

Õppeaine nimetus: Eluoskuste Maailm

I KOOLIASTME PÄDEVUSED

Õpilane:

- 1) omandab põhiteadmised sotsiaalsetest ja emotsionaalsetest oskustest, mis arendavad empaatiat, eneseväljendust ja eneseteadlikkust;
- 2) õpib tundma igapäevaelu situatsioonides vajalikke suhtlemisoskusi, stressi juhtimist ja koostööoskusi, mis toetavad positiivset minapilti ja enesekindlust;
- 3) tutvub erinevate õpistrateegiatega ning kasutab neid oma igapäeva õppeülesannetes

VALDKONNAPÄDEVUSED I KOOLIASTMES

- 1) kujuneb harjumus ja soov õppida;
- 2) kujunevad õpioskused, mida kasutatakse teadlikult erinevate ülesannete lahendamisel ja õppimisel;
- 3) suudab tuvastada, väljendada ja mõista erinevaid emotsioone enda ja teiste puhul;
- 4) arendab enesehinnangut ja arusaama enda väärtustest, tugevustest ja nõrkustest;
- 5) omandab suhtlemisoskused ja oskuse rahumeelselt konflikte lahendada ning loob positiivseid suhteid;
- 6) õpib igapäevaelu pingete ja stressi juhtimise tehnikaid.

TEEMAD (kooliastmes)	TEEMAD (klasside kaupa)	ÕPITULEMUSED
	2. KLASS	
Empaatia ja eneseteadlikkus	Empaatia ja teiste tunnete mõistmine Enda tugevuste ja nõrkuste teadvustamine Enesekindluse arendamine Hoolivus ja abivalmidus igapäevastes olukordades Enesehinnang ja positiivne enesekuvand Lihtsad suhtlemisoskused Igapäevased emotsioonide juhtimise tehnikad	Õpilane: 1) oskab tuvastada ja mõista erinevaid tundeid nii iseendas kui ka teistes; 2) tunneb enda tugevusi ja nõrkusi ning mõistab, kuidas need mõjutavad igapäevast käitumist ja suhtlemist; 3) arendab enesekindlust, omandades hooliva ja abivalmi käitumise oskuseid nii koolis kui kodus; 4) hoiab ja arendab positiivset enesekuvandit, toetudes oma tugevustele ja saavutustele; 5) õpib sõbralikult suhtlema ja kuulama ning lahendab rahumeelselt konflikte; 6) teab lihtsaid viise, kuidas tulla toime igapäevase stressi ja ärevusega.
	3. KLASS	
Eneseväljendus ja suhtlemine	Tundeväljendused, kuulamisoskus ja sõbralik suhtlemine.	Õpilane: 1) oskab tuvastada ja väljendada oma tundeid; 2) suhtleb erinevates olukordades asjakohaselt ja toetavalt;
Emotsioonide juhtimine	Emotsioonide tuvastamine ja nimetamine. Stressi ja pingete maandamine.	3) arendab koostööoskusi, loob ja hoiab sõprussuhteid;

Õpioskused ja kriitiline mõtlemine Õpistrateegiad Kaaslaste mõistmine ja erinevuste aktsepteerimine	Positiivse mõtlemise suunamine. Aja planeerimine ja organiseerimine. Eesmärkide seadmine. Probleemide lahendamise algtõed. Küsimuste küsimine. Koostöö. Unustamine ja meenutamine. Pausidega lugemine. Koostöö ja sõprussuhted Erinevuste väärtustamine	4) oskab nimetada ja juhtida emotsioone, kasutades stressi ja pinge maandamise võtteid; 5) õpib positiivse mõtlemise harjutusi ja arendab sellega meelerahu; 6) kasutab aja planeerimise ja eesmärkide seadmise oskusi; 7) kasutab erinevaid õpistrateegiaid oma igapäeva õppeülesannetes; 8) omandab probleemide lahendamise ja kriitilise mõtlemise põhiteadmised.
---	---	---

II KOOLIASTME PÄDEVUSED

Õpilane:

- 1) õpib analüüsima ja lahendama igapäevaelus esinevaid probleeme, arendades juhtimis- ja konfliktide lahendamise oskusi ning oskust vastutustundlikult meeskonnas töötada;
- 2) teab, kuidas rõhutada enesekindlust ja enesekehtestamist, et toetada eneseväljendust ja keerukamates olukordades hakkamasaamist.

VALDKONNAPÄDEVUSED II KOOLIASTMES

Õpilane:

- 1) oskab analüüsida olukordi ja leida probleemidele erinevaid lahendusi;
- 2) omandab enesekehtestamise tehnikaid ja suudab lahendada konflikte rahumeelselt;
- 3) teab meeskonnatöö põhimõtteid, arvestab ühiste eesmärkidega ja oskab kasutada koostööstrateegiaid.

TEEMAD (kooliastmes)	TEEMAD (klasside kaupa)	ÕPITULEMUS
	5. KLASS	
Kriitiline mõtlemine ja probleemide lahendamine	Analüütiline mõtlemine Loovad lahendused Otsuste tegemine	Õpilane: 1) arendab analüütilise ja loova mõtlemise oskusi; 2) suudab teha põhjendatud otsuseid ja leida probleemidele erinevaid lahendusi;
Enesekehtestamine ja juhtimisoskused	Enesekehtestamise ja juhtimisoskuste arendamine Konfliktide lahendamine	3) omandab enesekehtestamise ja konfliktide lahendamise oskused; 4) oskab töötada meeskonnas, mõistes erinevaid rolle ja vastutusi;
Koostöö ja meeskonnatöö	Meeskonnatöö põhimõtted Ühise eesmärgi seadmine ja vastutuse jagamine	5) teab koostööstrateegiaid ning oskab seada ja saavutada ühiseid eesmärke.