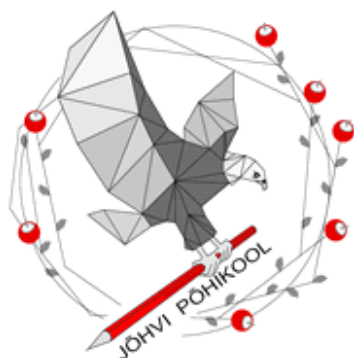




AINEKAART

Ainevaldkond: Sotsiaalsained	Õppeaine:	
	Klass:	5c klass
	Õpetaja:	Jaana Puust
	Ainetüüp:	
	Õpetamise aeg 2022/2023:	õppeaasta trimestrite kaupa

Õppekirjandus:

Kersti Lepik (2018). Tervist, tervis! 5. klassi õpik. Koolibri.

Vajalikud õppevahendid:

Õpik, kiirkõitja õpimapi jaoks, kirjutusvahendid, värvilised pliiatsid

Õppesisu:

I trimester

Tervis

Tervislik eluviis

II trimester

Murdeiga ja kehalised muutused

Turvalisus ja riskikäitumine

III trimester

Haigused ja esmaabi

Keskkond ja tervis

Õpitulemused. Trimestri lõpul õpilane:

- 1) kirjeldab füüsilist, vaimset ja sotsiaalset tervist ning arvestab tervisliku eluviisi komponente igapäevaelus;
- 2) teab enda põhilisi tervisenäitajaid: kehakaalu ja kehapikkust, kehatemperatuuri, pulsisagedust ning enesetunnet;
- 3) nimetab tervist tugevdavaid ja tervist kahjustavaid tegevusi ning selgitab nende mõju inimese tervisele;
- 4) eristab põhilisi organismi reaktsioone stressi korral ning kirjeldab nendega toimetuleku võimalusi;
- 5) väärtustab oma tervist;
- 6) oskab eristada tervislikke ja mittetervislikke otsuseid igapäevaelus;
- 7) kirjeldab tervisliku toitumise põhimõtteid ning väärtustab neid;
- 8) selgitab, kuidas on toitumine seotud tervisega;
- 9) teab kehalise tegevuse mõju oma tervisele ja toob selle kohta näiteid;

- 10) kirjeldab, millised kehalised ja emotsionaalsed muutused toimuvad murdeas, aktsepteerides nende individuaalsust;
- 11) kirjeldab olukordi, kus saab ära hoida õnnetusjuhtumeid;
- 12) selgitab, miks liikluseeskiri on kohustuslik kõigile, ning kirjeldab, kuidas seda järgida;
- 13) teab, et õnnetuse korral ei tohi enda elu ohtu seada ning kuidas abi kutsuda;
- 14) nimetab meediast tulenevaid riske oma käitumisele ja suhetele;
- 15) suheldes meedia vahendusel, mõistab vastutust oma sõnade ja tegude eest;
- 16) kirjeldab uimastite tarbimisega kaasnevaid riske ja väärtustab tervislikku elu uimastiteta; demonstreerib õpituatsioonis, kuidas keelduda ennast ja teisi kahjustavast tegevusest;
- 17) oskab kirjeldada, kuidas hoida ära levinumaid nakkus- ja mittenakkushaigusi;
- 18)) teab, kuidas toimida ohuolukorras, oskab õpituatsioonis abi kutsuda ning demonstreerib lihtsamaid esmaabivõtteid (nt kõhuvalu, külmumine, luumurd, minestamine, nihestus, peapöörutus, palavik ja päikesepiste);
- 19) kirjeldab tegevusi, mis muudavad tema elukeskkonna turvaliseks ja tervist tugevdavaks.

Hindamise kirjeldus:

Hindamise ülesandeks on toetada õpilase arengut, et kujuneks positiivne minapilt ja adekvaatne enesehinnang. Inimeseõpetuses hinnatakse õpilaste teadmisi ja oskusi, kuid ei hinnata hoiakuid ega väärtusi. Hoiakute ja väärtuste kohta antakse õpilasele tagasisidet. Õpitulemusi hinnatakse arvestuslikult. Olulisel kohal on õpilase enesehindamine. Õppeprotsessi käigus hinnatakse õpilase suulisi, kirjalikke ja rühmatöid ning praktilisi ülesandeid. Iga õpitud teema lõpeb kokkuvõtva kirjaliku, suulise või õpitulemustega vastavuses oleva töö vormiga, mille eest saab õpilane arvestatud, ebapiisava soorituse eest mittearvestatud. Õppeprotsessi jooksul antakse õpilasele pidevat tagasisidet õpitulemuste omandamise, vajakajäämistest ning edasiarenemise võimaluste kohta. Iga saadud hinne on võrdse kaaluga.

Järele vastata või mitterahuldavat hinnangut parandada saab 10 tööpäeva jooksul alates hinde välja panekust õpetajaga kokku lepitud ajal.

Kokkuvõtva hinde kujunemine:

Trimestrihinne kujuneb kokkuvõtivate kirjalike, suuliste või õpitulemustega vastavuses oleva töö hinnete keskmise arvutamise teel. Võrdväärse osakaaluga on suulised vastused, kontrolltööd ja rühmatööd. Aastahinne kujuneb trimestrihinnete keskmisest hindest.

Ettevõtliku õppe rakendamine õppetöös:

Õpilased on kaasatud õppe- ja kasvatusprotsessi kujundamisse

Iga õpilane osaleb tunnis aktiivselt ja võtab vastutuse õppimise ja eesmärgini jõudmise eest.

Tundides kasutatakse erinevaid aktiivõppe meetodeid

Rühmatööd, paaritööd, arutelud, rollimängud jne.

Toimib erinevate õppeainete lõimumine ning aine on seostatud praktilise eluga

Inimeseõpetus on tihedalt lõimitud erinevate ainetega: eesti keel, ajalugu, loodusõpetus ja kunst. Seos praktilise eluga: õpilased toovad ise näited elust, leiavad seoseid eluga.

Rakendatakse õppimist toetavat hindamist (enesehindamine, kaaslase hindamine, õpilase arengu hindamine, tagasisidestamine).

Rakendatakse õppimist toetavat hindamist (enesehindamine, kaaslase hindamine, õpilase arengu hindamine, tagasisidestamine)

Muud nõuded ja märkused: