesele, pürotehnilise toote või ohtliku kemikaali väärkasutusest saadud vigastused.

Kemikaalid ja nendest tulenevaid ohud.

Ohutu käitumine looduses

Looduses ohutut käitumist käsitlevad õppematerjalid hõlmavad järgmisi teemasid:

- ökosüsteem on looduse, sh inimese kestliku arengu alus. Inimese elu sõltub loodusest;
- looduse aastaring. Inimese vajadused on erinevad võrreldes teiste imetajatega;
- levinumad ohuolukorrad metsloomade ja inimese vahel, võimalikud põhjused ja tagajärjed. Metslooma abitu seisund, selle põhjused ja lahendusviisid;
- ohtlikult mürgised loomad, taimed ja seened. Mürgistuse vältimine ja mürgistuse korral tegutsemine;
- ohutu liikumine ja käitumine looduses: igaüheõigus, liikumiskiirangud kaitsealadel, matka olemus ja turvalisus, matkavarustuse valik, eksimine ja ellujäämisoskused, Kaitseliidust saadavad üldoskused. Hädaabinumber 112 ja riigiinfo telefon 1247.

Vaimse tervise kaitse

- vaimse tervise probleemid võimalikud põhjused/mõjutajad ning sümptomid (nii endal kui sõbra);
- mida saab oma vaimse tervise toetamiseks teha;
- vaimse tervise häbimärgistamise mõju;
- kuidas alustada sõbraga vestlust vaimse tervise teemal;
- kust saada lisatuge enda või sõbra vaimse tervise mure korral.

Füüsiline esmaabi

Turvaline käitumine, abivajaja märkamine, abi kutsumine.

Traumade liigitus ja esmaabi:

- verejooksud, lühikirjeldus erinevate verejooksude liikide kohta (ninaverejooks, venoosne, arteriaalne), verejooksu tagajärjed inimese organismile. Praktiline tegevus: erinevate verejooksude peatamise võtted (rõhkside, jäsme liigutamine või mitte liigutamine, külma vajalikkus verejooksu peatamisel). Kannatanu abistamine käepäraste vahenditega. Eneseohutus.
- Põletus ja selle põhjused (tuli, päike, kuumad pinnad, aur, kemikaalid jne). Põletuste astmed. Põletushaavale sideme tegemine, esmaabi. Milliste põletuste puhul pöörduda kindlasti arstiabi saamiseks või kutsuda kiirabi (põletuse osakaal kehapinnast ja selle ohtlikkus).
- liigesevigastused ja nende liigid: nihestus, nikastus, põrutus, luumurd. Mida esmaabi etapis saab ja mida ei tohi teha. KKK-printsiip: kompressioon, külm, kõrgemale. Hüppeliigese jm painduvate liigete sidumine (praktiline tegevus). Käte toetamine kolmnurkrätikuga (praktika);
- teadvusekaotus, sh lühiajaline teadvusekaotus (minestamine): miks tekib, mis organismis toimub ja puudu on, kuidas aidata. Püsiv küliliasend, praktika. Hingamise kontrolli näitamine;

- Loomahammustus: allergilise reaktsioon, kiirabi kutsumine; kas maohammustus on eluohtlik ning kuidas käituda (ka siis, kui oled üksi). Müüdid (mürgi väljaimemine). Ennetus (metsas pika säärega jalanõud, purgijoogid suvel).

Esmaabipädevus. Esmaabipädevus koosneb neljast olulisest komponendist: valmidus, ennetamine, äratundmine, tegutsemine.

Asjatundlik abi

- evakuatsiooni juhtnööride järgimine;
- hädaabinumbrile helistamine;
- abikutsungis kõige asjakohasema info edastamine;
- asukoha telefonis positsioneerimine.

Praktilised tööd

- erinevate verejooksude peatamise võtted;
- tulekustuti kasutamine;
- päästevesti õigesti selga panemine;
- koolitee ohtude hindamine;
- lähima varjekoha leidmine.

MEEDIAÕPETUS

Teema: meediapädevus

Teema läbimisel õpilane:

- saab ülevaate meediamaaastikust, meedia erinevatest tüüpidest ning sotsiaalmeediast;
- teab peamisi mõisteid;
- on teadlik meedia funktsioonist ja mõjujõust;
- omandab baasteadmised allikakriitilisest meediatarbimisest;
- tunneb ära meedia manipuleerimis- ja propakandavõtteid;
- saab teadlikumaks võimalikest erinevatest ohtudest meediamaaastikul ning oskab neid ennetada;
- arendab meediakirjaoskust ja -pädevust.

Õppesisu

Valikõppeaine tund toimub kord nädalas ja enamus tundide mahust on suunatud arendama õpilase kriitilist mõtlemist kiirelt arenevas digimeedia valdkonnas.

Milline on kaasaegne meediamaaistik, põhilised infotüübid? Mis on toimetuse poliitika ja ajakirjanduslikud standardid ning kust jooksevad toimetuses piirid? Kes otsustab, mis info tarbijani jõuab. Kas sotsiaalmeedia võib olla usaldusväärne uudisteallikas? Kuidas töötavad sotsiaalmeedia algoritmid ja kuidas nad võivad isoleerida meid kõigest, mis võib olla vastuolus meie maailmavaatega. Mis on valeinfo ja manipuleerimine? Mis on stereotüpiseerimine ja vaenukõne? Mis on botid, trollid ja filtrimull?

Valikaine tundide läbiviimisel kasutatakse kõrgkoolide erialaõppejõudude ja praktikute koostatud videoloenguid. Valikaine võimaldab lõimingut kõigi riiklikus õppekavas olevate

ainetega ning toetab karjääriõpet ja elukutsevalikut. Valikõppeaine kursuse lõpus 2025. aasta kevadel korraldatakse kolme trimestri parimate külastus pealinna meediamajja.

Praktilised tööd

Õpilased saavad koduseid ülesandeid, muu hulgas ülesande jälgida ja analüüsida oma meediatarbimist.

RAHATARKUS

Õppe- ja kasvatustöö eesmärgid

Valikõppeaine 7.klassis, maht 10 tundi. Põhikooli valikainega taotletakse, et õpilane:

- 1) mõistab enda majanduslikke vajadusi ja võimalusi;
- 2) langetab otsuseid, lähtudes enda valikutest ja ressursidest;
- 3) teeb eesmärgipäraseid valikuid finantsteenuste kasutamisel.

Õppeaine kirjeldus

Ainet käsitletakse igapäevaeluga seostatult. Enamus valikõppeaine mahust on seotud praktilise tegevuse ning loovust ja kriitilise mõtlemise oskust arendavate ülesannete lahendamisega. Õppes on olulisel kohal aktiivõppemeetodid nagu arutelud, juhtumianalüüsid, projektid, jms. Õpilase teabe ja tehnoloogia kasutamise oskuse arendamiseks kasutatakse õppes nüüdisaja tehnoloogilisi vahendeid.

Valikaine võimaldab lõimingut kõigi riiklikus õppekavas olevate ainetega ning toetab karjääriõpet ja elukutsevalikut.

Teema läbimisel õpilane:

- teeb eesmärgipäraseid valikuid raha kasutamisel;
- mõistab ja järgib ühiskonnas kokkulepitud seadusi ja väärtusi rahaga seotud otsuste tegemisel;
- oskab nimetada erinevaid finantsteenuseid;
- teab, kuidas tekivad tulud ja mis on inimese võimalikud tuluallikad ning oskab reaalselt hinnata võimalikke ja ootamatuid kulusid;
- selgitab laenudega seotud ohte ja kulusi ning oskab etteantud lihtsa juhtumi varal hinnata laenamise eeldatavat otstarbekust;
- hindab kriitiliselt manipuleerimisvõtteid (näiteks laenamisel);
- selgitab mõne konkreetse näite põhjal, kuidas inimest on ahvatletud laenu võtma ja mis juhtub, kui laen jääb õigel ajal tasumata;
- tegutseb teadliku tarbijana;
- märkab looduskeskkonnas ja ühiskonnas tarbimisest tekkinud probleeme ja otsib võimalusi nende ennetamiseks ja lahendamiseks.

Õppesisu

Soovid, vajadused. Isiklike ressursside piiratus, tulu suurendamise võimalused ja valik. Säästmine, kogumine, hoiustamine, investeerimine. Tulude ja kulude planeerimine, eelarve. Töötasu tuluallikana. Bruto- ja netopalk, maksud, palgafond. Milliseid makse ja makseid tasuvad töötaja ja tööandja ning miks need on valitsuse poolt kehtestatud. Tulumaks, sotsiaalmaks, töötuskindlustusemaks, pensionikindlustusmaks. Finantsteenused, hoius,

laen, intress. Laenudega seotud ohud. Teadlik keskkonda säästev tarbimine, eesmärgipärane finantsteenuste kasutamine.

Praktilised tööd ja IKT rakendamine

- Isiklike tulude ja kulude jälgimine nädala jooksul, selle põhjal eelarve planeerimine ja järgimine;
- Töötaja bruto- ja netopalgade arvutamine, maksud. Palgakalkulaatori kasutamine.
- Praktiline eelarve koostamise ülesanne paaristööna. Esitluse koostamine ja esitamine.